NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

5.06.-11.06.2026
Popularny magazyn telewizyjny
Nr indeksu 37836A
Nr 23
1 czerwca 2026
cena 4,49 zł
w tym 8% VAT

TeleTydzień



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

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



MECZ OTWARCIA
MISTRZOSTWA ŚWIATA W PIŁCE NOŻNEJ

PÓŁFINAŁ
FESTIWAL ZACZAROWANEJ PIOSENKI



SZPITAL ŚW. ANNY

WYWIAD
JOANNA LISZOWSKA



SIATKÓWKA
LIGA NARODÓW MĘŻCZYZN

PREMIERA W TVP 2
WYŻSZA SZKOŁA JAZDY

KUCHNIA NAJLEPSZE CIASTA Z BUDYNIEM NA KAŻDĄ OKAZJĘ

ISSN 1230-7912
23
9 771230 791600
Numer w sprzedaży do 7.06.2026

najpiękniejsze melodie

RADIO Pogoda



Bardzo polecam
Ewa Bem

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

CHIRURGDZY

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 wyprodukują 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 któregoś z pracowników 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". Herkules 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**



Marcelina „Marcycha" Ruczyńska oczarowała wszystkich podczas niedawnego finału.

fot. East News, AKPA, Canal+, mat. prasowe

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 Miuosh 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 obejrzą widzowie w Arenie Katowice. Polsat planuje retransmisję, ale data nie jest jeszcze znana. **JK**

Okładka fot. TVP (2), TVN/Marlena Bielińska MOVE PICTURE, TVP, East News (2), Getty Images, Reporter, Forum



Nie obyło się bez zamieszania – jury w kategorii „najlepszy reżyser" przyznało dwie nagrody, ale na ceremonię 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 historycznego „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 Hanns 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 przygotowania, krytyk i dziennikarz w roli prezentera sprawdził się tak dobrze, że niebawem został już stałym gospodarzem „W starym kinie" – najdłużej 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 człowiekiem słownym i dopiero możliwość zagrania Rzeckiego w nowej filmowej „Lalce" skłoniła go do powrotu przed kamerę. Teraz zaś zgodził się wystąpić w Teatrze Telewizji!

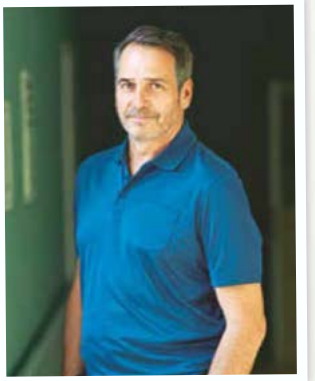


Rozmowy na ten temat trwały aż dwa lata; ostatecznie aktor wcieli się w Doktora w nadchodzącej adaptacji „Króla Maciusia Pierwszego". – Gdy złożyłem mu tę propozycję, powiedział, że ciekawie się składa, bo w filmie z 1957 roku zagrał jego wujek – mówi Michał Kotański, dyrektor Teatru Telewizji. Premiera 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 Deląg, Józef Pawłowski, Oliwer Witek, Magdalena Wieczorek, Arkadiusz Detmer oraz Jakub Wieczorek! 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**

fot. East News, AKPA (3), TVN, TVP, Agata Grzybowska/Kino Świat, 87Eleven, M. Iwanicka



ŻONA DLA POLAKA

Pod słońcem Australii

Kawalerowie z Chicago mieli już szansę znaleźć swoje drugie połówki; 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 połówkę 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

Anegdoty o artystach

Ewa epatuje kobiecością, urodą i... nie bójmy się tego określenia – seksem. Poszła kiedyś w Hiszpanii z koleżankami na plażę, by nasłonecznić swoje boskie ciało. Znalazły miejsce wydzielone, gdzie można być golusieńko 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 Gubałówce, 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.

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

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 bioaktyne 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** w opakowaniach **zawierających 30 tabletek.**

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

Kod BLOZ 3348161 ułatwi zamówienie produktu.



Ulga dla zmęczonych i ciężkich nóg!

NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

REKLAMA



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 SO 6.06 godz. 14.45 TVN 7**

Kiedy 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 czternaście? 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 Tele 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 rozwodem.

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 sytuacje z własnego życia.

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

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 lekarką, 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 lekarkami, ale też zwykłymi kobietami, które przychodząc 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 zawirowania, jeżeli się z nich wyjdzie, powodują, że bardziej potrafimy docenić to, co było wcześniej, albo to, co mamy teraz.

ROZMAWIAŁA MARZENA JURACZKO



Od 1. odcinka

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



PPRZYJACIÓŁKI (2012-2025) Przez 14 lat grała Patrycję. Na zdjęciu z Małgorzatą Sochą i Magdaleną Stużyńską-Brauer.



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



PIĘKNA LUCYNDA (OD 2019) Przebojowa sztuka wystawiana w warszawskim Teatrze 6.piętro. Na zdj. z Adrianą Kalską.

fot. TVN/Marlena Bielińska MOVE PICTURE, TVN, TVP, POLSAT, Teatr 6.piętro/Jarosław Niemczak

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 „Flintstonach" 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 gwiezdnego 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

fot. East News (2), mat. prasowe



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 twardzieli", potem została dziewczyną Bonda w „Nigdy, nie mów nigdy", a w 1986 roku zagrała w „9 i ½ 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**

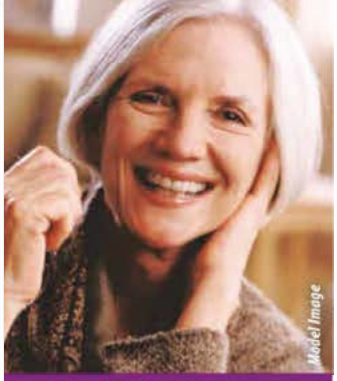


ANDIE MACDOWELL

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 przekonać 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 rolą 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**

REKLAMA



CZUŁAM SIĘ WYŁĄCZONA...



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 wnuczęta

Przeszkadzało mi też dzwonienie w uszach. Któregoś dnia odwiedziła mnie synowa Kasia z wnukami. 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.

FAKTY O GRYCE 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.

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** 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
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



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

Na żywo

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.



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.





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

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 Włodziemierz 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

fot. AKPA (9), Reporter, TVP



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 Kleyff.

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

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

Lady Pank świętować będzie 45-lecie powstania zespołu.

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

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

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

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

LADY PANK I KONCERT WSPOMNIEŃ

„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 Zakościelny oraz Kuba Badach.

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

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 Travolty. A także o jego olśniewającej córce Elli Bleu.



JEGO WIELKA DUMA
Berety Travolty 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 wdzięk!" – szeptano.

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

Lądując 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 sfimować 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 fantazyjne 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

FOT. East News (4), Apple TV



MICHAEL (1996)
Pachniał ciastkami, uwielbiał kobiety i łamał wszystkie stereotypy o aniołach. Aktor w jednej ze swoich najbardziej niezwykłych ról lat dziewięćdziesiątych.



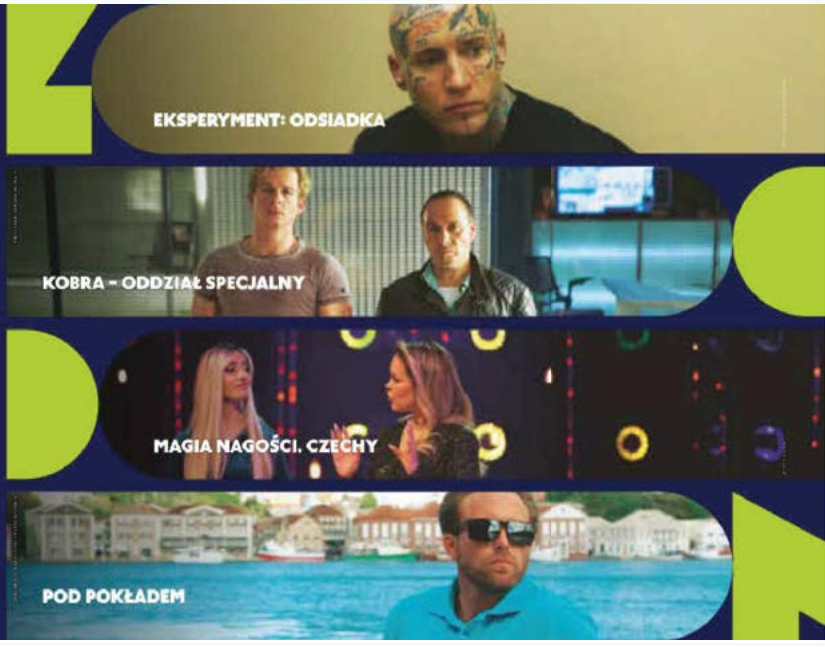
ADWOKAT (1998)
Jako prawnik Jan Schlichtmann, który stanął do walki z potężnymi korporacjami oskarżanymi o skażenie wody i śmierć dzieci.
➔ **PT 5.06 godz. 17.45**
STOPKLATKA

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 Ficton" zdobyło Złotą Palmę, wyprzedzając „Trzy kolory: 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**





CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?

CZYTAJ ŚWIAT SERIALI

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 kochanka w szpitalu. Zakościelny 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

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



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

Pierwsza miłość

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



PO **ODC. 4232**
Bolesław składa kontrpozew. Oskarża żonę o romans i grozi, że wszystko jej odbierze. We Wrocławiu zjawia się brat Pawła. 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

od piątku 5.06 do czwartku 11.06



Wycieczka o włos nie kończy się dramatem.



Rano Natalię i Cezarego budzi policja.

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

WT ODC. 3330
Natalia nie chce zeznawać przeciwko mężowi. Broda znajduje partnerkę do brydża. 40 min

ŚR 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 rozpędzone auto. 40 min

Na dobre i na złe

Troje lekarzy decyduje się na pionierski zabieg.



Maks nie chce, by jego koledzy...

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 wszystko, by nie dopuścić do zbyt ryzykownej, jego zdaniem, operacji. Tymczasem Blanka i Homolka opiekują się kobietą, która spodziewa się czworaczków. 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



WSPÓŁORGANIZATOR: OPOLE SPONSORZY: TAURON BROS Dolina Noteci ITAKA PARTNER: zaks
PATRONI MEDIALNI: Tele Tydzień 30 onet onet Plejada Radio Opole nto.pl Jedynka SUPER express nasze miasto.pl TELEMAGAZYN



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 nieznajomego 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 Tymon 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 pomnożą 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. Przyłapuje przełożonego na molestowaniu sekretarki. Alicja chce odwiedzić córkę. Barski oferuje, że będzie jej towarzyszył. ŚR 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 Lodzia 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 Kłusek podaje mu adres, pod którym znajdzie pomoc. 65 min

Zbrodnie w Ystad



Ale kino+, 20.10
ND ODC.1, 2
Mąż inspektor Iris Broman, Christian, ginie jako przypadkowa ofiara zamachu na jej życie. Po tej tragedii policjantka przenosi się ze Sztokholmu do Ystad. Wkrótce w okolicznych lasach zostaje znaleziona ludzka czaszka. Iris wszczyna 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 dowiaduje 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-ŚR 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. Boscy wspominają z przyjaciółmi zmarłego Staszka. 35 min

Dom



TVP 1, 14.15
ND ODC.19 Służba Bezpieczeństwa przesłuchuje Prokopa, Halinę i pracowników WFD. Montażystka Lusia traci posadę. Wrotek mówi jej, że przyzna się do winy. Andrzej obiecuje Nice, że opuści żonę i zamieszkają 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

Akacjowa 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
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
ŚR 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. ŚR 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. Podejrzenie pada na byłego chłopaka ofiary, uczestnika misji w Afganistanie. Krystyna naprowadza jednak śledczych na nowy, interesujący trop. ŚR 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 Cieplaka. Ustalają, że sprzedawał on wadliwy sprzęt medyczny, przez co mógł doprowadzić do tragedii. ŚR 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. ŚR 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





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 Górska (Marianna Zydek) właśnie zdała egzamin prokuratorski i rozpoczyna pracę jako asesor. Jej pierwsza sprawa dotyczy zaginięcia 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

Przylądek 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 poczucie 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.



tv

NETFLIX

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 wyczekiwanego 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 Czop), 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 odwodzić 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 ataku 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.



SKYSHOWTIME

Pod redakcją Joanny Pasztelańskiej

fot. Netflix (3), Prime Video, SkyShowtime, Apple TV, Canal+

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 place budowy w laboratoria innowacji. Projekty są coraz bardziej zaawansowane, a jednocześnie przyjazne środowisku. Twórcy serii przyjrzeli 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 mieszankę 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. Okaże się, czy zdążą ze wszystkimi pracami na finał.

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. Eksperci 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 nieznane 10

ND ***Discovery Science, 20.00***



Josh Gates, korzystając z nowych relacji świadków, nurkuje w wodach Pacyfiku w poszukiwaniu wraku 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 Rafy 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*



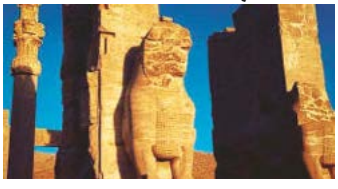
Opowieść o drodze artystki od debiutu do statusu gwiazdy kina. Rola w „Leonie Zawodowcu" otworzyła aktorce drzwi do kariery. Kolejne kreacje m.in. Anny Boleyn, ugruntowały jej pozycję.

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



W latach 90. fala zamachów w Izraelu doprowadziła do utworzenia jednostki Mossadu zwanej Harpoon. W tym czasie DEA odkryła powiązania Hezbollahu 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. Odsłaniają kulisy lukratywnych umów medialnych, tworzenia projektów lifestylowych, 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 przybliża 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 orzeźwiającą 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
ŚR *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 odsłania 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.

PIĄTEK

FAMILIJNY



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**

KOMEDIA



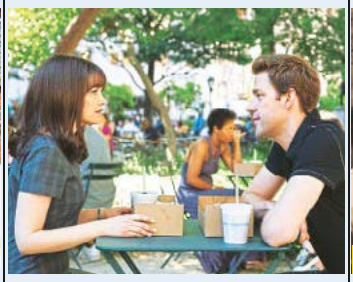
Trick

PT ***Kino Polska, 22.00***

Odsiadujący 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**

KOMEDIA ROMANTYCZNA



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**

DRAMAT



NA FAKTACH

Papillon. Motylek

PT ***TVP 2, 20.40***

Niesłusznie skazany za zabójstwo złodziejaszek trafia do kolonii karnej w Gujanie Francuskiej. Planuje ucieczkę z fałszerzem Louisem. Adaptacja autobiograficznej powieści Henriego Charriere'a.

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

SOBOTA

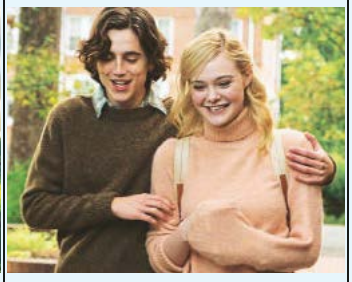


BFG: Bardzo Fajny Gigant

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 Sandry 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

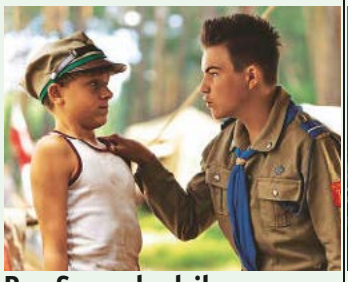
Prawdziwy ból

SO ***HBO, 20.00***

Amerykanin David oraz jego kuzyn Benji odwiedzają Polskę, by uczcić pamięć babci. W trakcie podróży narastają między nimi napięcia. Zdjęcia kręcono miedzy 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 prostuje pomyłki. Sytuacja komplikuje się, gdy kobieta przedstawia go siostrze. Film inspirowany francuskim „Kręcisz mnie".

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**

WEEKEND od piątku 5.06 do niedzieli 7.06

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**



Strażnik

SO ***TVP 2, 20.00***

Terroryści 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**



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**

AKCJA I PRZYGODA



Piraci z Karaibów: Klątwa „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**



Ocean's 8

SO ***TVN 7, 20.00***

Kobieca 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**



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**

HORROR I SF



Diuna

PT ***TVN, 20.00***

Nagrodzona sześcioma Oscarami adaptacja prozy Franka Herberta. Na pustynnej planecie wybucha konflikt. Stawką są bezcenne złoża melanżu. 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**



Wszystko wszędzie naraz

SO ***TVN 7, 22.20***

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

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



Hellboy

ND ***Super Polsat, 23.15***

Naziści sprowadzają z piekieł 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**

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. Znakomita komedia twórcy popularnego „Kogla-mogla".

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



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**



Miś

ND ***STOPKLATKA, 20.00***

Ryszard chce dotrzeć do banku w Londynie przed byłą żoną. Szuka sobowtóra. Jedna z najlepszych komedii Stanisława Barei, w której reżyser puentuje absurdy 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



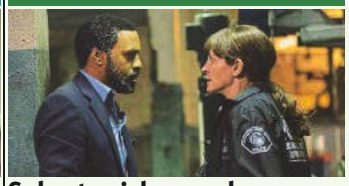
Żona do podziału
PO *TVP Kobieta, 22.30*
François z żoną Charlotte prowadzą luksusowy hotel i restaurację. W życiu pary nieoczekiwanie pojawia się pierwszy mąż kobiety, który został uznany za zmarłego. Obraz został zainspirowany „Potyczkami kuchennymi" z 1963 r.
85 min Francja/Belgia 2015 reż. F. Siri, 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 wznowić śledztwo. Potrzebuje zgody prokurator. 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 muzułmanów. 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 „Seksmisji".
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 „Chirurdzy".
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-Curuś



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

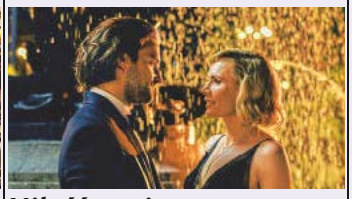
CZWARTEK



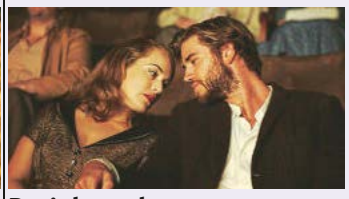
Paddington
CZ *Polsat Film, 14.20*
Dystyngowany miś przybywa z Peru do Londynu. Niedźwiadek staje się celem okrutnej dyrektorki muzeum. Debiut kinowy postaci stworzonej przez pisarza Michaela Bonda.
120 min Wlk. Bryt./Fr./USA 2014 reż. P. King, wyk. T. Downie, M. Worrall, L. Steer, G. Palmer



Słaba płeć?
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. Głowacki, 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, bywalczyni 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

od poniedziałku 8.06 do czwartku 11.06

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**



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**



Przemytnik

ŚR *TVN 7, 20.00*

Earl, mężczyzna w podeszłym wieku, zostaje kurierem meksykańskiego kartelu. Okazuje się wyjątkowo skuteczny. 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**



Świat w ogniu

CZ *Paramount Network, 20.00*

Trzecia misja agenta, w którego wciela 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**

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**



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**



Król Artur: Legenda miecza

ŚR *TVN, 20.50*

Nowatorskie kino fantasy z szybką akcją i humorem. Młody włóczęga 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. Hunnam, J. Law, D. Hounsou, E. Bana**



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**

HORROR I SF

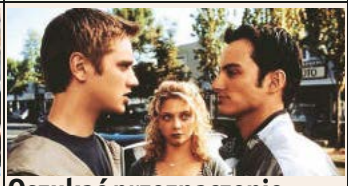


Ciche miejsce

PO *SCI FI, 21.00*

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

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



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 sequeli.

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

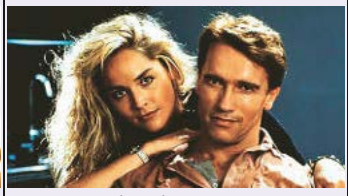


Snowpiercer: Arka przyszłości

ŚR *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 Płd./USA 2013 reż. J. Bong, wyk. C. Evans, E. Harris, J. Hurt, T. Swinton**



Pamięć absolutna

CZ *TV 4, 23.05*

Robotnik Douglas korzysta z usługi wszczepienia 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**

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**



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. Stryjkówna, G. Trela**



Niewinni czarodzieje

ŚR *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**



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

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!

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 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 Guillerma 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**

FOT. materiały prasowe



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

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN • LIGA NARODÓW

Kadra w nowej odsłonie

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 siedemnastoletniego Jakuba Przybyłkowicza. 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.

TENIS • TURNIEJ FRENCH OPEN W PARYŻU

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**



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



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

REKLAMA

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!



Teraz 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 odblokować 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 **Betclic 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
ŚR **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
ŚR **Polska Liga Boksu** 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 (P) **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** Eurosport 2
13.05 1. etap
PO (P) **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** Eurosport 1
15.20 2. etap
WT (P) **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** Eurosport 1
15.20 3. etap
ŚR (P) **Tour Auvergne-Rhône-Alpes** Eurosport 1
15.20 4. etap
ŚR (P) **Franco Belgian Circuit** Eurosport 1
17.15 85. edycja
CZ (P) **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 KOBIET

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 MĘŻCZYZN

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
ŚR **ORLEN Basket Liga** Polsat Sport 2
19.45 2. mecz finałowy fazy play-off
ŚR **NBA** TVP Sport
2.30 Mecz finałowy fazy play-off

LEKKOATLETYKA

SO (P) **World Athletics Continental Tour Gold – College Station 2026** Polsat Sport 3
22.00 1. edycja
ND (P) **Memoriał Haliny Konopackiej – Warszawa 2026** TVP Sport
13.45 2. edycja
ND (P) **Diamentowa Liga w Sztokholmie** Polsat Sport 1
17.00 60. edycja



ŚR (P) **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

(P) – możliwy występ Polaków

– polskie rozgrywki ligowe i reprezentacja Polski

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

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 1
6.45 Mecz: Kuba – Polska

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 1
10.15 Mecz: Chiny – Słowenia

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 1
13.45 Mecz: Ukraina – Japonia

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 1
17.45 Mecz: Belgia – Bułgaria

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 2
21.45 Mecz: Francja – Włochy

ŚR Liga Narodów Polsat Sport 1
0.45 Mecz: Brazylia – Iran

ŚR 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
18.00 Mecz 1. rundy gry pojedynczej

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

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

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

ŚR 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

ŻUŻEL

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 Łódź – 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!



Urodził się w Boże Narodzenie 1990 roku. AbsolwentSzkoły 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.



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

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?

➲ **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 aktorskiego 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 czytniku. 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 czytelnicze 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. Uczyłem 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 profesjonalne, ale z serca.

ROZMAWIAŁA MARZENA JURACZKO

FOT. AKPA (2), East News



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 ograniczonej 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. Przyniosło im to nawet niezwykle dumnie brzmiące miano hipopotamów morskich! **MP**

FOT. East News (2), 3Boxmedia/1080WildlifeProductions



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!

★★★★★

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

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. Tabletka 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.

Zapytaj o Zuccarin™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny **w aptekach i na 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.**



NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

REKLAMA

TVP 1

5.15 Złoty chłopak (305) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.05 Akacjowa 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 Czterdziestolatek (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 Natura w Jedynce: **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 Akacjowa 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

Otaczające 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 dziesięcioro wykonawców, którzy zaśpiewają premierowe utwory. Wystąpią m.in. Andrzej Krzywy (zdj.), Kamil Bednarek, Patrycja Markowska, Michał Wiśniewski, Poparzeni Kawą Trzy, Maciej Skiba i Krzysztof Iwaneczko. **115 min**

20

20.00 63. KFPP w Opolu – Premiery – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
21.55 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2 – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
23.50 Z biegiem lat, z biegiem dni (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 1980
Janina ma sześcioro dzieci i niewiele pieniędzy. Niełatwo wydać za mąż cztery córki bez posagu. **165 min**
2.35 Wałęsa. Człowiek z nadziei FILM – film biograficzny, Polska 2013, reż. Andrzej Wajda
4.40 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026
5.05 Reporterzy – magazyn reporterów
5.15 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026



21.55 KONCERT

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

Festiwalową scenę 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

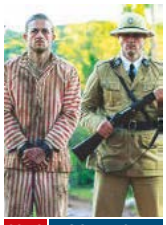
4.40 Na dobre i na złe (886): Gdzie diabeł mówi dobranoc – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1770) – serial obyczajowy, Polska 2023
6.25 Anna Dymna – spotkajmy się: Szymon Klimza – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3328) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026
7.55 Pytanie na śniadanie
11.30 Operacja 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 ostrzega Hancer, że będzie toczyć z nią wojnę. Jej pierwsza intryga 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



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 Charriere (Charlie Hunnam, zdj.) zostaje niesłusznie skazany na pobyt w kolonii karnej w Gujanie Francuskiej. W drodze do więzienia ratuje życie ekscentrycznemu fałszerzowi (Rami Malek). Ten postanawia mu pomóc w wydostaniu się z pilnie strzeżonej placówki. **140 min**

20.05 Rodzinka.pl (291) – serial komediowy, Polska 2025
20.40 Papillon. Motylek FILM – 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 – film kostiumowy, Wielka Brytania/USA 1998, reż. Randall Wallace, wyk. Leonardo DiCaprio, Gabriel Byrne, Gérard Depardieu, Jeremy Irons (patrz obok)
1.15 Dla Ciebie wszystko FILM – melodramat, USA 2014, reż. Michael Hoffman
3.25 Księżniczka na Manhattanie FILM – komedia romantyczna, Kanada/USA 2022, reż. John Bradshaw



23.00 KOSTIUMOWY

Człowiek w żelaznej masce

XVII w. Tron obejmuje despota 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

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, znajomą z dawnych lat, 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): Bezstresowe 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



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 Zając, zdj.). Byli kochankowie odbywają szczerą rozmowę. **50 min**



19.50 PRZYGODOWY

Piraci z Karaibów: Klątwa „Czarnej Perły”

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

19.50 Piraci z Karaibów: Klątwa „Czarnej Perły” FILM – film przygodowy, USA 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Depp, Keira Knightley, Orlando Bloom, Jack Davenport (patrz obok)
Pierwsza odsłona przygód korsarza ze świetnymi efektami specjalnymi ze studia filmowego założonego przez George'a Lucasa. Pięć nominacji do Oscara. **190 min**
23.00 Nowy początek FILM – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner, Forest Whitaker, Michael Stuhlbarg (patrz obok)
1.30 Ksiądz – horror s.f., USA 2011, reż. Scott Charles Stewart
3.30 Nasz nowy dom (358) – reality show, Polska 2025



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**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1659) – serial paradokumentalny, 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 długi. **135 min**

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

16.50 Szpital św. Anny (40) – serial obyczajowy, Polska 2025
Zosia mówi Sandrze o planowanym wyjeździe do Berlina. Zapewnia 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-latka. Policja znalazła w ich domu krew i dowody wskazujące na bójkę. Klient detektywów kieruje swoje podejrzenia na pacjenta matki, psychiatry 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



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 książę Leto (Oscar Isaac), ale przyszłością jest jego syn Paul (Timothée Chalamet, zdj.). Wkrótce wybucha konflikt z klanem Harkonnenów. Stawką są złoża melanżu – przyprawy, która pozwala uwolnić zdolność jasnowidzenia. **200 min**

20.00 FILM 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 statuetek. **200 min**

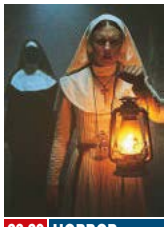
23.20 FILM Zakonnica – horror, USA 2018, reż. Corin Hardy, wyk. Demián Bichir, Taissa Farmiga, Jonas Bloquet, Bonnie Aarons (patrz obok)

1.20 FILM 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



23.20 HORROR

Zakonnica

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

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (4, 5): Z dala 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 wyjawić 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 FILM 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 sądzą, że Lucy jest jego narzeczoną. **130 min**

15.55 FILM 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 FILM Pożyczony narzeczony – 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 wnętrze samolotu. **125 min**

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

3.00 Zobacz to!



17.45 KOMEDIA

Pożyczony narzeczony

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 kurierem specjalizującym się w trudnych przesyłkach. Mężczyzna dostaje zlecenie od Anny (Loan Chabanol) i jej wspólniczek. Odkrywa, że został wplątany w intrygę, a przebiegła kobieta chce go wykorzystać w porachunkach z gangiem. **120 min**



22.00 THRILLER

Non-Stop

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

TVN 7

DVB T2

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

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

8.45 Ukryta prawda (1312, 1394, 1395) – serial paradokumentalny, Polska

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 paradokumentalny, 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 paradokumentalny, Polska 2023
Andrzej i Eliza, właściciele pubu, urządzają w lokalu przyjęcie z okazji rocznicy ślubu. Po imprezie mężczyzna dowiaduje się, że dopuścił się zdrady z kelnerką. Niczego nie pamięta. Przygodna kochanka zaczyna go szantażować. **60 min**

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

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

2.05 FILM 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 dotyczące 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). Ustalają 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 Usnavi (Anthony Ramos, zdj.), zbiera pieniądze na podróż do rodzinnego kraju. Brakuje mu jednak odwagi, ponieważ bardzo zżył się z lokalną społecznością. **175 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Rączka gotuje – mag.
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Niebezpieczne związki
14.20 Niezwykłe miejsca
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

TVP POLONIA

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 daję! – magazyn
15.50 Dlaczego krowa...
16.00 Boży wariat – film dok.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Górna półka smaku (5)
18.45 Panorama
19.20 Polacy światu
19.30 Program informacyjny 19.30
19.40 Pytanie dnia – pr. publ.

TV 4

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 paradokumentalny, 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

PULS 2

8.50 Masza i Niedźwiedź 5
9.20 Bing – serial animowany
9.35 Basia 2 – serial anim.
10.00 Jeżyk i Przyjaciele
10.25 Spidey i superkumple
10.55 Wielkie wakacje
FILM – kom., Francja/Wł. 1967
12.50 Wielka włóczęga
FILM – kom. wojenna, Francja/Wielka Brytania 1966
15.40 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: O Jasiu mocarzu – baśń filmowa, Niemcy 2020
16.55 Wianek świętojański
FILM – baśń film., Czechy 2015
19.00 Zbuntowana księżniczka i ekipa ratunkowa – film anim., Wlk. Bryt./Cypr 2024
PREMIERA FILM

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (218) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.55 Va banque – teleturniej
9.25 Koło fortuny – telet., Pol.
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 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 Koło fortuny – telet., Pol.
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.15 Postaw na milion

TTV HD

10.30 Detektywi (247, 248)
12.30 Zakup w ciemno 3 (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 kredycie 7 (3, 4) – reality show, Polska
18.05 Zakup w ciemno extra (22) – reality show, Polska
18.45 Damy i wieśniaczki. 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.

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (167)
Kazim porywa Seyran. Ferit 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

OBYCZAJOWY



20.00 Echo serca (1)
Magdalena Borska rozpoczyna pierwszy dzień w pracy. Po czteroletniej nieobecności w kraju próbuje przyzwyczaić 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

ROZRYWKA



20.00 Gwiazdy Kabaretu (170, 178) – Polska 2026
Kabaret Czesuaf (zdj.) zaprezentuje pełen czarnego humoru skecz „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 Lubię disco! (253) – muz.
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.

HORROR



21.00 Ja, Frankenstein
FILM – Australia/USA 2014
Humanoidalny potwór Adam (Aaron Eckhart, zdj.) powstał dwieście lat temu w wyniku eksperymentu dr. Frankensteina. Zostaje uwikłany w konflikt dwóch nieśmiertelnych 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
FILM – thriller, Wielka Brytania/Czechy/Francja 2007
3.20 Lombard. Życie pod zastaw 9 (460) – obycz.
4.20 Niesamowite! (3) – dok.

ROZRYWKA



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 3 (1) – pr. rozr., Polska 2026
1.15 Koło 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

ROZRYWKA



22.00 Ostre cięcie 12 (2) – Pol.
We wrocławskim salonie prowadzonym przez Martę klientkami są głównie seniorki. Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt (obaj na zdj.) chcą go odmienić – przez remont i szkolenie właścicieli. **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 Diabelnie boskie (7, 8)
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą (9, 10) – fab.-dok.
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (504) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.00** Strefa otwarta **17.25** Wojownicy czasu **17.55** Kreatywni po godzinach **18.05** Przystanek Kultura **18.20** Z Koroniewiczem przez Podlasie **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Leon Prauziński – z ołówkiem i karabinem **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.20** Pilna sprawa **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.00** Fach że hej **17.30** Klub Kultura **18.15** Słowo daję! **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

GDAŃSK **17.30** Do brzegu **17.50** Polacy na morze **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Zawodowcy **21.00** Bezgranicznie: Karaś&Frej **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **17.00** Nasza strona miasta **17.15** Doktórka **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 „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **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

POZNAŃ **17.00** Wspólne popołudnie **17.30** Teleskop **17.44** Wspólne popołudnie z naturą **18.30** Teleskop **18.55** Wielkopolskie rytmy młodych **21.02** Wykrywacz kłamstw **21.22** Litera | Sztuka **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.02** Kalejdoskop filmowy **17.10** Msza święta dla chorych **18.01** Popołudnie z TVP 3 Rzeszów **18.30** Aktualności **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** Całkiem niezła historia **19.05** MediaLab **19.21** Ekspert ZUS odpowiada **21.00** Mody 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 2 **21.00** Mody polskie **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **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** Oblicza kultury **21.02** Gwiazdy, gwiazdki, gwiazdeczki. Melodie sprzed lat **21.30** Fakty

TVP HD

7.55 Rodzinka.pl (155, 156)
8.55 Ojciec Mateusz 15 (198, 199) – krym., Pol. 2016
10.45 Gra słów. Krzyżówka
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 PitBull (29-31) – sens., Pol.
3.00 Rocky – dramat
FILM obyczajowy, USA 1976

TVP KULTURA

12.15 Roman Wilhelmi – „Podróże w czasie"
12.55 Humor Wiesława Michnikowskiego – rozr.
14.00 Jesienią o szczęściu
FILM – film obyczajowy, Pol. 1985
15.15 Nasz człowiek
FILM w Hawanie – thriller, Wielka Brytania 1959
17.10 Zmiennicy (11) – kom., Pol.
18.20 Video Killed the Radio Star – serial dok., Wlk. Bryt.
18.55 Pan wzywał, 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

ANTENA HD

7.25 Oszukali przeznaczenie. Historie prawdziwe 15 (10) – serial dok., Wlk. Bryt.
7.55 Kabaretowy szał (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)
3.50 Zakręcone stworzonka z internetu (7) – rozr., Pol.
4.45 Winnice miłości (67)

TV 6

6.55 Policjantki i Policjanci (659, 660) – serial obycz.
8.55 Kobra – oddział specjalny (205, 206)
11.00 48h. Zaginieni (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 Krejzi patrol (59, 60, 1-3)
4.30 Kochane pieniądze (46)
5.35 SuperLudzie Extra – mag.
5.45 Telezakupy TV Okazje

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 (2) – 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.

ROMANCE TV

14.15 Inga Lindström: Lato na wyspie – film obyczajowy, Niemcy 2005
16.05 Statek marzeń – Walvis Bay – obycz., Niemcy 2023
18.00 Zwierzyniec 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 poślubna do Nowej Zelandii – film obyczajowy, Niemcy 2007
23.50 Górski lekarz (113)
0.45 Statek marzeń
FILM – Auckland – film obyczajowy, Niemcy 2025

COMEDY CENTRAL

8.55 Przyjaciele (15-20) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 12 (20-24) – kom.
14.00 Teoria wielkiego podrywu (1) – serial komediowy, USA 2007
14.30 Dwóch i pół (15-18) – kom.
16.30 Przyjaciele (21-24) – kom.
18.30 Przyjaciele 2 (1, 2) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywu (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 Pracoholicy 6 (5, 6) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 2 (9) – pr. rozr., Wielka Brytania

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., Japonia/USA 2006
19.00 Szpital św. Anny (47)
20.00 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2
FILM – 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 FILM historyczny, Polska 2014
11.00 **K-911** – komedia FILM kryminalna, USA 1999, wyk. James Belushi
12.55 **Quigley na antypodach** FILM – western, USA/Australia 1990, wyk. Tom Selleck, Laura San Giacomo
15.30 **Partner** – komedia, USA FILM 1996, wyk. Whoopi Goldberg, Dianne Wiest
17.45 **Adwokat** – film FILM sensacyjny, USA 1998, wyk. John Travolta, Robert Duvall

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Nasz nowy dom** (272) – reality show, Pol. 2022
7.30 **Na ratunek 112** (879, 880) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (312-314) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (926) – serial paradokumentalny
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
19.00 **Gliniarze** (972) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 **Ślad** (48) – serial krym.
21.00 **Gliniarze** (767) – paradok.

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
20.25 **Ojciec Mateusz** (12)

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** FILM – melodramat, 1976, wyk. Leszek Teleszyński
11.35 **Krzyżacy** – film FILM historyczny, 1960, wyk. Mieczysław Kalenik, Grażyna Staniszewska
15.30 **Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** FILM – komedia obyczajowa, 1976
17.15 **Pogranicze w ogniu** (8, 9) – serial sensacyjny

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

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** FILM – thriller, USA 2016
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.15 **Listy do Julii** – komedia FILM romantyczna, USA 2010
20.00 **Czarownice Mayfair 2** (1) – serial fantasy, USA 2025, wyk. Alexandra Daddario, Tongayi Chirisa
20.50 **Making of CANAL+**

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.00 Wreszcie piątek: **Wieczny student** FILM – Niemcy/USA 2002, 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** FILM – horror, USA 1999
0.35 **Krzyk** – horror, USA FILM 1996, wyk. Drew Barrymore, Roger Jackson
2.55 **Demony wojny wg Goi** FILM – dramat wojenny, Polska 1998
5.00 **Nowa Scena Śmiechu 4** (8) – rozr., Pol.

SENSACYJNY



22.00 **Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2** FILM – USA/Meksyk 2002

El Mariachi (Antonio Banderas, zdj.) po śmierci ukochanej pogrąża się w depresji. Odnajduje go skorumpowany agent CIA. Chce, żeby mężczyzna zabił gen. Marqueza. Dla muzyka jest to okazja do osobistej zemsty. **125 min**

0.05 **Żona na niby** – komedia, FILM USA 2011, wyk. Adam Sandler, Jennifer Aniston
2.30 **Interwencja** – mag.
2.50 **Wydarzenia**
3.30 **Ewa gotuje** (515) – mag.
4.00 **Strzelnica Navala** (4) – magazyn sportowy

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 załamany po rozstaniu z Klaudią. Topi smutki w alkoholu. **115 min**

23.15 **Ojciec Mateusz 28** (365) – serial kryminalny, Polska
0.10 **Popiełuszko. Wolność jest w nas** FILM – 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

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 **Och, Karol** – 1985, reż. FILM Roman Załuski

Architekt Karol Górski (Jan Piechociński, zdj.) ma coraz więcej kłopotów z żoną i trzema kochankami. Pewnego dnia zastaje w domu wszystkie cztery panie, które chcą dać mu nauczkę. **120 min**

22.00 **Trick** – komedia FILM sensacyjna, 2010, wyk. Piotr Adamczyk
0.00 **Wtorek** – komedia, FILM 2001, wyk. Paweł Kukiz
2.25 **Po miłość** – dramat FILM obyczajowy, 2021
4.10 **Odwyk** – film krótkometr.
4.50 **Przez ciebie, po tobie** – film krótkometraż., 2024
5.25 **Sabina** – film krótkometr.

SENSACYJNY



21.05 **Adrenalina** – USA/ FILM Wielka Brytania 2006

Morderca Chev Chelios (Jason Statham, zdj.) dowiaduje 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**

KRYMINALNY



21.00 **To nie jest zagadka kryminalna** (6-ost.)

Nadchodzi wieczór otwarcia wystawy, która gromadzi miłośników sztuki. Wernisaż przybiera nieoczekiwany obrót, a na jaw wychodzą kolejne tajemnice. **55 min**

21.55 **Wcielenie zła** – horror, PREMIERA FILM Meksyk 2024, wyk. Isabel Aerenlund, Gia Hunter
23.20 **Dotyk** – melodram., Islan- FILM dia/Wielka Brytania 2024
1.20 **Ukryty motyw** – thriller, FILM Dania/Szwecja/Francja 2024, wyk. Sidse Babett Knudsen, Sebastian Bull

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

13 ULICA

6.15 **Zbrodnie idealne** (15, 16) – serial kryminalny, Fr. 2017
8.35 **Petra 2** (2) – 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 FILM przygodowa, USA 2001
14.15 **Jumanji** – film FILM przygodowy, USA 1995
16.20 **Zmartwychwstały** FILM – dramat obycz., USA 2016
18.45 **Chiński zodiak** – film FILM karate, Hongkong/Chiny 2012, wyk. Jackie Chan
21.00 **Venom 2: Carnage** FILM – film s.f., USA/Chiny 2021
23.00 **Ryzykanci** – dramat FILM sensacyjny, USA 1997
0.55 **Ślad** (100-103) – krym., Pol.
4.55 **Na ratunek 112** (829, 830)

HBO

10.45 **Eddie zwany Orłem** FILM – film biograficzny, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2016
12.30 **Na planie 23** (23) – mag.
12.55 **DJ Ahmet** – komediodra- FILM mat, Macedonia/ Czechy/Serbia 2025
14.30 **Policja zastępcza** – kome- FILM dia sensacyjna, USA 2010
16.15 **Po drugiej stronie** FILM **globu** – musical, USA 2007
18.25 **I.S.S.** – thriller s.f., USA FILM 2023, wyk. Ariana DeBose
20.00 **Abigail** – horror, FILM USA/Irlandia 2024
21.45 **Lighthouse** – horror FILM psycholog., 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 **Paszport do Paryża** FILM – film familijny, USA 1999, wyk. Mary-Kate Olsen
12.30 **Dziewczyna** FILM **na pożegnanie** – komedia romantyczna, USA 1977
14.45 **Naciągacze** – komedia FILM kryminalna, USA 2003
17.05 **Seks w wielkim** FILM **mieście 2** – komedia romantyczna, USA 2010
20.00 **Pokerowy blef** FILM – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007
22.25 **Szczęściarz** – dramat FILM obyczajowy, USA 2012
0.25 **Parszywa dwunastka** FILM – 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 FILM kryminalny, Wlk. Bryt. 1978
16.35 **Opadające liście** FILM – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023
18.15 **Vera 14** (2) – serial krym.
20.10 **Angielska robota** – film FILM sens., Wlk. Bryt./USA 2008
22.25 **Furioza** (1, 2) – sens., Pol.
0.30 **Dig** – thriller, USA 2022, FILM wyk. Emile Hirsch
2.10 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (3) – serial krym.
3.05 **Polana pośród brzeziny** FILM – dramat obyczajowy, Francja/Pol./Niem. 2003
4.35 **Uwięziona** – krótkometr.
5.00 **Swoboda** – krótkometraż.

CANAL+ FILM

13.55 **Miss mokrego** 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'a** FILM – thriller, USA/Niemcy/ Czechy 2002
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Zawód: Szpieg** – dramat FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
22.00 **Zabójczy umysł** FILM – thriller, Włochy 2022
23.45 **Paraliż** – thriller, USA FILM 2024, wyk. Kelsey Chow
1.15 **Mroczny dom** FILM – 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 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) – fantasy
21.00 **Chappie** – film s.f., FILM USA/Meksyk 2015
23.30 **Bałkańska vendetta** FILM – film sensacyjny, USA 2017
1.25 **Anakondy: Polowanie** FILM **na krwawą orchideę** – film sensacyjny, USA 2004
3.20 **Czarodziejki 7** (21, 22)
5.00 **Prométhée** (4)

PARAMOUNT NETWORK

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

FX

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

KINO TV

9.55 **Nad Niemnem** (2-ost.) FILM – film obyczajowy, Pol. 1986
12.00 **Grobowiec smoka** FILM – film przygodowy, Wielka Brytania/Chiny 2013
13.55 **Flintstonowie** FILM – komedia, USA 1994
15.50 **Napad** – komedia FILM kryminalna, USA 1999
17.40 **Lot Feniksa** – dramat FILM sensacyjny, USA 2004
20.00 **Dziki cel** – komedia sens., FILM Fr./Wielka Brytania 2010
22.00 **Hellboy** – horror s.f., FILM USA 2004, wyk. Ron Perlman, John Hurt
0.40 **Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 2** FILM – 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. 2026
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 **Pętla** (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 opałach 7** (19) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (4) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (6)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 7** (20) – dok.
20.50 **Koleją przez świat** (5)
21.55 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata** (4) – serial dokum.
22.55 **Zasada przyjemności** (9, 10) – serial kryminalny

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

PIĄTEK 5 czerwca

WSCH. SŁ. 04.27 | ZACH. SŁ. 20.58 | Imieniny: Bonifacego, Emilii, Waltera

TeleTydzień

TLC

11.00 **Rodzina 10+ 8** (7) – rozr.
12.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (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 sporami** – reality show
23.00 **Dr Pryszczylla 5**
0.00 **Dr Pryszczylla 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 wieśniaczki. PL 7** (4) – serial fab.-dok.
6.45 **Zgłoś 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 **Przetrwać nad Jukonem:** Kraina mrozu
12.00 **Fani czterech kółek 16**
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: rozbitkowie** (6)
15.00 **Złomowisko PL 4** (8)
16.00 **Gorączka złota 16**
17.00 **Nic do zgłoszenia** (2)
18.00 **Kamperem przez świat** (8)
19.00 **Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3** (4)



21.00 **Specjalistki** (2)
22.00 **Bimbrownicy 14:** Podejrzani
23.00 **Nagi instynkt 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 filiżance 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 Mumbaj**
FILM – 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 amiszów** – film dokum., Wielka Brytania 2012
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (1-4) – 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 **Przepis na życie 5** (8)
14.35 **Zapukaj do moich drzwi** (153) – telen., Turcja 2020
15.45 **The Floor** – teleturniej, 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 Teksasu 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 Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży
20.00 **Eksperyment: Odsiadka**
21.05 **Strażnik czasu** – thriller
FILM s.f., USA/Japonia 1994
23.05 **Magia nagości. Niemcy – reaktywacja** – rozr., Niem.
0.05 **Magia nagości. Norwegia 4** – pr. rozrywk.
1.00 **Magia nagości. 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:** Klątwa drapieżcy; Strzały – serial dok.
23.00 **Tesla: Niebezpieczny umysł:** Podejrzany 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
13.00 **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 **Gułag – system śmierci** (2) – film dok., Francja 2019
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
21.00 **CIA: Tajemnice i szpiedzy**
22.00 **Strefa 51: Tajne archiwa CIA** – film dokum., Wlk. Bryt.
23.00 **Ukraina: Wielki głód** – dok.

BBC EARTH

12.15 **Zielona planeta** – serial dok.
13.20 **Dynastie** – serial dokum.
14.25 **W okowach mrozu** – dok.
15.25 **Życie na pustkowiu: powroty** – serial dokum.
16.25 **Wielkie koty 24/7 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 **Makłowicz 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... Kabaret! 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 **Więzienie** – serial dokum.
11.00 **Poirot 6** – serial kryminalny
13.00 **Poirot 7** (1) – krym., Wlk. Bryt.
15.00 **Świat według Bundych 4** (78-80) – serial komediowy
16.30 **Świat według Bundych 6** (106-108) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (8, 14) – kom., Pol.
19.20 **Miodowe lata** (79, 80)
21.00 **Zdrady** (108) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (19, 20, 110) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – 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 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
22.05 **House Hunters – Poszukiwacze domów 9**
23.40 **House Hunters – Poszukiwacze domów 10** – pr. rozrywk.
0.15 **Sprzątaczki 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 **Oblicza 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 instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
23.10 **Kobieta na krańcu świata**
0.55 **Oblicza 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 zmroku:** Jeźdźiec bez głowy
13.00 **Przedziwna planeta Ziemia:** Przetrwanie – dok.
14.00 **Dzikie koty z Indii**
15.00 **Walki zwierząt**
16.00 **Wyzwania natury**
16.30 **Dzikie oblicza Ameryki**
17.00 **Oko w oko z dziką naturą**
18.00 **Krokodyl – wielki ocalały Australii** – film dokum., RPA
19.00 **Zwierzaki w amoku**
20.00 **Niszczycielskie żywioły**
21.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Sekretne życie ośmiornic**

POLSAT VIASAT HISTORY

9.00 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł:** Pochodzenie zła
10.10 **Kto napisał Biblię?** – dok.
11.20 **Militarny ranking**
13.30 **Kryminologia starożytności**
14.30 **Sekrety Watykanu: papież i diabeł:** Pochodzenie zła
15.40 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
16.35 **Kto napisał Biblię?** – dok.
17.50 **Militarny ranking:** Siły zbrojne; Czołgi – serial dokum.
20.00 **W poszukiwaniu zaginionych wikingów**
21.00 **Naziści: korzenie zła**
23.05 **Tajemnice Jezusa** – dok.
0.15 **Militarny 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.
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 zieleń** – 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 12** – dok.
21.00 **Cudotwórcy 7** – mag.
21.55 **Wielkie projekty: transformacje** – 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 KOBIETA

14.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka**
15.00 **Po prostu na wieś** – pr. rozr.
15.30 **Ojciec Mateusz 30** (387, 388) – serial kryminalny
17.30 **Magiczny 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 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.45 **Zdrajcy/Patrioci** – 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 **Jerozolima – budowniczowie 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 rakiem** – film dok., Austria
16.45 **W stronę sacrum:** Piękno
17.50 **Sanatorium miłości**
18.45 **Śpiewała Ewa Demarczyk**
20.00 **Była sobie piosenka** – dok.
21.00 **Miasto niespełnionych marzeń** – film dokumentalny
22.25 **Nierozwikłane zbrodnie Kuby Rozpruwacza** – dok.

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

5.35 **Sportowy wieczór**
6.00 **Mundial 2026 – Legendy miejskie**
7.10 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecz: Polska – Czechy, 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



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

EUROSPORT 1

10.00 **Żeglarstwo:** 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)**



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

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



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

TVP ABC

7.35 **Świnka Peppa 3**
7.40 **Tyciaki**
8.10 **Ernest i Celestyna**
8.30 **Henrietta**
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Ugotuj nam bajkę**
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**
13.00 **Zaczarowany świat...**
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**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**

MINIMINI+

11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
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**
19.36 **Jeżyk Happy**

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**



20.00 **Bez kitu** – pr. publicyst.
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło 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 **Szkło 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 Lo-udenvielle – 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 Lo-udenvielle – zjazd 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: Dziki 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 – zakręcona paka**
9.55 **Grzmotomocni: Tajniacy 2**
10.25 **Niebezpieczny Henryk 5**
11.20 **That Girl Lay Lay 2**
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 muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wydanie Specjalne**
18.00 **Panorama**
18.30 **Wydanie 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: Elina Switolina – Jessica Pegula
8.10 **Tenis:** Turniej WTA w Meridzie – finał: C. Bucsa – M. Fręch
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 **Formuła 1:** GP Monako – 1. sesja treningowa **(live)**
15.05 **Formuła 2:** GP Monako – sesja kwalifikacyjna **(live)**
16.05 **GP Confidential**
16.40 **Formuła 1:** GP Monako – 2. sesja treningowa **(live)**
18.35 **Formuła 1:** GP Monako – 1. i 2. sesja treningowa
21.25 **Ligue1 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 **Motocyklowe Mistrzostwa Świata:** Grand Prix Włoch – podsumowanie
20.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Rzymie
22.30 **Siatkówka kobiet:** LN
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 42 w Żyrardowie – walka: Bartłomiej Gładkowicz – Sergiusz Zając 22.11.2024

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd 2**
9.55 **Tim Rex wśród gwiazd**
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**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.30 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 2**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue 3**
11.00 **Superkoty 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Jej Wysokość Zosia**
12.30 **Blue**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 2**
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**

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 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

11.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Hunters PSŻ Poznań – Polonia Piła
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 **Ligomistrzowe 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**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Jeździć, obserwować**
19.00 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
19.45 **Moto kombat**
20.30 **Mobilni mechanicy**
21.15 **Duda kontra Szafrański**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Z drugiej ręki**
23.00 **Zawodowi handlarze**
23.45 **Moto Fachury**
0.25 **Wojny samochodowe**

TVS

10.05 **Dzisiaj w regionie**
10.20 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Wochenblatt TV**
11.10 **Dzisiaj w regionie**
11.20 **Muzyczne dzień dobry**
12.55 **Klachy i Lachy**
14.30 **Spotkanie z balladą**
15.40 **Muzyczne podróże**
16.45 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
17.50 **Weekend z TVS**
18.00 **Koncert życzeń**
19.05 **Weekend z TVS**
19.15 **Koncert w TVS**
21.15 **Koncert w TVS**
23.05 **Szlagierowa lista**

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**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

Premiera

PRZYSTĘPNIE O MOTORYZACJI

Magia czterech kółek

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.

WYŻSZA SZKOŁA JAZDY

W dzisiejszym premierowym odcinku nowego programu Aleksandra Kostrzewska i Tomasz Korniejew zajrzą 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 wyzwaniu, 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 posiąść 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



CIĘŻARÓWKĄ PRZEZ MALEZJĘ

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 Szafrański w swoim programie skupiają się przede wszystkim na okazyjnym 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 przyda się każdemu kierowcy. Warto więc jak najczęściej zaglądać do ich warsztatu.
➲ SO 6.06 godz. 16.00 TVN Turbo

FOT. TVP, TVN (3), BBC



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 Erywaniu, 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**



FOT. M. Ankiersztejn/NIMiT, Beata Zawrzel/Reporter, Adobe Stock

REKLAMA

BYŁO MI TRUDNO NAWET CHODZIĆ...
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 WSPÓŁDZIAŁANIA
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 „wynalazła" 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** przyśpiesza 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.
INNOWACYJNE POŁĄCZENIE
KANNABINOIDY + ŻYWOKOST

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

5.50 **Słownik polsko@polski** (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 Jedynce: **Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego** (1) – serial dokumentalny, Hiszpania 2026, reż. Carlos Pérez (patrz obok)
12.55 Gwiazdy w południe:
FILM **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

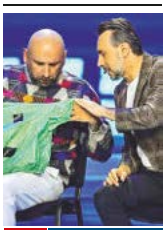


11.40 DOKUMENT
Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego (1)
Opowieść o najmniejszych zwierzętach południowo-zachodniej Europy, które ujawniają niezwykłe talenty i strategie przetrwania. Skakuny tańczą, by zdobyć partnerkę. Pająki krabowe i skorpiony zastawiają pułapki na swoje ofiary. **75 min**



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 takie gwiazdy, jak Doda (zdj.), Natalia Kukulska, Mietek Szcześniak, Golden Life, Urszula i Kuba Badach. **115 min**

20 20.00 **63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza** – 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 Mieszkańcy Krakowa są zafascynowani „Weselem" Wyspiańskiego. Misia Chomińska wyznaje miłość korepetytorowi Relskiemu. Ojciec postanawia dowiedzieć się o nim czegoś więcej. **155 min**
2.15 **Tylko strach** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1993, reż. Barbara Sass
4.00 **Film dokumentalny**



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 przygód małżeństwa Paciaciaków. **105 min**

TVP 2

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**
10.55 **Górna półka smaku** (6) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.25 **Zmiennicy** (1): Ceny umowne – serial komediowy, Polska 1986, wyk. Mieczysław Hryniewicz, Ewa Błaszczyk Jacek i pan Stanisław jeżdżą na zmianę starą taksówką. Taj Krashan ma kłopoty z wierzycielami. Strażak Kuśmider nielegalnie sprzedaje stacjom paliw benzynę, którą kupił od kolejarzy. **65 min**
12.30 **Festiwal Zaczarowanej Piosenki – półfinał 2026** – reportaż, 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 spał w moim łóżeczku – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 **Panna młoda** (116) – serial obyczajowy, Turcja 2024 Beyza ostentacyjnie 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): Staszek – serial komediowy, Polska 2025



18.45 MAGAZYN
Wyższa Szkoła Jazdy (1)
Aleksandra Kostrzewska i Tomasz Korniejew (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 zmowę. Śledztwo w tej sprawie prowadzą 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**

20.00 **Strażnik** – film sensacyjny,
FILM 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**
FILM – komedia, USA 2019, reż. Woody Allen, wyk. Timothée Chalamet, Elle Fanning, Liev Schreiber, Suzanne Smith (patrz obok)
23.35 **Papillon. Motylek**
FILM – dramat biograficzny, Czechy/Hiszpania/USA 2017, reż. Michael Noer
2.00 **Człowiek w żelaznej**
FILM **masce** – film kostiumowy, Wielka Brytania/USA 1998, reż. Randall Wallace



21.55 KOMEDIA
W deszczowy dzień w Nowym Jorku
Gatsby (Timothée Chalamet, zdj.) chce pokazać ukochanej rodzinne miasto. Ścieżki pary się jednak rozchodzą. Rozczarowany chłopak spotyka siostrę byłej partnerki. **100 min**

POLSAT

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 żółtkiem, chłodnik z botwinką i ogórkami w formie lodów, smash burgery i keto sernik. **35 min**
11.55 **Dziennik cwaniaczka**
FILM – 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**
FILM – komedia romantyczna, USA 2002, reż. Wayne Wang, wyk. Jennifer Lopez, Ralph Fiennes, Natasha Richardson, Stanley Tucci (patrz obok) Wykorzystująca motyw Kopciuszka opowieść zainspirowana prawdziwą historią syna gubernatora Nowego Jorku Nelsona Rockefellera, Stevena Clarka, który w 1959 roku poślubił pracownicę rodzinnej rezydencji, Anne-Marie Rasmussen. **150 min**
16.20 **Kochaj albo rzuć**
FILM – 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 nieślubną 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**



13.50 KOMEDIA
Pokojówka na Manhattanie
Samotna matka Marisa (Jennifer Lopez, zdj.), która pracuje w hotelu, przymierza elegancki strój 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
Odbywająca się w amfiteatrze Kadzielnia w Kielcach impreza jak co roku gromadzi najlepszych ekspertów od rozśmieszania. Wystąpią m.in.: Robert Górski z Kabaretem Moralnego Niepokoju, Kabaret Młodych Panów, K2, Nowaki i Kabaret Skeczów Męczących (zdj.). **200 min**

19.55 **Świętokrzyska Gala Kabaretowa 2025** – program rozrywkowy, Polska 2025 (patrz obok)
23.15 **Venom** – film s.f., Chiny/USA
FILM 2018, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Hardy, Michelle Williams, Riz Ahmed, Scott Haze (patrz obok) Widowiskowe, pełne czarnego humoru losy komiksowego antybohatera. **150 min**
1.45 **Złoto pustyni** – film
FILM wojenny, USA 1999, reż. David O. Russell Zatoka Perska po zakończeniu walk. Major Gates (George Clooney) zdobywa informację o złocie ukrytym przez Husajna. Wraz z trzema kolegami chce je odnaleźć. **145 min**
4.10 **Kabaretowa Ekstraklasa** (124) – program rozrywkowy, Polska 2017



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**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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 gliny (2) – serial kryminalny, Polska 2026
W mieście grasuje gwałciciel. 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 FILM Clifford. Wielki czerwony pies – komedia, Kanada/USA 2021, reż. Walt Becker, wyk. Darby Camp, Jack Whitehall, Izaac Wang, John Cleese (patrz obok)

16.35 FILM 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**

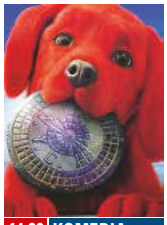
19.00 Fakty

19.30 Sport

19.35 Raport Roland Garros (14) – program sportowy, Polska 2026

19.40 Pogoda

19.45 Uwaga! – magazyn reporterów



14.30 KOMEDIA

Clifford. Wielki czerwony pies
Emily (Darby Camp) opiekuję się czerwonym szczeniaczkiem. Chce, żeby szybko urósł 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 Gerry'ego. W dniu trzydziestych urodzin dostaje taśmę z nagraną 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**

20.00 FILM P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007, reż. Richard LaGravenese, wyk. Hilary Swank, Gerard Butler, Lisa Kudrow, Gina Gershon (patrz obok)

22.45 FILM 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 FILM Dom w głębi lasu O – 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



22.45 FANTASY

Trzy tysiące lat tęsknoty
Alithea Binnie (Tilda Swinton) podczas podróży do Stambułu kupuje stare naczynie. Uwięziony w nim dżin (Idris Elba, zdj.) w zamian za wolność oferuje badaczce spełnienie trzech pragnień. **130 min**

TV PULS

DVB T2

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 uczyła się na profilerkę. **180 min**

9.00 Taki 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 nasyła 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 Andżeli pączki i zaprasza ją do grupy wsparcia. Justyna i Roman żegnają Maksyma. Chłopiec wyjeżdża do Berlina, ale pragnie jeszcze jeden dzień spędzić w Polsce. Roman zastanawia się, co u Mariusza. **240 min**



16.00 OBYCZAJOWY

Lombard. Życie pod zastaw 18 (964-967)
Danka wpada w kłopoty 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 FILM 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 FILM 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 Waugha i Gerarda Butlera. **155 min**

0.55 FILM Kobiety mafii 2 O – film sensacyjny, Polska 2019, reż. Patryk Vega

3.45 Zobacz to!



22.20 THRILLER

Kandahar
Agent CIA (Gerard Butler, zdj.) realizuje tajną misję na Bliskim Wschodzie. Uwięziony w sercu wrogiego terytorium mężczyzna musi przedostać się do punktu ewakuacyjnego w Kandaharze. **155 min**

TVN 7

DVB T2

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 FILM 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. Ratowniczka 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 Dębosz i Jakub Nowacki znajdują tajemniczą notatkę. **60 min**

17.45 FILM Bardzo Dziki Zachód – western komediowy, USA 1999, reż. Barry Sonnenfeld
Rok 1869. 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 niezwykły szmaragd, który ma moc budowania i niszczenia cywilizacji. Sonic musi ich powstrzymać. Wraz z przyjacielem rusza w niezwykłą podróż. **150 min**



10.25 ROZRYWKA

Zgłoś remont 11 (1)
Magda i jej mąż wraz z dwiema dorastającymi córkami mieszkają w wymarzonym domu. Wykończyli go z wielką dbałością o detale. Zabrakło jednak pomysłu na sypialnię i garderobę. Krzysztof Miruć (zdj.) podejmuje się zadania wykończenia tych wnętrz. Wie, że ma do czynienia z bardzo wymagającymi klientami. **60 min**

20.00 FILM Ocean's 8 – komedia kryminalna, USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna (patrz obok)

22.20 FILM 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 FILM 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**



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

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

7.05 **Agrobiznes weekend**
7.30 **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 Towarzyszy** – transmisja
12.00 **Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu** – dok.
12.55 **Regiony na TAK** – mag.
13.25 **Lato 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

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 łamie 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

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 **Policjantki i Policjanci** (1426-1430) – serial obyczajowy, Polska 2026

PULS 2

6.00 **Ale numer! 18** (18) – rozr.
6.35 **Smerfy** – serial anim.
7.35 **Kacze opowieści** – serial animowany
8.25 **Zbuntowana księżniczka i ekipa ratunkowa** FILM – film anim., Wlk. Bryt./Cypr 2024
10.25 **Asterix i wikingowie** FILM – anim., Fr./Dania 2006
12.00 **Boso przez świat**
13.50 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (1)
14.55 **Mia i biały lew** – film FILM przyg., Fr./Niem./RPA 2018
17.00 **Matylda** – komedia, USA FILM 1996, wyk. Mara Wilson
19.00 **Asteriks i Obeliks: Osiedle bogów** FILM – film anim., Belgia/Francja 2014

TVP ROZRYWKA

8.50 **Kiedyś to było...** – mag.
9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (5) – magazyn
10.45 **Szansa na sukces. Opole 2026** (3)
11.45 **Przyrodnik na tropie** (32) – serial dokumentalny
12.20 **Prywatne życie zwierząt 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

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)

DOKUMENT



19.30 Lato na ROD'os – Pol.
Kulisy życia bywalców 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 programowym lokalnych stacji telewizyjnych: Białystok, Bydgoszcz, Gdańsk, Katowice, Kraków, Lublin, Łódź, Poznań, Rzeszów, Szczecin, Warszawa, Wrocław

SZPIEGOWSKI



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 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór** – program rozrywkowy
0.40 **Ja wam pokażę!** (1) – serial obyczajowy, Polska 2007

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (105-108)
Zespół próbuje schwytać Michaela 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 Drogówka** – magazyn policyjny
3.05 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (254) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

KOMEDIA ROMANTYCZNA



20.30 Ja cię kocham, a ty śpisz FILM – USA 1995
Nieśmiała kasjerka Lucy (Sandra Bullock, zdj.) 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 **Wstydliwe 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

ROZRYWKA



20.00 Kabaret Letnią Porą (1, 2) – Polska
Cykl przypomina najbardziej udane skecze, monologi i piosenki popularnych polskich grup kabaretowych. Widowisko przedstawione zostało w przyjemnej, letniej konwencji. **125 min**

22.05 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
0.05 **Koło fortuny** – telet., Pol.
1.25 Życie to kabaret: **Taka to robota, 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

FAB.-DOKUM.



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 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.05 Historie niezapisane 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 Świadkowie czasu 21.00 Kwartet 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 16.45 Teraz Inowrocław 17.00 Bliżej nieba 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

GDAŃSK 17.00 Drogi wolności 18.00 Adwokaci w sztuce 18.30 Panorama 19.00 Do brzegu 21.31 Panorama 21.43 Pogoda

KATOWICE 16.44 Symfonia Tysiąca 17.15 Na KONcu świata 17.30 Relacje 17.45 Zdarzyło się 18.00 Rączka gotuje 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.12 Papyn pyto 21.00 Schlesien Journal 21.15 Ziołowa 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 Językowe u wagi 21.00 Reportaż w TVP Lublin 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 16.52 Ekspert ZUS odpowiada 17.00 Wesołe lata Telewizji Kraków 17.30 Jazz Kwadrans 17.45 Babskim okiem 18.00 ABC pacjenta 18.19 Teatr Wielki zza kulis 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Kulturalnie po Łodzi i regionie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia 21.50 Za szybą

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 – pośród mórz 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas

WARSZAWA 16.51 Reagujemy 17.15 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 18.00 Informacje z Mazowsza 18.15 Filmowe spotkania 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Weterani sportu 19.16 Retro Wawa 21.00 Bohaterki 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 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 Miasta 21.01 Słownik polsko@polski 21.31 Fakty

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 łamie 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. Szepty słychać po zmroku** (1-3) – krym., Pol.
4.10 **Tylko jeden** – thriller s.f., FILM USA 2001, reż. James Wong

TVP KULTURA

11.50 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien** – dok.
13.00 **Duma i namiętność** – film FILM przygodowy, USA 1957
15.25 **Kariera Nikodema Dyzmy** (1) – serial obyczajowy, Polska 1980
16.30 **Uczta Babette** – film FILM obyczajowy, Dania 1987
18.25 **Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji** – reportaż, Pol.
19.00 **Konkurs Eurowizji dla Młodych Muzyków – Erywań 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**

ANTENA HD

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** FILM **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

6.00 **Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk** – anim.
7.00 **Jak zostać czarodziejem** FILM – film animowany, Wielka Brytania/Meksyk/USA 2018
8.55 **Cobra Kai** (9-11) – przyg.
11.05 **Magnum: Detektyw 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 **Telezakupy TV Okazje**

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 światłach 2** (4) – krym.
2.30 **Z pamiętnika położnej 8** (7, 8) – serial obyczajowy
4.40 **Ojciec Brown 4** (10)

ROMANCE TV

14.20 **Statek Marzeń** FILM **– Mauritius** – film obyczajowy, Niemcy 2014
16.15 **Lilly Schönauer: Dobrze zaplanowana miłość** FILM – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2007
18.05 **Rosamunde Pilcher:** FILM **Rocznica ślubu** – film obyczajowy, Niemcy 2022
20.00 **Detektyw von Fock** (1, 2)
21.55 **Nord Nord Mord** 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 **grochu** – film familijny, Niemcy 2010

COMEDY CENTRAL

13.30 **Przyjaciele 10** (15-17)
15.30 **Przyjaciele** (1-5) – kom.
18.00 **9JKL** (1, 2) – kom., USA 2017
19.00 **Duchy** (13-16) – fantasy
21.00 **Ostra jazda** – komedia, FILM USA 2000, reż. Todd Phillips
23.00 **Comedy Club 9** (7, 8)
0.00 **Miasteczko South Park 21** (10)
0.30 **Miasteczko South Park 22** (1-3)
2.00 **Pracoholicy 5** (10-13)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (1) – pr. rozr., Wielka Brytania
4.30 **Śmieszniej nie będzie** (2)
5.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (3) – pr. rozr., Wielka Brytania
5.30 **Śmieszniej nie będzie 4** (4) – pr. rozr., Wielka Brytania

TVN FABUŁA

6.50 **Prawo Agaty** (8-12)
11.50 **Atramentowe serce** FILM – film fantasy, Niemcy/USA 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:** FILM **Ponowne szkolenie** – komedia, USA 1986
20.00 **Bliźniak** – film sensacyjny, FILM USA/Chiny/Kolumbia 2019
22.35 **Król życia** – komediodra- FILM mat, Polska 2015
0.40 **Zmierzch** – 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 FILM **K-9** – komedia kryminalna, USA 1989, wyk. James Belushi, Mel Harris
15.50 FILM **Starsza pani musi zniknąć** – komedia, USA/Niemcy 2003, wyk. Drew Barrymore, Ben Stiller
17.40 FILM **BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016, wyk. Mark Rylance, Ruby Barnhill, Rafe Spall

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**
FILM – komedia s.f., USA 2012, wyk. Will Smith, Tommy Lee Jones

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 **Czterdziestolatek** (12) – serial obycz., Pol. 1975
18.35 **U Pana Boga w ogródku** (4) – kom.

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 **Podróże 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 – film historyczny, 1968
15.45 **Nie ma róży bez ognia**
FILM – kom. obycz., 1974, wyk. Jacek Fedorowicz
17.50 **Co mi zrobisz, jak mnie**
FILM **złapiesz** – komedia, 1978

AXN

6.00 **Gęsia skórka** – komedia,
FILM 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**

CANAL+ PREMIUM

7.25 **Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja
9.10 **Heidi ratuje rysia**
FILM – film anim., Niem./Hiszpania/Bel. 2025
10.30 **Warcraft: Początek**
FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
12.30 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
12.45 **To nie jest zagadka kryminalna** (1-3) – serial kryminalny, Belgia 2025
15.35 **Mamma Mia!** – komedia
FILM muzyczna, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2008
17.25 **Chopin, Chopin!** – dram.
FILM biograf., Polska 2025
19.35 **Morderstwo**
FILM **w ambasadzie** – film krym., Wlk. Bryt. 2025

DRAMAT KRYMINALNY



20.00 Głośne hity: **Pocałunek**
FILM **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 ścigania informacje na jego temat. **125 min**

22.05 **Kod Merkury** – film
FILM sensacyjny, USA 1998, wyk. Bruce Willis
0.10 **Horror Story** – czarna
FILM komedia, Polska 2023
2.35 **7 uczuć** – komedio-
FILM dramat, Polska 2018
5.20 **Najpiękniejsze fajerwerki ever** – film krótkometraż., Pol.

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
FILM sensacyjny, USA 2020
0.25 **Bloodshot** – film s.f.,
FILM 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 **Telezakupy TV Okazje**

KRYMINALNY



19.25 **Ojciec Mateusz 28** (358-360) – Polska 2022
Policjanci wyjaśniają okoliczności śmierci Sandry. Dziewczyna prowadziła w internecie popularny kanał o zdrowym odżywianiu. Gościem jednego z odcinków był ksiądz 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 **PitBull** (14) – serial sens.
2.35 **Oficerowie** (1, 2) – serial sensacyjny, Polska 2006
4.20 **Rodzinka.pl** (138-140) – serial kom., Polska 2015

KOMEDIA SF



20.00 **Seksmisja** – 1983, reż.
FILM Juliusz Machulski
Maks (Jerzy Stuhr, zdj.) i Albert (Olgierd Łukaszewicz, zdj.) budzą się z hibernacji po wojnie nuklearnej. Jako ostatni mężczyźni mają zostać poddani przymusowej operacji zmiany płci. **160 min**

22.40 **Ostatnia misja**
FILM – film sensacyjny, 1999
0.50 **Skrzydlate świnie**
FILM – komediodramat, 2010, wyk. Paweł Małaszyński
3.00 **Game Over** – dramat
FILM obyczajowy, 2024
4.55 **Diabeł** – film krótkometr.
5.30 **Te cholerne peonie**
– etiuda filmowa, 2023
5.45 **Plansza nocna** (1)

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:**
FILM **Przebudzenie** – horror s.f., USA/Kanada 2012
2.40 **Karate Kid 4: Mistrz**
FILM **i uczennica** – film przygodowy, USA 1994
4.50 **FBI: International 4** (7) – serial kryminalny, USA
5.35 **Blok promocyjny AXN**

HORROR



21.00 PREMIERA FILM **Zabójcza orka** – Australia/USA/Wielka Brytania 2026
Maddie (Virginia Gardner, zdj.) i Trish (Mel Jarnson, zdj.) podczas wakacji w Tajlandii eksplorują lagunę, która uchodzi za nawiedzoną. Zostają zaatakowane przez krwiożerczą orkę. **90 min**

22.30 **Gdy zgasną światła**
FILM – film sens., USA 2024
0.20 **Zapiski śmiertelnika**
FILM – komediodramat, Polska 2025, wyk. Ireneusz Czop
1.55 **Namierzony** – dramat
FILM sensacyjny, USA/Wł. 2025

CANAL+ 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:**
FILM **Strach na kampusie** – film kryminalny, Fr. 2024
22.00 **Tajemnice kwiaciarni:**
FILM **Nie mów nikomu** – film kryminalny, Kan./USA 2016
23.50 **Komornik 2** – komedia
FILM sensacyjna, USA 2020, wyk. Scott Adkins
1.55 **Podróżnik** (3) – serial krym.
3.55 **Petra** (4) – serial krym., Wł.

POLSAT FILM

6.00 **Twoja 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 – 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 **Więzień labiryntu: Lek**
FILM **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,
FILM Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022
2.35 **Ślad** (104, 105) – krym., Pol.
4.35 **Na ratunek 112** (830, 831)

HBO

11.50 **Królewska wystawa**
FILM – kom. romant., USA 2025
13.15 **Tajemnica złotnika**
FILM – dramat obycz., Hiszp. 2025
14.55 **Dotknięci miłością**
FILM – dramat obycz., Wielka Brytania/Irlandia 2024
16.45 **Siła naszych marzeń**
FILM – dramat obyczajowy, Francja/Kanada 2022
18.35 **Horton słyszy Ktosia**
FILM – film animowany, USA 2008
20.00 **Prawdziwy ból**
FILM – komediodramat, USA 2024
21.30 **Panna młoda!** – horror,
FILM USA 2026, wyk. Jake Gyllenhaal, Jessie Buckley
23.40 **Zniknięcia** – horror, USA
FILM 2025, wyk. Julia Garner
1.50 **Mroczny fajter** – film
FILM sensacyjny, USA 2023

WARNER TV

9.00 **Wieczniе młody** – dramat
FILM obyczajowy, USA 1992
11.00 **Dziedzic maski** – komedia
FILM przyg., USA/Niemcy 2005
12.55 **Superman 3** – film przyg.,
FILM Wlk. Bryt./USA 1983
15.25 **Stosunki międzyma-**
FILM **stowe** – komedia romantyczna, USA 2010
17.30 **Dziewczyna**
FILM **na pożegnanie** – komedia romantyczna, USA 1977
19.40 **Rodzinne rewolucje**
FILM – komedia, USA 2014
22.00 **Wrogie niebo 4** (8, 9) – s.f.
23.45 **Kula** – thriller s.f., USA
FILM 1998, wyk. Dustin Hoffman
2.25 **13. dzielnica: Ultimatum**
FILM – film sensacyjny, Fr. 2009
4.25 **Panna Fifi** – dramat
FILM społeczny, USA 1944

ALE KINO+

9.45 **Georgie ma się dobrze**
FILM – komediodramat, Wielka Brytania 2023
11.35 **The Office PL** (1-3) – kom.
13.25 **Morderstwo w Orient**
FILM **Expressie** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 1974
15.55 **Grantchester 10** (7, 8)
17.55 **Konwój** – film
FILM sensacyjny, USA 1978
20.10 **Anatomia zemsty**
FILM – komedia krym., USA 2013
22.15 **Niewierny** – thriller, USA
FILM 2019, wyk. Jim Caviezel
0.25 **Zabić, jak to łatwo**
FILM **powiedzieć** – thriller, USA 2012, wyk. Brad Pitt
2.25 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (4) – serial krym.
3.20 **Pornografia** – film obycza-
FILM jowy, Polska/Francja 2003

CANAL+ FILM

12.25 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
12.30 **Moje pieczone kurczaki**
FILM – film obyczajowy, Pol. 2002
13.35 **The Holiday** – komedia
FILM romantyczna, USA 2006
15.45 **Balony** – film krótkometr.
16.15 **Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa** – film dokumentalny, USA
17.55 **Azyl** – dramat biograf.,
FILM Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017
19.55 **Łapu 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
FILM obyczajowy, Polska 2024

SCI FI

6.00 **Bibliotekarze** (5-8) – przyg.
9.40 **Grimm 4** (11-15) – fantasy
14.15 **Dzień Świstaka**
FILM – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray
16.10 **Zapowiedź** – thriller, USA/
FILM Wielka Brytania/Australia 2009, wyk. Nicolas Cage
18.35 **Nowy początek** – film
FILM s.f., USA 2016, wyk. Amy Adams, Jeremy Renner
21.00 **xXx: Reaktywacja** – film
FILM sens., Chiny/Kan./USA 2017
23.10 **Psy mafii** – film
FILM kryminalny, USA 2016
1.25 **Zabójcze roboty** – film s.f.,
FILM 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 – film anim. dla dorosłych, Wlk. Bryt./USA 2005
11.35 **Poszukiwacze**
FILM **zaginionej Arki** – film przygodowy, USA 1981
14.05 **Indiana Jones**
FILM **i świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984
16.50 **Mission: Impossible**
FILM **– 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**
FILM **zemsty** – film sensacyjny, USA 2011

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**
FILM – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005
20.45 **Uprowadzona 3** – sens.,
FILM Francja/Hiszpania/USA 2014
22.55 **Byliśmy żołnierzami**
FILM – dramat wojenny, Niemcy/USA 2002, wyk. Mel Gibson
1.40 **Rambo 2** – film
FILM sensacyjny, USA 1985
3.45 **Tropiciel** (16) – serial krym.

KINO TV

8.10 **Czterej pancerni i pies** (7, 8) – wojenny, Pol. 1966
10.25 **Potop** (1/2) – film
FILM historyczny, Polska 1974
13.40 **Jumper** – film przygodowy,
FILM USA/Kanada 2008
15.20 **Kosmiczne jaja**
FILM – komedia s.f., USA 1987
17.20 **RoboCop** – film s.f., USA
FILM 2014, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman
20.00 **Snowpiercer: Arka**
FILM **przyszłości** – thriller s.f., Korea Południowa/Czechy/USA 2013, wyk. Chris Evans
22.40 **Piła: Dziedzictwo**
FILM – horror, Kanada/USA 2017
0.35 **Liberator** – film
FILM sensacyjny, USA/Fr. 1992

CANAL+ SERIALE

9.50 **Hollywood Buzz** – mag.
10.20 **The Office PL 2** (4-6) – serial komediowy, Polska
12.00 **Cat's Eyes** (5, 6) – przyg.
13.55 **Łapu capu Extra** – pr. rozr.
14.30 **Naruto** (5-7) – serial anime
16.00 **Hollywood Buzz** – mag.
16.30 **Godzina zero** (1, 2) – krym.
18.15 **13 posterunek 2** (35-37) – 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 & pandemia** (1, 2) – obycz.
3.55 **Polityka** (1, 2) – obycz., Pol.
5.30 **Łapu capu Extra** (3) – 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 3** (2) – dok.
13.55 **Co poszło nie tak 5** (2)
15.00 **Koleją przez świat** (4, 5)
16.55 **Wykrywacz historii 5** (3)
18.00 **Z archiwów historii** (5)
19.00 **Śladami Marco Polo** (1)
20.00 **Wolne duchy. Starcie z żywiołami** (8) – dok.
20.50 **Born Racers. Młodzi i szybcy** (5) – serial dokum.
22.00 **Porzucone konstrukcje** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
23.00 **Wykrywacz historii 5** (4)
0.00 **Co poszło nie tak 4** (6)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

SOBOTA 6 czerwca

WSCH. SŁ. 04.27 | ZACH. SŁ. 20.59 | Imieniny: Dominiki, Filipa, Klaudiusza

TeleTydzień

TLC

8.00 **De Frogers: przygoda na kółkach** (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)



20.00 **Sherri Papini: Opowieść z pierwszej ręki:** Część 2: kłamałam
21.00 **Upadli idole: Nick i Aaron Carter:** Przerwane milczenie
22.00 **Niepokonani** (6) – dok.
23.00 **Lekarze od twarzy:** Tęsknię za starą twarzą
0.00 **Dr Pryszczylla 4**

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. Królowe 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



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.

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)
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



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.

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 instynkt przetrwania 11:** Jaskinie
18.00 **Vantara – azyl dla zwierząt**
19.00 **Największe napady świata**



20.00 **Bimbrownicy 14:** Podejrzani
21.00 **Fani czterech kółek – samochody 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**

TVP HISTORIA

7.10 **Dzika Polska**
9.00 **Czarne chmury** (9)
10.05 **Korona Gór 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 **Popiełuszko. 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.



21.10 **Sirocco** – film przygodowy, USA 1951, reż. Curtis Bernhardt
22.55 **Hotel Mumbaj** – thriller, Australia/USA/Wielka Brytania 2018
1.10 **Historia w postaciach zapisana:** Neron, tyran nad tyranami – cykl dok.
3.15 **Film dokumentalny**

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 wycieczkowce** (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 **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

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 lecę!** – pr. rozr., Polska
15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa 6** – pr. rozr., Polska
16.50 **Jestem z Polski 2** – dok.
17.50 **Kryminalni** (13) – krym., Pol.
18.55 **Kryminalni 2** (4) – krym., Pol.
20.00 **Tour de France**
FILM – komedia, Francja 2013
22.05 **36** – dramat sensacyjny, Francja 2004
0.25 **Kuba Wojewódzki**
1.25 **Szpital** (738) – paradok., Pol.
2.25 **Szkoła** (833, 834) – paradok.
4.20 **Nowa Maja w ogrodzie 3**

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Chorwację** – magazyn kulin.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.55 **Sensacje 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 nagości. Niemcy – reaktywacja** – rozr., Niem.
1.10 **Magia nagości. Dania**
2.05 **Atak meteorytów** – film s.f., FILM USA 2010, wyk. Kari Matchett

FOOD NETWORK

7.55 **Dziwaczne potrawy** – dok.
9.55 **MasterChef** – pr. rozrywk.
11.25 **Dziecięce mistrzostwa wypieków: słodkie duety**
12.25 **Kuchnia jak u mamy** – mag.
13.35 **Gotowanie z 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 jeść 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 – niezwykłe wynalazki**
14.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu**
16.00 **Autostrada spotkań z UFO**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
20.00 **Największe paranormalne zagadki**
22.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego**
0.00 **Na tropie legendarnych potworów**
2.00 **Tajemnice Alaski**
4.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe 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 Teksasie – 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 **Superchirurdzy: szansa na życie 2** – serial dokum.
2.20 **W okowach mrozu** – dok.
4.45 **Szlakiem wulkanów** – dok.

WP

DVB T

10.55 **Pogoda**
11.05 **Loty z piekła 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... Kabaret! 4** – pr. rozr.

NOWA TV

DVB T

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 **Weekendowa metamorfoza 2** – pr. rozr.
15.35 **Kamera, akcja, wpadka!**
17.10 **House Hunters – Poszukiwacze domów**
18.50 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
19.50 **Weekendowa metamorfoza 4** – pr. rozr.
20.45 **Weekendowa metamorfoza 6** – pr. rozr.
21.45 **Mieszkanie na miarę**
23.35 **Letnia chata na lata** – rozr.
0.30 **Sprzątaczki 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 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie**
18.00 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
22.10 **Afryka Express** – reality show
23.45 **Grenlandia – wyspa skarbów** – serial dokum.
1.50 **Pasja – 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 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**
13.00 **Zadziwiająca Australia**
14.00 **Zimowe królestwo**
15.00 **Blask natury** – film dokum.
16.00 **Mądrość oceanu** – film dok.
17.00 **Geniusze afrykańskiej dziczy** – film dokumentalny
18.00 **Niedźwiedzia zima** – dok.
19.00 **Śmierć przychodzi po zmroku:** Noc upiorów – dok.
20.00 **Europa z powietrza**
21.00 **Drapieżnik kontra ofiara**
22.00 **Zabójcze węże**
23.00 **Europa z powietrza**
0.00 **Niezwykły dr Pol**

POLSAT VIASAT HISTORY

8.55 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora**
12.15 **Militarny ranking**
19.00 **Naziści: korzenie zła**
21.00 **Życie prywatne przywódców Rzeszy**
22.00 **Najgroźniejsi ludzie Hitlera**
0.00 **Kleopatra: tajemnicza władczyni**
1.05 **W poszukiwaniu zaginionych wikingów**
2.10 **Kobiety wikingów: nieznana historia** – 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 **Jakubiak rozgryza Włochy**
18.50 **Włoska kuchnia Gino: sekrety południa** – dok.
19.45 **Planeta słodyczy** – 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 HD

15.05 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia** – serial dokum.
16.00 **Patent na zieleń** – mag.
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8** – mag.
17.05 **Meblokreacje** – mag.
17.35 **Dom w miesiąc 2** – dok.
18.00 **Daleko od miasta 11** – dok.
18.55 **Podzielić M2 3** – mag.
19.50 **Adres: rezydencje marzeń**
21.00 **Wielkie projekty: Szwecja 5** – serial dokum.
22.00 **Generalna odbudowa 2**
22.55 **Wiejskie domy do liftingu 3** – serial dokum.
23.45 **Stylowo o wnętrzach**

SUPER POLSAT

DVB T2

10.00 **Wyszczekani** – komedia, FILM Wielka Brytania/USA 2018
11.45 **Świat według Kiepskich** (92, 499-503) – serial kom.
15.00 **Złomiarze** – 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 KOBIETA

DVB T2

12.30 **Pięknie przyprawiONA 2**
12.55 **Matka wołyńskich 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 **„Chłopi" 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, nienawidząc Escobara** – dramat biograficzny, Hiszpania/Bułgaria 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 **Najdziksze ostępy 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 kryzysy**
23.20 **Ostatnie słowa Charlotty Masaryk** – film dokum.
0.45 **Zniknięcie doktora Godarda** – serial dokum.

TVP DOKUMENT

13.00 **Podróże Małej i Dużej 7**
13.30 **Tacy byliśmy**
14.00 **W krainie niedźwiedzia**
15.00 **Mieszkańcy skandynawskich wód**
16.05 **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

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

8.35 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze 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:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze ćwierćfinałowe kobiet i mężczyzn **(live)**



20.00 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze ćwierćfinałowe **(live)**
21.00 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – konkurs wsadów **(live)**
22.00 **Sportowy wieczór**
22.25 **Boks:** Gala w Bournemouth **(live)**
1.15 **Boks:** Gala w Leeds

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



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

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



21.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Anglia – Nowa Zelandia **(live)** Starcie zespołów, które awansowały do mundialu.
23.50 **Piłka nożna:** Brazylia – Egipt **(live)**
1.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Argentyna – Honduras **(live)**

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 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.05 **Hulahoo**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**



14.30 **Świnka Peppa 7**
14.45 **Yakari**
15.15 **Zwierzaki Czytaki**
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**

MINIMINI+

9.43 **Mush-Mush i Grzybaszki**
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 **Strażak Sam 16**
14.45 **Looloo Kids**
15.01 **Gazu, pieski, gazu!**
15.28 **Kicia Kocia**



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 Lusia**

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 **Superwizjer** – mag.
21.00 **Rozmowy o końcu świata** – pr. publicyst.
22.00 **Szkło 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:** Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps **(live)**
15.15 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 8. etap **(live)**
18.00 **FIM World Endurance Championship:** Wyścig 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 fazy 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 – Tunezja **(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 Kanciastoporty 11**
9.55 **Marsupilimaki**
10.55 **Harmidom 4**
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**
16.45 **Marsupilimaki**
17.25 **SpongeBob Kanciastoporty 15**
17.45 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
18.15 **Grzmotomocni: Tajniacy**
19.10 **That Girl Lay Lay**
20.00 **Harmidom 4**

TELETOON+

8.25 **Angelo rządzi**
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 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
14.48 **Siostry 2**
15.30 **Gus. Mały – wielki rycerz 2**
16.30 **Dinuś i Lusia**
16.58 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
17.25 **Charlotte i trzy muszkieterki**
17.54 **Siostry 2**

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 **Wydanie Specjalne**
18.00 **Panorama**
18.20 **Wydanie Specjalne**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.08 **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 – Julija 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 **Formuła 1:** GP Monako – 3. sesja treningowa **(live)**
14.10 **Formuła 2:** Grand Prix Monako – sprint **(live)**
15.15 **Formuła 1:** GP Monako – sesja kwalifikacyjna **(live)**
18.00 **Formuła 1:** Grand Prix Monako – sesja kwalifikacyjna
19.30 **Formuła 2:** Grand Prix Monako – sprint
20.50 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Mallorca – FC Barcelona
22.50 **Formuła 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**
9.40 **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**
14.10 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa**
16.00 **Małe Królestwo Bena i Holly**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 2**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół 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 **Debata 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+ SPORT 5

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 **Ligue1 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 – alianci atakują** – film dok.
13.20 **Dzień D – ostatni świadkowie** – film dokum.
15.05 **Tajna historia XX wieku**
16.00 **Niezwykłe pociągi**
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 **Łowca pedofilów**
2.00 **Jedziemy na ryby!**
3.00 **Dorwać tuńczyka**

TVN TURBO

8.50 **Samochód marzeń – kup i zrób**
9.45 **Naprawy nie do naprawy**
10.30 **Moto kombat**
11.15 **Ciężarówką przez Chile**
12.15 **Moto Fachury**
13.00 **Jeździć, obserwować**
14.30 **Zawodowi handlarze**
16.00 **Wojny 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**

TVS

7.05 **Klachy i Lachy**
7.40 **Koncert życzeń**
9.25 **Muzyczne dzień dobry**
10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
11.00 **Klachy i Lachy**
11.20 **Spotkanie z balladą**
12.35 **Przy muzyce po Śląsku**
13.35 **Klachy 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**

TV TRWAM

16.10 **Historia PL**
17.00 **Polka** – film dok., Polska 2019
17.30 **30. Spotkanie Młodych Lednica 2000**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Manna 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 Młodych Lednica 2000**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



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+

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 podkreślała, 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 zdecydowałoby 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. Duża w tym zasługa 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 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, roztacza się wspaniały widok na morze. Ludzie w Szwecji z szacunkiem odnoszą się do celebrytów, więc nigdy nie jesteśmy przez nikogo zaczepiani – zdradziła w jednym z wywiadów.

HANNA MIŁKOWSKA

FOT. East News (2), Ale kino+

NAJMRO: KOCHA, KRADNIE, SZANUJE

29 ucieczek

NAJMRO... ND 7.06 godz. 20.00 POLSAT

Jak pokazują twórcy filmu, Zdzisław Najmrodzki żył na pełnych obrotach. Marzyły 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 rezolutni 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 powodziami. 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?

Fot.: POLSAT (2), TVN, Adobe Stock

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-Łagiewnikach**
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 niedzielą – 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 **Teleexpress, 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 Kolickiego (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 Kieliszkiewicz. Muzycy wykonają swoje największe hity m.in. „Zawsze tam, gdzie ty", „Marchewkowe pole", „Tacy sami" czy „Kryzysowa narzeczona". **95 min**

20

20.00 **63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank** – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
21.35 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej** – koncert, Polska 2026 (patrz obok)
23.50 **Z biegiem lat, z biegiem dni** (7, 8-ost.): Kraków 1907; Kraków 1914 – serial obyczajowy, Polska 1980
Dulska chce zapewnić dzieciom jak najlepszą przyszłość. Oszczędza na zakup drugiej części kamienicy. Biernie obserwuje romans syna ze służącą. Gdy ta zachodzi w ciążę, Dulska ją wyrzuca. **200 min**
3.10 FILM **Fanfan Tulipan** – film przygodowy, Francja 2003, reż. Gérard Krawczyk



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

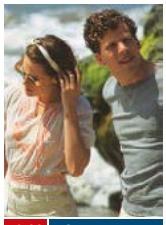
4.40 **Barwy szczęścia** (3326-3328) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1914) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.20 **Domowe patenty 2** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
11.25 **Tamte lata, tamte dni:** Andrzej Grabowski – magazyn kulturalny, Polska 2025
12.00 **Wyspa dzieci, czyli muzyczni spadkobiercy 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 pozbawi 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** FILM – komedia, USA 2016, reż. Woody Allen, wyk. Jesse Eisenberg, Steve Carell, Kristen Stewart, Blake Lively (patrz obok)



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 dziewczyna ma romans. **100 min**

20.40 FILM **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 – 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 FILM **W deszczowy dzień w Nowym Jorku** – komedia, USA 2019, reż. Woody Allen
3.20 **Akacjowa 38** – telenowela, Hiszpania 2015



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 artystka 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 tu 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 FILM **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 FILM **Madagaskar 2** – film animowany, USA 2008, reż. Eric Darnell
Grupa uciekinierów z nowojorskiego zoo – lew Alex, zebra Marty, żyrafa Melman i hipopotamica Gloria – wciąż przebywa na Madagaskarze. Kiedy pingwiny 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 FILM **Piraci z Karaibów: Klątwa „Czarnej Perły"** – film przygodowy, USA 2003, reż. Gore Verbinski
Morski awanturnik Jack Sparrow (Johnny Depp) chce odzyskać swój okręt, a jego towarzysz 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



11.45 ANIMOWANY

Toy Story 2

Pod nieobecność Andy'ego jego mama organizuje wyprzedaż niepotrzebnych przedmiotów, wśród których jest ulubiona zabawka jej syna. Kowboja Chudego kupuje chciwy zbieracz McWhiggin. Na ratunek śpieszą 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 peweksów i brawurowe ucieczki z więzienia. Przestępca drwi sobie z władz PRL i milicji. Pewnego dnia poznaje dziewczynę, dla której postanawia zmienić swoje życie. **130 min**

20.00 FILM **Najmro** – komedia, Polska 2021, reż. Mateusz Rakowicz, wyk. Dawid Ogrodnik, Robert Więckiewicz, Rafał Zawierucha, Masza Wągrocka (patrz obok)
22.10 FILM **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 FILM **Holmes i Watson** – komedia kryminalna, USA/Kanada 2018, reż. Etan Cohen
2.30 **Świat według Kiepskich** (579-581) – serial komediowy, Polska 2021



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**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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
Kulinarny pojedynek odbywa się w Warszawie. Piotr, Alesia, Mariusz oraz Ania muszą przygotować niezapomniane kolacje, zaskakując przy tym smakiem. Nagrodą jest taca pełna gotówki. **70 min**
13.25 Wredne dziewczyny FILM – 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 Reginą. Zakochuje się w Aaronie, byłym chłopaku swojej przeciwniczki. **125 min**
15.30 Pan Samochodzik i templariusze FILM – 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**

TV PULS

DVB T2

6.00 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026
6.35 Kobra – oddział specjalny (2): Zawodniczka – serial sensacyjny, Niemcy 2015
7.35 Don Matteo: Boski detektyw 14 (9, 10): Słuszna droga, część 1; Słuszna droga, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2024
9.45 Zaklinaczka duchów 3 (59, 60) – serial fantasy, USA 2008
11.40 Krokodyl Dundee FILM – komedia przygodowa, Australia 1986, reż. Peter Faiman
13.40 Krokodyl Dundee 2 FILM – komedia przygodowa, USA/Australia 1988, reż. John Cornell
Były mąż Sue (Linda Kozlowski) ginie z rąk handlarzy narkotyków. Mafia wydaje również wyrok na nią. Dundee (Paul Hogan) ukrywa ukochaną w australijskim buszu. **135 min**
15.55 Wasabi: Hubert zawodowiec FILM – film sensacyjny, Francja/Japonia 2001, reż. Gérard Krawczyk
Francuski policjant Fiorentini (Jean Reno) leci do Tokio na pogrzeb dawnej kochanki. Odkrywa, że ma z nią córkę Yumi (Ryoko Hirosue) która potrzebuje jego pomocy. **120 min**
17.55 Dirty Dancing FILM – 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**

TVN 7

DVB T2

5.05 Szkoła (705) – serial paradokumentalny, Polska 2019
6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (17) – program rozrywkowy, USA 2018
6.55 Nowe Zwariowane Melodie (22, 23) – serial animowany, USA 2018
7.25 Dzieciak rządzi FILM – film animowany, USA 2017, reż. Tom McGrath
Timowi rodzi się nietypowy braciszek. Nosi garnitur i teczkę, a w dodatku przedstawia się jako Szef. Wkrótce na jaw wychodzą szczegóły tajnej misji, którą dziecko musi wypełnić, by ocalić rodziców, a także cały świat. **115 min**
9.20 Ukryta prawda (1308, 1388-1392) – serial paradokumentalny, Polska
15.10 Szpital św. Anny (3, 4) – serial obyczajowy, Polska 2025
Pod opiekę Zyty Orłowicz trafia 20-latka 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 – film animowany, USA 2012, reż. Eric Darnell
Zebra Marty i jego przyzwyczajeni do wygód przyjaciele usiłują wrócić do nowojorskiego zoo. Trafiają do Europy. Tam na ich trop wpada zawzięta 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. Nastolatkowie zaczynają kolejno ginąć. **120 min**

REKLAMA

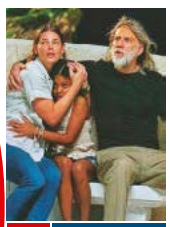


19.45 Indiana Jones i świątynia zagłady FILM – film przygodowy, USA 1984, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Kate Capshaw, Ke Huy Quan, Amrish Puri, Dan Aykroyd, Philip Stone (patrz obok)
22.15 Sherlock Holmes FILM – film kryminalny, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Mark Strong, Rachel McAdams (patrz obok)
0.50 Szefowie wrogowie 2 FILM – 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 KRYMINAŁ
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 FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bułgaria 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 FILM – komedia sensacyjna, Kanada 2023, reż. Tim Brown, wyk. Nicolas Cage, Ashley Greene, Thalia Campbell, Ron Perlman (patrz obok)
0.45 Stan gry FILM – 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 beztrosko 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 – 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 FILM – horror, USA 2000, reż. James Wong, wyk. Devon Sawa, Ali Larter, Kerr Smith, Tony Todd (patrz obok)
0.20 Wejście smoka FILM – 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! (9) – rozr., Pol. 2016 ▶ **4.50**



20

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

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. rolniczy
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

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 **Słowo na niedzielę**
12.00 **Transmisja mszy świętej**
13.35 **Kłopotliwi przybysze**
14.15 **Janosik** (5, 6) – przyg.
16.00 **Niedziela z...** – pr. kult.
16.45 **Muzyczne NAJ** – mag.
17.00 **Teleexpress**
17.25 **Ja wam pokażę!** (2)
18.15 **Kabaretomaniacy**
19.05 **Muzeum Polskiej Piosenki** – pr. rozr., Pol.
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.45 **Pytanie dnia** – pr. publ.

TV 4

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

6.00 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (2) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.45 **Taki 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 włóczęga** FILM – kom. wojenna, Francja/Wielka Brytania 1966
12.10 **Kapuśniaczek** FILM – komedia, Francja 1981
14.30 **Sekret dwugłowego smoka** FILM – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2018
16.40 **Wianek świętojański** FILM – baśń film., Czechy 2015
18.45 **Rumpelstiltskin** FILM – baśń filmowa, Niemcy 2009

TVP ROZRYWKA

8.20 **Górna półka smaku** (15)
8.55 **Kiedyś to było...** – mag.
9.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (1) – magazyn
10.45 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (4)
11.45 **KabareTOP Story** (1)
12.00 **Postaw na milion**
12.55 **Prywatne 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

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 wieśniaczki. 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 kredycie 7** (3)
17.45 **Express, Pogoda** – inf.
18.05 **Życie na kredycie 7** (4)
18.40 **Damy i wieśniaczki. 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**

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**

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

KRYMINALNY



20.00 Komisarz Alex 22 (280)
Nad Wisłą znaleziono ciało mieszkańca schroniska dla bezdomnych. Policjanci dowiadują się, że zamordowany opuścił więzienie. Przesłuchują skazanego, z którym był skonfliktowany. **55 min**

20.55 **Karbala** – dramat
FILM wojenny, Polska 2015
22.55 **Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Lidzbark Warmiński 2025** (2)
23.50 **Ja wam pokażę!** (2) – serial obycz., Pol. 2007
0.35 **Zatoka szpiegów** (4) – szpiegowski, Pol. 2023
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.45 **Pytanie dnia** – pr. publ.

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (988-991) – Polska 2026
Kalicka i Kłos prowadzą dochodzenie w sprawie porwania trzyletniej Mai. Podejrzenia padają na Gracjana Rodaka, niedawno zwolnionego pedofila, który nagle znika. Pojawia się ryzyko samosądu. **240 min**

0.00 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
1.05 **Wielkie tajemnice historii** (11, 12) – serial dokumentalny, USA 2023
2.55 **Interwencja** – mag.
3.25 **Lubię disco!** (255) – muz.
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

DRAMAT HISTORYCZNY



20.00 Ostatni legion – Francja/FILM Słowacja/Wlk. Bryt. 2007
Starożytny Rzym. Wojowniczka Mira i legionista Aurelius (Colin Firth, zdj.) pomagają uciec uwięzionemu cesarzowi. Z pomocą żołnierzy władca pragnie odbudować potęgę kraju. **125 min**

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.

ROZRYWKA



20.35 Kocham Cię, Polsko! (2) – Pol. 2026
Tym razem swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzi m.in. Barbara Kurdej-Szatan (zdj.), która wystąpi w ekipie Michała Koterskiego (zdj.). W drużynie przeciwnej zobaczymy m.in. Rafała Szatana. **95 min**

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.

DOKUMENT



22.00 Żony Podlasia 3 (2) – Pol.
Benia wprowadza się do wynajętego domu. Gala urządza imieniny. Dostaje od sąsiadów niezwykłe prezenty. Aldona zaś postanawia nauczyć się ujeżdżać konia. Nie może znaleźć uprzęży. **60 min**

23.00 **Nic do zgłoszenia 4** (8) – serial dokumentalny, Pol.
0.00 **Damy i wieśniaczki. 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 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.30 Poczytalnia 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 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Żyjący Kościół 21.00 Wojownicy czasu 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 16.00 Eko-opcja 16.15 Harcerskie „czuwaj" 16.30 Agroregion 17.00 Złote lata – senior show 17.45 Bez barier 18.00 Po okiaskach 18.30 Zbliżenia 18.55 A to historia 21.00 Raport naukowy 21.31 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda

GDAŃSK 16.00 Modrzejewska 17.00 Do brzegu 17.30 Świat nie jest taki zły 18.00 Droga 18.30 Panorama 18.55 Cały ten sport 21.30 Panorama

KATOWICE 16.15 Papyn pyto 16.45 Ekonatura 17.05 Wykrywacz kłamstw 17.30 Credo 18.00 Dej pozór 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Z indeksem w ręku 21.00 Credo 21.30 Aktualności

KRAKÓW 16.30 Z górnej półki Telewizji Kraków 17.05 Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem 18.00 Kronika tygodnia 18.30 Kronika 18.52 Bliżej polityki 19.12 Bohaterowie małych ojczyzn 21.00 Kwartet 21.30 Kronika

LUBLIN 16.05 Który Jesteś 16.20 Koncert 17.15 Było, 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 21.45 Magazyn sportowy

ŁÓDŹ 16.45 ABC pacjenta 17.00 Aktywni seniorzy 17.10 Czytanie puszczy 17.45 Filmowa wiosna w TVP 3 Łódź 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 TalentAsy 18.30 Teleskop 18.50 Opowieści stąd 19.03 Reportaż 21.02 Seans dla każdego 21.31 Teleskop 21.50 Wiadomości sportowe

RZESZÓW 16.45 Rusz się, człowieku 17.00 Moda na język polski 17.30 Dokument w TVP Rzeszów 18.15 Podkarpacka scena przebojów 18.30 Aktualności 19.00 Sportowe wydarzenia 21.00 Kulturalnie mówiąc 21.30 Aktualności

SZCZECIN 17.00 Dobry tytuł 17.26 Muzeum Polskiej Piosenki, czyli historia jednego przeboju 17.35 Arka 18.00 Magazyn sportowy 18.30 Kronika 18.52 Przegląd tygodnia 19.06 Duchowym szlakiem 21.00 Porozmawiajmy szczerze 21.30 Kronika 21.50 Wokół nas

WARSZAWA 17.06 Dobrego dnia 17.15 Niedziela z... 18.00 Eksperyment empatia 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.02 Spacerowym okiem 19.15 Skarby Kół Gospodyń Wiejskich 21.00 Nasze miejsce 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 16.30 Fakty 16.47 Wesołe lata Telewizji Kraków 17.14 Poczta Polska 17.49 Twierdza Kłodzka 18.30 Fakty 19.03 Magazyn Dolnośląski 21.02 Korona Gór Polski 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 łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **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

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 Dyzmy** (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: Sztuka wyjęta spod prawa** – film dokum.
0.45 **Zakonnica** – film anim.

ANTENA HD

6.00 **Hmmm...** (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 **Gdzie tu coś zjeść?**
10.10 **Wielkie ucieczki z więzienia** – film dokum.
12.00 **Polska. Największe dylematy** – 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

6.00 **Columbo** (9, 10) – serial kryminalny, USA 1972
9.45 **Poirot** (9, 10) – serial krym.
12.00 **Książę** – komediodramat, FILM Wielka Brytania 2020
14.00 **Policjantki i Policjanci** (217-220) – obycz., Pol. 2016
18.00 **Strażnik Teksasu** (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, reż. Gustavo Hernández, wyk. Daniel Hendler, Sofia Gonzalez
1.40 **Kochane pieniądze** (51-54) – serial paradokum.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

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 Brokenwood 11** (3) – krym.
17.50 **Ulica nadziei 5** (4) – krym.
18.45 **Ludwig** (6) – serial krym.
19.55 **Śmierć pod palmami 12** (5) – serial kryminalny, USA
21.00 **Tajemnice Brokenwood 11** (4) – krym.
22.50 **Pomost** (2) – serial krym.
0.05 **Na niebieskich światłach 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: Dlaczego**
FILM **powiedziałam „tak"?** – melodramat, USA/Niemcy 2016, reż. Carlo Rola
18.05 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Złodziejaszek i kapitan** – dram. obycz., Niem. 2022
20.00 **Dwie kobiety**
FILM **na wszelkie bóle – Nowy początek** – dramat obyczajowy, Niemcy 2025
21.55 **Statek marzeń**
FILM **– Bahamy** – film obyczajowy, Niemcy 2023
23.50 **Katie Fforde: Geschenk-**
FILM **te Jahre** – melodramat, Niemcy 2014

COMEDY CENTRAL

10.25 **Teoria wielkiego podrywu** (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 **Miasteczko South Park 22** (4-7) – serial animowany dla dorosłych
2.00 **Pracoholicy 6** (1-4) – kom.
4.00 **Śmieszniej 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 przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
17.35 **Indiana Jones**
FILM **i Królestwo Kryształowej Czaszki** – film przyg., USA 2008
20.00 **Twórca** – thriller s.f., USA
FILM 2023, reż. Gareth Edwards
22.50 **Podwójne ryzyko** – film
FILM sens., USA/Niem./Kan. 1999
1.00 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009
3.40 **Dziewczyny 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

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 **Więzienie kobiet** (86-89) – serial dok., Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (361) – reality show, Polska 2026
18.10 **1000 lat po Ziemi** FILM – film s.f., USA 2013, wyk. Jaden Smith, Will Smith

TVP SERIALE

5.50 **Na sygnale** (913, 914) – serial fabularno-dokum.
6.55 **Czterdziestolatek** (11-13) – serial obyczajowy, Polska 1975
9.55 **U Pana Boga w ogródku** (3, 4) – serial komediowy, Polska 2008
11.30 **Pułkownik Kwiatkowski** FILM – komediodramat, Polska 1995, wyk. Marek Kondrat, Renata Dancewicz
13.50 **Ojciec Mateusz 28** (358, 359) – serial kryminalny, Polska 2022
15.40 **Komisarz Alex 24** (296) – serial kryminalny, Polska
16.40 **Ranczo 7** (79, 80) – serial obyczajowy, Polska 2013

KINO POLSKA

6.00 **Dom w cenie mieszkania 2** (2, 3) – magazyn poradnikowy
7.00 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.25 **Podróże kapitana Klipera** (11-13) – anim.
8.05 **Reksio** (31, 33, 37) – serial animowany
8.50 **Akademia Pana Kleksa** FILM (1, 2-ost.) – film przyg., Polska/ZSRR 1983
12.35 **Wyjście awaryjne** FILM – komedia, 1982
14.40 **Janosik** – film FILM przygodowy, 1974, wyk. Marek Perepeczko
17.35 **Bitwa pod Wiedniem** FILM – dramat historyczny, Polska/Włochy 2012

AXN

6.10 **Wykiwać klawisza** FILM – kom. obycz., USA 2005
8.05 **Zabójcza broń 3** (4, 5) – serial sensacyjny, USA
10.05 **Detektyw Monk 3** (8-12) – serial kryminalny, USA 2004
Dwight pracuje przy produkcji teleturnieju. Podejrzewa, że jedna z uczestniczek oszukuje. Adrian ma wyjaśnić tę sprawę. **300 min**
15.05 **FBI: Most Wanted** (8-12) – serial kryminalny, USA 2020
Członkowie zespołu tropią parę zabójców siejących postrach w kilku stanach. Starają się przewidzieć ich kolejny ruch. **295 min**

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 – film anim., USA/Wlk. Bryt. 2008
10.00 **Orzełek Iggy** PREMIERA FILM – 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** FILM – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
17.50 **Battleship: Bitwa o Ziemię** FILM – film s.f., USA/Japonia 2012

KOMEDIA



20.00 Miś FILM – Polska 1981, reż. Stanisław Bareja

Prezes Ryszard Ochódzki (Stanisław Tym, zdj.) założył z żoną wspólne konto w Londynie. Kto ze skłóconych małżonków wygra wyścig i jako pierwszy tam dotrze, ten wypłaci pieniądze. **155 min**

22.35 **Dziewiąte wrota** FILM – thriller, Hiszpania/Francja/USA 1999
1.25 **Ziarno prawdy** FILM – thriller, Polska 2015, wyk. Robert Więckiewicz, Jerzy Trela
3.45 **Sprawa się rypła** FILM – komedia, Polska 1984
5.45 **Przez ciebie, po tobie** – film krótkometraż., Pol.

SCIENCE FICTION



20.15 Bloodshot FILM – USA/Chiny 2020, reż. Dave Wilson

Ray (Vin Diesel, zdj.) zostaje przywrócony do życia. Dzięki eksperymentowi zyskuje niezwykłą siłę i szybkość. Pozbawiony wspomnień robi wszystko, by poznać swoją przeszłość. **140 min**

22.35 **Podwójna agentka** FILM – 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)

WOJENNY



18.35 Czterej pancerni i pies (1) – Polska 1966

Trwa II wojna światowa. Młody Janek Kos chce wstąpić do wojska. Razem ze Ślązakiem Gustlikiem 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 **Erynie** (2) – krym., Pol.
2.55 **Ratownicy** (11) – serial obyczajowy, Polska 2010
3.50 **Matylda** (13) – kostium.

KOMEDIA OBYCZAJOWA



20.00 Nie lubię poniedziałku FILM – 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 FILM kryminalna, 1989, wyk. Piotr Fronczewski
0.15 **Ekstradycja 2** (3, 4) – serial sensacyjny, 1996
2.55 **Tam i z powrotem** – film FILM obyczajowy, 2001, wyk. Janusz Gajos, Jan Frycz
5.30 **High Life** – film krótkometrażowy, 2024
5.45 **Plansza nocna**

THRILLER



20.00 Iluzja 2 FILM – Francja/USA/Hongkong 2016

Grupa magików, w tym Daniel (Jesse Eisenberg, zdj.), przyjmuje kolejne zlecenie. Mają wykraść czip, który umożliwia deszyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. **170 min**

22.50 **John Rambo** – film FILM sens., USA/Niemcy 2008
0.25 **Adrenalina** – film sens., FILM USA/Wielka Brytania 2006
2.20 **Wykiwać klawisza** FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, wyk. Adam Sandler, Chris Rock
4.35 **Agenci NCIS: Hawaje 2** (5) – serial kryminalny
5.20 **Blok promocyjny AXN**

KOMEDIA



20.00 Follemente. W tym szaleństwie jest metoda PREMIERA FILM – Włochy 2025

Piero (Edoardo Leo, zdj.) i Lara (Pilar Fogliati, zdj.) spotykają się na pierwszej randce. Próbują dobrze wypaść i zrozumieć oczekiwania drugiej strony. **95 min**

21.35 **Niebezpieczne zwierzęta** FILM – thriller, Australia/USA/Kan. 2025
23.10 **Death Race: Wyścig śmierci** FILM – sens., USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2008
1.00 **Klucz do koszmaru** FILM – horror, USA/Niem. 2005

CANAL+ W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę 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 – film kryminalny, Francja 2022
22.00 **Tajemnice chóru** FILM – film kryminalny, Francja 2020
0.00 **Morderstwo w Katalonii** FILM – dramat kryminalny, Francja 2024
2.00 **Kobra – oddział specjalny** (2) – serial sensacyjny, Niemcy 2025
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 **Smerfy** – film familijny, FILM USA 2011, wyk. Hank Azaria
13.40 **Ewolucja** – komedia FILM s.f., USA 2001
15.45 **Chiński zodiak** – film FILM karate, Hongkong/Chiny 2012, wyk. Jackie Chan
18.00 **Dzień Niepodległości** FILM – film s.f., USA 1996
21.00 **Ryzykanci** – dramat FILM sensacyjny, USA 1997
22.55 **Volta** – komedia, Polska FILM 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** FILM – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003
11.10 **Prawdziwy ból** FILM – komediodramat, USA 2024
12.40 **Priscilla** – dramat FILM biograficzny, Wl./USA 2023
14.30 **Nowy początek** – film s.f., FILM USA 2016, wyk. Amy Adams
16.25 **Przeznaczenie** – thriller FILM s.f., Australia/USA 2014, wyk. Ethan Hawke
18.05 **Makbet** – dram. obycz., FILM Wlk. Bryt./Francja/USA 2015
20.00 **Kompletnie nieznany** FILM – dramat biograf., USA 2024
22.25 **Ostatni wiking** FILM – komediodramat, Dania/Szwecja 2025
0.20 **Bezsenność** – thriller, FILM USA 2002, wyk. Al Pacino

WARNER TV

8.30 **Paszport do Paryża** FILM – film familijny, USA 1999
10.10 **Rewolwer i melonik** FILM – film sensacyjny, USA 1998
11.55 **Godziny szczytu 3** – kom. FILM sens., USA/Niemcy 2007
13.30 **Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski** FILM – komedia, USA 1987
15.10 **Pokerowy blef** FILM – komediodramat, USA/Australia/Niemcy 2007
17.40 **Superman 3** – film przyg., FILM Wlk. Bryt./USA 1983
20.10 **Superman 4** – film przyg., FILM USA/Wlk. Bryt. 1987
22.00 **Yellowstone** (9) – obycz.
22.55 **Dowód życia** – dramat FILM 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.
13.25 **Niezwyciężony** – dramat FILM biograficzny, USA 2017
15.50 **Pęknięte lustro** – film FILM kryminalny, Wlk. Bryt. 1980
18.00 **Tunel** – film katastroficz- FILM ny, Norwegia 2019
20.10 **Zbrodnie w Ystad** (1, 2)
22.05 **Bulion i inne namiętności** FILM – melodram., Francja/Belgia 2023
0.45 **Sorry, Baby** FILM – komediodramat, USA/Hiszpania/Francja 2025
2.45 **Kruk. Szepty słychać po zmroku** (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** FILM – komediodramat, Wł. 2023
14.20 **L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy** FILM – 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** FILM – thriller, USA/Niemcy 2004
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Sprzątaczka** – film FILM sensacyjny, Wlk. Bryt. 2025
21.40 **Cash Out 2: Wysoka stawka** FILM – sens., USA 2025
23.20 **Franz Kafka** – dramat FILM biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy 2025
1.25 **Dwie siostry** – dramat FILM obycz., Polska/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** FILM – kom. fantasy, USA 2007
17.05 **Szkoła czarownic** FILM – horror, USA 1996
19.05 **Szkoła czarownic: Dziedzictwo** FILM – dramat fantasy, USA/Kanada 2020
21.00 **Zmierzch** – film FILM fantasy, USA 2008
23.30 **Zapowiedź** – thriller, USA/ FILM Wlk. Bryt./Australia 2009
2.00 **Dorwać Cartera** – film FILM sensacyjny, USA 2000
4.05 **The Ark 2** (3, 4) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

10.10 **Zostańmy przyjaciółmi** FILM – komedia romantyczna, Niemcy/USA/Kanada 2005
12.20 **Indiana Jones i ostatnia krucjata** FILM – film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
15.00 **Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki** FILM – film przyg., USA 2008
17.45 **Iluzja** – thriller, Francja/USA FILM 2013, wyk. Jesse Eisenberg
20.00 **Iluzja 2** – thriller, Francja/ FILM USA/Hongkong 2016
22.40 **Elita zabójców** – film 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** FILM – komedia romant., Wielka Brytania/USA/Francja 2003
17.55 **Legenda Zorro** – film FILM przygodowy, USA 2005
20.35 **Snajper: Dziedzictwo** FILM – sens., USA/Bułgaria 2014
22.40 **Bad Boys** – komedia FILM sensacyjna, USA 1995
1.05 **Rambo 3** – film 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 FILM historyczny, Polska 1974
13.15 **Lot Feniksa** – dramat FILM sensacyjny, USA 2004
15.40 **Legenda Zorro** – film FILM przygodowy, USA 2005
18.15 **Flintstonowie** FILM – komedia, USA 1994
20.00 **Wyspa tajemnic** – thriller, FILM USA 2010, wyk. Leonardo DiCaprio, Mark Ruffalo
23.00 **Gangi Nowego Jorku** FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy/Włochy 2002
2.30 **Liberator 2** – film 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 **Mały 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 motoryzacji: 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 FILM sensacyjna, Polska 1997
23.55 **Furioza** (3) – sens.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

NIEDZIELA 7 czerwca

WSCH. SŁ. 04.26 | ZACH. SŁ. 21.00 | Imieniny: Jarosława, Lukrecji, Roberta

TeleTydzień

TLC

9.00 **Kiedy dzieci mają dzieci:** A Family Affair
10.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2** – reality show
11.00 **Ja czy jadłospis?**
12.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (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



21.00 Premiera: **Wiza na miłość 12** (3)
23.00 **Transplantacja: drugie życie:** Odliczanie – dok.
0.00 **Dr Pyszczylla 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**

POLSAT CAFÉ

8.00 **Bogaty dom – biedny dom** (139) – reality show
9.00 **Rolniczki** (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 **Demakijaż** (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)



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

TVN STYLE

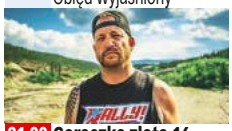
5.25 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (8)
6.00 **Rajska posiadłość Pameli Anderson** (2)
6.50 **Będzie pięknie** (1) – rozr.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – mag.
11.30 **Ostre cięcie 11** (7) – rozr.
12.30 **Babski biznes** (2) – rozr.
13.35 **Jestem z Polski 16** (4, 19, 2) – serial dokum.
16.35 **Bitwa o gości** (1)
17.35 **Do zobaczenia** (4) – magazyn poradnikowy
18.10 **Ugotowani** (5) – program kulin.-rozrywk., Polska
19.10 **Kuchenne rewolucje** (10, 11) – pr. rozr., 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

DISCOVERY CHANNEL

9.00 **Złomowisko 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 – azyl 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



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)

TVP HISTORIA

10.55 **Wszystkie kolory świata** (22)
11.55 **Świat w filiżance herbaty** (4) – serial dok.
13.00 **Kanadyjskie parki narodowe** (3): Ivvavik
14.00 **Flesz historii**
14.30 **Sirocco** – film
FILM przygodowy, USA 1951
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 **Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy** (1)



21.10 **Popiełuszko. Wolność jest w nas** – film biograficzny, Polska 2009
23.55 2026 rokiem Andrzeja
FILM Wajdy: **Kronika wypadków miłosnych** – dramat obyczajowy, Polska 1985
2.05 **Janine** – film dokumentalny, Białoruś

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
21.30 **Górale** (13) – serial dok.



22.00 Premiera: **Arktyka się zbroi** – film dok., Niemcy
23.00 **Największe śledztwa CBŚP** (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 familijny, Australia/USA 2011
13.30 **Diagnoza** (11, 12) – obycz.
15.30 **Kartoteka 11** (5) – fab.-dok.
16.35 **Kryminalni 2** (3, 5) – krym.
18.50 **Milionerzy** – teleturniej, Pol.
20.00 **Szogun** (5) – serial przyg.
22.00 **Sama przeciw**
FILM **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 ogrodniczy

ZOOM

9.00 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę**
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
11.45 **Sensacje XX wieku** – hist.
13.55 **Stawka większa niż życie** (5, 6) – serial wojenny, Polska
16.35 **Nie ma róży bez ognia**
FILM – komedia obycz., Pol. 1974
18.30 **Kabaretowe przeboje**
19.40 **I love kabaret EXTRA**
20.00 **Hity polskiego kabaretu 7**
22.00 **Eksperyment: 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 **Dziecięce mistrzostwa wypieków** – telet. kulin.
13.40 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
15.50 **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 **Pojedynek 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 nieznane 10**
21.00 **Wyprawa w nieznane 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: Przełomowe 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 szpiedzy**
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 24/7 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 **Dynastie** – serial dokum.
21.00 **Wielkie koty 24/7 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

DVB T
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

DVB T
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (558) – mag.
8.20 **Frieren. U 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 Skeczów Męczących**
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 pedofilów** – 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 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
15.35 **Będzie pięknie** – pr. rozr.
16.40 **Weekendowa metamorfoza 4** – pr. rozr.
17.40 **Kamera, akcja, wpadka!**
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 jedzenie**
16.00 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
18.15 **Ciężarówką przez Stany** – program rozrywkowy
21.15 **Operacja: LOT** – serial dok.
23.20 **Pomocy! W moim domu straszy** (11, 12) – serial grozy
1.20 **W co wierzą Osbournowie** – 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 **Wrogi świat:** Dżungle – dok.
22.00 **Olśniewająca Ameryka: Południowy Zachód**
23.00 **Dzika Afryka Południowa**
0.00 **Porażka drapieżnika: triumf ofiary** – film dokum.

POLSAT VIASAT 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 **Zaginione miasta Biblii** (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 słodyczy** – dok.
14.50 **Jamie gotuje w Gruzji**
15.45 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** – magazyn kulinarny
16.40 **Letnie inspiracje** – dok.
16.50 **Z pola na stół** – serial dok.
17.15 **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 HD

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 Pągowski. 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

DVB T2
11.00 **Ania z Zielonego Wzgórza**
FILM – film obyczajowy, Kan. 2016
12.55 **Alfa** – film przygodowy,
FILM USA/Kanada/Chiny 2018
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 **Obsesja**
FILM – thriller, USA 2009
23.15 **Hellboy** – horror
FILM s.f., USA 2004
1.50 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (9) – serial kom.

TVP KOBIETA

DVB T2
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 **Podróże Małej i Dużej 6**
15.30 **Ojciec Mateusz 30** (391, 392) – serial kryminalny
17.25 **Doktórka** – 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 Denevue. 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 **Podróże Małej i Dużej 7**
13.35 **Tacy byliśmy**
14.05 **Kerkini – grecka przystań ptaków** – film dokumentalny
15.05 **Stuk, stuk – świat dziecioła** – film dok., Niem.
16.00 **Sekrety dzikich kwiatów**
17.05 **Kultura miejska:** Bogota
18.05 **Sanatorium miłości**
18.55 **Lubię wracać tam, gdzie byłem** – film dok., Pol. 2023
20.05 **Maryla. Tak kochałam** – film dokumentalny, Pol.
22.05 **Sting: A Free Man** – dok., Fr.
23.15 **Tamte lata, tamte dni**

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT
10.30 **Futbol totalny**
11.45 **Film dokumentalny**
12.50 **Boks:** Gala w Bournemouth: Chris Billam-Smith – Ryan Rozicki
13.45 **Lekkoatletyka:** Memoriał Haliny Konopackiej – Warszawa 2026 **(live)**
16.45 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze półfinałowe kobiet i mężczyzn **(live)**
19.25 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecze o 3. miejsce kobiet i mężczyzn **(live)**



20.45 **Koszykówka 3x3 kobiet:** Mistrzostwa świata – Warszawa 2026 – mecz finałowy **(live)**
21.15 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – mecz finałowy **(live)**
22.15 **Sportowy wieczór**
23.00 **Piłka nożna:** ME U-17 – Estonia 2026 – finał

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)**
13.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu
14.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – studio **(live)**
15.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – finał mężczyzn **(live)**
18.30 **Tenis:** Turniej French Open w Paryżu – studio **(live)**



19.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 1. etap
20.30 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 9. etap
22.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 1. etap
23.00 **Best of French Open** – magazyn sportowy

POLSAT SPORT 1
5.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Tajlandia – Czechy **(live)**
8.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Serbia **(live)**
11.00 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski, Polska 2026
12.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Polska **(live)**
15.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – studio **(live)**
17.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Sztokholmie **(live)**



19.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Brazylia – Włochy **(live)**
21.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Maroko – Norwegia **(live)**
22.45 **Siatkówka kobiet:** LN: Bułgaria – Turcja **(live)**
23.45 **Siatkówka kobiet:** LN: Kanada – Japonia **(live)**

TVP ABC
9.00 **Tru i Tęczowe Królestwo**
9.30 **Ziarno**
10.05 **Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane**
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**
13.00 **Zwierzaki Czytaki**
13.20 **Pszczółka Maja**
13.50 **Lupin wśród bajek**
14.05 **Lassie i przyjaciele**



14.45 **Yakari**
15.15 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Bella i Sebastian**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**

MINIMINI+
10.10 **Baczne oczka**
10.30 **Jeżyk Happy**
10.51 **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 **Strażak Sam 16**
14.45 **Looloo Kids**
15.01 **Gazu, pieski, gazu!**
15.28 **Kicia Kocia**
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 Lusia**
22.14 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**

TVN 24
9.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę** – mag.
11.55 **Loża prasowa** – pr. publ.
12.50 **Ewa Ewart poleca: Wojna dronów w Ukrainie** – film dokum.
13.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.45 **Kadr na Kino** – magazyn filmowy
16.00 **Fakty po południu**
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.30 **Ranking Mazura**
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach**



20.00 **W kuluarach**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.45 **Raport Roland Garros**
0.00 **Fakty po Faktach**
0.50 **Kawa na ławę** – mag.
2.00 **Nowa Maja w ogrodzie**
2.30 **Szkło kontaktowe**

CANAL+ SPORT
12.00 **Turbokozak**
13.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Madryt
16.00 **Ligomistrzowe historie** (1)
16.45 **Boks:** Gala w Las Vegas
19.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
20.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
21.10 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 157
22.15 **Boks:** BKFC Fight Night: Hollywood – waga półśrednia: Julian Lane – Bryce Henry
23.20 **The Big Pete** (1, 2)
0.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

EUROSPORT 2
11.30 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
12.15 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 8. etap
13.05 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 1. etap **(live)**
15.00 **Cycling Show**
15.15 **Kolarstwo kobiet:** Giro d'Italia – 9. etap **(live)**
18.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 1. etap
18.30 **Golf:** The Memorial Tournament – finał **(live)**
0.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały

POLSAT SPORT 2
8.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Belgia – Tunezja
11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Portugalia – Chile
13.00 **Piłka nożna:** Brazylia – Egipt
15.30 **Magazyn Polskiego Sportu**
16.45 **Siatkówka kobiet:** LN: Ukraina – Francja **(live)**
19.30 **Cafe Futbol**
20.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Grecja – Włochy **(live)**
23.30 **Piłka nożna** – skróty meczów towarzyskich **(live)**
0.30 **Sporty walki:** FEN 52 w Ostrowie Wielkopolskim: Marcin Łazarz – Bartosz Szewczyk 17.02.2024

NICKELODEON
8.35 **SpongeBob Kanciastoporty 11**
9.05 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
9.55 **Marsupilimki**
10.55 **Harmidom 4**
11.50 **Harmidom 5**
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**
16.45 **Marsupilimki**
17.25 **SpongeBob Kanciastoporty 15**
17.45 **SpongeBob Kanciastoporty 13**

TELETOON+
8.34 **Harmidom**
9.55 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
11.18 **Siostry 2**
12.44 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
14.05 **Siostry 2**
14.44 **Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**
15.37 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
16.37 **Dinuś i Lusia**
17.33 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
18.05 **Charlotte i trzy muszkieterki**
18.23 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
18.50 **Polly Pocket 6**

TVP INFO
15.00 **Serwis Info Dzień**
15.10 **Młodzież kontra, czyli pod ostrzałem**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wydanie Specjalne**
18.00 **Panorama**
18.20 **Wydanie Specjalne**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.08 **Serwis Info Wieczór**
20.15 **Raport specjalny**
21.00 **Serwis Info Wieczór**
21.15 **Rozmowy (nie)wygodne**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.32 **Woronicza 17**

CANAL+ SPORT 2
8.20 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – półfinał kobiet
10.40 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – półfinał mężczyzn
13.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – półfinał mężczyzn
15.20 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – półfinał kobiet
17.30 **8 wspaniałych** (2)
18.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – finał kobiet **(live)**
20.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – mecz finałowy mężczyzn **(live)**
23.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Rzymie – finał kobiet
1.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1
9.30 **Formuła 2:** Grand Prix Monako **(live)**
10.55 **GP Confidential**
11.30 **Formuła 1:** Grand Prix Monako – sesja kwalifikacyjna
13.00 **Formuła 1:** GP Monako – parada kierowców **(live)**
13.30 **Formuła 1:** Grand Prix Monako – studio **(live)**
15.00 **Formuła 1:** Grand Prix Monako – wyścig **(live)**
18.00 **Formuła 1:** GP Monako
20.00 **Formuła 2:** GP Monako
21.30 **Formuła 3:** GP Monako
22.50 **Serie A**
0.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Lipsk

POLSAT SPORT 3
11.00 **Piłka nożna:** Road to 26 – mecz: Argentyna – Honduras
13.00 **Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – College Station 2026
15.45 **Siatkówka kobiet:** LN: Dominikana – Holandia **(live)**
18.20 **Piłka nożna:** Dania – Ukraina **(live)**
20.35 **Piłka nożna:** Chorwacja – Słowenia **(live)**
22.30 **Sporty walki:** UFC Fight Night: Belal Muhammad – Gabriel Bonfim 07.06.2026
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 52 w Nowym Targu – waga lekka: Krzysztof Mendlewski – Marcin Skrzek 17.05.2025

NICK JR.
8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.40 **Tim Rex wśród gwiazd**
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 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.30 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR
8.00 **Spidey i superkumple 2**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół 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 **Iron Man i super ekipa**
18.00 **Jej Wysokość Zosia: Była sobie księżniczka** – film animowany, USA 2012

POLSAT NEWS
11.00 **Polityczny WF z gościem**
12.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia**
17.30 **Z drugiej strony**
18.35 **Debata polityczna**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.30 **Państwo w państwie**
21.00 Polsat News ujawnia: **Król patostreamów**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Czysta Polska**
0.50 **Wydarzenia wieczorne**

CANAL+ SPORT 5
13.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
14.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: ROW Rybnik – Polonia Piła **(live)**
16.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Wilki **(live)**
19.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Arged **(live)**
21.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
22.30 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
23.30 **Boks:** BKFC Fight Night: Hollywood

ELEVEN SPORTS 2
12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Hoffenheim – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Sassuolo
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – HSV
18.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Juventus FC – Inter Mediolan
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Mallorca – Barcelona
23.00 **Ligue 1 Show** (35)
23.40 **Made in Italy** (8)

POLSAT PLAY
9.00 **Kołowrotek**
9.30 **Taaaka ryba**
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina**
14.00 **Budowlańcy**
15.00 **Złomiarze**
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale**
21.05 **Chłopaki do wzięcia**
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
22.30 **Łowca pedofilów**
23.05 **Więzienie**
0.05 **Tajna historia XX wieku**
4.00 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO
12.30 **Jeździć, obserwować**
13.15 **Moto kombat**
14.00 **Zawodowi handlarze**
14.45 **Duda kontra Szafrański**
15.30 **Naprawy nie do naprawy**
16.15 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
17.00 **Ciężarówką przez Stany 4**
18.00 **Mobilni mechanicy**
18.45 **Raport końcowy**
19.10 **Nic do zgłoszenia**
20.10 **Nic do zgłoszenia 3**
21.10 **Jeździć, obserwować**
21.55 **Moto kombat**
22.40 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**

TVS
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.35 **Przy muzyce po Śląsku**
10.55 **Klachy i Lachy**
11.25 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza**
14.30 **Śląska karuzela**
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista**
19.45 **Koncert w TVS**
21.45 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Narzeczona mojego brata** – melodramat, Niemcy 2019
23.35 **Śląska karuzela**
1.20 **Program kulinarny**

TV TRWAM
18.00 **Podróż Apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa**
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile**
22.45 **Jak wygrać małżeństwo**
23.00 **Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej**

WAMPIR LESTAT

Rockandrollowy zabójca

Nowość w TV!

Trzeci sezon świetnego serialu „Wywiad z wampirem" przenosi uwagę widzów na losy Lestata – teraz gwiazdę rocka.



Jak na karierę kochanka zareaguje Louis?



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.

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 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 prześladującymi 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 – Akashę (Sheila Atim) i matkę Lestata, Gabrielle (Jennifer Ehle).

Sympatia dla diabła

Sam Reid od początku bardzo zżył się ze swoim bohaterem. Przygotowując 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 Freddiem Mercurym.

– 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**

FOT. AMC (2), East News



Od 1. odcinka

PROKURATOR

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**

FOT. TVP (2), BBC

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**



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 spacery, 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!



TVP 1

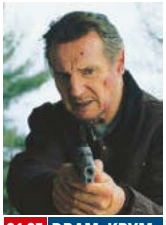
5.10 Złoty chłopak (306) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.00 Akacjowa 38 (874) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – magazyn dla młodzieży, Polska
8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
8.05 Pogoda info
8.15 Czterdziestolatek (6): Włosy 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 Akacjowa 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 Kielak i prokurator Kazimierz Proch (Jacek Koman, zdj.) prowadzą śledztwo w sprawie powieszonego mężczyzny. Zostawiony przez niego list pożegnalny wskazuje na samobójstwo. Proch ma jednak wątpliwości. Udział osób trzecich potwierdza też patolog. **55 min**



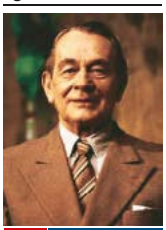
21.25 DRAM. KRYM.

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 zrabowane pieniądze w zamian za wolność. Jego plan się komplikuje, gdy do akcji wkraczają dwaj skorumpowani agenci. **110 min**

20

20.10 Sport, Pogoda
20.30 Prokurator (1) – serial kryminalny, Polska 2015 (patrz obok)
21.25 Uczciwy złodziej – dramat FILM kryminalny, USA 2020, reż. Mark Williams, wyk. Liam Neeson, Kate Walsh, Jai Courtney (patrz obok)
23.15 Świat bez fikcji: **Fenomen Fogga** – dok. (patrz obok)
0.20 Poznań '56 – dramat FILM społeczny, Polska 1996, reż. Filip Bajon, wyk. Michał Żebrowski, Tadeusz Szymków
2.20 Słodkie oczy – komedia FILM obyczajowa, Polska 1979, reż. Juliusz Janicki
3.25 Wykrywacz kłamstw
3.40 Pytanie dnia – pr. publ., Pol.
4.05 Reporterzy – mag.
4.20 Oko na świat – mag., Polska
4.40 Notacje – cykl dokumentalny



23.15 DOKUMENT

Fenomen Fogga

Portret artysty, który stał się legendą polskiej muzyki. Twórcy filmu przybliżą mniej znane fakty z życia Mieczysława Fogga (zdj.) – człowieka, który pozostał skromny 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
11.30 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 wyjawił, 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)



11.30 KULINARNY

Okrasa łamie przepisy

Karol Okrasa (zdj.) podąża szlakiem kulinarnym zrzeszającym lokale gastronomiczne promujące tradycyjną kuchnię Śląska Opolskiego. Przygotuje pstrąga z opolskim krupniokiem 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**

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – 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 Akacjowa 38 – telenowela, Hiszpania 2015



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

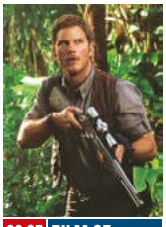
4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (286, 287): Łowca nagród; Diabelski sąsiad – serial fab.-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1215, 1216) – serial paradokumentalny, Polska 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 oblana kwasem. Okazuje się, że motyw 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 mediacyjne 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



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 przyciągnąć turystów, naukowcy tworzą hybrydę kilku gatunków dinozaurów. Nowy okaz jest niezwykle inteligentny i agresywny. Ucieka, powodując chaos. Schwytać go próbują były żołnierz Owen (Chris Pratt, zdj.) oraz menedżerka ośrodka Claire (Bryce Dallas Howard). **155 min**

20.35 Megahit: **Jurassic World** FILM – film s.f., USA 2015, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Irrfan Khan, Vincent D'Onofrio (patrz obok)
Widowiskowa kontynuacja kinowego hitu lat 90. W filmie pojawiają się liczne nawiązania do kultowej produkcji Stevena Spielberga. **155 min**
23.10 Salt – thriller, USA 2010, reż. FILM 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, FILM Rosja/USA 2018, reż. Aneesh Chaganty
3.45 Ewa gotuje (556) – magazyn kulinarny, Polska 2025



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**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

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 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 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 Krovację, a Renata z Mateuszem zarządzają trzygwiazdkowym hotelem. Uczestnicy oceniają siebie nawzajem, zaglądając w każdy kąt, testując materace oraz opisując klimat noclegów. **70 min**

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 skraju załamania FILM – thriller, USA/Wielka Brytania 2024, reż. Jeff Celentano, wyk. Minka Kelly, Dermot Mulroney, Maggie Grace, Natalie Simpson (patrz obok)

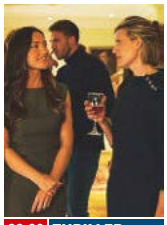
0.05 Matrix FILM – film s.f., USA/Australia 1999, reż. Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Laurence Fishburne

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



22.00 THRILLER

Na skraju załamania
Cass (Minka Kelly, zdj.) dowiaduje się, że kobieta, którą widziała poprzedniej nocy, została zamordowana. Niebawem w jej domu zaczyna dochodzić do tajemniczych zdarzeń. **125 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (5, 6): Parszywa sprawa; Kumple – 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 igraj z aniołem (90) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
Candelaria przychodzi z Adrianem 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 Kurierzy (9) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
Roman dostarcza klientowi test ciążowy 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 czworonoga Koko. Zaniedbuje rodzinę, znajomych i pracę. W końcu wpada w problemy finansowe. Zastawia biżuterię, aby zdobyć pieniądze. **120 min**

17.00 Kurierzy (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 posadę. W lombardzie zwierza się Kazimierzowi, że kobieta ma lepsze zarobki. Chrustowska zauważa przyniesiony przez męża laptop. **120 min**



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 nieżyjącego kolegi. Uwolnią ich, jeśli najemnik wydostanie z 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 Piersic Jr., zdj.), który ma zeznawać przed sądem. Zatrzymują się w hotelu w Mamai. Wkrótce budynek atakują byli współpracownicy gangstera. **120 min**

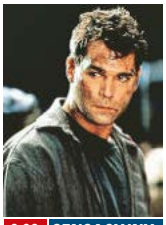
20.00 Najemnik FILM – film sensacyjny, USA/Aruba/RPA 2006, reż. Don E. FauntLeRoy, wyk. Steven Seagal, Luke Goss, Adrian Galley, Jacqueline Lord (patrz obok)
Zdjęcia do filmu realizowano w Kapsztadzie w Republice Południowej Afryki. **120 min**

22.00 Zabić Salazara FILM – 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 – 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!



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**

TVN 7

DVB T2

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

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 znika 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-dokum., Polska 2009-2010
Paulina Mosek zostaje posądzona o podpalenie wypożyczalni płyt 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, ku 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)



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 regularnie 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. Regularnie porusza ten temat z rodzicami. Tymczasem w konserwatywnym domu jej chłopaka o seksie się nie rozmawia. Nastolatek jest zagubiony. **60 min**

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



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

9.25 Mikrokosmosy – mag.
10.00 Złoty chłopak (167)
11.00 Regiony na TAK – mag.
11.30 Lato 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

13.50 Pięknie przyprawiONA (2) – magazyn kulinarny
14.10 Kulturalni – magazyn
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Kiedyś to było... – mag.
15.40 Hity i historie gwiazd
16.00 Zaraz wracam 2 (93)
16.30 Barwy szczęścia (3320)
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress 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

6.00 Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sensacyjny
7.55 Bogaty dom – biedny dom (127) – reality show
8.55 Policjantki 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 Policjantki i Policjanci (1375) – obycz., Pol. 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (542) – reality show, Polska 2025
19.00 Policjantki i Policjanci (1376) – obycz., Pol. 2026

PULS 2

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 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.
18.15 Bing – serial animowany
18.45 Masza i Niedźwiedź 3
19.00 Kacze opowieści – serial animowany

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 Koło 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 Koło fortuny – telet., Pol.
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży

TTV HD

5.00 Złomowisko PL (11)
6.00 Express – pr. inform.
6.20 DeFacto 14 (19)
6.50 Diabelnie boskie 3 (2)
7.20 Ukryta 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
17.05 Idź na całość 2 (29)
18.05 Zakup w ciemno extra (23) – reality show, Polska
18.45 Damy i wieśniaczki. PL 10 (11) – fab.-dok., Pol.
19.45 Express, Pogoda – inf.

PROGRAM INFORMACYJNY



20.00 Dziennik regionów
Reporterzy 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

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

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 przedrzeć 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 życiu 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. Cyprian, szef bankrutującej firmy, wiąże wielkie nadzieje z zamążpójściem swojej córki. **60 min**

21.00 Dzielnica strachu 9 (387, 388) – serial krym.
23.00 Wstydliwe 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)

TELETURNIEJ



20.15 Postaw na milion
W każdej grze bierze udział dwoje uczestników. Na wstępie dostają milion złotych. Jeśli chcą zabrać pieniądze do domu, ich zadaniem jest tylko bezbłędnie odpowiedzieć na osiem pytań. **55 min**

21.10 Kabaret Letnią Porą (37) – pr. rozr., Pol. 2021
22.10 Rodzinka.pl (42) – kom.
22.50 Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty (1, 2) – koncert
1.05 Koło 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 Sokołowie można zyskać lub stracić, kupując sprzęt sportowy za 1700 zł. W Starym Sączu kusi nowa odzież. W Jelonku 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 wieśniaczki. PL 10 (9) – fab.-dok., Pol.
1.00 Ciężarówką przez Indie (9) – serial dokum.
2.00 Wyburzacze (3, 4) – rozr.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.10** DorastaMy **17.30** Poczytalnia **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

GDAŃSK **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 Gdańsk **21.30** Panorama

KATOWICE **16.46** Dej pozór **17.15** Nasza strona miasta **17.33** Papyn 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** Wykrywacz 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 „Panoramy" **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 zbadaj **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **17.30** Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **19.02** Pociąg do Wielkopolski **19.19** Zaułki rzemiosła **21.01** Sportowy weekend **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.00** Dokument w TVP Rzeszów **18.00** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.01** Sport – wydarzenia i komentarze **21.00** Wykrywacz 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 **21.00** Wokół nas **21.08** Barka **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **17.21** Spacerowym okiem **17.35** Reagujemy **18.00** Zawsze na temat **18.30** TKW **18.41** Kurier Mazowiecki **19.00** Z boisk i stadionów Warszawy i Mazowsza **19.17** Filmowe spotkania **21.00** Kościół z bliska **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **21.51** Wiadomości sportowe

WROCŁAW **17.03** W swoim czasie **17.18** Geniusze i marzyciele. 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

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

10.15 Książe sezonu
FILM – komedia, Polska 1970
11.20 Parasolki z Cherbourga
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 Musisz żyć – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1997
0.05 Sibelius. Siedem symfonii – dok., Finlandia
1.35 Kulturalni – magazyn kult.

ANTENA HD

11.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (72, 73) – cykl reportaży, Pol.
13.00 Klątwa Wyspy Dębów 5 (5, 6) – reality show, USA
14.50 Ciężarówką przez śniegi 3 (6, 7) – serial dok.
16.45 77 TV 4 (15, 16) – rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (3)
20.00 Morderstwa we Francji
FILM **– Mont-Saint-Michel** – dram. krym., Francja 2022
22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (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 Celnicy 3 (2, 3) – serial dok.

TV 6

8.50 Kobra – oddział specjalny (207, 208)
10.55 48h. Zaginieni (276-278)
13.55 Policjantki i Policjanci (1176) – serial obycz., Polska
14.55 Kobra – oddział specjalny (209, 210)
17.00 Magnum: Detektyw 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 pedofilów (167-169) – serial dokum.
0.55 Więzienie (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

BBC FIRST

10.35 Śmierć z dala od palm 4 (4) – serial krym., Wlk. Bryt.
11.45 Zagadki doktora Blake'a 5 (8) – serial krym.
12.55 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4 (1, 2) – krym.
14.55 Ojciec Brown 5 (10)
15.55 Lewis 2 (3) – serial krym.
17.00 My Life is Murder 4 (7) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 17 (3)
19.50 Śmierć pod palmami 12 (6) – serial kryminalny, USA
21.00 Śmierć z dala od palm 4 (5) – serial krym., Wlk. Bryt.
22.15 Luther (5, 6) – serial krym.
0.30 Ludwig (6) – serial krym.

ROMANCE TV

10.25 Diagnoza Betty (151, 152)
12.20 Statek marzeń – Phuket
FILM – film obycz., Niemcy 2024
14.15 Rosamunde Pilcher:
FILM **Cztery balony i jedna śmierć** – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2021
16.05 Uczyć może każdy!
FILM – komedia, Niemcy 2022
18.00 Zwierzyniec doktor Mertens (110) – obycz.
19.00 Górski lekarz (114)
20.00 Nowy adres – raj
FILM – komedia, Niemcy 2013
21.55 Pułapka chłopaka
FILM – kom. romant., USA 2022
23.45 Górski lekarz (114)
0.45 Nowy adres – raj
FILM – komedia, Niemcy 2013

COMEDY CENTRAL

8.55 Przyjaciele (21-24) – kom.
10.55 Przyjaciele 2 (1, 2) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu (2-7) – serial kom.
14.30 Dwóch i pół (19-22) – kom.
16.30 Przyjaciele 2 (3-8) – kom.
19.30 Duchy (17, 18) – fantasy
20.30 Tata ma plan 3 (3-5)
22.00 The Office PL 3 (1, 2)
23.05 Comedy Club 9 (11, 12)
0.05 Miasteczko South Park 22 (10)
0.30 Miasteczko South Park 23 (1)
1.00 Pracoholicy 6 (7, 8) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 4 (11, 12) – program rozrywk.
3.00 Miasteczko South Park 22 (7-9)

TVN FABUŁA

10.55 Szpital św. Anny (69)
11.55 Druga szansa (1, 2)
13.55 Prawo Agaty 2 (2) – obycz.
14.55 Detektywi (485, 486)
16.00 Po drugiej stronie kamery (1) – serial dokum.
17.05 Alfabet filmowy – mag.
17.10 Alvin i wiewiórki
FILM – film familijny, USA 2007
19.00 Szpital św. Anny (48)
20.00 Poszukiwacze
FILM **zaginionej Arki** – film przygodowy, USA 1981
22.35 Śmiertelna głębia
FILM – thriller, USA/RPA/Wielka Brytania 2012
0.50 Saga „Zmierzch":
FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010, reż. David Slade

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (5) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.50 **Polak potrafi** (2) – dok.
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso 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** (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) – reality show, Kan. 2014
19.10 **Aukcja w ciemno** (6, 7) – serial dokumentalny

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.

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

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
11.00 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
11.35 **Chłopi** (1, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973
15.35 **Pokój z widokiem na morze** – film psychologiczny, 1977, wyk. Piotr Fronczewski
17.20 **Pogranicze w ogniu** (9, 10) – serial sensacyjny

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.

CANAL+ PREMIUM

8.55 **Fuks** – komedia FILM sensacyjna, Polska 1999
10.20 **Hollywoodgate** – dok.
11.55 **Nadzieja** – dramat sens., FILM Polska/Niemcy 2006
13.35 **Zapaleńcy. 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 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.05 **Mamma Mia! Here We Go Again** FILM – kom. muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
20.00 **Brygada 2** (6) – sens., Fr.
20.50 **Making of CANAL+**

THRILLER



20.00 Ślady zbrodni – USA FILM 2007, reż. Renny Harlin

Były policjant Tom (Ed Harris, zdj.) prowadzi firmę sprzątającą miejsca zbrodni. Odkrywa, że ktoś wykorzystał go do usunięcia dowodów zabójstwa. Chce rozwikłać 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.

PARADOKUMENTALNY



21.00 Gliniarze (768)

Klient spa znika 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) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (54) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (517) – mag.
3.30 **Demakijaż** (91) – pr. rozr.
4.00 **Strzelnica Navala** (7)

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 7 (83, 84) – Polska 2013

Konflikt pomiędzy Lucy i Moniką zaczyna się zaostrzać. Agentka sztuki ostentacyjnie kupuje w miejscowej aptece test ciążowy. 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

KOMEDIODRAMAT



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 uniemożliwił stan wojenny. **125 min**

22.05 **Przepraszam, czy tu bija?** – film sens., 1976
23.50 **Mniejsze zło**
FILM – film obyczajowy, 2009
2.35 **Czeka na nas świat**
FILM – komediodramat, 2006
4.40 **Martwe małżeństwo** – film krótkometrażowy
5.00 **Najpiękniejsze fajerwerki ever**
5.45 **Zakalec** – dramat obycz.

KRYMINALNY



21.05 FBI: International 4 (8)

Vilmos Barany ginie w więzieniu z rąk Grega Czonki, 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: Strażnik Teksasu** (8) – serial krym.

WOJENNY



21.00 Kontyngent (5)

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** – thriller FILM erotyczny, Polska 2025
4.10 **W stronę słońca** – dok.
5.45 **Premierowa jazda**

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

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:**
FILM **Kiedy pojawi się dziecko** – krym., Fr. 2024
23.55 **Równoległe śledztwo** (5) – 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 **Więzień labiryntu: Lek na śmierć**
FILM – 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 **Fala 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 **Przejścia** – dramat obycza- FILM jowy, Francja/Niemcy 2023
2.35 **Kruk. Szepty 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 **Zmierzch** – film FILM fantasy, USA 2008
17.10 **Gorzko** – film krótkometr.
17.40 **Battleship: Bitwa FILM o Ziemię** – film s.f., USA/Japonia 2012
19.45 **Łapu 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 FILM na krwawą orchideę** – film sensacyjny, USA 2004
1.00 **Crackodyl** – horror FILM s.f., USA 2023
3.00 **Czarodziejki 8** (1, 2) – serial fantasy, USA 2005
5.00 **Prométhée** (5)

PARAMOUNT NETWORK

9.25 **Policyjna grupa pościgowa 21** (14) – dok.
10.25 **Zapłata** – thriller s.f., FILM USA/Kanada 2003
13.00 **Czarodziejki** (11, 12) – serial fantasy, USA 1998
15.00 **Moja super FILM eksdziewczyna** – 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 **Łapu 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 **Klangor** (3, 4) – krym., Pol.
3.50 **Żmijowisko** (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: ciężarówki w opałach 7** (20) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (5) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (1)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 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.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

TLC

10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove 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, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi (8): Maja – serial dokum.
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show



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 Trójkąt zbrodni
0.00 Dr Pryszczylla 4
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – 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



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.

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



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 CHANNEL

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6: W nieznane
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem: Trudne wybory
12.00 Fani czterech kółek 16
13.00 Nagi instynkt przetrwania: rozbitkowie
15.00 Złomowisko PL 4 (9)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (3)
18.00 Poza cywilizacją (1)
19.00 Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3



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)

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.



20.15 Ekstradycja 2 (9-ost.) – serial sensacyjny, Polska
21.20 Długa droga do wojny (1) – film dok., Wlk. Bryt.
22.30 Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy (1) – serial dokumentalny
23.45 Sensacje XX wieku
2.00 Encyklopedia II wojny światowej (1)

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 Rzeszy: 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)



22.00 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (1, 2) – serial dokumentalny, Australia
0.00 Starożytni kosmici (1) – serial dokum., USA 2010
1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) – serial dokumentalny, Pol. 2025
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

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 – teleturniej, 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 Strażnik Teksasu 8 (11, 12) – serial sensacyjny, USA 1999
9.50 MacGyver 2 (4, 5) – sens.
11.55 Pułapki umysłu
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.50 Wojciech Cejrowski – boso 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 nagości 5 – pr. rozr.
0.10 Magia nagości 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 Michela 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 Kulinarny 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 dyktatury (3)
14.00 Wojna z ZSRR: Wielkie konstrukcje III Rzeszy (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 Dynastie 2: Surykatka – dok.
14.40 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 Dynastie 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: Królewscy hipokryci?
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.
10.30 Więzienie – serial dokum.
11.00 Poirot 7 (1, 2) – serial krym.
15.00 Świat według Bundych 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 Zarobić 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 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
21.00 Dorota was urządzi! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
0.40 Kupujemy dom na plaży 26 – serial dokum.
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 Megaładunki – serial dok.
19.00 Oblicza 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 Megaładunki – 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 oblicza Ameryki
17.00 Oko w oko z dziką naturą
18.00 Wspaniałe Filipiny
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Sekretne życie pingwinów: Cesarskie serce

POLSAT VIASAT HISTORY

12.10 Czołg: 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 Czołg: 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.

CANAL+ 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.
17.35 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 nieznane 8 – dok.
0.45 Sachie w Nowej Zelandii 2

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.05 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 8 – 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 12 – dok.
21.00 Cudotwórcy 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 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Pewnego razu
FILM w Meksyku: Desperado 2 – sens., USA/Meksyk 2002
23.05 Witajcie w dżungli
FILM – film przygodowy, 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 Magiczny Adriatyk
18.30 Hity wszech czasów
19.30 Miłość i nadzieja (268)
20.30 Wichrowe wzgórze (249)
21.30 La Promesa – 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 Byblos. Wielki port Fenicjan – film dokum.
20.50 Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? – 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 Światynie świata
21.05 Kalahari, twarde prawo pustyni (1) – film dokum., Fr.
22.10 Królowe mafii
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.20 Adopcje zagraniczne – światowy skandal – dok.

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

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 Przemyśl
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.

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:**
0.00 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes

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
W stolicy Szwecji ciekawie 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.

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 **Figu 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**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**

MINIMINI+

11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
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**

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 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**

CANAL+ SPORT

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
19.00 **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**

EUROSPORT 2

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

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:** Maroko – Norwegia
21.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Francja– Irlandia Północna **(live)**
Ostatni sprawdzian wicemistrzów świata przed mundialem w USA, Meksyku i Kanadzie.
23.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
1.00 **Sporty walki:** Dragon Fight Night MMA 6 w Tłuszczu: D. Romański – T. Pagliariccio

NICKELODEON

8.10 **Marsupilami**
8.40 **Harmidom 5**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona 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 Kanciastoporty 11**
13.35 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
14.30 **Harmidom**
15.30 **Smerfy 2**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**

TELETOON+

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

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 **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**

CANAL+ SPORT 2

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

ELEVEN SPORTS 1

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)

POLSAT SPORT 3

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:** Babilon MMA 53 w Międzyzdrojach: S. Kołecki – M. Łazarz

NICK JR.

8.20 **Pan Krokodyl**
8.45 **Barbapapa 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 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.35 **Zwierzęce zagadki**
15.05 **Rogata ekipa**
16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly**
16.40 **Psi Patrol 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 3**
8.30 **Klub Myszki 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 Myszki 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 Myszki 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 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**

CANAL+ SPORT 5

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 Piła
22.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
23.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 157
1.20 **Premier League Stories** (43)

ELEVEN SPORTS 2

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 PLAY

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 **Kołowrotek** – magazyn wędkarski
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Wojny samochodowe**
19.15 **Usterka 16**
19.45 **Ciężarówką przez RPA**
20.45 **Naprawy nie do naprawy**
21.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Moto Fachury**
23.00 **Z drugiej ręki**
23.45 **Jeździć, obserwować**
0.30 **Mobilni mechanicy**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: 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**

TV TRWAM

16.00 **Informacje dnia**
16.10 **Sanktuaria polskie**
16.30 **Porady medyczne bonifratrów**
17.00 **Świadkowie**
17.30 **Spotkanie Rodziny Radia Maryja**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Podróż apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

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 • 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 (1975) Delon podkreślał, że fascynowała go podwójna natura bohatera – eleganckiego arystokraty i zamaskowanego buntownika.

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 „Christine" i błyskawicznie stali się ulubioną parą Europy. Gdy się rozstali, miliony fanów przeżywały to jak osobistą tragedię. Mówiono, że Schneider nigdy nie przestała go kochać. On zaś nawet nie starał się ukrywać, że nie przepada za monogamią. Był mężem Nathalie Delon. Romansował z Mireille Darc, Dalidą, Brigitte Bardot i Anne Parillaud...

Zawsze żył pełnią życia. Przyjaźnił się z artystami, obracał w świecie luksusu, szybkich aut i nocnych klubów. A że miał smykałkę do biznesu, inwestował w restauracje, 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), zachwytom 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

FOT. East News



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, pojawią 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**

NA WSPÓLNEJ

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 zbytnio nie przebierał w ofertach, bo przecież muszą z czegoś żyć. Nowak zacznie uspokajać 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 wspomoże 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**


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	gwałtowny, silny nacisk					
			1	samoprzylepny pasek		siłacz		... Zorba				7	naczelne miejsce		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	
					dzikie 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

Fot.: Stopklatka (2), TVN

TVP 1

5.10 **Złoty chłopak** (307) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.00 **Akacjowa 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 **Czterdziestolatek** (7): Judym, czyli czyn społeczny – serial obyczajowy, Polska 1974 (patrz obok)
9.15 **Ranczo 4** (51): Fałszerze 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 **Akacjowa 38** (886) – telenowela, Hiszpania 2015
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



8.15 OBYCZAJOWY

Czterdziestolatek (7)

W nocy budzi Karwowskiego (Andrzej Kopiczyński, 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**



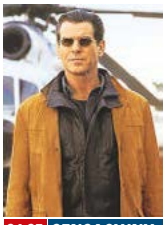
12.55 DOKUMENT

Dzikie imperium (1)

Rok z życia dwóch rodzin rokselan złocistych, 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**

20

20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Prokurator** (2) – serial kryminalny, Polska 2015
21.25 **Śmierć nadejdzie jutro** FILM – 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** FILM – dramat kryminalny, USA 2020, reż. Mark Williams
2.35 **Poznań '56** FILM – dramat społeczny, Polska 1996, reż. Filip Bajon
4.30 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny, Polska 2025-2026



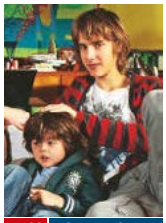
21.25 SENSACYJNY

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**

TVP 2

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**
11.30 **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. María 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 mądrzy (5)

Rywalizacja, w której najważniejszy jest czas – poprawne odpowiedzi przynoszą uczestnikom dodatkowe cenne sekundy, błędne zaś je odbierają. W prowadzonej przez Krzysztofa Czeczota (zdj.) grze biorą udział trzy znane osoby, które w czterech rundach sprawdzają swoją wiedzę, pamięć i refleks. **30 min**

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – 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



21.50 FAB.-DOKUM.

Na sygnale (839, 840)

Anna (Lea Oleksiak, zdj.) wybiera się do ośrodka dla ofiar przemocy domowej, gdzie zjawia się agresywny mąż Marii. Martyna i Piotr planują zrelaksować się na masażu dla par. Słyszą wołanie o pomoc. **65 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** (288, 289): Uwikłana; 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): Łowczyni majątku – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
15.50 **Wydarzenia**
16.15 **Pogoda**
16.20 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.30 **Na ratunek 112** (1061): Idiotka – serial paradokumentalny, Polska 2025 17-letnia 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 dowiaduje się, że będzie dzieliła spadek z niejaką Pari Kumar. Test DNA, który wykonują dziewczyny, wykazuje, że są bliźniaczkami. Katarzyna szuka odpowiedzi na pytanie, dlaczego siostra nie dorastała w biologicznej rodzinie. Poznaje kolejne tajemnice. **70 min**

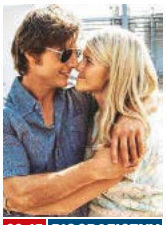


20.35 FILM SF

Venom 2: Carnage

Dziennikarz Eddie Brock (Tom Hardy, zdj.) dzięki mieszkającemu w jego ciele kosmicie ma nadludzkie zdolności. Musi ponownie ich użyć, aby stawić czoło potężnemu Carnage'owi, który przejął kontrolę nad seryjnym mordercą Cletusem Kasadym (Woody Harrelson). Czeka go śmiertelnie niebezpieczne starcie. **130 min**

20.35 **Venom 2: Carnage** FILM – film s.f., USA/Chiny 2021, reż. Andy Serkis, wyk. Tom Hardy, Woody Harrelson, Michelle Williams, Naomie Harris (patrz obok) Kojarzony z przełomowymi 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 – film biograficzny, USA/Japonia/Kanada 2017, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Sarah Wright, Jesse Plemons (patrz obok)
1.05 **Alfa** – film przygodowy, FILM 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 Medellín. Pablo Escobar proponuje mu współpracę. **140 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

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 otworzyli 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. Dziewczyna 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 koparki 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



17.55 FAB.-DOKUM.
Detektywi (166)
Marta prosi śledczych o odnalezienie męża. W trakcie dochodzenia Jakub Kwaśniewicz (zdj.) odkrywa w mieszkaniu pary list z pogróżkami. Trop prowadzi detektywów do firmy, której logo widniało na kopercie. 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 sfingował swoją śmierć. Postanawia się zemścić. Śladem byłej więźniarki podąża jej nieustępliwy kurator Travis (Tommy Lee Jones, zdj.). **135 min**

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



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

6.00 Policjanci z Miami 2 (6, 7): Kumple; Chora miłość – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6): Obława; Śmiertelny zysk – serial sensacyjny, Niemcy 2015
Trzech zbiegów porywa 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 igraj 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 wyprowadzać się z kamienicy. Obecny właściciel usiłuje się go pozbyć. Mariusz jest przesłuchiwany w sprawie Julki. Uważa, 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 stwardnienia rozsianego. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968, 969) – serial obyczajowy, Polska 2026
Ania skrywa tajemnicę o pragnieniu korekty płci. Zastawia biżuterię matki i inwestuje w kryptowaluty. Andżelika nie radzi sobie z Igorkiem, który ciągle pyta o ojca. Zwierza się Romanowi. **120 min**



17.00 FAB.-DOKUM.
Kurierzy (11)
Krystyna siedzi w poczekalni przed konsultacją z lekarzem. Wsłuchuje się w rozmowy innych pacjentek. Decyduje się na ucieczkę. Monika przekonuje ją, że powinna porozmawiać z Janem (Piotr Szwedes, 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**

20.00 Tokarev. Zabójca z przeszłości FILM – dramat kryminalny, USA/Francja 2014, reż. Paco Cabezas, wyk. Nicolas Cage, Rachel Nichols, Peter Stormare, Aubrey Peeples (patrz obok)
Trzymające 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!



23.55 SENSACYJNY
Pokerzysta
Milioner 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

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. Szesnastolatka 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-latkiem, który 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 mężczyzna nie jest ojcem dziecka. Testy DNA potwierdzają tę informację. **60 min**



16.00 FAB.-DOKUM.
Sędzia Anna Maria Wesołowska (474, 475)
Przed Anną Marią Wesołowską (zdj.) staje zawodowy żołnierz Wiktor Duszak. Oskarżony złamał Maciejowi Rabskiemu rękę w łokciu, stosując poznany 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 skrycie obwinia drugą o trudne wydarzenia z przeszłości. Jej niechęć rośnie, kiedy krewna postanawia zawalczyć o własne szczęście i decyduje się zadbać o siebie. **60 min**

20.00 Dzień próby FILM – 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 Oszukać 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 (1) – pr. rozrywk., Polska 2026
4.20 Dorota was urządzi! (11) – rozr., Pol. 2016 ▶ 5.00



20.00 DRAM. SENS.
Dzień próby
Jake (Ethan Hawke, zdj.) z drogówki chce zrobić karierę w wydziale do walki z narkotykami. Zostaje partnerem Harrisa (Denzel Washington, zdj.), szefa jednostki. Odkrywa, że działa on wbrew prawu. **155 min**

TVP 3

9.30 **Ikonograf Hrysza**
10.00 **Złoty chłopak** (168)
11.00 **Rok w ogrodzie** – mag.
11.30 **W aptece 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 lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia** – cykl reportaży, Polska
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.

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 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress 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

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

9.20 **Bing** – serial animowany
9.35 **Basia 2** – serial anim.
10.00 **Jeżyk i Sprężynka**
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.
18.15 **Bing** – serial animowany
18.45 **Masza i Niedźwiedź 3**
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (1006)

TVP ROZRYWKA

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 **Koło 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 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.35 **Okrasa łamie przepisy**

TTV HD

6.20 **DeFacto 14** (20)
6.50 **Diabelnie boskie 3** (3)
7.20 **Ukryta prawda** (1197)
8.20 **Kartoteka 10** (13, 14)
10.30 **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 wieśniaczki. 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 pojawi się też relacja na żywo lub reportaż z kraju. Przedstawiany problem komentują eksperci. **30 min**

21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **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.

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

FANTASY



20.25 Wiedźmin (2) – Polska

Geralt uczy się w szkole dla wiedźminów. Nauczyciele wystawiają go na ciężkie próby. Gdy dzięki 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., Polska
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 środowiska 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 Barbagia na Sardynii. Przybywa do leśnej kuchni pasterskiej, gdzie nad paleniskiem pieką 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 **Koło 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 **Żony 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 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 czyni 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

GDAŃSK 17.30 Tedë 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 Horyzont 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 Miłego popołudnia 17.55 Naturalnie Lubelskie 18.10 Szlachetne zdrowie 18.30 Panorama lubelska 19.00 Stop! Kultura 21.02 Reportaż. Z lubelskiego 21.15 Gość „Panoramy" 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 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 Rowerem przez Pomorze Zachodnie 21.15 Agroexpress 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

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 Całkiem 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 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Informacje z Mazowsza 19.15 MAZOwyprawy extra 21.00 Dobrego dnia z gwiazdą 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.30 Sielskie życie 17.44 Prosto z lasu 17.58 Schlesien Journal 18.14 Pamięć Miasta 18.30 Fakty 18.58 Agro-Fakty 19.16 Geofenomena. Dolny Śląsk (Rock & Talk) 21.02 Karkonosze nieznane 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 **Przystanek slow 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

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 **Zmiennicy** (13) – kom., Pol.
18.15 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 2** (2) – kom.
20.00 **Ja, Feuerbach**
21.40 **Tommaso** – dramat obycz.,
FILM Włochy/Wlk. Bryt./USA 2019
23.45 **Ingmar 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)

ANTENA HD

11.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (74, 75) – cykl reportaży, Pol.
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5** (7, 8) – reality show, USA
14.55 **Ciężarówką przez śniegi 3** (7, 8) – serial dok.
16.50 **77 TV 4** (17, 18) – rozr., Pol.
18.45 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (4)
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Biarritz** – thriller, Fr. 2020
22.05 **Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki** (4)
23.15 **Detektywi z Bordeaux 3** (5) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 **Polska. Największe tajemnice** (4) – rozr., Pol.
1.30 **Celnicy 3** (3, 4) – serial dok.
3.50 **Zakręcone stworzonka z internetu 2** (11) – rozr.

TV 6

8.55 **Kobra – oddział specjalny** (209, 210)
10.55 **48h. Zaginieni** (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 **Septagon** (63, 64) – krym.
5.05 **Nona i jej córki** (8)
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

12.55 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4** (3, 4) – krym.
14.50 **Ojciec Brown 5** (11)
15.50 **Lewis 2** (4) – serial krym.
16.55 **My Life is Murder 4** (8) – serial kryminalny
18.00 **Morderstwa w Midsomer 17** (4)
19.50 **Śmierć pod palmami 12** (7) – serial kryminalny, USA
21.00 **Harry Wild 4** (1) – serial kryminalny, Irlandia/Wielka Brytania/Niemcy 2025
22.00 **Luther 2** (1, 2) – serial krym.
0.20 **My Life is Murder 3** (10) – serial kryminalny
1.20 **Śmierć pod palmami 12** (7) – serial kryminalny, USA

ROMANCE TV

12.00 **Serca pod drzewem**
FILM **oliwnym** – komedia romantyczna, USA 2023
13.55 **Maria Montessori**
FILM **– życie dla dzieci** (1, 2) – dramat biograf., Wł. 2007
18.00 **Stadnina w Piber** (1)
19.00 **Górski lekarz** (115) – obycz., Niemcy/Austria
20.00 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Róża z Kerrymore** – film obyczajowy, Niemcy 2001
21.55 **Rzeka życia: Zaginiona**
FILM **na Amazonce** – melodramat, Niemcy 2013
23.50 **Górski lekarz** (115)
0.45 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Róża z Kerrymore** – film obyczajowy, Niemcy 2001

COMEDY CENTRAL

8.55 **Przyjaciele 2** (3-8) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu** (8-13) – kom.
14.30 **Dwóch i pół** (23, 24)
15.30 **Dwóch i pół 2** (1, 2) – kom.
16.30 **Przyjaciele 2** (9-14) – kom.
19.30 **Teoria wielkiego podrywu** (14-17) – kom.
21.10 **Teoria wielkiego podrywu 2** (1, 2) – kom.
22.00 **The Office PL 3** (3, 4) – serial komediowy, Polska
23.05 **Comedy Club 9** (13) – rozr.
23.35 **Comedy Club** (1) – pr. rozr.
0.05 **Miasteczko South Park 23** (2, 3)
1.00 **Pracoholicy 6** (9, 10)
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (13, 14) – program rozrywk.

TVN FABUŁA

9.50 **Prawo Agaty 2** (4) – obycz.
10.55 **Szpital św. Anny** (70)
11.55 **Druga 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 świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984
22.40 **Bliźniak** – film sensacyjny,
FILM USA/Chiny/Kolumbia 2019
0.55 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1**
FILM – film fantasy, USA 2011

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (6) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.50 **Polak potrafi** (3) – dok.
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso 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 romans czterdziestolatka** FILM – komedia obyczajowa, 1976
15.25 **Agent nr 1** FILM – 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 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
10.20 **Każda mała rzecz** – dok.
11.55 **LARP. Miłość, trolle i inne questy** FILM – komedia, Polska 2025
13.30 **Charlie Chaplin: duch włóczęgi** – 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 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.00 **Zmierzch** – film FILM fantasy, USA 2008

SENSACYJNY



20.00 Adwokat – USA 1998, FILM reż. Steven Zaillian

Adwokat Jan Schlichtmann (John Travolta, zdj.) występuje przeciwko koncernowi zanieczyszczającemu środowisko. Reprezentuje rodziny dzieci, które chorują lub zmarły na białaczkę. **150 min**

22.30 **Seksmisja** – komedia FILM s.f., Polska 1983
0.55 **Mścicielka** – 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. Kobieta po raz ostatni widziała 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 pedofilów** (185, 186) – serial dokum.
23.00 **Świat według Kiepskich** (325, 326)
0.00 **Ślad** (102) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady II** (55) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.55 **Ewa gotuje** (518) – mag.
3.30 **Śluby gwiazd** (24) – rozr.

KRYMINALNY



19.30 Ojciec Mateusz 28 (366)

Napadnięto 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 ćmy** (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 FILM – 2021

Lata 60. XX wieku. Piękna aktorka Kalina Jędrusik (Maria Dębska, zdj.) jest żoną pisarza Stanisława Dygata, ale nie stroni od romansów. W końcu naraża się wpływowemu człowiekowi. **125 min**

22.05 **Poszukiwany, poszukiwana** FILM – komedia, 1972, wyk. Wojciech Pokora
23.55 **Haker** – komedia FILM sensacyjna, 2002
1.55 **Dzień kobiet** FILM – dramat obycz., 2012, wyk. Eryk Lubos
4.20 **Zgorszenie publiczne** FILM – komedia romant., 2009

KRYMINALNY

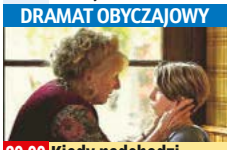


21.05 Rekrut 8 (7) – USA 2026

Lucy i Harper rozpoczynają tajną operację. Nolan i Miles obserwują dziewczynę przestępcy, którego rozpracowują. 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 PREMIERA – Francja 2024 FILM

Michelle (Hélene Vincent, zdj.) ma złe 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 **Kukułka** – thriller, FILM Niemcy/USA 2024
0.15 **Dotyk** – melodram., Islandia/Wielka Brytania 2024
2.15 **Wrooklyn Zoo** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2024

CANAL+ 1 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę 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 **Laski 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** – komediodra- FILM mat, Dania/Holandia/Szwecja 2020
14.55 **Życie** – dramat obycz., Wlk. FILM Bryt./Japonia/Szwecja 2022
16.40 **Policja zastępcza** – kome- 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** FILM – 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 śpi** (1) – serial krym., Polska
3.30 **Cudownie 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** FILM – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018
15.10 **Czarna woda**
15.30 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** FILM – 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 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Alarum** – film FILM sensacyjny, USA 2025
21.35 **Siedem zasłon** – dramat FILM psychologiczny, Kanada/Finlandia/USA 2023
23.20 **Pierwszy taniec w chmurach**
23.45 **Małpa** – horror, USA/Wielka FILM 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** – dramat FILM psychologiczny, USA 2001
13.00 **Czarodziejki** (13, 14)
15.00 **Michael** – film FILM obyczajowy, USA 1996
17.25 **Poszukiwacze zaginionej Arki** – film FILM 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 **Błogość** – 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** (11, 12)
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.
13.10 **Poirot** (5, 6) – serial krym.
15.15 **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 **Klasyka 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 **Łapu 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 **Łapu capu Extra** (136)
22.00 **Blizna** (2) – sens., Hiszpania
23.00 **Spartakus: Krew i piach** (9) – serial historyczny, USA
23.55 **Czarne stokrotki** (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: ciężarówki w opałach 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: ciężarówki w opałach 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

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji · – tylko dla dorosłych

WTOREK 9 czerwca

WSCH. SŁ. 04.25 | ZACH. SŁ. 21.02 | Imieniny: Anny, Hanny, Felicjana

TeleTydzień

TLC

10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
11.00 Wiza na miłość 12 (2)
13.00 Niepokonani (3, 4) – dok.
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi (9): Tiffany – serial dokum.
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2 – reality show
20.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 11



21.00 Premiera: Rodzina 10+ 8 (8) – program rozrywkowy
22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7
23.00 Transplantacja: drugie życie
0.00 Dr Pryszczylla 4
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
2.00 Rodzina 10+ 8 (8) – rozr.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki (25, 26) – serial obycz., Pol. 2013
8.00 Co ludzie powiedzą (12, 13) – kom., Wlk. Bryt.
9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (5, 6) – reality show, Polska
12.30 Bogaty dom – biedny dom (143, 92) – reality show, Polska
14.30 Kolacja w ciemno (18, 19) – pr. rozr., Polska
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (27) – reality show, Pol. 2015
18.00 Nasz nowy dom (266, 267) – reality show



20.00 Najpiękniejsze domy na wsi (4) – serial dok.
21.00 Rolniczki (10) – dok., Pol.
22.00 Bogaty dom – biedny dom (161) – reality show
23.00 Gry małżeńskie (96, 97)
1.00 Kolacja w ciemno (17, 18) – pr. rozr., Polska
3.05 Więzienie kobiet (62, 63) – serial dokum.

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show, Polska 2015
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 7 (6) – serial fab.-dok.
6.45 Poukładani (4, 3) – pr. rozrywk., Pol. 2025
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Ugotowani (2, 3) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – pr. rozr., Polska
15.35 Jestem z Polski 15 (16, 2) – serial dokum., Pol.
17.40 Kuchenne rewolucje (3-5) – pr. rozr., Pol. 2019
20.50 Ostre cięcie (7) – pr. rozr.



21.50 Jestem z Polski 16 (5) – serial dokum., Pol. 2025
22.50 Jestem z Polski 14 (6)
23.45 Hotel Paradise 11 (21, 22) – reality show, Pol.
1.45 Apetyt na miłość (10)
2.50 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (5, 6) – mag.
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (1) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem: Świeża krew
12.00 Fani czterech kółek 16
13.00 Nagi instynkt przetrwania – 21 dni samotności
15.00 Złomowisko PL 5 (1)
16.00 Gorączka złota 16: Zabawa z ogniem
17.00 Nic do zgłoszenia (3)
18.00 Poza cywilizacją (2)
19.00 Nagi instynkt przetrwania: nagroda za przeżycie 3



21.00 Premiera: Teorie spiskowe pod lupą: Niewidzialna broń
22.00 Premiera: Sara Price – Droga do Dakaru (2)
23.00 Premiera: Bimbrownicy 14: Syndrom oszusta
0.00 Mike Brewer: przerobić i sprzedać (4)
1.00 Hot rod wg Kindiga

TVP HISTORIA

6.25 Był taki dzień – fel., Pol.
6.30 Lena na Kaukazie
8.30 Pogranicze w ogniu (19) – serial sens., Polska
9.35 Wtórnik – film dok., Pol.
10.35 Platerówki – film dok.
11.35 Kanadyjskie parki narodowe (3): Ivvavik
12.35 Długa droga do wojny (1) – film dok., Wlk. Bryt.
13.40 Film dokumentalny
14.00 Królowie (32) – hist., Pol.
14.30 Pogranicze w ogniu (20) – serial sens., Polska
15.40 Sensacje XX wieku
17.30 Czas honoru (71)
18.30 Rejs 1989 – film dokum.



19.45 Królowie (71) – hist., Pol.
20.20 Ekstradycja 3 (1) – serial sensacyjny, Polska 1998, wyk. Marek Kondrat, Janusz Gajos
21.25 Zapomniane agentki II wojny światowej (5)
22.30 Nieznana wojna na Północy 2 (6-ost.)
23.35 Sensacje XX wieku

FOKUS TV

8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (11)
10.00 Gwiazdy lombardu (15-17) – reality show, USA
12.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Taktyka i uzbrojenie (2) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (10, 11)
14.00 Jak przegrać wojnę (5)
15.00 Stalingrad – ani kroku w tył! (1) – film dok., Fr.
16.00 Premiera: Dorwać tuńczyka (11, 12) – dok.
18.00 Rolnicy. Podlasie (14, 15) – serial dokum.
20.00 Galileo (8)



21.00 Tajemnice zamków (8) – serial dokum., Kan. 2023
22.00 Ludzie na wojnie – rok w Ukrainie (3, 4) – dok.
0.00 Starożytni kosmici (2) – serial dokum., USA 2010
1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski

METRO

8.35 Szpital (744, 745) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (313, 314)
12.35 Szkoła (698) – paradok., Pol.
13.35 Przepis na życie 5 (9)
14.35 Zapukaj do moich drzwi (155) – telen., Turcja 2020
15.45 The Floor – teleturniej, Pol.
17.00 Fani czterech kółek 16
18.00 Prawo Agaty 5 (9) – obycz.
19.00 Kartoteka 10 (28, 29)
21.05 Kryminalni (10, 11) – krym.
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 10 (18) – krym.
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 2 – serial dok.
1.15 Szpital (737) – paradok., Pol.
2.15 Szkoła (838, 839) – paradok.
4.15 Nowa Maja w ogrodzie 3

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (12, 13)
9.50 MacGyver 2 (5, 6) – sens.
11.55 Pułapki umysłu
13.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show, Kan.
14.10 Pod pokładem 11
15.30 Sensacje XX wieku – hist.
17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (10) – sens.
21.00 Kobra – oddział specjalny 22 (11) – sens.
22.00 Pod pokładem 11
23.00 Magia nagości. Polska 4
0.05 Magia nagości 5 – pr. rozr.
1.15 Magia nagości. Dania
2.05 Kabaretowe przeboje 3
5.40 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

8.20 Kuchenne rewolucje – rozr.
9.20 Co nas truje – pr. rozrywk.
11.35 Człowiek kontra jedzenie
13.05 Miłość od kuchni – pr. rozr.
14.00 Akcja: Restauracja!
15.00 Wiosenny turniej wypieków – reality show
16.05 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.05 Magda gotuje internet
17.40 MasterChef – pr. rozrywk.
19.10 Dziecięce mistrzostwa wypieków – telet. kulin.
20.10 Kulinarny poker
21.10 24/24 – maraton kulinarny
22.15 Pyszne miejscówki – mag.
23.20 Akcja: Restauracja! 19
0.20 Człowiek kontra jedzenie
1.50 Pyszne miejscówki – mag.
3.50 Apetyt na miłość – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?
8.00 Jak działa wszechświat? 6
11.00 Czy jest z nami inżynier? – serial dokumentalny
13.00 Kosmiczna mapa skarbów: Lista warta 500 milionów dolarów; Poszukiwanie złotego stołu
15.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Pogromca mitów w akcji: Nitrogliceryna; Najgroźniejsza broń w Hollywood – dok.
23.00 W sieci eksperymentów: W głowie się nie mieści!; Niewiarygodne błędy i pomyłki – serial dokum.
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Podziemne sekrety

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Era supertransportu
13.00 Wojna szpiegów (1) – dok.
14.00 Gułag – system śmierci (1)
15.00 Strzegąc granic – serial dok.
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
16.55 Tajemnice złotego faraona
18.00 Stalin kontra Trocki – dok.
19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
20.00 Katastrofa w przestworzach: Śmiertelne kłamstwo
21.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy
23.00 Wyjaśnić katastrofę
0.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy: 4 minuty lotu
1.00 Życie na Alasce

BBC EARTH

12.30 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
13.30 Dynastie 2 – serial dokum.
14.35 W okowach mrozu 2 – dok.
15.35 Życie na pustkowiu: powroty – serial dokum.
16.35 Juliusz Cezar: narodziny dyktatora – serial dokum.
17.40 Siedem światów, jedna planeta – serial dokum.
18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
19.45 Wielkie koty 24/7 2 – dok.
20.55 Życie na pustkowiu: powroty – serial dokum.
21.55 W okowach mrozu 2 – dok.
22.55 Superchirurdzy: szansa na życie 2 – serial dokum.
23.55 Moje życie z tourette'em

WP

10.00 Na tropie osobliwości
10.55 Porzucone budowle 11
12.00 Wariaci za kierownicą 4
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 (2)
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 2
20.00 Policjanci w akcji (4)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 2
21.55 Pogoda
22.05 Mistrzowie Kabaretu 15
23.00 Mistrzowie Kabaretu
0.00 Mistrzowie Kabaretu 9
1.00 Mistrzowie Kabaretu 6
2.00 Mistrzowie Kabaretu 5

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (13) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (21) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
11.00 Poirot 7 (2) – krym., Wlk. Bryt.
13.00 Poirot 8 – serial kryminalny
15.00 Świat według Bundych 6 (109-114) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (10) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (84, 81, 86)
21.00 Zdrady (110) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (21, 22, 86) – 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

11.05 Zarobić na remoncie 7
11.36 Usterka 11 (11, 12)
13.05 Zbudujemy większy dom
14.00 Zbudujemy fajny dom 2
15.00 Mieszkanie na miarę 4
16.00 Mieszkanie na miarę
17.00 Polowanie na ogród 9
18.10 Będzie pięknie – pr. rozr.
19.05 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje
21.00 Dorota was urządzi! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 10 – pr. rozrywk.
0.00 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
0.40 Kupujemy dom na plaży 26 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na wyspie
8.05 Człowiek kontra jedzenie
10.10 Smakuj świat z Pascalem
11.15 Amerykańska przygoda z Guyem – serial dokum.
12.15 Małżeństwo w dżungli
14.20 Człowiek kontra jedzenie
14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
17.00 Wyprawa w nieznane – serial dokumentalny
19.00 Aloha, nowy dom! – pr. rozr.
21.00 Nagi instynkt przetrwania – serial dokumentalny
23.10 Kobieta na krańcu świata
0.55 Małżeństwo w dżungli
3.00 Wyprawa w nieznane
5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Sekretne życie pingwinów
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Królestwo drapieżników
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Siła sprawcza – dok.
14.00 Hiena i lampart: nietypowy sojusz – dok.
15.00 Walki zwierząt
16.00 Dzikie oblicza Ameryki
17.00 Humorzaste zwierzaki: Zalotnicy w akcji – serial dok.
18.00 Wspaniałe Filipiny
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Sekretne życie pingwinów

POLSAT VIASAT HISTORY

12.15 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
13.20 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty
14.30 Naziści: korzenie zła
16.30 Zaginione miasta Biblii (2)
17.35 Wojna światowa: 1914-1945
18.45 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
19.50 Ciemna strona starożytnej Grecji
21.00 Faszyści i masoni – dok.
22.05 Świta Hitlera: Eva Braun
23.15 W poszukiwaniu biblijnej prawdy (2) – dok., Wlk. Bryt.
0.25 Wojna światowa: 1914-1945

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Włoskie życie Sophie Grigson – serial dokum.
15.40 Letnie inspiracje – dok.
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.
19.25 M jak mięso 4: Włochy
20.15 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 – dok.
0.45 Sachie w Nowej Zelandii 2

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 Przekopiemy Ci ogródek
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 12 – dok.
21.00 Cudotwórcy 7 – mag.
21.55 Pokochaj lub sprzedaj: Wielka Brytania 9
22.50 Wakacyjne domy na wynajem – serial dokum.
0.45 Pogromcy bałaganu 3

SUPER POLSAT

11.30 Świat według Kiepskich (375-378) – 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 (471, 472, 511, 512) – kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Moja dziewczyna **FILM** wychodzi za mąż – kom. romant., USA/Wlk. Bryt. 2008
23.05 Maksimum ryzyka **FILM** – film sensacyjny, USA 1996
1.20 Świat według Kiepskich (94, 103, 458-460) – kom., Pol.

TVP KOBIETA

12.30 Kwiaty na warsztat 2
12.45 Przepis dnia – mag. kulin.
13.00 Na dobre i na złe (565)
13.55 Leśni mocarze – film dok.
15.00 Rosół polski – mag. kulin.
15.30 Ojciec Mateusz 31 (395, 396) – serial kryminalny
17.25 Magiczny Adriatyk
18.30 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko
19.30 Miłość i nadzieja (269)
20.30 Wichrowe wzgórze (250)
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (248) – serial obycz.
22.30 Za jakie grzechy – komedia **FILM** romantyczna, Kan./USA 2009

PLANETE+

12.35 Motyle. Superbohaterowie przyrody (2) – 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.
18.45 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (2)
19.45 First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj – dok.
20.50 Keynes kontra kryzysy – film dokumentalny
22.00 Materiały przyszłości (2)
23.10 Strefa nagości – serial dok.

TVP DOKUMENT

12.45 Świątynie świata
13.45 Życie na biegunach (2)
14.50 Kalendarz przyrody: Luty
15.50 Szczepionki i ludzie – dok.
16.50 Karnawały
17.55 Sanatorium miłości
18.50 W poszukiwaniu sir Waltera Scotta – film dok.
20.00 Świątynie świata
21.05 Kalahari, twarde prawo pustyni (2) – film dokum., Fr.
22.10 Królowe mafii
23.05 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
23.15 Miłość bezwarunkowa
0.10 Sanatorium miłości

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

7.20 **Koszykówka 3x3:** MŚ – 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 – finały **(live)**
16.10 **Koszykówka 3x3:** MŚ – Warszawa 2026 – podsumowanie
17.55 **Transmisja**



20.05 **Piłka nożna kobiet:** Eliminacje MŚ – 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

EUROSPORT 1

11.00 **FIM World Endurance Championship:** Wyścig 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



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

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
8.30 **Formuła 1:** GP Monako Szósta odsłona sezonu odbędzie się na słynnym ulicznym torze w Monako. Faworytami są kierowcy Mercedesa.
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



18.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Węgry – 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

TVP ABC

9.30 **Domisie**
9.55 **Figu Migu na planecie Czochras**
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**
13.00 **Zagadki zwierzogromadki**
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**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **Tyciaki**

MINIMINI+

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!**
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**
19.36 **Jeżyk Happy**
19.52 **Basia 2**
20.05 **Wierszyki domowe**
20.35 **Dolina Muminków 3**

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**



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:** MŚ 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 Retransmisja jednego z rozegranych ostatnio meczów drużyn narodowych. Dla niektórych ekip to sprawdziany przed MŚ.
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 – zakręcona 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 Kanciastoporty 12**
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 muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

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 **Trójkąt 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 **Formuła 1:** GP Monako
22.40 **Formuła 3:** GP Monako
0.00 **Serie A**
1.05 **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 **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**
16.10 **Małe Królestwo Bena i Holly**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 3**
8.30 **Klub Myszki 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 Myszki 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 Myszki 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+ SPORT 5

11.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSŻ Poznań – Arged
13.45 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: INNPRO 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 **Formuła 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**
22.05 **Poszukiwacze historii**
22.35 **Kołowrotek**
23.10 **Wakacje z Bałtykiem**
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Z drugiej ręki**
19.00 **Duda kontra Szafrański**
19.45 **Moto Fachury**
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**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: 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**

TV TRWAM

17.30 **24. Międzynarodowy Rajd Katyński**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Podróż apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**
21.20 **Myśląc Ojczyzna**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Ulmowie. Droga do świętości**
23.00 **Sean – Światło w ciemności świeci** – dok.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

ZAGADKI KRYMINALNE PANNY FISHER

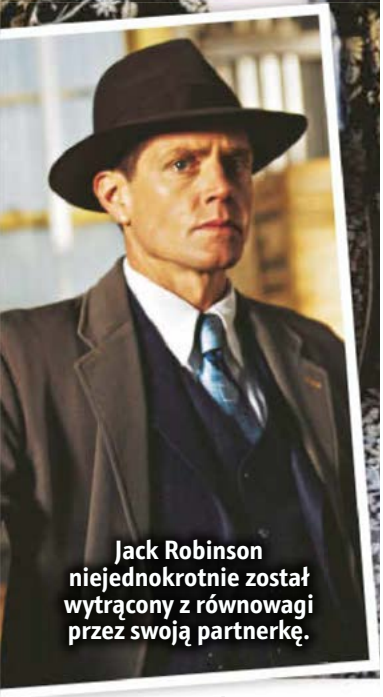
Gdzie Holmes nie może, tam ona da radę!

Od 1. odcinka

Krnąbrna i przebojowa panna Phryne sama pisze swoją detektywistyczną historię. Oczywiście, z właściwym sobie stylem i wdziękiem!



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.

ZAGADKI KRYMINALNE PANNY FISHER
ŚR godz. 15.15
KINO TV

Melbourne, lata 20. XX wieku. Ciemnymi uliczkami przechadza się tajemnicza, elegancka kobieta. Jako niezrównana pani detektyw nie boi się zaglądać 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 włodarze stacji ABC, kiedy w 2010 r. Deb Cox i Fiona Eagger przedstawiały im pomysł na nową produkcję na podstawie książki Kerry Greenwood. – Długo zastanawiałyśmy 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 związki 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 stylista. Choć z przystojnym 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 stroniła 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 szykownie – nawet o 9 rano w halce i chińskich bamboszach… **PAULINA MILUSKA**



– Nie umiem oprzeć się morderstwom – zwykła mawiać panna Fisher.

FOT. Kino TV



Kultowe kino

Film Andrzeja Wajdy to dziś już klasyk światowego kina.

Tadeusz Łomnicki i Krystyna Stypułkowska jako Bazyli i Pelagia.

NIEWINNI CZARODZIEJE

Flirt w rytmie jazzu

NIEWINNI 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 posługiwania 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	złowróżbny znak	widowisko		można w niego wpaść		kuzynka delfina	
				pokrywa kufra						węgierski jeździec					
szwoleżer						grał go Stallone					2	inwektywa		koło Gdańska	
			3	Sharon ..., „Kasyno"						najdłuższa rzeka Europy					4
obwódka	kromka z opiekacza		milowy dla ludzkości	zmiękcza wodę		spalinowa mgła	muliste w stawie				szkolne boisko		wonny krzew		klatka filmowa
polski dżins							jaźń		sznurek ze skóry						
				6	olimpijska nagroda					1	powróz				
„Maska" ... z Banderasem		boczne odgałęzienie							... Bergman, „Casablanca"				7		
pnie się po niej chmiel					styl strzelistych kościołów			5			bóg staroirański				

1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Fot.: TVP (2), TV Puls

TVP 1 DVB T2

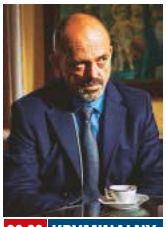
5.10 Złoty chłopak (308) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.00 Akacjowa 38 (876) – telenowela, Hiszpania 2015
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny, Polska 2026
8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
8.10 Pogoda 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 Jedynce: **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 Akacjowa 38 (887) – telenowela, Hiszpania 2015 (patrz obok)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026



18.25 TELENOWELA

Akacjowa 38 (887)

Paquito grozi Florze donosem za handel szampanem z przemytu. Tymczasem Diego wymyka się ze szpitala i z pomocą Samuela odwiedza 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 odnaleziono zwłoki mężczyzny. Śledczy podejrzewają zawał. Tezę o naturalnej przyczynie śmierci obala wynik badań patolog Sidleckiej, która odkrywa, że mężczyzna, Jarosław Łagodzki, został otruty talem. Proch (Jacek Koman, zdj.) i Kielak odnajdują byłą żonę denata. **55 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 Łomnicki, Krystyna Stypułkowska, Zbigniew Cybulski, Roman Polański (patrz obok)
0.00 Śmierć nadejdzie jutro
FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2002, reż. Lee Tamahori
2.10 Kaziu, Polska Ci dziękuje – film dokumentalny, Polska
3.00 Mundial 2026 – FIFA World Cup 2026 Countdown Concert – koncert
4.35 Wykrywacz kłamstw – pr. publ., Polska 2025-2026



22.25 DRAM. OBYCZ.

Niewinni czarodzieje

Młody lekarz Andrzej (Tadeusz Łomnicki, zdj.) nawiązuje romans z dziewczyną poznaną w nocnym klubie. Mimo wzajemnej fascynacji para konsekwentnie prowadzi grę pozorów. **95 min**

TVP 2 DVB 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 Pożyteczni.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
11.30 Gwiazdorska kuchnia 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 Boskich 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 rozgląda się za kandydatką na żonę. Jest zdeterminowany, żeby się ustatkować. **55 min**

20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – 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



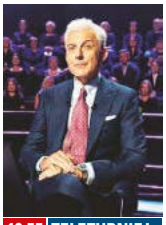
22.55 HISTORYCZNY

Ludzie i bogowie (11, 12)

Dager żeni się z Jadwigą. Wkrótce Ostoja (Bartosz Mikulak, zdj.) informuje świeżo upieczonego małżonka o zatrzymaniu Onyksa. Dager postanawia odbić przyjaciela. **110 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
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 przyłapuje ojca na pocałunku 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 Śmiałkiem 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 przekonają 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. Żyjący 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 FILM – komedia, Polska 2016, reż. Kinga Lewińska, wyk. Paweł Domagała, Mikołaj Roznerski, Alicja Bachleda-Curuś, Joanna Opozda (patrz obok)
Kobiece 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 FILM – komedia kryminalna, Polska 2024, reż. Michał Węgrzyn, wyk. Antoni Królikowski, Mateusz Damięcki, Małgorzata Socha, Michał Żebrowski (patrz obok)
1.10 Chiński zodiak FILM – 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 w delegacji. **125 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB 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 oborze. 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 obiecującą gwiazdą MMA. Pewnego wieczoru chłopak przyłapuje 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 Łabaj 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 nieszczęść. Zosia i Kaja (Ada Szczepaniak, zdj.) spierają się o Wrońskiego. Konecka nie rozumie decyzji koleżanki, która chce na razie dać spokój oprawcy. **65 min**



19.55 MAGAZYN

Uwaga! (8013)

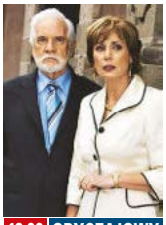
Ekipa reporterów przestawia widzom kolejną poruszającą sprawę. **20 min**



TV PULS

DVB 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 squatersów. **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 Kurierzy (11) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (494, 495) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (12) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2023 „Słoiczek" odwiedza dystyngowany 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. Łanda 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. Estefania postanawia wykorzystać sytuację i obwinia o to Marichuy. Stan chorej jest bardzo poważny. Juan Miguel spotyka Candelarię. Prosi, by powiedziała 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

DVB 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
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
15.00 Szpital (746) – serial paradokumentalny, Polska 2018 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-dokum., Polska 2009-2010
18.00 Sekrety życia (36) – serial paradokumentalny, Polska 2023 Alicja dziedziczy po wujku wiejski 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 bieliźnie. 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 dyskotece razem z siostrą. Zeznania rodziców kierują podejrzenia na osiedlowych chuliganów. Komisarze odkrywają, że ojciec sióstr 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

Reutter
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 włóczęga 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 SPOŁ.

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**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

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 Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Całkiem niezła historia

TVP POLONIA

13.50 Polacy światu
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 obycz., Pol. 2025
16.30 Barwy szczęścia (3322)
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.10 Lila Kiejzik – portret
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

7.55 Bogaty dom – biedny dom (129) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (466, 467) – serial obycz.
10.55 Na ratunek 112 (1124, 1125) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1553, 1554) – paradok.
13.55 Trudne sprawy (1325-1327) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1377) – obycz., Pol. 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (544)
19.00 Policjantki i Policjanci (1378) – obycz., Pol. 2026
20.00 Uroczysko (169, 170) – serial kryminalny, Polska
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (111) – krym.

PULS 2

7.30 Psi Patrol 8 – serial anim.
7.50 Superkoty – serial anim.
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 Fineasz i Ferb 2 – anim.
17.00 Marta mówi – anim.
17.35 Superkoty – serial anim.
18.00 Blue 2 – serial anim.

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (223) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.55 Va banque – teleturniej
9.25 Koło fortuny – telet., Pol.
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Tygrysy Europy 2 (7) – serial kom., Polska 2003
14.10 Rodzinka.pl (173, 174) – serial kom., Polska 2016
15.15 Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty (1, 2) – koncert
17.25 Va banque – teleturniej
18.00 Koło fortuny – telet., Pol.

TTV HD

6.20 DeFacto 14 (21)
6.50 Diabelnie 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 wieśniaczki. 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 pościgi. **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.

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

OBYCZAJOWY



20.25 Dom nad rozlewiskiem (11, 12) – Polska 2009

Janusz wciąż przebywa w klinice uzależnień. Tomasz w tajemnicy kupuje leśniczówkę. Z powodu braku pieniędzy Barbara i jej córka muszą przerwać budowę pensjonatu. **110 min**

22.15 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.
22.45 Słowo daję! – magazyn
22.55 62. KFPP w Opolu – Trzy ćwiartki 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 fiolki 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 Hardkorowy lombard 2 (11) – serial dokumentalny
2.40 Interwencja – mag.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (8) – serial dok., USA
3.25 Lubię 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. Życie pod zastaw 18 (1007)
21.00 Dzielnica strachu 9 (389, 390) – serial krym.
23.00 Hannibal: Po drugiej stronie maski
FILM – thriller, Wielka Brytania/Czechy/Francja 2007
1.20 Lombard. Życie pod zastaw 12 (624) – obycz.

KULINARNY



18.35 Okrasa łamie przepisy

Prowadzący przygotuje naleśniki z ciasta grzybowo- cebulowego z nadzieniem z ziemniaków i sera, z tatarem 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 Drzewiecka zaprasza – talk-show
0.50 Koło fortuny – telet., Pol.
2.15 Do śmiechu! (62, 63)
4.15 Hity wszech czasów (42) – magazyn muzyczny

ROZRYWKA



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 zonka. Program prowadzą Zygmunt Chajzer (zdj.) i Robert Motyka. **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 kredycie 7 (3, 4) – reality show, Polska
2.10 Dobra robota (6) – dok.
3.10 Detektywi. Na zlecenie 2 (18, 19) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.10 Seans dla każdego 17.35 Moda na język polski 18.00 Grajmy swoje 18.15 Panorama łomżyńska 18.30 Obiektyw 18.50 Gość „Obiektywu" 19.00 Sport, Pogoda 19.10 Budowniczowie świata 21.00 Przegląd suwalski 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 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda

GDAŃSK 17.30 Na 2 kontakty 17.50 Raport gospodarczy 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Droga 21.00 Tedë jo 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama

KATOWICE 17.01 Film dokumentalny 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 Moje życie, 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 Tematy 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: NAuKA 21.15 Gość „Panoramy" 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.15 Łódź światłoczuła 17.30 Strefa biznesu 17.45 Samorządni 18.15 Idź się zbadaj 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Szlakiem filmowej Łodzi 19.20 W archiwach 21.00 Na wschód od Łodzi 21.15 Inwestujemy w Twoje zdrowie 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.29 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.00 Gala konkursu o tytuł „Poznańskiego Lidera Przedsiębiorczości" 2026 21.02 Opowieści stąd 21.18 Bezbłędnie 21.30 Teleskop

RZESZÓW 17.30 Zakamarki przeszłości 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 daję! 18.00 Ludzie i maszyny 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Z wieszaka historii 21.00 Wokół nas 21.08 Pełnosprawni 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.23 Głosy powstania. Katarzyna Utracka 17.35 Reagujemy 18.00 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Srebrny telefon 21.00 Kulturalnie mówiąc 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.09 Region dialogu 17.29 Magazyn Dolnośląski 17.43 Strefa otwarta 18.14 Agro-Fakty 18.30 Fakty 18.58 Szlachetne zdrowie 19.12 Dlaczego krowa... 21.02 W swoim czasie 21.15 Pamięć Miasta 21.30 Fakty

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 (13) – 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) – obycz., Pol.
20.10 Rodzinka.pl (255, 256) – serial komediowy, Polska
21.25 Ojciec Mateusz 33 (426)
22.20 Rocky 2 – dramat
FILM obyczajowy, USA 1979
0.30 Ofiary wojny – dramat
FILM wojenny, USA 1989

TVP KULTURA

12.30 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku (2) – serial dokum., Francja 2024
13.30 Kariera Nikodema Dyzmy (1) – serial obyczajowy, Polska 1980
14.35 Klub szachistów – film
FILM obyczajowy, Polska 1967
15.20 Księżniczka w oślej skórze – film fantasy, Francja 1970
17.00 Zmiennicy (14) – kom., Pol.
18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (24) – pr. rozr., Pol.
18.30 Informacje kulturalne
18.55 Pan wzywał, milordzie? 2 (3) – serial komediowy
20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (2) – serial krym.

ANTENA HD

11.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (76, 77) – cykl reportaży, Pol.
13.00 Klątwa Wyspy Dębów 5 (9, 10) – reality show, USA
14.55 Ciężarówką przez śnieg 3 (8) – serial dokum.
15.50 Ciężarówką przez śnieg 4 (1) – serial dokum.
16.50 77 TV 5 (3, 5) – pr. rozr., Pol.
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5)
20.00 Morderstwa we
FILM Francji – Biot – dramat kryminalny, Francja 2021
22.00 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5)
23.15 Detektywi z Bordeaux 3 (6) – serial krym., Fr./Belgia
0.30 Polska. Największe tajemnice (4) – rozr., Pol.

TV 6

8.55 Kobra – oddział specjalny (211, 212)
10.55 48h. Zaginieni (82-84)
13.55 Policjantki i Policjanci (1178) – serial obycz., 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 Septagon (65, 66) – krym.
5.05 Nona i jej córki (9)
5.45 Telezakupy TV Okazje

BBC FIRST

12.55 Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4 (5, 6) – serial kryminalny, Wlk. Bryt. 2021
14.50 Ojciec Brown 5 (12)
15.55 Lewis 2 (5) – serial krym.
17.00 My Life is Murder (1) – serial kryminalny
18.00 Morderstwa w Midsomer 18 (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2016
19.50 Śmierć pod palmami 12 (8) – serial kryminalny, USA
21.00 McDonald i Dodds (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2020
22.45 Na niebieskich światłach 2 (4) – krym.

ROMANCE TV

9.25 Górski lekarz (115)
10.25 Zostaniemy przyjaciółmi
FILM – komedia, Niemcy 2021
12.20 Tessa Hennig: Mamusia na wylocie – komedia romantyczna, Niemcy 2013
14.15 Rosamunde Pilcher:
FILM Zranione serca – obycz., Niem./Wielka Brytania 2000
16.05 Inga Lindström: Farma
FILM nad jeziorem Mälar – dram. obycz., Niem. 2004
18.00 Stadnina w Piber (2)
19.00 Górski lekarz (116)
20.00 Hotel Barcelona (1, 2)
FILM – dram. obycz., Niem. 2023
23.50 Górski lekarz (116)
0.45 Hotel Barcelona (1, 2)
FILM – dram. obycz., Niem. 2023

COMEDY CENTRAL

8.55 Przyjaciele 2 (9-14) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu (14-17) – kom.
13.35 Teoria wielkiego podrywu 2 (1, 2) – kom.
14.30 Dwóch i pół 2 (3-6) – kom.
16.30 Przyjaciele 2 (15-20)
19.30 Teoria wielkiego podrywu 2 (3-8) – kom.
22.00 The Office PL 3 (5, 6)
23.05 Comedy Club (2, 3) – rozr.
0.05 Miasteczko South Park 23 (4, 5)
1.00 Pracoholicy 7 (1, 2) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 4 (15, 16) – program rozrywk.
3.00 Miasteczko South Park 23 (1-3)
4.30 Comedy Club 9 (10-12)

TVN FABUŁA

8.45 Detektywi (487, 488)
9.50 Prawo Agaty 2 (5) – obycz.
10.55 Szpital św. Anny (71)
11.55 Druga szansa (5, 6)
13.55 Prawo Agaty 2 (4) – obycz.
14.55 Detektywi (489, 490)
16.00 Po pierwsze kino 2 (7)
16.05 Seriaale: rozmowy 2
16.55 Bella i Sebastian 2 – film
FILM familijny, Francja 2015
19.00 Szpital św. Anny (50)
20.00 Indiana Jones i ostatnia
FILM krucjata – film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
22.50 Norbit – komedia, USA
FILM 2007, reż. Brian Robbins
0.50 Saga „Zmierzch": Przed
FILM świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (7) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.50 **Polak potrafi** (4) – dok.
7.50 **Wojciech Cejrowski – boso 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

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. Zaginieni** (115, 116) – serial kryminalny, Polska
19.00 **Gliniarze** (975) – serial paradokumentalny, Polska

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

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**
FILM – komedia, 2021, wyk. Magdalena Zaborniak
9.40 **Wagary** – krótkometraż.
10.10 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
10.35 **Złoty pociąg** (1, 2-ost.)
FILM – film sensacyjny, Polska/Rumunia 1986
13.55 **Pan Wołodyjowski**
FILM – film historyczny, 1968
17.15 **Pogranicze w ogniu** (11, 12) – serial sensacyjny

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

CANAL+ PREMIUM

11.10 **Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu** – film dok.
12.45 **Masz ci los!** – komedia,
FILM Polska 2023
14.15 **Iran: Pokolenie Z – między wolnością a represją** – dok., Francja
15.10 **Peacock** – thriller, USA
FILM 2010, wyk. Cillian 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!**
FILM – dram. biograf., Pol. 2025
20.00 **Follemente. W tym**
FILM **szaleństwie jest metoda** – kom., Wł. 2025

SENSACYJNY

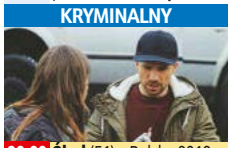


20.00 **12 godzin** – USA 2012,
FILM reż. Simon West

Will (Nicolas Cage, zdj.) wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik mężczyzny porywa 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., Wlk.
FILM Bryt./Niemcy/Chiny 2016
2.40 **Jak pies z kotem**
FILM – komediodram., Pol. 2018
4.50 **Te cholerne peonie**
– etiuda film., Polska 2023
5.05 **Podróż za jeden uśmiech** (3) – przyg., Pol.
5.50 **Zakalec** – dramat obycz.

KRYMINALNY



20.00 **Ślad** (51) – Polska 2019

Na placu do złomowania aut znaleziono ciała dwóch mężczyzn. Okazuje się, że zginęli podczas włamania do nielegalnego klubu pokerowego. W mieszkaniu jednej z ofiar wybucha 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 **Zdrady II** (56) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.40 **Ewa gotuje** (519) – mag.
3.10 **Atleci** – mag. sportowy
3.50 **Interwencja** – mag.
4.00 **Atleci** – mag.
4.35 **Atleci** – mag. sportowy

OBYCZAJOWY



21.30 **Ranczo 7** (85, 86) – Polska 2013

Babka próbuje uratować małżeństwo Lucy. Tymczasem Klaudia orientuje się w intencjach rodziców i zaczyna przesadnie adorować 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

SENSACYJNY



20.00 **Ekstradycja 2** (5, 6) – 1996

Sabina postanawia wydać swojego brata. Ma nadzieję, że dzięki temu uratuje życie ukochanej bratanicy. Tumska informuje szefa o przygotowaniach do odebrania transportu heroiny. **140 min**

22.20 **Misja Afganistan** (6) – serial wojenny, 2012
23.30 **Seksmisja** – komedia
FILM s.f., 1983, wyk. Jerzy Stuhr, Olgierd Łukaszewicz
2.20 **Wymyk** – dramat
FILM obyczajowy, 2011, wyk. Robert Więckiewicz
4.20 **Obudź się** – dramat
FILM obyczajowy, 2022, wyk. Martyna Byczkowska

SENSACYJNY



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**

DRAMAT HISTORYCZNY



21.35 **Wilhelm Tell** – Wielka
FILM Brytania/Wł./USA 2024

Rok 1307. Szwajcaria ugina się pod władzą Habsburgów. Myśliwy i weteran krucjat (Claes Bang, zdj.) pomaga 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
FILM sensacyjny, USA 2024
3.05 **To nie mój film**
FILM – komediodramat, Polska 2024, wyk. Zofia Chabiera
4.45 **Lili** – film dok., Pol. 2021

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

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 **Niewidomy detektyw** (1) – serial kryminalny, Austria
0.00 **Niepokojące zaginięcia:**
FILM **Kiedy pojawi 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
FILM przygodowy, USA 1995
15.40 **Most szpiegów** – thriller,
FILM USA/Niemcy/Indie 2015
18.40 **Pamięć absolutna**
FILM – dramat s.f., USA/Kan. 2012
21.00 **Szklana pułapka 5** – film
FILM sensacyjny, USA 2013
23.00 **Przykładny obywatel**
FILM – 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

10.45 **Siła naszych marzeń**
FILM – 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,**
FILM **piękna podróż** – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025
20.00 **Kompletnie nieznany**
FILM – dramat biograf., USA 2024
22.20 **Fachowiec** – film sensacyj-
FILM ny, Wlk. Bryt./USA 2025
0.15 **Obecność 4: Ostatnie**
FILM **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 **Wiecznie młody** – dramat
FILM obyczajowy, USA 1992
20.00 **Ocean's Eleven:**
FILM **Ryzykowna gra** – kom. sens., USA/Australia 2001
22.20 **Akademia policyjna 5:**
FILM **Misja w Miami Beach** – komedia, USA 1988
0.05 **Słaby punkt** – thriller,
FILM USA/Niemcy 2007

ALE KINO+

7.00 **Wolna krowa**
7.40 **Ciotka Hitlera** – dramat
FILM wojenny, Polska 2021
9.20 **The Hero** – film krótkometr.
10.00 **Bestia 3** (5, 6-ost.) – krym.
12.05 **Vera** (2) – serial kryminalny
14.10 **Stan wyjątkowy**
FILM – komedia, Czechy 2024
16.15 **Nasze córki** – dramat
FILM 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**
FILM – 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**
FILM **w ambasadzie** – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025
15.30 **Saga „Zmierzch":**
FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010
17.30 **Hollywood Buzz** – mag.
17.55 **Warcraft: Początek**
FILM – film fantasy, Chiny/Kanada/Japonia 2016
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Maria Callas** – dramat
FILM biograficzny, Włochy/Niemcy/Chile 2024
22.00 **Dezorientacja** – thriller,
FILM USA 2026, wyk. Frank Grillo
23.30 **Wszystkie odcienie**
FILM **światła** – 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 **Psy mafii** – film
FILM kryminalny, USA 2016
2.50 **Czarodziejki 8** (5, 6)
5.00 **Sanktuarium: Opowieść czarownicy** (1) – krym.

PARAMOUNT NETWORK

10.30 **Goonies** – film
FILM przygodowy, USA 1985
13.00 **Czarodziejki** (15, 16)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (13) – serial animowany
15.25 **Smoking** – komedia
FILM sensacyjna, USA 2002
17.25 **Indiana Jones**
FILM **i świątynia zagłady** – film przygodowy, USA 1984
20.00 **Londyn w ogniu**
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016
22.00 **Olimp w ogniu**
FILM – thriller, USA 2013
0.20 **Planeta Singli. Osiem historii** (4) – serial kom.
1.25 **Od zmierzchu do świtu**
FILM – 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 **Poirot** (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**
FILM **przyszłości** – thriller s.f., Korea Południowa/Czechy/USA 2013, wyk. Chris Evans
2.05 **Piła: Dziedzictwo**
FILM – 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.
14.35 **Godzina zero** (3, 4) – krym.
16.15 **Łapu capu Extra** (137)
16.25 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (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 **Żmijowisko** (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: ciężarówki w opałach 8** (2) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (7) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (3)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (3) – dok.
20.50 **Co poszło nie tak 3** (3)
22.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2** (1) – serial dokum.
23.00 **Supersamoloty bojowe** (2) – serial dokumentalny

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

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 Pryszczylla 3
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2 – reality show



20.00 Kilogramy do szczęścia 2
21.00 Nie do uwierzenia!
22.00 Premiera: Transplantacja: drugie życie
23.00 Moje koszmarne stopy 2
0.00 Dr Pryszczylla – 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 wieśniaczki. 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 skarbów 6
10.00 Klan z Alaski
11.00 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek 16
13.00 Nagi instynkt 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 instynkt przetrwania 12
23.30 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa 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 Rzeszy: Taktyka i uzbrojenie (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 – rok 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 Kołowrotek (2, 3) – mag.

METRO

8.35 Szpital (746, 747) – paradok.
10.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (315, 316)
12.35 Szkoła (699) – paradok., Pol.
13.35 Przepis na życie 5 (10)
14.35 Zapukaj 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 Maja w ogrodzie 3

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 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 Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 22 (11) – sens.
21.00 Kobra – oddział specjalny 23 (1) – 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?
11.00 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 Na tropie legendarnych potworów: Wendigo; Yeti
23.00 Przypadki z archiwum 10: Koszmar z Wyspy Lalek; Człowiek-ćma – 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 Strzegąc granic – serial dok.
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic
16.55 Starożytne Ameryki (1)
18.00 Stalin: Krwawy dyktator
19.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy
20.00 Katastrofa w przestworzach: Norweski koszmar
21.00 Ukryte pod miastami
22.00 Inżynieryjne 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 pustkowiu: 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 pustkowiu: 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 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3
16.55 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandre: 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 Więzienie – serial dokum.
11.00 Poirot 8 – serial kryminalny
15.00 Świat według Bundych 6 (112-117) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (11) – serial kom.
18.30 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 Zarobić 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 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
19.05 Będzie pięknie – pr. rozr.
20.05 Dorota inspiruje
21.00 Dorota was urządzi! – rozr.
22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
0.40 Kupujemy dom na plaży 26 – serial dokum.
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 Ciężarówką przez Stany
14.55 Smakuj świat z Pascalem
15.55 Amerykańska przygoda z Guyem – serial dokum.
17.00 Wyścig dookoła smaku
18.00 Człowiek kontra świat
19.00 Małżeństwo w dżungli – serial dokumentalny
21.05 Bimbrownicy – serial dok.
23.10 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.55 Wyścig dookoła smaku
1.55 Człowiek kontra świat
3.00 Bimbrownicy – serial dok.
5.05 Człowiek kontra jedzenie

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Sekretne życie pingwinów: Siła umysłu
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Królestwo drapieżników
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Obcy – serial dokum.
14.00 Pamiętnik lamparta – dok.
15.00 Walki zwierząt
16.00 Amerykańska Amazonia
17.00 Humorzaste zwierzaki
18.00 Dziki Wietnam
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 VIASAT HISTORY

12.15 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
13.25 Ciemna strona starożytnej 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 Czołg: 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 nieznane 8 – dok.
23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 9 – dok.

CANAL+ DOMO HD

12.50 Gardeners' World 16
14.05 Cudotwórcy 7 – mag.
15.00 Kupcie sobie zamek! 2
15.55 Meblokreacje 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 Pągowski. Remont u Ciebie 8 – mag.
22.30 Patent na zieleń – 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 KOBIETA

14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej
14.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – 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, FILM Niemcy/Szwecja/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 koleją 5 – serial dokum.
16.55 360° Świat bez granic
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.45 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (3)
19.45 Apokalipsa, plan B – dok.
20.50 TikTok. Chińska superbroń – 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 Karnawały
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

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

9.05 **Hokej:** NHL – mecz finałowy fazy play-off
10.05 **Retransmisja**
11.55 **Pełnosprawni**
12.25 **Kamerą TVP Sport**
13.10 **Rajdowe Samochodowe 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 Boksu: CKB Potężnie 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
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 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
12.55 **Halo, halo!**
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
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**
16.05 **Krecio**



16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **Ernest i Celestyna**
19.45 **Bazgrolinka**

MINIMINI+

9.31 **Smerfy**
10.25 **Ciekawski George 6**
10.51 **Basia 2**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
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!**
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**

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 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**
3.10 **Akademia ogrodnika**
3.20 **Kropka nad i** – pr. publ.

CANAL+ SPORT

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**

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**

POLSAT SPORT 2

8.30 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
13.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
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)**

NICKELODEON

8.10 **Marsupilamki**
8.40 **Harmidom 5**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona 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 Kanciastoporty 12**
14.30 **Harmidom 2**
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 muszkieterki**
10.26 **Angelo rządzi**
10.52 **Siostry 2**
11.22 **Polly Pocket 6**
12.16 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.45 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.13 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.39 **Polly Pocket 6**
14.22 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**

TVP INFO

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 **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**

CANAL+ SPORT 2

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

ELEVEN SPORTS 1

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 **Formuła 1:** GP Monako
22.40 **Formuła 2:** GP Monako
0.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5)
0.40 **Bundesliga Special** (21)
1.45 **Bundesliga Clubs**

POLSAT SPORT 3

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
17.00 **Siatkówka kobiet:** LN
19.00 **Siatkówka kobiet:** LN
21.50 **Piłka nożna** – mecz towarzyski: Anglia – Kostaryka **(live)**
0.00 **Siatkówka kobiet:** LN
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 49 w Radomiu: Paweł Polityło – Błażej Majdan 22.11.2024

NICK JR.

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**

DISNEY JUNIOR

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**

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+ SPORT 5

12.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Orzeł – Arged
15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Polonia Piła
18.00 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
19.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
20.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSŻ Poznań – Arged
23.00 **Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga**
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Cracovia – Górnik Zabrze

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: 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 **Ligue1 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 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
20.00 **Zawód glina** – serial dokumentalny
21.00 **Złomiarze**
22.00 **Więzienie**
22.35 **Łowca pedofilów**
23.05 **Więzienie**
4.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Naprawy nie do naprawy**
19.45 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
20.15 **Jeździć, obserwować**
21.00 **Wojny samochodowe**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Duda kontra Szafrański**
23.00 **Moto kombat**
23.45 **Z drugiej ręki**
0.25 **Usterka 16**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: 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**

TV TRWAM

16.30 **Podróż apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**
17.30 **Po stronie prawdy**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.20 **Odnaleźć 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 **Przetrwaliśmy**
22.30 **Gdy kwitną kasztany. Nasz Nazaret** – film dokum.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



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+

Pewnie 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 dezerterami 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 nastała 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

FOT. Ale Kino+ (2), Forum

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**





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 ręku 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 nieudanym wieczorze kawalerskim niespodziewanie zniknął pan młody. Branson prosi Grace'a o rozwikłanie wydarzeń, które doprowadziły do tajemniczego zniknięcia odnoszącego sukcesy dewelopera. Czy to tylko chwilowe załamanie przyszłego małżonka, czy też coś więcej? **EGP**



Fot.: Stopklatka/ZDF (2), 13 Ulica, Polsat

TVP 1

5.10 **Złoty chłopak** (309) – serial obyczajowy, Turcja 2022
6.00 **Akacjowa 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 **Czterdziestolatek** (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 opłaca** – 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 **Akacjowa 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 obsługiwania 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 współgospodarze 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**

20

20.10 **Sport, Pogoda**
20.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio **(live)**
20.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy A: Meksyk – RPA **(live)** (patrz obok)
23.35 **Morderstwa w Honfleur** FILM – film kryminalny, Francja 2025, reż. Christelle Raynal, wyk. Hélene Seuzaret, Bernard Farcy, Dominique Pinon, Mouloud Turki (patrz obok)
1.15 **Niewinni czarodzieje** FILM – dramat obyczajowy, Polska 1960, reż. Andrzej Wajda
2.50 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki** (1) – koncert, Polska 2026
3.45 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
4.05 **Pytanie dnia** – pr. publ., Pol.
4.30 **Reporterzy** – mag.
4.40 **Oko na świat** – mag., Polska



23.35 KRYMINAŁ

Morderstwa w Honfleur

W porcie rybacy wyławiają zwłoki deputowanego. Śledztwo prowadzą Justine Leroy i jej zastępca. Dołącza do nich emerytowany policjant Paul Mesnil (Bernard Farcy, zdj.). **100 min**

TVP 2

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 jabłoń 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 opanowania emocji. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3332) – serial obycz., Polska 2026



16.00 TELETURNIEJ

Koło fortuny

Program gwarantuje uczestnikom cenne nagrody, a widzom – dobrą zabawę. Zawodnicy kręcą kołem, a następnie typują litery, które być może znajdują się w haśle. Ten, kto odgadnie je pierwszy, zatrzymuje wygraną. Prowadzą Agnieszka Dziekan i Błażej Stencel (oboje na zdj.). **35 min**



20.55 ROZRYWKA

Kocham Cię, Polsko! (1)

W pierwszym odcinku w drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji staną Katarzyna Bujakiewicz, Anna Dereszowska i Daria Widawska. W zespole Michała Koterskiego zobaczymy zaś Michała Milowicza, Tadeusza Drozdę i Roberta Rozmusa. Program prowadzi Marzena Rogalska (zdj.). **95 min**

20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – 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** FILM – komedia obyczajowa, Hiszpania/USA 2011, reż. Woody Allen
2.30 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025



22.30 OBYCZAJOWY

Daleko od szosy (2)

Leszek (Krzysztof Stroiński, zdj.) pracuje jako robotnik. Oszczędza pieniądze na prawo jazdy. Bronka (Sławomira Łozińska, zdj.) nie chce rozpocząć współżycia przed ślubem. **80 min**

POLSAT

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; Dokręcona śruba – 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 poznaje 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



14.00 SPORT

Liga Narodów

Drugim rywalem Biało-Czerwonych podczas turnieju Ligi Narodów w Linyi będzie brązowy medalista ostatnich mistrzostw Europy. Polacy wygrali ze Słoweńcami 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 iskrzy 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**

20.35 **Tylko nie ty** – komedia FILM romantyczna, USA/Australia 2023, reż. Will Gluck, wyk. Sydney Sweeney, Glen Powell, Charlee Fraser, Darren Barnet (patrz obok) Historia zainspirowana sztuką „Wiele hałasu o nic”. Pełna przekomarzania relacja Bei i Bena nawiązuje do dynamiki kontaktów szekspirowskich Beatrice i Benedicka. **135min**
22.50 **Projektantka** – komedio-FILM dramat, Australia 2015, reż. Jocelyn Moorhouse, wyk. Kate Winslet, Liam Hemsworth, Hugo Weaving, Sarah Snook (patrz obok)
1.30 **Bejbi Blues** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2012, reż. Katarzyna Rosłaniec
3.45 **Kabaretowa Ekstraklasa** (85) – program rozrywkowy, Polska 2017



22.50 KOMEDIODRAM.

Projektantka

Lata 50., Australia. Bywalczyni paryskich domów mody (Kate Winslet, zdj.) wraca w rodzinne strony, skąd uciekła oskarżona o morderstwo. Rozlicza się z przeszłością i walczy z lokalnym bezguściem. **160 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1665) – serial paradokumentalny, 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, Mają. Prosi o możliwość pobytu, tłumacząc, że rozstała się z partnerem. Maja 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 dostał 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



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 otrzymywać od niego alimenty. **190 min**



20.50 ROZRYWKA
Kuchenne rewolucje (1)
We Włocławku działa Biały Kredens, prowadzony przez byłego sportowca. Lokalizacja jest na tyle ukryta, że nawet Magda Gessler (zdj.) potrzebuje mapy, by tu trafić. Goście pojawiają się sporadycznie, a restauracja funkcjonuje dzięki imprezom okolicznościowym i daniom na wynos. **70 min**

20.15 Na Wspólnej (4227) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywkowy, Polska 2025 (patrz obok)
22.00 Słaba płeć? – komedia, FILM Polska 2015, reż. Krzysztof Lang, wyk. Olga Bołądź, Piotr Adamczyk, Piotr Głowacki, Katarzyna Figura (patrz obok)
0.00 Szefowie wrogowie 2 FILM – 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



22.00 KOMEDIA
Słaba płeć?
Zosia (Olga Bołądź, zdj.) przyjeżdża do Warszawy, by osiągnąć sukces. Przez szefa (Piotr Głowacki) traci jednak pracę i dobre imię. Nie poddaje się – zamierza udowodnić, na co ją stać. **120 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (8, 9): Opowieść o koźle; 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 chrzciny dziecka Beatriz. Słyszy tam, jak Rocio mówi Humbertowi, że go nie kocha. Juan Miguel dowiaduje się od Patricia 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 wypomina 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**

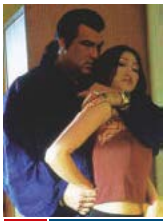


8.00 SENSACYJNY
Kobra – oddział specjalny (7, 8)
Szefowa policji Kim musi dostarczyć milion euro okupu, by uwolnić z rąk porywaczy swoją bratanicę Hannę. Niestety, znika razem z pieniędzmi. Semira (Erdogan Atalay, zdj.) i Paula czekają trudne poszukiwania. Między policjantami dochodzi do kłótni. **120 min**



20.00 DRAM. SENS.
Terrorysta
San Francisco. Policja ściga terrorystę Aleksa Swana (Dennis Hopper). Rayowi Nettlesowi (Tom Sizemore, zdj.) udaje się schwytać 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**

20.00 Terrorysta – dramat FILM 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, FILM Kanada/Hongkong/Wielka Brytania 2003, reż. Ching Siu-Tung, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, Monica Lo, Tom Wu (patrz obok)
23.50 Suburra – film kryminalny, Włochy/Francja FILM 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!

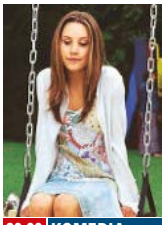


22.00 SENSACYJNY
Bestia
Były agent CIA Jake Hopper (Steven Seagal, zdj.) dowiaduje się, że jego córka i jej przyjaciółka zostały porwane w Tajlandii przez islamskich fundamentalistów. Rusza dziewczynom na ratunek. **110 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 Ten moment (34) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.55 Szkoła (715-717) – serial paradokumentalny, Polska 2019
8.45 Ukryta prawda (1316, 1402, 1403) – serial paradokumentalny, 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 paradokumentalny, Polska 2018
Doktor Michał Morawski leczy dziewięciolatka, który lunatykując, spadł ze schodów. Okazuje się, że chłopiec odreagowuje w ten sposób konflikty rodziców, którzy – choć się rozstali – wciąż kłócą się przy synu. Kiedy w szpitalu wszczynają kolejną awanturę, w dziecku znów narasta napięcie. Dochodzi do wypadku. **60 min**
16.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (478, 479) – serial fabularno-dokum., Polska 2009-2010
18.00 Sekrety życia (37) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Beata ma nowego partnera. W jej życiu pojawia się jednak dawny ukochany, 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 paradokumentalny, Polska 2023
Julia, której rodzice zginęli w wypadku, jest wychowywana przez babcię. Kobieta źle traktuje wnuczkę, nieustannie ją krytykuje i wyśmiewa, wylicza jedzenie i zużycie mediów. Kiedy dziewczynie próbują pomóc przyjaciółka i partner, seniorka wzywa do nich policję. **60 min**



20.00 KOMEDIA
Czego pragną dziewczyny
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 Dziki 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**

20.00 Czego pragną dziewczyny – komedia, USA 2003, FILM reż. Dennie Gordon, wyk. Colin Firth, Kelly Preston, Amanda Bynes (patrz obok) Pełen humoru młodzieżowy film z niebanalnym wątkiem miłosnym. **140 min**
22.20 Bardzo Dziki Zachód – western komediowy, USA FILM 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, FILM 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**



0.35 FILM SF
Wszystko wszędzie naraz
Przytłoczona codziennością właścicielka pralni (Michelle Yeoh, zdj.) dostaje szansę ujrzenia zaprzepaszczonych szans życiowych. Musi podjąć walkę o to, co dla niej ważne. **170 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz** – publ.
14.20 **Poznaj region** – cykl fel.
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **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**

TVP POLONIA

13.50 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (11) – talk-show
14.40 **Turystyczna jazda**
15.00 **Słowo daję!** – 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.

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (18, 19) – serial sensacyjny
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (130) – reality show
8.55 **Policjantki 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 **Policjantki i Policjanci** (1378) – obycz., Pol. 2026
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (545)
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1379) – obycz., Pol. 2026
20.00 **Uroczysko** (171, 172) – serial kryminalny, Polska

PULS 2

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 **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**

TVP ROZRYWKA

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (224) – magazyn
6.40 **Gra słów. Krzyżówka**
7.10 **Okrasa łamie przepisy**
8.20 **Familiada** – teleturniej
8.55 **Va banque** – teleturniej
9.25 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.05 **Makłowicz w podróży**
10.45 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **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

TTV HD

6.20 **DeFacto 14** (22)
6.50 **Diabelnie boskie 3** (5)
7.20 **Ukryta prawda** (1199)
8.20 **Kartoteka 10** (17, 18)
10.30 **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 wieśniaczki. 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.

PROGRAM INFORMACYJNY



23.55 Panorama

Podsumowanie najważniejszych wydarzeń dnia. W programie znajdą 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 **Przyrodnik 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

OBYCZAJOWY

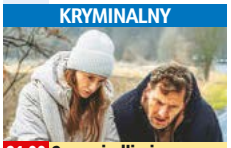


19.15 Ranczo 2 (23) – Pol. 2007

Sala uniwersytetu w Wilkowyjach jest pełna słuchaczy jedynie podczas wykładów proboszcza. W tej sytuacji Duda wpada na pomysł, 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 Jastrę** (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.

KRYMINALNY



21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (112)

W magazynie znaleziono ciało zastrzelonego dziennikarza. Śledztwo prowadzą Szreder i Kiszczak, którzy ustalają, że badał on sprawę zabójstwa aktywisty walczącego z mafią deweloperską. **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.

ANIMOWANY



19.00 Kacze opowieści

Bajecznie bogaty skąpiec 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.

TELETURNIEJ



18.00 Koło fortuny – Pol.

Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w haśle. Ten, kto odgadnie je jako pierwszy, zatrzymuje wygraną w rundzie. **35 min**

18.35 **Okrasa łamie 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 **Koło fortuny** – telet., Pol.

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 wraca 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 wieśniaczki. Ukraina 8** (3) – fab.-dok.

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

GDAŃSK 17.50 Pin do kultury 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Wiatrak 21.00 Na 2 kontakty 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama

KATOWICE 17.16 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 Wykrywacz 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 „Panoramy" 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 popołudnie 17.30 Teleskop 17.45 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 19.00 Wiek to tylko liczba 21.02 Dziewczyny karabiny 21.30 Teleskop

RZESZÓW 16.45 Podkarpacka scena przebojów 17.00 Studio lato 17.30 Z życia regionu 17.45 Fach że hej 18.00 Opowieści z duszą 18.30 Aktualności 18.58 Odkryj regiony 19.15 Stacja Rzeszów Główny 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności

SZCZECIN 16.45 Serial 17.35 Podróże Małej i Dużej 6 18.05 Pełnosprawni 18.30 Kronika 18.52 Wokół nas 19.00 Kulturalnie mówiąc 21.00 Wokół nas 21.08 Morski kompas 21.20 Idzie 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 Zawsze na temat 18.30 TKW 18.42 Kurier Mazowiecki 19.00 Prosto z Mazowsza 21.00 Nasze miejsce 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.08 Korona Gór Polski 17.39 Słownik polsko@polski 18.05 Kulturalnie mówiąc 18.30 Fakty 19.06 Pamięć Miasta 21.02 Energia Przyszłości Dolny Śląsk 21.15 Agro-Fakty 21.30 Fakty

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 światem – Maroko** – magazyn
16.40 **Wyższa Szkoła Jazdy**
17.10 **Okrasa łamie 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 sensacyjna
FILM cyjna, Wlk. Bryt./USA 2000
0.15 **Quantum of Solace**
FILM – sens., USA/Wlk. Bryt. 2008
2.10 **Kocham Cię, Polsko!** (2)

TVP KULTURA

11.55 **Klub szachistów** – film obyczajowy, Polska 1967
12.40 **Anhelli** – film krótkometr.
13.05 **Reżyserzy** (1) – serial dok.
14.05 **Kariera Nikodema Dyzmy** (2) – serial obycz.
15.10 **Jańcio Wodnik** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1993
17.05 **Zmiennicy** (15) – kom., Pol.
18.15 **Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – dok.
18.55 **Pan wzywał, milordzie? 2** (4) – serial komediowy, Wielka Brytania
20.00 **Czwartkowy klub filmowy** – magazyn filmowy
20.05 **Wałęsa. Człowiek**
FILM **z nadziei** – film biograficzny, Polska 2013
22.20 **The Rolling Stones – Totally Stripped** – dok.

ANTENA HD

11.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** (78, 79) – cykl reportaży, Pol.
13.00 **Klątwa Wyspy Dębów 5** (11, 12) – reality show, USA
14.55 **Ciężarówką przez śniegi 4** (1, 2) – serial dok.
16.50 **77 TV 5** (5, 2) – 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 szał** – rozr.

TV 6

8.55 **Kobra – oddział specjalny** (213) – sens.
9.55 **Kobra: Oddział specjalny** (214) – serial sens., Niemcy
10.55 **48h. Zaginieni** (85-87)
13.55 **Policjantki 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 **Septagon** (67, 68) – krym.
5.05 **Cobra Kai** (9) – serial przyg.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

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 światłach 2** (5) – krym.
22.05 **Ojciec Brown 13** (8)
23.05 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4** (7, 8) – krym.

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
18.00 **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

COMEDY CENTRAL

8.55 **Przyjaciele 2** (15-20)
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 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 podrywu 2** (9-14) – kom.
22.00 **The Office PL 3** (7, 8)
23.05 **Comedy Club** (4, 5) – rozr.
0.05 **Miasteczko South Park 23** (6, 7)
1.00 **Pracoholicy 7** (3, 4) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 4** (17, 18) – program rozrywk.
3.00 **Miasteczko South Park 23** (3-5)
4.30 **Comedy Club 9** (12, 13)
5.30 **Comedy Club 5** (1) – rozr.

TVN FABUŁA

9.50 **Prawo Agaty 2** (6) – obycz.
10.55 **Szpital św. Anny** (72)
11.55 **Druga szansa** (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** (222, 141) – mag. kulin.
10.40 **Pyszne dania w 10 minut z Julią 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.
10.05 **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 **Wskrzeszenie**
8.50 **Trędowata**
FILM – melodramat, 1976
10.50 **Bitwa pod Wiedniem**
FILM – dram. hist., Pol./Wł. 2012
13.35 **Quo vadis** (1, 2-ost.)
FILM – dramat hist., 2001
17.15 **Pogranicze w ogniu** (12, 13) – serial sensacyjny
20.00 **Och, Karol** – komedia
FILM 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
FILM obyczajowy, Polska 2002
13.20 **Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne** – dok.
14.40 **Krucjata Bourne'a**
FILM – 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 **Azyl** – dramat
FILM biograficzny, Czechy/Wielka Brytania/USA 2017

DRAMAT SENSACYJNY



20.00 Gangi Nowego Jorku
FILM – USA/Niem./Włochy 2002
XIX wiek. Młody Amsterdam (Leonardo DiCaprio, zdj.) przenika w szeregi nowojorskiej bandy Billa (Daniel Day-Lewis, zdj.), mordercy swojego ojca. Z czasem jego plan zemsty się komplikuje. **210 min**

23.30 **Pulp Fiction**
FILM – dramat sensacyjny, USA 1994, wyk. John Travolta, Uma Thurman
2.50 **Ziarno prawdy**
FILM – 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 gotuje** (520, 521)
4.00 **SuperLudzie** (19, 20)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (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 sprawę 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 **PitBull** (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 świnie
FILM – 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 koledzy uznają to za zdradę. **125 min**

0.05 **Obcy musi fruwać**
FILM – komediodramat, Polska/Niemcy 1993
2.15 **Dom zły** – dramat
FILM kryminalny, 2009
4.50 **Najpiękniejsze fajerwerki ever** – film krótkometrażowy, 2024
5.40 **Syn szczęścia** – film krótkometrażowy, 2024
5.55 **Plansza nocna** (1)

SENSACYJNY



21.05 Agenci NCIS (17)
Weteran zostaje znaleziony martwy 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.
3.35 **FBI 2** (10) – serial krym.
4.25 **Walker: Strażnik Teksasu** (11) – krym.
5.10 **Blok promocyjny AXN**

THRILLER



20.00 Cięcie – Wielka Brytania/USA 2024, reż. Sean Ellis
PREMIERA FILM
Emerytowany bokser (Orlando Bloom, zdj.) dostaje szansę powrotu na ring. By walczyć o mistrzowski pas, musi zrzucić 12 kilogramów w 6 dni. **100 min**

21.40 **Zabójcza orka**
FILM – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026
23.10 **Dom 1000 trupów**
FILM – horror, USA 2003, wyk. Chad Bannon, William Bassett
0.40 **Problemista**
FILM – komedia, USA 2023

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

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: Detektyw 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: Detektyw 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 wsi** (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 komediowy
14.20 **Paddington** – film
FILM familijny, Wielka Brytania/Francja/USA 2014
16.20 **50 pierwszych randek**
FILM – 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
FILM wojenny, USA/Niemcy 2009
2.35 **Ślad** (103, 18, 19) – krym.
5.30 **Na ratunek 112** (836)

HBO

10.55 **Przeznaczenie** – thriller
FILM s.f., Australia/USA 2014
12.30 **Pasażerowie** – dramat
FILM s.f., USA/Australia 2016
14.25 **La Grazia** – dramat
FILM obyczajowy, Włochy 2025
16.35 **Do usług szanownej pani** – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023
18.25 **Zabawy z piłką**
FILM – komedia, USA/Niem. 2004
20.00 **Our Son** – dramat
FILM obyczajowy, USA 2023
21.45 **Morderstwa w Austin** (5)
23.20 **USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową** (2) – serial dok.
0.25 **Amrum** – dramat
FILM wojenny, Niemcy 2025
2.00 **Porzucić noc** – dramat
FILM krym., 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 komediowy, USA
18.10 **Paszport do Paryża**
FILM – film familijny, USA 1999
19.55 **Stosunki międzymiastowe** – komedia romantyczna, USA 2010
22.00 **Wywiad z wampirem**
FILM – horror, USA 1994
0.20 **Pocałunek smoka** – dram.
FILM sens., USA/Francja 2001
2.15 **Czerwona Planeta** – film
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**
FILM – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023
15.40 **Rebeliant** – dramat
FILM biograficzny, USA 2016
18.15 **Vera** (4) – serial kryminalny
20.10 **Ja, kapitan** – dram. obycz., Włochy/Belgia/Fr. 2023
22.35 **Miasteczko Cut Bank**
FILM – thriller, USA 2014
0.35 **How to Have Sex**
FILM – dramat obycz., Wlk. Bryt./Francja/Belgia 2023
2.20 **Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (3) – serial krym.
3.20 **Żurek** – film obyczajowy, Polska 2003
4.35 **Po pierwsze...**

CANAL+ FILM

12.30 **Peacock** – thriller, USA
FILM 2010, wyk. Cillian Murphy
14.00 **Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu** – film
FILM fantasy, Australia/USA 2009
15.55 **Balony** – film krótkometr.
16.25 **Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego** – film dok.
17.55 **Jason Bourne** – thriller,
FILM USA 2016, wyk. Matt Damon
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Ukryty motyw** – thriller,
FILM Dania/Szwecja/Francja 2024
21.35 **Nieukończony film**
FILM – dramat obyczajowy, Singapur/Niemcy/USA 2024
23.20 **Kill Bill: Vol. 2** – film
FILM sensacyjny, USA 2004
1.35 **To się nie dzieje**
FILM – 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 **Zmierzch** – film
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
FILM obyczajowy, USA 1996
13.00 **Czarodziejki** (17, 18)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** (14) – serial animowany
15.25 **Wasabi: Hubert**
FILM **zawodowiec** – film sensacyjny, Francja/Japonia 2001
17.25 **Indiana Jones i ostatnia**
FILM **krucjata** – film przyg., USA/Włochy/Hiszp. 1989
20.00 **Świat w ogniu** – film
FILM sensacyjny, USA 2019
22.30 **Londyn w ogniu**
FILM – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016
0.25 **Elita zabójców** – film
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.
0.00 **Tropiciel** (17) – serial krym.
0.55 **FBI 3** (5) – serial kryminalny
1.50 **Agenci NCIS** (14) – sens.

KINO TV

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
FILM sensacyjny, USA 1992
22.40 **Mgła** – horror, USA 2007,
FILM wyk. Thomas Jane, Marcia Gay Harden
1.10 **Spacer w chmurach**
FILM – melodramat, USA/Meksyk 1995, wyk. Keanu Reeves
3.35 **Krwawe walentynki**
FILM – 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 komediowy, 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 **Mały 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: ciężarówki w opałach 8** (3) – dok.
18.00 **Porzucone konstrukcje 4** (8) – dok., Wlk. Bryt.
18.55 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (4)
19.50 **Zholowani: ciężarówki w opałach 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

CZWARTEK 11 czerwca

WSCH. SŁ. 04.24 | ZACH. SŁ. 21.03 | Imieniny: Adelajdy, Anastazego, Barabasza

TeleTydzień

TLC

11.00 Wiza na miłość: Loren i Alexei w oczekiwaniu na dziecko
12.00 Miłość bez tłumaczenia
13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2 – reality show
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Historie wielkiej wagi: Meksyk: Illiana 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 Pryszczylla – kulisy: Ostatni jednorożec – 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 małżeńskie (100, 101) – reality show
1.00 Kolacja w ciemno (21, 22) – pr. rozr., Polska
3.05 Więzienie kobiet (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 wieśniaczki. PL 7 (8) – serial fab.-dok.
6.45 Zgłoś 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 Przetrwać nad Jukonem
12.00 Fani czterech kółek (21)
13.00 Nagi instynkt przetrwania – 21 dni samotności
15.00 Złomowisko PL 5 (3)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 Nic do zgłoszenia (4)
18.00 Poza cywilizacją (4)
19.00 Nagi instynkt przetrwania: 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: przerobić 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

TVP HISTORIA

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.
23.10 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 Rzeszy: Taktyka i uzbrojenie (4) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (2, 3)
14.00 Druga wojna światowa w liczbach (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 Kołowrotek (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 Przepis 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 Wojewódzki
0.25 Zbrodnie z pierwszych 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 Teksasu 8 (14, 15)
9.50 MacGyver 2 (7, 8) – 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 Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (1, 2) – sens.
22.00 Pod pokładem 11
23.00 Magia nagości. Szwecja
23.50 Magia nagości 6 – pr. rozr.
0.55 Magia nagości. 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 skarbów
15.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Jak to jest zrobione? 25
23.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16: Traktory i dzwonki dla krów; Zupa z ptasich gniazd i wiosła; Turbosprężarki i plastikowe drogi; Żagle 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 Strzegąc 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 Rzeszy: Piekielna wyspa
20.00 Katastrofa w przestworzach: Podejście w ulewie
21.00 Inżynieria po katastrofie
22.00 Jak oni to 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 Superchirurdzy: 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 Makłowicz 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 Strażacy z sąsiedztwa 2
21.55 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 4
23.00 Mistrzowie Kabaretu 12
0.00 Przebojowe kabarety
1.00 Mistrzowie Kabaretu 2
2.00 1, 2, 3... Kabaret! 3 – pr. rozr.

NOWA TV

9.30 Całkiem nowe lata miodowe (15) – serial kom.
10.00 Miodowe lata (23) – kom.
10.30 Więzienie – serial dokum.
11.00 Poirot 8 – serial kryminalny
13.00 Poirot 9 (1) – krym., Wlk. Bryt.
15.00 Świat według Bundych 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 urządzi! – 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 campingu – serial dokumentalny
19.15 Ciężarówką przez Stany – program rozrywkowy
21.35 Miasta, w których straszy – serial dokumentalny
23.40 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
1.25 Pojedynki Eda Stafforda – serial dokumentalny
3.30 Rodzina na campingu – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Szympansiątko
9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Zabójcze safari: Walki wielkich kotów – film dok.
13.00 Przedziwna planeta Ziemia: Oświecenie – dok.
14.00 Tygrysia królowa z Taru
15.00 Walki zwierząt
16.00 Kraina dzikich zwierząt
17.00 Humorzaste zwierzaki: Nastoletni terroryści – dok.
18.00 Dziki Wietnam
19.00 Zwierzaki w amoku
20.00 Niszczycielskie żywioły
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Dorastanie w świecie zwierząt: Szympansiątko

POLSAT VIASAT HISTORY

12.00 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
13.05 Zaginione mumie Inków
14.15 Świta Hitlera
16.35 Tajemnice templariuszy
17.50 Wojna światowa: 1914-1945: Nadzieja na trwały pokój: 1944-1949
18.50 Czołg: 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 Jamiem
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 nieznane 9 – dok.
23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em

CANAL+ DOMO HD

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 wieś 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.
11.30 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 Złomiarze – serial dokum.
21.05 Holmes i Watson – komedia 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 koleją 6: Zimbabwe i Zambia
16.55 360° Świat bez granic
18.00 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.

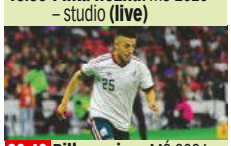
TVP DOKUMENT

12.45 Świątynie świata
13.50 Zjawiskowe góry Portugalii – dok., Portugalia
14.50 Kalendarz przyrody
15.50 Cukrzyca, słony rachunek
16.50 Karnawały
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 Królowe mafii: Maria Durracio – serial dokum.
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

8.10 **Piłka nożna kobiet:** Eliminacje mistrzostw świata: Holandia – Polska
10.15 **Boks:** Polska Liga Boksu: CKB Potężnie Ciechocinek – Królewski Kraków
12.40 **Droga do mundialu 2026** – magazyn piłkarski
13.45 **Koszykówka mężczyzn:** NBA – mecz finałowy fazy play-off
14.40 **Film dokumentalny**
15.55 **Odliczanie do mundialu**
17.50 **Oko w oko** – mag.
18.30 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio **(live)**



20.40 **Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz grupy A: Meksyk – RPA **(live)** Gospodarze po raz szósty grają w meczu otwarcia. Nigdy jednak go nie wygrali.
0.05 **Boks:** Gala w Bournemouth – podsumowanie
2.00 **Boks:** Gala w Londynie: A. Azim – S. Claggett

EUROSPORT 1

11.00 **Discovery golf**
11.30 **Triathlon:** T100 World Tour – San Francisco
12.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – kwalifikacje
13.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
15.20 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 5. etap **(live)**
17.15 **Kolarstwo górskie:** PŚ w Loudenvielle
18.00 **Cycling Show** – mag.
18.30 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – kwalifikacje



19.45 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – hyperpole **(live)**
22.30 **The Power of Olympics**
22.45 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 4. trening **(live)**
0.15 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes – 5. etap

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Kuba – Polska
8.00 **Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Oslo
10.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Ukraina **(live)**
13.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Słowenia – Polska **(live)**
16.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio **(live)**
17.00 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Kuba – Polska
19.30 **Siatkówka mężczyzn:** LN: Słowenia – Polska



21.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Niemcy – Włochy **(live)**
0.00 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Słowenia – Polska
1.15 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Kanada – Francja **(live)**

TVP ABC

11.05 **Małe i duże przygody Miffy**
11.35 **Stacyjkowo**
11.55 **Strażak Sam**
12.25 **Domisie**
13.00 **Szkoła z Kleksem Bystrzakiem**
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**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**



17.30 **Piotruś Królik 2**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **Leo da Vinci**
19.00 **Tyciaki**
19.20 **Ernest i Celestyna**
19.50 **Czytanie przed spaniem**
20.30 **Głębia**
20.55 **Robozuna 2**

MINIMINI+

10.51 **Basia 2**
11.17 **Koci domek Gabi**
11.45 **Mush-Mush i Grzybaszki**
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!**
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**

TVN 24

7.30 **Rozmowa Piaseckiego**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo**
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 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach**
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**
3.10 **Akademia ogrodnika**

CANAL+ SPORT

13.30 **Premier League Stories**
14.05 **Bohater z Cienia** (1)
14.40 **Premier League Review**
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska
18.00 **Premier League Stories** (44)
18.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
19.35 **Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**
20.30 **Speedway+**
21.10 **Sporty walki:** ONE Fight Night 43: T. Kai – S. Gasanov
22.15 **Boks** – waga średnia: Maki Pitolo – Doug Coltrane
23.15 **Premier League Stories** (44)
23.50 **Premier League Review**

EUROSPORT 2

12.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
13.30 **Sara Price chasing Dakar Rally** – film dokumentalny
14.30 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans – 3. trening **(live)**
18.00 **Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze
18.30 **Kolarstwo:** Tour Auvergne-Rhône-Alpes
20.00 **Triathlon:** T100 World Tour – San Francisco – podsumowanie
20.30 **Discovery golf**
21.00 **Golf:** RBC Canadian Open – 1. runda **(live)**
0.00 **Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Rio 2016**

POLSAT SPORT 2

8.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga – mecz finałowy fazy play-off
11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
13.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
17.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
19.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
21.15 **Siatkówka mężczyzn:** LN – mecz: Bułgaria – Iran **(live)**
23.30 **Magazyn sportowy**
0.45 **Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Brazylia – Belgia **(live)**

NICKELODEON

8.10 **Marsupilami**
8.40 **Harmidom 5**
9.30 **Wylde Pak – zakręcona 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 Kanciastoporty 12**
14.30 **Harmidom 2**
15.30 **Smerfy 2**
16.00 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
16.25 **SpongeBob Kanciastoporty 14**
16.40 **Patryk Rozgwiazda Show**
17.30 **Harmidom 4**

TELETOON+

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

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 **Niebezpieczne związki**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Panorama dnia**

CANAL+ SPORT 2

8.15 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 2. rundy
10.30 **Tenis:** Turniej WTA w Londynie – mecz 2. 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

ELEVEN SPORTS 1

10.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Betis – Barcelona
12.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Inter
14.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Borussia Dortmund
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – Inter Mediolan
18.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Athletic
20.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (6)
20.40 **Formuła 1:** GP Monako
22.40 **Formuła 3:** GP Monako
0.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2)

POLSAT SPORT 3

6.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
8.30 **Koszykówka mężczyzn:** ORLEN Basket Liga
11.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
13.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
15.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
17.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Narodów
20.00 **Piłka nożna** – mecz towarzyski
22.30 **Siatkówka kobiet:** LN
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA 48 w Sosnowcu: A. Błeszyński – S. Vogt 12.10.2024

NICK JR.

7.59 **Świnka Peppa 3**
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**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 3**
8.30 **Klub Myszki Miki Plus**
9.00 **Klub przyjaciół Myszki Miki**
10.00 **Blue**
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**
14.30 **Superkoty**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 3**
16.00 **Blue**
16.40 **Blue 2**
17.00 **Klub Myszki Miki Plus**
17.30 **Jej Wysokość Zosia**

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+ SPORT 5

6.00 **Liga+ Extra**
8.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: PSŻ Poznań – Arged
11.00 **Premier League Stories** (44)
11.45 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Arka – Cracovia
14.15 **Witaj w akademii** (2)
15.00 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – Cellfast Wilki Krosno
17.50 **Boks:** Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm
19.00 **Dart:** PDC World Series we Frankfurcie – mecze fazy grupowej **(live)**
0.15 **Speedway+**

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht – Bayern
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Cremonese
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Werder Brema
18.00 **Serie A**
19.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – Inter
21.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Elche
23.00 **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4)
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Lille – Paris Saint-Germain

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 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** – serial dokumentalny
22.00 **Górale**
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi**
4.00 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Duda kontra Szafrański**
19.00 **Mobilni mechanicy**
19.45 **Prawko na świecie. Jazda bez zasad**
20.30 **Zawodowi handlarze**
21.15 **Z drugiej ręki**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
22.45 **Wojny samochodowe**
23.40 **Ciężarówką przez RPA**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Narzeczona mojego brata** – melodramat, Niemcy 2019, reż. Marco Serafini, wyk. Marco Serafini
21.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Magiczny autobus** – film obyczajowy, Niem. 2019
23.35 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.35 **Sól ziemi**
17.05 **Akademia pro-life**
17.15 **Muzyczne chwile**
17.30 **Odpowiedzialni za Kościół**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Podróż apostolska Papieża Leona XIV do Hiszpanii**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca**
22.45 **Muzyczne chwile**
23.00 **Maria – kobieta ośmiu błogosławieństw** – dok.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



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

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.

Dobrze dobrana kreska odejmuje lat i podkreśla tęczówkę. Zmień więc tradycyjny sposób upiększania spojrzenia na to, co radzą wizażyści.

Tak skorygujesz kształt oczu, dodasz wyrazistości rzęsom i wyczarujesz 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 wyraziste, gdy narysujesz tzw. zagęszczającą kreskę. Kredką zrób między włoskami na linii górnej powieki małe kropeczki lub kreseczki. Rozetrzyj rysunek pędzelkiem lub pacynką. Użyj kredki czarnej przy ciemnych włosach lub brązowej przy jaśniejszych.

Zastępuje cień

Kreska często może wystarczy za cały makijaż oka. Wykonasz ją np. cieniem lub kredką. Nie musi być przy tym ciemna, ale w kolorze dobranym do tęczówki i roztarta w obłoczek.

Przy niebieskiej tęczówce 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 Biotaniqe 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 fizjotonik 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 spłukuje, nie zostawia tłustego filmu.



• ok. 68 zł (98 ml)

FOT. materiały redakcyjne/AI, Adobe Stock, mat. prasowe

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 przyklapnięte, nieefektowne, a nie zawsze jest czas, by je kolejnego poranka odświeżyć w czasie prysznica. 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 wystarczy. 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 micelarnego. Nie może zawierać żadnych olejów. Spryskaj je u nasady płynem i szybko susz ciepłym powietrzem, ale z odległości, tak by nie przegrzać 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. okrągła. 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 lub koloru twoich włosów.

FOT. Adobe Stock

REKLAMA

BOGATY SKŁAD – GĘSTE WŁOSY

NAWŁOSAN





Zadbaj o piękne i gęste włosy!

Suplement diety NAWŁOSAN zawiera starannie dobraną kombinację 7 składników o kompleksowym działaniu na kondycję włosów - zawiera **aminokwasy**, takie jak L-metionina i cysteina, które zwiększają odporność włosów i paznokci oraz wspomagają ich wzrost. Preparat zawiera także **witaminy**, m.in. B7, czyli biotynę, która pomaga zachować zdrowe włosy i skórę oraz **minerały** (cynk, krzem oraz siarkę organiczną MSM, zwaną potocznie „minerałem piękna", która wpływa pozytywnie na włosy i paznokcie). Jednym słowem bogaty skład ważny dla gęstych włosów.

Wystarczy 1 tabletka 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 tego 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 tyciu.

Winne bakterie

- Osoby z nadwagą mają inny skład bakterii w jelitach niż szczupłe. Brakuje im szczepów Bacteroides i Bifidobacterium, za 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 szczepy 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 herbatka

Borówka z kwiatem habru Herbapolu nie zawiera teiny, co sprawia że można ją pić o dowolnej porze dnia. Dostarcza odmładzających oksydantów, jest dobra dla oczu.



• ok. 7 zł (20 szt.)

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe



Przed włożeniem leków do apteczki sprawdź ich daty ważności.

WAŻNY TOWARZYSZ PODRÓŻY

Wakacyjna apteczka

Odpowiednio skompletowana to gwarancja udanego wypoczynku. 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 przeciwgorączkowe, 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, bandaż elastyczny i zwykły, opatrunki jałowe, opaskę uciskową, chustę trójkątną, 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 podróżnych nie trzeba dotykać rany (i nie ma ryzyka nadkażenia jej).

Gdy stale bierzesz leki

Uzupełnij 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.

Neobiotic®
Neomycinum 11,72 mg/g



BEZDOTYKOWA APLIKACJA



JEDYNA NEOMYCYNA W AEROZOLU

DOSTĘPNA BEZ RECEPTY*

LEK OTC. ZOBACZ SIL.

Niezbędny element Twojej apteczki
Na drobne rany i otarcia[1]

* 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.

REKLAMA



Orzeczenie wiąże małżonków, ale mogą je zmienić wspólnie, jeśli jednak dojdą do porozumienia.

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.

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 rozpoznawać.

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 „zwyczajnego" 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.

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe

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 miodów.

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 zmieni 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.

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".



Producenci mogą dodać na froncie opakowania informację, że sok zawiera „tylko naturalnie występujące cukry".

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 słodyczą dojrzałego mango i orzeźwiającą nutą opuncji. Każda torebka 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, orzeźwiającej wiśniowej galaretki oraz czekolady deserowej.



E.Wedel, 21,99 zł/340 g



Słodkości z budyniem

Kruche ciasto i słodki, aksamitny krem to najlepszy sposób na domową przyjemność bez skomplikowanych przepisów.

Aby budyń miał idealnie gładką konsystencję, mieszaj go energicznie podczas gotowania i gotuj minutę po zgęstnieniu. Jeśli chcesz uniknąć kożucha, przykryj gorący budyń folią spożywczą tak, by dotykała jego powierzchni.

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 morelemi 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 rabarbarem, posyp kruszonką. Piecz 25 minut w 200°C



Czas przygotowania: 60 minut
Porcje: 12
Stopień trudności: średni

WIĘCEJ PORAD ZNAJDZIESZ NA: SPRAWDZONE.PL

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 ziarenka. 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:

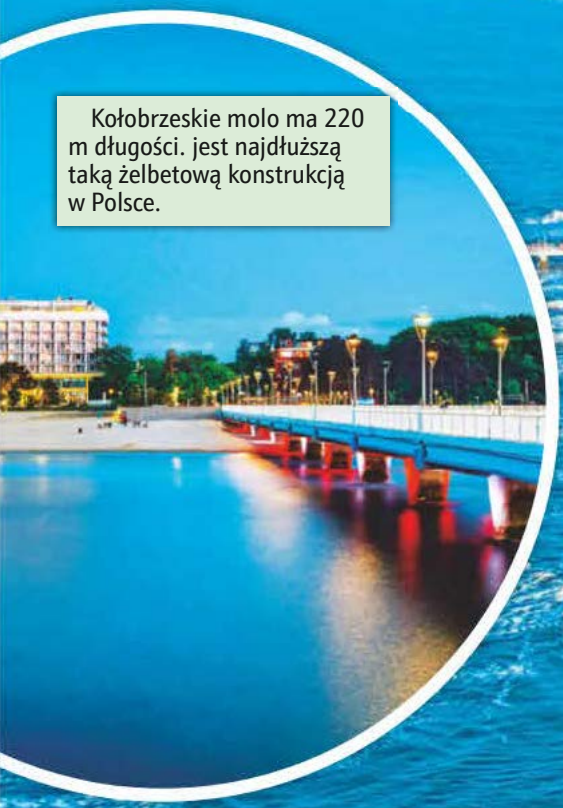
1. Herbatniki pokrusz, zagnieć z 80 g stopionego masła, wylep tortownicę (śr. 26 cm). Zmiksuj 6 żółtek z 4 łyżkami cukru, mlekiem i mąką. Odstaw na 30 minut. Wmieszaj pianę z 6 białek. Na 15 g masła usmaż 2-3 omlety. Skarmelizuj 4 łyżki cukru na reszcie masła. Omlety porwij, obtocz w karmelu. Twaróg 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 podgrzanym dżemem. Polej sernik. Ozdób resztą omletów i uprażonymi migdałami.

Czas przygotowania: 150 minut
Porcje: 14
Stopień trudności: trudny



FOT. House of Food, mat. prasowe



Kołobrzeskie molo 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 niezwykłą, 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 zapragniemy 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 odwiedźmy monumentalną średniowieczna 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 poczujemy, że w tym mieście nic nie trzeba, a wszystko można. W idealnej harmonii z filozofią hygge.

FOT. Adobe Stock (3), Arch/123RF/Picsel

czy pamiętasz, że... 5 – 11 czerwca

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" – wspominała 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. Jedynego gola dla Polski strzelił Robert Lewandowski (na zdj.). Kibice z pewnością zapamiętali z tego meczu Przemysława 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 namiętnym 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. Wysypiaj 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. Sumienność 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 wzmocni więź z partnerem. Singielki mogą przeżyć fascynujące zauroczenie. **PRACA** Determinacja przyniesie konkretne efekty. Zachowaj dyskrecję w sprawach finansowych. **ZDROWIE** Zatroszcz 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 połówkę nieszablonowym 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.

Fot.: East News

Telefony głównych stacji telewizyjnych: TVP 1, TVP 2, TVP Info – 22 547 44 50, TVP Polonia – 22 387 54 21, Polsat – 22 514 52 50, TVN – 22 856 61 61, TV 4 – 22 715 92 50, TVN 7 – 22 856 61 61

Bauer Media Group

TeleTydzień PBC

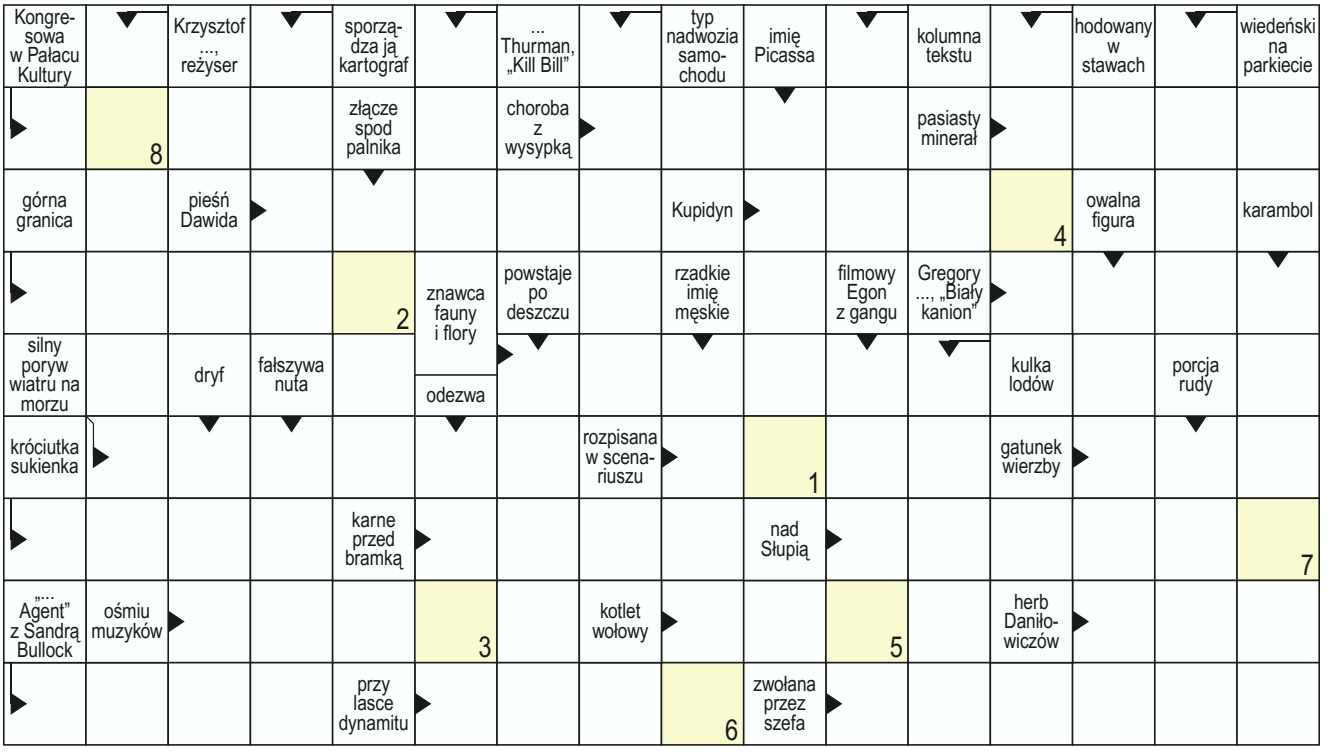
Adres redakcji:
ul. Motorowa 1,
04-035 Warszawa,
tel. 22 517-01-54

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 Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, 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 **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela 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 Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas **Biuro Reklamy:** ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklamy:** 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. Tele Tydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**



CHWILA NA RELAKS

krzyżówka



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

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

JBL

ZABIERZ GO W NOWE PRZYGODY!

KAŻDY TWÓJ KROK BRZMI LEPIEJ.



ZESKANUJ KOD ABY UZYSKAĆ **WIĘCEJ INFORMACJI**