MAGAZYN

Depresję leczy... Steczkowską! Fryzjer z Opola ma u artystki potężny dług
– Str. 24

Rozdźwięk między kobietami a mężczyznami staje się coraz większy
– Str. 14

**Telemagazyn**
z programem TV i omówieniem najciekawszych filmów, seriali i programów




Nr ISSN 1230-6134
Nr indeksu 348-252
48
9 771230 613056

www.nto.pl

Nr 276 (10 218) | Cena 6,50 zł (w tym 8% VAT)

nto
74 lata
NOWA TRYBUNA OPOLSKA

*Piątek, 27.11.2026*

POLSKA
**Uśmiech proszę,** czyli jak zdjęcia nakręcają krajową politykę. Ostatnie dni dały wiele przykładów
– Str. 6

ŚWIAT
**Trwają negocjacje w sprawie budżetu UE.** Szef Rady Europejskiej wzywa liderów do zgody
– Str. 7

# Planowała masakrę w szkole. Rozpisała każdy detal

Nastoletnia Opolanka wybrała konkretną datę, a na budowę bomby zarezerwowała sobie długie miesiące. Wiedzę czerpała od osób poznanych w Internecie
– Str. 18



BT

**Relaks**
**Krzyżówki do kawy. Nowości w programie TV**

**Twój dworzec - Twój głos**
**Najpierw konsultacje, później remont.** PKP pyta podróżnych, jak ma wyglądać dworzec po remoncie
– Str. 3



FOT. R.D.

**Wyróżnienie**
**Pracodawca Przyjazny Pracownikom.** DPS w Kluczborku laureatem ogólnopolskiej nagrody
– Str. 4

**Piłka nożna**
**Przed Odrą Opole kolejna próba powstania w kolan.** W sobotę zagra u siebie z liderem Betclic 1 Ligi
– Str. 32



FOT. MARIO

REKLAMA

0011618019

1 GRUDNIA – ŚWIATOWY DZIEŃ AIDS



Zrób test na HIV, HCV i kiłę

- anonimowo
- bezpłatnie
- bez skierowania

Krajowe Centrum ds. AIDS
Agenda Ministra Zdrowia

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

eprasa.pl 820f131346

**POLECAMY**

JUTRO: Czas na jarmarki świąteczne PONIEDZIAŁEK: Najciekawsze wydarzenia sportowe

27.11.2026
Piątek

**Dziś imieniny obchodzą:** Walerian, Walery, Wirgiliusz
**Telefon alarmowy:** 112

nto.pl

**Redaktor naczelny**
Tomasz Kapica
**Newsroom**
Robert Lodziński
**Wydawcy**
Bolesław Bezeg,
Wiesław Kaczmar,
Robert Lodziński

**www.nto.pl**

**Redakcja**
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
tel. 77 44 32 500
w godz. od 8.00 do 16.00
nto@nto.pl oraz online@nto.pl
**Dyrektor biura reklamy**
Tomasz Jaroch
**Dyrektor marketingu**
Justyna Duchnowska

**Druk**
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

PRO MEDIA SPÓŁKA Z O.O.

**Wydawca Pro Media Sp. z o.o.**
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
**Prezes zarządu**
Robert Glinkowski
**Projekt graficzny**
Tomasz Bocheński

PBC

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

**Z PROKURATURY**

## Pijany wsiadł za kierownicę, zabił człowieka. Próbuje obwinić ofiarę

**Sławomir Draguła**

**Prokuratura Rejonowa w Prudniku przedstawiła Krzysztofowi S. zarzut spowodowania wypadku ze skutkiem śmiertelnym w stanie nietrzeźwości. Oskarżony zmienia zeznania i obarcza winą ofiarę.**

Z ustaleń śledztwa prowadzonego przez Prokuraturę Rejonową w Prudniku wynika, że 36-letni Krzysztof S. wsiadł do samochodu marki Audi w stanie nietrzeźwości.

Jadąc drogą powiatową nie dostosował prędkości do warunków na trasie i na łuku jezdni stracił panowanie nad samochodem.

- Zjechał na przeciwległy pas i zderzył się czołowo z nadjeżdżającym z przeciwka motocyklem - informuje prokurator Stanisław Bar, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Opolu. - W wyniku zderzenia kierowca motocykla poniósł śmierć na miejscu.

Zaraz po zdarzeniu kierowca samochodu uciekł z miejsca tragedii.

- Oddalił się przez pola w kierunku Łąki Prudnickiej. Po chwili został jednak ujęty przez przypadkową osobę i przekazany funkcjonariuszom policji - dodaje prokurator Bar.

Przeprowadzone bezpośrednio po zatrzymaniu badanie wykazało, że Krzysztof S. miał ponad 1,5 promila alkoholu.

Teraz Prokuratura Rejonowa w Prudniku przedstawiła Krzysztofowi S. zarzut spowodowania wypadku ze skutkiem śmiertelnym w stanie nietrzeźwości. Sam oskarżony próbuje obarczyć winą ofiarę wypadku.

- W złożonych wyjaśnieniach podejrzany wskazał, że do zdarzenia doszło na jego pasie ruchu, przyznał też, że przed jazdą samochodem spożywał alkohol - mówi Stanisław Bar. - Wyjaśnienia podejrzanego w zakresie przebiegu wypadku zostały ocenione jako wyraz obranej linii obrony, albowiem ślady pozostawione przez biorące w wypadku pojazdy, wskazują na odmienny przebieg zdarzenia niż ten, który przedstawił.

Na wniosek Prokuratora Rejonowego w Prudniku Krzysztof S. został tymczasowo aresztowany przez tamtejszy sąd na 3 miesiące. Grozi mu kara od 5 do 20 lat pozbawienia wolności. ©℗

**OPOLE**

# Stan tych ulic woła o pomstę do nieba. Miasto ma pieniądze na ich remont

**Sławomir Draguła**

**Miejski Zarząd Dróg w Opolu przygotowuje się do przebudowy i modernizacji ulic na Starym Mieście. Chodzi o trzy trakty w ścisłym centrum: ul. Krupniczą, ul. Malczewskiego i ul. Rzemieślniczą.**



FOT. SŁAWOMIR DRAGUŁA

**Remont wspomnianych ulic będzie kosztował ok. 2 mln złotych.**

Wszystkie trzy wołają o pomstę do nieba i nie są wizytówkami miasta. Są dziurawe, polepione asfaltem spod którego prześwituje stary bruk.

- Wygląda tu fatalnie, krzywe chodniki, połatane ulice, ani to asfalt, ani bruk - mówi Krystyna Grodecka, którą spotkaliśmy na ul. Krupniczej w Opolu. - Do tego pomazane farbami elewacje. Koszmar. Przecież to ścisłe centrum, zabytkowa zabudowa, tuż przy Rynku.

Planowo prace mają być podzielone na trzy etapy. Pierwszy dotyczy przebudowy ulicy Krupniczej (od ul. Koraszewskiego do ul. Książąt Opolskich). W drugim etapie pracami mają być objęte dwie ulice. To Krupnicza (od ul. Staromiejskiej do ul. Malczewskiego) oraz Malczewskiego (od ul. Osmańczyka do placu Świętego Sebastiana).

- Trzeci etap skupiony będzie na ul. Rzemieślniczej - informuje Mariusz Chałupnik z Miejskiego Zarządu Dróg w Opolu.

Modernizacji zostaną poddane jezdnie o łącznej długości blisko 300 metrów. Zdarta zostanie z nich nawierzchnia, pojawi się nowa podbudowa, na której robotnicy ułożą kostkę brukową i nowe chodniki.

- Przebudowane zostaną wszystkie skrzyżowania znajdujące się w zakresie działań oraz zjazdy i miejsca postojowe - dodaje Mariusz Chałupnik.

Zmodernizowana zostanie również sieć oświetleniowa, a lampy zyskają nowe oprawy w technologii LED. Wymienione będą wpusty kanalizacji deszczowej, wykonany rurociąg Optycznej Sieci Teleinformatycznej Opola.

Miejski Zarząd Dróg w Opolu ma już dokumentację techniczną modernizacji trzech ulic na Starym Mieście. W projekcie budżetu na 2027 rok zapisanych jest dokładnie 1 958 760 złotych.

- Teraz czekamy na przyjęcie przez radę miejską budżetu miasta na przyszły rok. W dalszej kolejności będziemy szykowali się do przetargu na roboty budowlane - kończy Mariusz Chałupnik. ©℗

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Nową Trybunę Opolską”

**tel. 77 540 78 30**
**bok.prenumerata@polskapress.pl**
**prenumerata.nto.pl**

**POGODA**

dziś
-1°C/-2°C

jutro
1°C/--2°C

**IDĄ ŚWIĘTA**



FOT. MIRELA MAZURKIEWICZ

**Jarmark Bożonarodzeniowy**

### Dzisiaj początek tej wielkiej imprezy

Choć jarmark rozpoczyna się w piątek, to oficjalne otwarcie nastąpi w sobotę, gdy rozbłysną światła na choince przy ratuszu. Organizatorzy zapowiadają, że będzie to największa edycja w jego historii. Jarmark nie ograniczy się w tym roku do przestrzeni wokół ratusza, ale obejmie także ulicę Krakowską i plac Wolności. Tam, obok strefy food trucków, już stoi pełnowymiarowy autodrom oraz kolejka górska. To zupełnie nowe atrakcje. **(MM)**

eprasa.pl 820f131346

NAJPIERW KONSULTACJE, PÓŹNIEJ REMONT

# O wyglądzie dworca PKP zdecydują podróżni

Radosław Dimitrow

**Niszczejący dworzec kolejowy w Strzelcach Opolskich w końcu ma szansę przejść remont. Obiekt znalazł się na liście inwestycji PKP: „Dworce Przyjazne Pasażerom". Zanim jednak spółka ogłosi przetarg, zapyta podróżnych i mieszkańców, jak powinien wyglądać odnowiony budynek i jego najbliższe otoczenie.**



FOT. RADOSŁAW DIMITROW

Zaniedbany dworzec kolejowy w Strzelcach Opolskich od wielu lat prosi się o gruntowny remont.

Temat generalnego remontu zabytkowego dworca w Strzelcach Opolskich powraca od kilku lat. Obiekt figurował na liście poprzedniego Programu Inwestycji Dworcowych jeszcze w 2024 roku, jednak po zmianie rządu i modyfikacji założeń inwestycja nie doszła do skutku.

Nowa odsłona programu obejmuje 181 obiektów w całym kraju, a na pierwszą pulę 106 zadań PKP zabezpieczyło 1,4 miliarda złotych. Zakres prac w Strzelcach Opolskich ma być kompleksowy i objąć m.in. odnowienie dachu, elewacji i stolarki okiennej, a także montaż nowoczesnych, elektronicznych tablic informujących o rozkładzie jazdy.

Na Opolszczyźnie do głównego programu zakwalifikowano łącznie trzy stacje: Strzelce Opolskie, Zdzieszowice oraz Opole Główne (na liście rezerwowej znalazły się dworce w Krasiejowie, Prudniku, Wołczynie i Zawadzkiem).

## Najpierw konsultacje - potem remont dworca

Polskie Koleje Państwowe rozpoczęły właśnie konsultacje społeczne pod hasłem „Twój dworzec – Twój głos". Każdy mieszkaniec lub pasażer może przesłać swoje uwagi i propozycje na adres mailowy klient@pkp.pl, pamiętając o wpisaniu nazwy miasta w tytule wiadomości. Gdy opinie mieszkańców spłyną i zostaną przeanalizowane, spółka przystąpi do procedury przetargowej.

Mieszkańcy zgłaszali na Facebooku, że na dworcu przydałaby się restauracja dla podróżnych i czysta poczekalnia. Inni zwracali uwagę, że potrzebny jest przede wszystkim montaż kamer, bo w przeszłości zdarzały się kradzieże rowerów stojących przy dworcu.

Strzelecki ratusz ma swoją wizję zagospodarowania zmodernizowanego tego obiektu:

– Koszty remontu ponosić będzie PKP, ale jako gmina również mamy swoje propozycje wykorzystania budynku. Chcielibyśmy, po modernizacji umieścić w nim Centrum Usług Społecznych – mówi Jan Wróblewski, burmistrz Strzelec Opolskich.

## Kto później poniesie koszty utrzymania?

Pomysł dobrego zagospodarowania dworca będzie bardzo ważny dla jego przyszłości. Jak przyznają same władze spółki PKP, największą bolączką kolei nie jest samo wyremontowanie mniejszych dworców, lecz ich późniejsza eksploatacja. Na ten problem zwrócił uwagę prezes zarządu PKP S.A. Alan Beroud podczas debaty otwarcia XVI Kongresu Kolejowego w Warszawie, co odnotował branżowy portal „Rynek Kolejowy".

– Żeby dodać łyżkę dziegciu, to mamy problem z eksploatacją dworców. O ile duże dworce komercyjne same się finansują – takich w Polsce jest około 10 – to cała reszta się sama nie finansuje i nie będzie, dlatego że komercjalizacja ich ma swoje ograniczenia. Gdy dworzec jest zamknięty i nie działa, to nie ma kosztów. Gdy jest odremontowany, ładnie wygląda, jest hala dworcowa i służy pasażerom, to są koszty związane ze sprzątaniem, ochroną, amortyzacją itp. Te wszystkie koszty są wyższe niż koszty dworca, który jest zamknięty i po prostu go nie ma – mówił podczas kongresu Alan Beroud.

Spółka prowadzi obecnie rozmowy z Ministerstwem Infrastruktury nad stworzeniem mechanizmu, który pozwoliłby zasypać tę „lukę dworcową" w mniejszych miejscowościach. Na tym etapie nie wiadomo jednak kto miałaby płacić za utrzymanie takich dworców.©℗

REKLAMA 0111602685




eprasa.pl 820f131346

WYRÓŻNIENIE

# DPS w Kluczborku laureatem ogólnopolskiej nagrody Pracodawca Przyjazny Pracownikom

Bolesław Bezeg

**Dom Pomocy Społecznej w Kluczborku został laureatem ogólnopolskiej nagrody Pracodawca Przyjazny Pracownikom. Nagrodę przyznaje Komisja Krajowa Niezależnego Samorządnego Związku Zawodowego „Solidarność".**



FOT. BOLESŁAW BEZEG

Dyrektor Krzysztof Zabłocki i Małgorzata Tomaszewska, przewodnicząca Komisji Zakładowej NSZZ „Solidarność" w DPS.

Coroczny konkurs Pracodawca Przyjazny Pracownikom organizuje od 2008 roku Komisja Krajowa NSZZ „Solidarność" pod patronatem honorowym Prezydenta RP, a laureatów wyłania Komisja Certyfikacyjna.

Statuetkę i ważny przez trzy lata certyfikat, dyrektorowi kluczborskiego DPS wręczył podczas uroczystej gali Prezydent RP Karol Nawrocki, wraz z przewodniczącym Komisji Krajowej NSZZ „Solidarność" Piotrem Dudą.

- Była to miła i dość kameralna uroczystość w Pałacu Prezydenckim, w której wzięli udział przedstawiciele 22 nagrodzonych podmiotów, między innymi delegacja naszej placówki - powiedział nam dyrektor DPS w Kluczborku Krzysztof Zabłocki. - Do tego konkursu zgłosiła mnie organizacja zakładowa NSZZ „Solidarność", z którą świetnie mi się współpracuje. To ludzie, z którymi pracujemy razem od ponad dwudziestu lat. Znamy się i wzajemnie szanujemy.jako nasz związek zawodowy

Podobnie oceniają współpracę działacze funkcjonującego w placówce związku zawodowego.

- Uchwałą zarządu i członków naszego zakładowego związku podjęliśmy decyzję, że wystąpimy do Komisji Krajowej z wnioskiem o przyznanie naszemu dyrektorowi nagrody Pracodawca Przyjazny Pracownikom. - powiedziała nam Małgorzata Tomaszewska, przewodnicząca Komisji Zakładowej NSZZ „Solidarność" w Domu Pomocy Społecznej w Kluczborku. - Do takiej decyzji zmotywowała nas codzienna postawa naszego dyrektora, który świetnie współpracuje ze związkami zawodowymi. Prowadzimy wspólny dialog. Nigdy nie rozmawiał z nami z pozycji siły, jaką przecież mógłby okazać dyrektor. Każdy ma prawo uargumentować swoje decyzje czy swoje oczekiwania i zawsze dochodzimy do porozumienia. I to jest przede wszystkim z korzyścią dla pracownika. Zarówno warunki typu higiena pracy, bezpieczeństwo pracy, jak i również wynagrodzenia dla pracowników. Zawsze jest prowadzony dialog i na porządku dziennym jest dbałość o pracownika.

W DPS w Kluczborku pracuje osiemdziesiąt pięć osób. Są to m.in. rehabilitanci, psychologowie, pedagodzy, terapeuci zajęciowi, różnych profesji opiekunowie domu pomocy społecznej, opiekunowie medyczni itp.

W dwóch obiektach obecnie przebywa blisko 150 podopiecznych, dwóch różnych kategorii. W placówce przy ul. Wołczyńskiej przebywa ponad 70 osób powyżej 65 roku życia, wymagających opieki długoterminowej, zaś w placówce przy ul. Sienkiewicza przebywa obecnie około 40 osób z niepełnosprawnościami utrudniającymi samodzielne funkcjonowanie, bez względu na wiek.

- Praca przy takich osobach wymaga szczególnych cech charakteru, a zwłaszcza wielkiej empatii i nasi pracownicy ją mają - mówi dyrektor Zabłocki. ©℗

INTERWENCJA

# Senior zapomniał kim jest. Zagubionemu mężczyźnie pomógł patrol policji

oprac. WK

**86-latek ubrany nieodpowiednio do warunków pogodowych zwrócił uwagę policjantów patrolujących ulice Krapkowic. Dzięki ich pomocy bezpiecznie wrócił do domu.**

W trakcie rutynowego patrolu na ulicach Krapkowic mundurowi zwrócili uwagę na starszego mężczyznę, którego ubiór wyraźnie kontrastował z panującymi obecnie warunkami atmosferycznymi. Starszy pan ubrany był jedynie w cienką kurtkę, a na nogach miał klapki. Już to spowodowało zainteresowanie policjantów, więc postanowili sprawdzić, czy starszy mężczyzna nie potrzebuje pomocy.

Po pierwszych pytaniach wiadomo było, że cała sytuacja jest znacznie poważniejsza, niż początkowo przypuszczali policjanci. 86-latek powiedział mundurowym, że wyszedł z domu do sklepu po cukier. Ale nie potrafił jednak wskazać, do którego sklepu zamierzał dotrzeć. Kilka minut później nie potrafił sobie przypomnieć, co właściwie chciał kupić.

Jednak największy niepokój policjantów wzbudził fakt, że mężczyzna nie pamiętał swojego imienia, adresu zamieszkania ani miejsca, w którym aktualnie się znajdował. Senior był wyraźnie zdezorientowany i nie umiał samodzielnie wskazać drogi powrotnej do swojego domu.

W tej sytuacji mundurowi nie pozostawili seniora bez pomocy. Natychmiast podjęli czynności, dzięki którym ustalili jego tożsamość oraz adres zamieszkania. Następnie pomogli seniorowi bezpiecznie wrócić do domu.

W mieszkaniu policjanci zastali roztrzęsioną i zaniepokojoną żonę mężczyzny. Kobieta wyjaśniła, że jej mąż miewa problemy z pamięcią. Cała sytuacja zakończyła się szczęśliwie, a 86-latek wrócił pod opiekę najbliższej osoby.

Ta sytuacja dobitnie pokazuje, że niekiedy wystarczy samo zainteresowanie, krótka rozmowa i właściwa reakcja, aby zapobiec możliwej tragedii. ©℗

AKCJA CHARYTATYWNA 0111615570




eprasa.pl 820f131346

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN

0011617178

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

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

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




### Świnoujście i Gdańsk są filarami rozwoju LNG

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

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

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

### Dywersyfikacja dostaw odpowiada na ryzyko geopolityczne

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

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

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

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

### ORLEN stawia na silną pozycję regionalną

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

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

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

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




eprasa.pl 820f131346

FOKUS

• **27 i 28 listopada Banki Żywności** w 2163 sklepach w całej Polsce organizują 30. Świąteczną Zbiórkę Żywności

POLITYKA

# Uśmiech proszę, czyli jak zdjęcia nakręcają polską politykę

Nic tak nie nakręca debaty publicznej, jak zdjęcia publikowane w mediach społecznościowych. A to Grzegorz Braun z Michałem Dworczykiem, a to Tomasz Sakiewicz w salonie kosmetycznym

**Dorota Kowalska**

Dzisiaj, w dobie telefonów komórkowych, nikt nie może czuć się bezpiecznie, bo zdjęcie może zrobić zwykły przechodzień, kolega, wróg albo sprytny dziennikarz. Potem wrzucić fotę do mediów społecznościowych i robi się afera.

Ostatnio czujność stracił Michał Dworczyk, jeden z najbliższych współpracowników Mateusza Morawieckiego: polityk inteligentny, pracowity i doświadczony.



FOT. X/GRZEGORZ BRAUN

**Grzegorz Braun z Konfederacji Korony Polskiej na wspólnym zdjęciu z Michałem Dworczykiem z Rozwoju Plus**

## Braun rozgrywa prawicę

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

„W miarę postępów Konfederacji Korony Polskiej walka z »braunizacją« zaostrza się, ale tymczasem w parlamencie eurokołchozowym dzień jak co dzień" – napisał europoseł Braun, bo wiadomo, że takie zdjęcia to dla niego bonus. Wyborcy pomyślą: „Nie taki ten Braun zły, skoro inni koło niego siedzą i jeszcze foty sobie z nim robią".

Dworczyk na publikację Brauna zareagował błyskawicznie. „Żeby nie było wątpliwości: miejsce siedzenia podczas głosowań w PE nie zmienia linii politycznej Rozwoju Plus. Na marginesie, to zabawne, że w tym tygodniu jeden poseł PiS zaatakował mnie za to, że przez pewien czas moim adwokatem był Ryszard Kalisz, a drugi poseł PiS za to, że mam zdjęcie z Grzegorzem Braunem. Urocze" – napisał w mediach społecznościowych. „A mówiąc poważnie – to naprawdę szkoda, że tak wielu ludzi nie rozumie lub nie chce zrozumieć, że z innym człowiekiem, nawet gdy fundamentalnie się z nim nie zgadzasz, można normalnie rozmawiać. Można być uprzejmym, niezależnie od poglądów. Właśnie do tego doprowadziła polaryzacja i hejt, które wykorzystują dwie największe partie oraz ich wyznawcy" – dodał jeszcze Dworczyk.

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

## Sakiewicz i jego pedicure

Nieostrożny w ostatnim tygodniu był Tomasz Sakiewicz, szef TV Republika. Od dziesięciu tygodniu trwa protest przed siedzibą Trybunału Konstytucyjnego. Współorganizuje go środowisko związane z Telewizją Republika, która regularnie relacjonuje wydarzenia, a dziennikarze stacji nieustannie trąbią o „zamachu stanu" dokonanym przez rząd Donalda Tuska. Tymczasem Katarzyna Kolenda-Zalewska, dziennikarka Faktów TVN, zobaczyła Tomasza Sakiewicza, jak w czasie protestu przed Trybunałem korzystał z usług salonu kosmetycznego. Salon znajduje się około 200 metrów od miejsca demonstracji. Postanowiła zabieg kosmetyczny, a raczej oczekiwanie na niego, uwiecznić.

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

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

POLITYKA

# Pieniądze dla Trybunału z nowego źródła

**oprac. Karolina Wrońska**

**Donald Tusk zdecydował, aby Bank Gospodarstwa Krajowego zapewniał finansowanie Trybunału Konstytucyjnego.**

Rzecznik rządu Adam Szłapka poinformował na platformie X, że „premier Donald Tusk wydał dyspozycję, by Bank Gospodarstwa Krajowego zapewniał finansowanie Trybunału Konstytucyjnego". Dodał, że „środki na ten cel zabezpieczy minister finansów". Niedługo później wicepremier, minister finansów i gospodarki Andrzej Domański potwierdził, że otrzymał od szefa rządu „polecenie zabezpieczenia finansowania Trybunału Konstytucyjnego".

KRÓTKO

Gdańsk

### Matka i syn w szpitalu po zatruciu czadem

15-latek i jego 54-letnia matka trafili do szpitala po podtruciu tlenkiem węgla w mieszkaniu przy ul. Słowackiego w Gdańsku. Do zdarzenia doszło w nocy z 25 na 26 listopada. Chłopiec stracił przytomność, natomiast kobieta była przytomna. Pomimo wcześniejszego wietrzenia mieszkania strażacy nadal stwierdzili w nim obecność tlenku węgla.

Sosnowiec

### Duchowny podejrzany o przestępstwa seksualne

Prokuratura Okręgowa w Sosnowcu postawiła kolejnemu duchownemu diecezji sosnowieckiej zarzuty dotyczące przestępstw seksualnych wobec dwóch osób. Czyny miały zostać popełnione w 2009 i 2011 roku, z wykorzystaniem zależności pokrzywdzonych i przemocy fizycznej. Jedną z nich była małoletnia dziewczynka, drugą dorosła kobieta. Kapłan nie przyznał się do winy i odmówił wyjaśnień. Został objęty dozorem policji oraz zakazem kontaktu z pokrzywdzonymi i pracy z małoletnimi. Grozi mu do ośmiu lat więzienia. Diecezja zakazała mu publicznego sprawowania sakramentów i zadeklarowała współpracę ze śledczymi.



FOT. SYLWIA DĄBROWA

**Premier Donald Tusk mówi o 50 wetach, ale milczy o tym, że kilkanaście zawetowanych ustaw prezydent Karol Nawrocki podpisał po ich poprawieniu**

**RAFAŁ LEŚKIEWICZ**
rzecznik prezydenta

AKCJA CHARYTATYWNA 0011615580




eprasa.pl 820f131346

BRUKSELA

# Negocjacje budżetu UE: Costa wzywa liderów do zgody

oprac. Anna Nagel

**Szefowie państw i rządów UE zebrali się w czwartek w Brukseli, by rozmawiać o budżecie Unii na lata 2028-2034 oraz finansowaniu Ukrainy. Omawiać będą kompromisową propozycję szefa Rady Europejskiej Antonio Costy, która ma wyjść naprzeciw oczekiwaniom zwolenników i przeciwników cięć w budżecie.**



FOT. PAP/EPA/OLIVIER HOSLET

**Aby osiągnąć jednomyślność, przywódcy muszą wzajemnie się wysłuchać i uwzględnić stanowiska pozostałych – mówił Costa**

Antonio Costa zaznaczył, że celem rozpoczynającego się wczoraj w Brukseli spotkania jest przybliżenie przywódców do porozumienia w trzech kluczowych kwestiach. – Po pierwsze: ogólna wielkość budżetu. Po drugie: podział środków pomiędzy poszczególne priorytety budżetowe. Po trzecie: wypracowanie zrównoważonego i skutecznego zestawu nowych źródeł dochodów, co pozwoli utrzymać składki krajowe na rozsądnym poziomie – wymienił szef Rady Europejskiej.

Zdaniem Costy nowy budżet powinien umożliwić wspieranie regionów, zwiększenie inwestycji w bezpieczeństwo i obronność, poprawę konkurencyjności oraz reagowanie na oczekiwania obywateli, m.in. dotyczące cen energii i mieszkalnictwa. Jednocześnie składki państw członkowskich muszą pozostać na rozsądnym poziomie. Rozmowy mają dotyczyć ogólnej wielkości budżetu, podziału pieniędzy między priorytety oraz nowych źródeł dochodów.

Punktem wyjścia jest propozycja Costy zakładająca zmniejszenie budżetu o 10 proc. wobec pierwotnego projektu. Bez zmian miałyby pozostać środki na rolnictwo, natomiast niewielkie cięcia objęłyby fundusze dla regionów. Wydatki na obronność miałyby spaść ze 115,7 mld do 81,2 mld euro, a Fundusz Konkurencyjności zostałby zmniejszony o 15 proc., z 398 mld do 336 mld euro.

Premier Czech Andrej Babisz sprzeciwił się łączeniu finansowania Ukrainy z polityką spójności. Zapowiedział, że Czechy będą walczyć o środki na rozwój regionów, ponieważ polityka ta służy wyrównywaniu poziomu życia w UE. Wskazał przy tym na potrzeby inwestycyjne kraju, m.in. w drogi, szpitale i ochronę zdrowia. Jego zdaniem wsparcie dla Ukrainy powinno być przedmiotem odrębnych negocjacji.

Odmienne stanowisko przedstawił prezydent Litwy Gitanas Nauseda, który opowiedział się za powiązaniem finansowania Ukrainy z negocjacjami dotyczącymi wieloletniego budżetu. Argumentował, że obie kwestie dotyczą solidarności, zarówno z Ukrainą, jak i między państwami UE. Zaapelował o zwiększenie wsparcia finansowego i wojskowego dla Kijowa, aby mógł on prowadzić przyszłe rozmowy z Rosją z pozycji siły.

Nauseda skrytykował także zmniejszenie kopert krajowych i brak dodatkowej pomocy dla regionów przy wschodniej granicy Unii. Przyznał jednak, że porozumienie budżetowe powinno zostać zawarte do końca roku.

Zastrzeżenia zgłosił również premier Holandii Rob Jetten. Ocenił, że obecna propozycja jest nie do przyjęcia dla holenderskich podatników i powinna zostać ograniczona. Według niego budżet musi wyraźniej odpowiadać na wyzwania związane z bezpieczeństwem, konkurencyjnością i migracją. Jetten zadeklarował gotowość do długich negocjacji, podkreślając, że ważniejsze od szybkiego zakończenia rozmów jest wypracowanie dobrego porozumienia.

**PAP**

LONDYN

# Nie żyje Andy Taylor – współautor hitów Duran Duran

Kazimierz Sikorski

**Nie żyje Andy Taylor, wieloletni gitarzysta grupy Duran Duran – jednej z największych gwiazd brytyjskiej muzyki lat osiemdziesiątych.**

Koledzy z zespołu napisali, że muzyk zmarł w domu, otoczony rodziną, po długiej walce z rakiem prostaty. „W moim sercu jest teraz wielka dziura w kształcie Andy'ego Taylora. Nigdy się nie zasklepi. Nie pozwolę na to" – zadeklarował wokalista grupy Simon Le Bon w oświadczeniu opublikowanym na stronie zespołu. Pozostali muzycy grupy napisali: „Andy był z nami od samego początku naszej historii. Od momentu, gdy przyjechał do Birmingham z północnowschodniej Anglii z gitarą i niezachwianą wiarą w to, kim możemy się stać, wnosił do naszej muzyki pozostawiające trwały ślad ogień i zadziorność".

Dodali, że jego gra była siłą napędową utworów, dzięki którym koncertowali na całym świecie. A jego dowcip pomagał zespołowi twardo stąpać po ziemi i nadawał grupie wyrazisty charakter przez wszystkie lata.

Członkowie Duran Duran dodali, że myślami są z jego żoną Tracey, dziećmi – Georginą, Isabellą, Bethany i Andrew – oraz wnukiem Albiem.

Żona Andy'ego, Tracy, nazwała go opoką rodziny i dodała, że będziemy za nim tęsknić każdego dnia.

Diagnozę muzyk usłyszał w 2018 roku. Publicznie poinformował o niej cztery lata później.

WASZYNGTON

# Brak dowodów, że za romansem szefa Nvidii stały chińskie służby

oprac. Anna Nagel

**Brak dowodów, że romans chińskiej menedżerki z Jensenem Huangiem z Nvidii był operacją chińskiego wywiadu – podał „Wall Street Journal".**

Amerykańskie służby oceniają, że relacja Alice Huang i prezesa Nvidii Jensena Huanga mogła mieć charakter romantyczny, a nie być elementem chińskiej operacji wywiadowczej. Ocena może się jednak zmienić wraz z pojawieniem się nowych informacji.

Podczas tajnego briefingu dla pracowników Kongresu USA przedstawiciele służb przekazali, że chińskie ministerstwo bezpieczeństwa państwowego zwróciło się do Alice Huang o informacje, a ona podczas romansu pozostawała w kontakcie z chińskim wywiadem. Amerykanie nie mają jednak dowodów, że przekazała mu istotne dane. Jej mąż Kang Wei miał natomiast współpracować z chińskimi służbami.

Sojusznicy prezesa Nvidii podkreślają, że nie ma podstaw, by uznać kobietę za szpiega ani twierdzić, że Nvidia wiedziała o domniemanym przemycie chipów do Chin.

**PAP**

REKLAMA 0011600051

Zadbaj o swoje zdrowie.
Zbadaj się!
Skorzystaj z bezpłatnych programów profilaktycznych finansowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia.




Ministerstwo Zdrowia NFZ nfz-opole.pl

AKCJA CHARYTATYWNA 0111615581




eprasa.pl 820f131346

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW 0011609333

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

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

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

## Komfort nauki zaczyna się od otoczenia

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

## Od audytu energetycznego do nowoczesnych technologii

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



## Mniej energii, więcej możliwości dla szkół

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

## Korzyści, które wykraczają poza szkolne mury

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

## Tysiąc szkół w ogólnopolskim programie

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

## Ekologiczna świadomość zaczyna się w szkole

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



KRAJOWY PLAN ODBUDOWY | Rzeczpospolita Polska | Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Ministerstwo Klimatu i Środowiska | NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 820f131346

MATERIAŁ INFORMACYJNY NFOŚIGW 0011609312

# Cieplejsze klasy, nowa energia. Termomodernizacja zmienia polskie szkoły

**Niedogrzane sale, nieszczelne okna, przeciekające dachy i wysokie rachunki za ogrzewanie – z takimi problemami przez lata mierzyły się szkoły i przedszkola w wielu polskich miejscowościach. Dziś część z nich zyskuje nie tylko odnowione budynki, lecz także nowoczesne systemy ogrzewania, fotowoltaikę i lepsze warunki do nauki. Dzięki wsparciu z Krajowego Planu Odbudowy w ramach programu realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska, samorządy mogą realizować inwestycje, które służą uczniom, nauczycielom i całym lokalnym społecznościom.**

W Szkole Podstawowej nr 4 w Ciechanowie chłodne miesiące oznaczały niegdyś poważny problem. Niedostateczna izolacja ścian i stare okna nie pozwalały utrzymać odpowiedniej temperatury. Szczególnie dotkliwie odczuwali to uczniowie korzystający z hali sportowej. Zdarzało się, że było tam tak zimno, iż zajęcia trzeba było przenosić na szkolny korytarz. Dziś budynek jest ocieplony, ma nowe okna i drzwi, a hala – zmodernizowane ogrzewanie i wentylację.
Podobne zmiany zaszły w placówkach w Brzegu Dolnym i gminie Węgierska Górka.
W pierwszej z tych miejscowości termomodernizację przeszły dwie szkoły, w których wcześniej problemem były między innymi nieszczelne okna, niewystarczające ogrzewanie, przeciekający dach i wilgoć. W Węgierskiej Górce kompleksowe prace objęły trzy obiekty, w tym stuletnią szkołę podstawową w Cięcinie. Każda inwestycja odpowiadała na inne potrzeby, ale cel był wspólny: stworzyć bardziej komfortowe, bezpieczne i tańsze w utrzymaniu miejsca nauki.

## Szkoła, w której po prostu jest ciepło

W Cięcinie modernizacja stuletniej szkoły była odpowiedzią na straty ciepła powodowane przez przestarzałą instalację grzewczą, drewniane okna oraz niedostateczną izolację dachu i ścian. Placówka korzystała już z pomp ciepła, ale nie miała fotowoltaiki, która mogłaby dostarczać energię do ich zasilania. W ramach inwestycji ocieplono ściany i dach, zmodernizowano ogrzewanie, wymieniono okna i drzwi oraz zamontowano panele fotowoltaiczne. Większość robót prowadzono na zewnątrz, dzięki czemu – jak podkreśla dyrektorka Agnieszka Ryczkiewicz – szkoła mogła normalnie funkcjonować.
W tej samej gminie ważne problemy udało się rozwiązać w Przedszkolu Publicznym nr 1 w Ciścu. Wymiana dachu była konieczna po zalaniu jednej z sal, a stare drewniane okna powodowały przeciągi. Dziś placówka korzysta z pomp ciepła, fotowoltaiki i magazynu energii. System ogrzewania automatycznie dostosowuje temperaturę, odciążając pracowników.

## Koniec z zimną halą, wilgocią i przeciekającym dachem

W Ciechanowie termomodernizacją objęto sześć miejskich szkół, a miasto pozyskało na ten cel ponad 30 mln zł dofinansowania. W Szkole Podstawowej nr 4 ocieplono ściany, dach i fundamenty, wymieniono okna i drzwi oraz zainstalowano pompy ciepła i fotowoltaikę. Zmodernizowano także halę sportową, która zyskała między innymi nową wentylację i grzejniki.
Prace trwały półtora roku, ale szkoła przez cały czas




działała. W placówce uczy się około 800 uczniów, dlatego roboty wymagały dobrej organizacji i współpracy dyrekcji z wykonawcami. Lekcje nie zostały odwołane, a dzieci nie musiały przenosić się do innych szkół.
W Brzegu Dolnym modernizacja objęła Szkołę Podstawową nr 5 przy ul. Zwycięstwa i SP nr 6 przy ul. Młodzieżowej. W pierwszej z nich problemem były przeciekający dach i wilgoć w podpiwniczeniu, gdzie znajdowały się gabinety i świetlice. Wymieniono okna i drzwi, wykonano nową instalację grzewczą, zmodernizowano oświetlenie i odnowiono dach. Poprawiły się warunki w pomieszczeniach, w których wcześniej trudno było komfortowo przebywać. W drugiej szkole wymieniono okna na trzyszybowe, wykonano nowe ocieplenie, zabezpieczono fundamenty i zamontowano grzejniki. Sala gimnastyczna zyskała nawiew świeżego powietrza, a na dachu pojawiła się fotowoltaika.
Jak zauważa dyrektorka Magdalena Wlaźlak-Szał, uczniowie mogą teraz przebywać w salach bez dodatkowych warstw odzieży.



W obu szkołach prace trwały niemal rok i odbywały się podczas zajęć. Konieczne były zmiany w organizacji lekcji, wyznaczenie bezpiecznych stref i bieżące dostosowywanie harmonogramów. Dyrekcje podkreślają znaczenie współpracy z wykonawcami, pracownikami i rodzicami.

## Od ocieplenia ścian po własną energię

Historie z Ciechanowa, Brzegu Dolnego i Węgierskiej Górki pokazują, że termomodernizacja nie sprowadza się do odnowienia elewacji czy wymiany okien. Zakres prac dobiera się do stanu technicznego budynku. Obejmuje docieplenie ścian, dachów i fundamentów, wymianę okien i drzwi oraz modernizację ogrzewania, wentylacji i oświetlenia. Coraz częściej uzupełniają je odnawialne źródła energii.
Fotowoltaika pozwala produkować energię elektryczną na potrzeby placówki. W Węgierskiej Górce wszystkie trzy modernizowane obiekty wyposażono w panele i magazyny energii, w których można przechowywać nadwyżki prądu. W szkołach pojawiają się również pompy ciepła i systemy automatycznie dostosowujące ogrzewanie do warunków w budynku.
Każdą inwestycję poprzedza audyt energetyczny. Pozwala on ocenić stan obiektu, wskazać miejsca największych strat ciepła i dobrać rozwiązania, które przyniosą najlepsze efekty. Zgodnie z założeniami programu projekty muszą zapewniać ograniczenie zapotrzebowania na energię pierwotną o co najmniej 30 proc.

## Mniejsze rachunki, większe możliwości

Dla samorządów ograniczenie zużycia energii ma wymiar ekologiczny i finansowy. Lepsza izolacja, nowoczesne źródła ciepła i własna produkcja energii mogą zmniejszyć koszty utrzymania placówek. Zaoszczędzone środki będzie można przeznaczyć na inne potrzeby edukacyjne, takie jak dodatkowe zajęcia, pomoce dydaktyczne czy wyposażenie.
Na pełną ocenę oszczędności w części placówek trzeba jeszcze poczekać. Potrzebne jest porównanie rachunków i zużycia energii z odpowiednio długiego okresu przed modernizacją i po jej zakończeniu. Już teraz dyrektorzy i samorządowcy wskazują jednak, że inwestycje powinny przynieść korzyści w kolejnych latach. W przedszkolu w Ciścu dyrektorka zwraca uwagę na niższe rachunki za prąd po uruchomieniu fotowoltaiki i magazynu energii. W Ciechanowie władze miasta zapowiadają, że oszczędności będzie można przeznaczyć między innymi na dodatkowe zajęcia dla uczniów.

## Inwestycja w edukację i przyszłość

Modernizacja to także okazja do edukacji ekologicznej. W Brzegu Dolnym uczniowie SP nr 6 uczestniczyli w konkursach i piknikach poświęconych termomodernizacji oraz oszczędzaniu energii. Inwestycje mają szczególne znaczenie dla mniejszych miejscowości, gdzie szkoły i przedszkola są ważnymi ośrodkami życia społecznego. Dzięki wsparciu zewnętrznemu samorządy mogą zapewniać uczniom lepsze warunki nauki. W Węgierskiej Górce modernizacja trzech placówek kosztowała ponad 3,7 mln zł, z czego 88 proc. pokryło dofinansowanie. W Brzegu Dolnym na dwie szkoły przeznaczono ponad 11 mln zł, w tym ponad 9 mln zł wsparcia, a Ciechanów pozyskał ponad 30 mln zł na modernizację sześciu placówek.
Bez tych środków realizacja tak dużych inwestycji byłaby znacznie trudniejsza. Inwestycje te są częścią ogólnopolskiego programu „Wymiana źródeł ciepła i poprawa efektywności energetycznej szkół", realizowanego przez Narodowy Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej we współpracy z Ministerstwem Klimatu i Środowiska. Przedsięwzięcie finansowane jest ze środków Krajowego Planu Odbudowy. Wartość podpisanych umów dotyczących modernizacji szkół i przedszkoli przekroczyła 1,8 mld zł. Zgodnie z założeniami programu do 2030 roku termomodernizację ma przejść łącznie tysiąc szkół. Rozszerzenie przedsięwzięcia ma być możliwe również dzięki dodatkowym środkom z Funduszu Modernizacyjnego.
Dla uczniów najważniejsze jest to, że mogą ćwiczyć w ogrzanej hali, uczyć się w komfortowej klasie i korzystać z bezpiecznej przestrzeni. Dla nauczycieli oznacza to lepsze warunki pracy, a dla samorządów – szansę na bardziej racjonalne gospodarowanie środkami. Termomodernizacja szkół jest więc czymś więcej niż remontem: to inwestycja w miejsca, w których kształtuje się przyszłość lokalnych społeczności.

KRAJOWY PLAN ODBUDOWY | Rzeczpospolita Polska | Sfinansowane przez Unię Europejską NextGenerationEU

Ministerstwo Klimatu i Środowiska | NARODOWY FUNDUSZ OCHRONY ŚRODOWISKA i GOSPODARKI WODNEJ

eprasa.pl 820f131346

PLEBISCYT SPORTOWY 2026

# Przez trudy, wyrzeczenia i godziny treningów do sukcesów i gwiazd

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

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

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

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

SPORTOWY TALENT ROKU

# Już w debiucie trzy razy stanęła na podium

Sportowa droga Kingi Dobrzańskiej rozpoczęła się od udziału w szkolnych zawodach biegowych. To właśnie pierwsze starty rozbudziły w niej pasję do lekkoatletyki i sprawiły, że postanowiła rozwijać swoje sportowe zainteresowania. W maju 2022 roku dołączyła do klubu sportowego Kotwica Brzeg, rozpoczynając nowy etap swojej przygody z lekkoatletyką. Już kilka dni później, 7 maja 2022 roku, zanotowała niezwykle udany debiut w barwach nowego klubu. Podczas pierwszych oficjalnych zawodów pokazała swoją wszechstronność, trzykrotnie stając na podium. Tak imponujący początek potwierdził jej talent i pokazał, że lekkoatletyka



jest dyscypliną, w której może z powodzeniem rozwijać swoje możliwości. Dziś sport jest dla Kingi nie tylko okazją do rywalizacji i osiągania kolejnych sukcesów, ale także ważną szkołą charakteru. Treningi i starty w zawodach uczą ją systematyczności, wytrwałości oraz konsekwencji w realizacji wyznaczonych celów.

PREZENTUJEMY SPORTOWE TALENTY, KTÓRE DO TEJ PORY ZDOBYŁY NAJWIĘCEJ GŁOSÓW



**Aleksandra Kleinert,** Tenis ziemny, Raciborski Klub Tenisowy



**Kacper Pająk,** Karate, LZS Karate-Do Głubczyce



**Wiktor Chachlinski**



**Nico Juretko,** Piłka nożna, Odra Opole



**Kinga Dobrzańska,** lekkoatletyka, Kotwica Brzeg



**Igor Kądziołka,** Piłka nożna, MKS GOGOLIN



**Paulina Fałek,** Piłka siatkowa, PV Volley Krapkowice



**Magdalena Kozok,** Lekkoatletyka



**Stefan Staruszkiewicz,** piłka koszykowa, NKS Start Namysłów

PATRON PLEBISCYTU SPORTOWEGO

KRAJOWE ZRZESZENIE LUDOWE ZESPOŁY SPORTOWE

# POZNAJ LIDERÓW

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

**SPORTOWIEC ROKU - KOBIETY**

1. **Magdalena Wierzbicka,** jeździectwo, Społowicz Team Bierdzany, powiat opolski
2. **Justyna Jaworska,** zapasy, ZKS Gogolin, powiat krapkowicki
3. **Natalia Alasińska,** piłka koszykowa, Ślęza Wrocław, powiat nyski

**SPORTOWIEC ROKU - MĘŻCZYŹNI**

1. **Dawid Całkowski,** strzelectwo sportowe, Klub Strzelecki Kobe, powiat brzeski
2. **Grzegorz Kruk,** piłka nożna, LZS Łowkowice, powiat krapkowicki
3. **Tymoteusz Kruk,** piłka koszykowa, MKS Smyk Prudnik, powiat prudnicki

**TRENER ROKU**

1. **Rafał Rusznica,** piłka ręczna, Akademia Gwardii Opole, Opole
2. **Marcin Raczkowski,** piłka nożna, GKS Triobud Grodków, powiat brzeski
3. **Patryk Moraczewski,** piłka nożna, Akademia Tor Dobrzeń Wielki, powiat opolski

**SPORTOWY TALENT ROKU**

1. **Magdalena Kozok,** Lekkoatletyka
2. **Stefan Staruszkiewicz,** piłka koszykowa, NKS Start Namysłów
3. **Aleksandra Kleinert,** Tenis ziemny, Raciborski Klub Tenisowy

**DRUŻYNA ROKU**

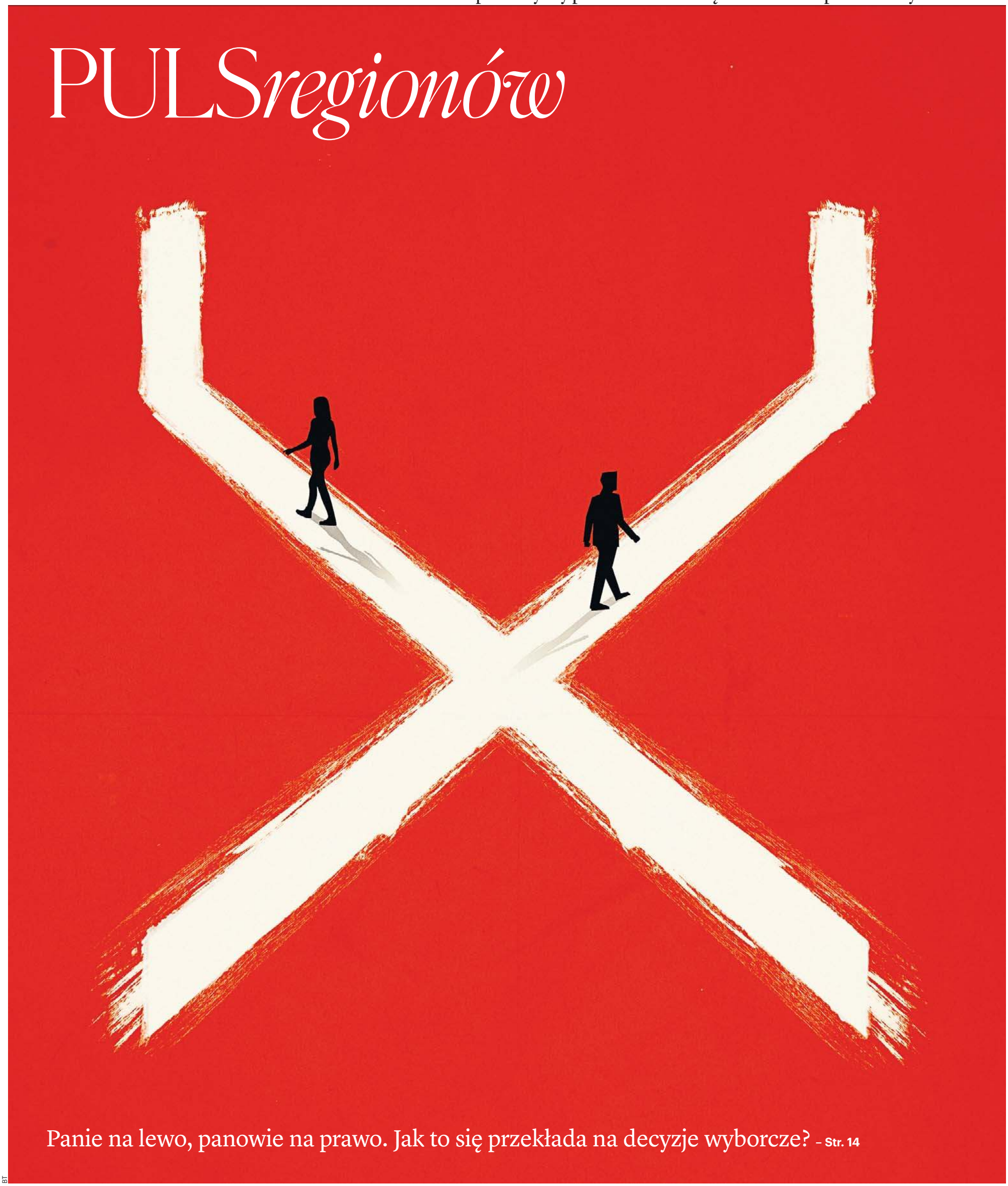
1. **GKS Triobud Grodków,** piłka nożna, powiat brzeski
2. **Akademia Tor Dobrzeń Wielki,** piłka nożna, powiat opolski
3. **MK Motorsport,** karting, powiat kluczborski

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

eprasa.pl 820f131346

Uczennica z Opolszczyzny planowała masakrę w szkole. Rozpisała każdy detal – **Str. 18**

# PULS *regionów*



Panie na lewo, panowie na prawo. Jak to się przekłada na decyzje wyborcze? – **Str. 14**

BT

eprasa.pl 820f131346

MOIM ZDANIEM

**JANUSZ MICHALCZYK**
publicysta



# *Na ruskie rakiety i szybkie drony jest jeden sposób*

Tomasz Wardach ze wsi Nowy Lipowiec wyłączył w swoim telefonie powiadomienia Rządowego Centrum Bezpieczeństwa, bo zdenerwowała go ich duża częstotliwość. Trafchciał, że na jego pole spadła rosyjska rakieta. Gdyby uderzyła w chałupę, byłoby po Tomaszu. Chyba że nie wyłączyłby powiadomień i siedział posłusznie we własnej piwnicy. Jednak chowanie się co trzy dni nie jest na nerwy każdego, a prawdopodobieństwo trafienia rakietą konkretnego człowieka można uznać za zbliżone do wygrania milionów w dużym lotku.

Nie mają racji ci, którzy złoszczą się na nasze wojsko, że nie strąca rakiet, które wlatują ze wschodu w naszą przestrzeń powietrzną. To nie ma sensu z wielu powodów, ale tak naprawdę wystarczy wspomnieć o jednym - jeśli zaczęlibyśmy strzelać do wszystkiego obcego na naszym niebie, to w przypadku intensywnych prowokacji po paru miesiącach skończyłaby się nam amunicja.

Co dalej - widzimy teraz na Ukrainie, gdy USA wstrzymały dostawy, być może przekierowały je do Izraela i państw arabskich skonfliktowanych z Iranem. Spotkałem się z opinią, że nawet po zakończeniu wojny, na co się niestety nie zanosi, rosyjskie rakiety i drony mogą do nas systematycznie przylatywać, bo Putin ma maksymalnie rozkręconą produkcję i nam nie odpuści, dopóki żyje i siedzi na Kremlu.

W tym stanie rzeczy nie pozostaje nam nic innego, niż spojrzeć w lustro i powiedzieć sobie, że do cholery nie jesteśmy tchórzami czy miękiszonami. Patriotyzm nie polega przecież tylko na chodzeniu pewnego dnia w listopadzie w dużej grupie z biało-czerwonymi flagami. Wróg chce nas zastraszyć, a my się nie damy. Niech sobie strzela w nasze kartofle.

MOIM ZDANIEM

**BOLESŁAW BEZEG**
publicysta



# *Gdzie są granice myślozbrodni?*

Nastolatka z Opolszczyzny planowała wysadzić swoją podstawówkę i zabić przy tym jak największą grupę swoich koleżanek i kolegów. Zapytana o motywy stwierdziła, że nie lubi ludzi. O jej specyficznych zainteresowaniach powiadomili dorosłych jej zaniepokojeni rówieśnicy. Do zamachu nie doszło, ale zamiar, ujawniony w czasach gdy dochodzi do kolejnych aktów terroru, został poważnie potraktowany przez organy ścigania. Choć dziewczynka jest bardzo młoda, ujawnione plany i notatki mogą sprawić, że najbliższą dekadę spędzi w domu poprawczym.

No i tu pojawiają się wątpliwości. Czytaliście „Dzieci z Bullerbyn"? Była kiedyś taka lektura. Główna bohaterka Lisa i jej przyjaciółka Anna drobiazgowo przygotowywały się do ucieczki z domu. Przygotowały prowiant i potrzebne przedmioty, ale nie uciekły. W terminie planowanej ucieczki zwyczajnie im się odechciało. Mimo, że wcześniej tygodniami o tym rozmawiały i rozważały.

Kto nie spotkał dziewczyny, która powtarzała, że się zabije? Kto nie zna chłopaka, który marzył o zamordowaniu konkurenta do sympatii dziewczyny? Na szczęście w większości takich przypadków, na głupim gadaniu się skończyło. Niestety ta reszta powoduje, że nie wolno takiego gadania lekceważyć. Mimo to pojawia się pytanie: Gdzie leży granica wolności w snuciu nawet makabrycznych wizji, po której przekroczeniu do naszego domu wkroczy policja i sąd rozliczy nas z naszych myślozbrodni? A podobno każdemu wolno marzyć.

MOIM ZDANIEM

**ŁUKASZ ŻYGADŁO**
publicysta



# *Kasa na kampanię*

W 2022 roku Marcin Kierwiński, wówczas poseł opozycji, krytykował finansowanie kampanii PiS przez osoby związane ze spółkami kontrolowanymi przez tę partię. Tymczasem rok później ponad dwie trzecie wpłat na jego własną kampanię pochodziło od osób związanych ze spółkami i instytucjami zależnymi od Platformy Obywatelskiej.

Nie chodzi o legalność tych wpłat, lecz o wiarygodność głoszonych zasad. Trudno bowiem przekonująco występować w roli reformatora politycznych obyczajów, gdy samemu korzysta się z mechanizmów, które jeszcze niedawno były przedmiotem własnego oburzenia.

Polska polityka od lat przypomina teatr, w którym zmieniają się aktorzy, ale sztuka pozostaje ta sama. Kolejni bohaterowie wchodzą na scenę z obietnicą podniesienia standardów, po czym odkrywają zaskakujące zalety zwyczajów pozostawionych przez poprzedników.

Najwyraźniej niektórym politykom znacznie łatwiej przychodzi potępianie cudzych przywilejów niż rezygnowanie z własnych. I może właśnie dlatego tak niewiele zmienia się w Polsce po kolejnych wyborach. Zbyt często bowiem przedmiotem politycznego oburzenia nie jest sama praktyka, lecz fakt, że korzysta z niej jeszcze ktoś inny.

MOIM ZDANIEM

**MAREK MAZURKIEWICZ**
publicysta



# *Daremne karmienie próżności*

Dlaczego spawaczom kazano wzmocnić trybunę na placu Czerwonym? Bo Breżniew dostał kolejną gwiazdę Bohatera Związku Radzieckiego i z orderami waży już ćwierć tony. To jeden z rozlicznych żartów z czasów „słusznie minionych", kiedy ironią społeczeństwa „uszczęśliwiane" komunistycznym ustrojem odreagowywały absurdy otaczającej rzeczywistości.

W wielu dosadnych żartach o życiu w bloku wschodnim główną rolę odgrywał Leonid Breżniew, wieloletni przywódca Związku Radzieckiego. Znany był on ze szczególnego zamiłowania do odznaczeń i nagród, które hojnie przyjmował lub sobie nawet sam przyznawał. Jego próżność wykorzystywali nie tylko najbliżsi współpracownicy, ale i przywódcy krajów bloku wschodniego, próbując go obłaskawiać najwyższymi państwowymi odznaczeniami. Edward Gierek odznaczył go nawet orderem Virtuti Militari.

Amerykańska publicyści już podczas pierwszej prezydentury Donalda Trumpa dostrzegli podobieństwa charakteru i upodobań prezydenta USA do dawnego przywódcy ZSRR. Trump wręcz domagał się przyznania mu Pokojowej Nagrody Nobla, a gdy jej nie dostał, w sukurs pospieszył mu szef FIFA Gianni Infantino, obdarowując go naprędce stworzoną nagrodą pokoju. Na 80. urodziny Karol Nawrocki przekazał amerykańskiemu prezydentowi bursztynowy „tron", ale jego wdzięczności Trumpa nim nie zaskarbił, skoro ten woli być przyjacielem Putina. Sojuszniczej lojalności najwyraźniej karmieniem próżności nie da się kupić.

eprasa.pl 820f131346

# STOPKLATKA



FOT. PAP/MARCIN OBARA

↑

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



FOT. PAP/EPA/FILIP SINGER

↑

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

→

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



FOT. PAP/EPA/IGOR MASLOV



FOT. EAST NEWS

←

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

MATERIAŁ INFORMACYJNY PGE

0011617188

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

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




### Młoda Polska idealna dla młodych

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

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

### Twórczość, której nie zastąpią algorytmy

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

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

### Kto może wziąć udział w konkursie?

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

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

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

### Nagroda, która pozwala spotkać się ze sztuką

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

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

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

eprasa.pl 820f131346

SPOŁECZEŃSTWO

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

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

Agaton Koziński

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

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

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

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

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

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

**Jak bardzo?**

Pod względem komunikacji polityka zaczęła przypominać jazdę samochodem. Zawodowi kierowcy zwykle nie jeżdżą zbyt szybko, ale pilnują, żeby silnik cały czas pracował na dość wysokich obrotach – po to, żeby w każdej chwili mogli przyspieszyć i móc wykonać konieczny na drodze manewr. Bardzo podobnie zachowują się politycy. Też pilnują, by polityczne emocje całkiem nie wystygły. Utrzymują wyborczy silnik tak, żeby móc wejść na maksymalne obroty w kampanii.

**I to przyniosło efekt mobilizacyjny.**

Tak. Ale też przyniosło ze sobą dwa inne nieznane wcześniej efekty. Pierwszy – bardzo wzmocniło polaryzację. Wcześniej partie po prostu rywalizowały ze sobą. Dziś ze sobą zaciekle walczą, to jest właśnie ten manicheizm naszej polityki, o którym przed chwilą mówiłem. I drugi – sprawiło, że polityka stała się bardziej nieprzewidywalna. Obecnie właściwie do dnia wyborów nie wiemy, kto weźmie w nich udział, jak dużo osób pójdzie zagłosować. Trudno też wyczuć, na kogo padną głosy. Oczywiście, wyborcy zdecydowani w zdecydowanej większości już dzisiaj wiedzą, na kogo zagłosują w październiku przyszłego roku. Ale zawsze jest pewna grupa wyborców, która do ostatniej chwili nie wie, na kogo zagłosuje – i zwykle to ta grupa przesądza o tym, kto ostatecznie wygrywa wybory.

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

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

**Jak to wpłynęło na naszą politykę?**

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

**Czy dzięki kobietom nasza polityka staje się lepsza?**

Na pewno inna. Pokazują to chociażby badania Polskiego Generalnego Studium Wyborczego. Wynika z nich, że kobiety lepiej odnajdują się w podziale na lewicę i prawicę. One łatwiej się identyfikują na tej osi. Dawniej kobiety zwyczajnie nie umiały wskazać, czy mają prawicowe czy lewicowe poglądy. Dziś to robią bez problemu.

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

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

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

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

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

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

**Właśnie. Dlaczego?**

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

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

Raczej to efekt tego, że w ocenie kobiet prawica

REKLAMA 3111516965




eprasa.pl 820f131346

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

**A uniwersytety w Polsce są raczej lewicowe niż prawicowe.**

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

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

To przede wszystkim pochodna tego, że specjaliści od kampanii za każdym razem szukają sposobu na zmobilizowanie nowych wyborców. Dostrzegli, że ludzie młodzi najrzadziej głosują – i szukają skutecznych metod, by ich zmobilizować. Dostrzegli, że młode kobiety mają inne poglądy niż młodzi mężczyźni – i grają tą kartą.

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

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



FOT. 123RF

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

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

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

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

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

**Jak ta asymetria kształtowała podziały w Polsce?**

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

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

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

**Jak rozumieć ten skrót myślowy?**

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

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

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

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

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

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

Tak, to gigantyczna zmiana cywilizacyjna, która teraz zachodzi w świecie zachodnim, także w Polsce.

**Kto się w tym lepiej odnajduje?**

Wydaje się, że kobiety.

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

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

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

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

eprasa.pl 820f131346

PUBLICYSTYKA

# Dziel i rządź. Polska wpadła w to dawno

Istnieje pewna ponura opowieść o człowieku, który znalazł niezwykle skuteczny sposób wykorzystania natury przeciwko niej samej. Wrzucił do wyschniętej studni martwą świnię, a następnie wpuścił tam szczury. Początkowo zwierzęta miały pod dostatkiem pożywienia.

**Łukasz Żygadło**

Kiedy jednak zabrakło padliny, głód okazał się silniejszy od instynktu nakazującego im żyć obok siebie. Zaczęły pożerać się nawzajem. W końcu pozostał tylko jeden szczur. Człowiek wydobył go ze studni i wypuścił, by ten atakował zwierzęta niszczące jego uprawy. Nie musiał już sam z nimi walczyć. Wystarczyło, że wcześniej stworzył warunki, w których agresja stała się sposobem przetrwania.

Nie sposób traktować tej opowieści jako wiarygodnego opisu zachowania zwierząt. Jest jednak przejmującą metaforą pewnej metody sprawowania władzy, znanej ludzkości od stuleci. Jej istotą jest takie urządzenie świata, aby ludzie, zamiast przyglądać się poczynaniom rządzących, całą swoją energię poświęcali walce między sobą. Najważniejszą postacią tej historii nie jest bowiem żadne ze zwierząt. Jest nią człowiek stojący nad studnią.

Divide et impera – dziel i rządź. Ta stara maksyma polityczna przetrwała upadek imperiów, rewolucje, narodziny demokracji i nadejście epoki internetu. Zmieniały się narzędzia, lecz mechanizm pozostawał zadziwiająco podobny. Społeczeństwo podzielone, skłócone i zajęte wewnętrznymi konfliktami ma znacznie mniej siły, by patrzeć władzy na ręce. Rządzący nie muszą nawet przekonywać obywateli o własnej doskonałości. Wystarczy, że przekonają ich o niegodziwości przeciwników.

Polska polityka dostarcza aż nadto materiału do rozważań nad tym mechanizmem. Przez lata różnice światopoglądowe, odmienne wizje gospodarki i spory o kierunek rozwoju państwa coraz częściej ustępowały miejsca konfliktowi o charakterze niemal plemiennym. Przeciwnik polityczny przestawał być człowiekiem, który inaczej rozumie dobro wspólne. Stawał się kimś, komu odmawiano prawa do definiowania tego dobra. Z czasem nie wystarczało już głosować inaczej. Trzeba było również inaczej oceniać rzeczywistość, pamiętać historię, czytać wiadomości, a nawet dobierać znajomych.



FOT. SYLWIA DĄBROWA, ADAM JANKOWSKI/POLSKA PRESS

**Politycy wiedzą, że część wyborców będzie ich bronić niezależnie od jakości sprawowanych rządów, ponieważ przyznanie racji przeciwnikowi stało się dla tych ludzi niemal osobistą porażką.**

Najbardziej przejmujące jest to, że politycy nie muszą już uczestniczyć w każdej awanturze. Wystarczy rzucić kilka słów, wskazać przeciwnika, podsunąć odpowiednio sugestywną interpretację wydarzeń. Resztę wykonują sami obywatele. W internecie, przy rodzinnym stole, w miejscu pracy. Ludzie, którzy mają podobne problemy, płacą podatki do tego samego budżetu i czekają w kolejkach do tych samych lekarzy, potrafią traktować się jak przedstawiciele wrogich państw. Tymczasem ci, w których imieniu toczą swoje wojny, nie ponoszą osobistych kosztów tych konfliktów.

Nie trzeba przy tym zakładać istnienia wielkiego, starannie przygotowanego planu. Polaryzacja może być rezultatem zwykłej politycznej kalkulacji, rywalizacji o uwagę i powtarzania metod, które przynoszą wyborcze korzyści. Media społecznościowe dodatkowo premiują emocje. Oburzenie rozchodzi się szybciej niż rzeczowy argument, a pogarda bywa znacznie bardziej widowiskowa niż próba zrozumienia drugiego człowieka. W takim otoczeniu politykowi łatwiej zdobyć uwagę jednym złośliwym zdaniem niż rzetelnym sprawozdaniem z czterech lat pracy.

Prawdziwe niebezpieczeństwo zaczyna się jednak wtedy, gdy wyborca przestaje wymagać od własnego obozu tego, czego bezwzględnie domaga się od przeciwników. Rozrzutność jednych jest skandalem, rozrzutność drugich – koniecznością. Niespełniona obietnica przeciwnika dowodzi jego nieuczciwości, niespełniona obietnica własnego ugrupowania znajduje usprawiedliwienie w okolicznościach. Nawet przyzwoitość zaczyna podlegać osobliwemu systemowi partyjnych rabatów.

W ten sposób politycy mogą otrzymać coś znacznie cenniejszego niż wysokie poparcie. Otrzymują przyzwolenie. Wiedzą, że część wyborców będzie ich bronić niezależnie od jakości sprawowanych rządów, ponieważ przyznanie racji przeciwnikowi stało się dla tych ludzi niemal osobistą porażką. Znika najważniejszy mechanizm demokratycznej kontroli, gotowość obywatela do wycofania poparcia, kiedy zostaje zawiedziony.

Wyborca nie podpisuje z partią polityczną aktu małżeństwa. Powierza jej na określony czas zarządzanie częścią swojego majątku, bezpieczeństwem i przyszłością swoich dzieci. Ma prawo pytać, sprawdzać, rozliczać, a przede wszystkim zmieniać zdanie. Nie jest niczyim podwładnym. To politycy powinni zabiegać o jego zaufanie, nie on o ich uznanie.

Warto zauważyć, jak wiele spraw, które rzeczywiście powinny łączyć Polaków, ginie w tym nieustannym zgiełku. Rosnące zadłużenie państwa, kondycja ochrony zdrowia, bezpieczeństwo energetyczne, przyszłość systemu emerytalnego czy jakość edukacji nie są problemami wyłącznie prawicowych albo lewicowych rodzin. Odsetki od długu publicznego nie zostaną umorzone obywatelowi dlatego, że głosował na właściwą partię. Choroba nie sprawdzi jego poglądów, zanim zaprowadzi go do szpitala. A jego dzieci odziedziczą skutki dzisiejszych decyzji niezależnie od tego, komu kibicowali ich rodzice.

Społeczeństwo nie musi być jednomyślne. Jednomyślność jest zresztą w demokracji czymś podejrzanym. Potrzebujemy różnic, sporów i ludzi gotowych kwestionować powszechnie przyjęte przekonania. Istnieje jednak zasadnicza różnica między sporem o państwo a walką, w której państwo staje się zakładnikiem sporu. Można nie zgadzać się z sąsiadem w niemal każdej kwestii politycznej, a mimo to wspólnie domagać się uczciwości od ludzi sprawujących władzę.

Być może właśnie tego najbardziej brakuje współczesnej Polsce, solidarności obywateli wobec polityków. Nie solidarności polegającej na wspólnym głosowaniu, lecz na wspólnym egzekwowaniu standardów. Jeżeli coś jest niedopuszczalne w wykonaniu przeciwnika, powinno pozostać niedopuszczalne również w wykonaniu człowieka, którego sami wynieśliśmy do władzy. W przeciwnym razie bronimy już nie zasad, ale ludzi, którym pozwoliliśmy te zasady dowolnie interpretować.

Żaden polityk nie jest wart zerwanej przyjaźni, wieloletniego rodzinnego milczenia ani pogardy wobec drugiego człowieka. Politycy zmieniają partie, zawierają nieoczekiwane sojusze, godzą się z dawnymi przeciwnikami i odnajdują wspólny język, kiedy wymaga tego ich interes. Obywatelom pozostają niekiedy rany po konfliktach, których inicjatorzy zdążyli już dawno zapomnieć, o co właściwie poszło.

Najwyższy czas odzyskać luksus samodzielnego myślenia. Umieć przyznać rację przeciwnikowi i odmówić jej własnemu faworytowi. Nie pozwalać, by polityczna sympatia zastępowała sumienie, a partyjna przynależność rozstrzygała o tym, co jest prawdą.

Wróćmy na koniec do opowieści o studni. Jej najbardziej przerażającym elementem jest to, że człowiek stojący na powierzchni nie musiał uczestniczyć w walce, którą sam wywołał. Obserwował ją z bezpiecznej odległości i czekał na korzyści. Może więc warto, zamiast kolejny raz rzucać się sobie do gardeł, podnieść głowę i spojrzeć, kto stoi nad studnią. I komu właściwie służy to, że wciąż nie potrafimy z niej wyjść.

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011606406

Mondelēz International
SNACKING MADE RIGHT

MONDELEZ INTERNATIONAL
I BURMISTRZYNI BRZEGU
VIOLETTA JASKÓLSKA-PALUS
ZAPRASZAJĄ NA

BRZEG

# ŚWIĄTECZNĄ ILUMINACJĘ 2026

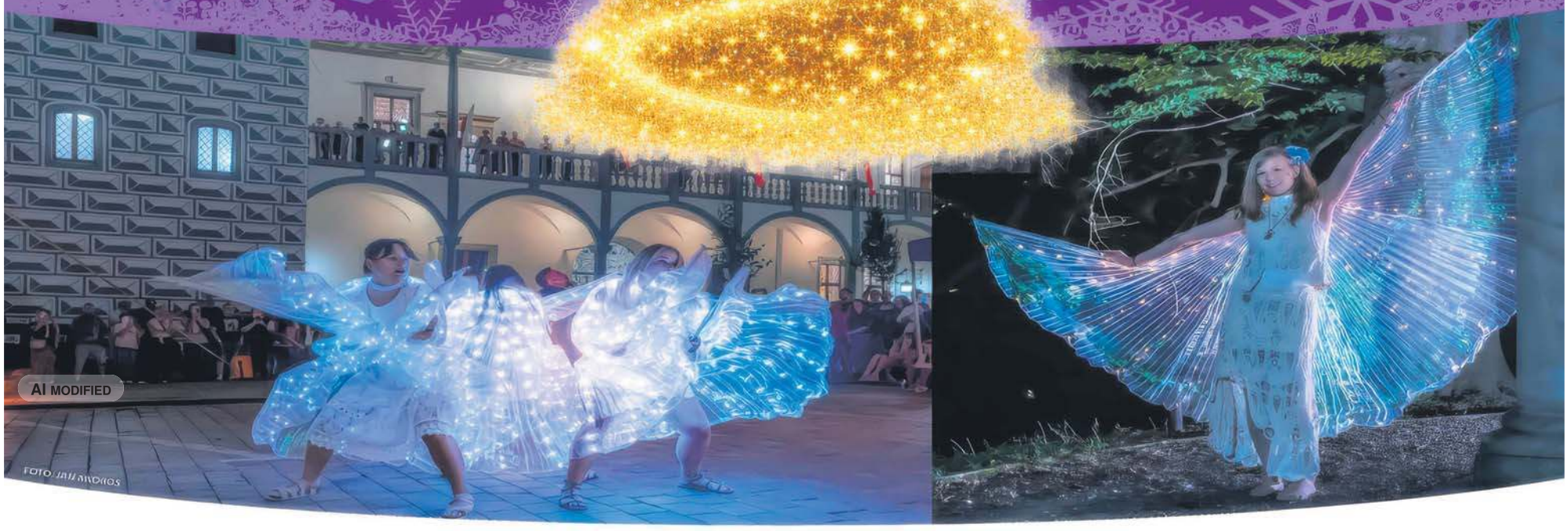
której towarzyszyć będą
**BRZESKIE ANIOŁY**

W programie moc atrakcji
dla małych i dużych:

- animacje Teatru Elfów
- pokazy BRZESKICH ANIOŁÓW
- Parada Motocyklowych Mikołajów
- warsztaty tworzenia świątecznych aniołów
- występy lokalnych artystów
- zabawy z misiem Lubisiem i krówką Milki – Lilą
- konkursy dla najmłodszych i słodkie degustacje

5 grudnia 2026
godz. 14:00
plac Polonii Amerykańskiej
(przed BCK)

www.swiatecznailuminacja.pl




PATRON: BRZEG
ORGANIZATOR: BCK
PATRONI MEDIALNI: Radio Park, TVP 3 Opole, nto, wyborcza.pl Opole, Brzeg24.pl, Panorama, Przegląd Brzeski, radio DOXA
SPONSOR: Mondelēz International SNACKING MADE RIGHT

eprasa.pl 820f131346

BEZPIECZEŃSTWO

# Uczennica z Opolszczyzny planowała masakrę w szkole. Rozpisała każdy detal

Nastolatka wybrała konkretną datę, a na przygotowania, m.in. skonstruowanie bomby, zarezerwowała sobie długie miesiące. W tym czasie skrupulatnie wszystko rozpisywała. Tragedii zapobiegła reakcja jej rówieśników. Ta historia odsłoniła przed śledczymi porażającą prawdę: dzieci snujących podobne fantazje są setki. One są jak bomba z opóźnionym zapłonem.

**Mirela Mazurkiewicz**

Sprawa wyszła na jaw krótko przed tym, jak całą Polskę zelektryzowały wydarzenia w szkołach na Mazowszu. Na początku października w Ostrołęce 19-letni uczeń Zespołu Szkół Zawodowych nr 4 zaatakował nożem na terenie placówki i w jej okolicy. Łącznie ranił 9 osób. Wśród poszkodowanych byli uczniowie, nauczyciele i osoby postronne. Napastnik zostawił plecak z dymiącym ładunkiem wybuchowym domowej roboty. Świadkowie w porę wyrzucili pakunek przez okno.

Tego samego dnia rano policja zatrzymała w Sierpcu 17-latka na krótko przed planowanym przez niego atakiem w szkole. Zabezpieczono przy nim dwa noże. Służby zaalarmował nauczyciel, do którego dotarły sygnały od zaniepokojonych uczniów.

Dzień później atak zakończył się tragedią. W powiecie wyszkowskim 15-letni były uczeń wszedł do szkoły podstawowej i zaatakował nożem pracowników. 37-letnia woźna zginęła, a ranni zostali nauczycielka oraz dyrektor, który obezwładnił napastnika.

Po kolejnych dwóch dniach dramatyczne sceny rozegrały się w Warszawie. 21-letnia uczennica szkoły dla dorosłych ruszyła z nożem na trzy młode kobiety - dwie 17-latki i 24-latkę. Została szybko rozbrojona i zatrzymana przez policję.

## Mroczne sekrety Zuzanny

Zuzanna (imię zmienione) jest uczennicą szkoły podstawowej w jednym z miast powiatowych na Opolszczyźnie. Policjanci weszli do jej domu krótko przed tymi wydarzeniami. Wiele wskazuje na to, że tragedii udało się zapobiec dzięki czujności rówieśników nastolatki.

- Oni o niepokojących planach poinformowali wychowawczynię, skutkiem czego było zawiadomienie organów ścigania – potwierdza prokurator Stanisław Bar, rzecznik prasowy opolskiej prokuratury.

Jak ustaliła reporterka nto, dziewczynka miała rozrysowany plan szkoły oraz kilka stron odręcznych notatek, w których opisała swoje zamiary. Chciała między innymi przygotować domowej roboty bombę i zdetonować ją w szkole. W internecie szukała informacji na temat tego, jak taki ładunek zrobić. Na planie szkoły oznaczyła konkretne miejsce z podpisem „tu będzie bomba".

Dziewczynka realizację makabrycznego planu rozłożyła na wiele miesięcy. Był on bardzo konkretny, rozpisany minuta po minucie.

- To było fantazjowanie o masowym zabijaniu – mówi nam wprost osoba znająca kulisy tej sprawy.

Obmyślony przez uczennicę plan działania był metodyczny. Zamierzała pod konkretnym pretekstem doprowadzić do zbiegowiska, które zgromadziłoby jak najwięcej osób, co miało skutkować większą liczbą ofiar. W swoich działaniach zamierzała wykorzystać również wiatrówkę zabraną ojcu.

## Nie lubi ludzi, lubi „Dextera"

Dziewczyna nie wyróżniała się wcześniej na tle rówieśników. Nic nie wskazywało na to, aby miała problemy w relacjach, choć koleżanki i koledzy zwrócili uwagę, że po wakacjach wróciła do szkoły bardziej wycofana. Dlaczego nastolatka snuła tak makabryczne plany? Wszystko wskazuje na to, że nie dla rozgłosu. Gdy sprawa wyszła na jaw, miała powiedzieć, że nie lubi ludzi, ale za to lubi oglądać „Dextera". Tytułowy bohater amerykańskiego serialu to socjopata z niepohamowaną potrzebą zabijania, który za dnia pomaga policji w Miami łapać przestępców, a nocą sam wymierza im sprawiedliwość jako seryjny morderca polujący na zabójców, którzy uniknęli kary.

**Obmyślony przez uczennicę plan działania był metodyczny. Zamierzała doprowadzić do zbiegowiska, które zgromadziłoby jak najwięcej osób, co miało skutkować większą liczbą ofiar**

Jak ustaliliśmy, bliscy nastolatki – gdy sprawa wyszła na jaw – nie mogli uwierzyć, by była ona zdolna do przygotowywania masakry w szkole. Nie przekonały ich nawet dowody w postaci zapisków. W ich ocenie były to nieprzemyślane fantazje, za którymi nie miały iść czyny.

- To, czy i na ile nasze dzieci będą mogły czuć się bezpiecznie w szkołach, zależy przede wszystkim od nas. Apele o to, by zainteresować się tym, co nasze pociechy robią w sieci, są powtarzane do znudzenia, dlatego wielu puszcza je mimo uszu. Podświadomie zakładają, że ich dziecko nie byłoby zdolne do takich rzeczy – mówi nam osoba znająca okoliczności tej sprawy. - Gdy dzieciaki przechodzą od fantazji do czynów, to staje się dramatem zarówno rodzin ofiar, jak i rodziny sprawcy, dlatego przymykanie oka jest proszeniem się o katastrofę. W przypadku Zuzanny czujność rówieśników i to, że szkoła nie zbagatelizowała takiego sygnału, zapobiegły potwornej tragedii.

- Osoby nieletnie, a więc od ukończenia 13. do ukończenia 17. roku życia, nie odpowiadają za popełnienie przestępstw, lecz czynów karalnych. Dlatego materiały w tej sprawie zostaną przesłane do sądu rodzinnego – mówi prokurator Stanisław Bar, rzecznik opolskiej prokuratury.

Najsurowszą konsekwencją, jaka grozi uczennicy w tym przypadku, jest umieszczenie w zakładzie poprawczym do czasu ukończenia przez nią 21. roku życia.

## Setki nastolatków fantazjują o zabijaniu

Wszystko wskazuje na to, iż sprawa Zuzanny to tylko wierzchołek porażającej góry lodowej. Śledczy dotarli do osób, z którymi kontaktowała się dziewczyna.

REKLAMA 0011608938

WKŁADKA MASUJĄCA DO STÓP



55 LAT TRADYCJI

ZADBAJ O KOMFORT KAŻDEGO KROKU!

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

Poznaj produkt i jego możliwości!

Zadzwoń do nas i poproś o bezpłatny katalog:

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

eprasa.pl 820f131346

Wśród nich był nastoletni Tobiasz (imię zmienione), mieszkający w innej części Polski. Chłopiec miał przygotowaną listę osób, które chciał zabić, a na niej nazwiska m.in. koleżanek, kolegów i nauczycieli. Z relacji nastolatka wynika, że rówieśnicy wyśmiewali się z niego i uprzykrzali mu życie, wymieniając się jego zdjęciami na grupach tworzonych za pomocą komunikatorów. Na swojej liście śmierci oznaczył osoby, które szczególnie dały mu się we znaki. Po wszystkim chłopiec planował odebrać sobie życie.

Co łączy Zuzannę i Tobiasza? Wirtualna rzeczywistość, która może przynieść dramatyczne skutki w życiu codziennym. Z ustaleń śledczych wynika, że nastolatkowie kontaktują się ze sobą i dzielą porażającymi fantazjami za pomocą mediów społecznościowych - tych, o których istnieniu ich rodzice doskonale wiedzą i uważają, że jedynym zagrożeniem dla ich pociech jest marnowanie czasu na oglądanie krótkich filmików, często o mało wyszukanej treści.

Prawda na temat utworzonej tam grupy jest dużo bardziej szokująca. Dostanie się do niej jest skomplikowane, ponieważ wprowadzenie nowej osoby wymaga



FOT. KOLAŻ ŁB

**Chłopiec przygotował listę osób, które chciał zabić, a na niej nazwiska m.in. koleżanek, kolegów i nauczycieli.**

polecenia przez osobę, która w niej już jest. To swoisty rodzaj poręczenia, że kandydat został sprawdzony. Tobiasz zrelacjonował śledczym, że grupa, której był członkiem, zrzeszała 300 osób z całego świata, w tym 20 z Polski. Są ślady, które – w ocenie osób pracujących nad sprawą - mogą wskazywać na to, że młodzi ludzie są manipulowani przez dorosłych, którzy robią z nich „maszyny do zabijania".

Sprawą Zuzanny zajmie się sąd rodzinny. Prokuratura prowadzi natomiast śledztwo dotyczące grupy, w której dziewczyna poznała innych nastolatków.

- Toczy się ono w kierunku przygotowania do zbrodni zabójstwa oraz przygotowania do spowodowania zdarzenia zagrażającego życiu i zdrowiu wielu osób oraz mieniu w wielkich rozmiarach - mówi prokurator Stanisław Bar. – Oprócz tego badamy kwestię inspirowania członków grupy funkcjonującej w mediach społecznościowych do popełnienia takich czynów, a więc w grę wchodzi podżeganie. Nie wykluczamy, że stoi za tym osoba pełnoletnia.

Jak dodaje rzecznik, w związku ze sprawą przeprowadzono przeszukania w sześciu miejscach w różnych częściach Polski.

**Jeśli przeżywasz trudności** i myślisz o odebraniu sobie życia lub chcesz pomóc osobie zagrożonej samobójstwem, pamiętaj, że możesz skorzystać z bezpłatnych numerów pomocowych:

800 12 12 12 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka (całodobowo)

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży (całodobowo)

800 70 2222 – Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym (całodobowo)

116 123 – Kryzysowy Telefon Zaufania dla dorosłych

112 – numer alarmowy w sytuacjach zagrożenia życia lub zdrowia.

©℗

REKLAMA 0011617357

GROTRANS

Łany, ul. Szkolna 24, 47-253 Cisek
www.grotrans.pl, tel. 77 487 50 38



Paliwa - olej opałowy i napędowy
Hurt olei mineralnych

Zapraszamy na nasze stacje

NOWA STACJA 24H
PIETNA
ul. Krapkowicka 2
tel. 774 749 568

OPOLE
ul. Oleska 133
tel. 504 245 378

STRZELCE OPOLSKIE
ul. Pl. Targowy 4
tel. 504 245 512

WODZISŁAW ŚLĄSKI
ul. Pszowska 307
tel. 504 245 334

SZONOWICE
ul. Słowackiego 32
tel. 32 410 65 93

TOSZEK
ul. Gliwicka 1B
tel. 32 233 44 50

KORZONEK
ul. Gliwicka 31
tel. 504 245 299

LĘDZINY
ul. Pokoju 1
tel. 32 216 40 35

ZĘBOWICE
ul. Opolska 38
tel. 77 421 61 02

ROSZOWICKI LAS
ul. Kochanowskiego 79
tel. 77 4871 191

Dobry Dostawca - Najlepsze Paliwa

REKLAMA 0011618433

FHU UNIVERS

Serwis urządzeń gazowych
Instalacje c.o., wod.-kan., gazowe
Montaż i serwis pomp ciepła

Firma Handlowo-Usługowa
UNIVERS Piotr Puzio
ul. Łukasiewicza 47B/2
47-200 Kędzierzyn-Koźle
serwis.univers@interia.pl
https://serwisunivers.com.pl

Firma Handlowo-Usługowa
UNIVERS Piotr Puzio
ul.Batorego 38A
48-200 Prudnik
Tel. 774369061/ 774361156
602114976



JUNKERS termet ARISTON Ferroli BOSCH
Buderus BIAWAR BRÖTJE HEIZUNG Beretta Unical

eprasa.pl 820f131346

**MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI**

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

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




Anita Czupryn

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

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

**W internecie znajdziemy prostsze wytłumaczenie?**

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

**Które fałszywe informacje o zdrowiu najbardziej pana dziś niepokoją?**

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

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

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

**Albo, że coś przed nami ukrywają.**

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

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

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

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

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

**Co odróżnia takie wybieranie wyników od korzystania z wiedzy naukowej?**

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

eprasa.pl 820f131346

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

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

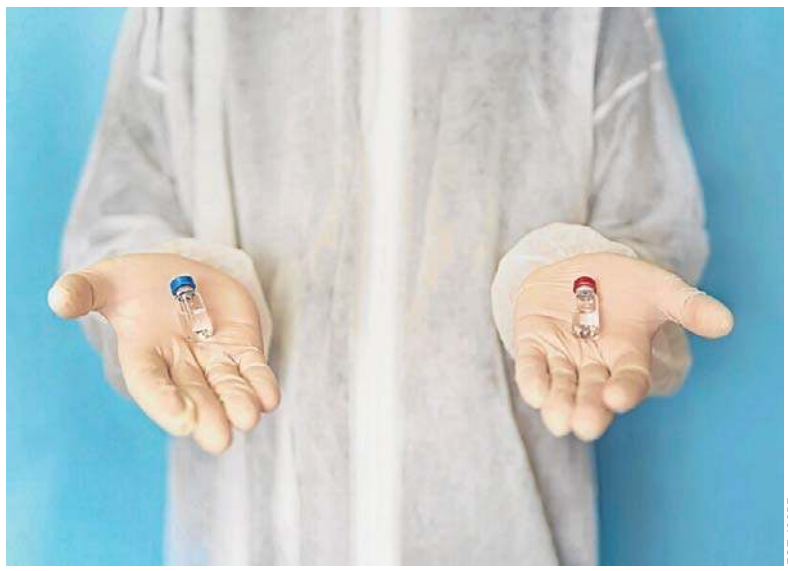
Współrealizowaliśmy wspólnie z CMKP, SWPS i ALK duży projekt MedFake, dotyczący budowania zaufania do szczepień. Był on finansowany przez NCBR, ale zamawiany przez Ministerstwo Zdrowia. Badaliśmy między innymi osoby w wieku 15-39 lat. Niezwykle ciekawe było dla mnie to, że osób o ugruntowanych poglądach,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

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

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

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

Od uważnego wysłuchania, czego się dokładnie boi i na czym opiera swoje obawy. W ramach projektu jeździliśmy po Polsce i rozmawialiśmy z lekarzami i pielęgniarkami pracującymi w punktach szczepień, do których pacjenci zgłaszają takie wątpliwości. Przygotowaliśmy na tej podstawie rekomendacje. Jeżeli od razu zakwestionujemy obawy rodzica, przedstawili, był taki, że unikanie szczepienia jest przez te osoby postrzegane jako forma dbania o zdrowie dziecka. Uważają, że szczepienie jest na tyle niebezpieczne, iż bezpieczniej go uniknąć. Jeżeli nie zrozumiemy tej perspektywy, trudno będzie rozmawiać. Nie łudźmy się też, że przekonania utrzymywane przez lata zmienimy podczas pierwszego spotkania. Z rozmów z personelem medycznym wynikało, jak ważne jest, żeby rodzic poczuł się potraktowany poważnie, bez stygmatyzowania: „O, przyszedł antyszczepionkowiec". To człowiek, który ma swoje obawy i z którym można o nich porozmawiać. Jeśli nie uda się go przekonać za pierwszym razem, nie należy robić tego na siłę. Trzeba zostawić przestrzeń na kolejne spotkanie, kolejną rozmowę. Czasem właśnie w ten sposób udaje się te osoby przekonać.



FOT. 123RF

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

powiemy, że nie mają sensu, bo dane naukowe pokazują coś innego, a nie wysłuchamy, o co mu chodzi, możemy zamknąć drogę do porozumienia. Bywało, że po dobrze przeprowadzonej rozmowie może nie udawało się wykonać szczepienia na pierwszej wizycie, ale dzięki kolejnym rozmowom było to możliwe przy drugim czy trzecim podejściu. Trzeba zrozumieć ludzkie lęki i rozmawiać prostym językiem. Jeżeli zaczynamy od terminologii medycznej i samych danych statystycznych, trudno o porozumienie. Tymi osobami często kieruje troska o dziecko.

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

Nasi koledzy z Akademii Leona Koźmińskiego badali środowiska antyszczepionkowe. Jeden z ważniejszych wniosków, które nam

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

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

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

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

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

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

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

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

eprasa.pl 820f131346

HISTORIA

# Rodzina Mickiewiczów

Genezę geniuszu Adama Mickiewicza próbowali zdefiniować nie tylko myśliciele i romantyczni poeci, ale też satyrycy tak utalentowani jak choćby Marian Hemar. Próbowali to też ustalić oficerowie WP.




Prof. Stanisław Sławomir Nicieja




FOT. ARCHIWUM AUTORA

Tableau Mickiewiczów, przechowywane w Muzeum Literatury. W środku Adam z żoną – Celiną.




FOT. ARCHIWUM AUTORA

Nagrobek Aleksandra Mickiewicza, brat Adama, na cmentarzu w Kobryniu na Białorusi (stan obecny).

## Oficerska diagnoza geniuszu Mickiewicza

Niezależnie od persyflażowej, oprawionej w ładny kształt literacki diagnozy wyrażonej w wierszu Hemara o genezie geniuszu Mickiewicza oraz dużo poważniejszej sugestii Stanisława Cata-Mackiewicza istniała też diagnoza oficerska. Bardzo dowcipnie wyraził ją ppłk Tadeusz Machalski (1893-1983) – urodzony w Wiedniu, wykształcony w austriackich szkołach wojskowych, obrońca Lwowa z 1918 roku, w latach 1929-1936 dowódca pułku ułanów w Baranowiczach, po wojnie, na emigracji w Londynie, awansowany do stopnia generała.

Duch Mickiewicza – wspominał Machalski – patronował też jeździe na ćwiczeniach pod spalonymi do cna Tuhanowiczami. Ocalał tam tylko park z utworzoną z ośmiu lip altaną, w której pachniało niemal miłosnymi westchnieniami. Wypoczywający oficerowie rozważali więc kwestię „Uległa Maryla Adamowi, czy nie?". Było nas aż pięciu dowódców pułków kawalerii, a więc speców nie lada i ludzi doświadczonych. Spodziewano się ożywionej debaty, ale wszyscy razem orzekli jednogłośnie, że nie, bo gdyby uległa, to Mickiewicz miałby lepsze rzeczy do roboty i nie marnowałby czasu na pisanie wierszy. Ponieważ jednak nie uległa, Mickiewicz męcząc się w czasie samotnych nocy, trawiony ogniem niezaspokojonego pożądania, ból swój, tęsknotę i cały żar swej miłości przelewał na papier, tworząc wiersze, które potem w tej oto altanie, w płomiennym uniesieniu odczytywał swojej bogdance, by skruszyć jej opór. Dziewiczej skromności Maryli literatura nasza zawdzięcza najpiękniejsze sonety Mickiewicza. Nie były to dociekania i wywody profesorów literatury, do czego nie mieliśmy pretensji, ale ułańska diagnoza.

Sądzę, że dotychczas nikomu się nie udało i nie uda najbardziej zbliżyć do prawdy w tym miłosnym węźle gordyjskim, który objawił się w tak pięknym literackim kształcie. I chyba nie ma potrzeby dociekać, jak to było naprawdę.

## Rodzice i bracia Adama Mickiewicza

O Adamie Mickiewiczu powstała literatura, której prawie nie sposób ogarnąć i policzyć – są to tysiące artykułów, rozpraw i setki książek. Sam Jarosław Marek Rymkiewicz poświęcił twórczości i rezonansowi wszelkich działań pozaliterackich Mickiewicza sześć tomów. Na tym tle historia rodziny twórcy „Pana Tadeusza" ma nikłe miejsce w polskiej historiografii. Dotychczas najgłębiej wniknęli w rodzinne konotacje wieszcza prof. Zbigniew Sudolski, Jerzy Sobczak i Maria Wrzeszcz. Oto co dotąd zdołali ustalić genealodzy Mickiewicza.

Ród Mickiewiczów miał swoją wielopokoleniową kolebkę na głębokiej prowincji litewsko-białoruskiej. Zamieszkiwali w powiecie lidzkim, a później nowogródzkim. Byli szlachecką rodziną pieczętującą się herbem Poraj.

Źródła historyczne podają, że ok. roku 1700 Krzysztof Mickiewicz (syn Walentego) przeniósł się z powiatu lidzkiego w okolice Nowogródka i tam przez cztery pokolenia, nie wyróżniając się niczym szczególnym, Mickiewiczowie zarządzali swymi niezbyt zasobnymi folwarkami i połaciami ziemi. Zaliczano ich do szlachty zaściankowej – biednej, ale wyróżniającej się temperamentem i wojowniczymi skłonnościami. Jeden z pradziadów Mickiewicza brał udział w konfederacji dzikowskiej (1734), zawiązanej przez szlachtę w obronie króla Stanisława Leszczyńskiego przeciwko antagonistom, którzy za króla uważali Augusta III Sasa. Dziadek Mickiewicza – Jakub również angażował się politycznie, uczestnicząc w konfederacji barskiej, zbrojnym związku szlachty, która w latach 1768-1772 występowała przeciwko królowi Stanisławowi Augustowi Poniatowskiemu, zarzucając mu, że wyprzedaje niepodległość Polski, schlebiając carycy Katarzynie i otaczając się zdrajcami interesu polskiego i rosyjskimi szpiegami.

O Jakubie Mickiewiczu wiemy niewiele. W jednym ze źródeł został określony jako półanalfabeta, z częściową tylko znajomością pisma. Był na służbie we dworze bogatego szlachcica i tam poznał posażną szlachciankę Teodorę Pękalską, z którą się ożenił. Posag żony wzmocnił materialnie rodzinę. W tym małżeństwie urodził się Mikołaj Mickiewicz (1765-1812) – ojciec przyszłego poety. Wiele wskazuje, że był pierwszym z rodu Mickiewiczów, który w szkołach jezuickich i dominikańskich w Nowogródku uzyskał solidne wykształcenie i posiadł znajomość prawa i dziedzin z nim związanych.

W 1792 roku rozpoczął pracę jako patron i adwokat subsydiów w kancelarii nowogródzkiej. Trzy lata później ożenił się z Barbarą Majewską (1767-1821) – córką Anny z Orzeszków i Mateusza Majewskich. W 1794 roku wziął jako kawalerzysta udział w insurekcji kościuszkowskiej. Przejawiał zainteresowanie poezją i pisywał rymowane wierszyki. Trzeba pamiętać, że w tym czasie zawód adwokata, który wykonywał w Nowogródku, był dość niebezpieczny. Zdarzało się bowiem, że skonfliktowani uczestnicy procesów częstokroć sięgali do rękoczynów. Doświadczał tego Mikołaj Mickiewicz, który kilkakrotnie został pobity przez swoich adwersarzy. Ze swej strony też przejawiał duży temperament polemiczny. W historii nowogródzkiego sądu zapisana została bójka, w której wzięli udział adwokaci ścierających się stron, a Mikołaj Mickiewicz w porywie gniewu podczas jej trwania wyrwał swojemu adwersarzowi – Tadeuszowi Hatowskiemu pęk włosów z głowy. Znana jest też historia z tego sądu, w której głównym poszkodowanym został Mikołaj Mickiewicz. Występując jako adwokat w rozprawie rozwodowej Kornelii z Narbuttów i Józefa Daneyków, został tak pobity przez rodziców rozwódki, że zmuszony był salwować się ucieczką poza Nowogródek. Z innych źródeł wiadomo, że był wielkim miłośnikiem zwierząt i szczycił się tym, że w swoim zwierzyńcu miał oswojonego wilka, lisa i kruka.

Małżeństwo Mikołaja z Barbarą z Majewskich było bardzo udane. Urodziło się w nim pięciu synów, z których najmłodszy – Antoni zmarł w 1810 roku, w wieku pięciu lat.

Mikołaj, który w młodości doświadczył wielkiej biedy (bo mając osiem lat został pełnym sierotą i tylko dzięki stryjowi Bazylemu Mickiewiczowi wysłano go do szkół, aby zyskał zawód dający mu możliwość dobrej egzystencji), wiedział, że jedyną drogą do podniesienia standardu życia rodziny jest wykształcenie. Jako komornik i adwokat miał nikłe zasoby finansowe, toteż imał się różnych sposobów, aby swoich synów wysyłać do najlepszych z dostępnych mu szkół.

Pierworodnym jego synem był Franciszek (1796-1862), który w wieku kilkunastu lat poważnie zachorował i „wstał z łoża boleści z chorobą kości pacierzowej". Choroba ta

„zmieniła pięknego chłopaka w garbatego młodziana". Nie przeszkodziło mu to jednak we wzięciu udziału w powstaniu listopadowym, gdzie w randze oficerskiej współdziałał m.in. z oddziałem, w którym walczyła Emilia Plater, zmitologizowana później w słynnym wierszu „Śmierć pułkownika" przez jego brata – Adama.

Za udział Franciszka w powstaniu rodzina Mickiewiczów straciła rodowe dobra – folwark w Zaosiu i dom w Nowogródku. Franci-

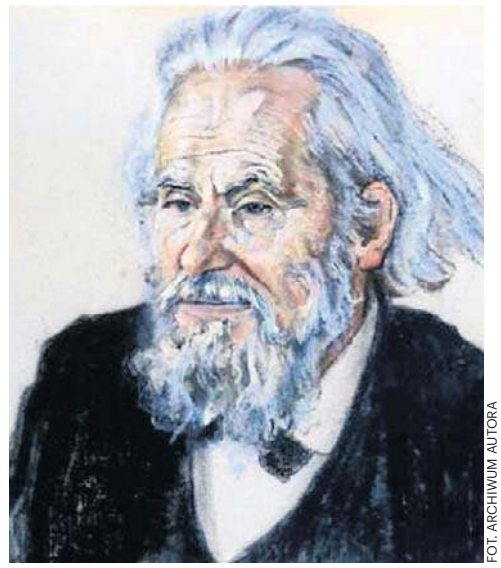
eprasa.pl 820f131346

szek, wykupiony z niewoli pruskiej staraniem m.in. Adama, przybył z Wincentym Polem i trzema innymi oficerami powstańczymi do wsi Łukowo w Wielkopolsce, w powiecie obornickim. Tam też przez krótki czas przebywał jego brat Adam, który niedługo po tym spotkaniu opuścił na zawsze Polskę, udając się na emigrację do Paryża. Przypuszczalnie wówczas, wskutek opowieści brata o kobiecie dowodzącej jednym z oddziałów powstańczych, Adam Mickiewicz napisał miniaturowy poemat mitologizujący Emilię Plater. Franciszek Mickiewicz do końca swego życia cieszył się w Wielkopolsce wielką estymą społeczną i pamięć o nim przetrwała tam do dziś.



FOT. ARCHIWUM AUTORA

**Dom Mickiewiczów w Nowogródku, przedwojenna pocztówka.**



FOT. ARCHIWUM AUTORA

**Władysław Mickiewicz, syn Adama, autor trzytomowej biografii o życiu i twórczości ojca. Akwarela Stanisława Wyspiańskiego, w zbiorach Muzeum Narodowego.**

Adam był drugim synem Barbary i Mikołaja Mickiewiczów. Urodził się w Wigilię 1798 roku, z czym wiązało się jego imię, które otrzymał podczas chrztu w kościele nowogródzkim 12 lutego następnego roku. Wywodząc się z rodziny prawniczej, poznał dobrze kulisy tego zawodu, co znalazło odbicie w jego twórczości. W „Panu Tadeuszu" ze specjalną sympatią przedstawił barwne postacie przedstawicieli zawodów prawniczych: dostojnego Podkomorzego, szanowanego Sędziego Soplicę, nieustannie wadzących się Asesora i Rejenta, a także Protazego – „ostatniego Woźnego Trybunału".

Trzecim z kolei synem Mickiewiczów był Aleksander Julian (1801-1871), który poszedł drogą ojca, kończąc prawo na Uniwersytecie Wileńskim. Z czasem stał się cenionym znawcą jurysdykcji europejskiej i w tym charakterze wykładał w słynnym Liceum Krzemienieckim, a po likwidacji przez carat uczelni Tadeusza Czackiego w Krzemieńcu, został jako wykładowca przeniesiony początkowo na Uniwersytet Kijowski, a następnie Charkowski. W 1859 roku próbował odzyskać skonfiskowany przez rosyjskie władze za udział powstaniu listopadowym jego brata – Franciszka w majątek w Zaosiu i dom w Nowogródku, ale zamiar ten się nie powiódł. Ostatecznie Aleksander osiadł w okolicach Kobrynia na Polesiu. Na starość stracił wzrok. Jego grób zachował się w Kobryniu do naszych czasów.

Czwartym synem Barbary i Mikołaja Mickiewiczów był Jerzy (1804-1839), który miał opinię niefrasobliwego lekkoducha. Mając osiem lat, stracił ojca, który przejęty wielkim pożarem w Nowogródku, zagrażającym spaleniem jego domowi, zachorował i zmarł. Matka nie była w stanie zapewnić bytu czwórce swoich kilkunastoletnich synów. Mickiewiczowie klepali taką biedę, że Jerzy nie miał nawet w czym chodzić do szkoły. W młodości pisywał wiersze, później zaś jego uwagę pochłonęły książki o botanice.

W roku 1821, kiedy zmarła jego matka, mógł dzięki najstarszemu bratu – Franciszkowi podjąć studia medyczne na Uniwersytecie Wileńskim. Po uzyskaniu dyplomu dostał posadę lekarza w Petersburgu, a niedługo później lekarza okrętowego w marynarce wojennej w Kronsztadzie. W listopadzie 1827 roku, kiedy do Petersburga przyjechał Adam, bracia widywali się okazjonalnie. Wówczas też ujawniły się wielkie problemy Jerzego, najprawdopodobniej z nadużywaniem alkoholu, co bardzo niepokoiła Adama.

Po jakimś czasie najmłodszy z Mickiewiczów został odkomenderowany z Kronsztadu na Krym i utrzymywał urywany kontakt z braćmi, zazwyczaj prosząc w listach o pieniądze. W połowie lat 30. XIX wieku poślubił Rosjankę Martę Popużeńską, córkę kapitana okrętu, i wspólnie osiedli w Akermanie. Ponoć mieli troje dzieci – dwóch synów i córkę. Jerzy służył we flocie czarnomorskiej i starał się przenieść do Kijowa, gdzie na uniwersytecie pracował jego brat Aleksander, ale ostatecznie zamieszkał z rodziną na Wołyniu i tam młodo zmarł na gruźlicę, a jego żona – jak snuto domysły – popełniła samobójstwo, topiąc się w stawie.

Prof. Stanisław Pigoń (1885-1968) – jeden z najwybitniejszych polskich filologów, rektor Uniwersytetu Stefana Batorego w Wilnie, w eseju poświęconym rodzinie, a zwłaszcza braciom Adama Mickiewicza, tak ukazał relacje między nimi i skalę dzielącego ich talentu: Skrzydło geniuszu, owiawszy czoło Adama, ominęło resztę braci; zdolnościami obdzieleni zostali niejednako, żaden wszelako nie wybił się ponad normalny poziom. Średni, Aleksander, został z czasem pożytecznym zapewne profesorem prawa w pomniejszych uniwersytetach rosyjskich: w Kijowie, potem w Charkowie. (...)

Najstarszy, Franciszek, miał życie złamane. Choroba w młodości uczyniła go kaleką. W powstaniu mimo to oficer, po powstaniu rezydent w dworze wielkopolskim., melancholijny, zdziwaczały po trosze. Tego obdarzał Adam uczuciem najtkliwszym. (...)

Najtragiczniej ułożyły się stosunki z bratem najmłodszym, Jerzym. Od młodości był to chłopiec trudny, wiele zmartwienia przyniósł bratu, który jeszcze w Rosji będąc usiłował mu wyprostować drogę. Dość wcześnie jednak imię jego znika całkowicie z korespondencji Adama. (...) Jerzy się ostatecznie zruszczył, zerwał z rodzeństwem, a wreszcie z narodowością; jako lekarz wstąpił do służby rządowej we flocie, ożenił się z Rosjanką, wszedł w społeczeństwo rosyjskie i w nim utonął bez śladu. Brat najwybitniejszego poety polskiego zmarł zapewne jako sztabski sowietnik. Nic może tak wyraźnie, jak ten wypadek, nie otwiera przepaści zatraty, jaka czyhała na tamtą generację wykorzenionych z ojczyzny.

## Utrzymanie i afirmacja polskości

Stanisław Pigoń dotknął tutaj ważnego problemu, który dogłębnie omówił i uzasadnił w swoich rozważaniach o Mickiewiczu Jarosław Marek Rymkiewicz. Te rozważania ocierają się o historię alternatywną, istniało bowiem poważne zagrożenie, że Adam Mickiewicz – podobnie jak jego młodszy brat, Jerzy – mógł ulec całkowitej rusyfikacji. Gdy bowiem po krótkim epizodzie uwięzienia go przez Rosjan za działalność wśród wileńskich filomatów i filaretów trafił jako atrakcyjny młodzieniec na rosyjskie salony, wszedł w świat wielkiego blichtru i bogactwa. Jego pobyt w Rosji trwał pięć lat (1824-1829). Bywał w pałacach i rezydencjach, na balach u bogatych rosyjskich arystokratów. Bywał w Petersburgu i Moskwie, w gościnie u bogatych i dobrze wykształconych arystokratów, zaprzyjaźnił się z największym rosyjskim poetą tego czasu – Aleksandrem Puszkinem.

Mickiewicz, wywodzący się z głębokiej prowincji i dość niskiego stanu społecznego, który w latach chłopięcych i młodzieńczych doświadczył dotkliwej biedy, mógł ulec magii beztroskiego, barwnego świata rosyjskiej arystokracji, okazującej mu, co widzimy na przykładzie opinii poety Kozłowa, wielkie uznanie i atencję. Mógł też ulec fascynacji i związać się z jakąś rosyjską pięknością.

Rosją w tym czasie rządził jeszcze liberalny car Aleksander I, a więc mogła się przed Mickiewiczem rodzić perspektywa wielkiego awansu społecznego. Znał przecież dobrze język rosyjski i mógł się stać poetą rosyjskojęzycznym – tym bardziej, że w Europie język rosyjski miał większą rozpoznawalność, a zatem i popularność niż język polski. Takiej hipotezy nie można bezwzględnie odrzucić. I to jest jeszcze jeden z wyrazistych objawów fenomenu Mickiewicza: że w tych trudnych warunkach, w niewoli, w czasach, gdy nie istniało państwo polskie, a po klęsce Napoleona w Europie umocnił się nowy ład, który na dziesięciolecia wykluczył możliwość odzyskania przez Polskę niepodległości, ten młodzieniec z głębokiej prowincji się nie zruszczył. Wprost przeciwnie – obronił i poniósł swą polskość tak wysokim lotem, że za nim poszły całe szwadrony młodzieży jego pokolenia, a później cały naród; że stał się jednym z najwybitniejszych poetów europejskich, że był polskim poetą równym Bayronowi, Goethemu i Puszkinowi.

W roztrząsaniu problemu, jak Mickiewicz utrzymał polskość, najgłębiej poszedł Jarosław Marek Rymkiewicz, a swoje rozważania w tej sprawie spuentował następująco: Kim mógłby być Mickiewicz, gdyby jego życie potoczyło się inaczej? Było wiele takich sytuacji, które mogły nim inaczej pokierować. (...) Myśmy byli wówczas częścią imperium rosyjskiego. Najistotniejsze rzeczy, jakie Mickiewicz z siebie wydobywał, były odpowiedzią na takie pytanie: jak pozostać Polakiem mimo tego potwornego naporu duchowego ze Wschodu? To było przecież strasznie trudne pytanie dla wszystkich Polaków tamtej epoki. I on na nie udzielał odpowiedzi. Może jego wartość jako wieszcza na tym polegała. Mówił: zostaniecie Polakami, jeśli spełnicie takie a takie warunki; w gruncie rzeczy „Pan Tadeusz" jest odpowiedzią na to pytanie, także III część „Dziadów", ale przede wszystkim „Pan Tadeusz".

Po osiedleniu się na emigracji w Paryżu Adam Mickiewicz ożenił się z Celiną Szymanowską (1812-1855) i miał z nią sześcioro dzieci: Marię, Władysława, Helenę, Aleksandra Andrzeja, Jana i Józefa. Spośród nich szczególną pozycję osiągnął najstarszy z synów – Władysław (1838-1926), który żywił wyjątkowy kult ojca. Stworzył w Paryżu Muzeum Mickiewicza, opiekował się spuścizną literacką i polityczną swego wielkiego rodzica, a także napisał jego trzytomową biografię. Czynił wszelkie zabiegi, aby biografia ojca była nieskazitelna. Zarzucano mu, że z wielką konsekwencją starał się dyskwalifikować, a nawet niszczyć źródła, które mogły rzucić cień na – według niego – absolutnie świetlaną.

eprasa.pl 820f131346

LUDZIE

# Depresję leczy... Steczkowską! Fryzjer z Opola ma u artystki potężny dług

Kto siedział na jego fotelu fryzjerskim, w życiu by nie odgadł, jakie demony kryją się za maską uśmiechniętego, młodego mężczyzny. Na powierzchni trzyma go muzyka Justyny Steczkowskiej. By jej podziękować, w tajemnicy przed nią napisał książkę, która ma szansę wkrótce trafić do księgarni. W dniu jego 30. urodzin... artystka stanęła w drzwiach salonu.

**Mirela Mazurkiewicz**

- Depresja nie uderza wyłącznie w ludzi słabych. Często uderza w tych silnych, którzy chcieli zmieniać świat, których wiecznie wszędzie było pełno – mówi Bartosz Szczepuch, trzydziestoletni fryzjer z Opola, który z chorobą walczy od czterech lat. – Dlaczego tak wielu ją ukrywa? Może, by po raz kolejny nie usłyszeć „dasz radę, będzie dobrze"? Takie słowa są udręką, bo ja wcale nie mam pewności, że będzie dobrze. Choć wkładam nadludzki wysiłek, by było.



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Spełniło się moje wielkie marzenie, a ja nie wiedziałem, co powiedzieć.

## Co miałoby pójść nie tak?

Grudzień 2019 roku. Opole szykuje się do świąt. Przez witrynę swojego salonu Bartosz widzi tych, którzy gorączkowo robią zakupy, szukając wyjątkowych prezentów dla bliskich. Są wśród nich i ci, którzy - gdy rozbłyśnie pierwsza gwiazdka - chcą wyglądać jak milion dolarów. On im w tym pomoże. W końcu otwiera właśnie swój pierwszy salon. W dobrej lokalizacji, w samym centrum miasta, gdzie przez wiele lat działał inny, cieszący się renomą fryzjer. 23-latek wierzy, że nowy rok zapoczątkuje wyjątkowy rozdział w jego życiu. Oczami wyobraźni widzi, gdzie będzie za dwa, trzy, może pięć lat...

- Dwa i pół miesiąca później przyszła pandemia, lockdown i wszystkie plany wzięły w łeb - wspomina. - W salon zainwestowałem wszystkie swoje oszczędności, ale nie wystarczyło, więc ratowałem się kredytem. Miałem świetny plan, co miałoby pójść nie tak?

Opolanin podejrzewa, że to wtedy zaczął dzień po dniu zapadać się w otchłań depresji, choć prawdziwe jej skutki odkrył znacznie, znacznie później.

- Zobowiązania musiałem spłacać, ale ludzie byli zamknięci w domach, więc nie mogłem zarabiać. Zaczęły się napady lęków, nieprzespane noce. Szukałem wyjścia z tej patowej sytuacji, ale czułem, że mam związane ręce – opowiada.

## Maska nr 35

Gdyby ktoś mu powiedział, że będzie się mierzył z depresją - nie uwierzyłby. Pandemiczne obostrzenia z czasem zaczęły się rozluźniać, na ulice miast wróciło życie. W 2022 roku po ograniczeniach covidowych nie było już śladu, a on pomyślał nawet w pewnym momencie, że najgorsze już za nim. To wówczas depresja uderzyła ze zdwojoną siłą.

- Wyobraź sobie, że budzisz się rano i nie masz siły wstać z łóżka, jakby sufit spadł ci na głowę i wciskał w materac. Nie widzisz go, ale czujesz niewyobrażalny ciężar. Brakuje ci tchu, przychodzi atak paniki, tak silny, że kończy się utratą przytomności – opisuje obrazowo.

Bartosz nie daje sobie taryfy ulgowej. Nie może sobie pozwolić, by zostać w łóżku. Musi spłacać zobowiązania, zarabiać na utrzymanie salonu. Z morderczym wysiłkiem zrzuca więc z siebie ten mentalny sufit i idzie do pracy.

- Jak? Tak jak wiele osób zmagających się z depresją. Zakładasz - dajmy na to - maskę nr 35, przyklejasz uśmiech i jak gdyby nigdy nic ruszasz na spotkanie z klientkami – opisuje. Pytam, czy bym rozpoznała. Mam się za niezłą obserwatorkę. – Nie ma takiej opcji. Nawet członkowie mojej rodziny nie widzieli, a gdy się dowiadywali, nie mogli uwierzyć. Bo przecież facet, który wiecznie się uśmiecha, jest duszą towarzystwa, którego wszędzie pełno, nie może walczyć z takimi demonami. Osoby cierpiące na depresję to mistrzowie kamuflażu. Lokal dzielę z moją przyjaciółką, która jest stylistką paznokci. Tylko jej jednej nie udawało mi się wywieść w pole. Wchodziłem do salonu z uśmiechem, grałem najlepiej, jak potrafiłem, ale ona zawsze wiedziała. Po tembrze głosu, drobnym geście, wykonanym mimochodem...

## Szamanka

Muzyka Justyny Steczkowskiej była obecna w jego życiu od zawsze. Jej głos, jak mówi, przynosi mu ukojenie i dociera do zakamarków poranionej duszy. Nie sądził, że w przyszłości stanie się ona najskuteczniejszym lekarstwem w walce z depresją. Gdyby mu wówczas ktoś powiedział, że pozna artystkę osobiście – uznałby, że to żart.

**Wyobraź sobie, że budzisz się rano i nie masz siły wstać z łóżka, jakby sufit spadł ci na głowę i wciskał w materac. Nie widzisz go, ale czujesz niewyobrażalny ciężar. Brakuje tchu, atak paniki, tak silny, że kończy się utratą przytomności**

- Na 26. urodziny przyjaciele kupili mi bilet na jej koncert w Krakowie. Mój partner wiedział, że jestem w dołku i szukał sposobu, by mnie z niego wyrwać, dlatego zaproponował, by wybrać opcję VIP, w której po koncercie jest spotkanie z artystką – wspomina Bartosz Szczepuch i żartuje, że kilka miesięcy, jakie dzieliły wręczenie wejściówki od wydarzenia, były najdłuższymi w jego życiu. Tamtego wieczoru wydarzyło się coś, czego się nie spodziewał. Dosłownie, jakby ktoś wyjął korek, blokujący w nim lęki i emocje.

- To była wyjątkowa, bo przesunięta z powodu pandemii, trasa z okazji 25-lecia pracy artystycznej Justyny Steczkowskiej. Przepłakałem niemal cały koncert. Nie wiedziałem, co się ze mną dzieje. Chyba dopiero wtedy uświadomiłem sobie, że to jest coś więcej niż fascynacja muzyką, która gra na najczulszych strunach. Ona sprawiła, że do mojego życia wpadł promyk światła – relacjonuje fryzjer z Opola. – Po koncercie usiadłem obok Justyny i miałem w głowie kompletną pustkę. Spełniło się moje wielkie marzenie, a ja nie wiedziałem, co powiedzieć. Ona ujęła mnie swoim ciepłem, łagodnością i tym, jak wiele miała wyrozumiałości. A przecież byłem jednym z wielu fanów, którzy marzą, by z nią zamienić choć słowo...

Bartosz zapamiętał, że na koniec tego koncertu artystka zaśpiewała pełną tęsknoty balladę „Wracam do domu" o powrocie do ukochanej osoby i próbie odbudowania relacji mimo dawnych błędów. To było jak punkt zwrotny. Po raz pierwszy od dawna poczuł się lżejszy, a jego demony odleglejsze.

- Podejrzewam, że Justyna nie miała świadomości, iż jej muzyka ma lecznicze właściwości - mówi z uśmiechem.

To spotkanie po koncercie w Krakowie zrodziło niezwykłą więź. Zdarzało się, że Justyna Steczkowska znajdowała kilka chwil, by porozmawiać z nim przed koncertem albo zamienić parę zdań po zejściu ze sceny. Tylko on jeden wie, ile to dla niego znaczyło.

- W ubiegłym roku spotkaliśmy się, gdy grała koncert w opolskim amfiteatrze. Wiedziała już wówczas, że mierzę się z depresją, a jej muzyka jest jak lekarstwo, które pozwala mi utrzymać głowę na powierzchni. Powiedziałem jej wtedy, że nie mam marzeń, bo nie wierzę już w marzenia. To był dla mnie gorszy czas, słowa same popłynęły... - wspomina tamto spotkanie. - Mimochodem rzuciłem, że cudownie byłoby ją zobaczyć kiedyś w moim salonie, ale to było tak nierealne, że nawet bym jej o to nie poprosił.

## Marzenia jednak się spełniają

5 czerwca 2026 roku Justyna Steczkowska wystąpiła z jubileuszowym recitalem na Krajowym Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu. Koncer-

eprasa.pl 820f131346

towi towarzyszyła widowiskowa oprawa, a artystka unosiła się nad sceną. Dzień później Bartosz Szczepuch świętował trzydzieste urodziny. Od rana w salonie trwały przygotowania na przyjęcie gości.

- W pewnym momencie zadzwonił do mnie syn Justyny, Leon, i powiedział, że za 15 minut będą u mnie. Oniemiałem, nie potrafiłem znaleźć sobie miejsca. Przez chwilę pomyślałem nawet, że mi się to tylko śni – fryzjer do dziś wzrusza się, gdy o tym opowiada. Jego salon działał już wówczas w nowej lokalizacji, przy ul. Samborskiej. Artystka również zaniemówiła, gdy przekroczyła próg lokalu, bo okazało się, że... weszła do swojej świątyni.

- Większą część ściany zajmują zdjęcia, niektóre – nasze wspólne. Rozmawialiśmy kilkadziesiąt minut, może godzinę. O życiu, o muzyce... Nawet nie wiem, kiedy to zleciało - opowiada z uśmiechem Opolanin. Nie zdążył jeszcze ochłonąć po tym niespodziewanym spotkaniu, gdy ponownie zadzwonił do niego syn gwiazdy. – Justyna powiedziała, że z tego wszystkiego zapomniała zaśpiewać mi „Sto lat", więc dzwoni, żeby nadrobić. Popłakałem się ze wzruszenia. Nigdy tego nie zapomnę...



FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

**Pomyślisz, że zwariowałem, ale ja naprawdę wiele jej zawdzięczam...**

## Dług wdzięczności

Justyna Steczkowska nie wiedziała jeszcze, że fryzjer z Opola przygotowuje książkę, która ma być podziękowaniem dla niej. W plan był wtajemniczony jedynie syn artystki.

- Jej muzyka ma w sobie coś mistycznego, wręcz szamańskiego. Coś, co w najtrudniejszych momentach pomagało mi odzyskać radość i dawało nadzieję, dlatego uznałem, że zwykłe „dziękuję" to za mało. Czułem, że muszę jakoś spróbować spłacić dług wdzięczności za to, co dla mnie zrobiła – mówi trzydziestolatek. – Nie wiedziałem, jak ona przyjmie ten pomysł. Początkowo zaniemówiła. Wcześniej powstawały prace magisterskie oraz książki biograficzne na jej temat, ale ta była moim bardzo osobistym podziękowaniem. Czy zamierzałem ją pokazać szerszej publiczności? Gdzieś tam w głębi duszy marzyłem o tym, ale wiedziałem, że to ona będzie moją pierwszą recenzentką i to do niej należy decyzja, a ja ją uszanuję – jakakolwiek by była. Zakładałem, że Justyna będzie jedyną osobą, która ją dostanie, ale ona dała zielone światło, by pokazać ją światu. Rozmowy z wydawnictwem trwają i wierzę, że wkrótce książka pojawi się w sprzedaży.

Książką napisaną przez Opolanina artystka pochwaliła się w swoich mediach społecznościowych.

- Cóż mogę Wam powiedzieć. Mogę się tylko rozpłakać ze szczęścia, że coś takiego powstało. Jest tu o piosenkach, które stają się zaklęciami, o koncertach, które poruszają duszę oraz o stylu, który inspiruje i zachwyca, ale przede wszystkim o człowieku, który swoją wrażliwością, siłą i prawdą daje światło innym – przytaczała opis, podkreślając, że ona sama nie potrafiłaby tak siebie opisać. – Naprawdę magiczna jest ta książka. Czytam ją sobie i myślę „wow, to wszystko o mnie?".

## Zaklęcie na dobry dzień

Gdy pytam Bartosza Szczepucha, kim dla niego jest Justyna Steczkowska, odpowiada bez chwili wahania, że szamanką, która odczarowuje jego życie.

- To nie jest tak, że włączam jej kawałki, gdy jest mi źle. Ona jest częścią mojej codzienności – opowiada mężczyzna. - Rano, gdy otwieram oczy, moja czworonożna przyjaciółka, suczka rasy cavalier king, domaga się przytulasów. To już nasz mały rytuał, któremu towarzyszy najczęściej utwór „Szamanka". On jest moim zaklęciem na dobry dzień. Gdy idę ze Shatyą na spacer, do ucha sączy się najczęściej „Gaja", „Dom naszego ojca" albo piosenki cygańskie. Przed snem słucham zwykle „Dziewczyny Szamana", ale wersji w duecie z Leszkiem Możdżerem. Ten kawałek wycisza mnie i sprawia, że napięcie całego dnia schodzi.

Choć rozmawiali ze sobą już wiele razy, Bartosz wciąż zwraca się do niej per pani. Mówi, że dotąd nie potrafił się przełamać, by do swojej muzy i inspiracji mówić inaczej. O tym, by móc ją wystylizować przed którymś z koncertów, nawet nie marzy.

- Co by się stało, gdyby mnie poprosiła? Na pewno zemdlałbym z wrażenia, a w najlepszym razie zapomniał, jak się trzyma suszarkę w ręce. Pomyślisz, że zwariowałem, ale ja naprawdę wiele jej zawdzięczam... – kwituje.

©℗

REKLAMA 0011599911

# W Niemodlinie powstanie Powiatowy Magazyn Zarządzania Kryzysowego.
## Mamy coraz więcej sprzętu. Musi być gotowy, zanim nadejdzie zagrożenie.

**Powódź, podtopienia, gwałtowne wichury – w sytuacjach kryzysowych liczy się każda minuta. Dlatego Powiat Opolski inwestuje w miejsce, które pozwoli sprawniej reagować na zagrożenia. W sąsiedztwie Zespołu Szkół w Niemodlinie powstaje Powiatowy Magazyn Zarządzania Kryzysowego i Przeciwpowodziowego. Plac budowy został już przekazany wykonawcy. Roboty ruszyły niemal z marszu.**





Doświadczenia ostatnich lat pokazały, jak ważne jest odpowiednie przygotowanie do sytuacji kryzysowych. Mamy coraz więcej sprzętu do takich działań i potrzebujemy więcej miejsca na jego magazynowanie.
- W obiekcie przechowywane będą materiały i wyposażenie wykorzystywane podczas działań przeciwpowodziowych oraz innych sytuacji kryzysowych. Magazyn ma zapewnić odpowiednie warunki do gromadzenia sprzętu i usprawnić jego udostępnianie w razie zagrożenia - mówi Henryk Lakwa, starosta opolski.

- To inwestycja, której znaczenie najlepiej widać w trudnych momentach – kiedy trzeba szybko zabezpieczyć zagrożone miejsca, wesprzeć działania służb i ograniczyć skutki niebezpiecznych zjawisk - dodaje Leonarda Płoszaj, wicestarosta.
Nowy obiekt będzie elementem wzmacniania systemu ochrony ludności na terenie powiatu opolskiego. Jego zadaniem będzie przede wszystkim poprawa gotowości do reagowania, zanim sytuacja kryzysowa przybierze większe rozmiary.



Magazyn powstaje na terenie sąsiadującym z Zespołem Szkół w Niemodlinie. Podczas przekazania placu budowy obecni byli starosta opolski Henryk Lakwa, wicestarosta Leonarda Płoszaj, przedstawiciele wykonawcy, inspektor nadzoru oraz pracownicy Starostwa Powiatowego w Opolu, w tym Jacek Kunysz, zajmujący się sprawami ochrony ludności i obrony cywilnej.
Budowa magazynu będzie dofinansowana w ramach Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej (OLiOC). To część działań ukierunkowanych na wzmacnianie przygotowania samorządów do reagowania na zagrożenia oraz poprawę bezpieczeństwa mieszkańców.
Realizacja przedsięwzięcia jest możliwa dzięki wsparciu administracji rządowej, w tym wojewody opolskiej Moniki Jurek.
W związku z planowanymi pracami budowlanymi Powiat Opolski zwraca się również do mieszkańców sąsiednich budynków z prośbą o wyrozumiałość na czas realizacji inwestycji.
Bo w zarządzaniu kryzysowym najważniejsze jest nie tylko to, jak reagujemy na zagrożenie, ale również to, jak dobrze jesteśmy na nie przygotowani.
Budowa magazynu będzie kosztowała 2,7 mln zł, przy czym Powiat Opolski pozyskał sto procent dofinansowania na ten cel.

eprasa.pl 820f131346

P-TEC 2026

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

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



FOT. MAT. PRAS.

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

## Wyczerpuje się węgiel i zużywają elektrownie

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

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

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

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

## SMR-y są odpowiedzią na braki energii

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

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

## Co to jest SMR

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

Podstawą technologii BWRX-300 jest sprawdzony reaktor wodny wrzący.

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

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

## Cztery lokalizacje i kilkanaście reaktorów

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

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

## Energia produkowana blisko odbiorców

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

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

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

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

## Pierwsze prace jeszcze przed końcem dekady

Prace nad projektem trwają już od kilku lat.

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

Pozostają jeszcze trzy–cztery lata przygotowań.

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

Pierwsze jednostki powinny się pojawić na początku lat 30.

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

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

eprasa.pl 820f131346

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

AUTOPROMOCJA 0110710609

**Przy sobocie...**
**rozwiązuję krzyżówki i rozwijam umysł**

Nowe wydanie sobotnie „Nowej Trybuny Opolskiej” już jutro. Zapraszamy do lektury

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

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

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

ROZWIĄZANIE: NIE BYŁOBY RADOŚCI BEZ SMUTKU.

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0010981938



**Szukasz pracy? Szukasz pracownika? Szukaj z nto!**

Zapraszamy do współpracy!

gratka nto nto.pl naszemiasto.

e-mail: reklama@nto.pl
tel.: 534 902 476
693 960 978

# DROBNE

## Praca

ZATRUDNIĘ

**FIRMA** niemiecka poszukuje pracowników do prac wykończeniowych wystaw sklepów meblowych. Prace podłogowe, montaż ścianek działowych, sufitów podwieszanych, malowanie, tapetowanie. Kontakt: 0049 170 28 051 55, info@projekt-raeume.de

## Zdrowie

CHIRURGIA

**Choroby żył - Specjalistyczny Gabinet Chirurgiczny - Opole, ul. Kościuszki 27, rejestracja telefoniczna 77/453-91-30**

## Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**DEKARZ-** Papa, blacha, obróbki -785 822 527

**POGOTOWIE** dekarsko-blacharskie! Naprawa i remont dachów. Likwidacja przecieków. Szybko i solidnie. Atrakcyjne ceny, darmowa wycena. Zadzwoń! Tel. 880-821-746

REKLAMOWE

**ZAMÓW ogłoszenie drobne w nto wyślij e-mail z treścią na adres reklama@nto.pl; zwrotnie otrzymasz ofertę. Zapraszamy do współpracy.**

## Różne

**GOTÓWKA** za KSIĄŻKI,, 668-571-329

## Komunikaty

**Zamów ogłoszenie drobne w nto wyślij e-mail z treścią na adres reklama@nto.pl; zwrotnie otrzymasz ofertę. Zapraszamy do współpracy.**

## Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

**KUPIĘ** URSUS, MTZ, MASSEY FERGUSON, BIZON, Cyklop, rozrzutnik. Tel. 728-512-518

REKLAMA 0011616281




AUTOPROMOCJA

nto NOWA TRYBUNA OPOLSKA

Dzień dobry w **poniedziałek**

Kup dziennik z dodatkiem Sportowy24

**nto.pl**

REKLAMA 0011618220

# W Tułowicach zakończono budowę łącznika pomiędzy ulicą Porcelitową i Betonową

**Gmina Tułowice zrealizowała zadanie pn. „Budowa łącznika pomiędzy ulicą Porcelitową i Betonową w Tułowicach wraz z infrastrukturą towarzyszącą", współfinansowane ze środków Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg.**

Inwestycja obejmowała budowę nowego odcinka drogi o długości 457 metrów. W ramach zadania wykonano jezdnię wraz z poboczami, odwodnieniem drogi oraz oświetleniem. Przedsięwzięcie realizowano na terenie Specjalnej Strefy Ekonomicznej, dlatego ma ono znaczenie nie tylko dla poprawy bezpieczeństwa użytkowników drogi, ale również dla rozwoju gospodarczego Gminy Tułowice.
Budowa łącznika pomiędzy ulicą Porcelitową i Betonową poprawiła parametry techniczne lokalnej sieci drogowej oraz usprawniła komunikację w tej części miejscowości, zaś nowa infrastruktura ułatwiła dojazd do terenów inwestycyjnych, zwiększyła komfort poruszania się, co w najbliższej przyszłości wpłynie na atrakcyjność gospodarczą gminy, powiatu i województwa.
Burmistrz Tułowic, Pan Andrzej Wesołowski podkreśla, że: „powstała droga jest drogą transportu ciężkiego, którą mają się przemieszczać tiry, co służyć będzie również odciążeniu ulicy Porcelitowej".
Całkowita wartość zadania wynosi 2 593 369,54 zł. Kwota dofinansowania ze środków Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg to 979 727,90 zł. Umowa o dofinansowanie została podpisana w marcu 2026 roku.





Gmina Tułowice
realizuje
zadanie pn. „Budowa łącznika pomiędzy ulicą Porcelitową i Betonową w Tułowicach wraz z infrastrukturą towarzyszącą"
współfinansowane ze środków
Rządowego Funduszu Rozwoju Dróg

| | |
|---|---|
| Nazwa funduszu | Rządowy Fundusz Rozwoju Dróg |
| Nazwa zadania | „Budowa łącznika pomiędzy ulicą Porcelitową i Betonową w Tułowicach wraz z infrastrukturą towarzyszącą" |
| Data podpisania umowy | Marzec 2026 |
| Kwota dofinansowania | 979 727,90 zł |
| Całkowita wartość zadania | 2 593 369,54 zł |
| Cel realizacji / Opis zadania | Poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego i parametrów technicznych lokalnej sieci dróg oraz zwiększenie atrakcyjności gospodarczej na terenie Gminy Tułowice. |
| Efekty rzeczowe | W ramach inwestycji wyk onana zostanie budowa jezdni i poboczy na odcinku 457 metrów. Wykonane zostanie również odwodnienie drogi oraz oświetlenie. Zadanie jest realizowane w Specjalnej Strefie Ekonomicznej, co przyczyni się nie tylko do podniesienia bezpieczeństwa użytkowników drogi, ale również do wzrostu atrakcyjności gospodarczej gminy, powiatu i województwa. |
| Rok realizacji | 2026 |

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011614475

# NIERUCHOMOŚCI NA SPRZEDAŻ

Gmina Damasławek - wyciąg z I przetargu ustnego ograniczonego

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

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

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

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

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

**WÓJT**
**GMINY DAMASŁAWEK**
***/-/mgr Cyprian Wieczorek***

REKLAMA 0011615605

Fundusze Europejskie dla Opolskiego | Rzeczpospolita Polska | Dofinansowane przez Unię Europejską | OPOLSKIE

Zespół Opolskich Parków Krajobrazowych, na podstawie § 3 Rozporządzenia Ministra Środowiska z dnia 12 maja 2005 r. w sprawie sporządzania projektu planu ochrony dla parku narodowego, rezerwatu przyrody i parku krajobrazowego, dokonywania zmian w tym planie oraz ochrony zasobów, tworów i składników przyrody (Dz.U. 2005, nr 94, poz. 794), informuje o przystąpieniu do sporządzenia projektu planu ochrony dla: **Stobrawskiego Parku Krajobrazowego**

**zgodnie z Ustawą z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody (Dz.U. 2021, poz. 1098) oraz Ustawą z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz.U. 2021 poz. 247).**

Sporządzający projekt planu ochrony zapewnia zainteresowanym osobom i podmiotom możliwość zapoznania się z wynikami prac wykonanymi na potrzeby sporządzenia projektu planu i z projektem planu oraz możliwość zgłaszania wniosków i uwag w formie pisemnej – w niżej wymienionym miejscu:
Zespół Opolskich Parków Krajobrazowych Oddział Stobrawskiego Parku Krajobrazowego
w Ładzy, ul. Reymonta 3, 46-034 Ładza
od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-15.00
oraz na adres e-mail: spk@zopk.pl

Wszyscy zainteresowani mogą składać propozycje i wnioski do projektu w terminie do 30 dni od dnia ogłoszenia. Pismo w tej sprawie powinno zawierać dane zgłaszającego (imię, nazwisko lub nazwę instytucji, adres) oraz treść propozycji lub wniosku odnoszący się do planu ochrony Stobrawskiego Parku Krajobrazowego

Informuje się, że terminy wykonania poszczególnych etapów prac nad planem ochrony są następujące:
Etap I - 17.12.2026 r. Przygotowanie koncepcji ochrony oraz wybranych operatów uzupełniających wiedzę o warunkach przyrodniczych i krajobrazowych Parku
Etap II - 17.08.2027 r. Przygotowanie planu ochrony Stobrawskiwego Parku Krajobrazowego.

**Projekt planu ochrony dla Stobrawskiego Parku Krajobrazowego opracowywany jest w ramach projektu „Opolskie na rzecz bioróżnorodności" realizowanego przez Województwo Opolskie. Projekt jest dofinansowany przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach programu regionalnego Fundusze Europejskie dla Opolskiego 2021–2027, działanie 2.6 Ochrona różnorodności biologicznej".**

MATERIAŁ INFORMACYJNY URZĘDU MIASTA W BRZEGU 0311603244

# Burmistrz Brzegu

## informuje,

że dnia 24.11.2026 r. na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta w Brzegu (budynek A parter obok pok. 13A), na tablicy ogłoszeń w Zarządzie Nieruchomości Miejskich przy ul. B. Chrobrego 32 w Brzegu oraz na stronie internetowej znmbrzeg.pl został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiący własność Gminy Brzeg przeznaczony **do oddania w najem na rzecz dotychczasowego najemcy:**

– gruntu o powierzchni 6,45 m² położonego przy ul. Cegielnianej zabudowanego komórką o powierzchni 6,45 m².

**Do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym:**

– gruntu o powierzchni 64,00 m² położonego przy ul. Armii Krajowej z przeznaczeniem na poprawę zagospodarowania terenu,
– gruntu o powierzchni 6,00 m² położonego przy ul. Władysława Łokietka z przeznaczeniem na grunt pod wiatę.

**Do oddania w najem w trybie bezprzetargowym:**

– gruntu o powierzchni 11,44 m² położonego przy ul. Trzech Kotwic zabudowanego komórką o powierzchni 11,44 m²,
– gruntu o powierzchni 18,00 m² położonego przy ul. Krzyszowica zabudowanego garażem o powierzchni 18,00 m².

**Ustawowy okres obwieszczenia – 21 dni:**
**Termin wywieszenia od dnia 24.11.2026 r. do dnia 15.12.2026 r.**

# Burmistrz Brzegu

## informuje,

że dnia 23.11.2026 r. na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta w Brzegu (budynek A parter obok pok. 13A), na tablicy ogłoszeń w Zarządzie Nieruchomości Miejskich przy ul. B. Chrobrego 32 w Brzegu oraz na stronie internetowej znmbrzeg.pl został wywieszony wykaz nieruchomości stanowiący własność Gminy Brzeg przeznaczony **do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym:**

– gruntu o powierzchni 35,00 m² położonego przy ul. 1 Maja w celu posadowienia obiektu usługowego

**Do oddania w dzierżawę na rzecz dotychczasowego dzierżawcy:**

– gruntu o powierzchni 154,00 m² położonego przy ul. Oławskiej z przeznaczeniem na ogródek warzywny
– gruntu o powierzchni 117,00 m² położonego przy ul. Oławskiej z przeznaczeniem na ogródek warzywny.

**Ustawowy okres obwieszczenia – 21 dni:**
**Termin wywieszenia od dnia 23.11.2026 r. do dnia 14.12.2026 r.**

eprasa.pl 820f131346

ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE

# Władimir Semirunnij: Mam więcej spokoju i komfortu

Zbigniew Czyż

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



FOT. MAREK OBSZARNY

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

PIŁKA NOŻNA

# Sędzia Marciniak podpadł Anglikom. Puchacz wzięty na karuzelę przez Barcelonę

Jacek Czaplewski

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

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

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

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

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

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

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

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

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

SKOKI NARCIARSKIE

# Po katastrofie na inaugurację, w Ruce czekamy na rehabilitację naszych panów

Zbigniew Czyż

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

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



FOT. EPA/PAP

Podczas inauguracji sezonu Polacy spisali się słabo

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

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

0011619328

Panu Andrzejowi Rak
wyrazy szczerego współczucia z powodu śmierci
Taty
składają
*Dyrekcja oraz Współpracownicy*
*Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego w Opolu*

eprasa.pl 820f131346

MATERIAŁ INFORMACYJNY ORLEN 0011615074

# **Ponad 2500 dzieci** rozwija piłkarską pasję dzięki projektowi **Futbol Plus**

**Dla jednych piłka nożna to przede wszystkim emocje i sportowa rywalizacja. Dla innych szansa na spełnienie marzeń, nawiązanie przyjaźni i poczucie, że jest się częścią drużyny. Właśnie na takich wartościach opiera się Futbol Plus – ogólnopolski projekt, który otwiera świat futbolu przed dziećmi i młodzieżą z niepełnosprawnościami. Dziś działa już ponad 90 akademii, a z możliwości regularnego trenowania i udziału w sportowych wydarzeniach korzysta ponad 2500 młodych zawodników i zawodniczek. Rozwój inicjatywy wspiera ORLEN.**










### Piłka nożna, w której każdy ma swoje miejsce

Nie każde dziecko ma takie same możliwości ruchowe, ale każde może czerpać radość z aktywności fizycznej, poznawania nowych osób i rozwijania własnych zainteresowań. Futbol Plus powstał właśnie po to, aby dzieci i młodzież z różnymi rodzajami niepełnosprawności mogły uczestniczyć w treningach piłkarskich i poczuć atmosferę prawdziwej sportowej społeczności.

Projekt obejmuje osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi, intelektualnymi, sprzężonymi, ze spektrum autyzmu czy z niepełnosprawnością słuchu. Jego podstawą jest przekonanie, że ograniczenia nie powinny przekreślać możliwości uprawiania sportu. Dlatego akademie Futbol Plus organizują zajęcia dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości uczestników.

Podczas turniejów Futbol Plus wynik nie jest liczony, a zawodnicy i zawodniczki trafiają do kategorii uwzględniających ich możliwości ruchowe. Dzięki temu mogą uczestniczyć w grze na odpowiednim dla siebie poziomie, bez niepotrzebnej presji związanej z rezultatem. Najważniejsze są zaangażowanie, radość z gry i możliwość wspólnego przeżywania sportowych emocji.

### Ponad 90 akademii i tysiące młodych piłkarzy

Skala przedsięwzięcia pokazuje, jak duże jest zainteresowanie taką formą aktywności. Obecnie Futbol Plus skupia ponad 90 akademii w różnych częściach Polski. Trenuje w nich ponad 2500 dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami.

Za rozwojem projektu stoją nie tylko jego organizatorzy, ale także lokalne kluby, trenerzy, wolontariusze i osoby, które chcą tworzyć bardziej dostępne środowisko sportowe. Akademie dają możliwość regularnego uczestnictwa w zajęciach blisko miejsca zamieszkania, a jednocześnie są częścią większej, ogólnopolskiej społeczności.

Futbol Plus wspiera również podmioty zainteresowane tworzeniem nowych akademii i sekcji piłkarskich. Dzięki temu inicjatywa może docierać do kolejnych miejscowości i obejmować swoim zasięgiem coraz więcej młodych osób. Co ważne, udział dziecka w projekcie jest bezpłatny.

### Wielkie stadiony, sportowe emocje i spotkania z wyjątkowymi gośćmi

Jednym z najważniejszych elementów inicjatywy Futbol Plus są ogólnopolskie turnieje. Każdego roku organizowanych jest ich ponad 20, a młodzi zawodnicy mają okazję zaprezentować swoje umiejętności na różnych obiektach sportowych w kraju. Wśród miejsc, w których odbywają się wydarzenia, jest między innymi Polsat Plus Arena w Gdańsku.

Dla uczestników możliwość zagrania na dużym stadionie to wyjątkowe przeżycie. Sportowa atmosfera, kibice i poczucie uczestnictwa w wydarzeniu na dużą skalę sprawiają, że takie spotkania na długo pozostają w pamięci. A wydarzenia Futbol Plus coraz częściej przyciągają także znane osoby ze świata sportu i mediów. Z młodymi piłkarzami spotykali się między innymi Grzegorz Krychowiak, Marek Citko i Andrzej Grabowski. Ich obecność dodatkowo podkreśla, że inicjatywa zyskuje coraz większe zainteresowanie i może liczyć na wsparcie osób, którym bliskie są wartości sportu i integracji.

Turnieje to niejedyne wydarzenia organizowane w ramach projektu. Futbol Plus przygotowuje również obozy sportowe w różnych częściach Polski, zarówno latem, jak i zimą.

### ORLEN wspiera rozwój Futbol Plus

**Rozwijanie inicjatyw, które zwiększają dostępność sportu i umożliwiają aktywność kolejnym grupom dzieci i młodzieży, wymaga długofalowego zaangażowania. Dlatego ważnym krokiem dla Futbol Plus było nawiązanie współpracy z ORLENEM, który został Sponsorem Głównym projektu. Strony ogłosiły współpracę 3 grudnia 2024 roku, w Międzynarodowym Dniu Osób z Niepełnosprawnościami.**

Partnerstwo pozwala wspierać rozwój akademii, organizację wydarzeń sportowych i docieranie z ideą Futbol Plus do kolejnych środowisk. Jest również wyrazem zaangażowania ORLENU w działania, które wykorzystują sport jako narzędzie integracji, aktywizacji i budowania społecznych więzi.

Wsparcie projektu wpisuje się w szersze zaangażowanie firmy w rozwój sportu dzieci i młodzieży. Nie chodzi wyłącznie o profesjonalną rywalizację czy osiąganie wyników. Równie istotne jest tworzenie warunków, w których młodzi ludzie mogą odkrywać swoje zainteresowania, rozwijać talenty i uczestniczyć w życiu lokalnych społeczności.

### Każdy może dołączyć do Futbol Plus

Rozwój projektu zależy także od osób, które chcą zrobić pierwszy krok i pomóc kolejnym dzieciom wejść na piłkarskie boisko. Do istniejących akademii mogą dołączać dzieci i młodzież z niepełnosprawnościami w wieku od 4 do 18 lat. Aby znaleźć najbliższą placówkę, wystarczy odwiedzić stronę **futbolplus.org** i skorzystać z zakładki „Mapa akademii".

Możliwości zaangażowania jest więcej. Osoby prowadzące kluby sportowe lub zainteresowane organizacją zajęć dla dzieci z niepełnosprawnościami mogą stworzyć własną akademię albo uruchomić sekcję Futbol Plus w już istniejącym klubie. W tym celu wystarczy skontaktować się z organizatorami za pośrednictwem zakładki „Kontakt" na stronie projektu. Do inicjatywy mogą dołączyć również wolontariusze, którzy chcą pomagać podczas treningów i wydarzeń.

Dodatkową okazją do poznania idei projektu będzie kampania promocyjna Futbol Plus, której emisję w telewizji zaplanowano na 1 grudnia. Wystąpią w niej aktorzy: Dawid Ogrodnik, Ewa Kasprzyk i Ewa Ziętek. Kampania ma zachęcać do dołączania do społeczności i wspierania piłki nożnej dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami.

eprasa.pl 820f131346

PIŁKA NOŻNA

# Kolejna próba powstania z kolan. Naprzeciw stanie lider

Wiktor Gumiński

**Piłkarze Odry Opole zmierzą się z Polonią Warszawa w domowym meczu 16. kolejki Betclic 1 Ligi (28 listopada, godz. 15.30).**

Opolską drużynę, plasującą się na ostatnim, 18. miejscu w tabeli, czeka w tym spotkaniu nie lada wyzwanie. Zmierzy się bowiem z aktualnym liderem rozgrywek, który dodatkowo jest mocno rozpędzony. Polonia jest bowiem niepokonana na wszystkich frontach od blisko trzech miesięcy. Ostatnią porażkę poniosła 5 września (1-2 ze Stalą Rzeszów).

Dzięki temu Warszawianie, z dorobkiem 26 punktów, przewodzą 1-ligowej stawce. Należy jednak też mieć na uwadze, że nie są wyraźnym liderem, tylko częścią szerokiej czołówki.

- Czas spędzony w Betclic 1 Lidze nauczył mnie, że żadnego meczu nie można w niej porównywać do poprzedniego spotkania. Druga rzecz, która od lat jest bardzo powtarzalna, to na tyle wyrównany poziom rozgrywek, że lider tabeli wcale nie za każdym razem jest faworytem do wygrania meczu. Polonia jest zespołem mocno stawiającym na ofensywę, lubiącym mieć piłkę przy nodze. Dobra postawa w obronie i przy stałych fragmentach gry z pewnością będą elementami, które mogą nam pozwolić myśleć o osiągnięciu korzystnego wyniku. Chciałbym też, by mój zespół stworzył przynajmniej o jedną okazję do zdobycia gola więcej niż podczas ostatniego meczu w Gdańsku. Od dwóch tygodni pracujemy w nowym ustawieniu i wierzę, że każdy trening przybliża nas do tego, by pewne zachowania stały się coraz bardziej powtarzalne i przełożyły się na kreowanie większej liczby szans bramkowych – powiedział Piotr Plewnia, trener Odry Opole.



FOT. MARIO

Po raz ostatni Odra Opole mierzyła się z Polonią Warszawa na koniec poprzedniego sezonu. Uległa jej wtedy na Itaka Arenie 1-2

W ostatnim meczu ligowym jego podopieczni ulegli na wyjeździe 1-2 Lechii Gdańsk, czyli innej drużynie ze ścisłej czołówki. Długimi fragmentami wcale nie prezentowali się gorzej od rywala z Pomorza. Dlatego szkoleniowiec opolskiej ekipy zarówno odczuwa duży niedosyt, jak i dostrzega światełko w tunelu.

-Trudno było być zadowolonym po meczu, w którym w naprawdę dużym wymiarze czasowym graliśmy nieźle, przede wszystkim w obronie, a finalnie nie zdobyliśmy nawet choćby punktu. W naszej sytuacji jakakolwiek zdobycz byłaby bardzo ważna dla sfery mentalnej. Byłem jednak niezadowolony głównie wynikiem. Przebiegiem meczu byłem podbudowany, ponieważ długo nie pozwoliliśmy rozwinąć skrzydeł jednemu z najlepszych ofensywnych zespołów w lidze. Jeżeli teraz uda nam się potwierdzić kilka rzeczy, które w meczu z Lechią stały na całkiem przyzwoitym poziomie, światełko w tunelu powinno zaświecić się jeszcze mocniej – dodał Piotr Plewnia.

**Tabela Betclic 1 Ligi**

| | | |
|---|---|---|
| 1.Polonia Warszawa | 15 | 26 | 24-16 |
| 2.ŁKS Łódź | 15 | 26 | 18-13 |
| 3.Lechia Gdańsk | 15 | 25 | 27-23 |
| 4.Polonia Bytom | 15 | 24 | 24-24 |
| 5.Termalica Nieciecza | 15 | 23 | 23-21 |
| 6.Ruch Chorzów | 15 | 22 | 18-16 |
| 7.Warta Poznań | 15 | 22 | 22-21 |
| 8.Miedź Legnica | 15 | 21 | 21-14 |
| 9.Pogoń Grodzisk Maz. | 15 | 21 | 22-17 |
| 10.Arka Gdynia | 15 | 21 | 22-19 |
| 11.Stal Rzeszów | 15 | 21 | 22-25 |
| 12.Pogoń Siedlce | 15 | 20 | 17-17 |
| 13.Stal Mielec | 15 | 20 | 20-28 |
| 14.Puszcza Niepołomice | 15 | 17 | 18-20 |
| 15.Podbeskidzie B-Biała | 15 | 16 | 18-21 |
| 16.Chrobry Głogów | 15 | 15 | 15-19 |
| 17.Unia Skierniewice | 15 | 15 | 20-26 |
| 18.Odra Opole | 15 | 12 | 12-23 |

KOSZYKÓWKA

# Walczymy o awans do finałów mistrzostw świata. Liczę, że w Gliwicach będzie ogień

Jacek Sroka

**Rozmowa z Igorem Miliciem, trenerem reprezentacji Polski, przed piątkowym meczem z Chorwacją w Gliwicach (godz. 20.45).**

**Czy reprezentacja Polski w piątek wywalczy w Gliwicach awans do finałów mistrzostw świata?**

Najpierw trzeba wskoczyć, a dopiero potem powiedzieć hop. Jesteśmy zespołem, który twardo stąpa po ziemi. Musimy wykonać dużą i dobrą pracę, żeby osiągnąć cel, o którym wszyscy marzymy. Na pewno bardzo tego chcemy. Przygotowujemy się, żeby postawić tę kropkę nad i w tych kwalifikacjach, ale wiemy, że nie będzie łatwo.

**W eliminacjach zarówno my jak i Chorwacji mamy bilans 7-1. Faktycznie potencjał obu zespołów jest zbliżony?**

U nich zagrają Dario Sarić, który gra pierwsze skrzypce w Eurolidze, czy Jaleen Smith - rozgrywający Hapoelu Jerozolima. My nie mamy wielu takich zawodników oprócz Mateusza Ponitki i Olka Balcerowskiego. W dodatku nie wiemy, czy ten ostatni będzie nam w stanie pomóc, bo ma drobną kontuzję. Ten bilans nie może nas uśpić, nie możemy myśleć, że jesteśmy już na samym szczycie. Wywalczyliśmy to, ale w każdym meczu musimy udowadniać naszą klasę.

**Spotkanie z Chorwacją może obejrzeć w PreZero Arenie Gliwice komplet widzów. 13 tys. ludzi na trybunach oznaczałoby pobicie rekordu frekwencji na meczu kosza w Polsce.**

Bardzo się z tego cieszę i liczę, że tak będzie. My zostawimy kawał serca i potu na tym boisku, żeby wszyscy byli później szczęśliwi, żebyście znowu byli z nas dumni.

**Tak duże zainteresowanie wynika też z tego, że napędziliście apetyt kibicom meczem z Niemcami. Pojedynek z mistrzami świata i Europy w Gdańsku, mimo że przegrany po dogrywce, był kapitalnym widowiskiem.**

To nie jest jeden mecz, my walczymy o to już 5-6 lat, nawet więcej. Bardzo się cieszę, że wreszcie jest doceniona ta praca, którą wykonaliśmy. Powiedzmy, że ogólnie ze średnim składem jesteśmy teraz na samym szczycie europejskiej koszykówki. Wszyscy patrzą na nas już trochę inaczej i z dużym respektem jesteśmy odbierani w Europie. To zasługa pracy wykonanej przez federację, przez mój sztab, przez zawodników. To był naprawdę ogrom pracy i nie chcemy tego teraz zaprzepaścić.

**Czy mecz z Chorwacją ma dla pana szczególny podtekst?**

Absolutnie nie ma żadnego podtekstu, ale ma ogromne znacznie, bo to jest mecz o Katar, o zakwalifikowanie się do finałów MŚ. Myślę, że Chorwaci są na równi z nami i oni też walczą o awans, ale my gramy przed własną publicznością i liczę, że będzie ogień z naszej strony oraz głośny doping ze strony fanów w Gliwicach.

WYDARZENIE

# To będzie gratka dla miłośników fotografii sportowej. Szykuje się specjalna wystawa

Wiktor Gumiński

**Wyjątkowe zdjęcia sportowe będzie można zobaczyć w Opolu podczas wystawy „Sport w kadrze". Jej wernisaż odbędzie się 1 grudnia.**

Fotografie z wielu różnych dyscyplin, autorstwa Krzysztofa Świderskiego oraz Artura Szyndlera, będzie można wtedy zobaczyć w Centrum Aktywizacji Społecznej przy ul. Krakowskiej 32. Początek wydarzenia, które odbędzie się w ramach działalności Fotoklubu Opole, o godz. 18.

- Codziennie przeglądamy zdjęcia z relacji sportowych, zazwyczaj są one dodatkami do tekstów czy tabelek rankingowych. Prezentowane zdjęcia to próba pokazania chwil i emocji zatrzymanych w kadrze, zdarzeń zwykle nieuchwytnych w swej błyskawiczności. Wydarzeń znikających w nawale codziennych informacji i relacji. Bohaterkami i bohaterami zdjęć są sportowcy z naszego regionu - mówią zgodnie autorzy zdjęć.

Podczas spotkania będzie również okazja do porozmawiania o działaniach Fotoklubu Opole.

Kuratorem wystawy „Sport w kadrze" jest Jacek Baranowski.



FOT. MATERIAŁY ORGANIZATORA

Na wystawie „Sport w kadrze" prezentowane będą zdjęcia, których bohaterami są sportowcy doskonale znani na Opolszczyźnie

eprasa.pl 820f131346

nto extra. Powiat opolski

wydanie bezpłatne

nto

NOWA TRYBUNA OPOLSKA

Piątek 27.11.2026

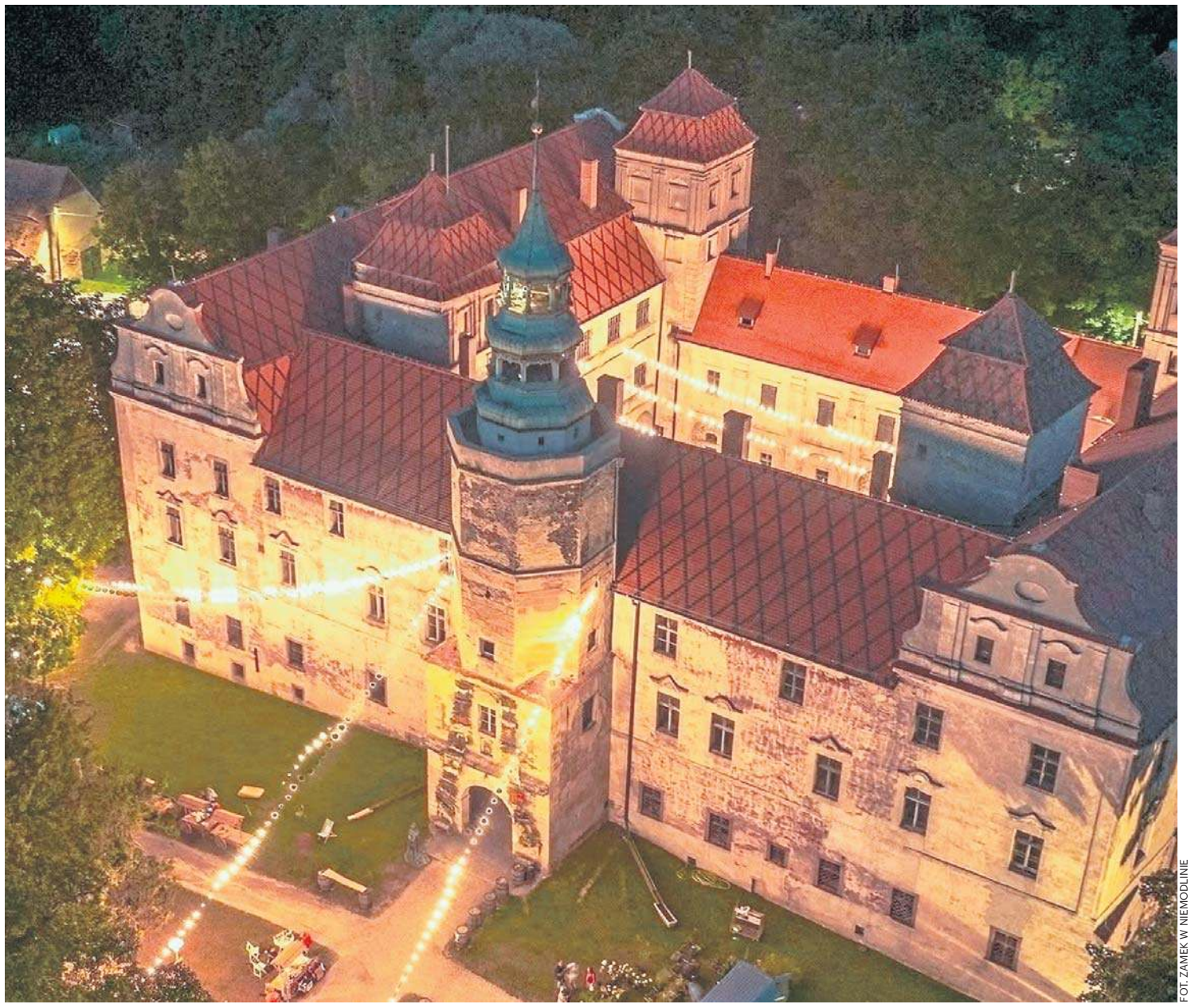
Z Ozimka i Turawy na ekrany. Aktorka znów zagra w głośnym filmie Str. 2

Władze gmin domagają się budowy nowej ekspresówki Str. 18

Najstarsza pamiątka po śląskich Teksańczykach jest w muzeum w USA. Rozmowa z historykiem z Chicago Str. 24

# Nowy Cud Polski znajdziemy pod Opolem. O prestiżowy tytuł walczyły trzy perły Opolszczyzny, wygrał niemodliński zamek

str. 4



FOT. ZAMEK W NIEMODLINIE

REKLAMA 0011615681




eprasa.pl 820f131346

NA EKRANIE

# Z Ozimka na ekrany. Aktorka pochodząca z Opolszczyzny zagra w głośnym filmie

Agnieszka Żulewska dołączyła do obsady nowej ekranizacji prozy Katarzyny Grocholi. W filmie „Właśnie że tak! Nigdy w życiu! 20 lat później" ma wcielić się w dorosłą Tosię, córkę Judyty.

**Milena Zatylna**

Agnieszka Żulewska urodziła się w Ozimku, a wychowała w Turawie. Jej pierwsze aktorskie doświadczenia również związane były z Opolszczyzną – przygodę z aktorstwem zaczynała w Młodzieżowym Domu Kultury w Opolu. Później wyjechała na studia do Łodzi. W 2010 roku ukończyła Wydział Aktorski słynnej łódzkiej „filmówki", czyli Państwowej Wyższej Szkoły Filmowej, Telewizyjnej i Teatralnej.

Dziś ma na koncie dziesiątki ról filmowych, serialowych i teatralnych i należy do grona aktorek swojego pokolenia regularnie obsadzanych w najgłośniejszych polskich produkcjach.

Teraz o Żulewskiej zrobiło się głośno za sprawą filmu, którego tytuł doskonale zna kilka pokoleń polskich widzów.

### Zagra córkę Judyty

Aktorka z Ozimka ma wystąpić w filmie „Właśnie że tak! Nigdy w życiu! 20 lat później", będącym ekranizacją najnowszej powieści Katarzyny Grocholi i powrotem do historii Judyty. Agnieszce Żulewskiej przypadła rola dorosłej Tosi – córki głównej bohaterki.

Judyta ponownie będzie miała twarz Danuty Stenki. Rolę nastoletniej Tosi w pierwszym „Nigdy w życiu!" zagrała Joanna Jabłczyńska.

Decyzja, że w nowym filmie zastąpi ją Agnieszka Żulewska, wywołała duże zamieszanie i dyskusję w mediach. Jabłczyńska publicznie mówiła o swoim rozczarowaniu, a sprawa szybko stała się jednym z najgłośniej komentowanych tematów związanych z powstającą produkcją.

Sama Katarzyna Grochola zwraca uwagę na istotną różnicę: powstający obraz nie jest po prostu drugą częścią filmu z 2004 roku, lecz ekranizacją kolejnej książki z cyklu o Judycie. W przeszłości bohaterowie jej powieści również zmieniali ekranowe twarze. Judytę po Danucie Stence grały chociażby Grażyna Wolszczak i Edyta Jungowska.

### Z Ozimka do najgłośniejszych polskich produkcji

Dla Żulewskiej będzie to kolejna znacząca rola w karierze. Aktorka od lat konsekwentnie buduje swoją pozycję, wybierając bardzo różne projekty – od kina autorskiego przez teatr po wielkie produkcje serialowe.

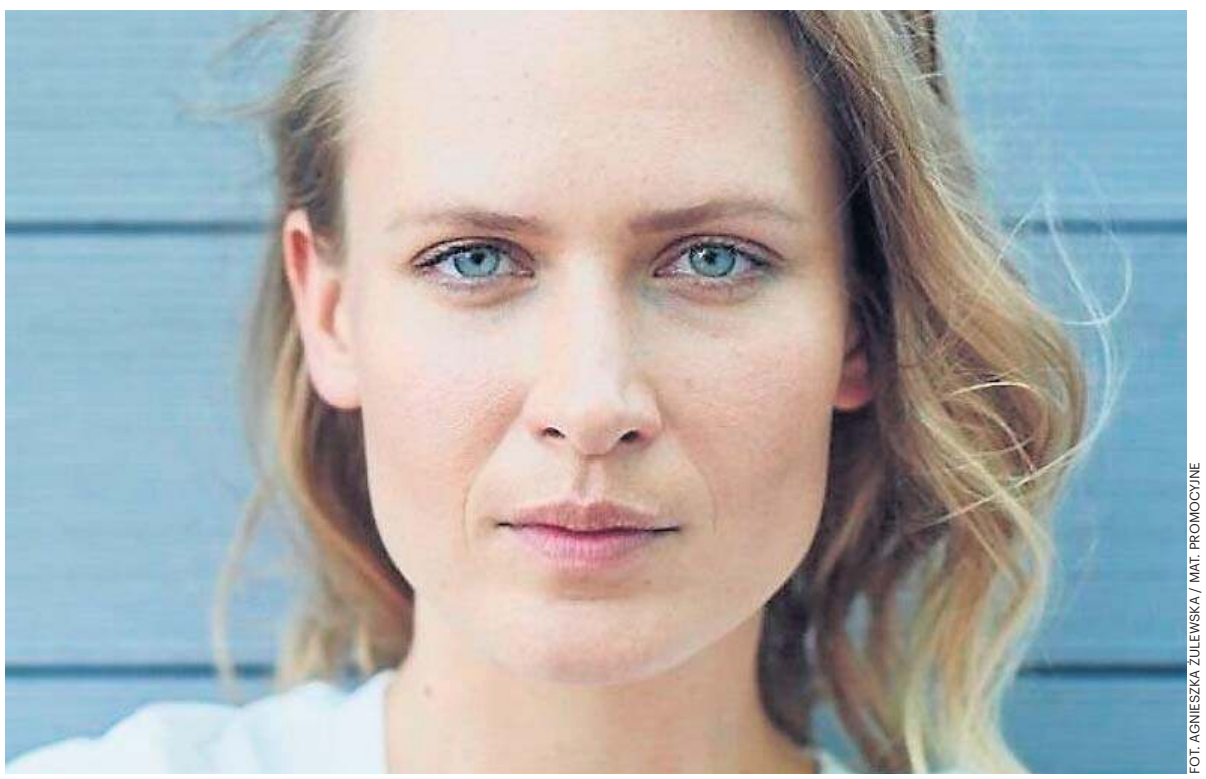
Jednym z najważniejszych momentów jej kariery była „Chemia" Bartosza Prokopowicza. Żulewska zagrała Lenę, młodą kobietę mierzącą się z chorobą nowotworową. Za tę kreację otrzymała Nagrodę im. Zbyszka Cybulskiego.

W tym samym okresie można ją było zobaczyć w „Demonie" Marcina Wrony. Później pojawiły się kolejne głośne produkcje, m.in. „Rojst", „Ślepnąc od świateł", „Żmijowisko" czy „Cicha ziemia". Żulewska wystąpiła również m.in. w serialu „Porządny człowiek" oraz filmie „Brzydka siostra".

Szerokiej publiczności dała się poznać w 2022 roku dzięki serialowi „Wielka woda". Zagrała w nim Jaśminę Tremer – hydrolog, która próbuje ostrzec przed nadciągającą powodzią. Serial opowiadający historię inspirowaną powodzią tysiąclecia z 1997 roku zdobył dużą popularność, a Żulewska znalazła się w centrum opowieści.

Co ciekawe, jej związki z rodzinnym regionem zostały również symbolicznie docenione. W 2023 roku podczas Festiwalu Filmowego Opolskie Lamy w Opolu aktorka otrzymała Honorową Lamę.

Ostatnio bardzo głośno jest także o Kamili Urzędowskiej, aktorce pochodzącej z Nysy. To ona zagrała Izabelę Łęcką w kinowej adaptacji „Lalki". ©℗



FOT. AGNIESZKA ŻULEWSKA / MAT. PROMOCYJNE

ZŁOTA ALGA

# Wyłowiono ponad 5 ton śniętych ryb. Tragedia w opolskich wodach trwa od kilku lat

**Radosław Dimitrow**

**Ponad 5 ton martwych ryb – to bilans kolejnego, zmasowanego zakwitu złotej algi w Kanale Gliwickim. 25 sierpnia służby oficjalnie zakończyły trwającą od połowy miesiąca akcję interwencyjnego odławiania padłych sztuk z powierzchni wody.**

W siatkach pracowników Wód Polskich, strażaków i ochotników lądowały głównie padłe leszcze, karasie i karpie. Wśród wyłowionych 5 ton martwych zwierząt znalazły się też pojedyncze okazy sandaczy, amurów oraz okoni. Późniejsze meldunki dawały powody do ostrożnego optymizmu.

Podczas rejsów kontrolnych z 24 sierpnia nie zaobserwowano już żadnych nowych, martwych osobników w newralgicznej VI sekcji drogi wodnej ani na pozostałych odcinkach Kanału Gliwickiego. To właśnie ustąpienie zjawiska masowego śnięcia pozwoliło podjąć decyzję o wstrzymaniu głównych działań odłowowych. Wciąż jednak prowadzono precyzyjną zbiórka będących w stanie rozkładu resztek ryb z trzcinowisk oraz strefy przybrzeżnej.

### Zamknięte śluzy i patrole nad wodą

Do poprawy sytuacji w Kanale Gliwickim - poza działaniami służb - przyczyniły się najprawdopodobniej deszcze, które w drugiej połowie sierpnia zwiększyły ilość dopływającej wody.

Pomimo braku obserwacji nowych śniętych ryb wciąż obowiązywały ograniczenia z korzystania z wód Kanału Gliwickiego. To m.in. bezwzględny zakaz korzystania z wód sekcji VI Kanału Gliwickiego.

– Kontynuujemy nasze działania, związane z obecnością glonów Prymnesium parvum. W ramach rejsów kontrolnych w dniu 24 sierpnia br. pracownicy Wód Polskich w Gliwicach, obsługujący śluzy Kanału Gliwickiego nie podejmowali interwencji, związanych z odłowami śniętych ryb – nie występowały śnięcia ryb – potwierdzała wówczas Linda Hofman, rzecznik prasowy PGW WP RZGW w Gliwicach.

Aby zminimalizować ryzyko rozprzestrzeniania się zabójczej algi w dół drogi wodnej, całkowicie wstrzymano do odwołania przepływ wody oraz śluzowanie na obiektach w Łabędach i Dzierżnie na terenie województwa śląskiego. Zablokowana pozostaje również żegluga w V sekcji kanału. Służby prowadziły też działania osłonowe zbiornika Dzierżno Duże.

### Ekologiczny koszmar powraca jak bumerang

Niestety, dla mieszkańców regionu, przyrodników i lokalnych wędkarzy to tragiczne zjawisko staje się powoli ponurą codziennością. Sytuacja z sierpnia powtarza się niemal co roku.

Toksyczna złota alga (Prymnesium parvum) boleśnie dała o sobie znać chociażby w lipcu 2025 roku. Z Kłodnicy i Kanału Gliwickiego wyławiano wówczas setki kilogramów śniętych ryb, a ratunkiem dla ekosystemu było wlewanie do rzek ton perhydrolu (wody utlenionej).

Z kolei we wrześniu 2024 roku na sąsiadującym zbiorniku Dzierżno Duże doszło do absolutnej katastrofy, w wyniku której wyłowiono łącznie blisko 120 ton martwych zwierząt.

Naukowcy są w tej kwestii niezwykle zgodni: dopóki do Odry i jej dopływów będą masowo trafiać silnie zasolone wody poprzemysłowe ze śląskich kopalń, toksyczny, lubiący słone środowisko glon będzie regularnie namnażał się i zabijał rzeczne życie w każdym cieplejszym sezonie. ©℗

nto.pl

**Redaktor naczelny**
Tomasz Kapica
**Newsroom**
Robert Lodziński
**Wydawca**
Marcin Żukowski

**Redakcja**
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
tel. 77 44 32 500
w godz. od 8.00 do 16.00
nto@nto.pl oraz online@nto.pl
**Dyrektor biura reklamy**
Tomasz Jaroch
**Dyrektor marketingu**
Justyna Duchnowska

**Druk**
Polska Press Oddział Poligrafia,
41-203 Sosnowiec Milowice,
ul. Baczyńskiego 25a

PRO MEDIA SPÓŁKA Z O.O.

**Wydawca Pro Media Sp. z o.o.**
ul. Powstańców Śląskich 9,
45-086 Opole
**Prezes zarządu**
Robert Glinkowski
**Projekt graficzny**
Tomasz Bocheński

**www.nto.pl**

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

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA
0011603698

Osiedle **Górki**

# BLISKO MIASTA **BLIŻEJ NATURY**

*Dla Ciebie i Twojej Rodziny*






**EKOLOGICZNE, EKONOMICZNE W UTRZYMANIU, KOMFORTOWE.**

**Wybierz działkę, A MY WYBUDUJEMY DOM Twoich marzeń.**

## NA SPRZEDAŻ NOWOCZESNE BLIŹNIAKI



- 93.3 m² powierzchni użytkowej
- około 420 m² działki
- 4 pokoje
- Pompa ciepła i rolety zewnętrzne

**769 tys. zł**



- 105.53 m² powierzchni użytkowej
- około 420 m² działki
- 5 pokoje
- 2 miejsca postojowe

**839 tys. zł**

**ZADZWOŃ I ZAREZERWUJ : 533 317 748 | biuro@ramopole.pl | osiedlegorki.pl**

eprasa.pl 820f131346

TURYSTYKA

# Zamek w Niemodlinie nowym Cudem Polski. O ten tytuł walczyły trzy perły Opolszczyzny

Łukasz Biernacki

**Zamek Książęcy w Niemodlinie został laureatem plebiscytu „Cuda Polski 2026", zorganizowanego przez magazyn National Geographic Traveler. To właśnie atrakcja turystyczna w Niemodlinie zdobyła najwięcej głosów w województwie opolskim.**



FOT. ZAMEK NIEMODLIN

W tegorocznej edycji plebiscytu czytelnicy wybierali spośród 48 miejsc z całego kraju, po trzy z każdego województwa.

W województwie opolskim o tytuł walczyły: Zamek Książęcy w Niemodlinie, Muzeum Wsi Opolskiej, JuraPark w Krasiejowie. Największe poparcie zdobył jednak Zamek Książęcy w Niemodlinie, który będzie reprezentował region na ogólnopolskiej mapie zwycięzców.

## Ponad 200 tysięcy głosów w całej Polsce

Jak podkreślają organizatorzy, zainteresowanie plebiscytem po raz kolejny okazało się bardzo duże. - Tegoroczna edycja Cudów Polski National Geographic Traveler po raz kolejny udowodniła, jak wielki potencjał turystyczny kryje się poza najbardziej znanymi atrakcjami naszego kraju. Przez sześć tygodni zapraszaliśmy Polaków do odkrywania i wspierania niezwykłych miejsc w każdym z 16 województw - mówi Łukasz Załuski, redaktor naczelny National Geographic Polska.

Jak dodaje, największą siłą plebiscytu pozostaje zaangażowanie lokalnych społeczności. W całej Polsce oddano łącznie ponad 200 tysięcy głosów.

- Największym sukcesem tej inicjatywy jest dla mnie to, że potrafimy połączyć ogólnopolski zasięg National Geographic z autentycznym zaangażowaniem mieszkańców, samorządów i lokalnych pasjonatów – podkreśla.

## Niemodlin w gronie najciekawszych miejsc w Polsce

Lista tegorocznych laureatów pokazuje różnorodność atrakcji turystycznych w Polsce. Wśród zwycięzców znalazły się zarówno zabytki, jak i atrakcje przyrodnicze.

Tytuł „Cudu Polski 2026" otrzymały: Dolnośląskie – Arboretum Wojsławice, Kujawsko-Pomorskie – Mysia Wieża i Jezioro Gopło, Lubelskie – Kraszczady, Lubuskie – Gród Santok, Łódzkie – Aflopark w Pabianicach, Małopolskie – Krynica-Zdrój, Mazowieckie – Otwock i Świdermajer, Opolskie – Zamek Książęcy w Niemodlinie, Podkarpackie – Kościół w Haczowie, Podlaskie – Pojezierze Suwalskie i Jezioro Hańcza, Pomorskie – Kalwaria Wejherowska, Śląskie – Szlak Orlich Gniazd, Świętokrzyskie – Rzeka Nida, Warmińsko-Mazurskie – Kanał Elbląski, Wielkopolskie – Kraina 100 Jezior, Zachodniopomorskie – Chłopy.

Michał Cessanis, redaktor prowadzący National Geographic Traveler i ambasador plebiscytu, podkreśla, że tegoroczni laureaci pokazują niezwykłą różnorodność kraju.

- Ta szesnastka świetnie pokazuje, jak różnorodny i pełen niespodzianek jest nasz kraj. Mamy tu niezwykłą przyrodę, fascynującą historię i wyjątkową architekturę. To miejsca, które zdecydowanie zasługują na to, by wpisać je na swoją podróżniczą mapę – mówi - Zachęcam wszystkich: ruszajcie w Polskę, odkrywajcie ją na nowo i zbaczajcie z utartych szlaków. Bo nie trzeba jechać na drugi koniec świata, żeby przeżyć wyjątkową przygodę. Polska jest najpiękniejsza – dodaje. ©℗

REKLAMA 0011606387

OPOLSKIE CENTRUM
KREDYTOWO LEASINGOWE

Polub nas na

27 KREDYTY HIPOTECZNE
lat doświadczenia w kredytach
EKSPERCI FINANSOWI



**Kupujesz mieszkanie lub dom?**
**Budujesz dom?**
Porównaj z nami oferty banków

**Masz już kredyt?**
Sprawdź czy możesz płacić mniej.

Sprawdź czy możesz płacić mniej → www.ockl.pl

ul. Marka Prawego 30, 47-100 Strzelce Opolskie 77 461 30 68 791 921 199

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011605447

# Kompleksowe wyposażenie wnętrz

## UMEBLUJEMY TWÓJ

**salon sypialnię kuchnię jadalnię garderobę ogród taras**




**GALERIA WNĘTRZ**
Dobroteka w Dobrodzieniu
ul. Oleska 35
www.dobroteka.pl

dobroteka
GALERIA WNĘTRZ

eprasa.pl 820f131346

PIENIĄDZE

# Urząd odkopuje stare sprawy. Kierowcy dostają mandaty po 500 zł za przejazd autostradą A4

Radosław Dimitrow

**Do skrzynek pocztowych opolskich kierowców masowo trafiają wezwania do zapłaty 500 złotych w ramach kary za nieopłacone przejazdy autostradami (głównie opolski odcinek A4). Sprawa dotyczy tras pokonanych pomiędzy 1 października 2021 r., a 30 czerwca 2023 roku.**




FOT. R. DIMITROW

Urzędnicy skarbówki mają listę blisko pół miliona przejazdów A4 bez uiszczenia opłaty.

Okres, którego dotyczą kary, był czasem, gdy na szlabany na autostradowych bramkach były podniesione, ale samochody osobowe wciąż obowiązywała opłata w wysokości 10 groszy za kilometr. Choć same stawki były wręcz symboliczne, to system poboru opłat okazał się dla kierowców prawdziwą udręką.

Teoretycznie można było korzystać z rządowej aplikacji e-Toll, jednak ta zbierała fatalne recenzje – zawieszała się, błędnie naliczała trasy i błyskawicznie drenowała baterie w smartfonach. Alternatywą był zakup fizycznego biletu na stacji paliw, co z kolei wymagało podania z góry dokładnej trasy przejazdu i osobistej wizyty.

Dziś, po upływie kilku lat, udowodnienie swojej niewinności graniczy z cudem. Boleśnie przekonał się o tym jeden z przedsiębiorców ze Strzelec Opolskich, który w jednym dniu wyciągnął ze skrzynki aż cztery osobne koperty z mandatami na łączną kwotę 2000 złotych.

– Nie jestem w stanie udowodnić, czy kupiłem wtedy bilet. Przecież nie trzymam paragonów ze stacji paliw sprzed kilku lat – przyznaje bezradnie mieszkaniec.

Część kierowców próbuje szukać ratunku w samej aplikacji, ale ponieważ od ponad roku jest ona całkowicie bezużyteczna, większość osób dawno usunęła ją z telefonów i nie ma wglądu do historii swoich przejazdów.

## Wypożyczalnie toną w papierach

Obsługą gigantycznej bazy zajmuje się łódzki oddział Krajowej Administracji Skarbowej.

„Do Dyrektora IAS Łódź przekazano 492 452 podejrzenia naruszeń obowiązku wniesienia opłaty za przejazd autostradą płatną„ - podaje wydział prasowy KAS na łamach portalu Interia.

Według szacunków urzędników, wezwania otrzymało dotąd zaledwie 35 proc. kierowców z tej puli, więc akcja wysyłkowa wciąż trwa.

Spory problem mają też właściciele wypożyczalni samochodowych, którzy masowo otrzymują kary za swoich dawnych klientów:

– Pierwszą pulę dostaliśmy w sierpniu, a obecnie mamy takich spraw po kilkanaście w tygodniu. Każde z takich wezwań musimy żmudnie wyjaśniać, odszukując w archiwach stare umowy najmu samochodów. To dla nas sporo dodatkowej pracy – podkreśla Mateusz Krancioch, współwłaściciel wypożyczalni Mateusz Trans z Wysokiej w powiecie strzeleckim.

## Sądowy spór o dane kierowców

Masowe wystawianie kar po latach budzi ogromne kontrowersje prawne. W obronie kierowców stanął początkowo Wojewódzki Sąd Administracyjny (WSA) w Łodzi, który powołując się na przepisy RODO, uznał, że skarbówka ma prawo przetwarzać dane z systemu e-Toll (dotyczące biletów) maksymalnie przez 24 miesiące. Po tym czasie dane powinny zostać usunięte, co uniemożliwiałoby nakładanie kar.

Radość ukaranych nie trwała jednak długo, bo Naczelny Sąd Administracyjny (NSA) całkowicie odwrócił tę logikę i przyznał rację skarbówce. NSA stwierdził, że: przepis o kasowaniu danych po 24 miesiącach dotyczy tylko kierowców, którzy bilet kupili. Jeśli system nie odnotował zakupu, te ograniczenia czasowe w ogóle nie mają zastosowania. Według tego orzecznictwa kara za nieopłacony przejazd traktowana jest na zasadach ogólnych, a to oznacza, że przedawnia się dopiero po 5 latach. Sąd uznał jednocześnie, że fotografie z kamer zjazdowych jednoznacznie potwierdzają obecność pojazdu na płatnym odcinku.

Kierowcom pozostaje jeszcze cień nadziei. Ze względu na głębokie rozbieżności w interpretacji przepisów o ochronie danych osobowych, spór o legalność wystawianych kar trafił ostatecznie na wokandę Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej (TSUE). Jednak niezależnie od rozstrzygnięcia, na ten moment kierowcy muszą zapłacić karę w terminie 14 dni lub odwołać się od decyzji i udowodnić, że opłacili przejazd we wskazanym terminie. ©℗

REKLAMA 0011608668




REKLAMA 0011609353




REKLAMA 0011611316




eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011605035

Zdrapki

DOŁĄCZ
DO ŚWIĄTECZNYCH
GRACZY
DRAPACZY

do zdrapania nawet
200 000 zł

18+

GRAJ W PUNKTACH

LOTTO

eprasa.pl 820f131346

KOMPRACHCICE

# Lekcje przyrody pod chmurką. Przedszkolaki z gminy Komprachcice mają nowe pracownie

Mirela Mazurkiewicz

**Przy przedszkolach publicznych w Komprachcicach i Polskiej Nowej Wsi powstały miejsca do nauki i zabawy na świeżym powietrzu. Są w nich domki dla owadów, stacje do obserwacji dżdżownic, kuchnia błotna i ścieżka sensoryczna.**




GMINA KOMPRACHCICE

**Pracownie pod chmurką to część szerszego trendu. Pedagodzy przekonują, że dziecko, które samo obserwuje dżdżownicę albo bawi się w błotnej kuchni, uczy się szybciej i chętniej niż z podręcznika.**

Pracownie pod chmurką to część szerszego trendu. Przybywa przedszkoli leśnych, a szkoły i przedszkola coraz częściej wyprowadzają lekcje poza sale. Pedagodzy przekonują, że dziecko, które samo obserwuje dżdżownicę albo bawi się w błotnej kuchni, uczy się szybciej i chętniej niż z podręcznika.

Kolejne takie miejsca powstają również na Opolszczyźnie. W Komprachcicach stanęła wiata edukacyjna, a obok niej tablice edukacyjne, gra „Światowid" oraz ławostoły. Dzięki domkom dla owadów i stacji do obserwacji dżdżownic dzieci będą mogły podpatrywać przyrodę z bliska i uczyć się ekologicznych zachowań, spędzając czas na świeżym powietrzu.

W Polskiej Nowej Wsi również powstała wiata edukacyjna. Są tu m.in. ławostoły z grą o tematyce pszczelarskiej, ścieżka sensoryczna i kuchnia błotna. Podobnie jak w Komprachcicach nie zabrakło też domku dla owadów i stacji do obserwacji dżdżownic. Pracownia ma zachęcać do eksperymentowania i poznawania natury wszystkimi zmysłami.

Pracownie powstały w ramach II edycji programu „Akademia Młodego Ekologa", ogłoszonego przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Opolu. Ich celem jest edukacja ekologiczna przez doświadczenie. Przedszkolaki mają poznawać przyrodę nie tylko z obrazków w książkach, lecz także z bliska, obserwując ją i dotykając.

- Najlepsza lekcja przyrody to ta, której można doświadczyć - podsumowuje gmina we wpisie w mediach społecznościowych.

Pracownia w Komprachcicach kosztowała 54 926,69 zł, a w Polskiej Nowej Wsi 54 866,69 zł. Na każdą z nich WFOŚiGW w Opolu przyznał po 50 tys. zł dotacji. Resztę, czyli łącznie niecałe 10 tys. zł, dołożyła gmina Komprachcice.

Taka forma edukacji służy nie tylko najmłodszym. Wiosną 2025 roku zielona klasa powstała przy Publicznym Liceum Ogólnokształcącym nr I w Opolu. Pieniądze dała firma, która patronuje w szkole klasom biznesowym, a przy pracach w terenie pomagali sami licealiści. Przestrzeń podzielono na trzy strefy: cichą do nauki, strefę relaksu z leżakami i wiatą oraz strefę ekologiczną z donicami pełnymi roślin, budkami lęgowymi i hotelami dla owadów, które zrobili uczniowie. Szkoła widziała w ogrodzie także sposób na emocje, bo taka praca uspokaja i może być świetną formą terapii.©℗

REKLAMA 0011616229

Siciak Med
Twój Dobry Lekarz



Kompleksowa opieka
medyczna w centrum Opola

SPECJALIŚCI DLA DZIECI I DOROSŁYCH

Ginekologia • Kardiologia • Diabetologia
Medycyna rodzinna • Uroginekologia • Psychologia
Fizjoterapia • Dietetyka kliniczna

PUNKT POBRAŃ NA MIEJSCU

UMÓW WIZYTĘ
883 477 333 • 77 300 33 68
ul. Ozimska 53/2, 45-059 Opole
www.siciakmed.pl

REKLAMA 0011612299

SKLEP MEDYCZNY & WYPOŻYCZALNIA
OPOLE, ul. Kościuszki 2
(w budynku Przychodni)
601-716-323
geba-med@wp.pl



- WÓZKI INWALIDZKIE
- BALKONIKI I CHODZIKI
- MATERACE PRZECIWODLEŻYNOWE
- ORTEZY KOŃCZYN GÓRNYCH I DOLNYCH
- PASY ORTOPEDYCZNE I GORSETY
- PIELUCHOMAJTKI I ART. TOALETOWE
- ŁÓŻKA REHABILITACYJNE
- KONCENTRATORY TLENU

REALIZUJEMY ZLECENIA NFZ
Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
BEZPŁATNY DOJAZD DO KLIENTA

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011615060

# ZAMIEŃ TARAS W CAŁOROCZNY SALON

– przez cały rok



**ALUMINIOWE ZADASZENIA TARASÓW**

## Pergole • Zadaszenia • Zabudowy tarasów

- **Ochrona przed** deszczem i słońcem
- **Więcej** prywatności
- **Nowoczesny wygląd** domu
- **Wzrost wartości** nieruchomości

**Projekt • Pomiar • Montaż • GWARANCJA SATYSFAKCJI**

**OŚWIETLENIE LED GRATIS**

M&M SYSTEMY ALUMINIOWE

**726 651 234**

**Kontakt: Opole - Wrzoski, ul. Wrocławska 244 | Tel. 697 787 162**

**MMTarasy777** **www.mmtarasy.pl**

Zobacz realizacje

eprasa.pl 820f131346

TURAWA

# Spacer suchą stopą po dnie Jeziora Turawskiego

Anna Gryglas

**Pomosty wiszące nad suchym dnem i łodzie, które zamiast kołysać się na wodzie, stoją na brzegu. Jezioro Turawskie wygląda dziś tak, jak rzadko kto miał okazję je oglądać.**

Kto przyjeżdża nad Jezioro Duże od lat, ma wrażenie, że trafił w zupełnie inne miejsce. Brzeg przesunął się o kilkadziesiąt metrów w głąb zbiornika. Tam, gdzie zwykle zaczynała się woda, ciągnie się teraz pas odsłoniętego dna, poprzecinany śladami dawnej linii brzegowej.

Pomosty, przy których jeszcze niedawno cumowały łodzie, kończą się w powietrzu, a do wody trzeba dojść spory kawałek po piasku.

Krajobraz zmienił się także na samym jeziorze. W jego wschodniej części zrobiło się tak płytko, że z wody wyłaniają się mielizny i łatwo na nie wpłynąć. Żeglarze nie rezygnują z pływania, ale trzymają się środka akwenu, gdzie głębokość nadal jest bezpieczna. Starsi bywalcy przyznają, że tak niskiego stanu nie pamiętają.



FOT. ANNA GRYGLAS

Tam, gdzie wcześniej była woda, dziś jest piach.

## Woda odeszła, odsłaniając dno

Ten niezwykły obraz utrzymuje się od czerwca 2026 r. Winna jest przede wszystkim susza. Jezioro zasilają głównie opady spływające z całej zlewni Małej Panwi, a tych od dawna brakuje.

Woda ze zbiornika musi przy tym stale odpływać, między innymi na potrzeby Elektrowni Opole. Wypływa jej więc więcej, niż napływa. Czy jezioro wróci do dawnego wyglądu, zależy od tego, ile deszczu i śniegu przyniosą najbliższe miesiące.



FOT. ANNA GRYGLAS

Przy takim pomoście można teraz przycumować tylko rower.

Opadająca woda przypomina, że Jezioro Turawskie nie jest dziełem natury. To sztuczny zbiornik retencyjny na Małej Panwi, który miał regulować poziom wody na Odrze i chronić Opole przed powodziami. Pomysł okiełznania tej często wylewającej rzeki pojawił się już na początku XX wieku, a pierwsze prace pomiarowe rozpoczęto jeszcze przed I wojną światową.

## Jezioro, pod którym zniknęły wsie

Zbiornik wodny w Turawie powstał w latach 1933–1939. Budowa oznaczała wysiedlenie mieszkańców wsi Zamoście, Krzyśliny wraz z przysiółkiem Łuk oraz Pustkowa, przysiółka Szczedrzyka. Miejscowości na zawsze zniknęły z mapy, a tereny, na których stały, znalazły się pod wodą. Część przesiedlonych rodzin dostała odszkodowania, a części zaproponowano domy w pobliskiej Ligocie Turawskiej.

Po wojnie jezioro zyskało drugie życie. W czasach PRL jego brzegi zamieniły się w jeden z ulubionych terenów wypoczynkowych mieszkańców Opolszczyzny i Górnego Śląska. Nazywano je „morzem pod Opolem" albo „namiastką Mazur". Do dziś zbiornik pełni jednak przede wszystkim swoją pierwotną funkcję: gromadzi wodę i chroni przed powodzią, co pokazał między innymi podczas powodzi tysiąclecia w 1997 roku. ©℗

REKLAMA 0011610557




eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011606761

MULTIPLAY

# Lżej na start
# 6 miesięcy internetu za 1 zł/mies.

**Internet światłowodowy dla nowych klientów**

**Sprawdź na: www.multiplay.pl**




REKLAMA 0011611540

GROTRANS

Łany, ul. Szkolna 24, 47-253 Cisek
www.grotrans.pl, tel. 77 487 50 38



**Paliwa** - olej opałowy i napędowy
**Hurt olei mineralnych**

Zapraszamy na nasze stacje

**NOWA STACJA 24H**
**PIETNA**
ul. Krapkowicka 2
**tel. 774 749 568**

**OPOLE**
ul. Oleska 133
**tel. 504 245 378**

**STRZELCE OPOLSKIE**
ul. Pl. Targowy 4
**tel. 504 245 512**

**WODZISŁAW ŚLĄSKI**
ul. Pszowska 307
**tel. 504 245 334**

**SZONOWICE**
ul. Słowackiego 32
**tel. 32 410 65 93**

**TOSZEK**
ul. Gliwicka 1B
**tel. 32 233 44 50**

**KORZONEK**
ul. Gliwicka 31
**tel. 504 245 299**

**LĘDZINY**
**ul. Pokoju 1**
**tel. 32 216 40 35**

**ZĘBOWICE**
ul. Opolska 38
**tel. 77 421 61 02**

**ROSZOWICKI LAS**
ul. Kochanowskiego 79
**tel. 77 4871 191**

Dobry Dostawca - Najlepsze Paliwa

REKLAMA 0011609884

ETS

# PRACA W NIEMCZECH

**magazynier, sortowacz,**
**pracownik komunalny, pracownik produkcji**

**Transport i zakwaterowanie zapewnione**

**Zapraszamy do kontaktu:**
**ets-praca.pl**
**+48 695 938 730**

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011614645

# Stan zdrowotny brzeskich lasów

**W ostatnich latach obserwujemy narastające zagrożenia dla trwałości opolskich drzewostanów sosnowych. Wynikają one z postępujących zmian klimatu, deficytów wody, skutków porażenia drzew przez jemiołę oraz szkodniki owadzie, które atakują osłabione drzewa.**



Z uwagi na fakt, że sosna jest gatunkiem dominującym na ponad 60% powierzchni Nadleśnictwa Brzeg, sygnalizowany wyżej problem istotnie brzeskich lasów dotyczy.

## PRZYCZYNY OSŁABIENIA

### Zmiany klimatu

Wszyscy je obserwujemy w ostatnich latach i zauważalne jest dla nas ocieplenie klimatu, choćby w bieżącym roku. Znikomy czas zalegania pokrywy śnieżnej, sucha wiosna, ponad trzydziestopniowe letnie upały, a obecnie panująca Polska Złota Jesień potwierdzają tezę, że klimat nam się zmienia.

### Deficyt wody

Efektem klimatycznego ocieplenie jest pogłębiający się deficyt wody. Drzewa do życia jej potrzebują, pobierają ją przez system korzeniowy. Obniżający się poziom wód gruntowych oraz przewidywana w br. znacznie niższa od średniej suma opadów na Opolszczyźnie pozwalają prognozować dalsze osłabienie drzewostanów.

System korzeniowy sosny kształtuje się zwłaszcza w pierwszych 10 latach życia drzewa, a po 30 latach całkowicie traci zdolności przystosowawcze do warunków wilgotnościowych. Wykształcone 60-70 lat temu systemy korzeniowe sosen, nie sięgają tak głęboko, aby skorzystać z wód gruntowych na obecnym niskim poziomie. Wykształciły się w zdecydowanie lepszych warunkach hydrologicznych i ukształtowały się płytko pod ziemią.

Na terenie Nadleśnictwa Brzeg w Leśnictwie Dobrzyń od strony zachodniej obserwujemy też wzmożone osłabienie drzewostanów w sąsiedztwie kopalni piasku Leśna Woda. Powstały lej depresyjny obniżył znacznie poziom wód gruntowych w najbardziej na zachód wysuniętym kompleksie leśnym Nadleśnictwa.

### Jemioła

Na osłabionych brakiem wody sosnach pojawiła się jemioła, roślina-półpasożyt, pobierająca z organizmu żywiciela za pomocą ssawek wodę oraz sole mineralne. Nie powoduje natychmiastowego zamierania drzewa, ale stopniowo poprzez rozwój na kolejnych gałęziach ogranicza pobór tego co do życia jest niezbędne. Szacujemy, że w Nadleśnictwie Brzeg porażonych, w różnym stopniu, jemiołą jest ponad 70% drzewostanów sosnowych.

### Szkodniki wtórne

To owady, które atakują chore, zamierające, niezdolne do obrony drzewa. W przypadku sosny, są to m.in. przypłaszczek granatek i kornik ostrozębny, które coraz częściej kończą żywot zamierających sosen.

## DZIAŁANIA ZARADCZE PROWADZONE PRZEZ LEŚNIKÓW

### Monitoring

Leśnicy prowadzą systematyczne przeglądy drzewostanów, okresowo aktualizują stan porażenia jemiołą, przeprowadzają inwentaryzację posuszu co pozwala ocenić skalę problemu.

### Cięcia sanitarne

To usuwania drzew obumarłych i zamierających. Będą się one intensyfikować, zarówno jako wycinanie pojedynczych drzew, jak wykonanie zrębów sanitarnych, czyli usunięcie najsilniej osłabionych, porażonych przez jemiołę i zasiedlonych przez szkodniki owadzie drzewostanów na kilkuhektarowych powierzchniach.

### Przebudowa drzewostanów

To np. przekształcanie drzewostanów jednogatunkowych tzw. monokultur, przez stopniowe ich usuwanie i wprowadzanie gatunków domieszkowych, które lepiej radzą sobie w danych warunkach zarówno klimatycznych, jak i glebowych. Zwiększa się wówczas ich odporność.

## PROGNOZY

Podobna sytuacja miała już miejsce na Opolszczyźnie w połowie ubiegłego dziesięciolecia. W roku 2015 roczna suma opadów wyniosła 358 mm (znacznie poniżej wartości średniej wieloletniej – 606 mm), co przy podobnie niskich wartościach w kolejnych latach skutkowało znacznym wzrostem rozmiaru cięć sanitarnych, w tym również sanitarnych zrębów.

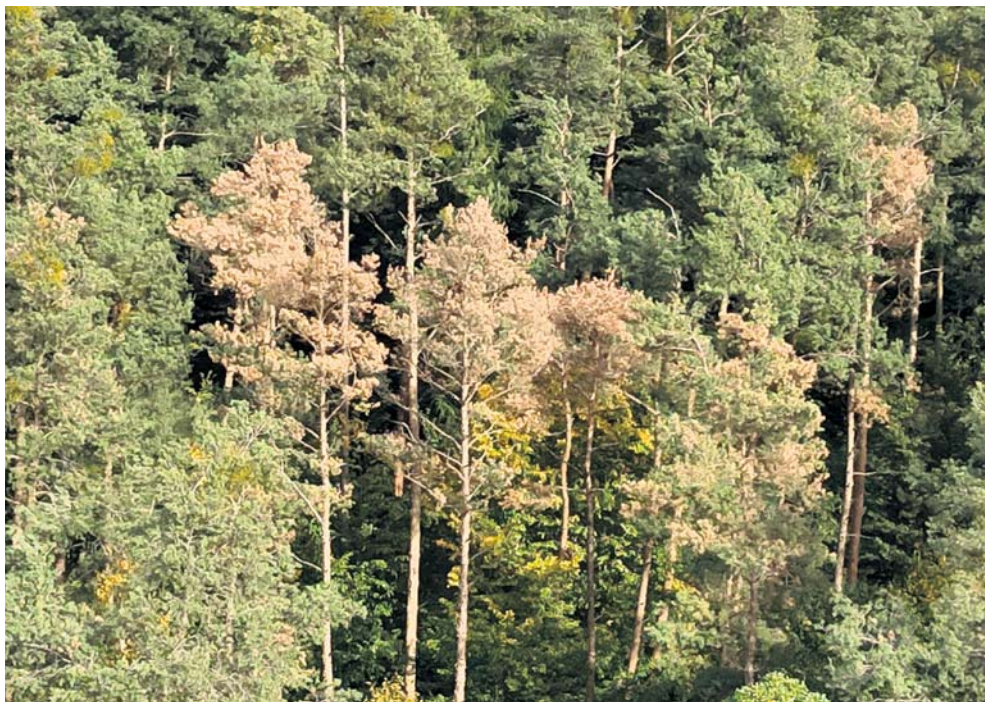
Leśnicy uporali się z usunięciem zamierających drzewostanów i w oparciu o leśną wiedzę, odnowili, czyli wprowadzili nowe pokolenie lasu, na wyciętych zrębach.

Powszechnie obserwowane zjawisko suszy, o którego nasileniu możemy mówić w bieżącym roku, najprawdopodobniej wymusi na leśnikach w nadchodzących latach podobne działania.

Nie powinny nas one dziwić, wszak udowodnili, że potrafią reagować na zmiany w przyrodzie, na które nie mamy wpływu.

Ponadto nadzieję na przetrwanie nowego pokolenia sosny daje przytoczony już wcześniej fakt, że system korzeniowy kształtuje się ostatecznie w wieku 10-30 lat i przy obecnym obniżeniu poziomu wód gruntowych sięgnie znacznie głębiej, aby poradzić sobie w przyszłości.

**Wojciech Dudik**





eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011612204



# Dołącz do BA Glass – produkuj z nami opakowania szklane!

**Obecnie poszukujemy:**

- Operatora automatu szklarskiego (K/M)
- Operatora zestawiarni i pieca szklarskiego (K/M)
- Operatora wózka widłowego (K/M)
- Elektryka/Elektromechanika (K/M)
- Mechanika (K/M)
- Tokarza/Ślusarza (K/M)
- Operatora linii (K/M)

**Nie wymagamy doświadczenia – wszystkiego Cię nauczymy.**
Oferujemy dodatek za dojazdy, atrakcyjne benefity, wydarzenia firmowe i realne możliwości rozwoju!

BA GLASS POLAND

**12 miliardów** szklanych opakowań rocznie
**13 hut szkła** w Europie i Meksyku
**70 krajów** na całym świecie, do których dystrybuujemy nasze produkty

**Cała międzynarodowa grupa liczy prawie 5000 pracowników.**
Te liczby są imponujące, ale w pełni nie oddają charakteru BA Glass. Praca u nas to nie tylko codzienne wyzwania, ale także możliwość rozwoju w międzynarodowym środowisku wśród osób, które lubią to, co robią.

Wyślij swoje CV na mail: **rekrutacja@baglass.com,**
a w razie pytań dzwoń pod numer **508 004 107.**

Huta Szkła Jedlice | Jedlice | 46-040 Ozimek

**Aplikuj i stań się częścią zespołu BA Glass!**
Zapraszamy także do odwiedzenia i polubienia naszego profilu na Facebooku: **BaGlassPolska gdzie możesz poznać nas lepiej.**

REKLAMA 0011611642




eprasa.pl 820f131346

DĄBROWA

# Darmowy bus zawiezie spod domu do lekarza, na zakupy. Skorzystają nie tylko seniorzy

Bezpłatny transport od drzwi do drzwi to odpowiedź na potrzeby osób wykluczonych komunikacyjnie. Mogą z niego skorzystać samotni, schorowani i niepełnosprawni mieszkańcy gminy Dąbrowa, ale również np. matki z małymi dziećmi, nieposiadające prawa jazdy, które nie są w stanie załatwić spraw w stolicy regionu.

**Mirela Mazurkiewicz**

- Pilne potrzeby życia codziennego, jak zakupy czy załatwienie spraw w urzędzie albo skorzystanie z rehabilitacji w Opolu, to tylko część pomysłu. Zależy nam na tym, by seniorzy dzięki takiej usłudze mieli też dostęp do wydarzeń kulturalnych, mogli spotykać się w klubie seniora, a nawet pojechać w odwiedziny do bliskiej osoby, która mieszka w innej miejscowości – mówi Katarzyna Gołębiowska-Jarek, wójt gminy Dąbrowa. – Jesień życia może być radosna, ale pod warunkiem, że damy seniorom szansę wyjścia z domu, bo właśnie tej grupy szczególnie często dotyczy ryzyko wykluczenia. Od dawna marzyło mi się takie rozwiązanie. Cieszę się, że w końcu stało się faktem. Nie chcemy naszych mieszkańców wyręczać, ale chcemy wzmacniać ich samodzielność, dawać poczucie bezpieczeństwa i godności.

Dziewięcioosobowy bus jest w dyspozycji Ośrodka Pomocy Społecznej. Od początku miesiąca mieszkańcy gminy Dąbrowa, którzy mają kłopot z dojazdem, mogą korzystać z bezpłatnego transportu od drzwi do drzwi. Kierowca odbiera ich sprzed domu, czeka na miejscu do dwóch godzin i odwozi z powrotem. Dla osoby starszej, poruszającej się o kulach albo na wózku, wyprawa do lekarza czy do sklepu bywa wyzwaniem nie do pokonania. Specjalnie przystosowany bus rozwiązuje te problemy.

- W busie zamontowany jest podnośnik, dzięki czemu osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi nie mają problemu ze wsiadaniem czy wysiadaniem – mówi wójt. – Ale usługa nie jest zarezerwowana wyłącznie dla seniorów i osób samotnych. Bywa, że na przykład jeden z rodziców wyjeżdża w delegację, a drugi – bez prawa jazdy i z małym dzieckiem – musi załatwić sprawy poza miejscem zamieszkania. On również może skorzystać z tej opcji.

Zainteresowani skorzystaniem z tego rozwiązania muszą przejść proces rekrutacji. Projekt przewiduje udział 150 osób, z czego na razie zarejestrowanych jest około 80 chętnych. Liczba kursów nie jest ograniczona, ale potrzebę należy zgłosić odpowiednio wcześniej.

- To, że kierowca ma obowiązek czekać na pasażera do dwóch godzin daje komfort, ponieważ nie trzeba się spieszyć, czy to u lekarza, czy na zakupach – tłumaczy wójt. – Dużym zainteresowaniem cieszą się zwłaszcza wyjazdy do Opola, co ma związek m.in. z rehabilitacją oraz dostępem do usług medycznych. Osób wykluczonych komunikacyjnie jest na terenie naszej gminy sporo. Pani kierownik Ośrodka Pomocy Społecznej odwiedziła podopiecznych, żeby opowiedzieć im o tym rozwiązaniu oraz o tym, jak z niego korzystać. Informacja trafiła też do wszystkich naszych sześciu klubów seniora.

Bus woził już chętnych na warsztaty kulinarne, na które zjechały wszystkie kluby seniora z gminy.

- Seniorzy szykują się na takie wydarzenia, cieszą się że mogą gdzieś pojechać. W busie rozmawiają, poznają się, wymieniają doświadczeniami. Robi się taki wesoły busik – opowiada Katarzyna Gołębiowska-Jarek. - Oni mają ogromną potrzebę wychodzenia z domu i bycia potrzebnymi.

W ramach projektu „Nie-Sami-Dzielni" na rozwój usług wspierających osoby potrzebujące pomocy w codziennym funkcjonowaniu przeznaczonych zostanie ponad 876 tys. złotych. Projekt jest w 100 proc. finansowany z pieniędzy europejskich i będzie trwał przez dwa lata, choć włodarze gminy już zapowiadają, że będą szukać możliwości kontynuacji.

Drugą częścią projektu jest rozwój usług asystenckich. Pięć asystentek osobistych wspiera seniorów po 60. roku życia i osoby z niepełnosprawnościami w codziennym funkcjonowaniu. Na realizację tego zadania przeznaczono 238 tys. zł, również w całości pochodzących z unijnego wsparcia. ©℗



FOT. GMINA DĄBROWA

**Dziewięcioosobowy bus jest w dyspozycji Ośrodka Pomocy Społecznej.**

TARNÓW OPOLSKI

# Poszerzona droga, nowa ścieżka dla pieszych i rowerzystów

**Sławomir Draguła**

**Całkowita wartość inwestycji szacowana jest na 3,8 miliona złotych, z czego 500 tysięcy złotych dołożyła gmina Tarnów Opolski.**

Zakończyła się modernizacja ul. Nakielskiej w Tarnowie Opolskim. W ramach robót droga została poszerzana do około 5,5 metra, powstała też ścieżka pieszo–rowerowa oraz chodnik. Ta inwestycja to jeden z ważniejszych kroków w modernizacji infrastruktury drogowej w gminie i okolicy. Dzięki niej mieszkańcy zyskali bezpieczniejszą i wygodniejszą trasę między Tarnowem Opolskim a Nakłem.

- Przebudowa objęła znacznie więcej niż samą nawierzchnię. Powstała nowa konstrukcja drogi, wykonano nasypy, przebudowano odwodnienie, kanalizację i pozostałą infrastrukturę techniczną - wylicza Piotr Rybczyński, dyrektor Zarządu Dróg Powiatowych w Opolu.

Ważnym elementem inwestycji jest droga dla pieszych i rowerzystów. To rozwiązanie, które ma poprawić bezpieczeństwo osób poruszających się inaczej niż samochodem.

- Dotychczas piesi i rowerzyści musieli korzystać z bardzo wąskich poboczy, często nieutwardzonych. Nowa droga pieszo-rowerowa oraz chodniki znacząco zwiększą komfort i zmniejszą ryzyko wypadków - informuje Henryk Lakwa, starosta opolski.

Zadbano również o przejścia dla pieszych, przejazdy rowerowe i zieleńce. W ramach inwestycji przebudowano także skrzyżowania z ulicami: Celną, Cmentarną, Słoneczną.

**Gmina też się dołożyła**

Całkowita wartość inwestycji szacowana jest na 3,8 miliona złotych, z czego 500 tysięcy złotych dołożyła gmina Tarnów Opolski jako udział własny.

- Co pokazuje, że lokalne władze są mocno zaangażowane w realizację przedsięwzięcia - kończy Henryk Lakwa. ©℗

ŁUBNIANY

# Obojętność może kosztować ludzkie życie

**Mirela Mazurkiewicz**

**Zima to szczególnie trudny czas dla osób starszych, samotnych, schorowanych i z niepełnosprawnościami, a także dla bezdomnych. Gmina Łubniany apeluje do mieszkańców, by nie byli obojętni na los ludzi, którzy mogą potrzebować pomocy.**

Jesienna aura sprawiła, że temperatury coraz częściej spadają poniżej zera. Dla kogoś, kto mieszka sam, choruje przewlekle albo nie ma dachu nad głową, taki chłód może oznaczać zagrożenie dla zdrowia, a nawet życia. Dlatego samorząd prosi mieszkańców o czujność i zaangażowanie.

- Zachęcamy do pomocy międzysąsiedzkiej, zwykłej obserwacji codziennej aktywności sąsiadów. Nic nie zastąpi bowiem zwykłej, ludzkiej czujności i wrażliwości – czytamy w apelu opublikowanym w mediach społecznościowych gminy Łubniany.

Warto pamiętać, że do wychłodzenia organizmu nie potrzeba siarczystego mrozu. Groźna bywa już temperatura w okolicach zera, zwłaszcza w połączeniu z wilgocią i wiatrem. Zagrożone są także osoby, które przebywają w domu, ale brakuje im opału albo nie są w stanie samodzielnie napalić w piecu.

Na czym ma polegać pomoc? Przede wszystkim na sąsiedzkiej uważności. Wystarczy zwracać uwagę na codzienną aktywność osób mieszkających obok, na przykład czy sąsiad wychodzi z domu, czy w oknach - tak jak zwykle - pali się światło, a z komina leci dym, a także czy ktoś nie przestał nagle odbierać telefonu. Czasem krótka wizyta, zrobienie zakupów albo pytanie, czy wszystko w porządku, może zapobiec tragedii. Pomocy mogą potrzebować również osoby bezdomne, które szukają schronienia w altanach, pustostanach czy na klatkach schodowych.

Jeśli mieszkańcy mają podejrzenia, że ktoś mógł znaleźć się w potrzebie, powinni jak najszybciej zawiadomić służby. Można to zrobić, kontaktując się z Komisariatem Policji w Dobrzeniu Wielkim pod numerem 47 863 72 03 albo z Gminnym Ośrodkiem Pomocy Społecznej w Łubnianach pod numerem 77 421 19 58 (w poniedziałki w godz. 8-16, od wtorku do piątku w godz. 7-15).

W sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia należy dzwonić na numer alarmowy 112. Czasem jeden telefon wystarczy, by uratować komuś życie. ©℗

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011607715

# Osiedle Róży Wiatrów

*by* struxi DEWELOPER



Więcej informacji
po zeskanowaniu kodu QR





**61,29 m²** już od **638 000 zł**

To ostatnie mieszkania z I etapu.
Rozpoczynamy etap II.









struxi DEWELOPER

Odszukaj nas, polub i umów się na spotkanie

@struxi @struxiopole @struxi_deweloper **882 350 144** **struxi.pl**

eprasa.pl 820f131346

NA DROGACH

# Zlikwidują kuriozalne rondo w Czarnowąsach. Do niedawna mówili, że to niemożliwe

Mateusz Majnusz

**Podwójne rondo na obwodnicy Czarnowąsów ma zostać przebudowane. To o tyle zaskakujące, że jeszcze niedawno Miejski Zarząd Dróg w Opolu twierdził, że taka zmiana jest absolutnie... niemożliwa.**

Kierowcy jadący od strony Opola muszą nadrabiać tu drogę. Zjeżdżają z wiaduktu, mijają pierwsze rondo, jadą 300 metrów dalej do drugiego, zawracają i dopiero wtedy mogą skręcić.

Ta pętla była tak nielogiczna, że mieszkańcy Czarnowąsów i Borek od lat dopytywali, dlaczego projekt drogi wygląda tak, jakby ktoś celowo próbował utrudnić życie kierowcom. Społecznicy zaproponowali więc rozwiązanie, które umożliwiłoby skręt w lewo już na pierwszym rondzie, zaraz za wiaduktem.



FOT. ZDW

Podwójne rondo w Czarnowąsach od lat irytuje kierowców.

### MZD w Opolu: nie można przebudować ronda

Obwodnica Czarnowąsów była inwestycją Zarządu Dróg Wojewódzkich (to jednostka Województwa Opolskiego). Po powiększeniu granic miasta w 2017 roku trasa znalazła się już pod zarządem Miejskiego Zarządu Dróg, czyli jednostki podległej prezydentowi Opola.

Jeszcze 28 października tego roku MZD w piśmie do społeczników stwierdził, że... przebudować ronda się nie da.

- Uruchomienie relacji skrętnych spowoduje zbyt bliską lokalizację skrzyżowań, co na tego typu drogach jest niewskazane - wyjaśniała Teresa Sobel-Wiej, dyrektor MZD.

Jednocześnie MZD przekonywał społeczników, że element, który kierowcy od lat nazywają „pierwszym rondem", rondem wcale nie jest. W ocenie urzędu to jedynie wyspa dzieląca i forma uspokojenia ruchu przed przejściem dla pieszych oraz przejazdem rowerowym

### Prezydent Opola: przebudujemy rondo w przyszłym roku

Mimo wcześniejszych zapewnień MZD, prezydent Arkadiusz Wiśniewski ogłosił, że przebudowa jest nie tylko możliwa, ale wręcz przygotowywana.

- Po uzgodnieniu przez Miejski Zarząd Dróg w Opolu przymierzymy się do przebudowy ronda na początku 2026 r. Koszt ok. 100-150 tys. zł – tłumaczy prezydent Opola Arkadiusz Wiśniewski.

Przy okazji Arkadiusz Wiśniewski wbił szpilę poprzednim projektantom. Jego zdaniem to, co powstało z inicjatywy Zarządu Dróg Wojewódzkich, od początku było bublem drogowym.

- Te dwa ronda zrobione przez Drogi Wojewódzkie irytowały wszystkich - podsumował prezydent.

Rondo zostanie przebudowane tak, aby kierowcy mogli skręcić już przy pierwszym wlocie, bez konieczności dojeżdżania do drugiego ronda. ©℗

REKLAMA 0011606382



Bezpieczny zakup!

SZKŁA PROGRESYWNE JZO
OD 599 ZŁ
/ PARA

**Optyk Rosa** *Zakład Optyczny s.c.*
*Krakowska 12, 45-018 Opole*
*tel. 733 018 407 www.optykrosa.pl*

JZO
POLSKI EKSPERT OPTYCZNY
www.jzo.com.pl

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

Soczewki korekcyjne są wyrobem medycznym, przeznaczonym głównie do produkcji okularów korygujących wady wzroku, po złożeniu ich z oprawą. Podmiotem odpowiedzialnym za niniejszą reklamę jest Zakład Optyczny Optyk Rosa. Producentem reklamowanych soczewek korekcyjnych jest JZO S.A. z siedzibą w Jeleniej Górze.

REKLAMA 0011612293

PROMEDICA24

PRACA W OPIECE

NA TERENIE NIEMIEC

BONUS ZIMOWY
DO 500 EURO

ZADZWOŃ! TEL. 512 980 979

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011604054

# Poprowadź swój sklep!

żabka

w Brzegu, Opolu, Niemodlinie,
Graczach, Krasiejowie, Dylakach,
Komprachcicach, Naroku,
Wołczynie, Izbicku, Walidrogach
lub Gorzowie Śląskim.

#DobrzeMieć Żabkę!

513 943 485

www.zabka.pl/franczyza

eprasa.pl 820f131346

NA DROGACH

# Tułowice chcą dostępu do ekspresówki

Łukasz Biernacki

**Szybszy dojazd do Opola, Nysy, Częstochowy czy Warszawy, większe szanse na nowych inwestorów i lepsze skomunikowanie regionu z resztą kraju. Takie korzyści dla mieszkańców widzą radni Tułowic, którzy jednogłośnie poparli budowę drogi ekspresowej S46, nazywanej „Szlakiem Staropolskim".**




FOT. KOLAŻ NTO

Powiat opolski uzyskałby lepszy dostęp do wielu regionów Polski.

Rada Miejska w Tułowicach przyjęła apel do rządu o wpisanie nowej trasy do krajowych programów drogowych. Za uchwałą zagłosowało 13 radnych, wszyscy obecni na sali.

S46 to koncepcja nowego korytarza transportowego, który miałby połączyć południowo-zachodnią i wschodnią część Polski. Według proponowanego przebiegu droga prowadziłaby od Kłodzka przez Nysę, Opole, Kluczbork, Olesno i Częstochowę w kierunku Kielc i Lublina. Trasa miałaby łączyć istniejące już drogi ekspresowe i autostrady, w tym S8, A4, S11, A1 i S7.

W uzasadnieniu uchwały radni podkreślają, że inwestycja miałaby bardzo konkretne znaczenie dla mieszkańców gminy.

– Tułowice i gmina Tułowice uzyskałyby w zasadzie bezpośrednie połączenie drogami ekspresowymi z Opolem, Częstochową, Kielcami i Kłodzkiem - napisano w dokumencie.

Zdaniem autorów apelu korzyści nie ograniczałyby się wyłącznie do samej gminy. – Powiat opolski uzyskałby również połączenia drogami ekspresowymi i autostradami z Warszawą, Łodzią, Wrocławiem, Gdańskiem, Aglomeracją Górnośląską czy Krakowem – wskazują samorządowcy.

W dokumencie zwrócono uwagę także na aspekt gospodarczy. Lepsza dostępność komunikacyjna mogłaby zwiększyć zainteresowanie terenami inwestycyjnymi i ułatwić rozwój przedsiębiorstw.

– Znaczne skrócenie czasu przejazdu pomiędzy Tułowicami a wymienionymi miejscowościami spowodowałoby zwiększenie atrakcyjności gospodarczej gminy, jak i również jej atrakcyjności turystycznej – czytamy w uzasadnieniu.

Radni zwracają uwagę, że nowa trasa mogłaby również poprawić dostęp mieszkańców do rynku pracy, uczelni i usług zlokalizowanych poza regionem.

Na razie budowa S46 pozostaje koncepcją promowaną przez samorządy, organizacje gospodarcze i część parlamentarzystów. Przyjęta w Tułowicach uchwała nie oznacza rozpoczęcia inwestycji. Jest głosem poparcia dla wpisania trasy do rządowych planów rozwoju infrastruktury. Podobne stanowiska przyjmowały już wcześniej inne samorządy w regionie. Apel popierający budowę „Szlaku Staropolskiego" przyjął również Sejmik Województwa Opolskiego.

Ministerstwo Infrastruktury poinformowało, że drogi ekspresowej S46 nie ma w obecnym Rządowym Programie Budowy Dróg Krajowych do 2030 r. (z perspektywą do 2033).

- Aby możliwe było rozpoczęcie realizacji tego typu inwestycji, musi ona zostać ujęta w programie. Przyznaję jednak, że w przyszłości - po ukończeniu zadań już zapisanych - możliwe będzie podjęcie dalszej dyskusji dotyczącej budowy tej trasy - poinformował wiceminister infrastruktury Stanisław Bukowiec w rozmowie z Portalem Samorządowym. ©℗

OZIMEK

# Droga rowerowa do Grodźca gotowa

Mateusz Majnusz

**Kierowcy znów mogą wjeżdżać na DK46 z ul. Częstochowskiej w Ozimku. Wykonawca zakończył prace przy ścieżce pieszo-rowerowej do Grodźca.**

Inwestycja ma poprawić bezpieczeństwo pieszych i rowerzystów. Na trasie powstały przejścia dla pieszych z przejazdami dla rowerów. Zostały wyposażone w dodatkowe oświetlenie i urządzenia bezpieczeństwa ruchu drogowego.

Nowe rozwiązania zastosowano na skrzyżowaniu DK46 z ul. Częstochowską w Ozimku oraz w Grodźcu.

Nowa ścieżka pieszo-rowerowa łączy Ozimek z Grodźcem. Ma 2,7 km długości i biegnie po prawej stronie DK46, w kierunku Grodźca. Zakres prac objął również przebudowę elementów bezpieczeństwa ruchu drogowego i odwodnienia oraz budowę przepustów.

Za realizację inwestycji odpowiada firma Larix z Lublińca. Koszt zadania wyniósł nieco ponad 9 mln zł. ©℗

REKLAMA 0011618061

janoopole

STACJA KONTROLI POJAZDÓW

Jano

SERWIS

Opole, ul.Jagiellonów 40

Tel: 77 453 60 18

eprasa.pl 820f131346

KOMENTARZ

# Ostatni taki Ślązak

Bolesław Bezeg

**Mógłby być moim dziadkiem, ale w trakcie długich nocnych rozmów wcale tego nie czułem. Czasami prosił, żebym go zawiózł na jakąś uroczystość czy spotkanie. Wtedy, obserwując reakcje napotkanych osób, najlepiej przypominałem sobie, że obcuję z postacią absolutnie nietuzinkową.**



FOT. BG UO

Prof. Franciszek Marek

Profesor Franciszek Marek nie tworzył wokół siebie barier, ani dystansu. Gdy czuł, że rozmawia z kimś, kto nadawał na podobnych falach, szybko mówił „mów mi Franek". A potem zaraz: „słuchaj, chciałem cię zapytać, co myślisz o tej sprawie..." Tak zaczynała się niejedna rozmowa w jego domu, albo przez telefon.

Miał ogromny dystans do siebie. I jeszcze większą erudycję. Cytował z pamięci obszerne fragmenty źródeł po łacinie, po grecku, a zwłaszcza po niemiecku. W swojej pracowni do końca, pewną ręką, sięgał do regałów po książki, w których błyskawicznie znajdował potrzebne właśnie cytaty. Choć słynął jako twardy zwolennik opcji polskiej, nie należał do narodowych szowinistów. Cenił niemieckich naukowców, zwłaszcza tych uczciwych, nawet jeśli byli antypolscy. Z przyjemnością recytował niemieckie wiersze...

Nie miał wątpliwości, że śląskość jest nierozerwalnie związana z polskością. Ślązaków poszukujących tożsamości w niemczyźnie uważał za zagubionych braci, którzy może kiedyś wrócą na łono macierzy, jak marnotrawni synowie. Niemców chętnie oprowadzał po Śląsku. Cierpiał obserwując polskie polityczne spory. Często wspominał, jak jego ojciec „Korfanciorz" płakał po śmierci Piłsudskiego. Kochał kluski z roladą, kołacz z makiem i kafejem.

**Prof. dr hab. Franciszek Marek**

Był rektorem i założycielem Uniwersytetu Opolskiego. Zmarł 4 października 2026 roku. Msza pogrzebowa została odprawiona w kościele pw. Najświętszego Serca Pana Jezusa w Gogolinie, a nabożeństwu przewodniczył ksiądz biskup Jan Kopiec. Ciało profesora spoczęło na Cmentarzu Miejskim w Gogolinie. ©℗

REKLAMA 0011608687

STUDNIE OPOLE.pl
Studnie-Opole.pl Karol i Agnieszka Rudolf s.c.
ul. Rumiankowa 1, 46-053 Suchy Bór
tel. +48 691 73 03 12
www.studnie-opole.pl

ZAJMUJEMY SIĘ WYKONYWANIEM:
- studni głębinowych;
- studni ogrodowych;
- studni dla rolnictwa i sadownictwa;
- studni dla zakładów przemysłowych;
- studni odwodnieniowych;

NASZE STUDNIE SŁUŻĄ MIĘDZY INNYMI DO:
- zasilania układu automatycznego nawadniania ogrodu;
- zaopatrzenia domu w wodę pitną;
- nawadniania pól uprawowych w rolnictwie i sadownictwie;
- zasilania zakładów przemysłowych w wodę techniczną i gospodarczą;
- odwodnienia wykopów budowlanych;

WYKONUJEMY STUDNIE:
- o średnicy rury studziennej od 125 mm do 315 mm;
- o wydajnościach od 1 m³/h do ponad 100 m³/h;
- o głębokościach od 15 m do 200 metrów.

REKLAMA 0011615526

608 422 494
Dubowik Meble
dubowik.meble
www.dubowikmeble.pl
mebledubowik@gmail.com
DUBOWIK
MEBLE
Sztuka tworzenia wyjątkowych wnętrz.

eprasa.pl 820f131346

CHRZĄSTOWICE

# Na DK46 pod Opolem powstanie nowa obwodnica

Anna Gryglas

**Aż 9 firm złożyło oferty na realizację obwodnicy Lędzin w ciągu DK46. Zadaniem wyłonionego w przetargu wykonawcy będzie przygotowanie projektu budowlanego i wykonawczego, a po uzyskaniu pozwolenia na budowę, wybudowanie nowej trasy.**



FOT. GDDKIA

To jedna z mocno wyczekiwanych inwestycji drogowych w regionie.

Przez lata mieszkańcy Lędzin musieli żyć z ruchem tranzytowym przebiegającym przez samo centrum miejscowości. Droga krajowa nr 46, prowadząca do Opola, dzieli Lędziny na dwie części, generując hałas, zanieczyszczenia i wiele utrudnień dla lokalnej społeczności. Teraz może się to wreszcie zmienić.

Inwestor właśnie ogłosił, że do przetargu na realizację tej inwestycji zgłosiło się aż dziewięć podmiotów. Do przetargu na realizację tej inwestycji zgłosiło się aż dziewięć podmiotów. Są to: ADAC-LEWAR – 50 720 280,00 zł, PORR – 52 784 107,53 zł, MIRBUD – 53 768 988,26 zł, Nowak-Mosty – 56 864 008,49 zł, DUNA POLSKA – 58 526 962,08 zł, BUDIMEX – 60 279 883,05 zł, STRABAG Infrastruktura Południe – 61 108 489,88 zł, Primost Południe – 63 831 312,72 zł, Himmel i Papesch Opole – 70 897 200,00 zł

Budżet GDDKiA na to zadanie wynosi nieco ponad 63 mln zł. W tej kwocie mieści się siedem z dziewięciu złożonych ofert.

## Taki będzie przebieg

Jak wyjaśnia Agata Andruszewska z GDDKiA, wybór ostatecznego przebiegu obwodnicy był wynikiem szczegółowych analiz. - W ramach prac przygotowawczych opracowaliśmy Studium techniczno-ekonomiczno-środowiskowe (STEŚ). Jego ważnym elementem była wielokryterialna analiza porównawcza, gdzie w oparciu o szereg kryteriów biuro projektowe zaproponowało najkorzystniejszy wariant przebiegu przyszłej trasy. Dla budowy obwodnicy Lędzin zarekomendowano wariant 4, który przebiega po południowej stronie miejscowości - mówi Agata Andruszewska.

Uzyskanie decyzji środowiskowej umożliwiło ogłoszenie przetargu na wyłonienie wykonawcy w systemie „Projektuj i buduj". - Po podpisaniu umowy opracuje on dokumentację niezbędną do złożenia wniosku o pozwolenie na budowę (tj. decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej – ZRID - red). Jej uzyskanie uruchomi procedury odszkodowawcze za nieruchomości przejęte pod inwestycję oraz umożliwi rozpoczęcie robót w terenie, które planujemy na lata 2028-2030 - dodaje przedstawicielka GDDKiA.

## Co powstanie?

Trasa będzie miała 3,7 km długości. Rozpocznie swój przebieg na granicy Opola i gminy Chrząstowice, a jej koniec zlokalizowany będzie w ciągu DK46, przed mostem na rzece Jemielnica. Będzie to droga jednojezdniowa, dwupasowa, z dwoma skrzyżowaniami. W miejscu przecięcia obwodnicy z drogą powiatową pomiędzy Lędzinami a Suchym Borem powstanie wiadukt drogowy nad obwodnicą.

- Podstawowym celem budowy obwodnicy Lędzin jest wyprowadzenie ruchu tranzytowego z miasta, co przyczyni się do poprawy bezpieczeństwa mieszkańców oraz zwiększenia przepustowości dróg - wyjaśnia przedstawicielka GDDKiA.

Inwestycja stanowić będzie element nowego ciągu DK46 jako drogi wylotowej z Opola w kierunku wschodnim, co pozwoli na sprawniejsze skomunikowanie z Częstochową i dalej z Warszawą.

- To także kolejny etap prac poprawiających bezpieczeństwo ruchu drogowego i komfort podróżowania tą trasą. Wcześniej oddaliśmy do ruchu trzy obwodnice: Nysy, Niemodlina i Myśliny, które wyprowadziły ruch tranzytowy z miast, a ich budowa wpłynęła na poprawę bezpieczeństwa mieszkańców - przypomina Agata Andruszewska.

## Jedna z czterech inwestycji w regionie

Obwodnica Lędzin jest jedną z czterech inwestycji z województwa opolskiego zapisanych w rządowym Programie budowy 100 obwodnic.

Trzy pozostałe inwestycje to: obwodnica Sidziny w ciągu DK46, obwodnica Prudnika (DK41), obwodnica Brzegu (DK39).

GDDKiA zapowiada również kolejne kroki w regionie. Jak informuje Agata Andruszewska, z listy rezerwowej Programu budowy 100 obwodnic wkrótce zostanie ogłoszony przetarg na prace przygotowawcze dla obwodnicy Strzelec Opolskich w ciągu DK94 – po podpisanym porozumieniu z gminą Strzelce Opolskie w sprawie finansowania tego etapu prac. ©℗

REKLAMA 0011611145

Bischof+Klein®

**INFORMACJA O NAS (LinkedIn)**

**Bischof + Klein** jest jednym z wiodących światowych producentów opakowań elastycznych z tworzyw sztucznych. Zatrudniając ok. 2800 pracowników w 5 lokalizacjach, jesteśmy jednym z wiodących europejskich dostawców kompleksowych rozwiązań w zakresie elastycznych opakowań przemysłowych i konsumenckich oraz folii technicznych.

**Bischof + Klein Polska** z siedzibą w Walcach w woj. opolskim rozpoczęła swoją działalność w 1999 roku. Dynamiczny rozwój zakładu sprawił, że dziś jesteśmy jednym z największych przedsiębiorstw produkcyjnych w powiecie krapkowickim i zatrudniamy ponad 350 pracowników.

SZUKASZ STABILNEJ PRACY?

DOŁĄCZ DO ZESPOŁU BISCHOF+KLEIN w Walcach 15 km od Krapkowic

Packed with a smile a więc PAKUJ SIĘ DO NAS

BONUS POWITALNY W WYSOKOŚCI 5 000 ZŁ

25 LAT JUŻ 25 LAT NA RYNKU!

✚ 25 lat zaufania ✚ 25 lat rozwoju ✚ 25 lat Bischof+Klein

Stabilny pracodawca | Nowoczesne technologie | Perspektywy rozwoju

AKTUALNIE POSZUKUJEMY PRACOWNIKÓW (K/M/D) NA STANOWISKA:

- Operator maszyn linii wytłaczania folii
- Operator maszyn drukujących
- Pomocnik operatora

CO OFERUJEMY?

- Bonus powitalny w wysokości **5 000 zł**
- Umowę o pracę od pierwszego dnia
- **Pakiet benefitów pracowniczych**
  - Prywatna opieka medyczna
  - Ubezpieczenie grupowe
- **Program poleceń pracowniczych:**
  - poleć pracownika i odbierz nawet do **8 000 zł**

Możliwość rozwoju zawodowego i awansu.

Stabilne zatrudnienie w międzynarodowej firmie.

Bezpieczne i nowoczesne środowisko pracy.

v.rekrutacja@bischof-klein.com www.bischof-klein.com

ZESKANUJ I APLIKUJ!

TWOJA KARIERA ZACZYNA SIĘ W BISCHOF+KLEIN!

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011615409

# Czas na pomoc, która zmienia życie. Dlaczego właśnie teraz warto założyć subkonto w Opolskim Stowarzyszeniu Rehabilitacji?

Każdego dnia mieszkańcy naszego regionu toczą cichą walkę ze skutkami ciężkich chorób, wypadków czy niepełnosprawności. Droga do sprawności wymaga nie tylko ogromnej determinacji, ale także znacznych środków finansowych. Dla wielu rodzin bezpłatne subkonto w Opolskim Stowarzyszeniu Rehabilitacji staje się kluczowym narzędziem pozwalającym skutecznie gromadzić fundusze na leczenie i zabiegi. Eksperci i praktycy wskazują jednoznacznie: przełom roku to najlepszy moment, aby podjąć tę decyzję.

## Czym jest subkonto i jak działa w praktyce?

Dla osoby potrzebującej wsparcia subkonto działa jak indywidualna, bezpieczna skarbonka w ramach organizacji pożytku publicznego (OPP). Pozwala na gromadzenie wpłat z różnorodnych źródeł - od prywatnych darowizn od rodziny i znajomych, przez zbiórki publiczne, aż po wsparcie z 1,5% podatku dochodowego.

**Wszystkie środki zgromadzone na subkoncie są zwolnione z podatku od darowizn i przeznaczane bezpośrednio na pokrycie udokumentowanych kosztów medycznych:**
Rehabilitacji i terapii w wyspecjalizowanych ośrodkach,
Zakupu sprzętu ortopedycznego, wózków, protez czy leków,
Transportu medycznego oraz dostosowania mieszkania do potrzeb osoby chorej.

**Dzięki osobowości prawnej Opolskiego Stowarzyszenia Rehabilitacji darczyńcy mają pewność, że ich wpłaty trafiają dokładnie tam, gdzie są najbardziej potrzebne, a rozliczenia przebiegają w sposób w pełni przejrzysty.**

## Dlaczego właśnie teraz jest najlepszy czas na założenie subkonta?

Wielu pacjentów i ich bliskich odkłada formalności na później, czekając na „dogodny moment". Praktyka pokazuje jednak, że decydując się na ten krok już teraz, zyskuje się kluczowe przewagi:

**Gotowość na okres rozliczeń podatkowych PIT: Zbliżający się początek roku to czas, kiedy miliony Polaków podejmują decyzję o przekazaniu 1,5% swojego podatku. Założenie subkonta z wyprzedzeniem pozwala na spokojne przygotowanie i wydrukowanie ulotek, napisanie apelu oraz poinformowanie znajomych i lokalnej społeczności przed szczytem kampanii podatkowej.**

**Ciągłość finansowa na przełomie roku: Terapie i zabiegi rehabilitacyjne nie mogą czekać na formalności. Posiadanie aktywnego subkonta na początku roku zabezpiecza ciągłość wpłat i pozwala planować turnusy rehabilitacyjne bez zbędnych przerw.**

**Szybki i prosty proces rejestracji: Wbrew obawom założenie subkonta nie wiąże się ze skomplikowaną biurokracją. Zespół Stowarzyszenia pomaga przejść przez każdy krok procedury.**

### Bliskość, doświadczenie i lokalne zaufanie

Wybór Opolskiego Stowarzyszenia Rehabilitacji to stawianie na organizację zakorzenioną w naszym regionie. Działając lokalnie, Stowarzyszenie doskonale zna potrzeby mieszkańców województwa opolskiego, zapewniając bezpośredni kontakt, indywidualne podejście do każdej historii oraz sprawne przetwarzanie wniosków o refundację.

## Jak zrobić pierwszy krok?

- Aby otworzyć subkonto dla siebie lub bliskiej osoby, wystarczą trzy proste kroki:
- Wypełnij dokumenty: Pobierz je ze strony internetowej Opolskiego Stowarzyszenia Rehabilitacji lub odbierz osobiście w siedzibie organizacji.
- Dołącz dokumentację: Dołącz orzeczenie o niepełnosprawności lub zaświadczenie lekarskie potwierdzające stan zdrowia i potrzebę rehabilitacji.
- Rozpocznij zbiórkę: Po weryfikacji dokumentów subkonto zostaje aktywowane, a Ty otrzymujesz wsparcie w przygotowaniu apelu do darczyńców.
- Nie warto odkładać walki o zdrowie i sprawność na później. Właśnie teraz jest najlepszy moment, aby dać sobie i swoim bliskim szansę na lepsze jutro.




**Opolskie Stowarzyszenie Rehabilitacji**
**ul. Szałwiowa 3/8, 45-470 Opole,**
**tel.: 606 922 587**
**info@rehabilitacjaopole.pl**

Zapraszamy do kontaktu telefonicznego, odwiedzenia naszej strony internetowej lub wizyty w siedzibie Stowarzyszenia, gdzie uzyskają Państwo pełną pomoc i odpowiedź na każde pytanie.

Metriał promocyjny został sfinansowany ze środków finansowych pochodzących z 1,5% podatku od osób fizycznych

REKLAMA 0011614563




eprasa.pl 820f131346

MURÓW

# Będzie nowe boisko w Murowie. Umowa na inwestycję już podpisana

Łukasz Biernacki

**Przy Publicznej Szkole Podstawowej w Murowie powstanie nowe boisko wielofunkcyjne. Gmina podpisała umowę na realizację zadania, które otrzymało dofinansowanie z budżetu Województwa Opolskiego.**



FOT. PSP W MUROWIE / FACEBOOK

**Nowe boisko będzie dostępne zarówno dla uczniów, jak i mieszkańców Murowa.**

Boisko będzie miało wymiary 16,5 na 29,5 metra. Zaplanowano wykonanie podbudowy oraz sportowej nawierzchni polipropylenowej montowanej z gotowych elementów modułowych. Obiekt będzie przystosowany do gry w piłkę ręczną, siatkową, koszykową i streetball.

W ramach inwestycji zamontowane zostaną dwie bramki do piłki ręcznej, słupki z siatką do siatkówki oraz cztery kosze do koszykówki. Powstaną także ogrodzenie z furtkami i piłkochwyty o wysokości przekraczającej cztery metry.

Zgodnie z założeniami zadanie obejmuje przygotowanie dokumentacji technicznej, wykonanie robót budowlanych oraz montaż całego wyposażenia sportowego. Na realizację inwestycji wykonawca będzie miał 150 dni.

Gmina pozyskała na ten cel 240 tys. zł dofinansowania z budżetu Województwa Opolskiego. Pozostałe koszty pokryje samorząd z własnych środków. Wcześniej gmina przeprowadziła postępowanie przetargowe dotyczące budowy boiska. Oferty można było składać do 9 listopada. Dokumentacja przewidywała realizację inwestycji w trzech etapach: przygotowanie projektu, wykonanie robót budowlanych oraz montaż ogrodzenia i piłkochwytów.

Po zakończeniu prac z nowego obiektu będą korzystać uczniowie szkoły oraz mieszkańcy Murowa. Inwestycja ma poszerzyć lokalną ofertę sportową i stworzyć kolejne miejsce do aktywnego spędzania czasu.

POPIELÓW

# Zbudują plac zabaw przy kąpielisku

Łukasz Biernacki

**Popularne kąpielisko w Nowych Siołkowicach czekają zmiany. Gmina Popielów otrzymała 260 tys. zł dofinansowania na budowę nowego placu zabaw wraz z infrastrukturą towarzyszącą nad zbiornikiem.**



FOT. KĄPIELISKO W NOWYCH SIOŁKOWICACH / FB

**Plac zabaw wzbogaci ofertę popularnego kąpieliska.**

Cała inwestycja będzie kosztować 325,1 tysięcy złotych. Dofinansowanie pochodzi z programu Fundusze Europejskie dla Rybactwa 2021-2027 i Europejskiego Funduszu Morskiego, Rybackiego i Akwakultury.

Obecny plac zabaw zostanie zdemontowany ze względu na zły stan techniczny i duże zużycie urządzeń. W jego miejscu powstanie nowa strefa rekreacyjna. Największą atrakcją będzie platforma w kształcie statku.

Na placu pojawią się również huśtawki dla dzieci w różnym wieku. Zaplanowano także urządzenia dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, w tym trampolinę oraz specjalną huśtawkę. Dojście do atrakcji zapewni nawierzchnia z kostki betonowej, a urządzenia zostaną ustawione na bezpiecznej nawierzchni amortyzującej upadki.

Nie zapomniano także o dorosłych. W projekcie przewidziano montaż dwóch huśtawek, z których będzie można korzystać, odpoczywając z widokiem na plażę i zbiornik wodny.

Projekt ma służyć nie tylko mieszkańcom gminy Popielów. Z nowej infrastruktury będą korzystać również osoby odwiedzające kąpielisko z innych miejscowości. Realizacja inwestycji została zaplanowana do końca lipca 2027 roku. Jest więc szansa, że z nowej infrastruktury skorzystamy już w przyszłym sezonie kąpielowym.

Nowe urządzenia mają zwiększyć atrakcyjność tego, jednego z najbardziej znanych miejsc wypoczynkowych w regionie i zachęcić rodziny z dziećmi do częstszego korzystania z kąpieliska w Nowych Siołkowicach.©℗

REKLAMA 0011612589

motowiolka.pl

MOTO WIOLKA Wioletta Łasica

z pasją...

Doświadczeni instruktorzy.
Profesjonalnie przekazana wiedza z pasją!!!

886 136 810

ul. Oleska 116, Opole
(plac manewrowy)

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011609639

# MAGIA ŚWIĄT

w największym w regionie
CENTRUM OGRODNICZYM
PRACUŚ

**PRZYJDŹ I POCZUJ TO!**

bogaty wybór dekoracji świątecznych
choinki, bombki i wszystko co świąteczne
bajkowa sceneria

ul. Brzozowa 4a, Schodnia (k.Ozimka)



REKLAMA 0011616123

# USŁUGI BUDOWLANE – kompleksowa oferta dla Twojej inwestycji




PRO TON

e-mail: protonopole@gmail.com
**www.protonopole.pl**
tel. 792 282 204

**PROTON**
Krzysztof Tatur
ul. Opolska 6
46-070 Dziekańswto

**OFERUJEMY:**

- **USŁUGI WYBURZENIOWE** – profesjonalne i bezpieczne wyburzenia dostosowane do specyfiki obiektów.
- **WYKOPY SZEROKOPRZESTRZENNE** – precyzyjne wykopy pod inwestycje budowlane i infrastrukturę.
- **NIWELACJA TERENU** – dokładne wyrównanie terenu pod budowy, drogi czy place.
- **SIECI WODNO-KANALIZACYJNE** – montaż i modernizacja sieci wodnych i kanalizacyjnych.
- **PIONOWE IZOLACJE FUNDAMENTÓW** – skuteczna ochrona przed wilgocią i wnikaniem wody.
- **INSTALACJE ODPROWADZAJĄCE DESZCZÓWKĘ** – zapobieganie zalaniom oraz efektywne zarządzanie wodą opadową.
- **UKŁADANIE KOSTKI BRUKOWEJ** – wykonywanie placów, parkingów i posesji prywatnych.
- **ODWADNIANIE TERENÓW** – efektywne systemy odwadniające, minimalizujące ryzyko powodzi.
- **WYKONYWANIE BOISK I PLACÓW ZABAW** – budowa funkcjonalnych i bezpiecznych przestrzeni rekreacyjnych.
- **PRACE OGÓLNOBUDOWLANE** – kompleksowa obsługa budowlana, od projektu po realizację.
- **WYNAJEM KOPAREK** – wysokiej jakości sprzęt do prac ziemnych, dostępny na wynajem na dogodnych warunkach.






eprasa.pl 820f131346

ROZMOWA

# Najstarsza pamiątka po Ślązakach w USA

O Polsce widzianej z USA, powodach do bycia dumnym z polskiej przeszłości, młodym pokoleniu i najstarszych pamiątkach po śląskich Teksańczykach rozmawiamy z mającą polskie korzenie Beatrix Czerkawski, historykiem z Chicago, która - jak sama o sobie mówi - jest „chora na Polskę".

Marcin Żukowski

**Marcin Żukowski: Niedawno odwiedziła pani licealistów w Nysie i harcerzy w Głuchołazach. Spędziliście razem kilka godzin. Jaka jest nasza młodzież?**

Beatrix Czerkawski: W zeszłym roku zakochałam się w Zespole Szkół Plastycznych w Nysie. Miałam w tym roku wielkie szczęście przez dwa dni poprowadzić tam zajęcia. Właściwie to był przegląd wszystkich roczników. Ta młodzież w wieku od 13, 14 lat do 19 jest zachwycająca. Miałam okazję mówić im szerzej o historii, historii sztuki, o Ameryce i o Polsce. Rozmawialiśmy po angielsku, amerykańsku. Za tę możliwość dziękuję harcerzom z ZHR, pani anglistce, dyrektorowi szkoły.

Tak jak mówił Jan Paweł II, młodzież jest piękna, boża, niewinna i fakt, że możemy się z nią spotkać to wielkie szczęście, dla mnie, powiem górnolotnie, to jak bycie w raju. Tak to odczuwam. W czasie wizyty w szkole mieliśmy rocznicę jego ingresu papieskiego, wspominaliśmy w rozmowie też o tym wielkim Polaku. Myślę, że tak Pan Bóg chciał, żeby powtórzyć echa jego nauki, miłości, przywiązania do młodzieży jako biskupa, księdza, profesora.

**Amerykanka przylatuje zza oceanu i mówi nam o Polsce. Czego o sobie nie wiemy?**

W Ameryce patrzymy na Polskę zupełnie inaczej. Jakie są polskie marki handlowe, nasz „trade mark"? To, z czego Polska powinna być znana na świecie? Polska była i jest imperium w dziedzinie ducha. Polacy powinni pamiętać, że nasza historia nie potrzebuje ubarwień. Historia Polski w szerszym ujęciu i rozumieniu jest przez Polaków nieznana. Jest dużo zakłamań, przez wiele lat wrogowie rozsiewali swoją propagandę, która nadal jest obecna. Trwa wojna hybrydowa prowadzona nie od dzisiaj. Swoje zrobili Goebbels i inni. A przecież Polacy byli potęgą światową, o której mówimy „democratic kingdom", czyli demokratyczne królestwo. Od początku polskiej historii do ostatniego wieku, myślą i funkcjonowaniem systemu politycznego, ekonomicznego, edukacyjnego, Polska była najbardziej demokratyczną w całej Europie. Europa wobec Polski była prymitywna. Polacy często nie znają tej historii, a jak myślą, że ją znają to się jej wstydzą. Wstydzą się mówić o wielkiej Polsce, obawiają się, że będą skoszeni jakimiś krytycznymi komentarzami. Znamy przecież określenia Marszu Niepodległości, że to marsz faszystów.

Ludzie świadomi naszej narodowej przeszłości się nie boją i do takich również ja należę. Polacy muszą wiedzieć, że nie mogą się bać. Mówił nam to papież słowami „nie lękajcie się otworzyć drzwi Chrystusowi". Dziś można sparafrazować, abyśmy nie bali się otworzyć drzwi sobie samym, Polsce, korzeniom i naszej marce demokracji i umiłowania wolności ponad wszystko. To też marka człowieczeństwa, czyli praw człowieka, którą „opatentował" już w XV wieku Paweł Włodkowic.

**To ciekawe, wyzbyte wszelkich kompleksów podejście. Jak Polacy reagują na takie informacje?**

To zależy od wieku rozmówcy. Młodzież wasza, nasza, polska chce słuchać, bo jest otwarta. Jeżeli ktoś ma taką postawę i posiada odrobinę tego polskiego DNA, czyli polski gen wolności, ale lubię nazywać to też polskim genem człowieczeństwa, wtedy jak najbardziej można się porozumieć. Jeżeli ludzie boją się nie wiadomo czego, mam wrażenie, że nawet siebie samych, to jest trudniej. Ale zaznaczam, że nigdy nie wolno tych ludzi odsuwać, nigdy nie wolno przyczyniać się do tworzenia dystansu. Oni mogą inicjować dystans, ale według naszej nauki katolickiej, nam nie wolno odsuwać tych ludzi w żadnych warunkach. Trzeba nam głosić prawdę.

**Pracuje pani w Muzeum Polskim w Ameryce. Jeden z najstarszych eksponatów w waszych zbiorach jest związany z opolską częścią Górnego Śląska. Mam na myśli stacje drogi krzyżowej przywiezione przez polskich emigrantów.**

Dziękuję za to przypomnienie. Faktycznie klan Moczygembów wyjechał z terenu dzisiejszej Opolszczyzny. Ta droga krzyżowa wyjechała nie z Polski, a z Paryża. Rodzina złożona z dwóch, trzech pokoleń musiała szukać najpierw portu, żeby dostać się do Ameryki. Prawdopodobnie w pierwszym etapie udali się ze Śląska do Francji. Kiedy się tam znaleźli, powstały malowidła 14 stacji drogi krzyżowej. Sceny przepięknie przedstawione w XIX-wiecznym stylu. Zostały zabrane przez tego najbardziej znanego śląskiego migranta księdza Leopolda Moczygembę. Ksiądz nie wylądował na Ellis Island w Nowym Jorku, przez który przejeżdżały miliony emigrantów z całego świata, ale przez port w Zatoce Meksykańskiej Huston, Galveston. I ta rodzina wybrała sobie do życia Teksas. Pamiętamy, że w XIX wieku sytuacja była inna niż obecnie. To był czas związków z Hiszpanią, Meksykiem i walki o niepodległość. Wówczas założono osadę Panna Maria. Wtedy też nastał początek mody, aby polskie rodziny ze Śląska tam przyjeżdżały, karczowały lasy i czyniły sobie ziemie posłuszną. Dziś na ogromnym terytorium Teksasu możemy znaleźć Cestohowę i różne inne miasta, osady założone przez polskie rody. Zawsze mówię, że jeżeli coś dobrego stało się w Ameryce za sprawą Polaków to tylko dlatego, że te wszystkie owoce fenomenalnej, nowoczesnej Polski, która zostawiła Europę daleko, daleko w tyle, były przeniesione na ziemię amerykańską.



FOT. PAWEŁ SYPOSZ

**Beatrix Czerkawski to trzecie pokolenie urodzone w Ameryce.**

Jeżeli chodzi o inne nasze zbiory to mamy największą polską bibliotekę na świecie, która liczy sto tysięcy woluminów. Wspominam o bibliotece, ponieważ ona powstała jako pierwsza w 1915 roku. Dopiero potem, w 1935 roku wzbogaciła się o muzeum. Instytucja powstała z inicjatywy Zjednoczenia Polskiego Rzymsko-Katolickiego w Ameryce. Dziś muzeum zajmuje cztery piętra, na których jest wielka sztuka, która może konkurować z każdym muzeum świata: Luwrem, Art Institute of Chicago, Muzeum Narodowym. Bardzo ważna obserwacja polskich muzealników, historyków i urzędników: nie mogą uwierzyć, że każdy obraz, bez wyjątku, jest podpisany. Wszystkie są oryginałami. Natomiast wiemy, że w polskich muzeach brakuje około 70 procent polskich skarbów, bo zostały rozkradzione i często oryginały są zastąpione przez kopie.

Nasze muzeum jest otwarte na cały świat. Chicago ma sześć bardzo ważnych, światowych uczelni. Po Nowym Jorku jest to też wielkie centrum atrakcji turystycznych, więc nasz przekaz polskiej kultury i sztuki jest reklamą i promocją historii Polski. Fakt, że mogę tam pracować traktuję osobiście jako jakieś zadanie, aby za swoje polskie pochodzenie odpłacić, odwdzięczyć się ciężką pracą dla dobrego imienia i wizerunku Polski. Przed moim wylotem do Polski przyjechało do nas z Teksasu najmłodsze pokolenie spokrewnione z rodem Moczygembów. Odbyliśmy trzygodzinne seminarium o historii Polski. W wyniku tego zostałam zaproszona z wykładami do Teksasu, żeby tam przybliżyć dalszy ciąg. Zwyczajnie brakło nam czasu. To jest tego rodzaju siła przyciągania Polskiej przeszłości. Ludzie chcą więcej i więcej. To jest niekończąca się misja dana od Boga.

**W muzeum odwiedzają was raczej obcokrajowcy, rzadziej Polacy. Jakie jest ich wrażenie, gdy przekonają się, że Polska to coś znacznie więcej niż pierogi?**

Rzeczywiście do nas w większej mierze „przychodzi świat", turyści, profesorowie różnych uczelni, Amerykanie. Po angielsku mówią „I'm leaving this place ten feet tall", czyli opuszczam to miejsce będąc wysokim na dziesięć stóp. To taka przenośnia. Wchodząc do muzeum, mieli swój wzrost, mało wiedzieli o Polsce, albo oceniali Polaków przez pryzmat stereotypów, o których nie wypada mówić. Myśleli, że polska historia jest taka biedna, uciemiężona. Gdy wychodzą, ten obraz się zmienia, wiedzą więcej i są pod wielkim wrażeniem, a więc są wyżsi, „mają dziesięć stóp wysokości" i czują się z tym dobrze. Zawsze pilnuję, aby tacy goście wyszli z pamiątkami. Młodzi Amerykanie podpowiadają mi, że do Polski pasuje określenie „futuristic", czyli przyszłościowy. Nie dość, że Polska patrzyła w przyszłość i była najbardziej progresywnie myślącym państwem w Europie, to oni jeszcze dodają do tego futuryzm, bo rozwiązania polskie w dziedzinie wojskowości, obronności, matematyki, edukacji, koncepcji władzy (np. Rzeczpospolita dwojga, trojga narodów), zwycięstwa hetmanów były mocno wybiegające w przód.

Polacy faktycznie przychodzą do nas w dużej mniejszości. Odwiedzający zazwyczaj mają jakieś pojęcie o swojej historii, ale jednocześnie bardzo dziękują, bo nie wiedzieli, że ona jest aż tak chwalebna. Podam przykład. Zdarza mi się słyszeć od rodaków, że nasi przodkowie potrafili walczyć, ale nie mogliśmy zdobyć Moskwy. Wówczas daję przykład uwieczniony na obrazie „Batory pod Pskowem". Król Stefan Batory i jego wielki doradca Jan Zamojski byli gotowi zdobyć Moskwę. Nie chcieli kolonizować, nie zniszczyć, nie wymordować ludność, tylko włączyć ją pod wpływy zachodniej cywilizacji chrześcijańskiej. Natomiast to legat papieski, który na obrazie stoi za królem, prosił Polaków, że przecież Iwan Groźny to też człowiek i my jako papiestwo uważamy, że trzeba go nawrócić na wiarę katolicką. I król polski nie śmiał papieżowi odmówić. Cóż za pokora! Dlatego to nie jest prawda, że Polacy nie umieli rządzić. Właściwie uważam, że największą lekcją powinno być stwierdzenie, że Polacy potrafili rządzić. To wróg wybrał sobie taki propagandowy argument, że przecież trzeba Polakom stale pomagać, zarządzać nimi, bo sami nie są w stanie. Wiemy przecież, że Katarzyna Wielka przekupywała francuskich dziennikarzy czystym złotem, żeby o Polakach pisali wszystko to, co najgorsze, aby mieć argument za zajęciem Polski.

Prawda nie zawsze jest słodka, bywa trudna. Błędy oczywiście były popełniane. Wszyscy jesteśmy tylko ludźmi. Wyciągajmy wnioski, ale nie zapominajmy, że prawda może być też fascynująca, piękna, jak człowiek, jak duch i umysł człowieczy, który może rozwiązywać każdy problem. Ta prawda, kiedy widać, jak Polacy mierzyli się ze swoimi wyzwaniami po ludzku, ta marka człowieczeństwa (wspomnijmy choćby wyjątkowe w skali ratowanie Żydów), jak nikt inny na świecie, jest zachwycająca i warto żyć dla tego zachwytu. ©℗

**Tekst był pierwotnie opublikowany 11 listopada 2024 roku.**

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011608584



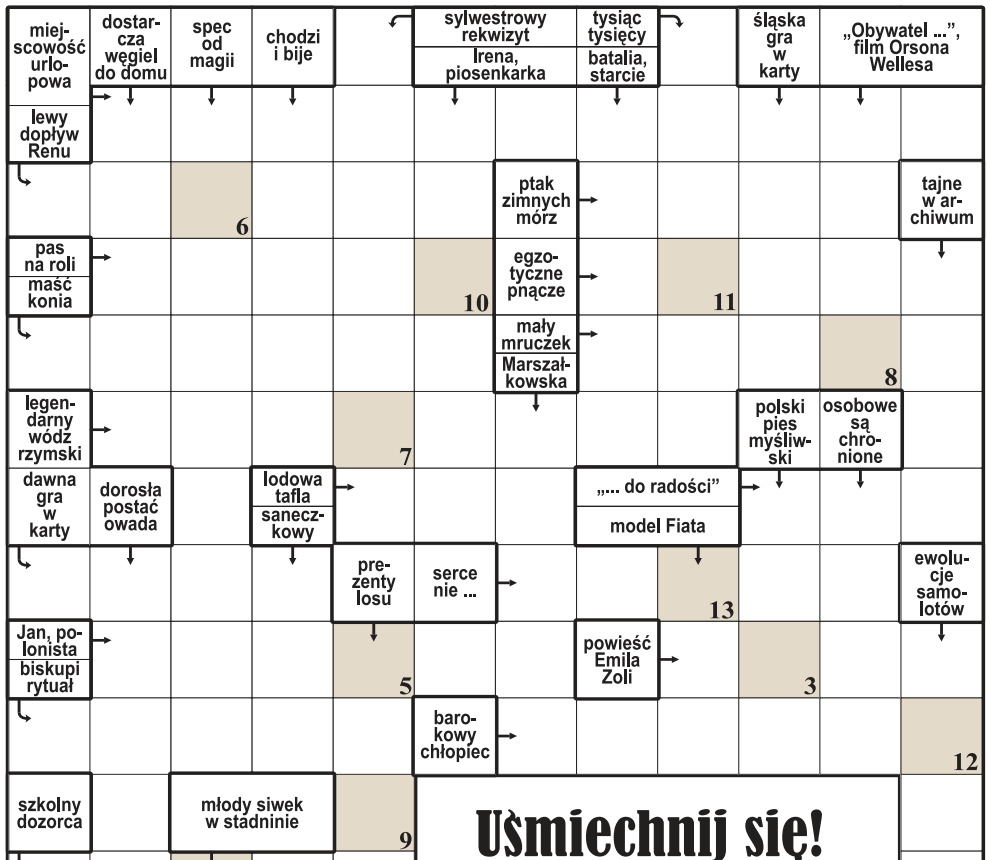

# Liście spadają, korzyści rosną!

- Opole, ul. Pużaka 8
- Tel.: 77 403 20 80
- www.vipcar.pl

MG Vip Car

eprasa.pl 820f131346

## Krzyżówka panoramiczna




| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.**

### Uśmiechnij się!

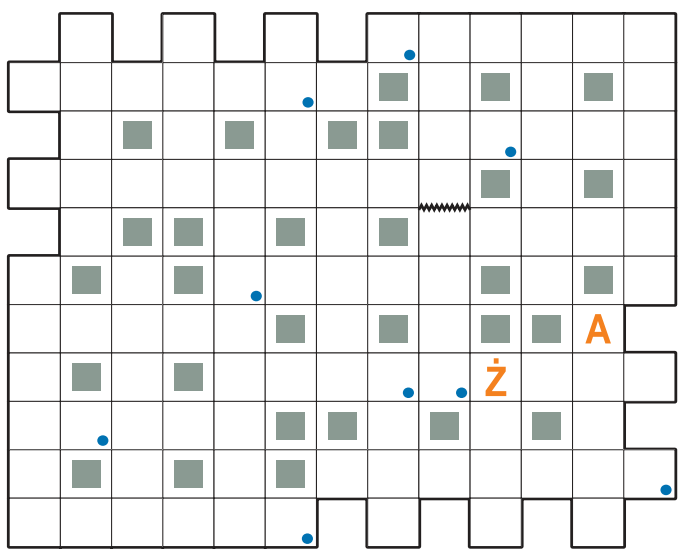
– Może pójdziemy na spacer jutro po obiedzie?
– Na dworze jest taki upał ... Może lepiej przełożymy to na później.
– Czyli kiedy?
– ...



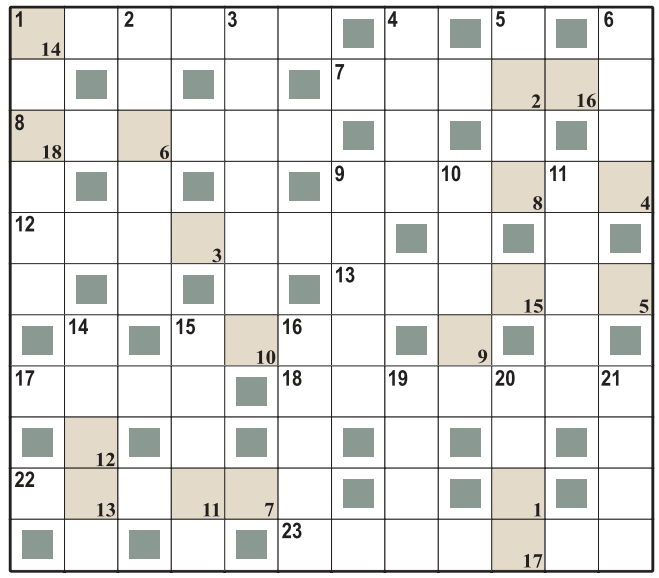
## Krzyżówka A-Ż

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

A) europejska stolica z Akropolem (5).
B) spadek notowań na giełdzie (5).
C) chrześcijański demokrata (6).
D) sfilmowana powieść Franka Herberta z Timothéem Chalametem (5).
E) dawny środek do narkozy (4).
F) Katarzyna, polska aktorka filmowa (6).
G) mały nietoperz o bardzo dużych uszach (5).
H) graniczy z Dominikaną (5).
I) część dwuizbowego parlamentu brytyjskiego (4,4).
J) gałęzie lub drewno jodły (7).
K) twórca uznanych dzieł (6).
L) własny kąt , dach nad głową (5).
Ł) kuzynka norki z giętkim ciałem (6).
M) biega najdłuższe dystanse (9).
N) urzędowe polecenie (5).
O) wyraz bezstronności Temidy (6).
P) krzyżówka wśród zbóż (9).
R) ukazuje się raz na cztery kwartały (7).
S) wykrywa obiekty pod wodą (5).
T) kwiaty, symbol Holandii (8).
U) część końskiego rzędu (4).
W) im starsze, tym lepsze (4).
Z) niezły z niego ananas (6).
Ż) muzyczne talerze, czynele (4).




## Krzyżówka z hasłem

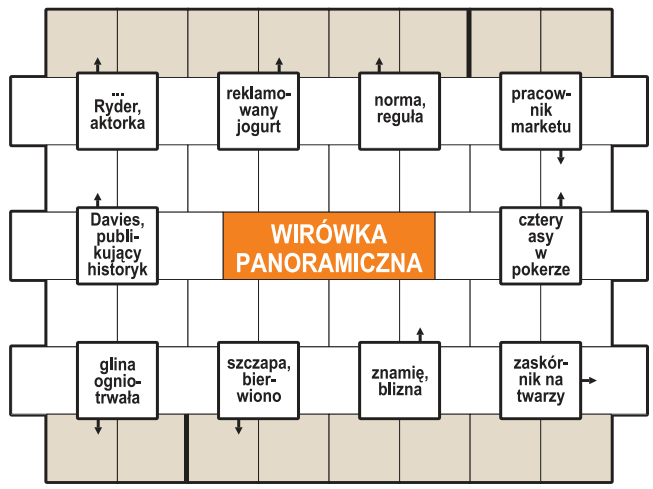


| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

**Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 18 utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.**

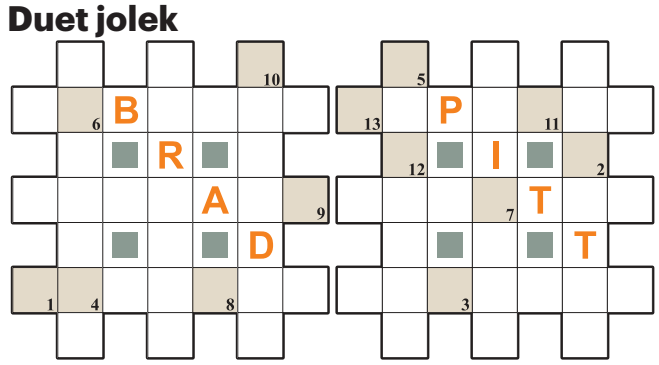
**Poziomo:**
1) uprząż dla wołów,
7) część spadochronu,
8) błyszcząca tkanina,
9) zalety charakteru,
12) krawędź drogi,
13) „Szansa na ...” w TVP,
15) autentyczne zdarzenie,
17) ... von Bismarck,
18) oślepienie światłem,
22) Robert, artysta kabaretowy,
23) pocisk z siekańcami.

**Pionowo:**
1) masywne drzewo liściaste,
2) tenisowe zagranie,
3) specyficzny styl artysty,
4) część końskiego rzędu,
5) stolica Norwegii,
6) niewygodne łóżko,
9) rzymska Hestia,
10) opera Delibesa,
11) „Purpurowe ...”, kryminał,
14) dziwoląg, monstrum,
15) mamona, kasa,
16) Nauru lub Andora,
19) krewniak bizona,
20) pole działania,
21) rodzinne miasto Heraklita.




**Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.**

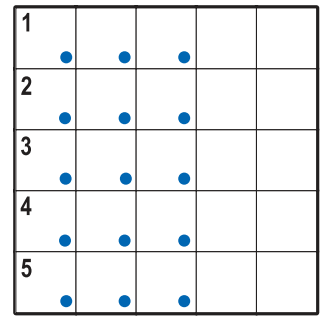
## Duet jolek




**Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13 (w obu diagramach), utworzą rozwiązanie.**

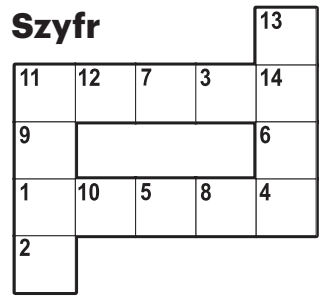
**W przypadkowej kolejności:**
– kuchenny stołek
– rzadkie, niezwykłe zjawisko, osobliwość
– kołem się toczy
– krzewiciel postępu
– Bill, były prezydent USA
– rozrusznik w aucie
– przyprawa kuchenna
– odległość do przebycia
– następca w rodzie
– starogrecki piechur zbrojny
– muzyka Williego Nelsona
– rzeczne zakole

## Logogryf



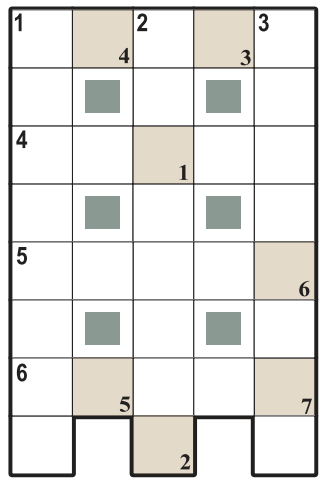
**Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł powieści historycznej.**
1) otwierane w banku lub zakładane na serwerze,
2) najstarsze narzędzie do orki,
3) czasem na śmierć i życie,
4) ziemia nadana wasalowi,
5) osoba pochodząca z tej samej okolicy.

## Szyfr



**Litery z pól od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: tytuł powieści.**
**Poziomo:**
11) lądowy znak nawigacyjny,
1) model Opla.
**Pionowo:**
13) część spłaty kredytu,
11) gród Kozaków zaporoskich.

## Krzyżówka



**Litery z pól od 1 do 7 utworzą rozwiązanie.**
**Poziomo:**
1) długotrwały brak deszczu,
4) rząd lamp w teatrze,
5) nieszczęsna żona Amfiona,
6) przyrządzany w shakerze.
**Pionowo:**
1, 2, 3) formy muzyczne.

## Rozwiązania

**Krzyżówka panoramiczna:** … w październiku; **krzyżówka A-Ż:** zieleniak; **krzyżówka z hasłem:** Wszystko ma swój czas; **wirówka panoramiczna:** Wiedza jest potęgą; **duet jolek:** "Pan i Pani Smith"; **logogryf:** "Konrad Wallenrod"; **szyfr:** "Czwarta siostra"; **krzyżówka:** mazurek.

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA

0011603691

ATLANTIS
Prestige PARK
etap 2

# Miejsce do życia,
# o którym marzysz




INVESTDOM® nieruchomości
Zaufaj profesjonalistom!

**Kontakt z biurem sprzedaży**

tel. **77 474 88 00** | **698 643 644**

ul. Kościuszki 7, Opole

eprasa.pl 820f131346

REKLAMA 0011608109

Mrs AKUMULATORY

# AKUMULATORY, KTÓRYM MOŻNA ZAUFAĆ

## Pogotowie akumulatorowe

## 727 148 148

**Szybka pomoc, gdziekolwiek jesteś. Dojeżdżamy na miejsce i wymieniamy akumulator.**

Pogotowie akumulatorowe dojeżdża do Klientów na terenie województwa opolskiego i śląskiego.

**CZYNNE CAŁĄ DOBĘ 24/7**
**także w niedziele i święta**

**DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ**

Mrs Akumulatory Krapkowice
Mrs Akumulatory Głuchołazy
Mrs Akumulatory Nysa
Mrs Akumulatory Opole
Mrs Akumulatory Zabrze
Pogotowie akumulatorowe 24h
https://www.mrsakumulatory.pl/

Rodzinna firma, wieloletnie doświadczenie i setki zadowolonych kierowców, to właśnie MRS Akumulatory.

Każde zlecenie traktujemy indywidualnie, a zadowolenie klientów jest dla nas najważniejsze.

Z nami masz pewność, że Twój samochód zawsze odpali bez problemu.

**FACHOWA EKSPERTYZA**
Twoje auto w rękach specjalistów.

**EKSPRESOWA NAPRAWA**
Naprawiamy szybko i na miejscu.

**PRZYSTĘPNE CENY**
Najlepsza jakość bez przepłacania.

**ZAPRASZAMY DO NASZYCH SKLEPÓW**

**OPOLE, ul. Gen. Kazimierza Sosnkowskiego 6/40a**
**GŁUCHOŁAZY, ul. Kraszewskiego 20**
**KRAPKOWICE, UL. MONIUSZKI 1**
**NYSA, ul. Wojciecha Korfantego 11**
**ZABRZE, ul. Franciszkańska 20E**
**SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE, ul. Niepodległości 23**

eprasa.pl 820f131346

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

**SPECTRE**
PIĄTEK, TVN 20:00

**MARATOŃCZYK**
SOBOTA, TVP 1 23:30

**WIELKI GATSBY**
NIEDZIELA, PARAMOUNT 16:50

**CARTE BLANCHE**
WTOREK, KINO POLSKA 20:00

# TELEMAGAZYN



TEATR TV
**WOJNA PELOPONESKA**
PONIEDZIAŁEK, TVP 1 20:55

+

**WŁADCY UMYSŁÓW**
NIEDZIELA, TV 6 11:50

**TRUMPOWIE. POZŁACANA DYNASTIA**
NIEDZIELA, FOKUS TV 22:00

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

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

# Konklawe

**+ VOD**

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

PROGRAMY OD 27 LISTOPADA DO 3 GRUDNIA 2026

w internecie i aplikacji TELEMAGAZYN.PL

eprasa.pl 820f131346

## Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce

*Konkurs odbywa się na skoczni HS 142 w Ruce w Finlandii*

SOBOTA TVN 16:30

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


SPORT

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

*Zakończnie projektu rozpoczętego w 2022 r.*

SOBOTA POLSAT 22:00

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


ROZRYWKA

## Teatr TV: Wojna peloponeska

*Scenariusz spektaklu powstał na podstawie kroniki Tukidydesa*

PONIEDZIAŁEK TVP1 20:55

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


ROZRYWKA


ROZRYWKA

## Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas

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

NIEDZIELA TVP KULTURA 18:10

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

## Camp Century – zimna wojna pod lodem

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

SOBOTA TVP DOKUMENT 21:45

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


DOKUMENT

## Trumpowie. Pozłacana dynastia

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

NIEDZIELA FOKUS TV 22:00

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


DOKUMENT

## Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu

*Czy liberalna polityka opłaca się największym przedsiębiorcom?*

PONIEDZIAŁEK PLANETE+ 22:00

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


DOKUMENT

## Buntowniczka nie z wyboru

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

WTOREK TVP DOKUMENT 19:05

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


DOKUMENT

## Wojny Rosji

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

ŚRODA TVP HISTORIA 21:55

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


DOKUMENT

## SERIALE ZAGRANICZNE

### Splątane losy

TVP1 14:00

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

### La Promesa - pałac tajemnic

TVP 2 15:05



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

### Dziedzictwo

TVP1 16:00

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

### Panna młoda

TVP 2 17:20

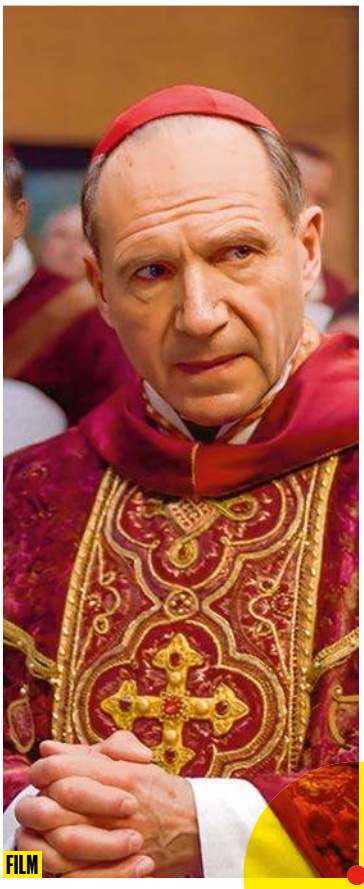


Wzruszony Cihan słucha bicia serca dziecka Hancer. Beyza pośpiesza prawniczkę. Do Mukadder i Sinem przychodzi kandydat na męża. Derya umiejętnie kieruje karierą Cemila. Sila sprowadza Metina do domu Engina...

### Akacjowa 38

TVP1 18:40

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


FILM

# Konklawe

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

PONIEDZIAŁEK POLSAT 20:35 ★★★★

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

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

## Spectre

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

PIĄTEK TVN 20:00 ★★★

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


FILM

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

## Do usług szanownej pani

*To będzie szansa, by wróciła mu chęć życia*

SOBOTA HBO 10:30 ★★★

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


FILM


FILM

## Maratończyk

*Laurence Olivier jako hitlerowski zbrodniarz!*

SOBOTA

TVP1 23:30 ★★★★

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

## Władcy umysłów

*Czy kontrolujemy nasze przeznaczenie?*

NIEDZIELA TV 6 11:50 ★★★★

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


FILM

## Hotel Mumbaj

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

PONIEDZIAŁEK TVP 2 22:55 ★★★★

Bombaj, 26 listopada 2008 roku. Islamscy terroryści napadają na hotel Taj Mahal Palace. Ponad tysiąc gości oraz pracowników placówki zostaje uwięzionych w wielopiętrowym labiryncie, w którym za każdym rogiem czai się śmierć. Rozpoczyna się walka o przetrwanie.


FILM

## Książę i aktoreczka

*Marilyn Monroe i Laurence Olivier*

CZWARTEK

TVP KULTURA 20:05 ★★★★

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


FILM

plus VOD

## GENIALNA M.

SKYSHOWTIME, Serial



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

## MĘŻCZYZNA Z WORKIEM

PRIME VIDEO, Film

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

## DUMA I UPRZEDZENIE

NETFLIX, Serial

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





eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Pociąg widmo

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

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

## TVP 2




### Barwy szczęścia

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

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

## Polsat




### Pierwsza miłość

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

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

## TVN




### Wdowy

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

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

## TVN 7




### Nigdy w życiu!

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

## TV Puls

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

## Puls 2

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

## TVP Polonia

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

## TV Trwam

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

## TVP Kultura

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

## Super Polsat

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

## TV 6

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

## TV 4

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

## Odważna

*Jodie Foster jako samotna mścicielka, polująca nocami na przestępców*

TVN FABUŁA 20:00 ★★★

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




## Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

*Krasnoludy odzyskały bogactwa swoich przodków, ale kłopoty dopiero się zaczynają*

POLSAT 21:00 ★★★★

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




## Różyczka 2

*Najpierw zamach i śmierć męża, potem walka z szantażystą*

TVP 1 22:00 ★★★

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




## Lot 93 z Newark

*Historia heroicznej walki pasażerów samolotu United Airlines 93 z terrorystami*

TV 4 22:30 ★★★

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




## Człowiek mafii

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

STOPKLATKA 22:40 ★★★

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







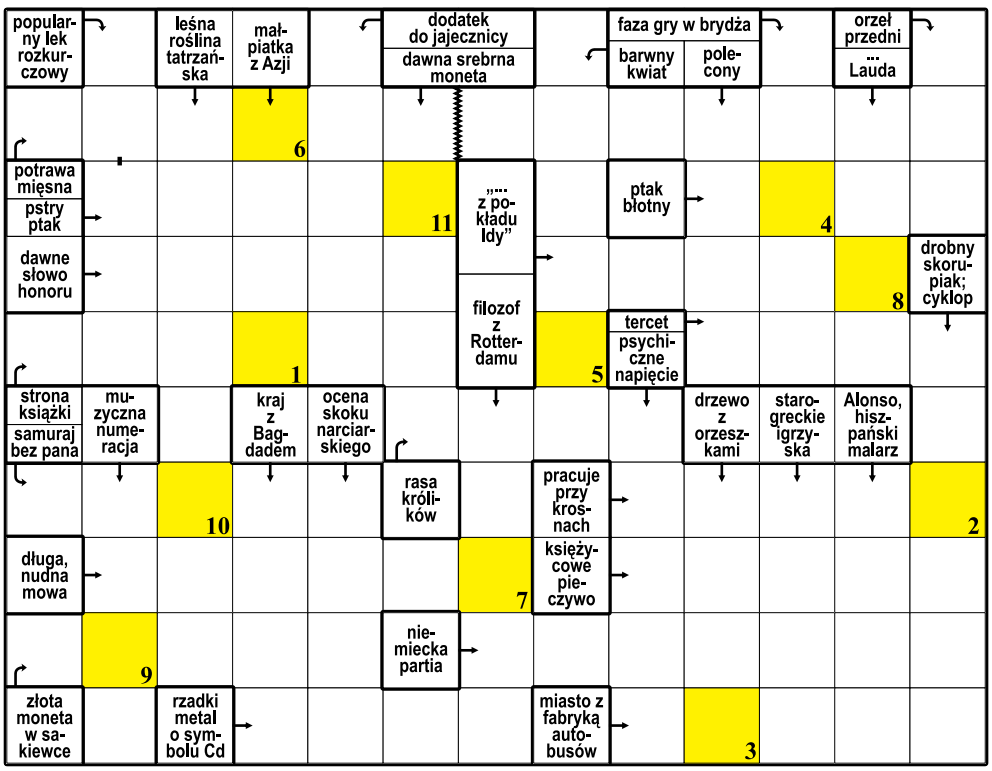
## Depresja mon amour

*Portret dramaturga i scenarzysty*

TVP DOKUMENT 19:10

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

### KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA




| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|

| 8 | 9 | 10 | 11 |
|---|---|---|---|

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie

### SUDOKU

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

### SUDOKU

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


eprasa.pl 820f131346

## Ale Kino+

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

## Kino Polska

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

## Polsat Film

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

## Stopklatka

DVB T

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

## Canal+ Premium

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

## HBO

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

## Paramount

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

## Polsat 2

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

## TVP Seriale

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

## AXN

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

## 13 Ulica

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

## FX

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

## Eurosport 1

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

## Eurosport 2

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

## Polsat Sport 1

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

## TVP Sport

DVB T

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

## Canal+ Sport

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

## Canal+ Sport 5

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

## Eleven Sports 1

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

## Polsat Sport 3

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

## TVN 24

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

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

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

## TVP 3

DVB T

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

## TVP Rozrywka

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

## Planete+

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

## BBC Earth

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

## Discovery Channel

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

## TVN Turbo

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

## TVN Style

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

## Romance TV

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

## TVN Fabuła

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

## AMC

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

## BBC First

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

## TTV

DVB T

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

## Fokus TV

DVB T

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

## National Geographic

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

## Nat Geo Wild

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

## Metro

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

## TVP Historia

DVB T

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

## TVP Dokument

DVB T

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

## Zoom TV

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

## TLC

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

## Nowa TV

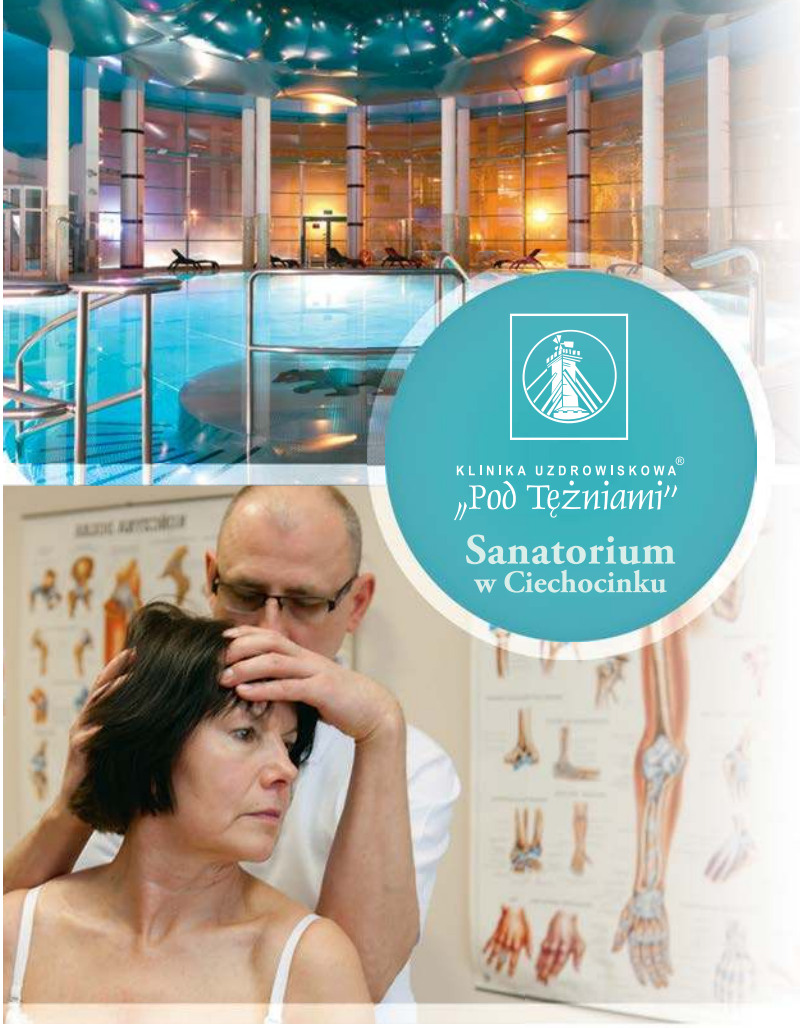
DVB T

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

## WP

DVB T

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


LECZENIE I REHABILITACJA

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

15 albo 20 zabiegów na 7 dni pobytu

• Wstęp na basen do 90 minut dziennie

Oferujemy z możliwością dopłaty:

• Diagnostykę fizjoterapeutyczną i laboratoryjną
• Specjalistyczne konsultacje lekarskie

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

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

tel. 54 416 70 00
www.podtezniami.pl

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

REKLAMA




eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Ojciec Mateusz

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

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

## TVP 2




### Rodzinka.pl

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

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

## Polsat




### Bez skrupułów Toma Clancy'ego

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

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

## TVN




### Blade: Wieczny łowca II

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

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

## TVN 7




### Zabójcza broń II

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

## TV Puls

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

## Puls 2

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

## TVP Polonia

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

## TV Trwam

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

## TVP Kultura

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

## Super Polsat

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

## TV 6

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

## TV 4

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

REKLAMA

Fielmann
twój optyk




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

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

eprasa.pl 820f131346

## Ale Kino+

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

## Kino Polska

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

## Polsat Film

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

## Stopklatka

DVB T

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

## Canal+ Premium

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

## HBO

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

## Paramount

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

## Polsat 2

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

## TVP Seriale

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

## AXN

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

## 13 Ulica

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

## FX

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

## Eurosport 1

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

## Eurosport 2

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

## Polsat Sport 1

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

## TVP Sport

DVB T

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

## Canal+ Sport

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

## Canal+ Sport 5

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

## Eleven Sports 1

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

## Polsat Sport 3

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

## TVN 24

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

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

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

## TVP 3

DVB T

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

## TVP Rozrywka

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

## Planete+

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

## BBC Earth

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

## Discovery Channel

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

## TVN Turbo

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

## TVN Style

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

## Romance TV

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

## TVN Fabuła

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

## AMC

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

## BBC First

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

## TTV

DVB T

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

## Fokus TV

DVB T

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

## National Geographic

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

## Nat Geo Wild

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

## Metro

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

## TVP Historia

DVB T

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

## TVP Dokument

DVB T

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

## Zoom TV

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

## TLC

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

## Nowa TV

DVB T

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

## WP

DVB T

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

## Marzyciel

*Znajomość z Daviesami jest dla pisarza inspiracją do stworzenia Piotrusia Pana*

PARAMOUNT 15:30 ★★★★

Przeżywający kryzys twórczy pisarz James Matthew Barrie spotyka czarującą wdowę




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

## Harry Potter i kamień filozoficzny

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

TVN 19:45 ★★★★

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




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

## Strażnik czasu

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

AMC 20:00 ★★★

Max pracuje dla tajnej agencji kontrolującej podróże w czasie. Wpada na trop skorumpowa-




nego polityka manipulującego przeszłością, by przejąć kontrolę nad przyszłością. Rozpoczyna się wyścig z czasem, którego stawką jest nie tylko jego życie, ale i los całego świata.

## Red 2

*Marzenia o życiu pełnym emocji mogą się czasem spełnić i być bardzo niebezpieczne*

TVP 1 21:25 ★★★

Były agent CIA Frank żyje w związku z Sarah. Jej marzenie o niebezpiecznej przygodzie spełnia się za sprawą skradzionej broni Night-




shade. Panuje przekonanie, że Frank i jego były partner Marvin są w posiadaniu urządzenia nuklearnego, które wielu chciałoby zdobyć. MI6 wydaje na nich wyrok śmierci.




## Opowieści o niedźwiedziu

*O tych zwierzętach opowie znany leśnik Kazimierz Nóżka*

TVP DOKUMENT 12:00

Bieszczady potrafią zachwycić widokami o każdej porze roku. A gdy na horyzoncie pojawią się niedźwiedzie oraz Kazimierz Nóżka, to aż chce się rzucić wszystko i po prostu tam pojechać. Zobaczymy unikatowe ujęcia bieszczadzkich niedźwiedzi podczas miłosnych uniesień, wychowywania młodych, zabawy czy wspinania się na drzewa.




## Najdziwniejsze przedmioty

*W muzeach i laboratoriach kryją się bardzo tajemnicze obiekty*

NATIONAL GEOGRAPHIC 18:00

Analiza maski Tutanchamona ujawnia, że wykryte na niej imię faraona mogło zastąpić inne, jakby próbowano zatrzeć czyjąś tożsamość. Kolejna zagadka dotyczy tajemniczych konstrukcji z drewna, lin i prochu, odkrytych w Ameryce Północnej w czasie II wojny światowej. Rozwiązania wymaga też tajemnica pewnej butelki z Londynu


eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Zaraz wracam

**7.00** Msza św. w Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Polskie parki narodowe (18) **9.00** U Pana Boga w ogródku (12) **9.55** Ojciec Mateusz (335) **10.55** Komisarz Alex (332) **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Taize – Dom serca **13.10** Dzika Skandynawia (2) **14.05** Opowieści o niedźwiedziu **14.25** Rolnik szuka żony. Odwiedziny (11) **14.45** Alternatywy 4 (4)

**16.00 Zaraz wracam (182-opis, 183)** – serial Polska 2026
Karolina wraca po wyczerpującym przesłuchaniu w CBŚ i kategorycznie żąda od Janka, by zerwał kontakty ze swoją matką. Wiktoria wpada w panikę na wieść, że ciężarna Zuza nie wróciła na noc do Sary.
**17.00 Teleexpress**
**17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś**: Prof. Jerzy Bralczyk
**18.25 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa (16)**
**18.40 Jaka to melodia?**
**19.30** 19.30
**19.55 Pytanie dnia**
**20.25 Rolnik szuka żony (12)**
**21.25 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (12)**
**21.50 Miłość w Nowym Jorku** ★★★ – dram. USA 2000 (s.15)
Reż. Joan Chen, wyk. Richard Gere, Winona Ryder, Anthony LaPaglia
**23.45 Red 2** – komedia krym. ★★★ USA/Francja/Kanada 2013
Reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
**1.45 Ostatnia walka Apacza** ★★★ – western USA 1954

## TVP 2




### Na noże

**5.10** Barwy szczęścia (3449, 3450) **6.25** M jak miłość (1960) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – program infor.-publicyst.**10.30** Domowe patenty (21) **10.35** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (79) – program eduk. Polska **11.10** The Voice of Poland (17): Live – program rozryw. Polska 2026 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

**15.10 Szansa na sukces. Opole 2026**: Kasia Stankiewicz
**16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12)** – teleturniej, prowadzenie Katarzyna Zielińska
**17.15 Tak to leciało!** – teleturniej
**18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej
**19.10 Kocham Cię, Polsko!** – quiz
**20.45 Na noże** – komedia ★★★★ kryminalna USA 2019
Reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Michael Shannon
Słynny detektyw musi wyjaśnić tajemnicze okoliczności śmierci autora kryminałów. Benoit Blanc od początku wie jedno – wszyscy członkowie szalenie dysfunkcyjnej rodziny Thrombeyów są podejrzani.
**23.00 Kwiatki polskie duże (20)** – magazyn publicystyczny
**0.00 Dzień z życia artysty (18)**: Stanisław Baj
**0.40 Matylda (7)** – serial kostiumowy Polska 2024
**1.35 Syn (3, 4)** – serial USA 2017
**3.15 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5** – komedia ★★★ obyczajowa Polska 2024

## Polsat




### Spadkobiercy

**5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.00** Halo tu Polsat – program informac.-publicystyczny **10.45** Ewa gotuje (588) **11.25** Rybki z ferajny – film anim. USA/Francja/Korea Połud. 2004, dub. Cezary Pazura, Jarosław Boberek, Joanna Trzepiecińska **13.05** Jak wytresować smoka 3 – film anim. USA/Jap. 2019, dub. Grzegorz Drojewski, Julia Kamińska, Wojciech Machnicki

**15.25 LEGO Masters. W drodze (3)** – program rozrywkowy
**16.30 Awantura o kasę** – teleturniej, prowadzenie Krzysztof Ibisz
**17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (17)** – program muzyczny Polska 2026
**18.50 Wydarzenia**
**19.35 Być gwiazdą**
**19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami** – program rozrywkowy
**22.55 Spadkobiercy** ★★★★ – komediodr. USA 2011
Reż. Alexander Payne, wyk. George Clooney, Patricia Hastie, Shailene Woodley
Żona Matta ulega wypadkowi i zapada w śpiączkę. Dotąd to ona zajmowała się domem i wychowaniem ich córek. Opiekę nad zbuntowaną nastoletnią Alex i młodszą Scottie przejmuje teraz Matt, który nie bardzo wie, jak sobie radzić.
**1.35 Ted** – komedia USA 2012 ★★★★
Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Mila Kunis, Seth MacFarlane
**3.50 Kabaretowa Ekstraklasa**
**4.40 Disco gramy!**

## TVN




### Harry Potter i Komnata Tajemnic

**5.50** Uwaga! (7761) **6.10** Kuchenne rewolucje: Żnin, bar „Chicken Go" **7.10** Magda gotuje Internet (4) **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Unboxing – Wielkie otwarcie (6) **12.05** Co za tydzień (1270) **12.50** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukuryykuu **14.00** Studio **14.20** Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce: 2. konkurs ind. na skoczni HS 142 – 1. seria

**15.20 Studio Pucharu Świata**
**15.30 Skoki narciarskie: Puchar Świata mężczyzn w Ruce:** 2. konkurs indywidualny na skoczni HS 142 – 2. seria
**16.20 Studio Pucharu Świata**
**16.45 Asterix podbija Amerykę** – film anim. Niemcy/Fr./Hiszpania/USA/W. Bryt./Kanada/Dania/Jap. 1994
**18.30 Niezwykłe Stany Prokopa** – serial dok. Polska 2026
**19.00 Fakty**
**19.45 MasterChef** – show
**21.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic** ★★★★ – film przygod. W. Bryt./USA 2002
Reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson
Hogwart nie jest już bezpieczny i profesor Dumbledore musi przyznać, że w murach akademii czai się zło. Na ścianie pojawia się napis obwieszczający, że legendarna komnata tajemnic została otwarta.
**1.05 Robin Hood: Początek** ★★★ – film przyg. USA 2018
**3.30 Superwizjer**
**4.05 Uwaga!** – magazyn
**4.20 Down the road (6)**

## TVN 7




### Jack Reacher: Nigdy nie wracaj

**6.50** New Looney Tunes (10, 11) **7.20** ★★★ Gremliny II – film sf USA 1990 **9.25** Top Model (13) **11.05** Ukryta prawda (1639-1642) **15.10** Szpital św. Anny (142, 143) **17.10** Detektywi (338) **18.10** ★★ Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski – kom. USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg **20.00** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **22.40** ★★★ Miasto złodziei – dramat USA 2010, reż. Ben Affleck, wyk. Ben Affleck **1.05** ★★★ Dziewczyna moich koszmarów – kom. rom. USA/Meksyk 2007, reż. Bobby Farrelly, Peter Farrelly, wyk. Ben Stiller

## TV Puls

**6.00** Taki jest świat (47) **6.35** Kobra – oddział specjalny (7) **7.35** Don Matteo: Boski detektyw (17, 18) **9.40** Rodzinny interes (45, 46) **11.35** ★★★ Szklanką po łapkach – komedia USA 1996 **13.25** ★★★ Need for Speed – film sens. USA/Indie 2014 **15.55** ★★ Blondynka w koszarach – kom. obycz. USA 2008 **17.55** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **20.00** ★★★ Diablo – film sens. USA 2025 **22.00** ★★★★ Terminator 2: dzień sądu – film sf USA 1991 **0.55** ★★ Syberia – film krym. Niemcy 2018

## Puls 2

**7.00** Taki jest świat (47) **7.25** Aukcja w ciemno (17-19) **8.55** Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (1-3) **10.35** ★★★ Hibernatus – komedia Fr./Wł. 1969 **12.20** ★★★★ Gamoń – kom. Hiszp./Fr./Wł. 1965 (s.15) **14.40** ★★★ Kapryśny książę – film fant. Czechy 2022 **16.40** ★★★ Zaczarowany nos – film fant. Niemcy 2021 **18.45** ★★★ Duch w butelce – film fant. Niemcy 2021 **20.00** ★★★ Akt odwagi – film sens. USA 2012 **22.05** ★★★ Wojna Harta – dram. USA 2002 **0.30** Dzielnica strachu (139)

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **10.30** Świętokrzyskie krajobrazy (3) **10.55** UNESCO: Skarby Polski (11) **11.25** Makłowicz w podróży (132) **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.50** Słowo na niedzielę **13.00** Msza święta z kościoła pw. św. Jerzego w Rydułtowach **14.15** Studio Betclic 1. Ligi **14.20 (L)** Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1951) **18.20** Do śmiechu! (62) **19.10** Laskowik & Malicki (9) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Komisarz Alex (305) **21.15** ★★★ Planeta singli – kom. Pol. 2016, reż. Mitja Okorn, wyk. Maciej Stuhr **23.30** Gabi Drzewiecka zaprasza **0.25** Muzeum polskiej piosenki (118)

## TV Trwam

**11.45** Solidarność – narodziny wolności **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Leonem XIV **12.15** Papież Polak do rodaków **12.40** Posłani **14.05** Akwarelowy dotyk świętych **14.15** Miasteczko na rozdrożu (2) **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **16.50** Mateczniki polskości **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.45** Stan bezpieczeństwa państwa **22.00** Mocni Jego mocą **22.30** Muzyczne chwile **22.45** Jak wygrać małżeństwo? **23.00** Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze **0.10** Informacje

## TVP Kultura

**8.00** Nabożeństwo luterańskie w Warszawie **9.00** Cykl adwentowy (1) **9.15** Wspólny dom (43) **9.55** Pamiętniki Sherlocka Holmesa (6) **11.00** Pan wzywał, Milordzie? (4) **12.05** Teatr TV: Dziób w dziób – spektakl Polska 2019 **13.05** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.10** Czterdziestolatek (16) **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.10** Violetta – taka jestem – Koncert Violetty Villas (s.2) **19.15** Violetta Villas śpiewa dla zakochanych **20.00** ★★★ Lucie Aubrac – dram. Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **22.10** Porozmawiajmy szczerze (33) **22.50** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019 **0.00** Bestie wokół nas – film anim. **0.10** Zasoby ludzkie – film anim.

## Super Polsat

**6.05** Wydarzenia 21:50 **6.40** SuperLudzie (40) **7.15** Były sobie Ameryki (2-6) **10.00** Pokochaj lub sprzedaj (3) **11.00** ★★★ Ania z Zielonego Wzgórza – film przyg. Kan. 2016 **12.50** ★★ Słyszeliście o Morganach? – kom. romant. USA 2009 **15.00** ★★★★ Wojna o planetę małp – film sensac. USA/Kan./Nowa Zel. 2017 **18.00** Pokochaj lub sprzedaj (4) **19.00** Randka w ciemno (10, 11) **21.00** ★★★★ Zawód szpieg – film sensac. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **23.40** ★★★★ Desperado – film sensac. USA/Meksyk 1995, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas **1.50** Backdoor – Wyjście awaryjne (9) **2.20** Randka w ciemno (10) **3.20** Złomiarze (3)

## TV 6

**6.00** Columbo (16, 17): Słodka, lecz śmiertelna / Koneser win – serial krym. USA 1973 **9.35** Poirot (1): Tajemnice błękitnego ekspresu – serial krym. W. Bryt. 2005 **11.50** ★★★★ Władcy umysłów – film sf USA 2011, reż. George Nolfi, wyk. Matt Damon, Emily Blunt (s.3) **14.00** Policjantki i policjanci (311-314) **18.00** Strażnik Teksasu (4, 5): Anioł zemsty / Wielkie zmiany – serial sensac. USA 2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (93, 94): Siła ciążenia / Martwa cisza – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krymin. USA 2017 **0.00** ★ Cudzoziemiec – film sens. USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal, Max Ryan **2.00** Krejzi Patrol (14)

## TV 4

**6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (467) **6.55** Najdziwniejsze domy świata (3) **8.00** Największy pies świata – film dok. **9.00** A na deser... (22) **9.15** Galileo (1230, 1231) **11.15** Mini Galileo (31, 215) **11.55** ★★★★ Powrót do przyszłości II – film przygod. USA 1989, reż. Robert Zemeckis, wyk. Michael J. Fox, Christopher Lloyd, Lea Thompson **14.20** ★★★ Godzilla – film sens. USA/Jap. 1998 **17.05** ★★★ Lot 93 z Newark – film sens. Kan./USA 2006 **19.00** Uroczysko (235, 236) **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (205-208) **0.00** STOP Drogówka (387) **1.00** Hitler: mroczny urok dyktatora (3) – serial dok. **3.10** SuperLudzie Extra (31) **3.25** Lubię Disco! (310) **4.25** Top 10 lista przebojów (2975)

REKLAMA

# Teraz możesz widzieć wszystko w MAKSYMALNYM POWIĘKSZENIU!




**Odczytywanie recept, rachunków, ulotek leków czy programu TV sprawia Ci trudność?** Denerwujesz się, że nawleczenie igły na nitkę, przyszycie guzika czy przykręcenie śrubki zabiera Ci zbyt dużo czasu? Twoje oczy męczą się od czytania drobnego druku w gazecie, przepisów w książce kucharskiej czy SMS-ów w telefonie?

## JUŻ DZIŚ SPRAW SOBIE NOWE *MULTIFUNKCYJNE LUPO-OKULARY!*

Powiększające lupo-okulary są ultralekkie i wygodne w noszeniu. Dzięki elastycznym oprawkom dopasowują się zarówno do kobiecej, jak i męskiej głowy. Uniwersalny rozmiar i przedłużone zauszniki umożliwiają **założenie lupo-okularów na okulary korekcyjne,** co dodatkowo poprawia komfort użytkowania. Nosząc je, możesz zobaczyć nawet **najdrobniejsze szczegóły w maksymalnym powiększeniu 160%,** bez konieczności trzymania szkła powiększającego!

Dzięki temu **zawsze masz wolne ręce,** więc swobodnie i bez wytężania wzroku możesz:

- ✔ **czytać książki** i gazety, rozwiązywać krzyżówki;
- ✔ **odczytać etykietę na leku,** instrukcję obsługi, paragon, receptę, wiadomość SMS;
- ✔ **szyć, haftować,** malować, majsterkować;
- ✔ **nawlec igłę,** wyciągnąć drzazgę, przykręcić śrubkę, obciąć paznokcie…

Lupo-okulary świetnie sprawdzą się zarówno przy codziennych czynnościach w domu, jak i podczas wizyty **w sklepie, banku czy urzędzie.** Mogą być również bardzo przydatne dla jubilerów, zegarmistrzów, elektroników i hobbystów, którzy wykonują prace wymagające szczególnej precyzji!




## Każdy detal staje się czytelny!







SUPERPOWIĘKSZENIE 160%

**OFERTA TELEFONICZNA!**

Masz szansę otrzymać powiększające multifunkcyjne lupo-okulary **za 87 zł!**
Oferta ważna do wyczerpania zapasów.
Ekspresowa i bezpieczna dostawa kurierem prosto do rąk własnych – 23 zł!

**tel. 61 300 38 75**

Pon.-pt. 8:00-20:00, sb. i niedz. 9:00-20:00
(Standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)

Producent: Globadvise Holding LTD 76 King Street, Manchester M2 ANH, Wielka Brytania; contactpl@globadvice.info

TWT Group Sp. z o.o., Marszałkowska 58, 00-545 Warszawa. Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: https://info-for-customers24.com/statute/pl/.

eprasa.pl 820f131346

## Ale Kino+

**6.30** Polska z góry **7.00** Czarna woda – film krótkom. Polska 2023 **7.25** Grantchester (7, 8) **9.30** ★★★ Storm – dramat Norwegia 2022 **11.20** Sprawa nierozwiązana (6-10) **13.50** ★★★ Pies przed sądem – kom. Szwajc./Fr. 2024 **15.30** ★★★ Pęknięte lustro – kom. krym. W. Bryt. 1980, reż. Guy Hamilton, wyk. Angela Lansbury, Elizabeth Taylor (s.15) **17.40** ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodr. USA 2007 **20.10** Crá. Torfowiska (1-6) **2.15** Król (5) **3.40** ★★★ Żurek – dramat Polska 2003

## Kino Polska

**8.00** ★★★ Milion za Laurę – kom. Pol. 1971 **10.00** ★★★ Dziewczyna szuka miłości – film obycz. Pol. 1938 **11.40** ★★★★ Poszukiwany, poszukiwana – kom. Pol. 1972 **13.35** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – kom. Pol. 1991 **15.40** ★★★★ Tam i z powrotem – film sens. Pol. 2001 **17.50** ★★★ Orzeł. Ostatni patrol – dram. Polska 2022 **20.00** ★★★ Niepokonani – dramat hist. USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 (s.15) **22.50** Tama **23.30** ★★★★ Dzień świra – kom. Polska 2002

## Polsat Film

**9.55** Jeźdźcy smoków: Na końcu świata **10.55** Kung Fu Panda: Święta, święta i Po – film anim. **11.30** Pada Shrek – film anim. **12.00** Epoka lodowcowa – film anim. **13.40** ★★★ Ace Ventura: Zew natury – kom. USA 1995 **15.40** ★★★ Kowboje i obcy – western USA/Indie 2011 **18.00** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przygod. USA 1991 **21.00** ★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995, reż. Michael Bay, wyk. Will Smith **23.30** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019 **1.40** Ślad (6)

## Stopklatka

DVB T

**6.00** Komisarz Rex (8-11) **10.00** Hudson i Rex (6-8) **13.00** Komisarz Montalbano (36) **15.35** ★★★ Ucieczka z Pretorii – thriller Australia/RPA/W. Bryt./USA/Niemcy 2020 **17.40** Czterej pancerni i pies (1, 2) **20.00** ★★★ Złe mamuśki 2: Jak przetrwać święta – kom. USA 2017, reż. Jon Lucas, Scott Moore, wyk. Mila Kunis **22.05** ★★★ Na układy nie ma rady – kom. Pol. 2017 **23.55** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **2.05** ★★★ Prywatne śledztwo – film sens. Polska 1986

## Canal+ Premium

**9.00** ★★ Zmiennokształtni 2 – film fantasy Niemcy 2026 **10.40** ★★★★ To był zwykły przypadek – thriller Fr./Luks./Iran/USA 2025 **12.25** ★★★ Listy do Julii – kom. rom. USA 2010 **14.10** The Office PL (7, 8) **15.10** ★★★★ Kopnięci w czasie – kom. Fr./Belg. 2025 **16.55** Wstęp **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **19.35** ★★★ Pompeje – film kat. USA2014 **21.25** ★★★ Samotnik – film sensac. W. Bryt. 2026 **23.10** ★★★ Przyjmij/Odrzuć – thriller USA/Irlandia 2025

## HBO

**8.45** ★★★★ P.S. Kocham Cię – melodramat USA 2007 **10.50** ★★★ Eleanor Wspaniała – dramat USA 2025 **12.30** Fantastyczny Pan Lis – film anim. W. Bryt./USA 2009 **13.55** Żywiciel rodziny – kom. USA 2026 **15.35** ★★★★ La Grazia – dramat Wł. 2025 **17.45** ★★★★ Bohemian Rhapsody – film biograf. USA/W. Bryt. 2018 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★★ Batman – film sens. USA 2022 **1.05** ★★★★ Dotyk – dramat Isl./W. Bryt. 2024 **3.00** Pozłacany wiek (5)

## Paramount

**6.00** Pingwiny z Madagaskaru **8.00** ★★★ Mali agenci – kom. USA 2001 **9.55** ★★★★ Marzyciel – film biogr. USA/W. Bryt. 2004 **12.05** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **14.25** ★★★ Zaginione miasto – kom. USA 2022 **16.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramz USA 1974 (s.15) **20.00** ★★★★ Dungeons & Dragons: Złodziejski honor – fant. USA 2023 **23.00** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.50** ★★★ Eurotrip – kom. USA 2004 **2.50** ★★★★ The Northman – film przyg. USA 2022

## Polsat 2

**6.30** Sekrety rodziny **7.30** Z klimatem i z pasją **8.00** Sekrety rodziny **9.00** Trudne sprawy **14.00** Zawód: Glina **17.00** Nasz nowy dom **18.10** Sekrety rodziny **20.10** ★★★ Metro strachu – film sensac. USA/W. Bryt. 2009, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, John Travolta **22.30** ★★ Snajper III – film sensacyjny USA 2004, reż. P.J. Pesce, wyk. Tom Berenger, Byron Mann **0.10** Bracia (8) **1.20** Wydarzenia **2.00** Świat według Kiepskich (35) **2.30** Super-Ludzie **3.05** #JesteśmyDlaDzieci

## TVP Seriale

**5.50** Zmiennicy (6) **6.55** Na sygnale (958-961) **9.10** Stawka większa niż życie (12, 13) **11.30** 07 zgłoś się (2, 3) **13.35** Ojciec Mateusz (38, 39) **15.25** Komisarz Alex (332) **16.30** Ranczo (75): Kontrrewolucja **17.30** 07 zgłoś się (4, 5) **19.45** Ojciec Mateusz (462, 40-41): Paragraf 130 / Wybory / Zbrodnia w bibliotece **22.30** Ranczo (76, 77) **0.15** Rodzinka.pl (328, 329) **1.20** Korona królów. Jagiellonowie (50, 51) **2.15** Krucjata. Znak bliźniąt (2) **3.00** Londyńczycy (8, 9) **3.15** Londyńczycy (9)

## AXN

**5.05** FBI: International (12) **6.30** ★★ Oficer Blart 2 – kom. sens. USA 2015 **8.10** Agenci NCIS (10) **9.10** Walker: Strażnik Teksasu (14) **10.05** Detektyw Monk (11-13, 1-2) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6-10) **20.00** ★★★ Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bułg. 2016 **22.00** ★★★ Świat w ogniu – thriller USA/W. Brytania/Portugalia/Kanada/Bułg. 2019 **0.15** ★★★★ Adrenalina – film sens. USA 2006 **2.10** ★★★★ Dzień Świstaka – kom. USA 1993 **4.10** Agenci NCIS: Hawaje (11)

## 13 Ulica

**6.35** Follow (5) **7.30** Bez śladu (12-16) **11.55** Kapitan Marleau (2-4) **18.00** Kasandra (3) – serial krym. Fr. **20.00** Zabójstwo w Périgord – film krym. Fr. 2025, reż. Muriel Aubin, wyk. Andréa Furet **22.00** Zabójstwo w Balagne – film krym. Fr. 2025, reż. Octave Raspail, wyk. Anne Suarez **0.00** ★★★ Morderstwa w Cornouaille – film krym. Fr. 2018, reż. Franck Mancuso, wyk. Sagamore Stévenin **2.10** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Fr. 2022 **4.10** Niewidomy detektyw (2)

## FX

**7.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (19-21) **9.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5-7) **12.35** Z Archiwum X (4, 5) **14.25** ★★★★ Królestwo niebieskie – dramat W. Bryt./Niemcy/Hiszp./Maroko/USA/Wł./Fr. 2005 **17.25** ★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **19.35** ★★★ xXx – film sensac. USA 2002 **22.00** ★★★ Rambo II – film sens. USA/Meksyk 1985 **0.00** Tulsa King (6) **0.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17, 18) **2.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23)

## Eurosport 1

**8.50** (L) Kombinacja norw.: PŚ (m) w Ruce **9.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** (L) Skoki narc.: PŚ (k) w Hinzenbach **12.00** Studio **12.45** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** Studio **14.20** (L) Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **16.00** Studio **16.30** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **17.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **19.30** (L) Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **20.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.15** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **9.45** (L) Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.55** (L) Komb. norw.: PŚ (m) w Ruce **11.55** (L) Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **13.45** The Power of Sport **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. **17.30** Saneczk.: PŚ (m) w Winterbergu **18.00** Saneczk.: PŚ (k) w Winterbergu **18.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt.w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

## Polsat Sport 1

**5.05** (L) Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **8.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Cafe Futbol **12.30** Siatkówka: TAURON Liga **14.45** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Podziemia Kredowe ChKS Chełm – Aluron CMC Warta Zawiercie **17.50** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: MOYA Radomka Radom – UNI Opole **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga Kobiet: KS DevelopRes Rzeszów – Metalkas Pałac Bydgoszcz **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga

## TVP Sport

DVB T

**8.40** Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **10.55** Rozmowy na medal plus **12.00** NBA Action **12.35** Studio **12.55** (L) Biatlon: PŚ mężczyzn w Kontiolahti **14.25** (L) Piłka nożna: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **17.00** Studio **17.25** (L) Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **20.15** Biatlon: PŚ kobiet w Kontiolahti **21.35** Sportowy wieczór **22.00** (L) NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **0.45** Piłka nożna: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków

## Canal+ Sport

**8.20** Liga+ **9.30** Wysoki pressing **11.00** Byłem królem **11.50** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Real Madryt – Deportivo Alavés **13.55** (L) Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna; Deportivo A Coruña – FC Barcelona; RC Celta – Villarreal CF **20.55** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.00** Sport+ **0.05** Hola La-Liga!: 14. kolejka **1.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **3.40** Premier League: The Big Interview **4.20** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu

## Canal+ Sport 5

**8.20** Premier League Stories **8.55** Premier League: The Big Interview **9.30** Wysoki pressing **11.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Widzew Łódź – KGHM Zagłębie Lubin **13.30** Turbokozak: Łukasz Fabiański **14.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals: Ćwierćfinały **18.15** Wysoki pressing **20.00** (L) Dart: Ladbrokes Players Championship Finals **0.15** MMA: ala ONE Friday Fights 180 na Lumpinee Boxing Stadium w Bangkoku **1.30** Premier League: The Big Interview

## Eleven Sports 1

**9.00** Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **10.45** Formuła 2: GP Kataru **11.45** Formuła 1: GP Kataru **12.55** (L) Formuła 2: GP Kataru **14.15** Padok IRL: Grand Prix Kataru **15.00** (L) Formuła 1: GP Kataru **15.30** Studio GP **16.55** (L) Formuła 1: GP Kataru **19.00** Studio GP **20.05** Podróż do świata calcio **20.45** Studio Ligi Portugal Betclic **21.25** (L) Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **23.30** Studio Ligi Portugal Betclic **23.50** Eleven Gol Live **1.10** Formuła 1: GP Kataru **3.05** Pierwszy tytuł Kloppa

## Polsat Sport 3

**8.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa: Półfinał **10.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **12.00** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 1. przejazd dwójek **13.30** (L) Bobsleje: PŚ kobiet w Altenbergu: 2. przejazd dwójek **15.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **17.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **19.00** (L) Tenis: Finały Pucharu Davisa: Finał **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Piłka nożna: Copa Libertadores: Palmeiras – Estudiantes La Plata **1.00** Babilon MMA

## TVN 24

**8.00** Serwis informacyjny **8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny **10.45** Kawa na ławę **11.55** Loża prasowa **12.50** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.30** Ranking Mazura **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** W kuluarach **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.43** Strefa kibica – zima. Kroniki

## Polsat News

**9.00** Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej **9.55** Śniadanie Rymanowskiego **11.00** Polityczny wf z gościem **12.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** W rytmie dnia **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.40** Śniadanie Rymanowskiego **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie

## TVP Info

DVB T

**10.30** Serwis info **11.00** Wydarzy się **12.00** Serwis info **13.00** Jan Paweł II – dzisiaj **13.22** Serwis info **13.30** Polscy szpiedzy **14.14** Serwis info **15.05** Polska. Co dalej? **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Portfel Kowalskiego **19.00** Serwis info wieczór **19.07** Trochę kultury **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Raport specjalny **21.00** Serwis info wieczór

## TVP 3

DVB T

**9.25** Rok w ogrodzie **10.30** Tydzień **11.00** Msza święta na Jasnej Górze **12.00** Całkiem niezła historia **12.25** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **13.00** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** (L) Piłka nożna: Resovia Rzeszów – Znicz Pruszków **20.00** Dziennik regionów **20.15** Całkiem niezła historia **20.30** Sanatoria **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia

## TVP Rozrywka

**8.25** Górna półka smaku **9.00** Między pokoleniami **9.30** Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.50** Szansa na sukces. Opole 2027 **11.55** Postaw na milion **13.45** Prywatne życie zwierząt **14.15** Super Gary. Gotuj z Bosacką! **14.55** Tak to leciało! **15.45** Moje przeboje **16.20** Jeden z dziesięciu **17.35** Koło fortuny **18.15** Szansa na sukces. Opole 2027 **19.20** Tygodnik Moralnego Niepokoju **20.00** Jaka to melodia? **21.00** Kocham Cię, Polsko! **22.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa

## Planete+

**8.10** Krajobrazy świata **10.20** Najdzikse ostępy Europy **11.25** Włochy z góry **12.30** Na targach świata **13.05** Polska z góry. Nad wodą **13.35** Krajobrazy świata **14.40** Łaty i pręgi **15.45** Lamparty z Parku Yala na Śri Lance **16.50** Ratując gepardy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.45** Karl Lagerfeld. Objawienie **20.45** Prost **22.00** Clint Eastwood. Ostatnia legenda **23.10** Ctrl+Sex+Śmierć **0.20** Jak wygrać z Ku Klux Klanem **1.25** Polska z góry...

## BBC Earth

**8.40** W okowach mrozu **9.40** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem **11.00** Attenborough i morski smok **12.10** W okowach mrozu **13.15** Dziki połów: nieznane wody **14.20** Dzika Wielka Brytania **16.35** Życie na pustkowiu **18.40** Szlakiem wulkanów **19.45** Zielona planeta: Pustynie **20.55** Attenborough i morski smok **22.05** W okowach mrozu **23.05** Na krawędzi katastrofy **0.05** Fenomeny współczesnego życia **1.15** Zabójcza pogoda **2.00** W okowach mrozu

## Discovery Channel

**8.00** Sekrety Houdiniego **9.00** Złomowisko PL **11.00** Lotnisko **12.00** Przystanek Bieszczady **13.00** Wyzwanie: przetrwanie **14.00** Gorączka złota **15.00** Alaska w budowie **16.00** Budowa na końcu świata **17.00** Celnicy na straży Niemiec **18.00** Celnicy na straży Danii **19.00** Kroniki policyjne: Szwecja **20.00** Gorączka złota **22.00** Alaska w budowie **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **1.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **2.00** Królowie asfaltu

## TVN Turbo

**9.20** Raport końcowy **9.45** Co tu się odjechało? **10.15** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **10.45** Wojny samochodowe **11.45** Z drugiej ręki **12.30** Jeździć, obserwować **13.15** Naprawy nie do naprawy **14.00** Zawodowi handlarze **15.30** Po raz trzeci. Sprzedane! **16.15** Kupione, zrobione, sprzedane **17.15** Ciężarówką przez Mleczę **18.15** Raport końcowy **18.40** Mobilni mechanicy **19.25** Wojny samochodowe **21.25** Zawodowi handlarze **22.10** Kupione, zrobione, sprzedane

## TVN Style

**5.10** MasterChef **6.45** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **7.45** Dzień Dobry TVN **11.30** Ostre cięcie **12.30** Jestem z Polski **16.40** Bitwa o gości **17.45** Nowa Szelągowska **18.45** Kuchenne rewolucje: Kołobrzeg – „Figa z makiem" / Bistro „No i fajnie", Zgierz **20.45** Ostre cięcie **21.50** Szalone Tokio **23.05** Jestem z Polski **0.10** Niezwykłe Stany Prokopa **1.10** Zagadki seksualności **1.45** Tu jest pięknie **2.30** Wiem, co jem i wiem, co kupuję **4.00** Ach, ta impreza!

## Romance TV

**8.05** Śledztwo prowadzi Watzmann (33-36) **12.15** ★★ Lato na Lazurowym Wybrzeżu – dram. Niem. 2024 **14.05** Weiss & Morales (3) **16.00** ★★ Lilly Schönauer: A potem była miłość – film obyczaj. Austria 2008 **17.55** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **20.00** ★★★ Romans w powietrzu – film obyczajowy USA 2020 **21.55** ★★★ Świąteczny azyl – kom. Kanada 2022 **23.45** Käthe i ja **1.40** ★★★ Romans w powietrzu – film obycz. USA 2020 **3.30** ★★★ Najlepsze na koniec – kom. Niemcy 2024

## TVN Fabuła

**7.05** Kino Buzz TOP5 **7.15** Magda M. (5-7) **10.20** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **12.05** ★★★ Stowarzyszenie wędrujących dżinsów – kom. USA 2005 **14.40** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film woj. USA/Jugosławia 1970 **17.45** ★★★ Godzilla i Kong: Nowe imperium – film sf USA 2024 **20.00** ★★★ Teściowie II – kom. obycz. Polska 2023 **22.00** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. rom. USA 2004 **0.15** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **2.30** Seriaale Top 5

## AMC

**6.40** ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongkong/Singapur/W. Bryt./Hiszp. 2012 **10.10** ★★★ Błękitna laguna: Przebudzenie – film przygod. USA 2012 **12.10** ★★ Kobiety – komediodramat USA 2008 **14.40** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **17.30** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **20.00** ★★★★ Underworld – thriller USA/W. Bryt./Niemcy/Węgry 2003 **22.30** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **0.30** ★★★★ Wściekłe psy – dramat USA 1992

## BBC First

**6.00** Ojciec Brown (8, 9) **7.30** Ulica nadziei (5) **8.25** Śmierć z dala od palm (5) **9.35** Sanditon (8, 1) **11.40** Co ludzie powiedzą? (1-3): Kolacja przy świecach / Moralność Elżbiety / Lekcja dobrych manier **13.35** Morderstwa w Midsomer (16, 1-3) **17.50** Z pamiętnika położnej (7) **18.55** Ulica nadziei (5) **19.55** Śmierć pod palmami (4) **21.00** Śledztwa siostry Bonifacji (5) **22.00** Dobijasz mnie (4-6) **1.00** Happy Valley (2) **2.10** Milczący świadek (5, 6) **4.05** Śmierć z dala od palm (5)

## TTV

DVB T

**8.50** Ciężarówką przez pół świata **9.45** Express **10.05** Idź na całość **11.05** Zakup w ciemno Extra **11.35** Zakup w ciemno **13.40** Gogglebox. Przed telewizorem **14.45** Nasi w mundurach **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.10** Życie na kredycie **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Życie na kredycie **18.45** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Żony Podlasia **23.00** Ciężarówką przez pół świata

## Fokus TV

DVB T

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (3): Na pełnej adrenalinie **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Z klimatem i z pasją **10.00** Świat z góry. Izrael **11.00** Świat z góry. Jedwabny Szlak **12.00** Wojny magazynowe **14.00** Gwiazdy lombardu **15.00** Poszukiwacze złota w Australii **17.00** Rolnicy. Podlasie **21.00** Podglądacze przyrody: Żółwie błotne / Królik europejski **22.00** Trumpowie. Pozłacana dynastia (s.2) **23.00** Poza kontrolą **0.00** Kataklizmy, które wstrząsnęły światem **1.00** Rolnicy. Podlasie

## National Geographic

**8.00** Porzucone konstrukcje **10.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **11.00** Kosmiczne horyzonty **12.00** Ikony lotnictwa **13.00** Superfabryki **14.00** Górnicy z Chile: wyścig z czasem **15.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **16.00** Megażywioły **17.00** Hitler i jego świta **18.00** Odkopać historię **20.00** Potwory: prawda i mity **21.00** Megażywioły **22.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **23.00** Operacja transport **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **2.00** Miasta w liczbach

## Nat Geo Wild

**9.00** Niezwykłe wędrówki zwierząt **10.00** Dzikie lasy Australii **11.00** Ratując żyrafy **12.00** Weterynarze z Nebraski **13.00** Dzika Japonia **14.00** Dust: Pustynny szlak przetrwania **15.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **16.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **17.00** Wulkaniczne wyspy Indonezji **18.00** Krokodyle z Karaibów **19.00** Podejrzane na safari **20.00** Europa z powietrza **21.00** Dzika konfrontacja: Zabójcze spotkanie **22.00** Zimowe królestwo: Zamarznięta Azja **23.00** Dzika Japonia

## Metro

**6.45** Gorączka złota **7.40** Klan z Alaski **9.45** Ekspres polarny – film anim. USA/Australia 2004 **11.50** ★★★ Narodziny – dramat hist. USA 2006, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Keisha Castle-Hughes, Oscar Isaac, Hiam Abbass **14.00** Makłowicz w drodze **14.35** 39 i pół (8, 9) **16.45** Kryminalni (2-3, 1) **20.00** Wallander (13) **22.05** Chyłka – Inwigilacja (5, 6) **23.55** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zaginiony **0.55** Szpital (980) **1.55** Szkoła (705) **2.55** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (980)

## TVP Historia

DVB T

**8.55** Czterej pancerni i pies (3) **9.55** Ex libris **10.15** Wojownicy czasu **10.55** Wszystkie kolory świata **11.55** Saga prastarej puszczy **13.00** Dziewicze zakątki Ziemi **14.00** Flesz historii **14.30** ★★★★ Ranczo Wilkowyje – komedia obycz. Polska 2007 **16.05** Tajemnice kultowych seriali **16.55** Starożytne mocarstwa **17.55** Daleko od szosy (4) **19.15** Kennedy, Sinatra i mafia **20.15** W kręgu Hitlera **21.15** Polskie 100 lat **21.45** Król (3) **22.55** ★★★★ Zaklinacz deszczu – dramat obyczajowy USA 1997

## TVP Dokument

DVB T

**11.45** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.40** Szlaczkoń szaraniec. Ochrona ginącego gatunku motyla **13.10** Lena na Kaukazie **13.40** Pociąg do Polski **14.05** Normandia między oceanem a niebem **15.10** Lis, który uratował wyspę **16.10** Bogactwo dźwięków przyrody **17.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **18.05** Wspólna sprawa **18.35** Casting **19.00** Sean Penn, amerykański wichrzyciel **20.05** Molly kontra algorytmy (s.15) **21.50** She **22.55** Tamte lata, tamte dni

## Zoom TV

**6.00** Kobra – oddział specjalny (13, 14) **7.55** Jakubiak rozgryza Polskę **9.30** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.40** Sensacje XX w. **13.45** ★★★★ Nie lubię poniedziałku – kom. Polska 1971 **15.55** Dynamo – więcej niż magia **16.55** Gordon Ramsay – wyższy poziom gotowania (1, 2) **18.55** ★★★ Gang Olsena znowu w akcji – kom. Dania 1977 **21.00** ★★★ Kogel-mogel – kom. Polska 1988, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja

## TLC

**8.00** Kamera, akcja, wpadka! **9.00** Wiza na miłość: na odwrót **11.00** Cztery żony i mąż **12.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **16.00** Szczęście nie zna wagi **18.00** Dom wygrany na loterii **20.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy: Tajemnicza masa **1.00** Mad Pooper: kto to zrobił? **2.00** Wiza na miłość: single na polowaniu

## Nowa TV

DVB T

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Super **11.00** Nowa rewia kabaretowa **14.00** Kabaret na dobry wieczór. Paranienormalni Show **16.00** Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących **18.00** Kabaretowa Dynastia **19.00** Ojciec Brown (36-40) **0.00** Zdrady (17): Śpij słodko **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (27, 28) **5.00** Pod lupą

## WP

DVB T

**9.00** Pogoda **9.05** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **11.00** Pogoda **11.10** Pogromca tajemnic **12.05** Niepojęte: strefa tajemnic wszechświata **13.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **15.00** Strażacy z sąsiedztwa **16.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji **21.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Rewers / Nowaki / Kabaret Konkubenci

## Gamoń

*Bourvil jako nieświadomy przemytnik w zwariowanej komedii kryminalnej*

PULS 2 12:20 ★★★★




Antoine sposobił się do wakacji we Włoszech, gdy jego wysłużony samochód został zdemolowany w ulicznej kraksie z rolls-royce'em Léopolda. Sprawca proponuje mu wspólną podróż. Antoine z radością przyjmuje propozycję, nie wiedząc, że Leopold to szef gangu.

## Pęknięte lustro

*Ekranizacja prozy mistrzyni kryminału Agathy Christi, z udziałem panny Marple*

ALE KINO+ 15:30 ★★★




Do angielskiego miasteczka przyjeżdżają amerykańscy filmowcy, by realizować tam produkcję z gwiazdorską obsadą. Dwie słynne aktorki szczerze się nienawidzą i dają temu wyraz na każdym kroku. Podczas przyjęcia powitalnego dochodzi do zagadkowego morderstwa.

## Wielki Gatsby

*Gatsby ze zdziwieniem odkrywa, że pewnych rzeczy w towarzystwie nie wypada robić*

PARAMOUNT 16:50 ★★★




Milioner Jay Gatsby spotyka dawną miłość z lat młodzieńczych, Daisy Buchanan. By ponownie rozbudzić jej zainteresowanie, rzuca się w wir podejrzanych interesów, które, choć przynoszą mu bogactwo, wzbudzają niesmak i zażenowanie towarzystwa.

## Niepokonani

*Film oparty na historiach ucieczek z Syberii*

KINO POLSKA 20:00 ★★★




W 1940 roku grupa śmiałków z różnych krajów ucieka z gułagu. Bez mapy i kompasu uciekinierzy podejmują się niemożliwego. Z Syberii przez tajgę, wyżyny Mongolii, pustynię Gobi, Tybet i Himalaje docierają aż do Indii. Niezwykła podróż przez sześć tysięcy kilometrów pełna jest heroicznej walki o przetrwanie. Nie sprzyjają im mordercze mrozy i nieznośny upał.




## Miłość w Nowym Jorku

*Richard Gere, Winona Ryder i nowe „Love Story"*

TVP 1 21:50 ★★★

Will, mimo pięćdziesiątki, czuje się młody i zamierza korzystać z życia. Pewnego wieczoru poznaje Charlotte, stylistkę świętującą 21. urodziny. Zauroczony dziewczyną, zaprasza ją na bal. Nawiązują romans, ale Will na początku nie traktuje jej poważnie. Wkrótce okazuje się, że Charlotte jest chora.




## Molly kontra algorytmy

*Internetowe media podsuwały dziecku samobójcze treści*

TVP DOKUMENT 20:05

Śledztwo w sprawie tragicznej śmierci czternastoletniej Molly Russell. Jej zdeterminowany ojciec odkrywa, że bezduszne algorytmy mediów społecznościowych, takich jak Instagram i Pinterest, celowo podsuwały dziewczynce tysiące szkodliwych, samobójczych treści. Zrozpaczony mężczyzna rozpoczyna trudną walkę o lepszą ochronę dzieci w sieci.


eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Słoneczna. Poza ciszą

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban (451) **8.00** Serwis Info **8.10** Pogoda Info **8.35** Zaraz wracam (180) **9.10** Ranczo (70): Seks nocy letniej **10.05** Komisarz Alex (23): Zabójcza dawka **11.00** Ojciec Mateusz (336): Zmyłka **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.55** Dzika Skandynawia (2) **14.00** Splątane losy (98)

**15.00 Serwis Info** – magazyn
**15.10 Reporterzy** – magazyn
**15.35 Gra słów. Krzyżówka**
**16.00 Dziedzictwo (1081)**
**16.50 Zapowiedź Teleexpressu**
**17.00 Teleexpress**
**17.25 Jaka to melodia?**
**18.05 Klan (4786)**
**18.40 Akacjowa 38 (1009)**
**19.30** 19.30
**19.55 Pytanie dnia**
**20.30 Słoneczna. Poza ciszą (6)** Alina, przy wsparciu Charlotte, z zaangażowaniem rozwija swój profil w mediach społecznościowych. To nowe zajęcie szybko staje się jej wielką pasją, dając upragnione poczucie niezależności i wolności.
**20.55 Teatr TV: Wojna peloponeska** – Polska 2026 **(s.2)** Reż. Wawrzyniec Kostrzewski, wyk. Maja Komorowska, Olga Sarzyńska, Agnieszka Podsiadlik
**22.25 Postscriptum**: Wojna peloponeska – magazyn
**22.55 Wolne sądy** – film dok. Polska 2026
**0.10 Balans bieli**
**0.50 Maratończyk** – film ★★★★ kryminalny USA 1976

## TVP 2




### Na sygnale

**5.30** M jak miłość (1891) **6.20** Rodzina (nie od) święta (62) **6.55** Barwy szczęścia (3450) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicystycz. **11.50** Okrasa łamie przepisy (436) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (261) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial obyczaj. Polska 2026

**15.05 La Promesa – pałac tajemnic (530)**
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej
**16.35 Familiada** – teleturniej
**17.20 Panna młoda (262)**
**18.15 Va banque** – teleturniej
**18.50 Jeden z dziesięciu**
**19.25 Barwy szczęścia (3450)**
**19.55 Domowe patenty (22)**
**20.05 Barwy szczęścia (3451)** – serial Polska 2026 **(s.18)**
**20.40 Kulisy „M jak miłość”**
**20.50 M jak miłość (1961) (s.18)**
**21.50 Na sygnale (962-963)** – opis, serial obycz. Polska Benio rozważa inwestycję w grę online polecaną przez Tadzika. Doktor Vick jedzie do kościoła, by pomóc ofierze nietypowego zatrucia. Alek i Britney ratują rowerzystę, na którego spadła paczka z drona.
**22.55 Hotel Mumbaj** – dramat ★★★★ obycz. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018 **(s.3)** Reż. Anthony Maras, wyk. Dev Patel, Armie Hammer, Nazanin Boniadi
**1.10 Francuska ruletka (1)** – serial krym. Francja 2023
**2.00 Na noże** – komedia ★★★★ kryminalna USA 2019

## Polsat




### Szakal

**6.00** Nowy dzień – program informac.-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1145): Ludzie nie zapominają **9.20** Dlaczego ja? (846-848): Auto 40-letniej macochy zostaje przewrócone do góry nogami / Zrozpaczona córka chce udowodnić niewinność ojca / Matka kradnie dla córki luksusowe buty **12.20** Gliniarze (1070-1072): Trzynastka / Strzał w serce / Powtórka z rozrywki

**15.30 Wydarzenia**
**15.50 Pogoda**
**15.55 Gliniarze (1153)**
**16.55 Gliniarze Śląsk (1)** – serial krym. Polska 2026
**18.00 Pierwsza miłość (4297)** – serial Polska 2026 **(s.18)**
**18.50 Wydarzenia**
**19.15 Gość „Wydarzeń”**
**19.55 Milionerzy** – teleturniej
**20.35 Konklawe** – film fabularny ★★★★ W. Bryt./USA 2024 **(s.3)** Reż. Edward Berger, wyk. Ralph Fiennes, Stanley Tucci, Isabella Rossellini
**23.05 Szakal** – film sensacyjny ★★★ USA/W. Bryt./Francja/Niemcy/Japonia 1997 Reż. Michael Caton-Jones, wyk. Richard Gere, Bruce Willis, Diane Venora Szakal, zabójca wynajęty przez rosyjską mafię, ma zabić urzędnika USA. Aby go powstrzymać, szef FBI werbuje więźnia – terrorystę IRA. To jedyny człowiek, który zna twarz Szakala i chce go dopaść.
**1.50 Old** – thriller USA/Japonia/Chiny 2021
**4.15 Kabaretowa Ekstraklasa**
**4.40 Disco gramy!**

## TVN




### Instynkt przetrwania

**5.15** Zamieszkać na plaży (9) **5.40** Uwaga! (7762) **5.55** Ukryta prawda (1548) **6.50** Kuchenne rewolucje: Rawicz – Głodny Polak **7.45** Dzień Dobry TVN – program inform.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (3) **11.30** Kuchenne rewolucje: Żerczyce – Kukurykuu / Warszawa – bar mleczny **13.40** Ukryta prawda (1724-1726) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025

**16.50 Szpital św. Anny (98)** – serial obycz. Polska 2026
**17.55 Detektywi (163)**
**19.00 Fakty**
**19.40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich**
**19.55 Uwaga!** – magazyn
**20.15 Na Wspólnej (4320)** – serial Polska 2026 **(s.18)**
**20.50 Instynkt przetrwania** ★★ – thriller USA/Kenia 2021 Reż. M.J. Bassett, wyk. Rebecca Romijn, Philip Winchester, Jerry O'Connell Halseyowie wybierają się na safari w Kenii. Wielka przygoda w gronie najbliższych zmienia się w desperacką walkę o przeżycie, gdy samochód bohaterów zostaje przewrócony przez agresywnego nosorożca.
**23.05 Ścigane** – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2019 Reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace, Eoin Macken, Indira Varma
**1.00 Freestyle** – film sensacyjny ★★★ Polska 2023
**2.50 Co za tydzień** – magazyn
**3.30 Uwaga!** – magazyn
**3.50 Młode gliny (66)**
**4.50 Jak to jest zrobione? (17)**

## TVN 7




### Ocaleni

**6.45** Szkoła (615, 616) **8.40** Ukryta prawda (1440, 1646, 1647) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (842-844) **13.50** Detektywi (222) **14.55** Szpital św. Anny (184) **15.55** Ukryta prawda (1235) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (4, 5) **19.00** Ukryta prawda (1483) **20.00** ★★★ Ocaleni – film sens. Tajl./Irl. 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny **22.25** ★★★★ Harry Potter i kamień filozoficzny – film fant. W. Bryt./USA 2001, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.20** ★★★ Annabelle – horror USA 2014, reż. John R. Leonetti, Erik Thomson, wyk. Annabelle Wallis **3.25** Mówię Wam (15) **4.40** Dorota was urządzi (9) **5.15** Ten moment (48)

## TV Puls

**6.00** Policjanci z Miami (15, 16) **8.00** Kobra – oddział specjalny (7, 8) **10.00** Zaklinaczka duchów (83) **11.00** Kotka (83) **12.00** Mój grzech (20) **13.00** Wspaniałe stulecie (56) **14.00** Rodzinny interes (49) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (674, 675) **17.00** Rodzinny interes (50) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1043, 1044) **20.00** ★★★ Bóg zemsty – film sens. USA 2011 **22.05** ★★ Czarny pies – film sens. USA/W. Bryt./Fr./Niemcy/Jap. 1998 **23.55** ★★★ Sposób na świętego – komedia USA/Kan./W. Bryt. 2020

## Puls 2

**7.30** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (5) **13.35** Smerfy (15) **14.00** Baranek Shaun (8-10) **14.35** Marta mówi! (20) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (20, 24) **16.00** Koci domek Gabi (17, 18) **17.00** Fineasz i Ferb (20, 21) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (31, 32) **19.00** Kacze opowieści (40, 41) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1063) **21.00** Dzielnica strachu (140, 141) **23.00** Wstydliwe choroby (4, 5) **1.00** Dzielnica strachu (139) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (101, 363)

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Notacje (614) **12.00** Serwis Info **12.10** Blondynka (93, 94) **13.50** Zmiennicy (13) **15.00** Serwis Info **15.10** 100 pytań do... (60) **16.00** Pan Mama (21) **16.30** Barwy szczęścia (3419) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Słownik polsko@polski (704) **18.45** 72 godziny na granicy **19.15** Opowieści o niedźwiedziu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Wojenne dziewczyny (16) **21.15** Dom (12) **23.00** 63. KFPP w Opolu **23.15** Panorama **23.45** Polska. Co dalej? (17) **0.40** Moda na język polski (75) **1.05** Przez pamięć i zapomnienie (13) **1.30** 19.30 **1.55** Pytanie dnia **2.15** Komisarz Alex (305)

## TV Trwam

**11.30** Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.20** Droga Ojca Łukasza **13.00** Wszystkim i wszędzie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Wykłady z kongresu „Katolicy a cielesność” **15.00** Powstańczym śladem **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (141) **22.45** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **23.10** O. Gabriel

## TVP Kultura

**8.25** Tamte lata, tamte dni (99) **9.00** Daleko od szosy (1) **10.20** ★★★ Niespotykanie spokojny człowiek – komedia Polska 1975 **11.30** Nasze marzenia – film dok. Fr. 2023 **13.10** ★★★ Kramarz – film obycz. Polska 1990 **14.45** Pan wzywał, Milordzie? (3) **15.45** ★★★★★ Przyjęcie na dziesięć osób plus trzy – film obycz. Polska 1973 **16.50** Daleko od szosy (2) **18.20** Dobry tytuł (63) **18.55** Rawhide (106) **20.00** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth **22.25** ★★★ Lucie Aubrac – dramat Fr. 1997, reż. Claude Berri, wyk. Carole Bouquet **0.25** ★★★ Ukryta sieć – thriller Polska 2023 **2.15** Niebezpieczne życie Paula Gauguina – film dok. W. Bryt. 2019

## Super Polsat

**6.45** SuperLudzie Extra (37) **6.55** Doktor uśmiech (4) **7.30** Pokochaj lub sprzedaj (4) **8.30** Świat według Kiepskich (479-481) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (1, 5) **11.30** Świat według Kiepskich (433-436) **13.30** Farma (103) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (52) **16.05** Ninja Warrior Polska (23) **17.50** Pokochaj lub sprzedaj (4) **18.55** Świat według Kiepskich (560, 561) **19.55** Złomiarze (33) **21.00** ★★ Słyszeliście o Morganach? – komedia romantycz. USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Hugh Grant **23.20** ★★★ Królowa wojownik – dramat USA/RPA/Irl. 2022, reż. Gina Prince-Bythewood, wyk. Viola Davis **1.55** 48 h. Zaginieni (39, 40) **4.00** Farma (102, 103)

## TV 6

**6.00** Więzienie (150, 151) **6.55** Policjantki i policjanci (909, 910) **8.55** 48 h. Zaginieni (92-96): Tajemnica Daniela / Taka piękna dziewczyna / Wychowawca / Matka i córka / Gdzie jest Staś – serial krym. Polska 2022 **13.55** Policjantki i policjanci (1300) **14.55** Uroczysko (246, 247) **16.00** Strażnik Teksasu (18-19, 13-14): Nikomu nie ufaj / Filmiki / Walka o wzrok / Kwestia zasad – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190): Gangsterska krew / Oryginał – serial kryminalny USA/Kanada 2012 **22.00** Mentalista (38): Czerwony pieprz – serial kryminalny USA 2010 **23.05** Łowca pedofilów (178-182) **1.40** Więzienie (215-217, 170) **3.35** Septagon (63, 64)

## TV 4

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Przebudzenie / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (136) **8.55** Policjantki i policjanci (774-776) **11.55** Na ratunek 112 (962, 963) **12.55** Trudne sprawy (898-900) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (444, 495) **17.55** Policjantki i policjanci (1500, 1371) **20.00** Uroczysko (209, 210) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (157) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1040) **23.05** ★★ 7 sekund – film akcji USA/Szwajcaria/Rumunia/Wielka Brytania 2005, reż. Simon Fellows, wyk. Wesley Snipes, Deobia Oparei **1.10** Opowiem ci o zbrodni (1): Katarzyna Bonda: Łaska **1.35** Love Island. Wyspa miłości (10) **2.50** SuperLudzie (33-37)

## Ale Kino+

**7.00** Wolna krowa **7.40** ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **9.45** Przybieżeli **10.20** The Office PL (5, 6): Równouprawnienie / Klient **11.35** Niezwykłe miejsce na śmierć (4) **13.30** Bestia (5, 6) **15.30** ★★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **18.05** Detektyw Foyle (1): Niemiecka żona **20.10** ★★★★ Szpieg – thriller W. Bryt./Fr./Niemcy 2011, reż. Tomas Alfredson, wyk. Gary Oldman, Colin Firth, Mark Strong **22.40** Paryż w ogniu. Paris Has Fallen (7, 8) **0.45** Ciepło

## Kino Polska

**9.00** ★★★ Ostatnie dni – film wojenny Polska 1969 **10.50** ★★★ Komedia małżeńska – kom. Polska 1993 **12.55** ★★★ Pieczone gołąbki – kom. Polska 1966 **15.00** ★★★★ Kingsajz – kom. Polska 1988 **17.20** Pogranicze w ogniu (18, 19) **20.00** Ekstradycja (3, 4) **22.30** ★★★★ Wymyk – film sens. Polska 2011, reż. Greg Zgliński, wyk. Robert Więckiewicz, Łukasz Simlat **0.25** ★★ Zgorszenie publiczne – kom. rom. Polska 2009 **2.10** ★★★ Bo we mnie jest seks – film biograf. Polska 2021

## Polsat Film

**7.30** Poirot (10) **8.35** Przyjaciółki (143, 144) **10.30** Świat według Kiepskich (3-4, 201, 207, 195) **13.45** ★★★ Hidalgo – ocean ognia – film przygod. USA/Maroko 2004 **16.35** ★★★ Więzień labiryntu – film sf W. Bryt./USA 2014 **18.55** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **21.00** ★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022, reż. Janus Metz, wyk. Chris Pine **23.05** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt

## Stopklatka

DVB T

**6.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (1) **11.55** MacGyver (20, 21) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Kuloodporni – kom. USA 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler **21.50** ★★★ Incydent – thriller USA 1997, reż. Jonathan Mostow, wyk. Kurt Russell **23.40** ★★★ Ajlawju – kom. Polska 1999 **1.40** ★★★★ Pitbull – film sens. Polska 2005

## Canal+ Premium

**9.05** ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.25** Łapu-Capu **10.40** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dram. Fr. 2024 **12.20** ★★★★ Kiler – kom. Pol. 1997 **14.05** Larger Than Life: Złota era boysbandów **15.40** ★★★★ Nowa fala – film biogr. Fr. 2025 **17.25** Wolna krowa **18.00** ★★★ Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fant. USA 2010 **20.00** S.W.A.T. Exiles (5) **20.50** ★★ Mexicali. Ziemia bezprawia – film sens. USA 2026 **22.30** Yellowjackets (1) **23.30** Nagie Oko – film krótkom. Polska 2023

## HBO

**9.35** ★★★ Witajcie w Marwen – kom. USA/Chiny 2018 **11.30** ★★★ Pierwsza sprawa – dram. Fr. 2023 **13.10** ★★★ W skrócie – komediodramat Niemcy 2024 **14.55** ★★★ Za duży na bajki 2 – film przyg. Polska 2024 **16.30** ★★★ Piotruś Pan – film przyg. W. Bryt./USA/Nowa Zel. 2003 **18.20** ★★★ Tak się poznaliśmy – kom. USA 2023 **20.00** Pożałacany wiek (5) **21.00** Amerykański zakładnik (5) **21.50** Koniec ulicy Dębowej – horror USA 2026 **23.30** Normal – film sens. Kan./USA 2025

## Paramount

**6.00** Czarodziejki (14-17) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek – film sf USA/Niemcy 2009 **13.00** Czarodziejki (18, 19) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Dirty Dancing – film muz. USA 1987 **17.45** ★★★ Ostatnie wakacje – kom. USA 2006 **20.00** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. obycz. USA 1996 **22.10** ★★★★ Pakt z diabłem – dramat USA/W. Bryt. 2015 **0.30** Pretty Thing – thriller USA 2025 **2.30** ★★★ Eurotrip – kom. obycz. USA/Czechy 2004

## Polsat 2

**7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Blef / Ulubiony zięć / Po sąsiedzku **11.30** Trudne sprawy: Zakazana miłość/y **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (61-65): Powóz zajechał / Rachunek sumienia / Ręka wisielca / Rybny targ / Sandały ojca Gaudentego **17.00** Komisarz mama (3) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **21.55** Pogromcy mafii **22.55** Ślad (66, 67): Bezmyślna zemsta: Bogate wesele, biedny pogrzeb **0.55** Zdrady

## TVP Seriale

**7.35** Ojciec Mateusz (137) **8.25** Komisarz Alex (168) **9.15** Rodzinka.pl (206) **9.45** Klan (1552) **10.10** Ranczo (73, 74) **11.45** M jak miłość (1960) **12.35** Komisarz Alex (332) **13.25** Ojciec Mateusz (41-43) **15.40** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **15.50** Komisarz Alex (169) **16.40** Na sygnale (589, 590) **17.40** Ranczo (76, 77) **19.25** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **19.35** Ojciec Mateusz (44, 138) **21.30** Ranczo (78, 79) **23.15** Ojciec Mateusz (45) **0.10** Na sygnale (958-961)

## AXN

**5.10** Agenci NCIS: Hawaje (12) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1, 2) **7.30** Agenci NCIS (24, 1) **9.10** Castle (10, 11) **11.10** Detektyw Monk (3, 4) **13.10** Agenci NCIS (2, 3) **15.05** Zabójcza broń (6, 7) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1): Powrót / Karma **19.05** Castle (12, 13): Telefon do burmistrza / Zakłopotanie ladacznic **21.05** FBI: International (16, 17) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 1) **0.45** Castle (12, 13) **2.40** FBI: International (16, 17)

## 13 Ulica

**6.40** Niewidomy detektyw (3) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **10.25** Bez śladu (15, 16) **12.15** Kapitan Marleau (4) **14.15** Niewidomy detektyw (4) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **18.10** Bez śladu (17, 18): Nakręcony / Satelity – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (1): Niepełne wdowy – serial krym. **22.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **0.10** Kasandra (3) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (14, 15) **4.05** Niewidomy detektyw (3)

## FX

**7.00** Kości (8, 9) **9.00** FBI (14) **9.55** Agenci NCIS (1) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1, 2) **13.45** Castle (11) **14.40** Lucyfer (15) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **17.25** Z Archiwum X (5, 6) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4) **22.00** Tulsa King (7) **22.55** Z Archiwum X (6) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (8) **1.40** Lucyfer (15) **2.35** Zabójcze umysły (9) **3.30** Agenci NCIS (1)

## Eurosport 1

**8.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **10.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **11.00** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** (L) Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **19.00** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **20.00** (L) Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **14.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **17.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **19.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **20.00** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **20.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ En. FIA – 6 g. Spa-Francorchamps

## Polsat Sport 1

**8.30** Magazyn polskiego sportu **9.30** Cafe Futbol **11.00** Siatkówka: TAURON Liga: Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn **13.00** Siatkówka: TAURON Liga **15.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Asseco Resovia Rzeszów – GKS Katowice **20.20** (L) Siatkówka: TAURON Liga: PGE Projekt Warszawa – Energa Trefl Gdańsk **23.00** Formuła 1: GP Kataru: Skrót wyścigu **0.00** Siatkówka: TAURON Liga **2.00** Siatkówka: TAURON Liga

## TVP Sport

DVB T

**8.25** NBA: San Antonio Spurs – Boston Celtics **10.30** Koszykówka: El. MŚ (m): Hiszpania – Grecja; Hiszpania – Grecja **12.25** (L) Badminton: SKB Litpol-Malow Suwałki – Legia W-wa **15.05** Magazyn Betclic 2. Ligi **15.50** Magazyn Betclic 1. Ligi **17.10** (L) Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **19.20** (L) Koszykówka: El. MŚ (m): Niemcy – Polska **21.35** Gol **23.05** Sportowy wieczór **23.35** Boks: Kenshiro Teraji – Jassiel Amador, Riku Masuda – Seiya Tsutsumi, David Jimenez – Seigo Yuri Akui

## Canal+ Sport

**5.35** Turbokozak **6.00** Wysoki pressing **7.45** Sport+ **9.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **11.20** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **13.40** Sport+ **14.45** Liga+ Extra **16.45** Wysoki pressing **18.30** Sport+ **19.30** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn **20.55** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **23.05** Ekstraklasa po godzinach **0.05** Ekstrapaka: 16. kolejka

## Canal+ Sport 5

**6.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **8.30** Wysoki pressing **10.15** Żużel: PGE Ekstraliga **13.00** Premier League Stories **13.45** Premier League: The Big Interview **14.15** Żużel: PGE Ekstraliga **17.15** Hola LaLiga!: 14. kolejka **18.25** Studio **18.55** (L) Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Korona Kielce – Cracovia **21.00** Ekstraklasa po godzinach – magazyn **22.00** Ekstrapaka: 16. kolejka **23.15** Jej Wysokość Premier League: 12. kolejka – magazyn

## Eleven Sports 1

**9.00** Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Ligue 1 McDonald's **16.40** Bundesliga **17.15** Serie A Enilive **17.45** Formuła 1: GP Kataru: Skrót **18.25** (L) Piłka nożna: US Lecce – Atalanta BC; Cagliari Calcio – AC Milan **22.55** Eleven Top Goals **0.00** Podróż do świata calcio **1.20** Olympique Lyon – między legendą a teraźniejszością

## Polsat Sport 3

**6.00** Koszykówka: PGE Basket Liga **8.30** Cafe Futbol **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **15.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **17.30** Piłka nożna: Eredivisie: PSV – Go Ahead Eagles – transmisja **20.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Handball Arena **0.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa **2.00** MMA: Babilon MMA

## TVN 24

**8.35** Strefa kibica – zima **9.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

**10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Wolne sądy **18.34** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez retuszu **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program informacyjny **22.45** 112. Magazyn kryminalny **23.00** Wydarzy się jutro

## TVP 3

DVB T

**10.00** Złoty chłopak (292) **11.00** Regiony na TAK **11.30** Sanatoria **12.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Między pokoleniami **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Prog. infor. **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Misja Przyroda! **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Kryminalna Siódemka Extra **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (293)

## TVP Rozrywka

**8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.20** Koło fortuny **9.55** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **10.05** Makłowicz w podróży **11.00** Postaw na milion **12.45** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Rodzinka.pl **15.55** Kocham Cię, Polsko! **17.15** Minuta dla Twojego bezpieczeństwa **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Jaka to melodia? **20.15** Postaw na milion **22.00** Rodzinka.pl **23.00** The Voice of Poland **1.45** Koło fortuny **2.20** Kabaretomaniacy

## Planete+

**10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Świetliki. Boskie światło natury **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.45** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.15** Polska z góry. Naj... w Polsce **19.05** Ekskluzywna szkoła dla lokajów **19.40** Ostatni neandertalczyk **20.50** Byblos. Wielki port Fenicjan **22.00** Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (s.2) **23.05** Fire Island

## BBC Earth

**8.15** Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.15** Mroźna planeta **10.15** Życie na pustkowiu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.20** Mroźna planeta **14.25** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Dziki połów: nieznane wody **17.30** Mroźna planeta **18.35** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Fenomeny współczesnego życia **20.55** W okowach mrozu **22.55** Dziki połów: nieznane wody **23.55** Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reevem

## Discovery Channel

**8.00** Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Kroniki policyjne: Szwecja **17.00** Celnicy na straży Danii **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **20.00** W oku cyklonu **21.00** Celnicy na straży Niemiec **22.00** Celnicy na straży Danii **23.00** Kroniki policyjne: Szwecja **0.00** W oku cyklonu

## TVN Turbo

**8.15** DeFacto **9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Wojny samochodowe **19.15** Kupione, zrobione, sprzedane **20.15** Ciężarówką przez Malezję **21.15** Zawodowi handlarze **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować **23.45** Naprawy nie do naprawy

## TVN Style

**7.10** Co za tydzień **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Marysieńka", Babice koło Oświęcimia / Bar „Niebo w gębie i na talerzu", Pabianice **15.35** Ugotowani **16.40** Poukładani **17.40** Kuchenne rewolucje: Pizzeria „Magiliana", Sosnowiec / Bar „Krupniok", Namysłów / Restauracja „Sjesta", Częstochowa **20.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki **0.40** Pojedynek na podróże **1.40** Tu jest pięknie


eprasa.pl 820f131346

## SERIALE

### Pierwsza miłość
POLSAT 18:00

Oskar zmienia spojrzenie na świat po spotkaniu na moście. Melka ukrywa prawdę przed bliskimi, którzy cieszą się jej ciążą. Angelika, żeby uczcić dobre wieści od lekarzy, zabiera Nikolę na przejażdżkę. Zabierają auto Bolesława, a to może się źle skończyć.

### Barwy szczęścia
TVP 2 20:05

Karolina podejrzewa Brunona o psucie jej referencji i planuje szantaż z użyciem bogatego klienta. Natalia prosi Łukasza o pomoc w uwolnieniu Michała z aresztu. Tolek szykuje się do rozwodu, ale Irena błaga go o powrót.

### M jak miłość
TVP 2 20:50

Natalia ma problemy z Hanią, która się z nią kłóci i w dodatku przyłapuje matkę na kłamstwie w sprawie Mikołaja. Karską czeka trudna rozmowa z mężem, bo Adam zdaje sobie sprawę, że dyrektor szkoły podkochuje się w jego żonie.

## Czas honoru

*Byli młodzi, pełni energii, zapału i wiary. Pięknie żyli i ginęli – dumnie, z godnością*

TVP HISTORIA 17:10

Wiosną 1941 roku grupa przeszkolonych w Anglii polskich żołnierzy zostaje zrzucona na teren okupowanej Polski. Ich zadaniem jest przeprowadzanie akcji dywersyjnych. W skład oddziału wchodzą: major Czesław, jego synowie Waldek i Michał, a także Janek i Bronek.




## Na Wspólnej

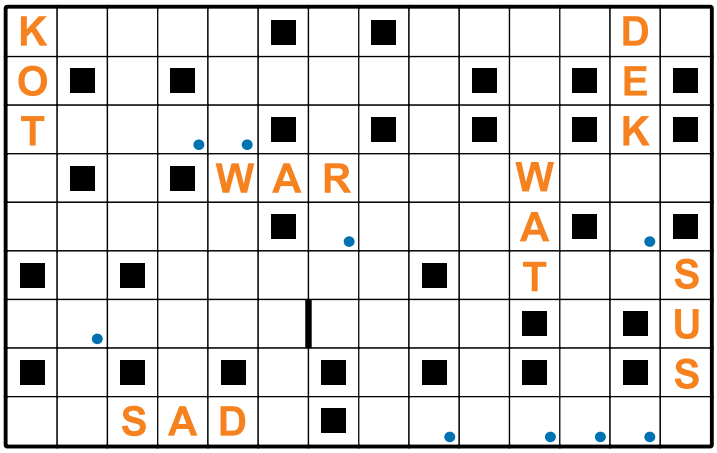
*Ula wyznaje ojcu, że została zgwałcona! Sławek broni Piotra*

TVN 20:15

Ula ma dzisiaj poprawkę z histologii. Jest zszokowana, gdy na egzaminie pojawia się Wysocki. Sławek, Iga i Piotr rozpracowują siatkę pedofilską. Pojawia się rzecznik dyscyplinarny w sprawie pobicia przez Piotra aresztowanego. Na pierwszy ogień pytań odpowiada Sławek...




**JOLKA**




**Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. Ujawniono niektóre litery. W kolejności przypadkowej:**
– cesarz z Nipponu
– front budynku
– mieszkaniec naszej stolicy
– naczynie na mleko
– w plecaku ucznia
– co ..., to rozum
– słup z flagą
– niewygodne posłanie
– leśny chrust
– amerykański gryzoń
– żołnierz Grota Roweckiego
– struś z pampasów
– wiązany pod szyją
– zbiór map
– taniec z Argentyny
– żółty niemetal
– gwałtowny wir powietrza
– stalowy łącznik
– sitwa, kamaryla
– „Płynie w nas ...", piosenka Bajmu
– atrybut Temidy
– pokaz mody
– dawna sypialnia
– okres 10 dni
– Indianin z Ameryki Północnej
– słowackie miasto i rzeka

## Romance TV

**8.20** Śledztwo prowadzi Watzmann (36) **9.20** ★★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **11.15** Zwierzyniec doktor Mertens (89, 90) **13.20** ★★ Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obyczajowy Niemcy 2007 **15.15** Światła, kamera, romans – komedia romantyczna USA 2020 **17.05** Lena Lorenz: Kruche szczęście **19.00** Górscy ratownicy (135) **20.00** ★★★ Gniazdowanie – kom. Niemcy 2021 **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (135)

## TVN Fabuła

**6.30** Kino Buzz **6.45** Julia (96, 97) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (1) **11.55** Prawo Agaty (9, 10) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (190, 191) **17.10** Seriaale: Rozmowy **18.05** ★★★ Bella i Sebastian III – film przygod. Fr. 2017 **20.00** ★★★ Starcie Tytanów – film przygod. W. Bryt./Australia/USA 2010 **22.30** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszpania 2012 **0.30** ★★★ Kolekcjoner – dramat USA 1997 **2.50** Dziewczyny z Hollywood

## AMC

**6.15** ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kanada 2002 **8.55** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **12.45** ★★★★ Kupiec wenecki – dramat USA/Włochy/Luksemburg/W. Bryt. 2004 **15.25** ★★★ Strażnik czasu – film sf USA/Japonia 1994 **17.20** ★★★ Supergliny z Miami – kom. sens. Włochy 1985 **19.30** ★★★ Dzielnica Lakeview – thriller USA 2008 **22.00** The Audacity (6) **23.00** ★★ Thirst – horror USA 2015 **0.50** ★★ W sieci kłamstw – thriller Hol./W. Bryt./USA/Polska 2020

## BBC First

**7.25** Zagadki doktora Blake'a (5) **8.40** Z pamiętnika położnej (2) **9.50** Ojciec Brown (10, 1) **11.50** London Kills (4) **12.50** Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi (10) **13.50** Śledztwa siostry Bonifacji (7, 8) **15.55** Tajemnice Brokenwood (4) **17.55** Morderstwa w Midsomer (3) **19.55** Śmierć pod palmami (5) **21.00** Zbrodnie Saint-Pierre (8) **22.00** Zbrodnie na Szetlandach (6) **23.20** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (1) **0.20** Tajemnice Majorki (8) **1.20** Zbrodnie Saint-Pierre (3)

## TTV

**8.00** DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Ciężarówką przez Australię **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Idź na całość **1.20** Kochaj albo wróć **2.20** Wyburzacze **3.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska **4.25** Nauka jazdy

## Fokus TV

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (63) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Bitwa wyrska / Tajna kwatera Luftwafe **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Wojna i kolej / Koleje zagłady **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

## National Geographic

**8.00** Ikony lotnictwa **9.00** Megażywioły **10.00** Śladami tajemnic: Jerozolima **11.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **13.00** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **22.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **23.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **1.00** Katastrofa w przestworzach

## Nat Geo Wild

**8.00** Australijskie maluchy **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Bertie Gregory na biegunach **13.00** Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji **14.00** Hipopotamy z Gabonu: nietypowi surferzy **15.00** Drapieżnik kontra ofiara **16.00** Olśniewająca Ameryka **17.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **18.00** Niezwykły dr Pol **19.00** Walki zwierząt **20.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczenięca miłość / Pechowe maluchy / W pełnej gotowości / Pudle i spółka / Podejrzani pacjenci

## Metro

**6.20** Detektywi. Na zlecenie (19, 20) **7.40** Szpital (328-330) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (562, 563) **12.40** Szkoła (699) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (219, 220) **15.35** Druga szansa (12) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (11, 12) **21.05** Kryminalni (2, 3) **23.15** Spartakus: Krew i piach (7): Sacramentum **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Podmiejskie sekrety **1.25** Szpital (981) **2.25** Szkoła (706) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (981)

## TVP Historia

**9.15** Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.10** Narodziny chirurgii **11.05** Wszystkie kolory świata **12.00** Era przyrody **13.00** Obłoki śmierci. Bolimów 1915 **14.15** Zmiennicy (4) **15.20** Sensacje XX w. **17.10** Czas honoru (1) (s.18) **18.00** Felieton **18.10** Polskie bitwy **20.00** Pitbull (8) **20.50** Upadek nazizmu **21.50** W kręgu Hitlera **22.45** Sensacje XX w. **0.35** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Czas honoru (1) **1.55** Pitbull (8) **2.40** Historia w postaciach zapisana

## TVP Dokument

**10.10** Bogactwo dźwięków przyrody **11.10** Weekendowe wypady z Gr. Wallace'em **12.05** Bocian biały **12.35** Ludzie z mikroplastiku **13.40** Królestwo mrówek **14.40** Królestwo mokradeł **15.45** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **16.35** Świątynie świata **17.35** Wolne sądy **18.30** Debata po filmie „Wolne sądy" **19.30** Miałem farta **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.25** Ukryta wojna Chin **23.40** Niebezpieczne drogi **0.40** Sekrety dzikich kwiatów

## Zoom TV

**6.10** MacGyver (12, 13) **8.10** Strażnik Teksasu (11, 12) **10.05** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **12.20** FBI (5, 6): Upadły glina / Dwukrotnie ślepi **14.20** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (15, 16): Otchłań / Długa droga **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17): Polowanie na ludzi / Przesyłka specjalna **23.00** Magia nagości. Hiszpania **0.05** Magia nagości. Finlandia **0.35** Adam szuka Ewy. Niemcy **2.55** I love kabaret

## TLC

**8.00** Cztery żony i mąż **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Wspólne życie XXL **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **21.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.00** Dr Pyszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów

## Nowa TV

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (40, 41) **12.00** Śmierć pod palmami (1, 2) **14.00** Świat według Kiepskich (513, 514) **15.00** Świat według Bundych (54-59) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (15) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (111) **22.00** Ślad (61-62, 106) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (29, 30)

## WP

**6.00** Pogoda **6.05** Policjanci z sąsiedztwa **7.55** Pogoda **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **8.55** Pogoda **9.00** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (3) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.55** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (3) **19.00** Makłowicz w podróży **22.00** Pogoda **22.10** Mistrzowie kabaretu: Hrabi cz.1 / Kabaret Skeczów Męczących / Sławomir / Czesuaf


eprasa.pl 820f131346

## TVP 1

SERIAL 18:40



### Akacjowa 38

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (181) **9.05** Ranczo (71): Dzieci rewolucji **10.00** Komisarz Alex (24): Prawdziwa śmierć **11.00** Ojciec Mateusz (337): Przykrywkowiec **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.05** Dzikie korytarze (1): Lwy pustynne w Namibii – serial dok. Fr. 2023 **14.00** Splątane losy (99)

**15.00 Serwis Info** – magazyn
**15.10 Reporterzy** – magazyn
**15.35 Gra słów. Krzyżówka**
**16.00 Dziedzictwo (1082)**
**17.00 Teleexpress**
**17.25 Jaka to melodia?**
**18.05 Klan (4787)**
**18.40 Akacjowa 38 (1010)**
Profesor rysunku zaprasza Susanę i Rosinę na zajęcia z niespodzianką. Trini domaga się od księdza Telma mszy po to, by dziecko nie urodziło się rude. Carmen prosi Servanda, aby wziął Raula na ucznia.
**19.30** 19.30
**19.55 Pytanie dnia**
**20.30 Słoneczna. Poza ciszą (7)** – serial obycz. Polska 2026
**21.05 Sekielski wieczorową porą** – magazyn publicyst.
**22.10 Złoto pustyni** – dramat woj. ★★★★ USA/Australia 1999 **(s.21)**
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
**0.10 Miłość w Nowym Jorku** ★★★ – dram. miłosny USA 2000
**2.00 Spona** – komedia ★★ obyczajowa Polska 1998
**3.35 Sekielski wieczorową porą** – magazyn publicyst.

## TVP 2

FILM 23:05



### 80 milionów

**5.35** M jak miłość (1892) **6.25** Post filipowy – reportaż **6.55** Barwy szczęścia (3451) **7.55** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Rosół polski (37) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (262) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (962): Czarna skrzynka – serial obyczaj. Polska 2026

**15.05 La Promesa – pałac tajemnic (531)**
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej
**16.35 Familiada** – teleturniej
**17.20 Panna młoda (263)**
**18.15 Va banque** – teleturniej
**18.50 Jeden z dziesięciu**
**19.25 Barwy szczęścia (3451)**
**19.55 Domowe patenty (22)**
**20.05 Barwy szczęścia (3452)** – serial Polska 2026 **(s.21)**
**20.40 Kulisy „M jak miłość”**
**20.50 M jak miłość (1962) (s.21)**
**21.50 SOR (7) (s.21)**
**22.30 Na sygnale (964)**
**23.05 80 milionów** – film ★★★ przygodowy Polska 2011
Reż. Waldemar Krzystek, wyk. Wojciech Solarz, Krzysztof Czeczot, Maciej Makowski
Dziesięć dni przed ogłoszeniem stanu wojennego działacze „Solidarności” postanawiają wypłacić z banku należące do związku pieniądze. Rozpoczyna się niebezpieczna rozgrywka.
**1.00 Hotel Mumbaj** – dramat ★★★★ obyczaj. Australia/USA/Indie/W. Bryt./Singap. 2018
**3.05 Co się kryje pod katedrą Notre-Dame?** – film dok.

## Polsat

FILM 20:35



### Bez litości 2

**5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1146): Najlepsza dieta cud **9.20** Dlaczego ja? (849-851): Singiel z przekonania zostaje nagle ojcem / Młoda matka postrzelona na osiedlu / Podły rekonwalescent pada czyjąś ofiarą **12.20** Gliniarze (1073-1075): Psia Karma / Siostrzany układ / Sprawiedliwy wyrok

**15.30 Wydarzenia**
**15.50 Pogoda**
**15.55 Gliniarze (1154)**: Złe miejsce i czas – serial fab.-dok.
**16.55 Gliniarze Śląsk (2)**
**18.00 Pierwsza miłość (4298)** – serial Polska 2026 **(s.21)**
**18.50 Wydarzenia**
**19.15 Gość „Wydarzeń”**
**19.55 Milionerzy** – teleturniej
**20.35 Bez litości 2** – film ★★★ kryminalny USA 2018
Reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Ashton Sanders
Druga część kinowego hitu o szukającym zemsty i walczącym o sprawiedliwość byłym tajnym agencie. Jego długoletnia przyjaciółka i współpracowniczka, Susan, zostaje zamordowana.
**23.05 Pan Wypadek: Wakacje** ★★★ **zabójcy** – komedia sensac. W. Bryt./USA 2022 **(s.21)**
Reż. George Kirby, Harry Kirby, wyk. Scott Adkins, Ray Stevenson, Perry Benson, Sarah Chang
**1.10 21** – dramat obyczajowy ★★★ USA 2008
**3.55 Kabaretowa Ekstraklasa**
**4.40 Disco gramy!**

## TVN

SERIAL 17:55



### Detektywi

**5.15** Zamieszkać na plaży (14) **5.40** Uwaga! (8141) **5.55** Ukryta prawda (1549) **6.50** Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bistro Rozmaryn **7.45** Dzień Dobry TVN – program informac.-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (23) **11.30** Kuchenne rewolucje: Szczecin – „Cafe Elegancko” / Górki Wielkie – Dziupla u Wuja **13.40** Ukryta prawda (1727-1729) – serial fab.-dok. Polska

**16.50 Szpital św. Anny (99)** – serial obycz. Polska 2026
**17.55 Detektywi (164)**:
Kochanka widmo – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
Kobieta zatrudnia detektywów, by dowiedzieli się, kto zamordował jej narzeczonego. Policja podejrzewa, że to ona jest sprawczynią, bo dzień wcześniej pokłóciła się z partnerem o to, że ją zdradził.
**19.00 Fakty**
**19.55 Uwaga!** – magazyn
**20.15 Na Wspólnej (4321)** – serial Polska 2026 **(s.21)**
**20.50 Kuba Wojewódzki (14)**
**22.05 Spectre** – film sensacyjny ★★★ W. Bryt./USA 2015
Reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux
**1.05 Superwizjer**
**1.45 Uwaga! (8142)** – magazyn interwencyjny
**2.05 Młode gliny (67, 68)** – serial krym. Polska 2026
**4.00 Jak to jest zrobione?** – serial dok. Kanada 2010
**4.30 Zamieszkać na plaży** – serial dok. USA 2020

## TVN 7

FILM 20:00



### Posejdon

**6.45** Szkoła (618, 619) **8.40** Ukryta prawda (1441, 1648, 1649) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (845-847) **13.50** Detektywi (223) **14.55** Szpital św. Anny (185) **15.55** Szpital (741) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (6, 7) **19.00** Ukryta prawda (1484) **20.00** ★★★ Posejdon – film katastr. USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Josh Lucas, Kurt Russell, Jacinda Barrett **22.10** ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg. W. Bryt./USA 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe **1.30** ★★★ Matka – horror USA 2017, reż. Darren Aronofsky, wyk. Jennifer Lawrence **3.55** Prawdziwy horror **5.15** Ten moment (49) **5.50** Szkoła (620)

## TV Puls

**6.00** Policjanci z Miami (16, 17) **8.00** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **10.00** Zaklinaczka duchów (84) **11.00** Kotka (84) **12.00** Mój grzech (21) **13.00** Wspaniałe stulecie (57) **14.00** Rodzinny interes (50) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (312, 313) **17.00** Rodzinny interes (51) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1044, 1045) **20.00** ★★★ Droga bez przebaczenia – thriller Australia 2023 **22.05** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film akcji USA/Hol./Bułg./Hongk./Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **0.35** ★★★ Revolt – film sf USA 2017

## Puls 2

**7.30** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (6) **13.35** Smerfy (16) **14.00** Baranek Shaun (11-13) **14.35** Marta mówi! (21) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (24, 25) **16.00** Koci domek Gabi (19, 20) **17.00** Fineasz i Ferb (21, 22) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (33, 34) **19.00** Kacze opowieści (41, 42) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1064) **21.00** Dzielnica strachu (141, 142) **23.00** Wstydliwe choroby (6, 7) **1.00** Dzielnica strachu (140) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (102)

## TVP Polonia

**7.00** Rączka gotuje **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Na tropach historii (2) **12.00** Serwis Info **12.10** Komisarz Alex (305) **13.05** Ranczo (47) **14.00** Polska. Co dalej? (17) **15.00** Serwis Info **15.10** Kulturalni (46) **16.00** Pan Mama (22) **16.30** Barwy szczęścia (3420) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Oko na Wschód (99) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (151) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Stulecie Winnych (14) **21.20** Ojciec Mateusz (46) **22.15** Bł. ks. Michał Sopoćko – sługa Miłosierdzia **23.15** Panorama **23.45** Magazyn Ekspresu Reporterów **0.40** Dziennik regionów **1.00** Pan Mama (21) **1.30** 19.30

## TV Trwam

**11.40** Ma się rozumieć **11.50** Święty na każdy dzień **12.20** Głos serca (141) **13.05** Blask prawdy **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Post Scriptum **15.00** W górę Rio Negro **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Solidarność – narodziny wolności **22.15** Głos serca (142) **23.00** Będziesz miłował

## TVP Kultura

**8.20** Porozmawiajmy szczerze **9.00** Daleko od szosy (2) **10.25** Hipoteza – film krótkometr. Polska 1972 **11.05** Kuba – film dok. Polska 2023 **12.35** Pan wzywał, Milordzie? (4) **13.40** ★★★★ Cyd – film przyg. USA/Wł. 1961 **16.45** Daleko od szosy (3) **18.15** W poszukiwaniu dobrego filmu **18.55** Rawhide (107) **20.00** Teatr TV: Nic nie wiemy na pewno – jubileuszowy spektakl Teatru Ósmego Dnia – Polska 2026 **21.15** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson, Grégory Gadebois **23.05** ★★★ Valmont – melodr. USA/Fr./W. Bryt. 1989, reż. Miloš Forman, wyk. Colin Firth, Annette Bening **1.25** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011

## Super Polsat

**6.05** Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (38) **6.55** Cobra Kai (29, 30) **8.20** SuperLudzie Extra (39) **8.30** Świat według Kiepskich (482-484) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (9, 10) **11.30** Świat według Kiepskich (437-440) **13.30** Farma (104) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (53) **16.10** Ninja Warrior Polska (24) **18.00** Świat według Kiepskich (490-491, 562-563) **20.00** Złomiarze (34) **21.00** ★★★ Raj dla par – komedia USA 2009, reż. Peter Billingsley, wyk. Vince Vaughn, Jason Bateman **23.15** ★★★ Skąd wiesz? – kom. rom. USA 2010, reż. James L. Brooks, wyk. Reese Witherspoon **1.55** 48 h. Zaginieni (41, 42) **3.55** Farma (104) **4.55** Złomiarze (34)

## TV 6

**6.00** Więzienie (152, 153) **6.55** Policjantki i policjanci (911, 912) **8.55** 48 h. Zaginieni (97-101) **13.55** Policjantki i policjanci (1301) **14.55** Uroczysko (248, 249) **16.00** Strażnik Teksasu (20-21, 15-16): Na uświęconej ziemi / Sprawa zamknięta / Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość – serial sensacyjny USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191, 192): Wydrukowane morderstwo / Cywilizowane kłamstwa – serial krymin. USA/Kan. 2013 **22.00** Mentalista (39): Czerwony alarm – serial kryminal. USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (812, 813) **1.00** Kości (231, 232): Głowa w podporze / Umrzyk w klifie – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (1)

## TV 4

**6.00** Strażnik Teksasu: Walka o wzrok / Kwestia zasad **7.55** Bogaty dom – biedny dom (137) **8.55** Policjantki i policjanci (777-779) **11.55** Uroczysko (1, 2) **13.00** Trudne sprawy (901-903) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (445, 496) **18.00** Policjantki i policjanci (1372, 1373) **20.00** Uroczysko (211, 212) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (158) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1041) **23.05** ★★★ Con Air: lot skazańców – film sens. USA 1997, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, John Malkovich **1.40** Opowiem ci o zbrodni (2): Wojciech Chmielarz – Portret kobiety nad brzegiem morza **2.00** Love Island. Wyspa miłości (11) **3.05** SuperLudzie Extra (2) **3.20** SuperLudzie (36-39)

## Ale Kino+

**7.00** ★★★ Miss mokrego podkoszulka – kom. obycz. Polska 2002 **8.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **10.00** The Office PL (7, 8) **11.20** Detektyw Foyle (1) **13.35** Van der Valk (1) **15.40** ★★★ W 80 dni dookoła świata – film przygod. USA/Niemcy/Irl./W. Bryt. 2004 **18.05** Detektyw Foyle (2) **20.10** ★★★ Ścigani – dramat USA 2009 **(s.21)** **22.35** ★★★ Martwych nie boli – western Kan./Dania/Meks./W. Bryt./ USA 2023 **1.15** ★★★★ Ból i blask – dramat Hiszp./Fr. 2019 **3.40** Król (6)

## Kino Polska

**8.00** Stawiam na Tolka Banana (1, 2) **9.35** ★★★ Szaleństwa panny Ewy – film dla młodzieży Polska 1984 **11.40** ★★★ Nad Niemnem (1) – film obyczaj. Polska 1986 **15.45** ★★★ Papierowe małżeństwo – kom. rom. Polska/W. Bryt. 1992 **17.40** Pogranicze w ogniu (19, 20) **20.00** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015, reż. Jacek Lusiński, wyk. Andrzej Chyra, Urszula Grabowska **(s.21)** **22.30** ★★★ Mała wielka miłość – kom. rom. Polska/USA 2008 **0.50** ★★★ Chemia – dramat Polska 2015

## Polsat Film

**7.30** Poirot (1) **8.35** Przyjaciółki (145, 146) **10.30** Świat według Kiepskich (5-6, 203-204, 207) **13.50** ★★★★ Jak rozpętałem II wojnę światową – kom. Polska 1970 **15.40** ★★★ Robin Hood: książę złodziei – film przyg. USA 1991 **18.35** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **21.00** ★★ Futro z misia – kom. Polska 2019, reż. Kacper Anuszewski, Michał Milowicz, wyk. Olaf Lubaszenko **23.05** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez

## Stopklatka

DVB T

**6.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (2) **12.00** MacGyver (21, 22) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Najlepsi z najlepszych – film sens. USA 1989, reż. Hark Tsui, Robert Radler, wyk. Eric Roberts **22.00** ★★ Icarus – thriller Kan. 2010, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren **23.55** ★★★ Człowiek mafii – film sens. USA 2015 **1.55** ★★★★ Konopielka – kom. Pol. 1981

## Canal+ Premium

**9.20** ★★★ Benek – komediodramat Polska/Austria 2007 **11.05** Koncert Elton John & Brandi Carlile **12.00** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **13.40** Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł **14.30** ★★★ Peacock – dramat USA 2010 **16.00** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. rom. USA 2025 **17.45** ★★★ Holiday – kom. romant. USA 2006 **20.00** ★★★★ Młode matki – dramat Belgia/Francja 2025 **21.45** I Follow Rivers. Mam rzekę we krwi **23.20** Eksperyment: Odsiadka

## HBO

**8.30** ★★★★ Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przygod. W. Bryt./USA 2002 **11.05** ★★★ Lato w grudniu – dramat Hiszp. 2024 **12.40** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **14.05** ★★ Kolejna zwyczajna przysługa – thriller USA 2025 **16.05** Wielka mała koza – film animowany USA 2026 **17.45** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **20.00** Hacks (9, 10) **21.20** Outlander: Krew z krwi (8) **22.20** ★★ Holland – thriller USA 2025

## Paramount

**5.00** Śmieszniej nie będzie **6.00** Czarodziejki (16-19) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.20** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **13.00** Czarodziejki (20, 21) **14.55** Pingwiny z Madagaskaru **15.55** ★★★ Zmowa pierwszych żon – kom. USA 1996 **18.05** ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **20.00** ★★★ Wojna światów – film sf USA 2005 **22.30** ★★★★ Ciche miejsce – horror USA 2018 **0.15** ★★★ Zrodzony w ogniu – thriller USA/W. Bryt. 2013

## Polsat 2

**6.30** Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy: Nowy on **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (66-70): Spirytyści / Sposób na blondynkę / Szczur lądowy / Szkielet fon Bibersztajna / Tajemnica X muzy **17.00** Komisarz mama (4) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Łowca pedofilów **23.00** Ślad (68, 69): Kryptonim nietoperz / Życie wieczne **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

## TVP Seriale

**6.30** Na sygnale (588, 589) **7.35** Ojciec Mateusz (138) **8.35** Komisarz Alex (169) **9.25** Rodzinka.pl (207) **10.00** Klan (1553) **11.00** Ranczo (75) **11.45** M jak miłość (1961) **12.45** Zaraz wracam (178, 179) **13.50** Ojciec Mateusz (43, 44) **15.45** Komisarz Alex (170) **16.30** Na sygnale (590, 591) **17.40** Ranczo (77, 78) **19.30** Ojciec Mateusz (45, 139) **21.30** Ranczo (79, 80) **23.25** Ojciec Mateusz (46) **0.20** Na dobre i na złe (1006) **1.20** Czas honoru (8, 9) **3.00** Wojenne dziewczyny (43)

## AXN

**5.10** FBI: Most Wanted (15) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3, 4) **7.30** Agenci NCIS (2, 3) **9.15** Castle (12, 13) **11.10** Detektyw Monk (5, 6) **13.10** Agenci NCIS (4, 5): Statek miłości / Filadelfia **15.05** Zabójcza broń (8, 9) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3): Danie lokalu / Dzikie kwiaty **19.05** Castle (14, 15): Niebieski motyl / Pandora **21.05** FBI: International (18, 19) **22.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2, 3) **0.45** Castle (14, 15) **2.40** FBI: International (18, 19)

## 13 Ulica

**6.35** Niewidomy detektyw (4) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (16, 17) **10.20** Bez śladu (17, 18) **12.10** Kapitan Marleau (1) **14.15** Niewidomy detektyw (5) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **18.10** Bez śladu (1, 2) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (2) – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) – serial krym. Kan. **23.00** ★★★★ Człowiek w ogniu – thriller Szwajc./W. Bryt./USA 2004, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington

## FX

**7.00** Kości (10, 11) **9.00** FBI (15) **9.55** Agenci NCIS (2) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (3, 4) **13.45** Castle (13) **14.40** Lucyfer (16) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **17.25** Z Archiwum X (6, 7) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6) **22.00** Zabójcze umysły (5) **23.00** Z Archiwum X (7): Czułe słówka **0.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **1.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9) **1.55** Lucyfer (16)

## Eurosport 1

**8.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **9.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **10.00** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** **(L)** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **17.30** Narciarstwo alpejskie: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alpejskie: PŚ (k) w Killington **19.00** FIA TCR World Tour: Wyścigi w Makau **19.30** Snooker: Mistrzostwa Wielkiej Brytanii w Yorku **23.30** Skoki narciarskie: PŚ (m) w Ruce

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Moun. **12.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **13.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **13.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **14.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **16.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **19.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mount. **20.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **21.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **21.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **22.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce

## Polsat Sport 1

**6.00** Siatkówka: TAURON Liga **8.00** Formuła 1: GP Kataru **9.00** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **18.00** Studio **18.35** **(L)** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **20.40** Studio **20.55** **(L)** Piłka nożna: Puchar Włoch: 1/8 finału: Inter Mediolan – Genoa CFC **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

## TVP Sport

DVB T

**8.20** Magazyn Betclic 1. Ligi **9.50** Piłka nożna: Miedź Legnica – Polonia Bytom **11.55** **(L)** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **14.00** Reportaż **14.30** Koszykówka: El. MŚ mężczyzn: Niemcy – Polska **16.30** Piłka kobiet **17.25** Studio **17.55** **(L)** Piłka nożna: El. MŚ kobiet UEFA: Polska – Irlandia **20.40** **(L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Avia Świdnik – Górnik Zabrze **3.25** Boks: Chris Billam-Smith – Ryan Rozicki

## Canal+ Sport

**8.00** 1 na 1 Extra: Patrick Kluivert **8.45** Piłka nożna: Real Madryt – Deportivo Alavés **11.00** Football Office **12.35** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Płock **15.00** Ligomistrzowe historie **15.45** Piłka nożna: Elche CF – Atlético Madryt **18.00** LaLiga Highlights Magazine **18.35** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **19.30** Premier League Review **20.30** Premier League Netbusters **21.00** Liga+ Extra **23.10** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku **0.15** Premier League Review

## Canal+ Sport 5

**6.00** Hola LaLiga! **7.15** 1 na 1 Extra: Petr Čech **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Deportivo A Coruña – FC Barcelona **13.15** Ekstrapaka: 16. kolejka **14.20** Ekstraklasa po godzinach **15.30** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **18.10** Football Office **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **23.20** Premier League Netbusters **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Górnik Zabrze – Wisła Płock **2.30** Ligomistrzowe historie

## Eleven Sports 1

**9.00** Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **11.00** Bundesliga Clubs: VfB Stuttgart; TSG 1899 Hoffenheim; Bayer 04 Leverkusen **12.00** Piłka nożna: Lidze Portugal Betclic: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Torino FC – SS Lazio **18.00** Piłka nożna: Hamburger SV – Bayern Monachium **20.00** Ligue 1 Show **20.40** **(L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **22.50** Podróż do świata calcio **0.05** Historie Serie A

## Polsat Sport 3

**6.00** Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **8.30** Tenis: Finały Pucharu Davisa – transmisja turnieju **11.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio – transmisja **13.30** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **16.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **18.30** Piłka nożna: Eredivisie – transmisja meczu **21.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **23.00** Magazyn koszykarski **0.00** Bobsleje: PŚ w Altenbergu – transmisja **2.00** Babilon MMA

## TVN 24

**10.00** Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

**10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Trójkąt polityczny **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

## TVP 3

DVB T

**9.05** Al w służbie sportowcom **9.30** Post filipowy **10.00** Złoty chłopak (293) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Wiek to tylko liczba **12.00** O milimetr **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (294) **23.30** Kryminalna siódemka **23.55** Panorama

## TVP Rozrywka

**9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.15** Rodzinka.pl **15.25** Rolnik szuka żony **16.25** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Tak to leciało! **23.45** Kabaret. Super Show Dwójki **0.50** Koło fortuny **2.05** Do śmiechu! **3.50** Hity wszech czasów **4.45** Prywatne życie zwierząt

## Planete+

**9.20** Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** Wielka rewolucja RNA **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

## BBC Earth

**8.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.30** Cywilizacje: rozkwit i upadek **17.45** Mroźna planeta **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Attenborough i morski smok **20.55** W okowach mrozu **22.55** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci **0.25** Sekrety długowieczności

## Discovery Channel

**8.00** Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Klan z Alaski **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia (1) **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **21.00** Wyzwanie: przetrwanie **22.00** Alaska w budowie **23.00** Bimbrownicy **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

## TVN Turbo

**9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Z drugiej ręki **19.45** Duda kontra Szafrański **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Naprawy nie do naprawy **23.00** Kupione, zrobione, sprzedane

## TVN Style

**7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Kwadratowy talerz", Wrocław / „Quatro", Brańsk **15.35** Ugotowani **16.40** Kochaj albo wróć **17.40** Kuchenne rewolucje: „Pracownia dobrych smaków – Rozmaryn", Szczecin / Restauracja „Perfect Pub", Pasłęk / Restauracja „Ziołowa Chata", Brenna **20.50** Ostre cięcie **21.50** Teraz one **22.20** Love the Look **23.20** Hotel Paradise – Rajskie Rozdanie **0.15** EuroPOLKI studentki

## Romance TV

**8.25** Górscy ratownicy (135) **9.25** Käthe i ja: Podrzutek **11.20** ★★ Pokój ze stajnią – kom. Niemcy 2022 **13.15** ★★ Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – film obyczaj. Niemcy 2026 **15.05** ★★★ Dziewczyna na rowerze – kom. romant. Niemcy/Fr./USA 2013 **17.05** Górski lekarz (1, 2) **19.00** Górscy ratownicy (136) **20.00** ★★★ Rosamunde Pilcher: Złamane serce – film obyczajowy Niemcy/Austria 2010 **21.55** ★★★ Dora Heldt: Ucieczka ciotki Inge – kom. Niemcy 2011 **23.50** Górscy ratownicy (136)

## TVN Fabuła

**6.00** Top 100: filmy wszech czasów **6.30** Kino Buzz TOP5 **6.45** Julia (98, 99) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (2) **11.55** Prawo Agaty (11, 12) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (192, 193) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.50** ★★★ Jack Frost – kom. USA 1998 **20.00** ★★★ Snake Eyes: Geneza G.I. Joe – film akcji USA 2021 **22.40** ★★★ Jedyne prawdziwe miłości – komediodr. USA 2023 **0.35** ★★★ Jak przeżyć święta – kom. romant. USA 2004

## AMC

**9.15** ★★ Przygody Herkulesa – film przygod. Wł./USA 1983 **10.55** ★★ Przygody Herkulesa 2 – film przygod. USA/Wł./Hol. 1985 **12.50** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **14.50** ★★★★ Atlas chmur – film sf Chiny/Niemcy/USA/Hongk./Singapur/W. Bryt./Hiszpania 2012 **18.20** ★★ Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004 **19.55** ★★★ Bibliotekarz: Tajemnica włóczni – film przygod. USA/Niemcy 2004 **22.00** ★★★ Wolf Creek – horror Australia 2005 **0.00** The Audacity (6)

## BBC First

**7.00** Co ludzie powiedzą? (5) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (4) **9.40** Z pamiętnika położnej (3) **10.40** Ojciec Brown (2, 3) **12.40** London Kills (5) **13.40** Tajemnice Majorki (1) **14.30** Morderstwa w Midsomer (1) **15.20** Detektyw z Chelsea (1) **16.15** Tajemnice Brokenwood (1) **18.00** Morderstwa w Midsomer (4) **19.55** Śmierć pod palmami (6) **21.00** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **22.00** Tajemnice Majorki (8) **23.00** Detektyw z Chelsea (8) **0.15** Zbrodnie Saint-Pierre (8)

## TTV

DVB T

**8.00** DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Damy i wieśniaczki. PL **23.00** Kochaj albo wróć **0.00** Nic do zgłoszenia **1.00** Farma Clarksona **2.00** Osadzone. Blok F **3.00** Szpital

## Fokus TV

DVB T

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (64) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Legenda bagna w Lipnie / Bitwa pod Pomiecem **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Włochy – forteca Hitlera / Luftwaffe **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10 **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

## National Geographic

**9.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy **13.05** Katastrofa w przestworzach **15.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **16.00** Najdziwniejsze przedmioty **17.00** Burzliwa historia Tudorów **18.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.05** Hitler i jego świta **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** II wojna światowa: historia przed trybunałem **22.00** Wojna widziana z powietrza

## Nat Geo Wild

**9.00** Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Drapieżcy z raf koralowych **16.00** Dzika przyroda Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Strachy i pęcherze / Zwierzęcy patrol/ Ucho olbrzyma / Sezon chorobowy / O, rany kłute!

## Metro

**6.20** Detektywi. Na zlecenie (21, 22) **7.40** Szpital (331-333) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (564, 565) **12.40** Szkoła (700) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (221, 222) **15.35** Druga szansa (13) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (13, 14) **21.05** Kryminalni (4, 5) **23.15** Spartakus: Krew i piach (8) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Zabójstwo w chińskiej dzielnicy **1.25** Szpital (982) **2.25** Szkoła (707) **3.25** Nowa Maja w ogrodzie **4.30** Szpital (982)

## TVP Historia

DVB T

**8.10** Na tropach historii **9.15** Encyklopedia II wojny światowej **9.40** Polskie 100 lat **10.20** Starożytne mocarstwa **11.15** Szalenie odważna hrabina **12.15** Dziewicze zakątki Ziemi **13.10** Upadek nazizmu **14.10** Zmiennicy (5) **15.15** Sensacje XX w. **17.05** Prasa donosi **17.20** Czas honoru (2) **18.20** Odnaleźć zaginione **18.55** Tunka **20.00** Pitbull (9) **20.50** Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy **22.00** Druga wojna światowa w kolorze. Droga do zwycięstwa **23.00** Sensacje XX w.

## TVP Dokument

DVB T

**9.15** Królestwo mokradeł **10.20** Owady. Czy czeka nas katastrofa? **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Narodziny motyla **15.15** Królestwo mokradeł **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (1) **19.05** Buntowniczka nie z wyboru (s.2) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Krainy cudów natury **22.30** Paczka do Gruzji **23.25** Niebezpieczne drogi **0.25** Sekrety dzikich kwiatów

## Zoom TV

**6.15** MacGyver (13, 14) **8.15** Strażnik Teksasu (12, 13) **10.15** Kobra – oddział specjalny (7, 8): Stracone dzieci / Wszystko z miłości **12.25** FBI (6, 7): Dwukrotnie ślepi / Próba sił **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w.: Największy wróg Hitlera **19.00** Kobra – oddział specjalny (16, 1) **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18): Przesyłka specjalna / Tajemnicza twarz **23.00** Magia nagości. Polska **0.15** Magia nagości. Hiszpania **1.20** Magia nagości

## TLC

**8.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi: Człowiek kontra waga **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **22.00** Wspólne życie XXL **23.00** Dr Pryszczylla: Potwór w lustrze **0.00** Moje koszmarne stopy: Dziecko kosmitów **1.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **2.00** Wspólne życie XXL

## Nowa TV

DVB T

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (41, 42) **12.00** Śmierć pod palmami (42, 43) **14.00** Świat według Kiepskich (515, 516) **15.00** Świat według Bundych (57-62) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (16) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (113) **22.00** Ślad (62-63, 107) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (31, 32)

## WP

DVB T

**8.00** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (4) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (4) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Strażacy z sąsiedztwa **21.00** Policjanci w akcji **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Grzegorz Halama / Zdolni i Skromni / Paranienormalni, Łukasz Rybarski, KMN

## Carte blanche

*Inspirowana prawdziwymi wydarzeniami historia nauczyciela z liceum*

KINO POLSKA 20:00 ★★★

Kacper, nauczyciel historii, dowiaduje się, że grozi mu utrata wzroku. Za wszelką cenę stara się ukryć problem przed otoczeniem, by móc pracować i doprowadzić podopiecznych do matury. Próbuje też pomóc jednej z uczennic, zbuntowanej Klarze, która również skrywa sekret.




## Ścigani

*Perypetie ludzi różnych narodowości, ubiegających się o przyznanie zielonej karty*

ALE KINO+ 20:10 ★★★

Agent Max musi przekazać syna deportowanej kobiety dziadkom chłopca i odwiedza dom imigrantów z Bangladeszu. Agent Cole dowiaduje się, że australijska aktorka nielegalnie przebywa w kraju. Wymusza na niej seks w zamian za obietnicę przyznania zielonej karty.




## Złoto pustyni

*Zadanie jest proste: żołnierze mają wyjechać po skarb o wschodzie i wrócić na lunch...*

TVP 1 22:10 ★★★★

Archie dostaje rozkaz opiekowania się dziennikarką. Niechętny mediom, postanawia się jej pozbyć, zwłaszcza że w jego ręce trafia niezwykłe znalezisko. Jeden z irackich jeńców ukrywał mapę, dzięki której można podobno dotrzeć do skarbów wywiezionych z Kuwejtu.




## Pan Wypadek: Wakacje zabójcy

*Musi znowu zabijać, by uratować życie swojego kolegi i naprawić relacje z ojcem*

POLSAT 23:05 ★★★

Pechowy płatny zabójca Mike Fallon przenosi się na Maltę. Tam spotyka kolegę, który specjalizuje się w niekonwencjonalnej broni. Panowie zaczynają działać razem. Po wykonaniu kolejnego zlecenia zostają porwani. Okazuje się, że szefowa mafii chce, by Mike wyeliminował zabójców, którzy przyjęli zlecenie na jej syna.




## SERIALE

### Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Stan Szymona ulega znacznemu pogorszeniu. Florek i Filip rozpoczynają bezwzględną walkę o rezydenturę. Jolka, skuszona łatwym zarobkiem, ulega namowom Dagi na udział w sesji na stronie dla dorosłych.

### Barwy szczęścia

TVP 2 20:05

Do celi Cezarego i Michała trafia agresywny Waldi. Rawicz otrzymuje pozew rozwodowy od Natalii. Emilka pewnie przystępuje do egzaminu ósmoklasisty. Tolek walczy o rozwód na spotkaniu z Ireną i mediatorką.

### Na Wspólnej

TVN 20:15



Daria nie może zapomnieć rozmowy z ośmioletnią Polą, która mówiła jej o żałobie taty. Dziedziczówna nie ma pojęcia, że smutnym ojcem Poli jest Piotr - nowy kolega ojca z pracy...

### M jak miłość

TVP 2 20:50

Po bandyckim ataku w lesie Agnes nadal jest w szpitalu i niespodziewanie traci władzę w nogach. Gdy Artur konsultuje się z Olkiem, ten diagnozuje u dziewczyny krwiak w kanale kręgowym, dostrzega też kawałek kości wbity w rdzeń.

### SOR

TVP 2 21:50



Piotr żąda od Kaśki praw do Milenki. Przed szpitalem zostaje porzucony ranny robotnik z postępującym paraliżem. Sytuację pogarsza zasłabnięcie Basi.



eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Fin del Mundo?

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta (62) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (182) **9.10** Ranczo (72): Przeciek kontrolowany **10.10** Komisarz Alex (25) **11.05** Ojciec Mateusz (338): Strzeżonego Pan Bóg strzeże **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (2): Niedźwiedzie w Rumunii **14.00** Splątane losy (100)

**15.00 Serwis Info** – magazyn
**15.10 Reporterzy** – magazyn
**15.35 Gra słów. Krzyżówka**
**16.00 Dziedzictwo (1083)**
**17.00 Teleexpress**
**17.25 Jaka to melodia?**
**18.05 Klan (4788)**
**18.40 Akacjowa 38 (1011)**
**19.30** 19.30
**19.55 Pytanie dnia**
**20.30 Słoneczna. Poza ciszą (8)**
**21.05 Rocky 3** – film
★★★ sensac. USA 1982 **(s.24)**
Reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Talia Shire, Burt Young
**22.55 Sztafeta zmiany. Tour the Konstytucja** – film dokumentalny Polska 2025
**0.00 Fin del Mundo?**
★★★ – komediodr. Polska 2023
Reż. Piotr Dumała, wyk. Stanisław Brudny, Helena Norowicz, Andrzej Szeremeta, Gabriela Muskała
Waldi i trzy siostry mieszkają w starej willi pod miastem, a w piwnicy żyją duchy ich rodziców. Pewnego dnia Waldi odkrywa w sobie nadprzyrodzone moce.
**1.30 Morderstwa w Chartres**
★★★ – film krym. Francja 2025

## TVP 2




### Wszystko albo nic

**5.35** M jak miłość (1893) **6.25** Pożyteczni.pl (390) **6.50** Barwy szczęścia (3452) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.50** Gwiazdorska kuchnia Ani (58) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (263) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.10** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (963): Guru – serial obyczajowy Polska 2026

**15.05 La Promesa – pałac tajemnic (532)**
**15.50 Domowe patenty (22)**
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej
**16.35 Familiada** – teleturniej
**17.20 Panna młoda (264)**
**18.15 Va banque** – teleturniej
**18.50 Jeden z dziesięciu**
**19.25 Barwy szczęścia (3452-**odc. powtórkowy**, 3453)**
– serial Polska 2026 **(s.24)**
**20.40 Przepis dnia** – magazyn
**20.55 Na dobre i na złe (1007)**
– serial obycz. Polska **(s.24)**
**21.50 Na sygnale (965)**
**22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów** – magazyn
**23.20 Wszystko albo nic**
★★★ – komedia rom. Słowacja/Czechy/Polska 2017
Reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski
Linda i Vanda przyjaźnią się i prowadzą księgarnię. Choć różnią się charakterami, marzą o romantycznej miłości. Gdy w ich życiu pojawią się James i Aldar, wszystko się zmienia.
**1.20 Peaky Blinders (25)**
**2.30 Sen o Warszawie** – film dokumentalny Polska 2014

## Polsat




### Gliniarze Śląsk

**6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.20** Trudne sprawy (1147): Bezdomna miłość **9.20** Dlaczego ja? (852-854): Kursant prawa jazdy celowo powoduje wypadek podczas egzaminu / Nagi dyrektor znaleziony przed szkołą / Kobieta znajduje nadajnik GPS w torebce **12.20** Gliniarze (1076-1078): Internetowy predator / Pożądanie / Czerwona linia

**15.30 Wydarzenia**
**15.50 Pogoda**
**15.55 Gliniarze (1155)**: Ciepłe kraje – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026
**16.55 Gliniarze Śląsk (3)**
Po nocnej strzelaninie przy autostradzie policja znajduje ciało kobiety i furgonetkę. Śledztwo ujawnia próbę przemytu narkotyków. Kowalski odkrywa cenne tropy w sprawie Mitręgi.
**18.00 Pierwsza miłość (4299)**
– serial Polska 2026 **(s.24)**
**18.50 Wydarzenia**
**19.15 Gość „Wydarzeń”**
**19.55 Milionerzy** – teleturniej
**20.35 Baby Boom, czyli Kogel mogel 5** – komedia obycz. Polska 2024 **(s.24)**
Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
**22.20 Ted 2** – kom. USA 2015
★★★ Reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Seth MacFarlane, Amanda Seyfried
**0.55 Gorący towar** – komedia
★★★ krym. USA/W. Bryt. 2013
**3.30 Nasz nowy dom (343)**

## TVN




### Jestem legendą

**5.00** Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! (8142) **5.55** Ukryta prawda (1550) **6.50** Kuchenne rewolucje: Konin – Czarny Domek **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (36) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Smaczne...go”, Tomaszów Mazowiecki / Gdańsk – „Mio Gastro” **13.40** Ukryta prawda (1730-1732)

**16.50 Szpital św. Anny (100)**
– serial obycz. Polska 2026
**17.55 Detektywi (166)**: Wszystkie kobiety Kasjana – serial fabul.-dokum. Polska 2025
**19.00 Fakty**
**19.35 Top Model – przed finałem**
**19.55 Uwaga!** – magazyn
**20.10 Top Model – przed finałem**
**20.15 Na Wspólnej (4322)**
– serial Polska 2026 **(s.24)**
**20.50 Top Model (14)** – reality show Polska 2026
**22.35 Jestem legendą**
★★★★ – film sf USA/W. Bryt. 2007
Reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, Alice Braga, Charlie Tahan
Wirus doprowadził do zagłady niemalże całej ludzkiej populacji, a tych, którzy przeżyli, zmienił w krwiożercze potwory. W Nowym Jorku ocalał jedynie naukowiec, który poszukuje szczepionki.
**0.50 Szpital św. Anny (130, 131)** – serial obyczajowy Polska 2026
**2.45 Uwaga! (8143)**
– magazyn interwencyjny
**3.05 Młode gliny (69, 70)**
– serial krym. Polska 2026

## TVN 7




### Na bank się uda

**6.45** Szkoła (621, 622) **8.40** Ukryta prawda (1442, 1650, 1651) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (848-850) **13.50** Detektywi (224) **14.55** Szpital św. Anny (186) **15.55** Szpital (742) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (8, 9) **19.00** Ukryta prawda (1485) **20.00** ★★★ Na bank się uda – kom. krym. Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel **22.20** ★★★ Jack Reacher: Nigdy nie wracaj – film krym. USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise **0.45** ★★ Głupcy – dramat Polska/Rum./Niemcy 2022, reż. Tomasz Wasilewski, wyk. Dorota Kolak **3.05** Prawdziwy horror **4.05** Fachowcy (2) **4.45** Usterka (15) **5.15** Ten moment (50)

## TV Puls

**6.00** Policjanci z Miami (17, 18) **8.00** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **10.00** Zaklinaczka duchów (85) **11.00** Kotka (85) **12.00** Mój grzech (22) **13.00** Wspaniałe stulecie (58) **14.00** Rodzinny interes (51) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (314, 315) **17.00** Rodzinny interes (52) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1045, 1010) **20.00** ★★★ Nocny łowca – film akcji Kanada 2018 **22.00** ★★★★ Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia – film przygod. USA 2013 **1.00** ★★★★ Dorwać gringo – dramat USA/Meksyk 2012

## Puls 2

**7.30** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (7) **13.35** Smerfy (17) **14.00** Baranek Shaun (14-16) **14.35** Marta mówi! (22) **15.00** Miraculous (25, 26) **16.00** Koci domek Gabi (21, 22) **17.00** Fineasz i Ferb (22, 23) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (35, 36) **19.00** Kacze opowieści (42, 43) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1065) **21.00** ★★ Pociąg strachu – film sens. USA/Aruba 2002 **22.55** Zabójca – film sens. USA/Korea Pd. 2022 **1.00** Lombard. Życie pod zastaw (103, 142, 366-367)

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Polacy na ratunek Żydom (82) **12.00** Serwis Info **12.10** Stulecie Winnych (14) **13.05** Stawka większa niż życie (13) **14.05** Turystyczna jazda **14.25** Kiedyś to było (137) **15.00** Serwis Info **15.10** Vito odkrywa Polskę (3) **15.40** Przez pamięć i zapomnienie (13) **16.05** Moda na język polski (75) **16.30** Barwy szczęścia (3421) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Polki w Gruzji **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (150) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **22.10** Rozmowy (nie)wygodne (62) **22.45** Tygodnik Moralnego Niepokoju (12) **23.15** Panorama **23.45** Sekielski wieczorową porą

## TV Trwam

**11.10** Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **11.40** Myśląc historia **11.50** Odnaleźć siebie **12.20** Głos serca (142) **13.05** Droga pięknego życia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Życie lasu – bogactwo przyrodnicze **15.00** Kurierskim szlakiem. Azymut Węgry **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Na zdrowie **16.30** Rozmowy o edukacji **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie **19.30** Bóg z nami **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Droga do świętości **23.40** Bazylika Bożego Ciała w Krakowie

## TVP Kultura

**8.20** Tamte lata, tamte dni (89) **9.00** Daleko od szosy (3) **10.25** ★★★★ Pograbek – dramat Polska 1992 **11.55** Chick Corea – w służbie muzyki – film dok. USA 2011 **13.40** Czterdziestolatek (15) **15.00** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **16.50** Daleko od szosy (4) **18.15** Kolekcja **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (108) **20.00** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **21.40** Wstęp do spektakli tanecznych **21.50** Boa **22.55** Zniknąć bez śladu – film dok. Niemcy/Jap. 2024 **0.25** ★★★ Prosta przyjaźń – kom. Fr. 2023, reż. Eric Besnard, wyk. Lambert Wilson **2.05** ★★★★ Koty to dranie – film obycz. Polska 1978 **3.10** Porozmawiajmy szczerze

## Super Polsat

**6.05** Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (40) **6.55** Cobra Kai (31, 32) **8.20** SuperLudzie Extra (41) **8.30** Świat według Kiepskich (485-487) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (13, 14) **11.30** Świat według Kiepskich (441-444) **13.30** Farma (105) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (54) **15,55** Ninja Warrior Polska (25) **17.50** Świat według Kiepskich (492-493, 564-565) **20.00** Złomiarze (35) **21.00** Snajper: Ostatni bój – film sens. USA/W. Bryt. 2025, reż. Danishka Esterhazy, wyk. Chad Michael Collins **23.05** ★★★★ Zawód szpieg – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Jap./Fr. 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford **1.40** Świat według Kiepskich (407) **2.10** 48 h. Zaginieni (43, 44)

## TV 6

**6.00** Więzienie (154, 155) **6.55** Policjantki i policjanci (913, 914) **8.55** 48 h. Zaginieni (102-106) **13.55** Policjantki i policjanci (1302) **14.55** Uroczysko (250, 251) **16.00** Strażnik Teksasu (22-23, 17-18): Wspomnienie, część 1. i 2. / Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194): Dziewięć i trzynaście / Białe złoto – serial krym. USA/Kanada 2013 **22.00** Mentalista (40): Czerwona szkatułka – serial kryminalny USA 2010 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (814, 815) **1.00** Kości (233, 234): Klejnot w koronie / Koszmar wewnątrz koszmaru – serial krym. USA 2016 **3.00** Cobra Kai (2) **3.35** Septagon (67, 68)

## TV 4

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Siła gromu / Spóźniona sprawiedliwość **7.55** Bogaty dom – biedny dom (138) **8.55** Policjantki i policjanci (780-782) **11.55** Uroczysko (3, 4) **13.00** Trudne sprawy (904-906) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (446, 497) **18.00** Policjantki i policjanci (1374, 1375) **20.00** Uroczysko (213, 214) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (159) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1042) **23.05** ★★★ Hanna – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy 2011, reż. Joe Wright, wyk. Saoirse Ronan, Eric Bana **1.35** Opowiem ci o zbrodni (3): Katarzyna Puzyńska. Morderstwo na dziesiątym piętrze **2.00** Love Island. Wyspa miłości (12) **3.25** Lubię Disco! (311)

## Ale Kino+

**7.00** Ciepło **7.25** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **9.00** ★★★ Długi weekend – film obyczaj. Polska 2004 **10.30** The Office PL (9, 10) **11.45** Detektyw Foyle (2) **13.55** Van der Valk (2) **16.00** ★★★★ Był sobie chłopiec – komedia W. Bryt./ USA/Francja/Niemcy 2002 **18.05** Detektyw Foyle (3) **20.10** Blizna (1, 2) **22.35** ★★★ Anatomia zemsty – kom. kryminalna USA 2013, reż. Daniel Schechter, wyk. Jennifer Aniston, Mos Def, John Hawkes (s.24) **0.45** Koniec lata (1, 2) **3.10** Król (7)

## Kino Polska

**7.55** Stawiam na Tolka Banana (2, 3) **9.35** Syn szczęścia **9.50** ★★★★ Gdzie jest generał? – kom. Polska 1963 **11.55** ★★★ Quo vadis – film hist. Polska/USA 2001 **15.45** ★★★ Ostatnie dni – film woj. Polska 1969 **17.20** Pogranicze w ogniu (20, 21) **20.00** ★★★ Wróg doskonały – film sens. Hiszp./Niemcy/Fr. 2020, reż. Kiké Maillo, wyk. Tomasz Kot, Athena Strates **21.50** ★★★ Niepokonani – dramat USA/Emir. Arab./Polska/Indie/Arab. Saud. 2010 **0.45** ★★★ Milioner – film obyczaj. Polska 1977

## Polsat Film

**7.25** Poirot (2) **8.35** Przyjaciółki (147, 148) **10.30** Świat według Kiepskich (7-8, 205-206, 3) **13.25** ★★★★ Ogniem i mieczem – dramat Polska 1999 **17.00** ★★ 1000 lat po Ziemi – film sf USA 2013 **19.20** ★★★ Opancerzony – film sens. USA 2009 **21.00** ★★★★ Looper – Pętla czasu – film sens. USA/Chiny 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon-Levitt **23.20** ★★★ Przykładny obywatel – film sens. USA/W. Bryt./ Norwegia/Kan./Fr. 2019, reż. Hans Petter Moland, wyk. Liam Neeson

## Stopklatka

DVB T

**6.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (3) **12.00** MacGyver (22, 1) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★★ Snajper – thriller USA/ Peru 1993, reż. Luis Llosa, wyk. Tom Berenger, Billy Zane **22.05** ★★★ Klient – film sens. USA 1994, reż. Joel Schumacher, wyk. Susan Sarandon, Tommy Lee Jones **0.40** ★★ Nieśmiertelny III: Czarnoksiężnik – film fantasy Kan./Fr./W. Bryt. 1994

## Canal+ Premium

**9.40** Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **11.50** ★★★ Królowa chmur – kom. obyczaj. Polska 2003 **13.10** Co ukrywa Elon Musk? **14.40** ★★★★ Juno – komediodramat USA/Kanada 2007 **16.15** ★★★★ Miss Potter – film biograficzny W. Brytania/USA 2006 **17.45** Call me lala **18.15** ★★★ Pompeje – film katastrof. USA/Niemcy 2014 **20.00** ★★★★ Everest – thriller USA/Isl./W. Bryt. 2015 **22.00** Eksperyment: Odsiadka **22.50** ★★ Piep*zyc Mickiewicza 3 – komediodr. Polska 2026

## HBO

**8.20** ★★★★ Harry Potter i Czara Ognia – film przygod. USA/W. Bryt. 2005 **10.55** ★★★ Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens. USA 2019 **13.10** Happy Feet: Tupot małych stóp – film anim. USA/Australia 2006 **14.55** Happy Feet: Tupot małych stóp 2 – film anim. Australia/USA/ Nowa Zel. 2011 **16.35** ★★★★ Makbet – dramat W. Bryt./Fr. 2015 **18.25** ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **20.00** Po polowaniu – thriller USA/Wł. 2025 **22.15** ★★★ Panna młoda! – horror USA 2026

## Paramount

**6.00** Czarodziejki (18-21) **9.20** Policyjna grupa pościgowa **10.25** ★★★★ Star Trek: W nieznane – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **13.00** Czarodziejki (21, 22) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **16.00** Świąteczne spotkanie klasowe – kom. USA/Kan. 2022 **18.00** Czarodziejki (1, 2) **20.00** ★★★ Bogowie Egiptu – film fantasy USA/Australia/ Chiny/Hongk. 2016 **22.35** ★★★★ Ciche miejsce 2 – horror USA 2020 **0.25** ★★★★ The Northman – film przygod. USA/W. Bryt./Chiny 2022

## Polsat 2

**6.30** Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Zła matka / Układanka / Uczucie nie wybiera **11.30** Trudne sprawy: Gęś w okularach **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (71-75): Telewidz / Titanic / Trendi / W pale się nie mieści / Waldek Tour **17.00** Komisarz mama (5) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokum. Polska 2025 **22.00** Zawód: Glina **23.00** Ślad (70, 71): Nadgryziona reszka / Królestwo niebieskie **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia

## TVP Seriale

**6.30** Na sygnale (589, 590) **7.35** Ojciec Mateusz (139) **8.30** Komisarz Alex (170) **9.20** Rodzinka.pl (208) **9.55** Klan (1554) **10.40** Ranczo (76) **11.30** Na dobre i na złe (1006) **12.30** Zaraz wracam (180, 181) **13.40** Ojciec Mateusz (44, 45) **15.40** Komisarz Alex (171) **16.30** Na sygnale (591, 592) **17.35** Ranczo (78, 79) **19.30** Ojciec Mateusz (146, 140) **21.30** Ranczo (80, 81) **23.25** Ojciec Mateusz (47, 462) **1.20** Krucjata. Znak bliźniąt (2, 3) **2.50** Wojenne dziewczyny (44, 45)

## AXN

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (5, 6) **7.30** Agenci NCIS (4, 5) **9.20** Castle (14, 15) **11.10** Detektyw Monk (7, 8) **13.10** Agenci NCIS (6, 7) **15.05** Zabójcza broń (10, 11) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5): To był bardzo dobry rok / Na tropie zabójcy **19.05** Castle (16, 17): Zatyczka / Było sobie przestępstwo **21.05** FBI: International (20, 21) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (4, 5) **0.45** Castle (16, 17) **2.40** FBI: International (20, 21) **4.30** FBI: Most Wanted (1)

## 13 Ulica

**6.35** Niewidomy detektyw (5) **8.25** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **10.20** Bez śladu (1, 2) **12.10** Kapitan Marleau (2) **14.15** Niewidomy detektyw (6) **16.15** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **17.15** Chicago P.D. (1) **18.10** Bez śladu (3, 4) – serial sens. USA 2008 **20.00** Kapitan Marleau (3): Królowa lodu – serial krym. Fr. 2020 **22.00** Kasandra (4) – serial krym. Fr. 2026 **0.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **2.10** Magnum: Detektyw z Hawajów (18, 19) **4.05** Niewidomy detektyw (5)

## FX

**7.00** Kości (12, 13) **9.00** FBI (12) **9.55** Agenci NCIS (3) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (5, 6) **13.45** Castle (14) **14.40** Lucyfer (17) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **17.25** Z Archiwum X (7, 8) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8) **22.00** Matlock (15) **22.55** Z Archiwum X (8) **23.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7) **0.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10)

## Eurosport 1

**8.30** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **10.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **11.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.00** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **14.00** **(L)** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **17.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.15** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **19.00** Podsumowanie SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **20.00** **(L)** Snooker: Mistrzostwa W. Bryt. w Yorku **23.30** Narciarstwo alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **0.30** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **11.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **13.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **14.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **15.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **15.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **16.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **17.00** MŚ Endurance FIA – 24 g. Le Mans **19.00** Skoki nar.: PŚ (m) w Ruce **21.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **22.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **23.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **0.00** MŚ Endurance FIA – 6 godzin São Paulo

## Polsat Sport 1

**6.00** Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Siatkówka: TAURON Liga **17.20** **(L)** Siatkówka: TAURON Liga: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Podziemia Kredowe ChKS Chełm – transmisja meczu **20.20** **(L)** Siatkówka: TAURON Liga: PGE GiEK Skra Bełchatów – Stilon Gorzów – transmisja meczu **23.00** Siatkówka: TAURON Liga **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

## TVP Sport

DVB T

**8.40** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **9.50** Piłka nożna: El. MŚ (k) UEFA: Polska – Irlandia **11.55** **(L)** Piłka nożna: Siarka Tarnobrzeg – Stal Rzeszów **14.05** Reportaż **14.25** Pełnosprawni **14.55** **(L)** Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów; Odra Opole – Ruch Chorzów **19.55** Studio **20.55** **(L)** Piłka nożna: Polonia Warszawa – Raków Częstochowa **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund

## Canal+ Sport

**8.00** Premier League Review **9.00** Piłka nożna: Valencia CF – CA Osasuna **11.20** Piłka nożna: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **13.45** Premier League Netbusters **14.30** Premier League Review **15.40** Piłka nożna: RCD Espanyol – Getafe CF **17.55** Hola LaLiga! **18.55** **(L)** Piłka nożna: LaLiga EA Sports **21.00** Premier League Stories **21.30** Football Office **23.10** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **1.20** LaLiga Highlights Magazine **2.00** Piłka nożna: Wisła Kraków – Motor Lublin

## Canal+ Sport 5

**6.00** Liga+ Extra **8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.00** Hola LaLiga!: 14. kolejka – magazyn piłkarski **12.10** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **15.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Pogoń Szczecin **17.15** Żużel: PGE Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League Stories – magazyn **23.25** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka – magazyn **0.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie: Real Madryt

## Eleven Sports 1

**9.00** Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **11.00** Bundesliga Clubs: SC Freiburg; Eintracht Frankfurt; FC Augsburg **12.00** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: Inter Mediolan – Genoa CFC **18.00** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Bayern Monachium – Hertha BSC **20.00** Full Impact Serie A **20.40** **(L)** Piłka nożna: Puchar Niemiec: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.50** Bundesliga Special Show **23.25** Ligue 1 Show **0.00** Eleven Top Goals

## Polsat Sport 3

**8.30** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock **13.00** Piłka ręczna: Liga Europejska EHF: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **15.30** Bobsleje: PŚ w Altenbergu **18.00** Łyżwiarstwo figurowe: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **20.35** **(L)** Piłka ręczna: LM EHF: Aalborg Håndbold – ORLEN Wisła Płock **23.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

## TVN 24

**10.30** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

**9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

## TVP 3

DVB T

**9.05** Witaj w klubie! **9.30** Jedzenie ma znaczenie **10.00** Złoty chłopak (294) **11.00** Zielnik regionalny **11.30** Lecę za miłością **12.00** Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.00** Agrobiznes **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (295)

## TVP Rozrywka

**6.45** Gra słów. Krzyżówka **7.15** Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.00** Makłowicz w podróży **10.40** Postaw na milion **12.30** Familiada **13.05** Zmiennicy **14.05** Rodzinka.pl **14.35** The Voice of Poland **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.45** Rolnik szuka żony **23.55** Kabaret. Super Show Dwójki **1.00** Koło fortuny **2.15** Do śmiechu!

## Planete+

**9.20** Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.45** O wolny Tybet. Głosy wygnanych **20.50** Operacja Barbarossa. Wojna wyniszczająca **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

## BBC Earth

**8.20** Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.20** Mroźna planeta **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.25** Mroźna planeta **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.35** Pociągiem przez starożytny Egipt **17.35** Mroźna planeta II **18.45** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Imperium brytyjskie **20.55** W okowach mrozu **22.55** Pociągiem przez starożytny Egipt **23.55** Skarby przeszłość...

## Discovery Channel

**8.00** Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL (1) **16.00** Poszukiwacze przeklętego złota **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL **22.00** W oku cyklonu: Łowcy burz **23.00** Sekretne życie kasyna w Las Vegas **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

## TVN Turbo

**9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze **19.00** Naprawy nie do naprawy **19.45** Co tu się odjechało? **20.15** Jeździć, obserwować **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Z drugiej ręki **23.00** Po raz trzeci. Sprzedane!

## TVN Style

**7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Helios", Czerwionka-Leszczyny / Restauracja „Kanion", Szklarska Poręba **15.35** Ugotowani **16.40** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Alladyn's", Wrocław / Restauracja „Włoszczyzna", Łódź / „Czarny bawół", Stare Czarnowo **20.50** Nowa Szelągowska **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** EuroPOLKI studentki



eprasa.pl 820f131346

## SERIALE

### Pierwsza miłość
POLSAT 18:00



Eliza otrzymuje dobre wieści z prokuratury, a niespodzianka Świdra dodatkowo ją motywuje. Kochański proponuje Radkowi pracę w szpitalu, co powoduje zacieśnienie relacji z nim i Mają. Zaprasza nawet parę na kolację.

### Barwy szczęścia
TVP 2 20:05



Celina Brońska próbuje zdemaskować męża klientki. Zaprasza do siebie Pilara i sugeruje wspólne ćwiczenia. Mężczyzna jednak odkrywa intrygę. Proponuje Celinie łapówkę. Gdy to nie przynosi rezultatu, zaczyna jej otwarcie grozić.

### Na Wspólnej
TVN 20:15



Nalepa dowiaduje się od neurologa, że utrata wzroku podczas operacji to reakcja na przewlekły stres i zmęczenie. Lekarz zgadza się na powrót Lwa do pracy. Kiedy słyszy o tym Adamski, nie kryje oburzenia - po szpitalu krążą plotki, że Nalepa pije w pracy!

### Na dobre i na złe
TVP 2 20:55



Policja identyfikuje mężczyznę, z którym spotkała się Zuza. Blanka i Mario planują potajemny wyjazd z kraju z Niną, ale Zuza wyciąga od Blanki ich nowy adres. Oliwia zajmuje się Teresą, matką Samira.

## Cesarzowa

*Akcja rozgrywa się u schyłku panowania jednej z najświetniejszych dynastii Chin*

AMC 17:35 ★★★★

Piękna i żądna władzy cesarzowa Phoenix od lat romansuje z pasierbem. Tuż przed rozpoczęciem Święta Złotego Kwiatu rodzina ma wybrać następcę tronu. Phoenix marzy, aby zasiadł na nim jej pierworodny syn. Aby zamiar się powiódł, obmyśla skomplikowaną intrygę.




## Baby Boom, czyli Kogel mogel 5

*Nad bliskimi cały czas czuwa z zaświatów babcia Solska, dbając o szczęśliwy koniec*

POLSAT 20:35 ★★★

Piotruś towarzyszy siostrze w trakcie porodu i sam zaczyna marzyć o dziecku. Marcin, świeżo upieczony tata, wpada w panikę i znika. Rodzina dochodzi do wniosku, że chłopak jest gejem i porzucił Agnieszkę. W Brzózkach zjawia się tajemnicza Kamila w ciąży i szuka Zawady.




## Rocky 3

*Chciał spędzić reszty życia dostatnio, spokojnie i bez stresu, z rodziną u boku...*

TVP 1 21:05 ★★★

Chcąc odzyskać tytuł po gorzkiej porażce, Rocky musi zmierzyć się z najgroźniejszym dotychczas przeciwnikiem – Clubberem Langiem. Z pomocą nieoczekiwanego sprzymierzeńca, Apollo Creeda, Rocky przygotowuje się do najbardziej wyczerpującego rewanżu w karierze.




## Anatomia zemsty

*Komedia kryminalna z Jennifer Aniston, jako ofiarą niezbyt udanego porwania*

ALE KINO+ 22:35 ★★★

Louis i Ordell dokonują drobnych przekrętów i kradzieży samochodów. Nie wiedzie im się najlepiej. Po kolejnym pobycie w więzieniu postanawiają zarobić fortunę, porywając Mickey, żonę dewelopera Franka, który dorobił się dzięki oszustwom. Nie mają jednak szczęścia, bo Frank nie zamierza zapłacić okupu.




## Romance TV

**8.25** Górscy ratownicy (136): Czas, który pozostanie **9.20** ★★ Zakonnica i komisarz – kom. Niemcy 2006 **11.15** ★★★ Toni – akuszer – kom. Niemcy 2021 **13.05** ★★★ Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – rom. Niemcy 2023 **15.00** ★★★ O, mamma mia! – kom. Niemcy 2012 **17.05** Górski lekarz (3, 4): Zdecydowane cięcie / Kłótnie i kwarantanna **19.00** Górscy ratownicy (137) **20.00** Kryminał z Bolzano **21.55** Przepisy na miłość i zbrodnię (9, 10) **23.50** Górscy ratownicy (137)

## TVN Fabuła

**6.45** Julia (100, 101) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (3) **11.55** Prawo Agaty (13, 1) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (194, 195) **17.10** Magia kina **17.35** Motywy filmowe **17.50** ★★★ Starcie Tytanów – film przygodowy W. Bryt./Australia/USA 2010 **20.00** ★★★★ Godziny szczytu – film sensacyjny USA 1998 **22.10** ★★★ Godziny szczytu II – film sens. USA/Hongk. 2001 **0.00** ★★★★ Złoto dla zuchwałych – film wojenny USA/Jugosławia 1970

## AMC

**6.00** ★★★ Samotny jeździec – western USA 2008 **7.45** ★★★ Piękne istoty – film fantasy USA 2013 **10.15** ★★★ K-19 – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy/Kan. 2002 **13.05** ★★ Porwanie – thriller USA 2011 **15.15** ★★ Kobiety – komediodr. USA 2008 **17.35** ★★★★ Cesarzowa – dramat Hongk./Chiny 2006 **(s.24)** **20.00** ★★★ Obsesja namiętności – thriller USA/Jap. 1992 **22.20** ★★★ Komenda: zabij – horror W. Bryt. 2016 **0.20** ★★★ Wrota do piekieł – horror USA 2009 **2.25** The Audacity (6)

## BBC First

**7.00** Co ludzie powiedzą? (6) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (7) **9.40** Z pamiętnika położnej (4) **10.40** Ojciec Brown (4, 5) **12.40** London Kills (1) **13.40** Tajemnice Majorki (2) **14.30** Morderstwa w Midsomer (2) **15.20** Detektyw z Chelsea (2) **16.15** Tajemnice Brokenwood (2) **18.00** Morderstwa w Midsomer (5) **19.55** Śmierć pod palmami (7) **21.00** Morderstwa w Midsomer (1) **22.45** Agatha Christie: Tommy i Tuppence (2) **23.45** Ludwig (2) **0.50** McDonald i Dodds (2)

## TTV

DVB T

**8.00** DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Ukryta prawda **17.45** Życie na kredycie **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Ciężarówką przez pół świata **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Fachowcy **1.05** Nasi w mundurach **2.05** Dobra robota

## Fokus TV

DVB T

**6.05** 48 h. Zaginieni (65) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Gołdap 1944: Legnica 1241, czyli nie wierzcie dziejopisom **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Propaganda / Arktyczna twierdza Hitlera **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Militarny top 10: Wozy bojowe **22.00** Dziwne oblicza wojny **0.00** Starożytni kosmici

## National Geographic

**8.00** Ikony lotnictwa **9.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Złapać przemytnika **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Burzliwa historia Tudorów **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Operacja transport **22.05** Megażywioły **23.00** Uwaga, katastrofa!

## Nat Geo Wild

**9.00** Niezwykły dr Pol **10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atak rekina: dochodzenie **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Zabójcze szerzenie Azji **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Afryka: dom dzikiej przyrody **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Kot włóczykij / Świat na czterech łapach/ Zagwozdka z kopytem / Szczeniaki atakują / Apetyt na wszystko

## Metro

**6.20** Detektywi. Na zlecenie (25, 24) **7.40** Szpital (334-336) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (566, 567) **12.40** Szkoła (701) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (223, 224) **15.35** Druga szansa (1) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (15, 16) **21.05** Kryminalni (6, 7) **23.15** Spartakus: Krew i piach (9): Potwory **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Prawo i morderstwo **1.20** Szpital (983) **2.20** Szkoła (708) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie **4.20** Szpital (983)

## TVP Historia

DVB T

**8.00** Wojownicy czasu **9.20** Encyklopedia II wojny światowej **9.50** Polskie 100 lat **10.20** Zalana dolina **11.15** Tajemnice samolotów prezydenckich **12.15** Wszystkie kolory świata **13.15** Największe mity historii USA **14.10** Zmiennicy (6) **15.10** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (3) **18.25** Fake czy historia? **19.15** Pod znakiem orła, pod znakiem Gryfa **20.00** Pitbull (10) **20.55** Nieznana wojna na Północy **21.55** Wojny Rosji **(s.2)** **23.00** Sensacje XX w. **0.50** Encyklopedia II wojny światowej

## TVP Dokument

DVB T

**8.15** Narodziny motyla **9.15** Królestwo mokradeł **10.15** Sekrety piramid **11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** Islandia, królestwo maskonurów **15.15** Wielka naturalna bariera **16.15** Sekrety piramid **17.10** Świątynie świata **18.15** Tatarzy polscy (2) **19.05** Był taki człowiek... Jerzy Bińczycki **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.20** Krainy cudów natury **22.30** Zbyt ciasny system **23.35** Niebezpieczne drogi

## Zoom TV

**6.15** MacGyver (14, 15) **8.15** Strażnik Teksasu (13, 14) **10.15** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **12.25** FBI (7, 8): Próba sił / W niebezpieczeństwie **14.25** Bitwa o palety **15.30** Wojny magazynowe: Kanada **16.50** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (1, 2): Stłumiony ból / Bez litości **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (18, 19): Tajemnicza twarz / W klatce **23.00** Milf manor – mamuśki rządzą **0.00** Magia nagości. Finlandia **0.40** Magia nagości. Dania **1.20** I love kabaret

## TLC

**8.00** Wspólne życie XXL **9.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Ekstremalne choroby **21.00** Transplantacja: drugie życie **22.00** Moje paranoje **23.00** Dr Pryszczylla **0.00** Moje koszmarne stopy **1.00** Ekstremalne choroby **2.00** Transplantacja: drugie życie **3.00** Moje paranoje

## Nowa TV

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (42, 43) **12.00** Śmierć pod palmami (43, 44) **14.00** Świat według Kiepskich (517, 518) **15.00** Świat według Bundych (60-65) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (17) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (114) **22.00** Ślad (63-64, 108) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (33, 34)

## WP

**6.05** Policjanci z sąsiedztwa **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.10** Tlit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (1) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (1) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Formacja Chatelet / Kabaret Chyba **23.55** Przebojowe kabarety



eprasa.pl 820f131346

## TVP 1




### Klangor

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary (128) **8.00** Serwis Info **8.35** Zaraz wracam (183) **9.10** Ranczo (73): Świadek koronny **10.05** Komisarz Alex (26): Ostatnia sprawa Lucyny **11.00** Ojciec Mateusz (339): Jak wiatr **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Magazyn rolniczy **13.00** Dzikie korytarze (3): Sępy we Francji **14.00** Splątane losy (101)

**15.00 Serwis Info** – magazyn
**15.10 Reporterzy** – magazyn
**15.35 Gra słów. Krzyżówka**
**16.00 Dziedzictwo (1084)** – serial obycz. Turcja 2020
**17.00 Teleexpress**
**17.25 Jaka to melodia?**
**18.05 Klan (4789)** – telenowela Polska 2026
**18.40 Akacjowa 38 (1012)** – serial obycz. Hiszp. 2018
**19.30** 19.30
**19.55 Pytanie dnia**
**20.30 Ojciec Mateusz (463)** – serial krym. Polska 2026
**21.25 Sprawa dla reportera**
**22.30 Klangor (4-opis, 5)** – serial kryminalny Polska 2021
Rafał odmawia przyjęcia do wiadomości teorii policji o samobójstwie jego córki. Poszukiwania dziewczyny zaczynają się w okolicach klifów, gdzie jej telefon logował się ostatnio.
**0.20 Złoto pustyni** – dramat ★★★★ woj. USA/Australia 1999
Reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg, Ice Cube
**2.15 Magazyn Ekspresu Reporterów**
**3.15 Sprawa dla reportera**

## TVP 2




### Peaky Blinders

**5.30** M jak miłość (1894) **6.20** Operacja zdrowie (94) **6.55** Barwy szczęścia (3453) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inf.-publicyst. **11.50** Jedzenie ma znaczenie, nauka na talerzu (38) **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (264) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (964): Daj sobie szansę – serial obycz. Polska 2026

**15.05 La Promesa – pałac tajemnic (533)**
**16.00 Koło fortuny** – teleturniej
**16.35 Familiada** – teleturniej
**17.20 Panna młoda (265)**
**18.15 Va banque** – teleturniej
**18.50 Jeden z dziesięciu**
**19.25 Barwy szczęścia (3453)**
**19.55 Domowe patenty (22)**
**20.05 Barwy szczęścia (3454)** – serial Polska 2026 (s.27)
**20.40 Postaw na milion**
**21.40 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (17)**
**22.20 SOR (7)** – serial lekarski Polska 2026
**23.00 Rodzinka.pl (329)** – serial kom. Polska 2026
**23.30 Europa da się lubić – nowe pokolenie (12)**
**0.30 Peaky Blinders (26)**: Czarne koty – serial gangsterski Wielka Brytania 2019
Michael wraca z Ameryki z ciężarną żoną Giną. Rodzina Shelbych wita go z nieufnością. Zignorował rozkazy Tommy'ego, narażając bliskich na straty finansowe i nawiązał w Belfaście kontakty z jego wrogami.
**1.40 80 milionów** – film ★★★ przygodowy Polska 2011

## Polsat




### Gliniarze

**6.00** Nowy dzień – program inf.-public. **8.20** Trudne sprawy (1148): Zdjęcie przystojnego mężczyzny **9.20** Dlaczego ja? (855-857): 28-latka mieszka z małym dzieckiem w samochodzie / Tajemniczy motocyklista sieje niepokój w rodzinie / Grzegorz powinien przejrzeć na oczy **12.20** Gliniarze (1079-1081): Sama przeciw wszystkim / Niedoskonała / Krwawe rozliczenie

**15.30 Wydarzenia**
**15.50 Pogoda**
**15.55 Gliniarze (1156)** – serial fab.-dok. Polska 2026
Śledczy badają sprawę śmierci emerytowanego wychowawcy z zakładu karnego. Głównymi podejrzanymi są jego byli podopieczni, recydywiści. Śledczy biorą również pod lupę skomplikowaną relację ofiary z córką.
**16.55 Gliniarze Śląsk (4)**: Szafir – serial krym. Polska 2026
**18.00 Pierwsza miłość (4300)** – serial Polska 2026 (s.27)
**18.50 Wydarzenia**
**19.15 Gość „Wydarzeń"**
**19.55 Milionerzy** – teleturniej
**20.30 Nasz nowy dom**
**21.50 Anioły i demony** – thriller ★★★ USA/Włochy 2009 (s.27)
Reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård
**0.50 Siostry** – komediodramat ★★★ USA/Niemcy/W. Bryt. 2005
Reż. Curtis Hanson, wyk. Cameron Diaz, Toni Collette, Shirley MacLaine
**3.40 Kabaretowa Ekstraklasa**
**4.40 Disco gramy!**

## TVN




### Dwa tygodnie na miłość

**5.05** Jak to jest zrobione? (19) **5.40** Uwaga! (8143) **5.55** Ukryta prawda (1551) **6.50** Kuchenne rewolucje: Borysławice, „Schab w Panierce" **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (26) **11.30** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Cudnie", Puławy / Bytom – Restauracja „Pod Orzechem" **13.40** Ukryta prawda (1733-1735)

**16.50 Szpital św. Anny (101)** – serial obycz. Polska 2026
**17.55 Detektywi (167)**
**19.00 Fakty**
**19.55 Uwaga!** – magazyn
**20.15 Na Wspólnej (4323)** – serial Polska 2026 (s.27)
**20.50 Kuchenne rewolucje** – reality show Polska 2026
**22.00 Dwa tygodnie na miłość** ★★★ – komedia romantyczna USA/Australia 2002
Reż. Marc Lawrence, wyk. Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt
George Wade zatrudnia błyskotliwą prawniczkę Lucy Kelson na stanowisku doradcy. Sukcesy na arenie finansowej oraz dyspozycyjność pracownicy wkrótce czynią ją niezbędnym elementem życia George'a.
**0.00 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (8)**
**1.00 Szpital św. Anny (132)** – serial obycz. Polska 2026
**2.10 Uwaga!** – magazyn
**2.30 Młode gliny (71)**
**3.30 Down the (7)** – serial dokumentalny Polska 2026
**4.30 Jak to jest zrobione? (20)** – serial dok. Kanada 2012

## TVN 7




### Och, Karol

**6.45** Szkoła (624, 625) **8.40** Ukryta prawda (1443, 1652, 1653) **11.45** W-11 Wydział Śledczy (851-853) **13.50** Detektywi (225) **14.55** Szpital św. Anny (187) **15.55** Szpital (743) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (10, 11) **19.00** Ukryta prawda (1486) **20.00** ★★★ Och, Karol – komedia Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński **22.15** ★★★ Nigdy w życiu! – komedia rom. Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Joanna Brodzik **0.20** ★★★★ Zabójcza broń II – film sens. USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **2.40** Prawdziwy horror **3.40** Fachowcy (3) **4.20** Usterka (16) **5.15** Ten moment (51)

## TV Puls

**6.00** Policjanci z Miami (18, 19) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Zaklinaczka duchów (86) **11.00** Kotka (86) **12.00** Mój grzech (23) **13.00** Wspaniałe stulecie (59) **14.00** Rodzinny interes (52) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (316, 317) **17.00** Rodzinny interes (53) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1010, 1011) **20.00** ★★★ Infiltrator – thriller USA/Emir. Arab./W. Bryt. 2013 **22.10** ★★ Tajny informator – thriller Kanada/USA 2023 **0.00** ★★★ Wykonać wyrok – film sensacyjny USA/Kanada 1990

## Puls 2

**7.30** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Nowe przygody Kubusia Puchatka (8) **13.35** Smerfy (18) **14.00** Baranek Shaun (17-19) **14.35** Marta mówi! (23) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (26, 14) **16.00** Koci domek Gabi (23, 24) **17.00** Fineasz i Ferb (23, 24) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (37, 38) **19.00** Kacze opowieści (43, 44) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (1066) **21.00** ★★★ Champion – dramat USA/Niemcy/Jap. 2002 **23.00** ★★ Piekielna noc – thriller USA 2007 **0.30** Dzielnica strachu (141, 142)

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Stacja innowacja (48) **12.00** Serwis Info **12.10** Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) **13.50** Taniec z rosyjskim niedźwiedziem (1) **14.45** Słowo daję! (18) **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce (266) **15.35** Słownik polsko@polski (704) **16.00** Tamte lata, tamte dni (97) **16.30** Barwy szczęścia (3422) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Tańcząca ze światem (4) **18.45** Panorama **19.20** Niezwykłe miejsca (149) **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Ranczo (48) **21.20** Polonia 24. Tygodnik **22.25** Ekstradycja (3) **23.20** Panorama **23.50** Tajemnica Gwiaździstej Eskadry **1.10** Dziennik regionów **1.30** 19.30

## TV Trwam

**11.35** Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady naukowe **13.00** Wypłyń na głębię **13.20** Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela" **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Jan Ledóchowski. Część pierwsza: moja Austria **15.00** Po stronie prawdy **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19.25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia" **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Głos Polski **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (143) **22.45** Kamienie wołać będą **23.45** Muzyczne chwile **0.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu

## TVP Kultura

**8.30** Dzień z życia artysty (18) **9.00** Daleko od szosy (4) **10.30** ★★★ Braciszek – film biogr. Polska 2007 **12.20** Reżyserzy (5) **13.20** Czterdziestolatek (16) **14.25** ★★★★ Stan posiadania – film obyczaj. Polska/Niemcy 1989 **16.20** Daleko od szosy (5) **17.40** Którędy po sztukę (220) **17.45** Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej (5) **18.05** Kulturalni (47) **18.55** Rawhide (109) **20.05** ★★★★ Książę i aktoreczka – kom. W. Bryt./USA 1957, reż. Laurence Olivier, wyk. Marilyn Monroe (s.3) **22.15** Hala odlotów (211) **23.15** ★★★ Zupa nic – kom. Polska 2021, reż. Kinga Dębska, wyk. Kinga Preis **0.55** ★★★ Wino truskawkowe – kom. Polska/Słow. 2007, reż. Dariusz Jabłoński, wyk. Jiří Macháček

## Super Polsat

**6.05** Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (42) **6.55** Cobra Kai (33, 34) **8.20** SuperLudzie Extra (43) **8.30** Świat według Kiepskich (488-490) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (15, 16) **11.30** Świat według Kiepskich (353-356) **13.30** Farma (106) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (55) **15.55** Ninja Warrior Polska (26) **17.55** Świat według Kiepskich (494-495, 566-567) **20.00** Złomiarze (36) **21.00** ★★ Ryzykanci – film sensac. USA/Hongk. 1997, reż. Hark Tsui, wyk. Jean-Claude Van Damme **22.55** ★★★ Monster Hunter – film fantasy USA/Niemcy/Kanada/Jap./Chiny/RPA 2020, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich **1.05** Świat według Kiepskich (408, 409)

## TV 6

**6.00** Więzienie (156, 157) **6.55** Policjantki i policjanci (915, 916) **8.55** 48 h. Zaginieni (107-111) **13.55** Policjantki i policjanci (1303) **14.55** Uroczysko (252, 253) **16.00** Strażnik Teksasu (24-25, 19-20): Impas, część 1. i 2. / Żołnierze nienawiści / Powrót generała – serial sens. USA 1995/2000 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (99, 100): Rio / Basen śmierci – serial krym. USA 2006 **22.00** Mentalista (41): Czerwona woda – serial krym. USA 2010 **23.00** ★★ Boski żigolo w Europie – kom. obycz. USA 2005, reż. Mike Bigelow, wyk. Rob Schneider, Eddie Griffin, Til Schweiger **0.40** Kości (235, 236): Nadzieja mimo horroru / Mózg bota – serial krym. USA 2017 **2.40** Septagon (69, 70)

## TV 4

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu: Dzień oczyszczenia / Uniewinnienie **7.55** Bogaty dom – biedny dom (139) **8.55** Policjantki i policjanci (783-785) **11.55** Uroczysko (5, 6) **12.55** Trudne sprawy (907-909) **16.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (447, 498) **18.00** Policjantki i policjanci (1376, 1377) **20.00** Uroczysko (215, 216) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (160) **22.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1043) **23.10** ★★★ Glass – thriller USA/Chiny 2019, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bruce Willis, Sarah Paulson, Anya Taylor-Joy **1.55** Love Island. Wyspa miłości (13) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (10) **3.25** Lubię Disco! (312) **4.25** Top 10 lista przebojów (2977)

## Ale Kino+

**7.00** ★★★ Moje pieczone kurczaki – film obyczaj. Polska 2002 **8.25** ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **10.00** The Office PL (11, 12) **11.20** Detektyw Foyle (3): Lekcja zabijania **13.30** Van der Valk (3) **15.35** ★★★★ Stan gry – thriller USA-/W. Bryt./Fr. 2009 **18.05** Detektyw Foyle (4): Dzień Orła **20.10** ★★★★ Była sobie dziewczyna – film obyczaj. W. Bryt./USA 2009 **22.15** ★★★ Carte blanche – dramat Polska 2015 **0.35** ★★ Igrając z ogniem – thriller Fr./Belg. 2023 **2.20** Król (8)

## Kino Polska

**7.45** Polska Kronika Filmowa **7.55** Stawiam na Tolka Banana (3, 4) **9.30** Nibylandek **9.55** ★★★ Pieczone gołąbki – komedia Polska 1966 **11.55** ★★★ Ada! To nie wypada! – kom. Polska 1936 **13.55** ★★★★ Pan Wołodyjowski – film historyczny Polska 1969 **17.15** Pogranicze w ogniu (21, 22) **20.00** ★★★★ Miś – kom. Polska 1980, reż. Stanisław Bareja, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska **22.35** ★★★ 7 uczuć – komediodramat Polska 2018 **0.55** ★★★ Wyjazd integracyjny – kom. Polska 2011

## Polsat Film

**7.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **7.30** Poirot (3) **8.35** Przyjaciółki (149, 150) **10.30** Świat według Kiepskich (9-10, 207-208, 89, 50) **14.20** ★★ Dawid i elfy – kom. USA/Polska 2021 **16.30** ★★★ Jumanji: Przygoda w dżungli – film przygod. USA 2017 **18.50** ★★ Nie kłam, kochanie – kom. rom. Polska 2008 **21.00** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez **23.40** ★★★ Napad – dramat Polska 2024, reż. Michał Gazda, wyk. Olaf Lubaszenko

## Stopklatka

DVB T

**6.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **8.00** Robert Makłowicz **9.50** Vera (4) **12.00** MacGyver (1, 2) **14.00** Katastrofy w przestworzach **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.10** Aukcja w ciemno **20.00** ★★ Zaraz wracam – thriller USA/Kanada/Niemcy 2008, reż. Susan Montford, wyk. Kim Basinger, Lukas Haas **21.50** ★★★★ Seksmisja – kom. sf Polska 1984, reż. Juliusz Machulski, wyk. Olgierd Łukaszewicz, Jerzy Stuhr **0.30** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat woj. Polska 2014

## Canal+ Premium

**10.15** Arco – film anim. Fr./USA/W. Bryt. 2025 **11.45** ★★★★ Pan Tadeusz – film hist. Polska/Fr. 1999 **14.15** Balony **14.45** ★★★ Niemożliwe – film kat. USA/Hiszp./Tajland. 2012 **16.35** Hollywood Buzz **17.10** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przyg. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **19.00** The Office PL (7, 8) **20.00** ★★ Mężczyzna bez pamięci – film sens. USA/Meksyk 2022 **21.20** ★★★ Ekspedycja XD – kom. Polska 2026 **22.15** S.W.A.T. Exiles (5) **23.05** ★★★ Piła III – horror USA/Kan. 2006

## HBO

**10.45** ★★★ Karate Kid: Legendy – kom. USA/Kan. 2025 **12.20** Noc przed Świętami w Krainie Czarów – film animow. W. Bryt. 2024 **13.45** ★★★ Po prostu uwierz – film obyczaj. USA 2024 **15.30** Horton słyszy Ktosia! – film animow. USA/W. Bryt. 2008 **16.55** ★★★ Blue Moon – film biograf. USA/Irl. 2025 **18.35** ★★★ Królewskie święta – kom. rom. USA 2023 **20.00** ★★★★ Wielki Gatsby – dramat USA/Australia 2013 **22.20** Najlżejszy dotyk **23.20** ★★★ Oni cię zabiją – horror USA 2026

## Paramount

**6.00** ★★★★ Jeszcze pięć minut – film obyczaj. Kan./USA 2021 **7.35** Czarodziejki (21, 22) **9.20** Pingwiny z Madagaskaru **9.50** ★★★ Wielki Gatsby – dramat USA 1974 **13.00** Czarodziejki (1, 2) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** ★★★★ Oto święta – komediodr. W. Bryt. 2022 **18.00** Czarodziejki (3, 4) **20.00** ★★★ Tomb Raider – film przygod. W. Bryt./USA 2018 **22.30** ★★★★ American Psycho – horror USA/Kan. 2000 (s.27) **0.25** ★★★★ Grindhouse: Death Proof – thriller USA 2007

## Polsat 2

**6.30** Pielęgniarki **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny: Kto jest w ciąży? / To czego nie widać / Spalony dom **11.30** Trudne sprawy: Bigos z żurawiną **12.35** Więzienie **14.30** Świat według Kiepskich (76-80): Waldemar / Wizerunek / Wszystko dla ciebie / Zaczadzony umysł / Złote kierpce **17.00** Komisarz mama (6) **18.00** Dlaczego ja? **20.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025 **22.00** Bracia (9) **23.00** Ślad (72, 73): Działkowa historia / Wszyscy nienawidzą Grześka

## TVP Seriale

**7.35** Ojciec Mateusz (140) **8.35** Komisarz Alex (171) **9.25** Rodzinka.pl (209) **9.55** Klan (1555) **10.40** Ranczo (77) **11.25** Ojciec Mateusz (462) **12.25** Na sygnale (964) **13.00** Rodzinka.pl (297) **13.35** Ojciec Mateusz (45, 46) **15.35** Komisarz Alex (172) **16.25** Na sygnale (592, 593) **17.35** Ranczo (79, 80) **19.30** Ojciec Mateusz (47) **20.25** Komisarz Alex (332) **21.30** Ranczo (81, 82) **23.25** Ojciec Mateusz (48) **0.15** SOR (6, 7) **1.40** Ekstradycja (3, 4) **3.35** Wojenne dziewczyny (46) **4.20** Klan (1555)

## AXN

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) **7.30** Agenci NCIS (6, 7) **9.15** Castle (16, 17) **11.10** Detektyw Monk (9, 10) **13.10** Agenci NCIS (8, 9) **15.10** Zabójcza broń (12, 13) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7) **19.05** Castle (18, 19): Taniec ze śmiercią / 47 sekund **21.05** FBI: International (1, 2): Ulga / Nie wymawiaj jej imienia **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (6, 7): Dwójkowy atak / Upadłe anioły **0.45** Castle (18, 19) **2.40** FBI: International (1, 2) **4.25** FBI: Most Wanted (2)

## 13 Ulica

**6.40** Niewidomy detektyw (6) **8.30** Magnum: Detektyw z Hawajów (20) **9.30** Chicago P.D. (1) **10.25** Bez śladu (3, 4) **12.15** Kapitan Marleau (3) **14.15** Niewidomy detektyw (7) **16.15** Chicago P.D. (2, 3) **18.10** Bez śladu (5, 6) **20.00** Kapitan Marleau (4) – serial kryminal. Fr. 2020 **22.00** ★★★★ Zaginiona dziewczyna – thriller USA 2014, reż. David Fincher, wyk. Ben Affleck **1.00** Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar (4) **2.00** ★★★ Morderstwo w Sainte Baume – film krym. Francja 2022

## FX

**7.00** Kości (14, 15) **9.00** FBI (16) **9.55** Agenci NCIS (4) **10.55** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **13.45** Castle (15) **14.40** Lucyfer (18) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) **17.25** Z Archiwum X (8, 9) **19.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (10, 11) **21.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10) **22.00** Rywale (4) **23.10** Z Archiwum X (9) **0.15** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9) **1.20** CSI: Kryminalne zagadki Now. Jorku (11)

## Eurosport 1

**8.30** Biegi narci.: PŚ w Ruce **9.30** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **10.15** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **11.00** SailGP: Mubadala Abu Dhabi Sail Grand Prix **12.00** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **14.00** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **17.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **18.00** Narc. alp.: PŚ (k) w Killington **18.45** (L) Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek **20.30** (L) Snooker: Mistrz. W. Bryt. w Yorku **23.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **0.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: Mistrz. W. Bryt. **11.00** Biegi narc.: PŚ w Ruce **12.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **12.30** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **13.00** Skoki narc.: PŚ (m) w Ruce **15.00** Narc. alp.: PŚ (m) w Copper Mountain **16.00** Narciarstwo alp.: PŚ (k) w Killington **17.00** Biegi narc.: PŚ (m) w Ruce **17.45** Biegi narc.: PŚ (k) w Ruce **18.30** Jeździectwo: PŚ – Liga Zachodnioeuropejska w Madrycie **19.30** (L) Golf: PGA Tour – Hero World Challenge **22.30** Narc. alp.: PŚ (m) w Beaver Creek

## Polsat Sport 1

**6.00** Siatkówka: TAURON Liga **8.30** Siatkówka: TAURON Liga **11.00** Siatkówka: TAURON Liga **13.30** Siatkówka: TAURON Liga **16.00** Magazyn sportowy **17.00** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Energa Indykpol AZS Olsztyn – Ślepsk Malow Suwałki – tranmisja meczu **19.30** Studio **20.00** Relacja: Siatkówka: Losowanie fazy grupowej MŚ mężczyzn **21.00** Studio **22.00** Siatkówka: TAURON Liga – tranmisja **1.00** Siatkówka: TAURON Liga **3.00** Siatkówka: TAURON Liga

## TVP Sport

DVB T

**8.40** Piłka nożna: GKS Tychy – Chrobry Głogów **11.55** (L) Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **14.05** Reportaż **14.25** Piłka nożna: Polonia W-wa – Raków Częstochowa **16.30** Studio **16.55** (L) Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok **19.40** Ring TVP Sport **20.40** Piłka nożna: Eintracht Frankfurt – Borussia Dortmund **22.45** Sportowy wieczór **23.15** Piłka nożna: Górnik Łęczna – Wisła Płock **1.20** Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok

## Canal+ Sport

**8.20** Premier League Stories **9.00** Piłka nożna: FC Barcelona – Atlético Madryt **11.20** Piłka nożna: Śląsk Wrocław – GKS Katowice **13.45** Premier League Stories **14.30** Hola LaLiga! **15.40** Piłka nożna: Real Sociedad – Real Madryt **18.00** Ekstraklasa po godzinach **19.15** LaLiga Highlights Magazine **20.00** Premier League: The Big Interview **20.30** LaLiga Show **21.00** Jazda o złoto. Żużel na podsłuchu **23.15** Hola LaLiga! **0.20** MMA: Gala ONE Friday Fights 180 w Bangkoku

## Canal+ Sport 5

**8.15** Żużel: PGE Ekstraliga **11.10** Premier League Stories **11.45** Premier League Netbusters **12.30** Football Office **14.10** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków **16.30** LaLiga Highlights Magazine: 14. kolejka **17.15** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **20.00** Żużel: PGE Ekstraliga **22.45** Premier League: The Big Interview **23.25** LaLiga Show: Zapowiedź 15. kolejki **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Wisła Kraków – Motor Lublin **2.30** Ligomistrzowe historie

## Eleven Sports 1

**9.00** Piłka nożna: Como 1907 – Juventus FC **11.00** Bundesliga Clubs: Bayern Monachium; Borussia Dortmund; RB Lipsk **12.00** Piłka nożna: SL Benfica – FC Famalicão **14.00** Formuła 1: GP Kataru **16.00** Piłka nożna: AS Roma – AC Monza **18.00** Full Impact Serie A **18.40** Ligue 1 Show **19.10** Wywiad z Miroslavem Klose **19.25** Inside Serie A **20.00** Bundesliga Weekly **20.40** Formuła 1: GP Kataru **22.45** Ligue 1 Preview **23.20** Bundesliga Special Show **0.00** Podróż do świata calcio

## Polsat Sport 3

**6.00** Piłka ręczna: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach **8.30** Łyżwiarstwo fig.: ISU GP – NHK Trophy w Tokio **11.00** Magazyn **11.30** Piłka nożna: Como 1907 – US Cremonese **14.00** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **16.30** Siatkówka: Liga Mistrzyń CEV: Igor Gorgonzola Novara – KS Developres Rzeszów **19.55** (L) Koszykówka: Anwil Włocławek – WKS Śląsk Wrocław **22.30** Piłka ręczna: LM EHF: GOG Håndbold – Industria Kielce **1.00** MMA: Babilon MMA

## TVN 24

**10.00** Serwis informacyjny **10.25** Raport smogowy **10.30** Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **12.27** Raport smogowy **12.30** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.40** Czarno na białym **21.00** Polska i świat

## Polsat News

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

## TVP Info

DVB T

**10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Niebezpieczne związki **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Program inf.

## TVP 3

DVB T

**10.00** Złoty chłopak (295) **11.00** Gwiazdorska kuchnia Ani **11.35** Turystyczna jazda **11.50** Niezwykłe miejsca **12.00** Telekurier **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Z indeksem w ręku **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów

## TVP Rozrywka

**8.25** Familiada **9.00** Va banque **9.35** Koło fortuny **10.10** Makłowicz w podróży **10.50** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Pan Mama **15.35** Europa da się lubić – nowe pokolenie **16.35** Kabaretomaniacy **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Jaka to melodia? **20.25** Do śmiechu! **22.15** Malicki & Laskowik. The best of **22.50** Postaw na milion **0.40** Koło fortuny **1.55** Malicki & Laskowik. The best of **2.30** Kabaretomaniacy

## Planete+

**9.50** Polska z góry **10.20** Dokąd dzisiaj? **11.25** Motyle. Superbohaterowie przyrody **12.35** Niezwykłe podróże koleją **13.40** Podróż do wnętrza chmur **14.50** 360° – świat bez granic **15.50** Średniowieczne serce Czech **16.55** Zaginiona świątynia Artemidy **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Zaginiony lot MH370 **19.40** Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? **20.50** System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła **22.00** Jak oligarchowie korumpują Zachód **23.10** Jak wygrać z Ku Klux Klanem

## BBC Earth

**8.25** Najpiękniejsze trasy spacerowe **9.25** Mroźna planeta II **10.30** Życie na pustkowiu **11.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.30** Najpiękniejsze trasy spacerowe **13.30** Mroźna planeta II **14.35** W okowach mrozu **15.35** Życie na pustkowiu **16.35** Fenomeny współczesnego życia **17.45** Mroźna planeta II **18.50** Najpiękniejsze trasy spacerowe **19.45** Na krawędzi katastrofy **20.55** W okowach mrozu **22.55** Życie z PTSD **0.00** Chirurdzy: kwestia życia i śmierci

## Discovery Channel

**8.00** Brudne skarby **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Budowa na końcu świata **11.00** Złoto drwali **12.00** Celnicy na straży Szwecji **13.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **15.00** Złomowisko PL **16.00** Fani czterech kółek: w trasie **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Porty **19.00** Złomowisko PL (1) **20.00** W oku cyklonu **21.00** Gorączka złota **22.00** Łowcy opali **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

## TVN Turbo

**9.05** Fani czterech kółek **10.00** Raport Turbo **10.15** Samochód marzeń – kup i zrób **11.15** Wojny samochodowe **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Po raz trzeci. Sprzedane! **19.00** Ciężarówką przez Malezję **20.00** Co tu się odjechało? **20.30** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **21.00** Kupione, zrobione, sprzedane **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować

## TVN Style

**7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Jestem z Polski **12.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Ibis", Goszczanów / Restauracja „Esencja i smak", Pszów **15.35** Ugotowani **16.40** Ostre cięcie **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „James Bomba-lina", Białystok / Restauracja „Karuzela smaku", Warszawa / Restauracja „Zorba", Tychy **20.50** Zgłoś remont – spełniamy marzenia **21.50** Jestem z Polski **22.50** Hotel Paradise **23.45** Kochaj albo wróć **0.45** Do zobaczenia

## Romance TV

**8.40** Górscy ratownicy (137) **9.30** Statek marzeń **11.25** ★★★★ Lato w Amsterdamie – film obyczaj. Niemcy 2014 **13.20** Kryminał z Bolzano **15.15** ★★ Lato we Włoszech – romans Niemcy 2024 **17.05** Górski lekarz (5, 6) **19.00** Górscy ratownicy (138): Za wszelką cenę – część 2. **20.00** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005 **21.50** Dr Nice: Złamane serca **23.45** Górscy ratownicy (138) **0.45** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005

## TVN Fabuła

**5.05** Szkoła (68) **6.00** Seriaale **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.45** Julia (102, 103) **7.45** Detektywi **9.50** Młode gliny **10.55** Magda M. (4) **11.55** Prawo Agaty (2, 3) **13.55** Młode gliny **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (196, 197) **17.10** Grażyna Torbicka zaprasza **17.55** ★★★ Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszp. 2012 **20.00** ★★★★ Diuna – film sf USA/Kan. 2021 **23.15** ★★★ Odważna – dramat USA/Australia 2007 **1.45** ★★★ Jak boss – kom. USA 2020 **3.20** Alfabet filmowy

## AMC

**6.00** ★★★ Ukochana z sąsiedztwa – kom. USA 2006 **7.50** ★★ Tajemnica Stonehenge – film sf Kan. 2010 **9.45** ★★★ Supergliny z Miami – kom. Wł. 1985 **11.45** ★★ Supernowa (1) – film sf USA/RPA 2005 **15.25** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. krym. USA 1989 **17.35** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **20.15** ★★★ Aligator – Lake Placid – horror USA 1999 **22.00** ★★★ Potrójne zagrożenie – film sens. Tajland./USA 2019 **0.00** ★★★ Ong Bak 3 – film sens. Tajland. 2010

## BBC First

**7.00** Co ludzie powiedzą? (7) **8.25** Zagadki doktora Blake'a (8) **9.40** Z pamiętnika położnej (5) **10.40** Ojciec Brown (6, 7) **12.40** London Kills (2) **13.40** Tajemnice Majorki (3) **14.30** Morderstwa w Midsomer (3) **15.20** Detektyw z Chelsea (3) **16.15** Tajemnice Brokenwood (3) **18.00** Morderstwa w Midsomer (6) **19.55** Śmierć pod palmami (8) **21.00** Na niebieskich światłach (5, 6) **23.10** Zaginiona (3) **0.15** Koroner (10) **1.10** Śmierć pod palmami (8) **2.10** Tajemnice Brokenwood (3)

## TTV

DVB T

**8.00** DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do ukrycia **15.35** Gogglebox. Przed telewizorem **16.45** Express **17.03** Raport smogowy **17.05** Sport **17.10** Nauka jazdy **17.40** Idź na całość **18.40** Żony Podlasia **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Życie na kredycie **23.00** Damy i wieśniaczki. PL **0.00** Detektywi **2.00** Dobra robota **2.35** 11 września: dni, które wstrząsnęły światem

## Fokus TV

DVB T

**6.05** 48 h. Zaginieni (66) **7.00** Był sobie człowiek **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **11.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Poszukiwacze historii: Zakazane pole: Tajemniczy sygnał w Wiązownicy **13.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy: wojna z Ameryką: Etos wojownika / Japońska wyspa śmierci **15.00** Przygody poszukiwaczy złota **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Poszukiwacze historii **23.00** Zakochana w Hitlerze **0.00** Starożytni kosmici

## National Geographic

**9.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **11.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **12.00** UFO: przełomowe śledztwa **12.55** Starożytne konstrukcje **14.55** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **15.55** Najdziwniejsze przedmioty **16.55** Ukryte pod miastami **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **19.00** Normandia '44: inwazja **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Morskie megamaszyny **22.00** Makro inżynieria **23.05** Największe katastrofy budowlane

## Nat Geo Wild

**10.00** Rodzinny biznes doktora Pola **11.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Atakrekina: dochodzenie **13.00** Wspaniałe Filipiny **14.00** Afrykańska rzeka widmo **15.00** Królestwo krokodyli: Grumeti i Mara **16.00** Dzikie szlaki Europy **17.00** Pieśń lasu deszczowego **18.00** Olśniewająca Ameryka **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Szczęśliwe szczeniaki / Halloweenowe przygody / Megaszczeniaki / Dzień jak co dzień / Zagadki medyczne **2.00** Wspaniałe Filipiny

## Metro

**6.20** Detektywi. Na zlecenie (25, 26) **7.40** Szpital (337-339) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (568, 569) **12.40** Szkoła (702) **13.40** Fachowcy **14.25** Brzydula (225, 226) **15.35** Druga szansa (2) **16.45** The Floor **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (17, 18) **21.05** Kryminalni (8, 9): Śmierć za śmierć / Gdzie jest Maciek? **23.15** Kuba Wojewódzki **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet: Dziewięć lat w cieniu **1.20** Szpital (984) **2.20** Szkoła (709) **3.15** Nowa Maja w ogrodzie

## TVP Historia

DVB T

**8.20** Było, nie minęło... **9.25** Encyklopedia II wojny światowej **9.55** Polskie 100 lat **10.25** Wszystkie kolory świata **11.30** Ex libris **11.55** Świat w filiżance herbaty **12.50** Nieznana wojna na Północy **14.10** Zmiennicy (7) **15.15** Sensacje XX w. **17.20** Czas honoru (4) **18.30** Gdańsk 1939 **19.30** Flesz historii **20.00** Pitbull (11) **20.50** Zbrodnie sprzed lat **21.40** To był lipiec 1945 **22.40** Sensacje XX w. **0.30** Encyklopedia II wojny światowej **1.00** Pitbull (11) **1.50** Czas honoru (4)

## TVP Dokument

DVB T

**11.10** Świątynie świata **12.10** Saga prastarej puszczy **13.10** Jak pieniądz kształtował świat **14.15** W krainie pszczoły miodnej **15.15** Wielka naturalna bariera **16.20** Ssaki. Życie przed dinozaurami **17.20** Świątynie świata **18.20** Tatarzy polscy (3) **19.15** Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz (s.27) **20.10** Jak pieniądz kształtował świat **21.15** Potoki, jeziora i wodospady Vorarlbergu **22.15** Kobieta w Kabulu **23.15** Niebezpieczne drogi **0.15** Sekrety dzikich kwiatów

## Zoom TV

**6.15** MacGyver (15, 16) **8.15** Strażnik Teksasu (14, 15) **10.05** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **12.25** FBI (8, 9): W niebezpieczeństwie / Skok w ogień **14.30** Bitwa o palety **15.35** Wojny magazynowe: Kanada **16.55** Sensacje XX w. **19.00** Kobra – oddział specjalny (2, 3): Bez litości / Odlot **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (4, 5): Korporacyjni wojownicy / Taniec z rybami **23.05** Magia nagości. Czechy i Słowacja **0.25** Magia nagości. Polska **1.30** Magia nagości. Norwegia

## TLC

**8.00** Siostry wielkiej wagi **10.00** Wiza na miłość: na odwrót **12.00** Przyjaźń wielkiej wagi **14.00** Cztery żony i mąż **15.00** Mali ludzie, wielka rodzina **16.00** Siostry wielkiej wagi **17.00** Salon sukien ślubnych **18.00** Wiza na miłość: na odwrót **20.00** Wspólne życie XXL **21.00** Jak zostać amiszem **22.00** Siostry wielkiej wagi **23.00** Dr Pryszczylla: Balony pod oczami **0.00** Moje koszmarne stopy: Gotowi na lato **1.00** Wspólne życie XXL **2.00** Jak zostać amiszem **3.00** Siostry wielkiej wagi

## Nowa TV

DVB T

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Wielkie wycieczkowce **8.30** Więzienie **10.00** Ojciec Brown (43, 44) **12.00** Śmierć pod palmami (44, 45) **14.00** Świat według Kiepskich (519, 520) **15.00** Świat według Bundych (63-68) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (1) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (115) **22.00** Ślad (64-65, 109) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Daleko od noszy (35, 36)

## WP

DVB T

**8.00** Pogoda **8.05** Policjanci z sąsiedztwa **9.05** Pogoda **9.10** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Strażacy z sąsiedztwa **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Komisarz Cassandre: zbrodnie w Alpach (2) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj **16.50** Pogoda **17.00** Inspektor Vera (2) **19.00** Makłowicz w podróży **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Perypetie małżeńskie z Mistrzami Kabaretu **23.00** Mistrzowie kabaretu: Paranienormalni / Jurki

## Anioły i demony

*Ekranizacja bestsellerowej powieści Dana Browna - kontynuacji Kodu da Vinci*

POLSAT 21:50 ★★★

Robert Langdon, wykładowca na Harvardzie, zostaje wezwany do położonego koło Genewy centrum badań jądrowych. Jego zadaniem jest zidentyfikowanie zagadkowego wzoru wypalonego na ciele zamordowanego fizyka. Langdon ze zdumieniem stwierdza, że jest to symbol bractwa Iluminatów – potężnej, lecz nieistniejącej od czterystu lat organizacji walczącej z Kościołem. Jak się okazuje, Iluminaci przetrwali w ukryciu do czasów współczesnych i planują vendettę.




**Thriller USA/Włochy 2009, reż. Ron Howard, występują: Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgård**

## American Psycho

*Traci kontrolę nad chorymi skłonnościami, ale dzięki temu jego życie nabiera sensu*

PARAMOUNT 22:30 ★★★★

Patrick Bateman sprawia wrażenie człowieka, który osiągnął wszystko. Jego ubiór i styl życia dopracowane są w najdrobniejszych szczegółach. Ale prowadzący śledztwo w sprawie o zabójstwo detektyw Donald Kimball podejrzewa, że Patrick jest seryjnym mordercą.




## Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz

*Dokumentował świat muzyków, głównie jazzowych i rockandrollowych*

TVP DOKUMENT 19:15

Autorzy przypominają największe sukcesy Marka Karewicza jako fotografika i autora okładek płytowych. W dokumencie znalazły się rozmowy z muzykami, menedżerami branży muzycznej, artystami i dziennikarzami.




TELEMAGAZYN

**Redakcja:** Magdalena Dańda-Pyzik, Ingrid Hintz-Nowosad **Dyrektor artystyczny:** Tomasz Bocheński **Grafik i fotoedytor:** Jacek Mosiński **Foto:** Sylwia Dąbrowa **Wydawca:** Polska Press Sp. z o.o. **Redakcja:** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 451 172 430, telemagazyn@polskapress.pl **Reklama:** Luiza Zimna, tel. +48 514 800 822, luiza.zimna@polskapress.pl

**Menedżer produktu:** Izabela Marciniak, tel. 502 499 380, izabela.marciniak@polskapress.pl **Druk:** Eurodruk Poznań; **Serwis tv i foto:** media-press.tv **Reklama:** strony 7, 9, 13, 28 **Zdjęcie na okładce:** Materiały prasowe

**Telefony dla widzów:** **TVP** 22 547 44 50; **Polsat** 22 514 52 50; **TVN** 22 856 61 61

## SERIALE

### Pierwsza miłość

POLSAT 18:00



Zaniepokojony Maurycy dociera na Podlasie i dowiaduje się od roztrzęsionego Zdzicha o nagłym porodzie Lucynki i o tym, że pogotowie nie zdążyło dotrzeć na czas. Szymon wbrew zaleceniom lekarza postanawia zabrać żonę w daleką podróż kamperem. Gdy Paweł dowiaduje się, że Artur stracił mieszkanie, robi mu awanturę, ale też rozwiązuje problem. Obaj z córkami trafiają pod jeden dach. Ich pierwszy wspólny wieczór psuje jednak wiadomość od Emanuela.

### Barwy szczęścia

TVP 2 20:05



Bruno uświadamia Karolinie, że nie zgodził się na jej powrót do hotelu, co na nowo zaognia ich małżeński spór. Tymczasem Kasia drży o Ksawerego, który spędza czas w mieście z ryzykownym towarzystwem. Rawiczowa donosi uwięzionemu Cezaremu, że Natalia jest sama, podczas gdy mecenas Zwoleńska wskazuje Majakowi kryjówkę noża użytego do ataku na Michała i prosi o pomoc Marcina.

### Na Wspólnej

TVN 20:15



Elena ma jutro wstępną rozprawę o opiekę nad synkiem. Wydaje się to bagatelizować. Włodek zwraca jej uwagę, żeby skupiła się tylko na tym i odpuściła przygotowania do otwarcia baru. Dorota przekonuje Elenę, że potrzebny jej adwokat, ale Kurkowej nie stać na pomoc prawną... Jest w szoku, kiedy pojawia się... Darek Żbik!



eprasa.pl 820f131346

REKLAMA

# WIELKI JUBILEUSZ 150-LECIA OBJAWIEŃ MARYI W POLSCE.

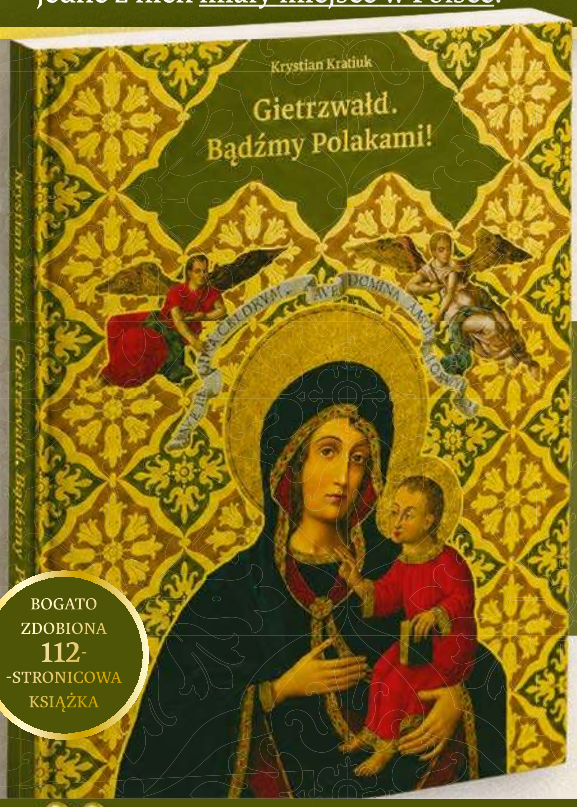
**Znasz ich treść?**



150. ROCZNICA OBJAWIEŃ GIETRZWAŁD 1877 – 2027

**Czy wiesz, że...**

- w całej historii Kościoła tylko kilkanaście objawień Maryjnych zostało oficjalnie uznanych przez Stolicę Apostolską;
- jedne z nich miały miejsce w Polsce!




BOGATO ZDOBIONA 112-STRONICOWA KSIĄŻKA

W 1877 roku w Gietrzwałdzie, niepozornej wsi na Warmii, dwójce dzieci ukazała się Matka Boża siedząca na polskim tronie. Objawiła się jako Królowa kraju, który był wówczas pozbawiony nie tylko władcy, ale i własnej państwowości czy granic. Maryja wezwała Polaków do nawrócenia, koniecznego aby Jej królestwo na ziemi mogło odrodzić się i wzrastać w chwale.

Czy Polacy spełnili prośby Matki Zbawiciela? **Odpowiedź znajdziesz w wyjątkowej książce…**

**Każdy Polak powinien znać te objawienia! Poznaj je i Ty! TERAZ!**

Książka pt. *Gietrzwałd. Bądźmy Polakami!* zawiera wszystko, co każdy katolik powinien wiedzieć o objawieniach w Gietrzwałdzie:

- kontekst historyczny, w jakim doszło do objawień;
- dokładną treść przesłania Matki Bożej do narodu polskiego;
- rolę Gietrzwałdu w całej historii objawień Maryjnych;
- historię obrania Matki Bożej na Królową Polski.



Autor publikacji, **Krystian Kratiuk**, jest redaktorem naczelnym portalu PCh24.pl, zajmującego się sprawami wiary i Kościoła. Tematykę objawień w Gietrzwałdzie zgłębiał przez wiele lat. Ta książka jest zwieńczeniem jego pracy.

**Wartość książki to jedyne 12 zł. Odbierz teraz, a otrzymasz w prezencie:**



**Poświęcony różaniec** wydany z okazji **150. rocznicy objawień w Gietrzwałdzie.**



**Kartę Zawierzenia**, dzięki której możesz przesłać swoje podziękowania i prośby do Gietrzwałdzkiej Pani!



**Poświęcony** przez kapłana duży, piękny obrazek z wizerunkiem Matki Bożej Gietrzwałdzkiej.

**Zatem nie zwlekaj i…**

## JUŻ DZIŚ SIĘGNIJ PO KSIĄŻKĘ *GIETRZWAŁD. BĄDŹMY POLAKAMI!*

zadzwoń:
**12 444 78 88**
i podaj kod:
**01 00 07**

lub

wyślij SMS
o treści **1 00 07** pod nr:
**661 007 676**
(koszt zwykłego SMS-a)

lub

zeskanuj kod QR lub odbierz książkę na **Gietrzwald.org**

eprasa.pl 820f131346