Następny numer Dziennika Wschodniego ukaże się w **piątek 23 stycznia**
40 stron idealnych na weekend i cały tydzień!

PIĄTEK-CZWARTEK
16-22 STYCZNIA 2026

Cena 5,90 zł
(w tym 8% VAT)

Rok XXXII Nr 3 (7935)
ISSN 2353-6926
NR INDEKSU 348325

Redaguje: **Zespół**

MAGAZYN
dziennik WSCHODNI

www.**dziennikwschodni**.pl

Czy Lublin jest dziurą i smutnym miastem?

Kuba Wojewódzki w swoim podcaście na Onecie powiedział, że Lublin jest „dość smutnym miastem". Czy miał rację i naprawdę mieszkamy na końcu wielkiego świata, w pozbawionej perspektyw dziurze, w zaścianku Polski B?

Jan Mazurek

Piętnaście lat temu **Krzysztof Zalewski** wystąpił w „Szansie na sukces". Już nie wyglądał jak młody **Eddie Vedder**, na którego stylizował się w „Idolu", ale jeszcze nie był sławny.

- Skąd przyjechałeś? – spytał go prowadzący **Wojciech Mann**.

Zalewski się zawahał.

- Przyjechałem z Trójmiasta. Ale pochodzę z w Wrocławia. W sensie, że tam mieszkam – odpowiedział.

I wyczarował doskonałe, nasycone bólem wykonanie piosenki „Nie pytaj o Polskę" Ciechowskiego. Potem mainstreamową publiczność kupił Męskim Graniem i popłynął w stronę dużej solowej kariery. Ale do tej pory pamiętam głosy, które pojawiły się w mieście po jego niecałych pięciu minutach w „Szansie na sukces". Mówiono, że wstydził się powiedzieć: „Pochodzę z Lublina".

Zalewski nie kłamał. Nigdy nie ukrywał, że urodził się w Lublinie. Śpiewać zaczął jako uczeń I Liceum Ogólnokształcącym im. Stanisława Staszica. Grał też na gitarze w lubelskim zespole Loch Ness. Polska jednak pierwszy raz usłyszała o nim, kiedy wygrał „Idola" i pod pseudonimem Zalef pisał debiutancką płytę „Pistolet". Nie w Lublinie, a we Wrocławiu, z którego wraz ze wzrostem rozpoznawalności przeprowadził się do Warszawy.



Bracia Kacperczyk, popularny duet muzyczny z Lublina
FOT. FACEBOOK

Tam też mieszkają **bracia Kacperczykowie**, których niedawno w swoim podcaście **Wojewódzki&Kedzierski** gościł **Kuba Wojewódzki**. **Maciej** i **Paweł** tworzą duet muzyczny, znany chociażby z okrytych platyną płyt „Kryzys wieku wczesnego" czy „Pokolenie końca świata", wywodzą się z Lublina, również są absolwentami Staszica.

Pod koniec rozmowy Wojewódzki, jeden z najpopularniejszych polskich gwiazdorów telewizyjnych, zacytował fragment ich utworu „Brejdaki": „Wychowani w mieście Palikota, jego zimnej wódki/Polska B, nie A, kraina Bajmu i Suflera Budki".

● DOKOŃCZENIE NA STR. 6-7



Wiceprezydent Lublina przesłuchiwana przez CBA! Ma wsparcie prezydenta Żuka

Paweł Puzio, Ismena Cieśla, Jan Mazurek

Beata Stepaniuk-Kuśmierzak, wiceprezydent Lublina ds. Kultury, Sportu i Partycypacji, została zatrzymana i przesłuchana przez funkcjonariuszy Centralnego Biura Antykorupcyjnego. Prokuratur przedstawił jej zarzuty przekroczenia uprawnień i wywierania bezprawnego wpływu na postępowanie dotyczące organizacji „Strefy Kibica Euro 2024".

Jako pierwsi poinformowaliśmy, że Stepaniuk-Kuśmierzak w środę 14 stycznia rano została zatrzymana i przesłuchana przez agentów CBA na polecenie Prokuratury Krajowej Lubelskiego Wydziału Zamiejscowego Departamentu ds. Przestępczości Zorganizowanej i Korupcji.

● DOKOŃCZENIE NA STR. 2



FOT. KATARZYNA NAKONIECZNA

Ślub ważny za granicą, nieważny w Polsce

Alicja i Jolanta Sienkiewicz-Prochowicz zawarły małżeństwo na Maderze w 2023 roku, jednak w Polsce ich związek nie ma żadnej mocy prawnej. Po odmowie transkrypcji aktu małżeństwa przez Urząd Stanu Cywilnego i wojewodę lubelskiego sprawa trafiła do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Lublinie.

Co Alicja i Jolanta chciałyby powiedzieć politykom? – Prawa człowieka to nie jest tort. Jeśli ktoś dostanie kawałek, innym go nie zabraknie. My nie chcemy nikomu nic zabierać. Chcemy, by państwo zauważyło naszą rodzinę.

STRONTY 4-5



FOT. PLUSLIGA

Gorące dni siatkarzy Bogdanki

Poprzedni tydzień zakończyli sukcesem, zdobywając pierwszy w klubowej historii Puchar Polski. Po powrocie na ligowe parkiety niespodziewanie ulegli w derbach rywalom z Chełma. Już w sobotę staną naprzeciw Skry w Bełchatowie. O wydarzeniach pod siatką piszemy na…

STRONY 26-27

eprasa.pl 8c024284d4

NASZ KOMENTARZ

Dobrą reputację buduje się latami, a traci w jeden dzień

Trzeba dokonać wielu dobrych czynów, aby zbudować dobrą reputację, ale wystarczy jeden zły, aby ją stracić – mówił **Beniamin Franklin**. I miał rację. Miejski Urząd Pracy w Lublinie swoją reputację budował przez lata. Wystarczyło dziesięć minut, żeby ją - jeśli nie stracić - to na pewno znacząco nadszarpnąć, a na pewno wywołać spory niesmak. Bo urząd, który ma w nazwie słowo „praca" na prawie pracy powinien znać się, jak żaden inny.

19 listopada 2025 roku. Do gabinetu dyrektor Miejskiego Urzędu Pracy w Lublinie zostaje wezwana urzędniczka z 24-letnim stażem pracy, **Magdalena Zbysław**. Dyrektor **Katarzyna Kępa** stawia jej zarzuty przetwarzania danych osobowych w zakresie przekraczającym nadane uprawnienia i informuje ją o zwolnieniu z pracy. Zbysław chce wyjść z gabinetu pani dyrektor, mówi, że źle się czuje, dochodzi do przepychanek słownych, pani dyrektor staje w drzwiach. Kiedy w końcu urzędniczce udaje się opuścić gabinet na korytarzu dochodzi do szamotaniny z jej bezpośrednią przełożoną, która usiłuje zatrzymać Zbysław, żąda powrotu do gabinetu i podpisania dokumentów. Wszystko dzieje się na oczach urzędników i interesantów, ludzie przyglądają się szamotaninie, to godziny największego ruchu w urzędzie.

Sprawa trafia na policję, do prokuratury, do sądu pracy i do Rady Miasta. Opisuje ją szczegółowo nasz reporter Jan Mazurek. Internet się gotuje, komentatorzy nie szczędzą mocnych słów obu paniom; pracownicy i dyrektorce. Spekulacjom i domysłom nie ma końca. Jak bumerang wraca temat mobbingu w urzędzie, padają też pytania o poważne zarzuty wobec pracownicy. Słowa skandal i afera padają naprzemiennie, a niektórzy ironizują, jak to „dwie panie wzięły się za łby".

Nie naszą rolą jest wchodzenie w kwestie słuszności zarzutów i podstaw wypowiedzenia. Ale pojawia się pytanie: Jakie standardy obowiązują w Miejskim Urzędzie Pracy w Lublinie? Czy w instytucji, która zajmuje się rynkiem pracy i zatrudnia specjalistów od pracy, prawo pracy i prawa pracowników są właściwie rozumiane i przestrzegane?

Sytuacja wydaje się dość przejrzysta. Szefowa urzędu stawia zarzuty pracownicy. Zarzuty są poważne, skutkują służbowymi konsekwencjami. Zatem, zgodnie z prawem pracy i wewnętrznymi regulacjami wręcza pracownicy wypowiedzenie. Jeśli ta, z różnych powodów – może być w szoku, może źle się poczuć, może nie rozumieć sytuacji – tego wypowiedzenia nie przyjmuje, istnieją procedury, by takie wypowiedzenie stało się skuteczne. Wystarczy sporządzenie notatki przy świadku. To standardowy tryb, z którego pracodawcy korzystają, trudno mi więc uwierzyć, że nieznany w Miejskim Urzędzie Pracy w Lublinie. Wystarczyła jedna notatka, by sprawę na tym etapie zakończyć. Bez krzyków, osobistych docinków, publicznej szamotaniny. Jak wiele podobnych spraw, w wielu innych miejscach pracy, ta sprawa mogła dalej toczyć się urzędowym torem bez jej upubliczniania i – co tu dużo mówić – ośmieszania miejskiej instytucji.

Po co zatem było to wszystko? Komuś puściły nerwy, zabrakło wyczucia? Dyrektor Katarzyna Kępa zapewnia w oficjalnym piśmie, że wszystko odbyło się zgodnie z prawem pracy i poszanowaniem praw i godności pracownika. Ale nie chce rozmawiać z autorem artykułu. Szkoda, bo to już nie o jej reputację chodzi, ale o reputację Miejskiego Urzędu Pracy, którym kieruje. A tę buduje się wiele lat. Traci znacznie szybciej, czasem wystarczy jeden dzień.



Magdalena Bożko-Miedzwiecka – dziennikarka, rzeczniczka prasowa. Publikowała w Dzienniku Wschodnim, Newsweeku, Newsweeku Historii, Rzeczpospolitej, Twórczości, Akcencie, Karcie. Laureatka dziennikarskich nagród, m.in. Ostrego Pióra Business Centre Club, nagród w konkursie prasowym Mediów Regionalnych im. Jana Stepka za reportaże historyczne i społeczne, nagród SalusPublica Głównego Inspektora Pracy, nagrody im. Bolesława Prusa Związku Literackich Polskich.

Wiceprezydent Lublina przesłuchiwana przez CBA!

Dokończenie ze str. 1

- Potwierdzam, że służby przeprowadziły czynności dotyczące postępowań realizowanych przez Wydział Sportu – przekazała nam **Justyna Góźdź**, rzecznik prasowy prezydenta Lublina.

Ratusz wydał oświadczenie, w którym zakomunikował, że „urząd pozostaje do dyspozycji organów i w pełni z nimi współpracuje, przekazując wszelkie wymagane dokumenty i informacje". Jednocześnie – podkreślał magistrat Lublina – „bez zakłóceń przebiega realizacja bieżących zadań w Wydziale Sportu", który znalazł się na celowniku Centralnego Biura Antykorupcyjnego.

Prokurator Krajowa i CBA podały do wiadomości, że w sprawie obejmującej okres od 22 kwietnia 2024 roku do dnia 12 lipca 2024 roku zatrzymano siedem osób – wiceprezydent, dyrektor i kierownik jednego z wydziałów urzędu miasta, a także czterech przedsiębiorców prowadzących działalność gospodarczą w branży eventowej.

Prokuratur przedstawił trójce lubelskich urzędników, w tym Stepaniuk-Kuśmierzak, zarzuty przekroczenia uprawnień i wywierania bezprawnego wpływu na postępowanie dotyczące organizacji „Strefy Kibica Euro 2024".

- Z dokonanych ustaleń wynika, iż podejrzani mieli ustalać tryb oraz wartość zamówienia, a także kierować zapytania ofertowe do wcześniej wskazanych podmiotów, co skutkowało wyborem z góry określonego wykonawcy. Zastępcy Prezydenta Miasta zarzucono ponadto przyjęcie korzyści majątkowej w postaci biletów typu VIP – pisze **Katarzyna Calów-Jaszewska** z Prokuratury Krajowej.

Podejrzanym o popełnienie przestępstwa przedsiębiorcom przedstawiono zaś zarzuty dotyczące ingerowania w procedury udzielania zamówień publicznych, polegające na zmowach ofertowych i pozorowaniu konkurencji.

- Przedsiębiorcy mieli również dopuścić się bezprawnego wywierania wpływu na urzędników samorządowych oraz wręczania i obiecywania wręczenia korzyści majątkowych – doprecyzowuje CBA.

Wobec wiceprezydent Beaty Stepaniuk-Kuśmierzak i jednego z urzędników, zastosowano poręczenie majątkowe, dozór policji i zawieszenie w czynnościach służbowych. W przypadku reszty śledczy pozostali przy dwóch pierwszych środkach zapobiegawczych. Tylko jeden z podejrzanych biznesmenów otrzymał zakaz opuszczenia terytorium Polski.

PAWEŁ PUZIO, ISMENA CIEŚLA, JAN MAZUREK



PREZYDENT KRZYSZTOF ŻUK:

Jest moją zastępczynią od 2019 roku. W swojej pracy zawsze na pierwszym miejscu stawia miasto, najważniejsi są dla niej mieszkańcy, a w szczególności młodzież, ludzie sportu i kultury, organizacje pozarządowe i środowiska działające na rzecz dobra naszej wspólnoty. Znam ją z ogromnego oddania i zaangażowania oraz serca, jakie wkłada w każdy realizowany projekt. Ma moje całkowite zaufanie i jestem w pełni przekonany o jej uczciwości. Ściśle współpracujemy ze służbami prowadzącymi postępowanie i robimy wszystko, by jak najszybciej wyjaśnić wszelkie wątpliwości. Wierzę, że prawda zwycięży.

KIM JEST PRZESŁUCHIWANA WICEPREZYDENT LUBLINA?

Beata S.-K. urodziła się w 1988 roku. Ukończyła Wydział Prawa, Prawa Kanonicznego i Administracji na KUL i MBA na Politechnice Lubelskiej. Pracuje nad doktoratem, doświadczenie zawodowe zdobywała jako wykładowca i w kancelariach prawnych, była radną Lublina w VI i VII kadencji, przewodniczyła Komisji Sportu, Turystyki i Wypoczynku. Od stycznia 2019 roku pełni funkcję zastępczyni prezydenta do spraw Kultury, Sportu i Partycypacji.

Na Instagramie pisze o sobie, że jest „mamą, żoną i kobietą pracującą". Po wyborach w 2024 roku, w czasie których sprawdziła się jako skuteczna szefowa sztabu Krzysztofa Żuka, na bilbordach zwracała się do mieszkańców Lubelszczyzny: „Dziękuję za państwa zaufanie! Nie zawiodę!".

Jako jeden z jej największych dotychczasowych sukcesów powszechnie uznaje się przyznanie Lublinowi tytułu Europejskiej Stolicy Kultury 2029. W imieniu prezydenta Żuka prowadzi działania w zakresie zarządzania i współpracy z gminnymi placówkami upowszechniania kultury, terenami rekreacyjnymi i komunalnymi urządzeniami sportowymi, organizacjami pozarządowymi. Podległe są jej chociażby Galeria Labirynt, Centrum Kultury, Teatr Stary czy Teatr im. H. Ch. Andersen.

Po przesłuchaniu S.-K. przez CBA komunikaty na Facebooku wydały CK, Dzielnicowe Domy Kultury Węglin i Czuby Południowe, Ośrodek Międzykulturowych Inicjatyw Twórczych Rozdroża, Zespół Pieśni i Tańca Lublin im. Wandy Kaniorowej – Folk Dance Ensemble i Miejska Biblioteka Publiczna im. H. Łopacińskiego: „Szanowna Pani Prezydent, my, reprezentanci miejskich instytucji kultury, wspieramy Panią z pełnym zaufaniem".

Z jej oświadczenia majątkowego za 2024 roku wynika, że posiada oszczędności w wysokości 40 tysięcy złotych, dom o powierzchni całkowitej 260 metrów kwadratowych i mieszkanie o powierzchni całkowitej 67 metrów kwadratowych. Z tytułu pracy w ratuszu w zeszłym roku zarobiła 273 tysiące złotych brutto.

dziennik WSCHODNI
www.dziennikwschodni.pl
WYDAWCA: Corner Media Sp. z o.o.
Prezes zarządu Anna Sztal

Siedziba redakcji: Krakowskie Przedmieście 55, 20-076 Lublin. Sekretariat: tel. 81 46 26 800, fax 81 46 26 801, e-mail: redakcja@dziennikwschodni.pl
Redaktor naczelny: Paweł Puzio

Zastępca redaktora naczelnego: Radosław Szczęch
Sekretarz redakcji: Mariusz Giezek

Redakcja: Ismena Cieśla, Waldemar Sulisz, Magdalena Bożko, Kamil Pomorski, Katarzyna Nakonieczna, Jan Mazurek, Adrian Mańko

Sport: Łukasz Gładysiewicz (kierownik), Jarosław Czępiński, Kamil Kozioł, Bartek Surman

Skład: Zbigniew Goljanek

Ogłoszenia i nekrologi: 81 46 26 820, 697 770 393, e-mail: jakuszewska@dziennikwschodni.pl, oferta@dziennikwschodni.pl
Krakowskie Przedmieście 55, 20-076 Lublin

Druk: Drukarnia w Białymstoku Ignatki, ul. Przemysłowa 26 16-001 Kleosin POLSKA PRESS GRUPA
„Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i reklam opublikowanych zgodnie z art. 36 Prawa Prasowego".

Na podstawie art. 25 ust. 1 pkt 1 b ustawy z dnia 4 lutego 1994 r. o prawie autorskim i prawach pokrewnych Corner Media Sp. z o.o. zastrzega, że dalsze rozpowszechnianie materiałów opublikowanych w Dzienniku Wschodnim jest zabronione bez zgody Wydawcy.

eprasa.pl 8c024284d4

Mężczyzna zginął w płomieniach

W niedzielny wieczór w powiecie bialskim doszło do tragicznego pożaru. W zgliszczach znaleziono ciało mężczyzny. Strażacy zgłoszenie otrzymali po godzinie 19. W miejscowości Piszczac Drugi doszło do pożaru budynku. Gdy strażacy dojechali na miejsce cały objęty był ogniem. - Do akcji zadysponowano łącznie 8 zastępów i 33 strażaków PSP oraz OSP. W działaniach wzięły udział również pogotowie energetyczne oraz ZRM, łącznie 15 pojazdów i 48 osób - informuje KM PSP Biała Podlaska.

W trakcie prowadzenia działań gaśniczych strażacy znaleźli ciało mężczyzny. Akcja trwała 5 godzin w trudnych, mroźnych (-12°C) warunkach. Lekarz obecny na miejscu potwierdził zgon mężczyzny. Po ugaszeniu ognia policja przystąpiła do czynności wyjaśniających. Wstępne ustalenia wskazują, że przyczyną pożaru było zaprószenie ognia. OPRAC. IC

Pożar w tartaku w Krupem

Do groźnego pożaru doszło w nocy z 11 na 12 stycznia na terenie tartaku w miejscowości Krupe. Jako pierwsi na miejscu pojawili się policjanci, którzy wracali do domów po zakończonej służbie. Ich szybka i zdecydowana reakcja zapobiegła rozprzestrzenieniu się ognia na pobliskie zabudowania. Funkcjonariusze, zauważywszy pożar, natychmiast zatrzymali się i sprawdzili, czy w rejonie objętym ogniem nie znajdują się osoby wymagające pomocy. Następnie niezwłocznie powiadomili służby ratunkowe. Na miejsce skierowano zastępy straży pożarnej, które przystąpiły do akcji gaśniczej. Dzięki sprawnemu działaniu policjantów i strażaków ogień został opanowany, zanim zdążył przenieść się na sąsiednie obiekty. W zdarzeniu nikt nie ucierpiał.

Jak ustalono, całkowitemu spaleniu uległ drewniany budynek socjalny przeznaczony dla pracowników tartaku.

- Wstępne ustalenia wskazują, że przyczyną pożaru mógł być piec na paliwo stałe, którym ogrzewany był obiekt. Właściciel nie podejrzewa udziału osób trzecich w zdarzeniu - informuje podkomisarz **Anna Chuszcza** z krasnostawskiej policji.

Postawa funkcjonariuszy po raz kolejny pokazuje, że policyjna służba nie kończy się wraz ze zdjęciem munduru. Szybka reakcja i poczucie odpowiedzialności policjantów wracających po służbie pozwoliły uniknąć znacznie poważniejszych strat. OPRAC. IC

Tragiczny finał poszukiwań

EMILIA K. ZAMARZŁA NA ŚMIERĆ Mróz, ciemność i decyzja podjęta w emocjach. Historia 37-letniej Emilii K. z Włodawy to dramat, który przez kilka dni trzymał w napięciu całą Polskę. Nadzieja gasła wraz z kolejnymi godzinami poszukiwań. 11 stycznia przyszła wiadomość, której wszyscy się obawiali.



Kamil Pomorski

Ta sprawa od początku poruszała i nie dawała spokoju. 37-letnia **Emilia K.**, psycholożka z Włodawy, zaginęła w wyjątkowo dramatycznych okolicznościach. 6 stycznia około godziny 22.00, podczas podróży samochodem z mężem drogą wojewódzką między Włodawą a Okuninką, doszło do sprzeczki. Na wysokości stawów rybnych kobieta wysiadła z auta i oddaliła się w nieznanym kierunku.

Była noc. Panował siarczysty mróz, a temperatura spadała do – 10 stopni Celsjusza. Emilia nie miała kurtki ani telefonu, została jedynie w lekkim ubraniu. Według ustaleń śledczych mąż odjechał, ale miał po nią wrócić. Gdy to zrobił, kobieta odmówiła powrotu do samochodu i postanowiła wracać do domu pieszo. Do przejścia miała około trzy kilometry. Ten dystans okazał się nie do pokonania.

– Zaginięcie zostało zgłoszone następnego dnia przez matkę kobiety, gdy ta nie mogła nawiązać z nią kontaktu – przekazywali funkcjonariusze z Włodawy.

Rozpoczęła się zakrojona na szeroką skalę akcja poszukiwawcza. Ponad 100 osób przez kolejne dni przeczesywało trudny, podmokły teren w rejonie rzeki Włodawki. W działaniach uczestniczyli policjanci, strażacy, Straż Graniczna, ratownicy ochotnicy oraz przewodnicy z psami tropiącymi. Sprawdzono około 250 hektarów, wykorzystując nowoczesny sprzęt: drony, quady i skutery śnieżne.

Nadzieja na odnalezienie Emilii żywej malała z każdą godziną. Przełom nastąpił dopiero piątego dnia, w niedzielę 11 stycznia. W rejonie dopływu rzeki Tarasienki do Włodawki odnaleziono ciało zaginionej kobiety. Jak ustalono, nie żyła od wielu godzin.

Sprawą natychmiast zajęła się prokuratura. Śledztwo wszczęto w kierunku nieumyślnego spowodowania śmierci, co w takich sytuacjach jest standardową procedurą. Kluczowe miały być wyniki sekcji zwłok.

– Wstępne wyniki sekcji wskazują, że przyczyną śmierci było wychłodzenie organizmu. Na ciele kobiety nie stwierdzono żadnych obrażeń – poinformował prokurator **Marek Zych**, rzecznik prasowy Prokuratury Okręgowej w Lublinie.

Na obecnym etapie nikomu nie przedstawiono zarzutów, a śledczy analizują wszystkie okoliczności, w tym zachowanie osób z najbliższego otoczenia kobiety.

Po dniach niepokoju i dramatycznych poszukiwań nadszedł czas pożegnania. Uroczystości pogrzebowe zaplanowano na dziś - piątek, 16 stycznia, o godz. 12. w Kościele Najświętszego Serca Jezusowego we Włodawie. Po mszy ciało zmarłej spocznie na cmentarzu w Urszulinie.

Śmiertelne ofiary wychłodzenia

● Dramatyczne wydarzenia rozegrały się także w piątkowy poranek w gminie Konopnica. Na jednej z posesji wnuczka odnalazła ciało swojej 93-letniej babci. Na miejsce natychmiast wezwano służby. Policjanci na miejscu wykonali wszystkie czynności pod nadzorem prokuratora. Wstępne ustalenia nie wskazują na udział osób trzecich. Wszystko wskazuje na to, że seniorka przewróciła się, a następnie doszło do wychłodzenia organizmu.

– Apelujemy o czujność i reagowanie, zanim będzie za późno. Zainteresujmy się losem sąsiadów, zwłaszcza seniorów. Sprawdźmy, czy mają zapewnione ogrzewanie i opiekę. Nie bądźmy obojętni – każde zgłoszenie może uratować życie – podkreśla podinspektor **Kamil Gołębiowski**.

● W gminie Niedrzwica Duża znaleziony został samotnie mieszkający 67-latek. W miejscowości Jelnica znaleziono zaś zwłoki 49-letniego mężczyzny, który dzień wcześniej umówił się z właścicielem domu.

● Policjanci z Lublina otrzymali zgłoszenie dotyczące śmierci z wychłodzenia 77-letniego mężczyzny, który trafił do szpitala w stanie głębokiej hipotermii. - Z dokumentacji medycznej wynikało, iż przed południem był znaleziony przy ulicy Janowskiej w Lublinie przez pracownika pobliskiego wysypiska śmieci - informuje podinspektor **Kamil Gołębiowski** z lubelskiej policji. Decyzją prokuratora, ciało 77-latka zostało zabezpieczone celem wykonania sekcji zwłok.

● Do tragedii na szczęście **nie doszło** w Łęcznej. - Po godzinie 22, kiedy na zewnątrz panował silny mróz, policjanci skontrolowali pustostan w Łęcznej. Odnaleźli tam nietrzeźwego i zziębniętego 58-latka. Przebywanie w takim miejscu stanowiło dla niego realne zagrożenie dla życia i zdrowia. Ze względu na panujące warunki atmosferyczne i stan mężczyzny natychmiast na miejsce została wezwana załoga karetki pogotowia. Mężczyzna trafił do łęczyńskiego szpitala pod opiekę lekarzy - poinformowała aspirant sztabowa **Magdalena Krasna**. JM, IC

Trzylatka w studzience

Trzyletnia dziewczynka wpadła do studzienki przy ulicy Fabrycznej w Lublinie. Z pułapki wydostali ją ojciec i przypadkowy przechodzień. Jej życiu nie zagraża niebezpieczeństwo.

- Ze wstępnych ustaleń policjantów wynika, że trzylatka bawiła się na śniegu. W pewnym momencie, wpadła do studzienki o głębokości kilku metrów. Jeszcze przed przyjazdem służb na pomoc dziecku ruszył jeden ze świadków zdarzenia, który wraz z ojcem trzylatki wydostał dziewczynkę na zewnątrz – przekazała młodsza aspirant **Beata Kieliszek**.

Działo się to 9 grudnia przed godziną 16:00 przy ulicy Fabrycznej w Lublinie. Na miejsce przyjechała karetka, dziewczynka pod opieką ratowników medycznych trafiła do szpitala, doznane przez nią obrażenia nie zagrażają jej życiu i zdrowiu.

Policja zabezpieczyła studzienkę i wyjaśnia dokładne okoliczności zdarzenia. JM

Niecodzienna interwencja

Nazywają się Kamil Piluś i Michał Michalski. Pierwszy jest sierżantem sztabowym, drugi starszym sierżantem, obaj są dzielnicowymi posterunku policji w Miączynie. Pomogli bezpiecznie wrócić do domu mężczyźnie, który utknął w śniegu.

63-latek mieszkaniec Granowca planował udać się na wózku inwalidzkim do sklepu po zakupy. Niestety, nie dał rady przejechać przez zaśnieżoną ulicę. Zakopał się w zalegających przy niej zaspach. Na szczęście, z pomocą ruszyli mu dzielnicowi policjanci.

- Złe warunki pogodowe to utrudnienie nie tylko dla kierujących pojazdami. Stają się również wielkim wyzwaniem dla osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach inwalidzkich. Nie bądźmy obojętni na potrzeby drugiego człowieka. Okazujmy życzliwość i wyciągajmy pomocną dłoń w kierunku osób, które potrzebują pomocy. Każdy z nas może pomóc. Nasze zainteresowanie, być może przyczyni się do tego, że uratujemy komuś zdrowie, a nawet życie – przypomina podkomisarz **Dorota Krukowska-Bubiło**. JM

eprasa.pl 8c024284d4

8 tysięcy pasażerów dziennie

URODZINY Dworzec Lublin kończy dwa lata działalności. Przez ten czas nowoczesny obiekt stał się jednym z najważniejszych punktów na komunikacyjnej mapie miasta i regionu. Każdego dnia korzysta z niego około 8 tysięcy pasażerów, którzy mogą wybrać się w 77 kierunkach krajowych i zagranicznych – od Gdańska i Zakopanego, po Bonn, Marsylię czy Pragę.

Ismena Cieśla

Dokładnie dwa lata temu Dworzec Lublin rozpoczął swoją działalność, witając pierwszych podróżnych. Był to przełomowy moment w rozwoju miasta i regionu, które zyskały nowoczesne, zintegrowane centrum obsługi transportowej. Od tego czasu obiekt jest konsekwentnie rozwijany i dostosowywany do potrzeb zarówno mieszkańców, jak i osób odwiedzających Lublin – podkreśla **Tomasz Fulara**, zastępca prezydenta Lublina ds. inwestycji i rozwoju.

Dworzec Lublin integruje w jednym miejscu komunikację miejską, regionalną, krajową, międzynarodową oraz kolej. Dziś operuje tu 92 przewoźników, a ich liczba stale rośnie. Z obiektu można dojechać nie tylko do największych miast w Polsce, ale także m.in. do Budapesztu, Lyonu, Etretatu, Marsylii czy na Ukrainę. Dworzec i jego najbliższe otoczenie obsługują 23 linie komunikacji miejskiej oraz nocna linia N3. Do dyspozycji podróżnych jest przestronna poczekalnia na pierwszym piętrze, kasy biletowe, punkty gastronomiczne, automaty z przekąskami, toalety, bagażownia, stacje ładowania urządzeń mobilnych oraz parking podziemny działający w systemie Park&Ride.

– Z perspektywy zarządcy mogę stwierdzić, że powstała przestrzeń wykracza poza standardową rolę węzła komunikacyjnego i jest jednym z symboli miasta. Obiekt każdego dnia obsługuje około 8 tysięcy pasażerów, co jednoznacznie potwierdza, że minione dwa lata przyniosły realne i pozytywne efekty – mówi **Grzegorz Malec**, dyrektor Zarządu Dróg i Transportu Miejskiego w Lublinie.

Budowa dworca była kluczowym elementem projektu Zintegrowane Centrum Komunikacyjne dla Lubelskiego Obszaru Funkcjonalnego, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej. Całkowita wartość przedsięwzięcia wyniosła blisko 340 mln zł, z czego ponad 195 mln zł stanowiło dofinansowanie unijne.

NAGRODY I EKOLOGIA

Dworzec Lublin to jeden z najbardziej ekologicznych obiektów tego typu w Polsce. Trzykondygnacyjny budynek o powierzchni ok. 18 tys. mkw. posiada garaż podziemny dla 174 samochodów, parkingi Bike&Ride z 72 miejscami oraz ponad 1,3 km ścieżek rowerowych. Wokół obiektu posadzono 100 drzew i ponad 31 tys. krzewów, bylin i traw ozdobnych. Powstała także zielona ściana o powierzchni 290 mkw. z blisko 27 tys. roślin.

Zastosowano tu m.in. system wody szarej umożliwiający wykorzystanie deszczówki, ogniwa fotowoltaiczne w zadaszeniach peronów, pompy ciepła oraz antysmogową kostkę brukową. Całość została w pełni dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Wysoką jakość architektury i dostępności potwierdzają nagrody. W 2025 roku Dworzec Lublin zdobył pierwsze miejsce w konkursie IDOL Fundacji Szansa – Jesteśmy Razem w kategorii „Instytucja otwarta dla niewidomych". Otrzymał także nagrodę Real Estate Impactor 2025 „Rzeczpospolitej" w kategorii „Ikona" oraz wyróżnienie w Nagrodzie Architektonicznej „Polityki".

Panu Łukaszowi Szarudze

wyrazy szczerego i głębokiego współczucia z powodu śmierci

MAMY

składają: Zarząd, Dyrekcja i Pracownicy MPWiK Sp. z o.o. w Lublinie.

n702

Ślub ważny za granic

Alicja i Jolanta Sienkiewicz-Prochowicz zawarły małżeństwo na Maderze w 2023 roku, aktu małżeństwa przez Urząd Stanu Cywilnego i wojewodę lubelskiego

Katarzyna Nakonieczna

Urzędniczka przez pół godziny mówiła o tym, jak piękna i ważna jest nasza relacja oraz jak istotne jest to, byśmy o nią dbały. To była wzruszająca ceremonia – mamy na to dowody, na zdjęciach wszyscy goście płaczą. Miałyśmy też wspaniałe wesele. Czy wolałybyśmy wziąć ślub w Lublinie? Oczywiście. Przywilej polegał na tym, że mogłyśmy wyjechać, by cieszyć się tym, czego nasze państwo odmawia swoim obywatelkom i obywatelom – pisała swego czasu Jolanta w mediach społecznościowych, wspominając ślub na Maderze.

Uroczystość nie mogła się odbyć w Lublinie, ani w ogóle w Polsce, ponieważ nasze prawo formalnie nie akceptuje zawierania związków jednopłciowych. Ślub, choć ważny za granicą, w Polsce nie ma na ten moment żadnej mocy prawnej. Kobiety z formalnego punktu widzenia nic więc tak naprawdę nie łączy, oprócz wspólnego nazwiska.

Alicja i Jolanta postanowiły jednak walczyć o uznanie swojego małżeństwa poprzez transkrypcję, czyli wpisanie zagranicznego aktu małżeństwa do polskiego rejestru stanu cywilnego. Urząd Stanu Cywilnego odmówił dokonania transkrypcji, a decyzję tę utrzymał w mocy wojewoda lubelski **Krzysztof Komorski**. Para zaskarżyła rozstrzygnięcie do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Lublinie.

Kobiety wraz z pełnomocniczką zarzucają organom administracji naruszenie przepisów prawa krajowego, Konstytucji RP, Europejskiej Konwencji Praw Człowieka oraz prawa Unii Europejskiej. Wskazują, że odmowa transkrypcji narusza ich prawo do poszanowania życia prywatnego i rodzinnego, zasadę równego traktowania oraz swobodę przemieszczania się w Unii Europejskiej. Domagają się uchylenia decyzji i zobowiązania organu do wpisania aktu małżeństwa do polskiego rejestru stanu cywilnego.

– Jeżeli wywalczymy transkrypcję, będzie to dokument, z którym prawdopodobnie nigdy się nie rozstaniemy. Będzie potrzebny w każdym urzędzie, przy każdej sprawie urzędowej czy zdrowotnej. Będziemy musiały pokazywać każdej osobie urzędniczej: proszę bardzo, jesteśmy małżeństwem – mówiła Jolanta.

Podczas rozprawy pełnomocniczka Alicji i Jolanty, adwokat **Monika Sokołowska**, złożyła jednak wniosek o odroczenie rozstrzygnięcia. Decyzja ta była związana z wyznaczeniem przez Naczelny Sąd Administracyjny terminu rozprawy, która może wyznaczyć kierunek w tego typu procesach.

– W mojej ocenie orzeczenie NSA może wyznaczyć kierunek orzecznictwa w sprawach dotyczących transkrypcji zagranicznych aktów małżeństwa osób tej samej płci, także w kontekście różnych stanów faktycznych. Wyrok Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej zapadł bowiem w oparciu o konkretny stan faktyczny związany z korzystaniem ze swobody pobytu w innym państwie członkowskim, natomiast niniejsza sprawa dotyczy skarżących, które miały miejsce zamieszkania na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej i skorzystały ze swobody przemieszczania się – wyjaśniała adwokat Monika Sokołowska.

Sędzia Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Lublinie **Jerzy Drwal** przychylił się do wniosku.

– Sąd postanowił odroczyć rozprawę oraz przedstawić akta sprawy sędziemu sprawozdawcy po dniu 20 marca 2026 roku. Sąd uwzględnił wniosek pełnomocnika skarżących, mając na względzie istotny charakter problematyki prawnej niniejszej sprawy oraz nieodległy termin rozprawy przed Naczelnym Sądem Administracyjnym – poinformował sędzia.

Jolanta i Alicja liczą, że rozstrzygnięcie NSA uwzględni szerszy kontekst i pomoże w rozpatrzeniu ich sprawy.

– Bardzo się cieszymy, tak po ludzku, że sąd przychylił się do tej prośby, podkreślając wagę tej sprawy. To nie dotyczy tylko nas. Chodzi o całą społeczność i o to, jak będzie wyglądała linia orzecznicza w przyszłości. Bardzo chcemy, by systemowa dyskryminacja par LGBT w Polsce w końcu się skończyła – mówi Jolanta. – Czekamy od momentu zawarcia ślubu, czyli od 27 lipca 2023 roku, ale wiemy, że nie jesteśmy pierwsze – podkreśla.

Sama transkrypcja aktu małżeństwa będzie przede wszystkim formalnym uznaniem faktu jego zawarcia. Dopiero posiadanie dokumentu umożliwi podejmowanie dalszych działań.

– Będziemy miały dokument, z którym pójdziemy do kolejnych urzędów i do szpitali, aby nasze prawa były respektowane, skoro nasze małżeństwo widnieje w tym samym rejestrze co wszystkie inne – podkreślają.

– Jesteśmy optymistkami. Nasi bliscy traktują nas jak żony od momentu ślubu. Najwyższy czas, by polskie prawo i osoby sprawujące władzę nadążyły za społeczeństwem. Nikt nic nie traci na tym, że będziemy mogły w świetle prawa nazywać się żonami – dodaje Alicja.



Z POLICYJNYCH RAPORTÓW

Przemyt poszedł nie po ich myśli

Tysiąc paczek papierosów z białoruskimi znakami akcyzy próbowali przemycić do Polski dwaj kierowcy polskich autokarów. Ich plan zakończył się fiaskiem na przejściu granicznym w Terespolu. Kontrabanda była ukryta w kołach zapasowych pojazdów. Obaj mężczyźni zostali zatrzymani przez funkcjonariuszy Służby Celno-Skarbowej i ukarani wysokimi mandatami.

Do zdarzenia doszło podczas kontroli autokarów wjeżdżających z Białorusi do Polski. Funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej zwrócili uwagę na koła zapasowe pojazdów. Jak się okazało, to właśnie tam kierowcy ukryli papierosy, licząc na to, że kontrabanda umknie kontroli.

W jednym z przypadków kierowca poszedł o krok dalej. Papierosy schował nie tylko w kole zapasowym, ale także w ogólnodostępnych przestrzeniach autokaru. Skrytki zostały namierzone po prześwietleniu pojazdu urządzeniem RTG. Skanery wykorzystywane na przejściach granicznych pozwalają szybciej i skuteczniej wykrywać próby przemytu.

Kierowcy przyznali się do winy. Każdy z nich próbował nielegalnie wwieźć do Polski po 500 paczek papierosów. Łącznie funkcjonariusze zabezpieczyli tysiąc paczek, których szacunkowa wartość rynkowa wynosi około 17,6 tys. zł.

Za popełnione wykroczenia skarbowe obaj mężczyźni zostali ukarani mandatami karnymi na łączną kwotę 24,9 tys. zł. Jak łatwo policzyć, „interes" okazał się zdecydowanie nieopłacalny – kary znacznie przewyższyły potencjalne zyski z nielegalnej sprzedaży.

Sprawę prowadzili funkcjonariusze Służby Celno-Skarbowej z przejścia granicznego w Terespolu.

OPRAC. IC

eprasa.pl 8c024284d4

ą, nieważny w Polsce

jednak w Polsce ich związek nie ma żadnej mocy prawnej. Po odmowie transkrypcji sprawa trafiła do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Lublinie.



„WSPÓŁLOKATOR PLUS"

Pod koniec grudnia Rada Ministrów przyjęła projekt ustawy o statusie osoby najbliższej. To kompromis między Lewicą a Polskim Stronnictwem Ludowym, który wprowadza regulacje dotyczące związków partnerskich.

Zgodnie z projektem osoby pozostające w związkach nieformalnych będą mogły m.in. wspólnie rozliczać PIT, mieć dostęp do dokumentacji medycznej, korzystać ze wspólnego prawa do mieszkania czy dziedziczenia. Formalności mają być dopełniane u notariusza, a przepisy mają objąć pary niezależnie od płci.

Zdaniem Alicji i Jolanty zmiany te są niewystarczające. Kobiety żartobliwie określają projekt mianem „współlokator plus".

– To bardzo ograniczone rozwiązanie i wciąż w pewnym sensie upokarzające. Rozwiąże kilka podstawowych kwestii, ale i tak będzie wymagało dalszej walki o realne prawa. Traktujemy je jako pierwszy krok, z nadzieją, że za nim pójdą kolejne – mówią.

Cała sprawa osób LGBT nabrała rozpędu 25 listopada, gdy Trybunał Sprawiedliwości Unii Europejskiej orzekł, że Polska ma obowiązek uznania małżeństwa zawartego w innym państwie członkowskim UE. Wyrok zapadł w sprawie dwóch Polaków, którzy zawarli związek małżeński w Niemczech. TSUE wskazał, że odmowa uznania takiego małżeństwa narusza swobodę przemieszczania się i pobytu oraz prawo do poszanowania życia prywatnego i rodzinnego. Trybunał podkreślił, że choć państwa członkowskie nie muszą wprowadzać małżeństw jednopłciowych, mają obowiązek uznawać te zawarte za granicą, m.in. poprzez transkrypcję aktu małżeństwa. Zdaniem unijnych sędziów nie narusza to porządku publicznego ani tożsamości narodowej państw członkowskich. Gotowość do stosowania takiej praktyki zadeklarowały już m.in. władze Wrocławia. Lubelski Ratusz na ten moment zwraca uwagę, że brakuje odpowiedniego prawa, żeby w ogóle takie sprawy rozstrzygać.

PRZEKAZ DO POLITYKÓW

Co Alicja i Jolanta chciałyby powiedzieć politykom?

– Prawa człowieka to nie jest tort. Jeśli ktoś dostanie kawałek, innym go nie zabraknie. My nie chcemy nikomu nic zabierać. Chcemy, by państwo zauważyło naszą rodzinę. Upokarzające jest to, że państwo nie widzi, iż prowadzimy wspólne gospodarstwo domowe, a przelewy między żonami traktowane są jak darowizny. Państwo, które troszczy się o swoich obywateli, po prostu tak nie działa.

Z POLICYJNYCH RAPORTÓW

Ryczał w Rykach – stracił prawo jazdy

Reakcja mieszkańców oraz szybkie działania policjantów pozwoliły wyeliminować z ruchu drogowego pojazd zakłócający ciszę nocną. Głośne BMW, prowadzone przez 20-letniego kierowcę, zostało zatrzymane do kontroli przez funkcjonariuszy ryckiej drogówki. Jak się okazało, młody kierowca przekroczył dopuszczalny limit punktów karnych i stracił prawo jazdy.

Podczas patrolu ulicami Ryk policjanci zwrócili uwagę na BMW, którego praca układu wydechowego była wyjątkowo głośna. Pojazd odpowiadał opisowi zgłoszeń przekazywanych wcześniej przez mieszkańców miasta, którzy informowali o samochodzie zakłócającym ciszę nocną.

Za kierownicą siedział 20-letni mieszkaniec powiatu ryckiego. Funkcjonariusze ustalili, że mężczyzna posiada prawo jazdy od niespełna roku, a w tym czasie zdążył przekroczyć dopuszczalny limit punktów karnych. W związku z tym policjanci zatrzymali mu dokument prawa jazdy. Kierowcę czeka teraz ponowne przystąpienie do egzaminu.

Podczas kontroli stwierdzono również podejrzenie nieszczelności układu wydechowego oraz nadmierną emisję hałasu. Z tego powodu zatrzymany został dowód rejestracyjny pojazdu. BMW będzie musiało przejść badanie techniczne przed powrotem na drogę. Kierowcy zakazano dalszej jazdy, a niesprawny samochód został odholowany z miejsca kontroli na lawecie.

Policja przypomina, że nadmierny hałas emitowany przez pojazdy nie tylko narusza przepisy, ale jest również uciążliwy dla mieszkańców i może świadczyć o poważnych usterkach. Przestrzeganie przepisów ruchu drogowego oraz dbałość o stan techniczny pojazdów to obowiązek każdego kierowcy i jeden z warunków bezpieczeństwa na drodze.

OPRAC. PP

Trening strzelecki

2 LBOT Żołnierze 2 Lubelskiej Brygady Obrony Terytorialnej odbyli pierwszy elektroniczny trening strzelecki z wykorzystaniem systemu szkoleniowego Smart Target. To nowoczesna forma nauki, która wykorzystuje technologie elektroniczne i informatyczne do doskonalenia oraz obiektywnej oceny umiejętności strzeleckich. Celem szkolenia jest zwiększenie skuteczności treningu, poprawa bezpieczeństwa oraz precyzyjna analiza wyników.

Żołnierze 2 Lubelskiej Brygady Obrony Terytorialnej odbyli pierwszy elektroniczny trening strzelecki z wykorzystaniem systemu szkoleniowego Smart Target. To nowoczesna forma nauki, która wykorzystuje technologie elektroniczne i informatyczne do doskonalenia oraz obiektywnej oceny umiejętności strzeleckich. Celem szkolenia jest zwiększenie skuteczności treningu, poprawa bezpieczeństwa oraz precyzyjna analiza wyników. System Smart Target uzupełnia tradycyjne metody szkoleniowe.

Zamiast papierowych tarcz wykorzystuje elektroniczne cele wyposażone w czujniki akustyczne, optyczne lub laserowe. Każdy strzał jest rejestrowany w czasie rzeczywistym, a wyniki natychmiast wyświetlane na monitorach instruktora i szkolonych żołnierzy. Pozwala to szybko wskazać błędy, korygować technikę strzelania i przyspieszyć proces nauki. System umożliwia także tworzenie realistycznych scenariuszy, takich jak cele pojawiające się i znikające, cele ruchome, ograniczony czas reakcji oraz strzelanie sytuacyjne i taktyczne. Wszystkie dane z treningu są archiwizowane, co pozwala śledzić postępy żołnierzy, porównywać wyniki w czasie rzeczywistym.

„Laserowa strzelnica" Smart Target umożliwia realistyczne odwzorowanie warunków pola walki bez konieczności użycia ostrej amunicji, a także pozwala prowadzić szkolenie niezależnie od dostępności obiektów szkoleniowych czy warunków atmosferycznych.

OPRAC. PP

REKLAMA

Trawniki, dnia 16 stycznia 2026r. RŚP.6721.2.2024/2026

OGŁOSZENIE
Wójta Gminy Trawniki

o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Trawniki

Na podstawie art. 8h i art. 17 pkt 11 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (t.j. Dz. U. 2024, poz. 1130 ze zm.), art. 39, w związku z art. 46 i art. 54 ustawy 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 (t.j. Dz. U. 2024, poz. 1112 ze zm.) oraz uchwały Nr II/19/2024 Rady Gminy Trawniki z dnia 28 czerwca 2024 roku w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Trawniki,

zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących projektu miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Trawniki wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

Konsultacje społeczne będą przeprowadzone w formie:

1) **Zbierania uwag** w terminie **od dnia 16 stycznia 2026 r. do dnia 16 lutego 2026 r.**
Uwagi do miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego oraz do prognozy oddziaływania na środowisko w ramach strategicznej oceny oddziaływania na środowisko ww. projektu, można składać do Wójta Gminy Trawniki na piśmie na adres Urzędu Gminy Trawniki, Trawniki 605, 21-044 Trawniki lub drogą elektroniczną na adres e-mail: trawniki@trawniki.pl lub adres e-Doręczenia: AE:PL-89741-60699-ATGIR-17 lub adres ePUAP: /h3c9ttj84i/skrytka.
Uwagi należy składać **za pomocą formularza** dotyczącego aktu planowania przestrzennego, którego wzór został określony w *rozporządzeniu Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego* (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509). Wzór ww. formularza jest dostępny na stronie: https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologia/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego.
Składający uwagę do projektu planu miejscowego podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Trawniki.
2) **Spotkania otwartego wraz z prezentacją projektu planu,** które odbędzie się **w dniu 5 lutego 2026 r. w godz. od 15:00 do 16:00,** w siedzibie Urzędu Gminy Trawniki, Trawniki 605, 21-044 Trawniki, I piętro, pokój nr 12.
3) **Dyżuru projektanta,** który odbędzie się **w dniu 5 lutego 2026 r. w godz. od 16:00 do 17:00** w siedzibie Urzędu Gminy Trawniki, Trawniki 605, 21-044 Trawniki, I piętro, pokój nr 12.

Projekt **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego gminy Trawniki** wraz z prognozą oddziaływania na środowisko oraz wykazem wniosków został udostępniony w siedzibie Urzędu Gminy Trawniki, Trawniki 605, 21-044 Trawniki w godzinach pracy urzędu oraz opublikowany w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Trawniki (https://ugtrawniki.bip.lubelskie.pl) w zakładce Zagospodarowanie przestrzenne/ Projekty aktów planowania przestrzennego (rejestr urbanistyczny).

Wójt Gminy Trawniki

in832

eprasa.pl 8c024284d4

Czy Lublin jest dziurą, końce

CIĄG DALSZY ZE STR. 1

Najładniejszy wers o dosyć smutnym mieście – skomentował 62-latek.

Przyznał, że w Lublinie był kilka razy, ale poza nieistniejącą już restauracją Czarcia Łapa i Zamkiem nie znalazł w nim niczego ciekawego.

- Jaką mistyczną tajemnicę kryje w sobie Lublin? Bądźcie moimi przewodnikami – spytał więc Kacperczyków.

Bracia Maciej i Paweł podkreślili, że nie chcieliby zabrzmieć, jak „Warszawiacy", ale rzadko włóczą się po rodzinnym mieście i raczej nic odpowiadającego gustom Wojewódzkiego polecieć nie mogą. Zaproponowali zwiedzanie podziemi Lublina, wspomnieli o klubie Dom Kultury, opowiedzieli o historycznie zakorzenionej żydowskiej stronie miast. Wojewódzki powyższe lubelskie propozycje skwitował sarkastycznie: „Czyli jedziemy dalej".

PUNKCIK NA MAPIE ŚWAIATA

Na Facebooku o zdanie na temat tej wypowiedzi Wojewódzkiego spytaliśmy mieszkańców Lublina. Zostawili prawie 650 komentarzy. Większość w oburzeniu pisała, że celebryta z TVN-u nie ma o niczym pojęcia, bo to „miasto piękne i klimatyczne". Mniejszość z opinią byłego jurora „Idola", „Mam talent!", „X-Factora" i „Małych Gigantów" z gorzką satysfakcją się zgadzała w myśl przekonania, że to „miasto bardzo biedne i zacofane".

Prawda nie leży po środku, a nastroje w mediach społecznościowych nie stanowią jakościowego papierka lakmusowego, bo ich algorytmy już dawno zostały zaprogramowane tak, żeby napuszczać jednych ludzi na drugich, ku uciesze zbijających na tym fortunę magnatów branży Big Tech pokroju Muska czy Zuckerberga.

Trzeba jednak przyznać, że istnieje pokusa, a może i trend, aby każde takie zdanie Kuby Wojewódzkiego, milionera i pana gwiazdora ze szklanego ekranu, wygranego loterii życia i sukcesu w III RP, sprowadzać do niewartego uwagi wykwitu jego elitarystycznej wyższości i domniemanej pogardy dla biedoty. Czegoś w rodzaju prychnięcia przy stole, właściwego dla burżuja obserwującego z góry świat pariasów.

I tak, oczywiście, że Lublin może wydawać się smutnym miastem. Szczególnie, kiedy patrzy się na niego z wysokości luksusowego apartamentu na warszawskim Powiślu, jednej z wież Sea Towers w Gdyni, z której roztacza się panoramiczny widok na port i marinę, kompleksu Zatoka Komfortu w Jastarni na Helu, życia w Barcelonie, wakacji w rajskich lokalizacjach obu Ameryk, Azji, Karaibów.

Sam czasami łapałem na tym podczas wyjazdów do Londynu, Rzymu, Kataru czy Nowego Jorku, szukając czegoś na Mapach Google. Gdy na ekranie smartfona stawałem się tą niebieską kropeczką, nawet podświadomie myślałem o Lublinie z czułością, ale jako o odległym, malutkim, prowincjonalnym, pewnie niewiele znaczącym punkcie na mapie świata.

Nie ma sensu zaklinać rzeczywistości. Udawać, że jest inaczej. Że dla przypadkowo wylosowanego „obywatela wielkiego świata" Lublin będzie jakkolwiek atrakcyjny. Nie, nie będzie. Raczej nigdy.

DRENAŻ LUBELSKICH MÓZGÓW

Niedawno zaprosiłem do naszego studia **Tomasza Pituchę**, dyrektora Wojewódzkiego Urzędu Pracy i radnego miasta Lublin. Z rozmowy wychodziłem zbombardowany alarmującymi danymi o teraźniejszości i najbliższej przyszłości Lubelszczyzny.

Prognozy Głównego Urzędu Statystycznego wskazują, że do 2040 roku populacja regionu skurczy się nawet o dziesięć procent. Liczba osób w wieku produkcyjnym zmaleje o trzynaście procent. Już w tej chwili zarabia się tu mniej niż w innych rejonach kraju. Województwo stale opuszczają młodzi, wykształceni, wykwalifikowani ludzie. Postępuje zjawisko zwane drenażem mózgów.

Do 2050 roku liczba ludności Lubelszczyzny skurczy się o trzysta tysięcy osób z aktualnych dwóch milionów. Mediana wieków mieszkańców wyniesie prawie pięćdziesiąt pięć lat. Dla porównania: aktualnie w Polsce są to czterdzieści trzy lata, a w Unii Europejskiej – około czterdzieści cztery.

Jeśli spełnią się czarne prognozy, udział emerytów w lubelskim społeczeństwie w 2040 roku wzrośnie z około dwudziestu do dwudziestu sześciu procent. Dziesięć lat wcześniej w stu siedemdziesięciu siedmiu z dwustu trzynastu gmin Lubelszczyzny nastąpi depopulacja. Niepokojące? Jak to leciało w „Seksmisji" i u Mrożka? Jutro to dziś, tyle że jutro.

DZIURA W SMUTNYM MIEŚCIE

We współczesnej Polsce łatwo dostrzegalne jest pewne powszechne zjawisko, które od dawna klasyfikuję jako problem pierwszego świata, ale od którego absolutnie nie jestem wolny - skłonność do krytykanctwa i popadania w czarną rozpacz wobec otaczającej nas rzeczywistości.

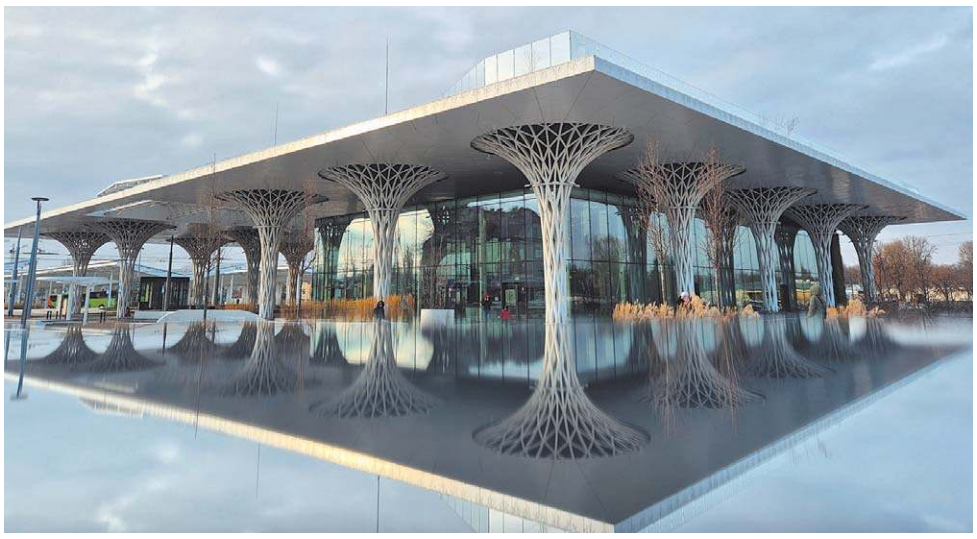
Wszystko stało się „dramatem", „skandalem", „tragedią", „aferą", „kryzysem", „rewolucją", „apokalipsą", „klęską". Poczułem to, gdy któregoś razu w księgarni przeglądałem „Patopaństwo. O tym, jak elity pustoszą nasz kraj" **Jana Śpiewaka**. Autor rozprawia się z patologiami „państwa z kartonu" i „patodeweloperki", „januszexów" i bankierów, feudalizmu i dzikiego kapitalizmu.

Śpiewak rysuje obraz zgniłego systemu, który powstał na szczytnych założeniach transformacji ustrojowej. Wyciąga oskarżycielski palec, wskazuje winnych i zdaje się mieć w tym rację, ale gdyby rozumieć Polskę tylko przez pryzmat „Patopaństwa", wspieranego przez „Nie zdążę" **Olgi Gitkiewicz**, „Zapaść. Reportaże z mniejszych miast" **Marka Szymaniaka** czy „Wojsko z tektury" **Ewy Żemły**, można by pomyśleć, że żyjemy w kraju z dykty i kartonu, z którego należałoby uciekać w siną dal.

A jednocześnie budzimy się w erze wszechobecnej propagandy sukcesu, którą legitymizuje realny fakt, że Polska jest jedną z najszybciej rozwijających się gospodarek w Unii Europejskiej i na świecie, a symbolizują osiągające setki tysięcy wyświetleń, wspomagane przez AI, filmiki z rycerzami i żołnierzami w biało-czerwonych barwach, oprawione bogoojczyźnianym: „Za tę wolność i za pokój, którym cieszyć się możemy. Ciebie, Boga, wysławiamy. Tobie, Boże, dziękujemy".

I tak samo jest z Lublinem. Deficyt budżetowy na poziomie stu sześćdziesięciu milionów złotych. Zadłużenie łypiące w kierunku trzech miliardów w polskiej walucie. Ci zatrzymani przez CBA. Tamci skompromitowani albo nielubiani. Jeszcze inni przytwierdzeni do stołków. Ozdoby świąteczne nie takie. Nie ma biurowca dla urzędu miasta. Nie będzie budowy nowego stadionu żużlowego, tylko remont starego. Za dużo billboardów i banerów. Za mało drzew. Dziurawe ulice.





Lista żali jest długa. Większość uzasadniona. Nie powinna jednak przesłaniać tego, że Lublin od dawna nie jest dziurą. Ani smutnym miastem.

POWIETRZE

Na początku października do Lublina przyjechali kibice Crystal Palace, klubu z angielskiej Premier League. Jeden z nich, przechadzając się po lubelskich ulicach, rzucił z gracją podlewaną bardziej piątym niż pierwszym kuflem piwa: „Such a vibrant city".

Mniej więcej rok wcześniej wróciłem tu na stałe z Warszawy. Znaczy, po prawdzie, nigdy z Lublina mentalnie się nie wyprowadziłem. Nic nie mam do stolicy, nie należę do licznej reprezentacji jej zapalonych krytyków, ale blisko mi do spostrzeżenia pisarza **Krzysztofa Vargi**, że to miasto bez wyraźnego centrum, bijącego serca, poskładane z porozrzucanych klocków, które nieudolnie próbują pełnić jego funkcję.

Jednym z moich ulubionych momentów w miesięcznym kalendarzu było więc opuszczanie pociągu PKP, pędzącego sto sześćdziesiąt kilometrów na godzinę z Warszawy, na dworcu Lublin Zachodni przy Starym Gaju lub na zrestaurowanym w ostatnich latach Lublinie Głównym. Albo wyjście z Contbusa czy Flixbusa na już zupełnie nowopowstałym Dworcu Metropolitalnym PKS, czyli architektonicznej perełce, szczególnie późną nocą wyglądającą za sprawą tych fikuśnych filarów, niczym ogród w jakimś kraju Bliskiego Wschodu.

Ile to razy wtedy myślałem: „Ach, to lubelskie powietrze", nawet jeśli nie wokół nijak nie pachniało.

„NIE DLA IDIOTÓW"

Wychowałem się na LSM-ie. Raczej nikt, kto nie dzieli ze mną tego doświadczenia, nie zrozumie, ile znaczy boisko przy wieżowcu Sunhill, zwanym też od firmy budowlanej Antarem. Górka, po której zjeżdżało się na sankach przy Szkole Podstawowej nr 38. Pozostałości po dziełach artystów z Lubelskich Spotkań Plastycznych. Nawet ten „Pegaz" na osiedlu Krasińskiego, choć jego akurat nigdy nie lubiłem, kojarzył mi się słotą, pluchą, szarugą. Albo huśtawki na „Rakiecie" i długie spacery, których zakres wyznaczają sklepy „Społem" na osiedlu Mickiewicza. Czy też zapach biblioteki na osiedlu Sienkiewicza. Tak samo deptak na ulicy Jana Sawy przy Media Markcie – „Nie dla idiotów!", wiadomo.

Dziennikarka **Małgorzata Domagała**, z którą niedawną rozmawiałem, stworzyła jednak w książce „Blokowiska Lublina" mitologię nie tylko „mojego" LSM-u, ale również blokowisk ZOR-u Zachód, Bronowic, Tatar, Przyjaźni, Czechowa, Kruczkowskiego, Kalinowszczyzny i Kalinowszczyzny Motor. I to był mój ostateczny dowód na to, że ze swoją miłością do Lublina „mieszkalnego", jeśli tak można go w ogóle nazwać, nie jestem sam.

Ludziom, którzy opowiedzieli swoje historie w „Blokowiskach Lublina", miejsca te najczęściej kojarzyły się z dzieciństwem, młodością, beztroską. Najtrafniej opowiadał o tym Juliusz Machulski, reżyser „Vabanku" i „Seksmisji", wychowany na osiedlu ZOR Zachód. Z jego wypowiedzi powstawały sceny, jak z „Chłopców z Placu Broni" czy książek **Niziurskiego**. Lublin był tu tylko polem gry. Bardzo wdzięcznym polem gry.

CEBULARZE

Jego potęgę, magię na wzór włoskich miasteczek, przypomniałem sobie dopiero, kiedy przeniosłem się na Kra-

eprasa.pl 8c024284d4

m świata i smutnym miastem?





kowskie Przedmieście. Codziennie wychodzę na główną arterię Lublina i zanurzam się w ludzi.

Bracia Kacperczykowie w rozmowie z Kubą Wojewódzkim i Piotrem Kędzierskim na Onecie nie potrafili wskazać zbyt wielu modnych lubelskich lokali i żaden to wobec nich zarzut, w rodzinne strony wracają do swoich spraw, nie muszą szlajać się po klubach i knajpach. Ale błędem byłoby pomyśleć, że nie ma tu się zupełnie, gdzie po tych klubach i knajpach szlajać, bo jak balety, to tylko w Warszawie czy Krakowie.

Imprezy o bardziej warszawskim klimacie w Domu Kultury, a bardziej prześnym w Helium. Nie ma Czarciej Łapy? Jest Popularna. Świeci się ParZona. Kusi kaszanka z karpia w 2PiEr z widokiem na Plac Teatralny i CSK, których chyba już nikt nie postrzega jako betonozę.

Kulinaria? Pub Regionalny św. Michał, Otwarta Grill, Raj Utracony, Włoska Sztuka, Gofry u Ireny, Ambaras, Anabilis, Pelier, Munchies, Mandragora, Cafe Heca, Perłowa Pijalnia Piw, Święty Spokój,Thai Story…

Do wyboru, do koloru. Można jeść po polsku, włosku, żydowsku, gruzińsku, ukraińsku, azjatycku, indyjsku, wreszcie po lubelsku z cebularzem, pierogiem biłgorajskim i czerniną na czele. Pić herbatę, kawę, piwo, wino, drinki, wódkę. Cały dzień i niemal całą noc.

GĘSTOŚĆ OBRAZU

Któregoś razu po mszy w Bazylice pw. św. Stanisława Biskupa Męczennika, czyli u Dominikanów, w świątyni ociekającej złotym, z rzeźbami świdrującymi wiernych martwym wzrokiem, błądziłem po Starym Mieście, aż wylądowałem na głośnej wystawie „Co babie do pędzla?!" w Muzeum Narodowym na Zamku Lubelskim.

Wyszedłem z niej zachwycony dziełami pochodzącymi z prywatnych kolekcji i muzealnych zbiorów z Polski, Francji i Luksemburga, często nigdy wcześniej nie eksponowanymi.

Malarstwo **Meli Muter** na przykład miało w sobie gęstość, którą do tej pory odczuwałem chyba tylko oglądając obrazy **Paula Gauguina**. Zdobyłem też wreszcie pretekst do zagłębienia się w historię **Marii Dulębianki**, obiecującej malarki, później feministycznej działaczki, prywatnie partnerki **Marii Konopnickiej**.

To była najlepsza wystawa malarstwa niewspółczesnego, jaką widziałem w tym roku, a tak się złożyło, że kilka miesięcy wcześniej ścieżki życia zawiodły mnie do **National Gallery** i **Tate Modern** w Londynie, a kilka miesięcy później do **Metropolitan Museum of Art** i **Guggenheim Museum** w Nowym Jorku, więc teoretycznie mógłbym machnąć ręką, że co to wobec tego ten Lublin?

A w tegoroczne wakacje Lublin odwiedziło ponad siedemset sześćdziesiąt pięć tysięcy osób z kraju i zagranicy. Aż o dwadzieścia dwa procent więcej niż w 2024 roku. W 2025 roku Lublin Aiport obsłużyło czterysta siedemdziesiąt jeden tysięcy pasażerów, co jest najlepszym wynikiem w całej dotychczasowej historii lotniska.

Prezydent Karol Nawrocki, podczas wizyty na ECR Kongresie Młodych w Lubelskim Centrum Konferencyjnym, mówił, że trzy czwarte uczniów tutejszych szkół średnich podejmuje studia wyższe właśnie w Lublinie – na UMCS-ie, KUL-u, Politechnice Lubelskiej, Uniwersytecie Medycznym, Uniwersytecie Przyrodniczym.

PRZYPADEK MILIONERA

Lublin nieco niespodziewanie stał się też miastem sportu. W mieście gra jeden z najwybitniejszych siatkarzy świata **Wilfredo León**. Na motorze ściga się prawdopodobnie najlepszy żużlowiec w historii czarnego sportu **Bartosz Zmarzlik**. Pochodzą stąd i do medali olimpijskich trenowały tu pięściarka **Julia Szeremeta** i zawodniczka specjalizująca się we wspinaczce na czas **Aleksandra Mirosław**.

Tylko więc będąc fanem sportowych emocji, można ruszyć takim szlakiem: żużel na Zygmuntowskich, piłka nożna na Arenie Lublin, gdzie nawet bywają europejskie puchary dzięki Dynamu Kijów, siłownia w Paco, ściana wspinaczkowa w klubie KW Kotłownia.

Nieprzypadkowo Motor sponsoruje **Zbigniew Jakubas**, jeden z najbogatszych Polaków. Wychowywał się w Lublinie, chodził w nim na pierwsze randki, sam to z ckliwością przyznawał. Jego rodzice w PRL-u byli zamożni, mieli sad, on już jako nastolatek próbował prywatnej inicjatywy, sprzedawał choinki, przywożone Wartburgiem w wersji De Luxe z nadleśnictwa w Zwierzyńcu. Studiował w Częstochowie, w duży biznes wkroczył w Warszawie, jego kariera przyspieszyła po założeniu spółki Ipaco, zajmującej się licencyjną produkcją markowej odzieży i montażem komputerów osobistych z części sprowadzanych z Azji.

Po 1989 roku próbował niemal wszystkiego: Elektrim, WSiP, Ruch, Ponar, Rafamet, Optimus, KGHM, Mostostal Export, chemiczne Puławy, budownictwo, krawiectwo, numizmatyka, nieruchomości, filmy, kolejnictwo, turystyka, armatura przemysłowej.

Jak dostojny pan po siedemdziesiątce najwięcej zarabia na Mennicy i Newagu. Zatrudnia dwanaście tysięcy osób i odprowadza około stu milionów złotych podatku na terenie Polski.

Spotkałem się z nim kiedyś w restauracji Dyspensa, w centrum Warszawy, towarzyszył nam znany polski prawnik **Bogusław Leśnodorski**. Widziałem, z jakim nabożnym szacunkiem ludzie każdej proweniencji reagują na Jakubasa. Ktoś mi chyba nawet powiedział, że ten kraj do takich jak Jakubas de facto należy. A jednak, przypomnijmy, dużą część swojej uwagi przekierował na Motor, czyli Lublin.

NOWA STOLICA POLSKI

Andrzej Stasiuk pisał we „Wschodzie": „Nie miałem nic przeciwko, żeby Lublin został stolicą całego kraju. Ale nie tak jak w czterdziestym czwartym, tylko naprawdę. Bardziej przypominał Polskę niż Warszawa. Z tymi jej wieżowcami z importu i fontannami, które miały na wieki zetrzeć hańbę prowincjonalizmu niedającą jej spać po nocach. Lublin był lepszy. Niczego nie udawał".

W „Stacji Kultura" w radiowej Czwórce mówił o jego „barokowości". O tym, że Wschód łączy się tu z Zachodem. W swojej najbardziej znanej książce skacze od obrazów z Rosji, Mongolii i Chin do między innymi właśnie Lublina, którego „sama nazwa miała przyjazne, ciepłe brzmienie, kojarzyła się z latem, z wolnością, z przychylnością krajobrazu".

Śmieje się oczywiście z Okopowej, że „w każdej bramie urzęduje adwokat, więc miasto pieniaczy sądowych, można by pomyśleć". I schodzi z Grodzkiej, „czując ten wiatr znad blokowisk i dalej, z głębi tej ciemności, która zaczyna się gdzieś za Chabarowskiem, za Władywostokiem". Sam pisze, że jak „miał kiedyś do wyboru Paryż i Kiszyniów, to pojechał do Kiszyniowa", co też jest obiektywną, w ujęciu światowym, estetyczną recenzją Lublina, szerzej Lubelszczyzny, dla wielu Polski B.

Ale idzie w międzyczasie Stasiuk na Zamek, staje w Kaplicy Świętej Trójcy, notuje odczucia: „Miałem ochotę stanąć w środku, rozpostrzeć ramiona i jak wirujący derwisz oderwać się od lubelskiej ziemi, od posadzki i zniknąć w błękitnym, mglistym świetle tam na górze. Ale nie wypadało. Wyszedłem. I te, i tamte, lubelskie i bukowińskie freski, wypełnione były blaskiem ikony. Blaskiem Wschodu. Nie znalazłbyś w nich śladu cienia".

Stasiuk w Kaplicy Świętej Trójcy niemal przyklęknął wobec opozycji świata nadprzyrodzonego i świata historycznego, który w jego powieści reprezentuje Bełżec i niemiecki nazistowski obóz pracy, położony dwie godziny drogi samochodem od Lublina.

Bliżej jest Państwowe Muzeum na Majdanku. W latach czterdziestych XX wieku na terenie obozu koncentracyjnego więziono sto trzydzieści tysięcy mężczyzn, kobiet i dzieci różnych narodowości. Głównie Żydów i Polaków. Izraelczycy przyjeżdżają do Lublina równie często jak do Auschwitz-Birkenau. Owijają się flagami. Wydają się pamiętać. Również o tym, że nasze narody współdzieliły Zagładę.

ŹLE MYŚLĄ

Miniony rok bracia Kacperczyk kończyli trasą „Wszyscy Jesteśmy Kacperczyk Tour". Finałowy koncert grali w Lublinie. W listopadzie, podczas koncertu niepodległościowego, pod Zamkiem wykonali „Kocham wolność" Chłopców z Placu Broni - na swój sposób odważnie, niestandardowo, ludziom się spodobało. Wojewódzkiemu w tym podcaście na Onecie zdążyli powiedzieć, że „bardzo lubią to miasto".

Wielu mieszkańców Lublina, pod wspomnianym postem na Facebooku z pytaniem o zasadność słów 62-letniego gwiazdora TV, sugerowało, że jego resentyment wynikać może z nieudanych alkoholowych biznesów z Januszem Palikotem.

Jeśli to prawda, zasadny wydaje się ten fragment thrillera „Trzynaście" **Marcina Świetlickiego**, znanego poety ze Świdnika: „Nic nie mam do miasta, nic nie mam do tych pokaleczonych murów, nic nie mam do tego co się tu wydarzało. Tylko ci dzisiejsi tutejsi ludzie mnie drażnią. To oni powodują, że źle myślę o tym mieście".

PAN Z INNEGO MIASTA

Pod koniec listopada zrobiłem z Palikotem długi wywiad. Spotkaliśmy się między dworcem PKS a dworcem PKP. 61-latek, niegdyś wzięty przedsiębiorca i popularny polityk, pewnie też twarz Lubelszczyzny, o czym świadczą na przykład „Brejdaki" Kacperczyków, rozliczał się z utraty majątku i godności, pobytu w areszcie, wielomilionowych długów i pięciu tysięcy poszkodowanych wierzycieli, opowiadał o podejrzeniu zawału, piętnie oszusta, skandalach, bezdomności, alkoholu i życiu, w którym na własne życzenie przestało mu się powodzić.

Nocą otrzymałem od niego wiadomość: „Pan jest trochę jak z innego miasta ze swoją otwartością". Grzecznie podziękowałem. Co innego mogłem odpisać? Teraz myślę, że kierowało mną lenistwo. Przecież jestem stąd – z otwartością, bez otwartości, z innymi cechami, nieważne. Nie z innego miasta. Z tego. Ponoć smutnego.

Ja ze wszystkimi wadami i ze wszystkimi zaletami. Lublin ze wszystkimi wadami i ze wszystkimi zaletami. I wy też stąd, prawda?

JAN MAZUREK

eprasa.pl 8c024284d4

Facet od gnojówki do więzienia, minister Krajewski do dymisji?

Z naszych informacji wynika, że 35-latek z Lubelszczyzny, który wylał gnojówkę pod domem ministra Stefana Krajewskiego, to samo zrobił półtora roku temu pod siedzibą Kancelarii Prezesa Rady Ministrów. Może trafić do więzienia, prokuratura zarzuca mu groźby bezprawne i znieważenia konstytucyjnego organu RP. Rolnicy się od niego odcinają i ubolewają, że sprawa odciągnęła uwagę opinii publicznej od protestów przeciwko umowie UE-Mercosur.

Jan Mazurek



Minister Krajewski

FOT. MINISTERSTWO ROLNICTWA I ROZWOJU WSI/PSL

Dobry chłop – słyszymy.

Nazywa się Mariusz. Ma 35 lat. Pochodzi z Lubelszczyzny. Środowiska związane z protestami przeciwko umowie UE-Mercosur przekonują, że intencje ma dobre, ale brakuje mu politycznego wyczucia i wyrachowania. Dowiadujemy się zresztą, że wydarzenia spod posesji ministra **Stefana Krajewskiego** to nie pierwsze „rodeo" pana Mariusza.

Ten sam człowiek 13 kwietnia 2024 roku wsiadł w SUV-a z przyczepką, na którą załadował tysiąclitrowy pojemnik do transportu substancji ciekłych, podjechał pod siedzibę Prezesa Rady Ministrów przy Alejach Ujazdowskich w Warszawie, zaparkował i z mausera wylał gnojowicę. Miał być to akt gniewu wymierzony w premiera **Donalda Tuska**, który nie spotkał się z protestującymi rolnikami. Ci zastanawiali się, jak to możliwe, że ich koledze udało się zrobić to bez żadnej reakcji Służby Ochrony Państwa.

Śledczy postawili wtedy 34-letniemu mężczyźnie z województwa lubelskiego dwa zarzuty: zanieczyszczanie środowiska i naruszenie nietykalności cielesnej funkcjonariusza. Po wszystkim został wypuszczony na wolność. Wciąż udzielał się w mediach społecznościowych i w pikietach rolników, ale przez jakiś czas nie organizował równie spektakularnych akcji, jak ta spod gmachu KPRM-u. Aż nadszedł początek 2026 roku.

GNOJÓWKA I „ZDRAJCA WSI"

Był 9 stycznia 2026 roku, w całym kraju trwały manifestacje przeciwko umowie UE-Mercosur. 35-letni pan Mariusz przyjechał pod posesję należącą do ministra rolnictwa i rozwoju wsi Stefana Krajewskiego w miejscowości Wola Zambrowska i rozlał przed nią pięćset litrów substancji koloru brunatno-zielonego, czyli gnojowicy.

Odjechał, po chwili wrócił, ministra Krajewskiego nie było w domu. W mieszkaniu znajdowała się za to jego żona, do której mieszkaniec Lubelszczyzny miał skierować groźby w nawiązaniu do działalności politycznej jej męża. Wszystko to relacjonował w mediach społecznościowych.

Niedługo później 44-letni polityk wystąpił w programie Polsat News i opowiedział, że oprócz gnojówki przed jego domem postawiono tablicę z napisem „Krajewski – zdrajca wsi".

TERAZ GNÓJ, POTEM NÓŻ?

- Próba zniszczenia mienia, wtargnięcie na prywatną posesję, składanie gróźb karalnych wobec mnie i ministrów polskiego rządu, to wszystko się zadziało. Może dojść do tragedii, tak jak to w przypadku prezydenta Gdańska. To jest środowisko oszołomów Brauna i tego zdania nie cofnę. Widać, że to są działania kreowane przez pana Brauna, przez jego ludzi. Gaśnica, gnojowica, ale może być za chwilę użyty nóż czy broń w stosunku do kogoś, kto im nie będzie po prostu odpowiadał – mówił Stefan Krajewski w Polsat News.

Prokuratura Rejonowa w Zambrowie i Prokuratura Okręgowa w Łomży informują, że w nagraniach 35-latka pojawiły się również groźby karalne wobec premiera Tuska, ministra spraw wewnętrznych i administracji **Marcina Kierwińskiego**, ministra spraw zagranicznych **Radosława Sikorskiego** i warszawskiego prezydenta **Rafała Trzaskowskiego**.

Minister Krajewski zorganizował konferencję prasową przed biurem poselskim w Zambrowie, podczas której zapewnił, że rozumie obawy i protesty rolników, a także wszelkiego rodzaju happeningi w miejscach publicznych, ale nie może godzić się na sytuację, w której przenoszą się one pod jego prywatną posiadłość.

- Brutalnie zaatakowana została moja rodzina. Został zakłócony mir rodzinny, spokój. Zaatakowana żona, dzieci. Nie ma miejsca na to, żeby dochodziło do takich sytuacji gdziekolwiek. Dzisiaj i rodzina, i sąsiedzi są przestraszeni, przerażeni tą całą sytuacją. Ale na pewno nie dam się zastraszyć – mówił minister rolnictwa.

ROLNICY SIĘ ODCINAJĄ

W programie „Tydzień" w TVP1 wystąpił **Damian Murawiec**, jeden z liderów Oddolnego Ogólnopolskiego Protestu Rolników.

- My, jako organizatorzy piątkowego protestu, odcinamy się od tego typu zachowań. OOPR nie stoi za tym incydentem. Oczywiście, manifestujemy, wyrażamy sprzeciw, organizujemy pokojowe protesty, ale tego typu zachowania to pojedynczy wybryk, który nie był konsultowany ani przez nas aprobowany – powiedział Murawiec.

W środowisku rolników plotkuje się, że działania 35-latka to rodzaj sabotażu. Uwaga z protestów przeciwko umowie UE-Mercosur przeniosła się w kierunku wydarzeń pod domem ministra. Krajewski podziękował organizacjom rolniczym za odcięcie się od tego zdarzenia. Politycy PSL zaapelowali do innych partii o tonowanie nastrojów.

DYYMISJA KRAJEWSKIEGO?

Klub parlamentarny PiS złożył wniosek o odwołanie ministra Krajewskiego z funkcji ministra rolnictwa. Takiego informacje przekazał prominentny członek tego ugrupowania **Mariusz Błaszczak**. Powód? Nieskuteczność w próbach zatrzymania umowy UE-Mercosur. **Władysław Kosiniak-Kamysz**, wicepremier i minister obrony narodowej, określił to politycznym ujadaniem.

Dzwonimy **do Rafała Meklera**, lidera lubelskiej Konfederacji, prezesa Komitetu Obrony Przewoźników i Pracodawców Transportu, działacza zaangażowanego w protesty przeciwko paktowi handlowemu UE-Mercosur na szczeblu lokalnym i ogólnopolskim.

- Minister Krajewski zawiódł. Zna temat, wie, gdzie jest problem, był przecież na protestach w Medyce, ale w sprawie umowy UE-Mercosur nie zrobił wystarczająco wiele, żeby zabezpieczyć interesy polskiego rolnika. Nie przemawiają do mnie tłumaczenia Krzysztofa Hetmana i „wywalczone" przez niego klauzule. Przychyliłbym się do apelu o dymisję Krajewskiego. Może przekonywać, że nic więcej nie mógł zdziałać, że się starał, że stoi po dobrej stronie. Niezmiennie uważam jednak, że imposybilizm w polityce jest największym grzechem Polski – skomentował Mekler.

eprasa.pl 8c024284d4

Wyborcza farsa w Polsce 2050

Jeszcze tydzień temu wydawało się, że Polska 2050 sprawnie wybierze nową przewodniczącą i postara się odbić od dna w sondażach. Gra o władzę miała rozstrzygnąć się między Katarzyną Pełczyńską-Nałęcz i Pauliną Hennig-Kloską. A potem wszystko się posypało.

W internetowym głosowaniu na nowego szefa Polski 2050 udział wzięło ponad sześciuset delegatów. W pierwszej turze wystartowali posłanka **Joanna Mucha**, poseł **Ryszard Petru**, poseł **Rafał Kasprzyk**, minister klimatu i środowiska **Paulina Henning-Kloska** oraz minister funduszy i polityki regionalnej **Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz**.

Poszczególni kandydaci zdobyli następującą liczbę głosów: ● Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz - 277 ● Paulina Hennig-Kloska - 131 ● Joanna Mucha - 119 ● Ryszard Petru - 95 ● Rafał Kasprzyk - 34.

Do drugiej tury, która miała odbyć się 12 stycznia, zgodnie z przewidywaniami dostały się Pełczyńska-Nałęcz i Henning-Kloska. Wartym odnotowania wydarzeniem był też niezły wynik Joanny Muchy, posłanki z Lubelszczyzny, minister sportu i turystyki w latach 2011 – 2013, wiceprzewodniczącej Polski 2050 i sekretarz stanu w Ministerstwie Edukacji Narodowej.

Kim miała być nowa szefowa Polski 2050?

Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, faworytka do objęcia sterów Polski 2050, w latach 2012-2014 była podsekretarzem stanu w Ministerstwie Spraw Zagranicznych, a w latach 2014-2016 ambasadorem Polski w Federacji Rosyjskiej. 13 grudnia 2023 roku została powołana z ramienia Polski 2050, należącej jeszcze wówczas do **Szymona Hołowni**, na urząd ministra funduszy i polityki regionalnej. Z niedawno przeprowadzonego przez CBOS badania zaufania społecznego wynika, że Pełczyńskiej-Nałęcz ufa 22 proc. respondentów, nie ufa za to 16 proc. pytanych.

W rządzie Donalda Tuska jest generalnie jednym z najwyżej ocenianych ministrów. Niedawno przyjechała do Lublina, żeby przedstawić wnioski z konsultacji publicznych dotyczących „Strategii Rozwoju Kraju do 2035 roku". Plan ten zawiera nie tylko budowę CPK i pierwszej polskiej elektrowni jądrowej czy organizację igrzysk olimpijskich w 2040 lub 2044 roku, ale też długofalową koncepcję całego kraju. –W Polsce nie może być podziału na część A i B. Każde miasto ma prawo do atrakcyjnego życia. Dotyczy to również Lublina, Zamościa, Puław i Kraśnika i całego województwa lubelskiego – mówiła 55-letnia polityczka.

Henning-Kloska od 2015 jest zaś posłanką na Sejm RP z okręgu konińsko-gnieźnieńskiego, to członkini Komisji Finansów Publicznych i wiceprzewodnicząca Komisji ds. Energii, Klimatu i Aktywów Państwowych. Od 2023 roku pełni funkcję ministra klimatu i środowiska w trzecim rządzie **Donalda Tuska**. Też niedawno była w Lublinie, żeby w siedzibie Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej opowiedzieć o rządowym programie „Czyste Powietrze".

Problemy Polski 2050

Wybór nowego lidera miał stanowić nowe otwarcie dla Polski 2050. Od wielu miesięcy partia notuje bowiem poparcie nieprzekraczające 1,6 procent. Gdyby wybory parlamentarne odbyły się w tej chwili, nie dostałaby się do Sejmu.

Z ubiegania się o stanowisko przewodniczącego zrezygnował założyciel i dotychczasowy lider ugrupowania Szymon Hołownia, który sześć lat temu zagospodarował elektorat zmęczony polaryzującym kraj duopolem władzy Prawa i Sprawiedliwości oraz Koalicji Obywatelskiej, czyli Jarosława Kaczyńskiego i Donalda Tuska. W wyborach prezydenckich zdobył prawie 14 proc. głosów i zajął trzecie miejsce. Po tym sukcesie powstała Polska 2050.

W wyborach parlamentarnych w 2023 roku partia ta wystartowała w koalicji z PSL jako Trzecia Droga. Koalicja zdobyła 14,4 proc. głosów, a sam Hołownia uzyskał mandat poselski i objął funkcję marszałka Sejmu.

Bonanza skończyła się wraz z wyborami prezydenckimi w 2025 roku. Hołownia wystąpił we wszystkich debatach, gdzie często właściwie jako jedyny zmuszony był reprezentować i bronić krytykowany zewsząd rząd, a następnie zdobył zaledwie niecałe 980 tysięcy głosów, czyli dwa i pół razy mniej niż w 2020 roku. W drugiej turze poparł **Rafała Trzaskowskiego**, który na finiszu kampanii przegrał z **Karolem Nawrockim**.

W czerwcu władze Polski 2050 i PSL ogłosiły koniec Trzeciej Drogi. W listopadzie Hołownia przestał być marszałkiem Sejmu. 49-letni polityk polował na stanowisko Wysokiego Komisarza ONZ do spraw Uchodźców. Tym został jednak **Barham Ahmad Salih**. Były współprowadzący programu „Mam talent!" w TVN nie zamierzał jednak zmieniać planów i wyraźnie oddalił się od korodującej Polski 2050. Niektórzy sceptycy przewidują, że „ucieczka" Hołowni to początek jej rychłego końca.

Działacze Polski 2050 przekonywali jednak, że partia odbije się w sondażach i wciąż będzie liczącym się graczem na politycznej mapie Polski.

Chaos

Aż nadszedł 12 stycznia 2026 roku i druga tura partyjnych wyborów. Politycy Polski 2050 w mediach społecznościowych chwalili się zdjęciami sprzed komputerów. Po chwili okazało się jednak, że zdalne głosowanie zostało anulowane ze względu na „problemy techniczne". Zawiódł system. Po prostu przestał działać. Serwer się przeciążył.

O tym, jak rozstrzygnąć powstały problem zdecyduje Rada Krajowa Polski 2050. Przewodniczącym partii formalnie pozostaje Hołownia, a w kuluarach niektórzy plotkują, że… tak już może pozostać.

JAN MAZUREK

PROMOCJA

NOWY RYTM

TEN SAM DZIENNIK WSCHODNI

Więcej Lubelszczyzny w każdy **piątek** w jednym wydaniu.

PIĄTEK

2026

dziennik WSCHODNI

ZAMÓW PRENUMERATĘ JUŻ DZIŚ

w placówce pocztowej

eprasa.pl 8c024284d4





Po ukończeniu tych liceów i techników ich absolwenci mają mieć najlepsze perspektywy

Palma pierwszeństwa dla „Unii" i „Elektronika"

SZKOLNY RANKING WOJEWÓDZKI Miesięcznik edukacyjny „Perspektywy" opublikował ranking najlepszych liceów i techników w Polsce. Na wysokich miejscach znalazły się placówki z województwa lubelskiego.

Ismena Cieśla

Ranking sporządzono już po raz 28. sporządzony. W tegorocznej edycji pod uwagę wzięto 1.411 liceów ogólnokształcących (spośród 2.249) i 1.160 techników (spośród 1.755), które spełniły kryterium wejścia do Rankingu. Głównym wyznacznikiem dla twórców były szkoły, w których maturę w maju 2024 r. zdawało minimum 12 maturzystów oraz w których wyniki średnie z egzaminów obowiązkowych z języka polskiego i matematyki były nie niższe niż 0,75 średniej krajowej. Oprócz tego pod uwagę zostały wzięte sukcesy w olimpiadach przedmiotowych, a w przypadku techników jeszcze efektywność przygotowania zawodowego.

W rankingu ogólnopolskim pierwsze miejsce ponownie zajęło XIV Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Staszica w Warszawie. Pierwsze miejsce w województwie lubelskim, zarazem 28. w rankingu krajowym, zajęło **III Liceum Ogólnokształcące im. Unii Lubelskiej**. - Cieszymy się z tego sukcesu. Do tej pory zawsze byliśmy w ścisłej czołówce, ale w tym roku Tytuł Najlepszej Szkoły w województwie lubelskim przypadł nam i jesteśmy jako cała społeczność Unii z tego dumni – tak skomentował to wyróżnienie Grzegorz Lech, dyrektor III LO im. Unii Lubelskiej w Lublinie. - Pełna trudu i zaangażowania praca uczniów i nauczycieli to niemierzalny wysiłek, który trzeba docenić i uhonorować. Jednocześnie to wyróżnienie przyjmujemy z pokorą. Dalecy jesteśmy od sądu, że wszystko u nas jest NAJ NAJ NAJ, bo tak nie jest, ale jesteśmy społecznością, która dąży do tego, aby się zmieniać i rozwijać. Tytuły oraz wyniki to nie wszystko i to nie jest dla nas najważniejsze. Najważniejsze dla nas jest to, aby Unia była szkołą, w której każdy uczeń rozwijał się na miarę swoich możliwości w dobrej atmosferze, znajdując czas również na pasje. Rozwój Atmosfera Pasja w skrócie RAP to clou tego, co na co dzień jest treścią naszego życia, naszej pracy w Unii.

Kolejne najlepsze liceum na Lubelszczyźnie to I Społeczne LO im. Unii Europejskiej w Zamościu, które zajęło 41. miejsce w rankingu ogólnopolskim. Lubelskie podium zamyka I Liceum Ogólnokształcące im. Stanisława Staszica, które zajęło 47. miejsce w rankingu ogólnopolskim.

W rankingu szkół technicznych w Polsce najlepszym wynikiem pochwalić się może Technikum Łączności nr 14 im. Obr. PP w Gdańsku. W Lubelskiem zwyciężyło **Technikum Elektroniczne im. Obrońców Lublina 1939 r.** zajmując piąte miejsce w rankingu ogólnopolskim.

Ranking jest dobrym wyznacznikiem dla ósmoklasistów oraz ich rodziców, którzy stoją przed zadaniem wybrania dalszej ścieżki edukacji. – Wobec współczesnych wyzwań rośnie rola i wartość dobrej szkoły – podkreśla prof. **Ryszard Koziołek**, przewodniczący Kapituły Rankingu, rektor Uniwersytetu Śląskiego. – Nie tylko tej, gdzie uczniowie uzyskują najlepsze wyniki. Każdej. Ponieważ szkoła stanowi obietnicę, że wspólne zdobywanie wiedzy i dzielenie się nią jest najlepszą drogą do mądrego kierowania swoim życiem poprzez rozumienie i sprawczy wpływ na świat, w którym razem żyjemy.

- Wszystkie rankingi Perspektyw oparte są na obiektywnych i mierzalnych danych pochodzących ze źródeł zewnętrznych (bazy SIO, CKE, dane komitetów głównych olimpiad przedmiotowych). W przypadku Rankingu Liceów i Techników są to wyniki egzaminów zewnętrznych (maturalne, zawodowe) i sukcesy w olimpiadach, szukamy jednak także nowych danych, które przystawałyby do wypracowanej przez lata metodologii rankingu – mówi **Waldemar Siwiński**, prezes Perspektywy Press, twórca polskich rankingów edukacyjnych i kierownik Rankingu Liceów i Techników. – Od kilkudziesięciu lat z satysfakcją pokazujemy szkoły, w których warto się uczyć. I nie chodzi tylko o najlepszych, honorowanych podczas gali rankingu. Z publikowanych przez nas tabel można odczytać znacznie więcej: która szkoła od lat utrzymuje wysoką formę, która spada, a która wspina się coraz wyżej.



Uczniowie III LO w Lublinie FOT. NADESŁANE/III LO

INNE LICEA Z WOJEWÓDZTWA LUBELSKIEGO, KTÓRE ZNALAZŁY SIĘ W RANKINGU W PIERWSZEJ „500"

79. Prywatne Liceum Ogólnokształcące im. Królowej Jadwigi w Lublinie ● **94.** II LO im. Hetmana Jana Zamoyskiego w Lublinie ● **94.** Międzynarodowe LO „Paderewski" w Lublinie ● **132.** Ogólnokszt. Liceum Lotnicze im. Żwirki i Wigury w Dęblinie ● **159.** IX LO im. Mikołaja Kopernika w Lublinie ● **202.** XXI LO im. św. Stanisława Kostki oraz LO im. Jana III Sobieskiego (oba w Lublinie) ● **216.** I LO im. Stefana Czarnieckiego w Chełmie ● **240.** IV LO im. Jana Pawła II w Łukowie ● **295.** V LO im. Marii Skłodowskiej-Curie w Lublinie ● **322.** I LO im. Marii Skłodowskiej-Curie w Rykach, Katolickie LO im. Cypriana Norwida w Białej Podlaskiej oraz II LO w Puławach ● **356.** III LO im. Cypriana Kamila Norwida w Zamościu, I LO im. Józefa I. Kraszewskiego w Białej Podlaskiej oraz LO im. Kazimierza Wielkiego w Lublinie ● **433.** I LO im. Księcia Adama Jerzego Czartoryskiego w Puławach ● **454.** I LO im. Tadeusza Kościuszki we Włodawie ● **473.** I LO im. ONZ w Biłgoraju oraz Niepubliczne LO Lubelska Szkoła Realna w Lublinie ● **494.** I LO im. Jana Zamoyskiego w Zamościu oraz IV Liceum Ogólnokształcące im. Stefanii Sempołowskiej w Lublinie

INNE SZKOŁY TECHNICZNE Z WOJEWÓDZTWA LUBELSKIEGO, KTÓRE ZNALAZŁY SIĘ W RANKINGU NA NAJWYŻSZYCH LOKATACH

32. Technikum nr 4 (ZST im. M. Skłodowskiej-Curie) w Puławach ● **37.** Technikum Ekonomiczne (ZSE im. A. i J. Vetterów) ● **43.** Technikum Zawodowego nr 2 w Lubartowie ● **56.** Technikum Zawodowe nr 3 w Łukowie ● **90.** Technikum Ekonomiczno-Handlowe (ZS nr 1) w Lublinie ● **111.** Technikum nr 2 (ZST) w Chełmie ● **121.** Technikum Chemiczne w ZSChIPS oraz Technikum Budowlano-Geodezyjne w PSBiG ● **165.** Technikum Leśne im. Polskiego Towarzystwa Leśnego w Biłgoraju ● **182.** Technikum Terenów Zieleni (PSBiG) w Lublinie ● **236.** Technikum Gastronomiczno-Hotelarskie (ZS nr 5) w Lublinie

eprasa.pl 8c024284d4

Kolej przyspiesza na Lubelszczyźnie

NIE TYLKO INWESTYCJE Rok 2025 zapisał się na kolejowej mapie Lubelszczyzny grubą kreską. Było wygodniej, bezpieczniej i – co dla pasażerów kluczowe – coraz szybciej. PKP Polskie Linie Kolejowe stawiały na konkret: nowe przystanki, parkingi „Parkuj i Jedź", nowoczesną informację pasażerską oraz inwestycje, które skracają czas podróży. A wszystko to za setki milionów złotych.

Ismena Cieśla

Przy stacjach i przystankach w regionie powstały bezpłatne parkingi w ramach „Rządowego programu budowy lub modernizacji przystanków kolejowych na lata 2021 – 2025". Największy z nich uruchomiono przy Lublinie Głównym, od strony ul. Gazowej – kierowcy mają tu do dyspozycji 100 miejsc postojowych, w tym 6 dla osób z ograniczoną mobilnością. Jest też 20 stojaków rowerowych. Nowe parkingi pojawiły się również w **Kani** (50 miejsc), przy przystanku **Krynka Łukowska** (20), w **Ustrzeszy** (6) oraz przy stacji w **Łukowie** – tam przygotowano 58 miejsc dla samochodów i 10 stojaków dla rowerów. Krótko mówiąc: auto lub rower zostawiasz, wsiadasz do pociągu i omijasz korki.

Od marca pasażerowie korzystają z nowego przystanku **Biała Podlaska Wschodnia**, zlokalizowanego przy **Akademii Bialskiej** na **ul. Sidorskiej**. Dzięki schodom i pochylniom uczniowie i studenci mają bezpieczne dojście, a nowa ulica **Józefa Bergiera** ułatwia dojazd. Z tego miejsca można pojechać m.in. w stronę **Terespola, Siedlec, Łukowa i Chełma**. To element dużego projektu na linii E20, wartego ponad 741 mln zł i współfinansowanego z programu CEF „Łącząc Europę".



Nowe przystanki, parkingi i krótsze podróże – kolej w naszym regionie ma się czym chwalić FOT. M. KORNECKI/PKP PLK

Na linii kolejowej nr 26 między **Łukowem** a **Dęblinem**, przebudowano przystanki Borowina i Horodzieżka. Nowe, 150-metrowe perony umożliwiają obsługę dłuższych składów. Są wyższe, więc wsiadanie i wysiadanie z pociągów jest po prostu wygodniejsze. Do tego wiaty, tablice informacyjne i energooszczędne oświetlenie LED.

Remont przeszły także kładki nad torami w **Jaszczowie i Zawadówce**. Zyskały nową nawierzchnię, wzmocnioną konstrukcję i – co nie bez znaczenia – zdecydowanie lepszy wygląd. Przede wszystkim jednak są bezpieczniejsze.

W 2025 roku przebudowano nawierzchnię przejazdu kolejowego na ul. Niepodległości w **Dorohusku** (linie nr 7 i 63). Na linii nr 26 zmieniono kategorię dwóch przejazdów – w **Horodzieżce** oraz przy przystanku **Borowina** – instalując nowoczesną sygnalizację świetlną i dźwiękową. Na odcinku **Łuków Łapiguz – Okrzeja** wymieniono nawierzchnię na 10 przejazdach.

Zakończono także remont czterech przepustów na linii szerokotorowej nr 63 między **Dorohuskiem a Wólką Okopską**, co poprawiło stan infrastruktury i bezpieczeństwo. Z kolei dobrą wiadomość otrzymali podróżny z południa regionu: program Kolej+ skróci przejazd z Zamościa do Lublina o około 20 minut. Powstanie nowa łącznica omijająca stację **Zawada** (1,8 km), a linie nr 69 i 72 między **Rejowcem, Zawadą** i **Zamościem** zostaną zmodernizowane i zelektryfikowane. Projekt wart 23 mln zł ma być gotowy w 2028 roku.

W połowie 2025 roku wymieniono rozjazdy na odcinku **Zamość – Hrubieszów Miasto**. Wcześniej podobne prace wykonano na trasach **Zawada – Zamość** oraz **Krzak – Zawada – Niedzieliska-Kolonia**. To część inwestycji o wartości 129 mln zł z KPO.

NOWOCZESNOŚĆ NA WYŚWIETLACZACH



FOT. DW

Dynamiczna informacja pasażerska to jedna z najbardziej widocznych zmian. Nowe wyświetlacze i nagłośnienie informują o przyjazdach i odjazdach pociągów na bieżąco – bez zgadywania i nerwowego zerkania na zegarek.

Wyświetlacze pojawiły się m.in. w **Dęblinie** (52 szt.), **Puławach - Mieście** (21 szt.), **Nałęczowie** (31 szt.), **Czesławicach** (10 szt.), **Sadurkach** (8 szt.), **Miłocinie Lubelskim** i **Motyczu Leśnym** (po 6 szt.), **Motyczu** (12 szt.), **Stasinie Polnym** (8 szt.), **Lublinie Zachodnim** (22 szt.) oraz na **Lublinie Głównym**, gdzie zamontowano aż 59 ekranów. To część projektu finansowanego z Krajowego Planu Odbudowy o wartości ponad 65 mln zł.

W **Zawadzie** powstaje lokalne centrum sterowania ruchem kolejowym, które będzie kontrolować ruch pociągów na liniach **Rejowiec – Zawada, Zawada – Hrubieszów** oraz **Zawada – Zamość Bortatycze**. Zakończenie całej inwestycji zaplanowano na czerwiec 2026 roku.

NIEODPOWIEDZIALNA MATKA W TOMASZOWIE LUBELSKIM

Noworodek z alkoholem w organizmie

Ponad 1,5 promila alkoholu we krwi miał noworodek urodzony w szpitalu miejskim w Tomaszowie Lubelskim. Jak poinformowała policja, jego 38-letnia matka trafiła do lecznicy w zaawansowanej ciąży, będąc w stanie znacznego upojenia alkoholowego. Sprawa jest badana pod kątem narażenia dziecka na bezpośrednie niebezpieczeństwo.

Jak wykazały badania, kobieta miała blisko 3 promile alkoholu we krwi. Stan matki stanowił bezpośrednie zagrożenie dla życia i zdrowia nienarodzonego dziecka, dlatego lekarze zdecydowali o natychmiastowym rozwiązaniu ciąży. Jak informują tomaszowscy policjanci, po przeprowadzonym cesarskim cięciu okazało się, że noworodek również był pod wpływem alkoholu. Badanie wykazało u dziecka ponad 1,5 promila alkoholu we krwi. Na szczęście – jak ustalili funkcjonariusze – stan noworodka jest obecnie stabilny.

– Stan kobiecy stanowił bezpośrednie zagrożenie życia i zdrowia nienarodzonego dziecka, dlatego lekarz z Oddziału Ginekologiczno-Położniczego zadecydował o natychmiastowym rozwiązaniu ciąży – informuje młodszy aspirant **Aneta Brzykcy** z tomaszowskiej policji.

Kobieta pozostała w szpitalu. Policjanci prowadzą wobec niej dochodzenie w kierunku narażenia dziecka na bezpośrednie niebezpieczeństwo utraty życia albo ciężkiego uszczerbku na zdrowiu. Za czyn z art. 160 §2 Kodeksu karnego grozi kara do 5 lat pozbawienia wolności.

ISMENA CIEŚLA
ŹRÓDŁO: PAP

REKLAMA

ZARZĄD LUBELSKIEJ SPÓŁDZIELNI MIESZKANIOWEJ W LUBLINIE

ogłasza pisemny przetarg ofertowy na sprzedaż prawa odrębnej własności lokali przy :

1. **ul. Pana Balcera 11/1 o pow. użyt. 47,90 m²** (I klatka), parter, udział 4790/2156628, cena wywoławcza: 419.000,00 zł, wadium: 20.950,00 zł;
2. **ul. Pana Balcera 11/3 o pow. użyt. 38,70 m²** (I klatka), parter, udział 3870/2156628, cena wywoławcza: 378.000,00 zł, wadium: 18.900,00 zł;
3. **ul. Pana Balcera 11/34 o pow. użyt. 57,40 m²** (II klatka), parter, udział 5740/2156628, cena wywoławcza: 480.000,00 zł, wadium: 24.000,00 zł;
4. **ul. Pana Balcera 11/35 o pow. użyt. 61,90 m²** (II klatka), parter, udział 6190/2156628, cena wywoławcza: 508.000,00 zł, wadium: 25.400,00 zł;
5. **ul. Pana Balcera 11/56 o pow. użyt. 47,90 m²** (III klatka), parter, udział 4790/2156628, cena wywoławcza: 420.000,00 zł, wadium: 21.000,00 zł;

Wadium należy wpłacać na rachunek bankowy w Spółdzielczym Banku Powiatowym w Piaskach **nr 89 8689 0007 7000 6795 2000 0060.**

Oferty wraz z dowodem wpłaty wadium oraz oświadczeniami: o wyrażeniu zgody na przetwarzanie danych osobowych i o zapoznaniu się z warunkami przetargu oraz lokalem należy składać w sekretariacie Spółdzielni ul. Rzeckiego 21 **w terminie do 06.02.2026 r.**

Otwarcie ofert nastąpi: 09.02.2026 r.

Mieszkanie można oglądać po uprzednim skontaktowaniu się z Administracją Os. im. M. Konopnickiej ul. Juranda 8, tel.: 509 845 305 i 573 104 941.

Zastrzega się prawo do zamknięcia przetargu bez dokonania wyboru oferty oraz odwołania lub unieważnienia przetargu bez podania przyczyn na każdym etapie, bez prawa dochodzenia jakichkolwiek roszczeń przez uczestników.

Szczegółowe informacje: Dział Członkowski tel.: 528-07-22; 528-07-21.

Regulamin warunków przetargu dostępny jest na stronie internetowej Spółdzielni: www.spoldzielnialsm.pl.

in828

eprasa.pl 8c024284d4

Wojewódzka ofensywa drogowa

SETKI MILIONÓW W RUCH Województwo lubelskie od kilku lat prowadzi intensywne inwestycje w infrastrukturę drogową. O skali prowadzonych prac, najważniejszych remontach oraz planach na najbliższe lata opowiada **Piotr Breś** (na zdjeciu w środku), wicemarszałek województwa lubelskiego, odpowiedzialny m.in. za drogi wojewódzkie.



FOT. ZDW LUBLIN

Paweł Puzio

Drogi wojewódzkie, oznaczone numerami trzycyfrowymi (np. 837, 857), pełnią kluczową rolę w systemie komunikacyjnym regionu, łącząc poszczególne powiaty. Choć mieszkańcy często nie rozróżniają kategorii dróg, to właśnie te trasy stanowią istotny element codziennego transportu lokalnego oraz dojazdu do pracy, szkół i firm. – W ubiegłym roku podpisaliśmy ponad 50 umów na remonty dróg wojewódzkich o łącznej wartości 115 mln zł, co pozwoliło na przebudowę ponad 135 km dróg w niemal każdym powiecie – podkreśla wicemarszałek **Piotr Breś**.

Wśród ważnych inwestycji oddanych w ostatnich miesiącach znalazła się m.in. droga wojewódzka nr 860 na odcinku od drogi 830 do stacji kolejowej **Sadurki Małe**. Choć odcinek jest stosunkowo krótki, jego kompleksowa przebudowa kosztowała 23 mln zł. Zakończono także modernizację drogi nr 828 w miejscowości **Niemce**. Inwestycja objęła nie tylko jezdnię, ale również chodniki, oświetlenie, kanalizację burzową oraz przejazd kolejowy.

Obecnie trwają prace drogowe o łącznej wartości ponad 300 mln zł. Największym realizowanym przedsięwzięciem jest przebudowa drogi wojewódzkiej nr 833 na odcinku **Annopol** – **Urzędów**. Koszt inwestycji wynosi 107 mln zł, a jej długość to niespełna 12 km. Zakończenie prac planowane jest na lipiec bieżącego roku.

W trakcie realizacji są również obwodnica **Tarnogrodu** (ok. 6 km – koszt 78 mln zł, zakończenie w 2027 roku), modernizacja drogi nr 812 w rejonie **Włodawy** (tzw. „poniemieckiej betonówki" – koszt 58 mln zł) i przebudowa drogi nr 741 w **Puławach**, prowadzącej w kierunku Wisły (koszt ponad 23 mln zł).

Jak podkreśla wicemarszałek, inwestycje drogowe są planowane w taki sposób, aby obejmowały wszystkie części województwa. – Staraliśmy się, aby w każdym regionie wyremontowany został przynajmniej fragment drogi wojewódzkiej – zaznacza.

Dodaje, że drogi wojewódzkie to nie tylko infrastruktura transportowa, ale także czynnik rozwoju gospodarczego i poprawy jakości życia mieszkańców. Dobrze zaprojektowane i wyremontowane trasy, jak choćby droga nr 835 w kierunku **Biłgoraja**, łączą funkcjonalność z walorami krajobrazowymi. Intensywna ofensywa drogowa w województwie lubelskim pokazuje, że najbliższe lata przyniosą realną poprawę komunikacji w całym regionie.

PLANY NA 2026 ROK: REKORDOWE NAKŁADY

Rok 2026 przynosi kolejne ambitne plany. W budżecie województwa na remonty dróg wojewódzkich przeznaczono ponad 650 mln zł. Inwestycje te mają nie tylko poprawić bezpieczeństwo i komfort jazdy, ale również ułatwić dostęp do lokalnych przedsiębiorstw działających poza dużymi ośrodkami miejskimi. Wśród planowanych i rozpoczynanych inwestycji znajdują się m.in. droga nr 850 w **Tomaszowie Lubelskim** (tzw. **Łaszczowiecka**), droga nr 820 **Sosnowica – Łęczna** (ważna dla mieszkańców i turystów), przebudowa drogi nr 830 – przedłużenie **Nałęczowskiej** w **Lublinie**, obwodnica **Opola Lubelskiego** (1,6 km).

Samorząd województwa przygotowuje dokumentację dla kolejnych inwestycji. Po uzyskaniu decyzji ZRID planowane są następne przetargi. Jedną z kluczowych tras jest droga nr 857 z **Modliborzyc** do **Zaklikowa**, długo wyczekiwana przez mieszkańców i przedsiębiorców. – Projekt tej drogi jest już gotowy. W najbliższym czasie złożymy wniosek o ZRID, co pozwoli rozpocząć procedurę przetargową – zapowiada Piotr Breś.

● **ZAPRASZAMY DO OBEJRZENIA WYWIADU Z WICEMARSZAŁKIEM PIOTREM BRESIEM W RAMACH CYKLU „DZIEŃ WSCHODZI", KTÓRY JEST DOSTĘPNY NA N STRONIE WWW.DZIENNIKWSCHODNI.PL I NA KANALE YOUTUBE DZIENNIKA WSCHODNIEGO.**

Rekord, który dobrze wróży

ROCZNY BILANS PLL Choć wojsko wróciło już na rzeszowską Jasionkę, a Lublin nie obsługuje obecnie pomocy dla Ukrainy, miniony rok okazał się rekordowy dla Portu Lotniczego Lublin. W 2025 roku lotnisko obsłużyło 471 tys. 101 pasażerów, co jest najlepszym wynikiem w całej dotychczasowej historii portu.

Paweł Puzio

Władze lotniska mogą pochwalić się także rekordowym wynikiem w segmencie cargo. W minionym roku zrealizowano 272 operacje towarowe, w ramach których obsłużono łącznie 7.304 tony ładunków. – Podsumowując miniony, 2025 rok, chciałbym podziękować wszystkim podróżnym za zaufanie, a naszym partnerom, kontrahentom i pracownikom za owocną współpracę. Rozwijamy się dynamicznie, rok po roku – mówi **Krzysztof Matuszczyk**, prezes Portu Lotniczego Lublin. - To efekt konsekwentnie budowanej siatki połączeń, w tym także w okresie wakacyjnym. Z kolei współpraca z Ministerstwem Obrony Narodowej i zaangażowanie w pomoc Ukrainie pokazały naszą sprawność oraz możliwości logistyczne.

Cały 2025 rok był rekordowy. 471.101 obsłużonych pasażerów oznacza wzrost o 11 proc. w porównaniu do roku wcześniejszego. W tym czasie zrealizowano 5.064 operacje lotnicze. Szczególnie udanym miesiącem był sierpień 2025 roku, który przeszedł do historii lotniska jako najlepszy pod względem liczby pasażerów. W tym miesiącu z usług Portu Lotniczego Lublin skorzystało 61 115 osób, a wykonano 626 operacji lotniczych. Kolejnym ważnym momentem było odprawienie 4-milionowego pasażera w historii lotniska.

W 2025 roku Port Lotniczy Lublin rozszerzył ofertę połączeń regularnych o loty do Rzymu oraz Barcelony. Dzięki współpracy z przewoźnikami LOT, Ryanair i Wizz Air pasażerowie zyskali dogodny dostęp do najważniejszych destynacji w Europie. Miniony rok przyniósł także rekordowy wzrost liczby lotów czarterowych. Największym zainteresowaniem cieszyły się wakacyjne kierunki do Turcji, Chorwacji, Bułgarii, Egiptu, Tunezji oraz na wyspy greckie. Nowością były zimowe czartery do Egiptu. Dynamiczny rozwój siatki połączeń stanowi odpowiedź na rosnące potrzeby mieszkańców regionu oraz lokalnego biznesu.

Port Lotniczy Lublin w 2025 roku intensywnie rozwijał również segment cargo, stając się regionalnym centrum obsługi ładunków. Przez kilka miesięcy, podczas remontu płyty lotniska w Jasionce, pełnił rolę istotnego hubu transferowego pomocy dla Ukrainy.



Władze PL Lublin przedstawiają wyniki osiągnięte w 2025 roku. Od lewej wiceprezes Marcin Kowalewski, prezes Krzysztof Matuszczyk oraz dyr. Marek Pierściński FOT. PL LUBLIN

AMBITNE PLANY

Nowy rok lotnisko rozpoczyna mocnym akcentem. W dniach 17-19 lutego Lublin będzie gospodarzem 22. edycji konferencji CONNECT, jednej z największych imprez branży lotniczej na świecie. Wydarzenie, organizowane po raz pierwszy w Polsce, zgromadzi ponad 800 ekspertów oraz przedstawicieli linii lotniczych, portów lotniczych i organizacji turystycznych z ponad 65 krajów.

– Jestem przekonany, że organizacja jednej z największych imprez branży lotniczej na świecie przyczyni się w znaczący sposób do promocji miasta Lublina i całego województwa lubelskiego – podkreśla **Marcin Kowalewski**, wiceprezes Portu Lotniczego Lublin. - Dla Portu Lotniczego Lublin udział w CONNECT to doskonała okazja do zaprezentowania atutów naszego lotniska i nawiązania nowych kontaktów biznesowych. Umacnia to naszą rosnącą pozycję w sektorze lotniczym.

Wiadomo już, że w 2026 roku z lubelskiego lotniska uruchomione zostaną nowe połączenia do **Trapani** (Sycylia), **Maastricht** (Holandia) oraz **Rijeki** (Chorwacja).

eprasa.pl 8c024284d4



WOJEWODA LUBELSKI KRZYSZTOF KOMORSKI PODSUMOWAŁ DWA LATA

Bezpieczeństwo jest priorytetem

Kadencja Krzysztofa Komorskiego jest mniej więcej na półmetku. Z tej okazji wojewoda zorganizował spotkanie dla mediów, na którym podsumował swoje dwa lata piastowania tego urzędu. Głównym tematem było szeroko rozumiane bezpieczeństwo, bowiem – jak podkreśla sam Komorski – jest to dla niego priorytet.

Adrian Mańko

Najważniejsze jest dla nas bezpieczeństwo. Województwo lubelskie stoi na straży wschodniej granicy Unii Europejskiej i wschodniej flanki NATO. Mamy najdłuższy odcinek graniczny. Nadbużański Oddział Straży Granicznej to największy oddział w Polsce. Mówiliśmy o tym po odprawie z premierem, po odprawie z ministrem spraw wewnętrznych i administracji Marcinem Kierwińskim, z którym w lecie ubiegłego roku oddaliśmy do użytku barierę elektroniczną w ramach Tarczy Wschód. To ogromne i bardzo istotne narzędzie do walki z nielegalną migracją, ważne do obrony i uszczelnienia naszej granicy – podkreślił wojewoda.

Omawiając tematy bezpieczeństwa Komorski skupił się mocno na wydarzeniach z września ubiegłego roku, kiedy to rosyjskie drony naruszyły polską przestrzeń powietrzną. Wojewoda opisał, jak wyglądały krok po kroku jego działania, od 4 nad ranem, kiedy to otrzymał informację o zagrożeniu. – Telefon, który wówczas odebrałem był najcięższym w moim zawodowym życiu. Sytuacja z tym związana nauczyła nas, że bez współpracy, bez stosowania odpowiednich procedur, bez zachowania zimnej krwi, nie udało by się skutecznie reagować – ocenia.

Wojewoda chwalił się wdrażaniem i realizacją Programu Ochrony Ludności i Obrony Cywilnej na lata 2025-2026. Województwo lubelskie dostało ponad 277 milionów złotych. W roku bieżącym ta kwota będzie jeszcze większa i sięgnie blisko 300 mln. Są to pieniądze na zakup sprzętu ratowniczego, obiekty zbiorowej ochrony, systemy alarmowania oraz szkolenia. Wczoraj Komorski prezentował zresztą zakupy poczynione w ramach tego programu przez szpital wojskowy w Lublinie.

W ramach OLIOC przeszkolono już ponad 200 wójtów, burmistrzów i prezydentów miast z regionu. Ponadto dokonano inwentaryzacji zasobów w postaci obiektów ochrony i stanów magazynowych. Podpisano również ponad 1300 umów z jednostkami samorządu terytorialnego i podmiotami ochrony ludności.

W krajowej czołówce

Same zakupy z tego programu to m.in. agregaty prądotwórcze, osuszacze powietrza, defibrylatory, beczki i cysterny na wodę pitną, traktory, łodzie ratownicze, kontenery, sprzęt łączności, odzież zabezpieczająca, maski przeciwgazowe i szereg innych rzeczy.

Komorski do swoich sukcesów zalicza również fakt, że mieszkańcy Lubelszczyzny jako pierwsi otrzymali Poradnik bezpieczeństwa – broszurę, która została rozesłana do skrzynek pocztowych. W skali kraju jej kolportaż trwa nadal. Nakład tego wydawnictwa to 16 milionów egzemplarzy, które mają trafić do wszystkich polskich domostw. – Odtworzyliśmy bazy magazynowe zasobów ochrony ludności i zakupiliśmy nowe wyposażenie za łącznie ponad 4,6 mln zł – wspomina wojewoda.



Wojewoda Lubelski Krzysztof Komorski FOT. DW

W aspekcie bezpieczeństwa wspomina także o modernizacji i rozbudowie systemy łączności radiowej. Chodzi tu m.in. o budowę masztu radiokomunikacyjnego LUW, rozbudowę stacji zdalnego sterowania czy zakup innego sprzętu do łączności. Komorski zaprezentował również informacje na temat budowy fabryki amunicji w zakładzie MESKO w Kraśniku. Produktywność zakładu szacuje się na 150 tysięcy korpusów amunicji artyleryjskiej.

– Ostatnie dwa lata to działania wieloobszarowe i wielowymiarowe, które skupiały się na tym, co jest wyjściem do przodu, na budowaniu potencjału, konieczności rozwoju, inwestowania, ale i wspierania dróg społecznych, które powinny być wspierane. To jednak również działania w reakcji na zdarzenia kryzysowe – komentuje wicewojewoda **Wojciech Wołoch**.

Wojewoda omawiał również tzw. barierę elektroniczną, czyli system słupów i kamer na białoruskim odcinku wschodniej granicy Polski. Koszt tego uruchomionego latem zeszłego roku przedsięwzięcia to około 280 mln zł.

Nie tylko obronność

Z kolei aż 10 miliardów złotych ma kosztować Tarcza Wschód, czyli Narodowy Program Odstraszania i Obrony, zaplanowany na lata 2024-2028. Główne założenie programu to budowa nowoczesnych umocnień oraz infrastruktury wojskowej na długości 800 km wzdłuż granic z Rosją i Białorusią.

Komorski ujawnił również wysokość środków przeznaczonych na inwestycje i doposażenie przejść granicznych – w 2024 roku to niecałe 9 mln złotych, a już w zeszłym roku - ponad 33.

W obszarze bezpieczeństwa wewnętrznego zwrócono uwagę na inne aspekty – m.in. najkrótszy w Polsce czas oczekiwania na połączenie z numerem 112. Wedle danych LUW to średnio 9 sekund. Komorski podkreślał, że w 2024 i 2025 roku utworzono łącznie 9 nowych zespołów ratownictwa medycznego.

– Jako wojewodowie staramy się być jak pięść, razem, by budować mosty i pomagać naszym mieszkańcom. Od początku idziemy tą drogą i bardzo dziękuję za tę współpracę, także naszym służbom, departamentom, wydziałom oraz całej administracji – mówi wicewojewoda **Andrzej Maj**.

Choć Komorski i jego współpracownicy skupili się głównie na tematyce bezpieczeństwa, to nie zabrakło również podsumowania z innych obszarów – zaprezentowano dokonania w aspekcie budowy dróg, wydatków na politykę społeczną, ochronę zdrowia, jak również rolnictwo. Podano suche dane dotyczące strat i rekompensat dla rolników w latach 2024 i 2025. Ponadto od maja 2024 funkcjonuje Województwa Rada Dialogu Rolniczego, powołania z inicjatywy Komorskiego.

Z bardziej przyziemnych tematów wojewoda pochwalił się również nowymi punktami paszportowymi – za jego kadencji powstało pięć takich miejsc.

eprasa.pl 8c024284d4





Katarzyna Bujakiewicz - polska aktorka teatralna i filmowa. Mariola w „Magdzie M.", Marta w „Na dobre i na złe", Sylwia w „Lekarzach".Grała w Teatrze Polskim w Poznaniu i Teatrze Współcze
Występowała w show Kuby Wojewódzkiego i Szymona Majewskiego. Kilka lat temu przeprowadziła się do Lublina. Prowadziła program „Bujaj się z Kaśką po Lubelszczyźnie".

Lublin oczami „nudnej

Katarzyna Bujakiewicz: - Wiele razy słyszałam, że to koniec świata, dziura, Polska B.

● Dochodzi jeszcze „dość smutne miasto". Ile w tym prawdy?

- Pochodzę z Poznania, studiowałam we Wrocławiu, po szkole aktorskiej trafiłam do Szczecina i mieszkałam tam dziesięć lat, choć mojemu ojcu raczej się ta decyzja nie podobała. Taki jednak wybrałam zawód, że jeżdżę tam, gdzie jest praca, nie wybrzydzam. W Szczecinie zresztą czułam się wspaniale.

● Ale wróciłaś do Poznania, żeby grać w Teatrze Polskim.

- Wielkopolanie mają w sobie silnie zakorzeniony lokalny patriotyzm, trochę nawet manię wielkości, w końcu jako jedyni wygraliśmy powstanie. Żartuję. Kiedy wyszłam za Piotra Maruszewskiego, trenera w Polskim Związku Lekkiej Atletyki, i zaczęliśmy myśleć o przeprowadzce do Lublina, gdzie mąż pracuje na UMCS-ie, żyłam jeszcze opiniami innych. O końcu świata, dziurze, Polsce B.

● Pamiętasz swój pierwszy raz w Lublinie?

- Przyjechaliśmy na zawody lekkoatletyczne. Jeszcze bez planu zamieszkania tu na stałe. Przeżyłam szok. Porównałam Lublin z Poznaniem czy Warszawą pod względem obiektów sportowych. Lublin wygrywa. Widać to po wynikach. Rozmawiam z lokalsami i słyszę, jak bardzo to miasto się zmieniło. I powiedz mi, bo nie wiem, w ciągu ilu lat?

● Myślę, że piętnastu.

- Ja trafiłam na moment „piku", zachwyciłam się, choć przeprowadziłam się, kiedy miasto opustoszało przez lockdown. Bez przerwy słyszałam jednak takie głosy, jak ta wypowiedź Kuba Wojewódzki o „dość smutnym mieście". Że nic się w Lublinie nie dzieje. Już po pierwszym lecie, jeszcze w dobie koronawirusa, mogłam spokojnie uznać, że to nieprawda. Miasto aż tętniło. Pamiętam, że pomyślałam: „Halo, inne miasta, a wy co robicie?"

● W „Bujaj się z Kaśką po Lubelszczyźnie" biła od ciebie niemal dziecięca radość z eksplorowania regionu.

– Nakręciłam czternaście odcinków o Lubelszczyźnie. Planowo jeden miał być z Lublina, a wyszły dwa i nadal czuję, że pokazałam za mało. Carnaval Sztukmistrzów jest czymś absolutnie wyjątkowym. Urban Highline Festival - jedynym takim wydarzeniem w Europie, zjeżdża się światowa śmietanka. W jakim innym mieście ludzie chodzą nad głowami na slackline-'ach?

● Człowiekowi towarzyszy uczucie, jakby miasto wibrowało i wirowało.

- Tak, podobnie podczas magicznej Nocy Kultury. Na niewielkiej przestrzeni każdy chyba znajduje coś dla siebie. Ja kocham mniejsze miasta, lepiej się w nich czuję. Cała nasza rodzina zyskała dwie dodatkowe godziny z życia. Przemieszczanie się w dużych aglomeracjach zakrawa o koszmar. Tu też złorzeczymy na korki, ale Lublin jest prawdziwym „piętnastominutowym miastem", bez sztucznego dorabiania ideologii.

> Nikt nie zachwyca się Lublinem bardziej od Katarzyny Bujakiewicz, która mieszka tu od kilku lat. - Wiele razy słyszałam, że to koniec świata, dziura, Polska B, a ja o Lubelszczyźnie mogę gadać i sześć godzin – mówi nam aktorka znana z seriali „Magda M." czy „Na dobre i na złe".

● Jakie lubelskie miejsca jeszcze lubisz?

- Centrum Spotkania Kultur, w którym jest kino, teatr, opera, wystawy i taras widokowy.

● Ja też, monumentalny budynek, który wkomponował się w przestrzeń, nie zjadając Ogrodu Saskiego.

- Moje koleżanki z Warszawy przyjeżdżają do Lublina, żeby zobaczyć wystawy, których u nich nie ma.

● Ostatnio wspaniałe „Co babie do pędzla?". Szersza publiczność poznała chociażby twórczość Meli Muter.

- Lublin stał się miastem, do którego przyjeżdża się po kulturę. Wiem, że mieszkańcy narzekają. Wszędzie się narzeka. Ale z perspektywy kogoś, kto mieszkał w dużym zachodnim mieście, ja narzekać nie potrafię. Patrzę jako matka. Dziecko ma blisko do szkoły. Ja mam, gdzie pójść na spacer. Lasy, pola, ekologiczna żywność. Może jestem nudna?

● A czujesz się nudna?

- Nie. Cieszy mnie, że Lublin jest bezpieczny, moja córka wychodzi z domu, a ja się o nią nie boję. W przyszłości ma tu świetne uniwersytety, a w razie czego Warszawa jest rzut beretem - półtorej godziny nową trasą. Jak czegoś mi brakuje, to tylko pracy, ale to nie problem, po prostu do niej dojeżdżam. Śmieję się, że mieszkam trochę jak ludzie w Konstancinie, tylko że w Lublinie są ludzie sympatyczniejsi.

● Aż tak padłaś urokiem mieszkańców Lubelszczyzny?

- Zaznałam wschodniej gościnności. Ledwo przyjechałam, a już wszyscy chcieli pomagać. Nosili meble, pożyczali rzeczy, zajmowali się córką. Mały powrót do lat dziewięćdziesiątych, których atmosfera gdzieś wyparowała, przynajmniej w Poznaniu. W Lublinie sąsiedzi rzucają mi sałatę przez płot, bo „za dużo wyrosło". W pandemii obcy ludzie, dziś przyjaciele, przyjmowali nas w swoje domy, karmili, pomagali się odnaleźć. Ale do brzegu, bo ja o Lublinie mogę gadać i sześć godzin…

● Myślisz, że gdybyś była trzydzieści lat młodsza, też potrafiłabyś się nim tak zachwycać?

- Obserwuję zawodników i zawodniczki mojego Piotra. To młodzi ludzie i oni tu prowadzą intensywne życie. Studiują, trenują, mają do tego warunki. Jak słyszę o ich weekendach, utwierdzam się w przekonaniu, że moje wrażenia nie są odosobnione i podzielają je także młodsi.

● Kuba Wojewódzki ostatnio w podcaście na Onecie mówił, że był w Lublinie kilka razy, ale nie znalazł tu niczego dla siebie.

- Rozumiem go, ma prawo do takiej opinii. Ja niestety nie wiem, gdzie w Lublinie można pochodzić po klubach, ale mogę podać numery do koleżanek, które zaraz powiedzą, gdzie można potańczyć, napić się, pośpiewać karaoke, zjeść w nocy. Centrum kwitnie. Restauracje są otwarte, żywe, ciągną się od Zamku, przez Stare Miasto, do restauracji Ostro, nawet dalej w stronę CSK. Tłum ludzi na ulicach, a moi znajomi zwracają uwagę na poczucie bezpieczeństwa. Można chodzić z dziećmi. Do późna. I po prostu czuć się normalnie. Dlatego wróciłam do opowiadania o Lublinie w mediach społecznościowych.

● A co ci się w Lublinie nie podoba?

- Drobne rzeczy, jak wszędzie. Pod moim domem była piękna ścieżka spacerowa, zalali ją betonem. Walczę o swoje podwórko, jak mogę - podpisuję petycje, rozmawiam. Ale patrząc całościowo, z perspektywy młodych ludzi i mnie jako „nudnej pani domu", Lublin daje mnóstwo możliwości. A poza tym podobno inteligentni ludzie się nie nudzą, więc nawet jeśli nie mamy codziennej oferty turystyczno-zabawowej, to czy to powód, żeby przekreślać całą resztę?

● Przekonujesz do Lublina znajomych z „wielkiego świata"?

- Moja przyjaciółka, która najbardziej krzyczała: „Gdzie ty w ogóle jesteś?", przyjechała do mnie w lutym. Przeszliśmy się po śniegowym błocie, a nie po lipcowym Lublinie jak z włoskiego miasteczka. Wyjeżdżała zauroczona. Mówiła: „Ja cię rozumiem". Z centrum nawet nie trzeba wyjeżdżać, choć można - mamy przecież Zalew Zemborzycki.

eprasa.pl 8c024284d4



esnym w Szczecinie. Ostatnio też w „Emigracji XD"i „Idź przodem, bracie".

KADRY Z PROGRAMU „BUJAJ SIĘ Z KAŚKĄ PO LUBELSZCZYŹNIE"

pani domu"

● Który w niektórych kręgach ma opinię syfiastego.

- Wolałabym oczywiście, żeby był urokliwym jeziorkiem, jak na pojezierzu łęczyńsko-włodawskim. Ale przecież ma coś w sobie: restauracje, bary, basen, las, dookoła ścieżka rowerowa. Mnie to się podoba. Nie dalej niż wczoraj tata mówi: „Wracaj". A ja na to: „Nie wracam!". W listopadzie 2025 roku została oddana nowa, piękna hala lekkoatletyczna. Mąż powiedział, że już nigdzie poza Lublin nie będzie jeździł, na żadne obozy, tylko te obowiązkowe. Jedyne, czego mi tu brakuje, żebym była zupełnie przeszczęśliwa, to morze.

● Rozbestwiasz się już w tej wizji.

- Rozmawiałam kiedyś z przewodnikiem, który mówił mi, że na Roztoczu poziom jodu jest wyższy niż nad Bałtykiem.

● Morze więc jest. A co ze stereotypem, że u nas to ciemnogród?

- Czasami jestem wyzywana pod kątem politycznym. Że Poznań to taki otwarty, tolerancyjny, zachodni, a Lublin okrutnie zacofany. I że u nas zamieszki, bo uchodźcy atakują na ulicach. Jacy uchodźcy? To nasi studenci! Nikogo nie atakują i nie są atakowani.

● Trzecia największa lubelska mniejszość narodowa to obywatele Zimbabwe.

– Po ulicach chodzą cudowne, prześliczne czarnoskóre dziewczyny. Afroamerykanki w turbanach, strojach ludowych. Mamy ogromną wielokulturowość, a o żadnych rasowych szykanach nie słyszałam.

● Miewasz FOMO, czyli lęk przed przegapieniem ważnych wydarzeń?

- Nie, zupełnie. Dorosłą karierę aktorską zaczynałam w Szczecinie, gdzie w tamtych czasach nie działo się nic. Wystarczyły jednak chęci, żeby wsiąść do samochodu i po półtorej godziny być w Berlinie. Nie nudziłam się. Tak samo teraz FOMO jest mi obce. Warszawa jest wielka i kusząca, ale czy na przykład Wrocław - poza Przeglądem Piosenki Aktorskiej, choć to moja bańka - daje realnie „większy świat" niż Lublin? Mam poważne wątpliwości. Wszystko ostatecznie rozbija się o otwartość.

● Otwartość na co?

- Na miasto, na ludzi, na ciekawość. Po „Bujaj się z Kaśką po Lubelszczyźnie" często słyszałam od rodowitych mieszkańców regionu, że czegoś nie znali albo gdzieś nigdy nie byli. Przywykli do widoków i pytali: „To serio jest fajne?". Serio, serio.

● Gdyby młoda aktorka zapytała cię, czy warto zostać w Lublinie i stąd budować karierę, co byś jej powiedziała?

- Powiedziałabym dokładnie to, co kiedyś usłyszałam od Kazimierza Kutza: „Nieważne, gdzie jesteś, ważne, że grasz i pracujesz". Wszyscy pukali się w głowę na mój Szczecin, a właśnie tam najbardziej się zawodowo rozwinęłam. W mniejszym ośrodku miałam większe szanse na główne role. Do Warszawy jeździłam na castingi, ale już z doświadczeniem.

● Nie kusiło cię, żeby przenieść się na stałe do Warszawy?

- Nigdy nie mieszkałam w Warszawie. Uważam, że nie trzeba z niej pochodzić ani się do niej przeprowadzać, żeby robić karierę, choć nie lubię tego słowa. Życie w Lublinie niczego nie przekreśla. Są tu teatry. Castingi często odbywają się zdalnie, self-tape'y można wysłać z każdego miejsca, a jeśli trzeba pojechać na plan filmowy, to żaden problem. Połączenia z resztą kraju są dziś nieporównywalnie lepsze niż kilkanaście czy kilkadziesiąt lat temu. Mało tego, wielki świat filmu naprawdę często przyjeżdża do Lublina. To chyba jedno z najczęściej filmowanych miast w Polsce.

● Tęsknisz za sławą?

–W aktorstwo wchodziłam w latach osiemdziesiątych. Uwielbiam etos tej pracy. Przeżyłam sławę dziecięcą, potem „rockstarowy" czas „Magdy M." i „Na dobre i na złe". Dziś aktorzy nie są już tak popularni jak youtuberzy - ich rozpoznawalność opiera się na innych mechanizmach, głównie na umiejętności generowania wyświetleń. To oni przejęli uwagę. Nie złoszczę się na to. Przynajmniej mam święty spokój. Nie tęsknię za szałem. Wolę chodzić bez makijażu, w dresach. Trochę jestem antygwiazdą. Staram się być zwyczajna. Blisko ludzi.

ROZMAWIAŁ JAN MAZUREK

BYCHAWIANKA I ŁODZIANIN NA NAJWYŻSZYM SZCZYCIE ANTARKTYDY

Relacja prosto z lodowca

Magdalena Gąbka i Marcin Górecki zdobyli najwyższy szczyt Antarktydy. Para podróżników, alpinistów i ultrabiegaczy 6 stycznia stanęła na Masywie Vinsona (4892 m n.p.m.), który zaliczany jest do Korony Ziemi.

Katarzyna Nakonieczna

Nasz, maksymalnie kilkunastostopniowy mróz nijak ma się do warunków panujących obecnie na Antarktydzie. Być może dzięki zimowej aurze za oknem łatwiej będzie wczuć się w opowieść Magdy i Marcina, którzy o zdobywaniu szczytu oraz przebiegu całej wyprawy opowiedzieli nam prosto z lodowca.

– Cała akcja górska trwała siedem dni – relacjonują. - Po skomplikowanej podróży dotarliśmy do Union Glacier, skąd awionetka przetransportowała nas do Base Campu pod górą. Do obozu pierwszego, tzw. Low Campu, oprócz plecaków ciągnęliśmy sanki. Do obozu drugiego – High Campu – szliśmy już z ciężkimi plecakami, zostawiając sanki niżej. Mieliśmy do pokonania ponad kilometr przewyższenia, a na większości tej drogi korzystaliśmy z lin poręczowych. Podczas wspinaczki przerwy są ustalone odgórnie – każda żółta flaga oznacza „czas na siku", czyli tzw. pi hole. Tylko w tych miejscach można się załatwić lub wylać mocz z butelki, którą cały czas nosimy przy sobie. Podstawowa zasada panująca na górze jest prosta: ma być czysto i bezpiecznie. Z ostatniego obozu na szczyt ruszyliśmy 6 stycznia o godz. 9.00, w pięknym słońcu. Atak szczytowy trwał łącznie 9,5 godziny wraz z zejściem do wyższego obozu. Zaskoczyła nas wyjątkowo dobra pogoda – było cicho, słonecznie i momentami zdejmowaliśmy kurtki. Nie zapominajmy jednak, że to Antarktyda. Nawet przy takim słońcu panuje siarczysty, 40-stopniowy mróz.

A jak jest na samej górze?

– Widoki ze szczytu są obłędne. Przejrzystość powietrza i piękno gór zostaną z nami na zawsze. Czytelników zapraszamy na nasze profile na Facebooku i Instagramie, gdzie można obejrzeć relacje z wyprawy. Najzimniejszą noc całej ekspedycji spędziliśmy w High Campie. Przy huraganowym wietrze rozbijaliśmy namiot, a gogle pokryte lodem sprawiały, że praktycznie nic nie widzieliśmy. Na szczęście latem na Antarktydzie przez całą dobę jest jasno – piszą w wiadomości do redakcji.

Przypomnijmy, że niemal rok temu Magda i Marcin próbowali zdobyć Mount Everest. Pomimo długich przygotowań i intensywnych treningów nie udało im się wówczas dotrzeć na sam szczyt.

Kondycję i sportową pasję Magdalena Gąbka i Marcin Górecki rozwijają od lat, regularnie uczestnicząc w różnorodnych aktywnościach i treningach. W swoim górskim CV mają około 30 szczytów z całego świata – od Andów po Himalaje. Ich największym marzeniem jest zdobycie Korony Ziemi, czyli najwyższych wierzchołków każdego kontynentu. Masyw Vinsona jest jednym z nich.



Polacy zdobyli najwyższy szczyt Antarktydy

FOT. NADESŁANE

eprasa.pl 8c024284d4

NASZ CYKL DZIEWCZYNY Z KALINY, CHŁOPAKI Z KROCHMALNEJ

Plac Litewski był dla wszystkich: rowerzystów, meneli, homoseksualistów i zomowców

Chodziłem do szkoły podstawowej nr 24 na rogu Niecałej i Radziwiłłowskiej i „bujałem" się po tych samych ulicach co pan Jacek z ulicy Niecałej (od red: tekst „Na Starym Mieście rządziła łobuzerka, a na Niecałej banda „Generała"). Niewiele osób pamięta, jak kiedyś wyglądało szkolne boisko przy tej szkole. To był zwykły plac ze żwirem czy też żużlem. Po każdej lekcji WF, a zwłaszcza po grze w piłkę, wyglądało się jak obraz nędzy i rozpaczy. Nogi obowiązkowo brudne do kolan i nierzadko pozdzierane kolana, a do tego drobinki tego „czegoś" powbijane w rany – wspomina pan Artur.

Wchodząc na to boisko od strony Radziwiłłowskiej po prawej stronie był odgrodzony wąski pas, coś na kształt bieżni, też z tym żużlem rzecz jasna. I tu ta ciekawostka – właśnie w tamtym miejscu wykopywało się pociski karabinowe. Sam miałem kilka sztuk.



Plac Litewski

FOT. JOANNA ZĘTAR, TEATR NN

Nauczycielka matematyki

Większość wspomnień odnosi się do szkoły. Nigdy nie zapomnę najlepszej nauczycielki od matematyki jaką kiedykolwiek miałem. O ile na inne lekcje chodziło się niekiedy z przymusu to na matematykę ja chodziłem bardzo chętnie. To była Pani Irena Orzeł. Naprawdę świetna nauczycielka, która umiała pracować z dziećmi i do czegoś je zachęcić. W tym przypadku akurat do matematyki.

Były też inne historie, których nie sposób zapomnieć. Pod koniec mojej 7 klasy z ubikacji na drugim piętrze przez okno wyleciał kibel. W tym samym roku kolega wiedząc, że nie zda do następnej klasy, powyrzucał przez okno wszystkie książki na boisko. I ten sam kolega, idąc po świadectwo – oczywiście bez promocji do następnej klasy – wręczył wychowawczyni kwiatek z czarną wstążką z napisem "Ostatnia droga".

W fontannie kąpały się dzieci

Po szkole najbliżej był Plac Litewski, albo skwerek na Dolnej 3-go Maja przed rzeką Czechówką po lewej stronie. Skwerku nie ma, a Plac Litewski, jak go teraz widzę, to mi się płakać chce... Mam wrażenie, że Lublin powoli zamienia się w kamienne miasto. Jak nie kostka brukowa to płyty betonowe. Co w tym ładnego?

Ciekawym miejscem na starym Placu Litewskim była wierzba płacząca, niedaleko bocznego wejścia do UMCS. Ulubione miejsce meneli. Zwisające gałęzie z każdej strony skutecznie osłaniały przed widokiem, a wejście znali zainteresowani. Niedaleko ówczesnego szaletu miejskiego było ulubione miejsce homoseksualistów. Fontanna może nie była tak elegancka jak teraz (chociaż to kwestia gustu), ale w ciepłe dni przyciągała mnóstwo osób, a zwłaszcza dzieci. I można było w niej chodzić do woli. Zresztą były dwie fontanny bo zaraz obok była mniejsza, równie popularna.

Na rowerze bez trzymanki

Plac zabaw może nie był z nowoczesnym wyposażeniem, ale był i w zupełności nam wystarczał. Były jedne większe drabinki, które nie raz skłaniały do gimnastycznej rywalizacji. Niestety, kiedyś jednemu z nas nie wyszło i zabrało do pogotowie. Skończyło się na wstrząśnieniu mózgu.

Jeździliśmy też oczywiście na rowerach i tu też głównie po Placu Litewskim, ale też po tym skwerku przed Czechówką. A jak się zrobiło kartę rowerową to już była pełna swoboda.Kurs był oczywiście organizowany w szkole. Z kartą można było już luksusowo – bo po ulicy, a nie po chodniku – wybrać się gdzieś dalej. Na przykład na Górki Czechowskie. To było ciekawe miejsce. Był czołg, było działko przeciwlotnicze. Były kanały po których można było sobie pochodzić.

A wracając do jazdy na rowerze po Placu Litewskim to też mieliśmy kiedyś niespodziankę. To było jakoś latem, jeździliśmy z kolegami. Zaczepił nas pewien starszy pan i zaproponował, że kupi nam po lodzie, jeśli uda nam się objechać cały plac dookoła bez trzymania kierownicy. Koledze chyba się udało już za pierwszym razem, mnie za drugim. Ale po lodzie zarobiliśmy.

Era automatów

Za czasów szkolnych chodziliśmy doj knajpki koło Placu Litewskiego, tam gdzie kiedyś był postój taksówek, był też bar mleczny na Krakowskim Przedmieściu. Doskonale pamiętam Jedną z pierwszych pizzerii w Lublinie, która znajdowała się na dzisiejszej ulicy Peowiaków. Ta pizza była z reguły z kurczakiem. Czasem trzeba było się trochę poczekać, bo na tę pizzę zjeżdżali się ludzie z całego miasta.

A skoro o Peowiaków mowa to trudno nie wspomnieć o najbliższym kinie Wyzwolenie. Chodziliśmy też do innych kin: do Kosmosu, do Robotnika, do Domu Nauczyciela, do Staromiejskiego. Chociaż do tego ostatniego to najrzadziej, bo można było zarobić butelką w głowę od miejscowych okupujących balkony.

I w końcu nastała era automatów. Rowery w odstawkę, kino w odstawkę. Godziny spędzone na maszynach. Najbliższym, ulubionym przybytkiem był "Reflex" mieszczący się w suterenie na zbiegu Kościuszki i Peowiaków. Tam nawiązywało się nowe znajomości z ludźmi z różnych miejsc Lublina. Były też i minusy tego miejsca. Bardzo często pojawiali się niemile widziani goście, którzy podjeżdżali drogimi, jak na tamte czasy, samochodami i okupowali cześć maszyn. Na szczęście były inne przybytki, najbliższy na skwerku koło LDK-u (od red: dawniej Lubelski Dom Kultury, dziś Centrum Kultury w Lublinie), ale jeździło się też na Maki.

Ucieczka przed zomowcami

Jeszcze taka wspominka. Do naszej szkoły chodzili wszyscy z najbliższej okolicy: z Niecałej, ze Staszica, z Zielonej, z Krakowskiego, z Dolnej 3-go Maja, z Ogrodowej, z Narutowicza, z Okopowej, z Leszczyńskiego. Jak się miało takich kolegów, to się znało wszystkie przejścia, niekoniecznie oficjalne. Wszystkie skróty, zaułki. Dzisiaj już niewiele z tego zostało. Dla przykładu: kolega mieszkał w domu na Dolnej 3 Maja, tam gdzie kiedyś osunęła się skarpa, a dzisiaj jest hotel. Ze szkoły można było dojść w okolicę zejścia w Dolną 3 Maja nie idąc ani razu po chodniku. Wchodząc w bramę na 3 Maja można było wyskoczyć na Ogrodową. Co prawda trzeba było przejść przez czyjeś działki, ale się dało.

I ta umiejętność kiedyś się przydała. Postanowiliśmy, jak zawsze, pójść pograć w piłkę na Plac Litewski. Dochodząc do Placu usłyszeliśmy jakieś okrzyki, nawoływania z okolicy poczty. Człowiek ciekawy, to poszliśmy zobaczyć, o co chodzi. I tu się zaczął pech. Nie zwróciliśmy uwagi, jaki to był dzień, w sumie w tym wieku mało się zwracało uwagę na te sprawy. A to akurat był 3 maja, a my trafiliśmy na akcję ZOMO skierowaną do nielegalnej wówczas demonstracji. Nie miał znaczenia nasz wiek. Zaczęliśmy uciekać, a zomowcy zaczęli nas gonić. I wtedy przydała się znajomość okolicy. Wpadliśmy właśnie w tę bramę na 3 Maja i przez ogródki uciekliśmy na Ogrodową. Z tego, co pamiętam, to jednak jeden z nas oberwał pałką po plecach zanim ich zgubiliśmy.

Prowokator

Z okresu stanu wojennego mam jeszcze jedno wspomnienie. Któregoś wieczoru naprzeciwko naszych okien, pod UMCS, stanął transporter opancerzony, chyba ze dwie nyski policyjne i oddział ZOMO. Być może był też czołg, tego nie jestem pewien.

Oczywiście wszystko to oglądaliśmy zza firanek i przy zgaszonym świetle. W którymś momencie zza kordonu zomowców wybiegł mężczyzna i zaczął wołać "Solidarność, Solidarność". Była to oczywiście nieudolna akcja prowokacyjna, bo skąd wśród oddziału ZOMO mógł się wziąć ktoś taki? I wtedy moja matka nie wytrzymała, wyszła na balkon i zawołała "To prowokator, nie słuchajcie go, to prowokator!". Na reakcję nie trzeba było długo czekać. Nie wiem z czego oni wtedy strzelili, ale kamienicą porządnie zatrzęsło. Cud,że szyby w oknach się ostały, chociaż w jednym oknie mieliśmy później pękniętą szybę.

NOT. MAGDALENA BOŻKO-MIEDZWIECKA

DZIEWCZYNY Z KALINY, CHŁOPAKI Z KROCHMALNEJ

Czekam na opowieści o Waszych ulicach: magdabozko@poczta.onet.pl

Sławi

Gdyby nie obydw
z różnych zakątków

Krzysztof Załuski

Zaczęło się od plotek o miejscowych źródełkach, które zasilały pobliskie stawy. W XIX wieku okoliczni mieszkańcy nie mogli się nachwalić doskonałej jakości tutejszej wody. Niektórzy mówili wprost, że woda ze źródełka skutecznie wyleczyła ich z różnych chorób i dolegliwości. Nic dziwnego, że wkrótce zaczęli tu przyjeżdżać mieszkańcy Lublina. Chcieli sprawdzić, czy rzeczywiście te pogłoski są prawdziwe.

Wieść o cudownych właściwościach okolicznych wód rozeszła się lotem błyskawicy. O Sławinku zrobiło się głośno. Coraz więcej osób dostrzegło też turystyczne walory tego miejsca, które wkrótce stało się jednym z ulubionych przez Lublinian. Na początku XX wieku wiele przewodników turystycznych zachęcało do odwiedzenia Sławinka i zażywania leczniczych kąpieli.

Sławinek był wówczas **niewielką wsią nad Czechówką**, położoną w małej kotlinie otoczonej wzgórzami. Sielankowy krajobraz zachęcał do wypoczynku.

WODA ZE ZNAKIEM JAKOŚĆI

Lubelscy aptekarze, do których również dotarły wieści o wyjątkowych zaletach wody sławinkowskiej byli jednomyślni – analiza jej składu nie pozostawiała złudzeń. Był podobny do wody nałęczowskiej, która cieszyła się już wtedy dużym powodzeniem. Ta ze Sławinka według wielu nie ustępowała jakością nawet wodom pochodzącym ze znanych, zagranicznych uzdrowisk.

Wydawało się, że teren Sławinka może stać się wkrótce żyłą złota. Nic dziwnego, że już na początku XIX wieku powstał tu pierwszy „zakładzik kąpielowy" – na wzór Nałęczowa. Był dogodnie położony – niedaleko miasta, w pobliżu głównego traktu na Warszawę.

Przez kolejne lata Sławinek cieszył się coraz większą popularnością. Przyczyniły się do tego kolejne badania wody, potwierdzające, że mają one rzeczywiście właściwości lecznicze. Taką też opinię wydali lekarze. Wkrótce było

eprasa.pl 8c024284d4

TV PROGRAM
dziennik WSCHODNI .pl
16 – 22.01.2026



Wypisz, wymaluj... miłość

TVP 1, niedziela 18.01, godz. 22.25

Jack i Dina są nauczycielami w tej samej szkole. On to niespełniony literacki talent, który od lat nie może wydać książki. Stara się znaleźć spełnienie, redagując szkolną gazetkę. Próbuje również oderwać uczniów, nazywanych przez niego androidami, od smartfonów. Ma problemy z alkoholem i nie potrafi stworzyć więzi z dorosłym synem, który wciąż wzbudza w ojcu poczucie winy. Ona to ceniona malarka włoskiego pochodzenia. Jednak z powodu choroby tworzy coraz rzadziej. Oboje są nieszczęśliwi. Kiedy Dina pojawia się w szkole, Jack - zainspirowany przybyciem kobiety - rzuca jej wyzwanie. Mają pokazać swoim podopiecznym, co jest ważniejsze: słowa czy obrazy. Dina bierze udział w rywalizacji. Szybko okazuje się, że ona i Jack mają więcej wspólnego, niż początkowo sądzili. Wszystkie obrazy Diny Delsanto, które zostały pokazane w filmie, namalowała odtwórczyni tej roli, Juliette Binoche.



Zanim odejdą wody

TVN, sobota 17.01, godz. 22.35

Atlanta. Architekt Peter Highman jest przejęty faktem, że za kilka dni urodzi się jego pierwsze dziecko. Przyszły tata spieszy się na samolot do Los Angeles, gdzie mieszka i ma towarzyszyć swojej żonie Christine przy porodzie. Jednak jego plany ulegają zmianie, kiedy spotyka początkującego aktora Ethana Tremblaya. Wybiera się on do Kalifornii z zamiarem zrobienia błyskotliwej kariery telewizyjnej. On i Peter wdają się w kłótnię na pokładzie, wskutek czego obaj zostają usunięci z samolotu. Bagaż Highmana leci do Los Angeles, a on zostaje bez pieniędzy i kart kredytowych. Nieoczekiwanie Ethan proponuje mu wspólną podróż wynajętym autem do Kalifornii. Zdesperowany Peter przystaje na jego ofertę. Wkrótce jednak przekonuje się, że Tremblay jest najgorszym towarzyszem, jakiego można sobie wyobrazić. Wspólna wyprawa okazuje się niekończącym się koszmarem pechowych zdarzeń...



Love, Rosie

TVP 2, sobota 17.01, godz. 23.25

Rosie (Lily Collins) i Alex (Sam Claflin) są przyjaciółmi od najmłodszych lat, wspólnie dorastają i spędzają razem każdą wolną chwilę. Wydaje się, że są sobie przeznaczeni, jednak za późno zdają sobie sprawę ze swoich uczuć. Rosie zachodzi w nieplanowaną ciążę z kolegą ze szkoły, a Alex opuszcza Dublin, by podjąć studia w Bostonie. Tam żeni się z ich wspólną znajomą. Urokliwa i wzruszająca komedia romantyczna o przyjaciołach z dzieciństwa, których drogi rozchodzą się na lata, zanim odkryją, że są dla siebie stworzeni.



Świat to za mało

TVP 2, niedziela 18.01, godz 19.00

Pod dnem Morza Kaspijskiego zostają odkryte znaczne złoża ropy naftowej. Staje się to powodem walki między korporacjami o prawo do eksploatowania kopaliny. Szef firmy King Enterprises, sir Robert King zostaje zamordowany w siedzibie brytyjskich tajnych służb. Opuszczający budynek James Bond zostaje postrzelony. Rana okazuje się niegroźna, więc agent rozpoczyna pościg za kobietą, która chciała go zabić. Kobieta ginie, a wkrótce wychodzi na jaw, że pracowała dla bezwzględnego terrorysty...



Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

Polsat, niedziela 18.01, godz. 19.55

Thorin Dębowa Tarcza, hobbit Bilbo oraz ich towarzysze odzyskują skarb Ereboru, który był strzeżony przez potężnego smoka Smauga. Dowódca kompanii krasnoludów nie potrafi oprzeć się bogactwu. Poświęca przyjaźń i honor, by się nim napawać. Na domiar złego pod Samotną Górą zjawiają się wojska elfów oraz ludzi, którzy zamierzają przejąć część złota krasoludów w ramach rekompensaty za straty poczynione przez smoka. Bestia przez lata pustoszyła okolicę i niszczyła należące do nich osady. Dumny Thorin nie zamierza jednak ulegać żądaniom przybyłych. Bilbo pragnie zażegnać konflikty. W tajemnicy przekazuje elfom arcyklejnot. Skarb zostaje przez nich wykorzystany jako dodatkowy argument w negocjacjach z Thorinem, a hobbit w oczach krasnoludów zaczyna uchodzić za zdrajcę.



Tożsamość

TVN, poniedziałek 19.01, godz. 20.55

Doktor Martin Harris przylatuje z USA do Niemiec na konferencję biotechnologiczną. Towarzyszy mu młoda żona Elizabeth. Na lotnisku w Berlinie amerykański naukowiec zostawia teczkę z paszportem oraz tekstem swojego wystąpienia. Zauważa to jednak dopiero w hotelu. Chce wrócić po zgubę. W drodze ma poważny wypadek samochodowy. Zostaje ciężko ranny i spędza cztery dni w szpitalu pogrążony w śpiączce. Gdy odzyskuje przytomność, okazuje się ma problemy z pamięcią. To jednak dopiero początek jego kłopotów, które nie są tylko zwykłą amnezją po wypadku. Gdy Martin wraca do hotelu, Elizabeth oświadcza, że go nie zna...



Pokot

TVP 2, wtorek 20.01, godz. 23.30

Janina Duszejko (Agnieszka Mandat), emerytowana inżynier, mieszka w małej wiosce gdzieś w Sudetach. Jest nauczycielką angielskiego w tamtejszej szkole, w wolnym czasie zajmuje się stawianiem horoskopów i rozszyfrowywaniem tajnych komunikatów zawartych w gwiazdach. Spośród innych mieszkańców wsi wyróżnia ją bardzo osobisty stosunek do zwierząt, zarówno tych dzikich, jak i udomowionych. Pewnej zimowej nocy Duszejko znajduje zwłoki mieszkającego w sąsiedztwie kłusownika. Okoliczności jego śmierci wydają jej się wyjątkowo tajemnicze. Sprawa robi się jeszcze bardziej niepokojąca, kiedy w okolicy dochodzi do serii morderstw dokonanych na myśliwych. Janina, widząc bezradność policji, postanawia wszcząć prywatne śledztwo.



Pianista

TVP 1, środa 21.01, godz. 21.10

Wrzesień 1939 roku. Wojska niemieckie wkraczają do Warszawy. Okupanci wprowadzają w mieście własne zasady. Ludność żydowska musi dostosować się do wyjątkowo restrykcyjnych przepisów. Rodzina polskiego pianisty żydowskiego pochodzenia, 28-letniego Władysława Szpilmana, by przeżyć, wyprzedaje wszystkie cenne rzeczy, w tym także fortepian. Niebawem prześladowania nasilają się. Warszawscy Żydzi zostają przesiedleni do utworzonego specjalnie dla nich getta. Z czasem Niemcy zaczynają wywozić ludzi do obozów koncentracyjnych. Władysław, dzięki pomocy żydowskiego policjanta, unika wywiezienia do obozu zagłady. Trafiają tam jednak jego rodzice, dwie siostry i brat. Już nigdy więcej ich nie ujrzy. Wkrótce muzykowi udaje się uciec z getta. Po powstaniu warszawskim ukrywa się w ruinach zburzonego miasta. Tutaj odnajduje go niemiecki oficer, który okazuje się wielkim melomanem. To dzięki jego pomocy Szpilmanowi udaje się przetrwać do końca wojennego koszmaru.

© www.telepress24.com telepress24@gmail.com

eprasa.pl 8c024284d4

PIĄTEK 16 STYCZNIA

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
7.30 Agape Blisko Ciebie
8.00 Serwis Info, Pogoda
8.20 Okrasa łamie przepisy
9.00 Ranczo s.V (60) - serial
10.00 Komisarz Alex (73) - serial
11.00 Ojciec Mateusz (48) - serial
12.00 Serwis Info
12.10 Agrobiznes
12.35 Program rolny
12.50 Camargue (2) - Kraina słodkiej wody - cykl dok.
14.00 Wichrowe wzgórze (339) - serial
15.00 Serwis Info
15.15 Reporterzy - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (805) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4635) - telenowela
18.45 Akacjowa 38 (788) - serial
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.30 Zaraz wracam s.II (68) - serial
21.10 Komisarz Alex (272) - Jeden za wszystkich - serial
22.10 Sekielski wieczorową porą
23.15 Wszystko co kocham - film
HIT obyczajowy, reż. Jacek Borcuch, wyk. Mateusz Kościukiewicz, Olga Frycz, Jakub Gierszał, Andrzej Chyra, Anna Radwan, Katarzyna Herman, Mateusz Banasiuk, Zygmunt Malanowicz
1.00 Fighter - film obyczajowy, USA, reż. David O. Russell
2.55 Wykrywacz kłamstw
3.20 Sekielski wieczorową porą

TVP 2

4.30 Na dobre i na złe
5.25 M jak miłość (1673) - serial
6.15 Anna Dymna - spotkajmy się
6.50 Barwy szczęścia (3295) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.50 Operacja Zdrowie
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłość i nadzieja (374) - serial
14.05 Va Banque (915) - teleturniej
14.35 Na sygnale (821) - Naprawdę toksyczna miłość - serial
15.05 La Promesa - pałac tajemnic (309) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (375) - serial
18.15 Va Banque (916) - teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3295) - serial
20.05 Barwy szczęścia (3296) - serial
20.45 Postaw na milion - teleturniej
21.45 To jest grane
22.25 James Bond - Świat to za mało - film sensacyjny, USA,
HIT Wielka Brytania, reż. Michael Apted, wyk. Pierce Brosnan, Sophie Marceau, Robert Carlyle, Denise Richards
0.40 Miłość w chmurach - komedia romantyczna, Niemcy, reż. Andre Erkau, wyk. Anna-Maria Arkona, Guido Broscheit, Michael Fries, Jasmin Gerat
2.25 Negatyw - film fabularny, reż. Robert Wichrowski, wyk. Anita Jancia, Michał Gadomski, Wojciech Chorąży, Dawid Ściupidro
3.50 Akacjowa 38 - serial
4.35 Zakończenie dnia

TVN

5.40 Uwaga!
5.55 Ukryta prawda
6.50 Kuchenne rewolucje
7.45 Dzień Dobry TVN
11.25 Kuchenne rewolucje
13.35 Kartoteka
14.40 Ukryta prawda
16.50 Kuchenne rewolucje
17.55 Detektywi
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.50 Uwaga!



20.00 Troja - film przygodowy, USA,
HIT Wielka Brytania 2004, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Eric Bana, Orlando Bloom, Diane Kruger, Peter O'Toole, Sean Bean, Brian Cox, Brendan Gleeson, Saffron Burrows, Julie Christie
23.35 Mission: Impossible IV - Protokół duchów - film sensacyjny, USA, Czechy, Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Brad Bird, wyk. Tom Cruise, Jeremy Renner, Paula Patton
2.20 Nieobecni - serial
3.55 Szpital św. Anny - program obyczajowy
4.40 Uwaga!

TVP POLONIA

6.00 Panorama
6.30 Podróż po jeden uśmiech (3)
7.00 Makłowicz w podróży - Austria i Szwajcaria - Dolina Paznaun
7.30 Pytanie na śniadanie
11.40 Portrety wileńskie (2)
12.00 Serwis Info
12.10 M jak miłość (1889) - serial
13.00 M jak miłość (1890) - serial
13.50 Polonia 24. Tygodnik
15.00 Serwis Info
15.10 Wszystko przed nami (69) - telenowela
15.40 Turystyczna Jazda
16.00 Dialog - życie zapisane w listach - film dok.
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka - /922/
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Górna półka smaku s. I
18.45 Panorama
19.10 Paryż. Śladami Chopina - 3
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.25 Na dobre i na złe (971) - Chwytaj dzień - serial
21.15 Na sygnale (603, 604) - serial
22.10 07 zgłoś się (15) - Skok śmierci - serial
23.25 Panorama
23.55 Do śmiechu! - program rozrywkowy
0.40 Rodzinka.pl (219) - serial
1.10 Paryż. Śladami Chopina
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia
2.05 Sport, Pogoda
2.15 Ranczo (2) - serial
3.15 To jest grane

iTVN

6.15 Druga szansa - serial
7.00 Idź na całość - program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Wszystkiego słodkiego, Krem sułtański z bezą włoską
11.35 Na Wspólnej - serial
12.00 Życie na kredycie
12.25 Ukryta prawda
13.10 19 + - serial
13.35 Detektywi - serial
14.20 Kuchenne rewolucje
15.05 Magda gotuje internet 2
15.30 Diagnoza - serial
16.15 Druga szansa - serial
17.05 Zakochani po uszy - serial
17.30 Ukryta prawda
18.15 Detektywi - serial
19.00 Fakty
19.30 Przystanek Bieszczady
20.20 Pogoda
20.25 Uwaga!
20.40 Czarna owca - komediodramat, Polska 2021, reż. Aleksander Pietrzak, wyk. Arkadiusz Jakubik, Magdalena Popławska, Kamil Szeptycki, Agata Różycka, Włodzimierz Press, Anna Cieślak
HIT
22.25 DeFacto - Flesz
22.35 Superwizjer
23.05 Gadżet 4.0
23.30 Doradca smaku
23.35 Diagnoza - serial
0.20 Zakochani po uszy - serial
0.45 Rozmowy w toku
1.35 Ukryta prawda
2.20 Świat - magazyn
3.35 Rozmowy w toku
4.20 Fakty, Pogoda
4.55 Uwaga!

POLSAT

6.00 Nowy dzień
8.00 halo tu polsat
11.30 Gliniarze
14.40 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.20 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.15 Gość Wydarzeń
19.55 DISCO STAR



21.45 Elizjum - film sci - fi, USA,
HIT 2013, reż. Neill Blomkamp, wyk. Matt Damon, Jodie Foster, Sharlto Copley, Alice Braga, Diego Luna, Wagner Moura, William Fichtner
0.05 Chłopaki nie płaczą - komedia sensacyjna, Polska, 2000, reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Maciej Stuhr, Cezary Pazura, Bohdan Łazuka, Michał Milowicz, Mirosław Zbrojewicz, Magdalena Mazur, Anna Mucha, Wojciech Klata, Mariusz Czajka, Paweł Deląg
2.20 Nasz nowy dom
3.20 Nasz nowy dom
4.40 Disco Gramy

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom 7.30 Na ratunek 112 8.30 Sekrety rodziny 10.30 Przyjaciółki 12.30 Dlaczego ja? 14.30 Świat według Kiepskich 17.00 48H. Zaginieni 19.00 Gliniarze 20.00 Ślad 21.00 Gliniarze 22.00 Uniwersalny żołnierz: Powrót - film sci - fi, USA, 1999, reż. Mick Rodgers, wyk. Jean - Claude Van Damme, Michael Jai White, Heidi Schanz, Xander Berkeley 23.45 Volta - komedia 1.55 Pełna chata 2.00 Wydarzenia wieczorne 2.40 Ewa gotuje 3.40 Strzelectwo z Renatą Mauer i Navalem 2020 4.35 SuperLudzie 5.05 Cudownych rodziców mam 5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra 7.00 Na ratunek 112 8.00 Doktor Martin 10.00 Wydarzenia 24 10.30 SuperMocni 11.00 Świat według Kiepskich 11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 13.30 Świat według Kiepskich 14.00 Ninja Warrior Polska 16.00 TOP CHEF 17.30 Świat według Kiepskich 19.00 Rolniczki 20.00 Kolacja w ciemno 21.00 Patrol - dramat, USA, 2006, reż. Andrew Davis, wyk. Kevin Costner, Ashton Kutcher, Sela Ward, Melissa Sagemiller, Clancy Brown 23.55 Zemsta - czarna komedia 2.10 Backdoor - wyjście awaryjne 2.35 Świat według Kiepskich 4.00 Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny 10.55 Biznes 11.00 Serwis informacyjny 11.25 Biała Jazda 11.30 Serwis informacyjny 11.55 Biznes 12.00 Serwis informacyjny 12.23 Raport Smogowy 12.25 Biała Jazda 12.30 Serwis informacyjny 13.25 Biała Jazda 13.30 Serwis informacyjny 13.55 Biznes 14.00 Serwis informacyjny 14.55 Biznes 15.00 15 NA ŻYWO 16.00 Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" 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 23.00 Dzień po dniu 23.40 Biznes 23.44 Strefa Kibica - Zima Kroniki PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY" 0.00 Fakty po Faktach

TVP KULTURA

6.15 Muzyczne poranki
6.55 Tamte lata, tamte dni - Wojciech Malajkat - magazyn
7.35 Podróże z historią s. II (20) - Jak powstała Polska?
8.15 Mieszczanie żywieccy - Antoni i Aleksander
9.00 Pan wzywał, Milordzie? s. II (4) - Trzy Wazony - serial
10.05 Koncert Kaczmarek2Cinema, cz. 2 - koncert
11.00 Mowa ciała, klucz do ludzkich emocji - film dok.
12.05 Blok - ARCHITEKTURA - serial
13.00 Dobre strony - Andrzej Chyra i Mery Spolsky
13.25 Lawrence z Arabii - film fabularny, Wielka Brytania
17.15 Śpiewała Ewa Demarczyk - film dok.
18.20 Rozrywka Retro - Na festiwalowej scenie - Ewa Demarczyk - widowisko rozrywkowe
18.50 Karnawały - Karnawał w Barbagii - Taneczny żar Sardinia, Italy - cykl dok.
20.00 Kino Mistrzów - Nasz człowiek w Hawanie - film fabularny, Wielka Brytania
HIT
21.55 Tygodnik Kulturalny
22.55 Scena muzyczna - Lulu Malina - koncert
23.25 Na wschód od Hollywood - Lucie Aubrac - dramat, Francja
1.35 Noc krótkich filmów - Uderzenie - film kr. metr.
2.10 Więcej niż fikcja - Miles Davis i jego muzyka - dok.

TVP HISTORIA

6.55 Był taki dzień - 16 stycznia
7.00 Flesz historii (744)
7.25 Spór o historię - Śląsk Cieszyński - debata
8.05 Młody Piłsudski (4) - serial
9.00 Historia Polski
10.00 Encyklopedia II wojny światowej - Obrona Helu, cz. 5
10.35 Królowa Tańca - film dok.
11.40 Fake czy historia? (41)
12.25 Chłopi (9) - serial
13.30 Podziemne Włochy - Todi i Tarquinia (2) - serial
14.30 Starożytne mocarstwa (3) - Ancient Powers - serial
15.35 Królowie (11) - serial
16.10 Sensacje XX wieku - Ostatnia narada, cz. 1, 2 - cykl dok.
16.50 Historia Polski - film dok.
17.50 Wojownicy czasu - cykl dok.
18.30 Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939 - 1945 (9) - Nie tylko 303 - Polskie Siły Powietrzne
19.05 Młody Piłsudski (5) - serial
20.00 Odkryć tajemnicę 7 - Zaginione miasto Kleopatry
21.05 Czerwone maki - film fabu-
HIT larny, Polska, reż. Krzysztof Łukaszewicz, wyk. Magdalena Żak, Leszek Lichota, Michał Żurawski, Bartłomiej Topa
22.50 Zdrajca - film fabularny, Brazylia, Niemcy, Włochy, Francja, reż. Marco Bellocchio, wyk. Pierfrancesco Favino, Luigi Lo Cascio, Fabizio Ferracane
0.35 Film dok.
1.45 Było, nie minęło (355)
2.25 Encyklopedia II wojny światowej - Desant - cykl dok.

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
6.55 Strażnik Teksasu
7.55 Bogaty Dom - Biedny Dom
8.55 Policjantki i Policjanci
9.55 Policjantki i Policjanci
10.55 Na ratunek 112
11.25 Na ratunek 112
11.55 Trudne sprawy
12.55 Trudne sprawy
13.55 Trudne sprawy
14.55 Ktoś tu kłamie?
15.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
16.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
18.00 Policjantki i Policjanci
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Gwiazdy Kabaretu
21.00 Gwiazdy Kabaretu
22.00 Kod nieśmiertelności - thri-
HIT ller sci - fi, USA, Kanada, Francja, 2011, reż. Duncan Jones, wyk. Jake Gyllenhaal, Michelle Monaghan, Vera Farmiga, Jeffrey Wright, Michael Arden
23.55 STOP Drogówka
0.55 Love Island. Wyspa miłości
2.00 Hardkorowy lombard
2.30 Interwencja
2.55 Śmierć na 1000 sposobów

TTV

6.20 Damy i wieśniaczki. PL
7.20 Ukryta prawda
8.20 Kartoteka
9.20 Kartoteka
10.20 Detektywi
12.10 Zakup w ciemno
13.10 Zakup w ciemno
14.05 Zakup w ciemno Extra
14.40 Kartoteka
15.45 Express, Pogoda
16.05 Raport smogowy informacje
16.10 Zakup w ciemno
17.10 Zakup w ciemno Extra
17.45 Express, Pogoda, Sport
18.05 Damy i wieśniaczki. PL
19.05 Życie na kredycie
19.45 Express, Pogoda
20.05 Życie na kredycie
20.45 Gogglebox. Przed telewizorem
21.45 Express, Pogoda
22.00 Ostre cięcie
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem
1.00 Diabelnie boskie - serial
1.25 Diabelnie boskie - serial
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą
2.45 Damy i wieśniaczki. Za granicą
3.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska

TVN 7

5.15 Ten moment
5.45 Szkoła - program obyczajowy
8.40 Ukryta prawda
11.45 W - 11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13.55 Detektywi
14.55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16.00 Sąd rodzinny
17.00 Tajemnice miłości
18.00 Zagadki losu
19.00 Ukryta prawda
20.00 Sylwester w Nowym Jorku
HIT - komedia romantyczna, USA 2011, reż. Garry Marshall, wyk. Michelle Pfeiffer, Zac Efron, Robert De Niro, Halle Berry
22.30 Fred Claus, brat świętego Mikołaja - komedia, USA 2007, reż. David Dobkin, wyk. Vince Vaughn, Paul Giamatti, John Michael Higgins, Miranda Richardson, Rachel Weisz
0.55 Pan Church - film obyczajowy, USA 2016, reż. Bruce Beresford, wyk. Eddie Murphy, Britt Robertson, Natascha McElhone
2.55 Żyjąc z potworem
3.45 SOS. Ekipy w akcji

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
8.00 Kobra - oddział specjalny - serial
10.00 Zbuntowany anioł - serial
11.55 Wspaniałe stulecie - serial
13.50 Lombard: Życie pod zastaw
15.50 Ranczo - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw
20.00 Umysł przestępcy - dramat
HIT kryminalny, USA, Wielka Brytania 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Gary Oldman, Kevin Costner, Ryan Reynolds, Tommy Lee Jones
22.15 Pasażer - thriller, USA, Wielka Brytania, Francja, Chiny, Kanada 2018, reż. Jaume Collet - Serra, wyk. Florence Pugh, Jonathan Banks, Liam Neeson, Patrick Wilson, Sam Neill
0.10 Kod 211 - film sensacyjny, USA 2018, reż. York Alec Shackleton, wyk. Dwayne Cameron, Jr. Michael Rainey, Nicolas Cage, Sophie Skelton
2.00 Lombard: Życie pod zastaw
3.00 Menu na miarę
4.15 Dyżur
5.30 Dyżur

TV REPUBLIKA

8.00 Michał Rachoń 9.01 Po 9.00 10.01 Po 10.00 11.01 Po 11.00 12.00 W samo południe 12.30 Republika dzień - serwis informacyjny 12.45 Republika dzień 16.00 Republika dzień - serwis informacyjny 16.15 Republika dzień 16.55 Express Republiki 17.10 Express Republiki+ 17.35 Miłosz Kłeczek zaprasza 18.55 Sport w Republice 18.58 Prognoza pogody 19.00 Dzisiaj - serwis informacyjny 20.20 Gość „Dzisiaj" 20.50 W punkt 22.15 Piachem w tryby 22.55 Mówi się 23.20 Codziennie *****burza 23.35 Republika wieczór 0.10 Ekonomia raport 0.15 Express Republiki 0.30 Express Republiki+

TRWAM

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Natura Obiektywnie 16.40 Zniewolenie 16.55 Ja jestem z wami przez wszystkie dni aż do skończenia świata 17.30 Łączy Nas Historia 17.55 Poczet Wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte Młodych 19.00 Warto zauważyć... 19.30 Brat Franciszek 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Sean - Światło w ciemności świeci 23.00 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 23.05 Święty Grzegorz Wielki 23.30 Regał

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą s. 2 6.25 Kabaretowy rejs s. 1 8.00 Podróże Kapitana Klipera 8.20 Reksio s. 18.55 Polska z góry. Nad wodą s. 2 - Biebrza i jej słynne bagna 9.30 Potop Redivivus - film historyczny, Polska 13.30 Quo Vadis cz. 1, 2 - dramat kostiumowy, Polska 17.05 Polska Kronika Filmowa 17.20 Stawka większa niż życie s. 1 - serial 18.50 Stawka większa niż życie s. 1 - serial 20.00 Przepraszam, czy tu biją? - film sensacyjny, Polska 21.50 Psy - dramat kryminalny, Polska 0.00 Obudź się - dramat, Polska 1.50 Wszyscy jesteśmy Chrystusami - dramat, Polska 4.10 Żurek - dramat obyczajowy, Polska 5.40 Instalove - kr. metr.

ALE KINO+

7.00 The Hero - kr. metr. 7.40 Panie Dulskie - komedia obyczajowa, Polska 2015 9.35 Wolna krowa - kr. metr. 10.15 Vigil 2 (5, 6) - serial 12.40 Vera: Złota młodzież (11) - serial 14.25 Punkty zwrotne - thriller, Hiszpania 2024 16.15 Dream Scenario - horror komediowy, USA 2023 18.20 Vera: Syn marnotrawny (12) - serial 20.10 Wind River. Na przeklętej ziemi - thriller, USA, Wlk. Brytania, Kanada 2017 22.20 Kompromat - thriller, Francja 2022 0.50 Sezon na zabijanie - thriller, USA, Belgia 2013 2.35 Belfer 3 (4) - serial 3.25 Chłopaki nie płaczą - komedia kryminalna, Polska 1999 5.00 Kot - kr. metr. 5.10 Klangor (4) - serial

AXN

6.15 Sahara - film przygodowy, USA, Hiszpania, Niemcy, Wielka Brytania 2005 8.25 FBI V - serial 9.20 FBI: Most Wanted III - serial 10.20 FBI IV - serial 15.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 16.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 17.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 18.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 19.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 20.00 Olimp w ogniu - thriller, USA 2013 22.30 Underworld: Przebudzenie - horror, USA, Kanada 2012 0.00 Underworld: Wojny krwi - horror, USA 2016 1.50 Adrenalina - film akcji, USA 2006 3.35 Rekrut VII - serial 4.30 Dr House III - serial

STOPKLATKA

8.55 Jakubiak rozgryza Włochy s. 1 9.35 Jakubiak rozgryza Chorwację s. 1 10.00 Robert Makłowicz: Niemcy 10.55 Zajazd. Będzie się działo 13.00 Katastrofy w przestworzach - serial 15.00 MacGyver s. 5 17.00 Zajazd. Będzie się działo 20.00 Wstrząsy - horror komediowy, USA 22.00 Dzikie żądze - thriller, USA 0.05 Resident Evil 2: Apokalipsa - horror sci - fi, Niemcy, Francja, Wlk. Brytania, USA, Kanada

TV 6

6.00 Policjantki i Policjanci 7.55 Kobra - oddział specjalny 11.00 48H. Zaginieni 13.55 Policjantki i Policjanci 14.55 Kobra - oddział specjalny 17.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 18.00 Strażnik Teksasu 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 21.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.50 We krwi - film sensacyjny, Portoryko, Wlk. Brytania, 2014, reż. John Stockwell 2.05 Krejzi Patrol

TELE 5

10.00 Sekrety zwierząt 10.30 Pani podolog w akcji 11.00 Muzyka 11.10 GaleriaDasBeste 12.50 Muzyka 13.00 Straż graniczna - serial 14.00 GaleriaDasBeste 14.45 Muzyka 15.00 Sprawa się rypła - komedia, Polska 1984 16.50 Uśmiechnij się 17.00 Kabaretowy Szał bis 18.00 Kabaretowy Szał 22.40 Coś śmiesznego 23.00 Kobra - oddział specjalny - serial 2.00 Gorączka w mieście - serial

TVP SPORT

6.20 Piłka ręczna mężczyzn - MŚ 2009: Polska - Norwegia 8.05 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 9.40 Piłka ręczna kobiet - MŚ, Rotterdam - Finał: Niemcy - Norwegia 11.35 Piłka nożna: Raków Częstochowa - Lech Poznań 13.45 Kamerą TVP Sport 14.20 Biathlon - PŚ, Ruhpolding: sprint kobiet 16.05 Ring TVP Sport 17.05 Kamerą TVP Sport 17.40 Piłka nożna 19.45 Piłka ręczna mężczyzn - Mistrzostwa Europy, Kristianstad: Węgry - Polska 20.20 Piłka ręczna mężczyzn - Mistrzostwa Europy, Kristianstad: Węgry - Polska 22.40 Sportowy Wieczór 23.25 Biathlon - PŚ, Ruhpolding: sprint kobiet

ITVS

5.21 Śląska karuzela 6.32 Klachy i Lachy 7.32 Kuchnia po śląsku 7.57 Kuchnia po śląsku 8.22 Przy muzyce po śląsku 9.42 Szlagierowa biesiada 11.12 Koncert życzeń 12.00 Perły Śląska 12.25 KONCERT TVS 13.58 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego 14.43 Klachy i Lachy 16.03 Przy muzyce po śląsku 16.23 Przy muzyce po śląsku 16.43 Przy muzyce po śląsku 17.03 Szlagierowa biesiada 18.36 Koncert życzeń 20.00 Koncert życzeń 21.24 Śląska karuzela 22.35 Klachy i Lachy 23.35 Kuchnia po śląsku 0.00 Przy muzyce po śląsku 0.20 Przy muzyce po śląsku 0.40 Przy muzyce po śląsku 1.00 Szlagierowa biesiada 2.33 Koncert życzeń

EUROSPORT

10.30 Tenis. Mecz, który zmienił oblicze Tenisa 10.30 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo 11.30 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Flachau 12.15 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen 14.00 Snooker. The Masters 2026, Londyn 17.30 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen 17.50 Piłka ręczna. Islandia - Włochy, ME Faza grupowa 19.45 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo, Japonia 20.20 Piłka ręczna. Węgry - Polska, ME Faza grupowa 22.15 Snooker. The Masters 2026, Londyn

SILESIA

6.00 Telesprzedaż 10.05 Dzisiaj w regionie 10.10 Pogoda 10.20 Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy 10.50 Wochenblatt TV 11.10 Dzisiaj w regionie 11.15 Pogoda 11.20 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 12.30 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 13.40 Muzyczne podróże 14.45 Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy 15.15 Spotkanie z balladą 16.35 Spotkanie z balladą - program rozrywkowy 18.00 Muzyczne podróże 19.00 Koncert życzeń 20.00 Koncert w TVS 22.00 Koncert w TVS 23.50 Szlagierowa lista 2.00 Program kulinarny 4.00 Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy 5.00 Telesprzedaż

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 8.30 Wiedźma - serial 11.30 Pani podolog w akcji 12.00 Plany pana Boga - serial 14.45 Coś śmiesznego 15.00 Klejnot TV 17.00 Porozmawiaj ze mną 17.25 Coś śmiesznego 18.00 Klejnot TV 21.00 Zagadka tygodnia 21.40 Kabaretowy Szał 22.30 Zagadka tygodnia 23.15 Juwelo 0.45 Kabaretowy Szał 2.45 Kabaretowy Szał bis 3.40 Coś śmiesznego

eprasa.pl 8c024284d4

SOBOTA 17 STYCZNIA

TVP 1

7.00 **Transmisja Mszy Świętej**
7.40 **Rok w ogrodzie**
8.20 **Pełnosprawni** - magazyn
8.55 **Ranczo s.V (61) - Honor i zęby trzonowe** - serial
9.55 **Komisarz Alex(74) - Zabójczy tarot** - serial
10.55 **Ojciec Mateusz (49) - Lot** - serial
11.55 **40 karabinów** - western, USA, reż. William Witney
13.55 **Życie na biegunach (2) - Zmiana**
15.05 **Tajemnice kultowych seriali**
16.05 **Dziedzictwo (806)** - serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.35 **Żona dla Polaka - Toronto (2)**
18.40 **Jaka to melodia?**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia**
20.05 **Sport, Pogoda**
20.25 **Krew z krwi (2)** - serial
21.25 **Powrót do tamtych dni** - film
HIT fabularny, reż. Konrad Aksinowicz, wyk. Teodor Koziar, Maciej Stuhr, Katarzyna Warnke, Sebastian Stankiewicz, Weronika Książkiewicz
23.30 **Bogowie ulicy** - film fabularny, USA, reż. David Ayer, wyk. Jake Gyllenhaal, Michael Pena, Frank Grillo, Natalie Martinez, Anna Kendrick
1.20 **Sprawdzamy** - magazyn
1.45 **Wszystko co kocham** - film obyczajowy, reż. Jacek Borcuch, wyk. Mateusz Kościukiewicz, Olga Frycz, Jakub Gierszał, Andrzej Chyra, Marek Kalita, Zygmunt Malanowicz
3.30 **Jaka to melodia?**

TVP 2

4.45 **Barwy szczęścia (3292 - 3294)** - serial
6.25 **M jak miłość (1900)** - serial
7.30 **Pytanie na śniadanie**
11.35 **Górna półka smaku**
12.10 **Postaw na milion** - teleturniej
13.05 **Miłość i nadzieja (375)** - serial
14.00 **Familiada** - teleturniej
14.35 **Program rozrywkowy**
16.20 **Na dobre i na złe (976) - Szczęśliwego nowego SOR - u** - serial
17.20 **Miłość i nadzieja (376)** - serial
18.15 **Va Banque (917)** - teleturniej
18.45 **Słowo na niedzielę**
19.00 **Informacje kulturalne**
19.25 **Rodzinka.pl** - serial
20.00 **The Voice Senior s. VII - Przesłuchania w ciemno** - widowisko muzyczne
21.15 **The Voice Senior s. VII - Przesłuchania w ciemno** - widowisko muzyczne
22.30 **Kwiatki polskie**
23.25 **Love, Rosie** - komedia, USA,
HIT Niemcy, reż. Christian Ditter, wyk. Lily Colins, Sam Caflin, Christian Cooke
1.20 **Pele. narodziny legendy** - film biograficzny, USA, reż. Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist, wyk. Vincent D'Onofrio, Rodrigo Santoro, Col Meaney, Diego Boneta
3.20 **Morderstwa w Figeac** - film kryminalny, Francja, reż. Olivier Barma, wyk. Samira Lachhab, Patrick Descamps, Stephane Plaza
4.55 **Zakończenie dnia**

TVN

6.00 **Uwaga!**
6.15 **Magda gotuje internet**
6.50 **Skoki narciarskie: - PŚ, Sapporo**
9.40 **Dzień Dobry TVN**
12.15 **Bitwa o gości**
13.20 **Anatomia piękna**
14.25 **Listy do M. II** - komedia romantyczna, Polska 2015
16.45 **Listy do M. III** - komedia romantyczna, Polska 2017, reż. Tomasz Konecki
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.45 **Uwaga!**



20.00 **Miss agent II: Uzbrojona i urocza** - komedia kryminalna, USA 2005, reż. John
HIT Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano, William Shatner, Ernie Hudson
22.35 **Zanim odejdą wody** - komedia, USA 2010, reż. Todd Phillips, wyk. Robert Downey Jr, Zach Galifianakis, Michelle Monaghan, Jamie Foxx
0.45 **Ghost in the Shell** - film sci - fi, USA, Indie, Hong Kong, Chiny, Kanada 2017, reż. Rupert Sanders, wyk. Scarlett Johansson, Pilou Asbaek, Takeshi Kitano, Juliette Binoche
2.45 **Skoki narciarskie: - PŚ, Sapporo**

TVP POLONIA

6.00 **Panorama**
6.30 **Ojciec Mateusz (1)** - serial
7.20 **Słowo daję! - Nazwy miesięcy**
7.30 **Pytanie na śniadanie**
11.25 **Jak smakuje Polska? (3) - Mazury**
12.05 **Tajemnica Sagali (12) - Kamień Saturna** - serial
12.35 **Tajemnica Sagali (13) - Labirynt snów** - serial
13.10 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** - / - magazyn
13.45 **Na dobre i na złe (971) - Chwytaj dzień** - serial
14.40 **Na sygnale (603, 604)** - serial
15.40 **Okrasa łamie przepisy - Kipi kasza** - magazyn kulinarny
16.10 **Fajna Polska Zimą - Poznań**
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość (1891)** - serial
18.20 **Szansa na sukces. Opole 2025 - Kora i Maanam**
19.15 **Tylko jeden skecz - Porodówka - Kabaret Ani Mru Mru**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia**
20.05 **Sport, Pogoda**
20.20 **Czarna śmierć (5, 6)** - serial
22.10 **Żona dla Polaka - Toronto (2)** - program rozrywkowy
23.00 **Tajemnica twierdzy szyfrów (2)** - serial
23.50 **Sylwester z Dwójką 2025**
0.40 **M jak miłość (1891)** - serial
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia**
2.00 **Sport, Pogoda**
2.10 **Za marzenia s. II (6, 7)** - serial
3.50 **Daję słowo - Maciej Orłoś - Irena Santor** - talk - show
4.40 **07 zgłoś się (15)** - serial

iTVN

6.10 **Kuchenne rewolucje**
7.00 **Zakup w ciemno**
7.50 **Magda gotuje internet 2**
8.15 **Droga do oświecenia**
8.45 **Nowa Maja w ogrodzie**
9.30 **Co za tydzień**
10.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
12.35 **Wszystkiego słodkiego**
12.40 **Kuchenne rewolucje**
13.30 **Idź na całość**
14.20 **Wojny samochodowe**
15.05 **Wyburzacze**
15.40 **Gwiazdy lumpeksów 2**
16.25 **Najlepsze sportowe samochody ostatnich lat**
16.50 **Inspirujące kobiety**
17.15 **Nauka Jazdy**
17.40 **Wojny samochodowe**
18.25 **Mobilni mechanicy**
19.00 **Fakty**
19.30 **Dziewczyny z Hollywood**
19.40 **Pogoda**
19.45 **Uwaga!**
20.00 **8 rzeczy, których nie wiecie o facetach** - komedia
HIT obyczajowa, Polska 2022, reż. Sylwester Jakimow, wyk. Alicja Bachleda - Curuś, Mikołaj Roznerski, Maciej Zakościelny
21.35 **Chyłka - Zaginięcie** - serial
22.20 **Nauka Jazdy**
22.45 **Misja Afganistan** - serial
23.30 **Czarna owca** - komediodramat, Polska 2021, reż. Aleksander Pietrzak, wyk. Arkadiusz Jakubik, Magdalena Popławska
1.15 **Usterka**
1.40 **Magiel Towarzyski**
2.15 **Doradca smaku**
2.20 **Świat** - magazyn
3.35 **Rozmowy w toku**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień**
8.00 **halo tu polsat**
11.00 **Darek Stolarz - remont w 3 dni**
12.05 **Minionki rozrabiają** - anim.
14.25 **Niesamowity Spider - Man** - film sci - fi, USA, 2012, reż. Marc Webb, wyk. Andrew Garfield, Emma Stone, Rhys Ifans, Denis Leary, Martin Sheen, Sally Field
17.10 **Jak rozpętałem II wojnę światową cz. 2 - Za bronią** - komedia, Polska, 1970, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, Stanisław Mikulski, Emil Karewicz, Elżbieta Starostecka, Wirgiliusz Gryń
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.15 **Prezydenci i Premierzy**
19.55 **10 w skali humoru - czyli dekada Kabaretu Nowaki**



22.40 **xXx** - film sensacyjny, USA,
HIT 2002, reż. Rob Cohen, wyk. Vin Diesel, Asia Argento, Marton Csokas, Samuel L. Jackson, Michael Roof
1.10 **Kod da Vinci** - thriller, USA, 2006, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Audrey Tautou, Jean Reno, Ian McKellen, Paul Bettany, Alfred Molina, Jürgen
4.40 **Disco Gramy**

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Ewa gotuje **8.30** Z klimatem i z pasją **9.00** Dlaczego ja? **14.00** Sekrety rodziny **15.00** Nasz nowy dom **16.15** Więzienie kobiet **18.10** Duże dzieci - komedia **20.15** Volta - komedia, Polska, 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska, Katarzyna Herman **22.25** Sekstaśma - komedia **0.20** Terrorysta - film kryminalny **2.50** Wydarzenia wieczorne **3.30** Ewa gotuje **4.30** SuperLudzie **5.00** Interwencja **5.10** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **5.30** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra **7.05** Byli sobie podróżnicy **9.25** Byli sobie podróżnicy **10.00** Fernando - film anim. **12.30** Świat według Kiepskich **15.00** Złomiarze **16.00** Złomiarze **17.00** Złomiarze **18.00** Świat według Kiepskich **19.00** Kolacja w ciemno **20.00** Gala DWM 7 /Wieluń (TUCO) **0.00** Państwo młodzi: Chuck i Larry - komedia, USA, 2007, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Jessica Biel, Dan Aykroyd, Ving Rhames, Steve Buscemi, Richard Chamberlain, Allen Covert **2.25** Backdoor - wyjście awaryjne **2.55** Świat według Kiepskich **4.00** Nasz nowy dom **5.00** Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny PASMO „SOBOTA NA ŻYWO" **11.00** Serwis informacyjny **11.24** Raport Smogowy **11.26** Biała Jazda **11.30** Serwis informacyjny **12.25** Biała Jazda **12.30** Serwis informacyjny **13.26** Biała Jazda **13.30** Serwis informacyjny **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" **18.00** Dwie Strony **19.00** Kadr na kino **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.00** Ranking Mazura **21.30** Serwis informacyjny **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.35** Kroniki Sportowe **23.40** Strefa Kibica - Zima Kroniki PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY" **0.00** Fakty po Faktach

TVP KULTURA

6.05 **U kresu drogi** - dramat, Polska
7.30 **Kolekcja - Andrzej Wróblewski** - felieton
7.55 **Koncert Kaczmarek2Cinema, cz. 2** - koncert
8.50 **Informacje kulturalne**
9.20 **Od ucha do ucha - Tajemnica zaginionych skarpetek** - film anim.
9.55 **Wielcy mistrzowie malarstwa - Rousseau** - serial
11.00 **Gangsterzy i filantropi** - komedia, Polska
12.35 **Wydarzenie aktualne**
13.05 **Dokument tygodnia - Stolica muzyki, Nowy Orlean** - film dok.
15.05 **Tamte lata, tamte dni - Allan Starski** - magazyn
15.40 **Retro kino - Lawrence z Arabii** - film fabularny, Wielka Brytania
19.25 **20 x 20 lat TVP Kultura - Wiesław Myśliwski**
20.00 **Bilet do kina - Destrukcja** - film
HIT fabularny, USA, reż. Jean - Marc Vallee, wyk. Naomi Watts, Judah Lewis, Jake Gyllenhal
21.50 **Muzyka na dobry wieczór - Zalewski na dobry wieczór** - widowisko muzyczne
23.00 **Skandalista Larry Flynt** - dramat obyczajowy, USA
1.20 **Tamte lata, tamte dni - Allan Starski** - magazyn
2.00 **Cham** - film TVP
3.35 **20 x 20 lat TVP Kultura - Wiesław Myśliwski**
4.10 **Teledyski**
5.15 **Zakończenie dnia**

TVP HISTORIA

7.15 **Był taki dzień - 17 stycznia**
7.20 **Korona królów. Jagiellonowie (64)** - serial
7.55 **Flesz historii (744)**
8.15 **Było, nie minęło (364)**
9.00 **Nad Niemnem (2)** - serial
10.00 **Z wieszaka historii (3) - Buntownik z ubioru**
10.35 **Historia polskiego sportu - Ku niepodległości, cz. 1**
11.40 **Wszystkie kolory świata - Rajskie wyspy Tajlandii** - serial
12.50 **Kanadyjskie Parki Narodowe (2) - Waterton Lakes**
14.00 **Potop, cz. 1** - film kostiumowy, Polska, reż. Jerzy Hoffman
16.40 **Królowe, które zmieniły świat (6) - Boudica**
17.35 **Wielcy polscy wynalazcy w II Rzeczypospolitej - Aleksander Wasiutyński**
18.00 **Dom (22)** - serial
19.45 **Islandia: na granicy zimnej wojny - Część pierwsza: 1951 - 1973** - cykl dok.
20.50 **Druga wojna światowa w kolorze. Droga do zwycięstwa - Bitwa o Atlantyk**
21.55 **Mały wielki człowiek**
HIT - western, USA, reż. Arthur Penn, wyk. Dustin Hoffman, Faye Dunaway, Chief Dan George
23.35 **Zimna wojna** - dramat, Wlk. Brytania, Polska, Francja, reż. Paweł Pawlikowski, wyk. Joanna Kulig, Tomasz Kot
1.25 **Pokojówka** - film dok.
2.35 **Szerokie tory - Jeden dzień z życia przedsiębiorcy na Ukrainie** - reportaż

TV 4

6.00 **Łowcy Skarbów. Kto da więcej**
7.00 **Galileo**
8.00 **Galileo**
9.05 **Jesteśmy dla Dzieci**
9.30 **Miodowe lata**
10.20 **Galileo**
11.20 **Galileo**
12.20 **Galileo**
13.30 **Asterix w Brytanii** - film anim.
15.00 **Policjantki i Policjanci**
16.00 **Policjantki i Policjanci**
17.00 **Policjantki i Policjanci**
18.00 **Policjantki i Policjanci**
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
23.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
0.00 **Gwiazdy Kabaretu**
1.05 **Gwiazdy Kabaretu**
2.05 **STOP Drogówka**
3.15 **Interwencja**
3.25 **LUBIĘ DISCO!**
4.25 **Top 10 - Lista Przebojów**

TTV

6.30 **Express**
6.50 **Ciężarówką przez RPA**
7.45 **Damy i wieśniaczki. PL**
8.45 **Gogglebox. Przed telewizorem**
9.45 **Express, Pogoda**
10.05 **Nic do zgłoszenia**
11.05 **Nic do ukrycia**
12.05 **Zakup w ciemno Extra**
12.40 **Zakup w ciemno**
13.40 **Zakup w ciemno**
14.40 **Zakup w ciemno**
15.45 **Express, Pogoda**
16.05 **Gogglebox. Przed telewizorem**
17.05 **Zakup w ciemno Extra**
17.45 **Express, Pogoda**
18.05 **Zakup w ciemno Extra**
18.40 **Damy i wieśniaczki. PL**
19.45 **Express, Pogoda**
20.05 **Zakup w ciemno**
21.05 **Gogglebox. Przed telewizorem**
22.00 **Damy i wieśniaczki. PL**
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem**
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem**
1.00 **Diabelnie boskie** - serial
1.30 **Diabelnie boskie** - serial
2.00 **Zapukaj do moich drzwi** - telenowela
3.00 **Zapukaj do moich drzwi** - telenowela

TVN 7

5.10 **Szkoła** - program obyczajowy
6.00 **Wiza na miłość pierwsze spotkanie**
7.00 **New Looney Tunes III** - anim.
7.45 **Psy i koty: Odwet Kitty** - film przygodowy, USA, Australia
9.25 **Ukryta prawda**
13.25 **Detektywi**
14.25 **Pogromcy Chaosu**
15.30 **Uwolnić orkę III: Na ratunek** - film przygodowy, USA 1997
17.15 **Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindelwalda** - film przygodowy, USA
20.00 **Matrix Rewolucje** - film sci - fi,
HIT USA 2003, reż. Lana Wachowski, Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie - Anne Moss, Laurence Fishburne, Hugo Weaving, Jada Pinkett Smith, Monica Bellucci
22.45 **Ocean strachu** - film sensacyjny, USA 2003, reż. Chris Kentis, wyk. Blanchard Ryan, Daniel Travis, Saul Stein
0.25 **Prosto w serce** - komedia, USA 2007
2.30 **Żyjąc z potworem**
3.20 **Osadzone. Blok F**

TV PULS

6.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
9.00 **Taki jest świat**
10.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
12.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
14.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
16.00 **Lombard: Życie pod zastaw** - serial
18.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
20.00 **Jestem zemstą** - thriller, USA
HIT 2016, reż. Chuck Russell, wyk. Amanda Schull, Christopher Meloni, John Travolta, Sam Trammell
21.55 **Pompeje** - film katastroficzny, Kanada, Niemcy, USA 2014, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Carrie - Anne Moss, Emily Browning, Kiefer Sutherland
0.05 **Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia - dramat sci** - fi, USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Josh Hutcherson, Liam Hemsworth
3.15 **Dyżur**
4.00 **Menu na miarę**
5.00 **Dyżur**
5.30 **Dyżur**

TV REPUBLIKA

12.00 Republika dzień **13.00** Republika dzień - serwis informacyjny **13.10** Republika dzień **14.10** 1410 Bitwa polityczna **15.00** Republika dzień - serwis informacyjny **15.10** Republika dzień **16.55** Express Republiki **17.10** Express Republiki+ **17.25** Express Republiki Luz **17.45** Republika dzień **18.00** Republika dzień - serwis informacyjny **18.15** Ustawka Boreckiego **18.55** Sport w Republice **18.58** Prognoza pogody **19.00** Dzisiaj - serwis informacyjny **20.20** Gość „Dzisiaj" **20.50** Republika wieczór **22.15** Piachem w tryby **22.55** Republika wieczór **23.35** Sport w Republice **23.40** Express Republiki

STOPKLATKA

6.00 Kojak s. 1 - serial **7.00** Komisarz Rex s. 5 - serial **8.00** Komisarz Rex s. 6 - serial **10.00** Hudson i Rex s. 1 - serial **12.00** Jutro będziemy szczęśliwi - dramat, Francja **14.35** Pewnego razu na Dzikim Zachodzie - western, Włochy **17.55** Czterej pancerni i pies - serial **19.00** Czterej pancerni i pies - serial **20.00** Powódź - thriller, USA **22.05** Nieuchwytny cel - film akcji, USA **0.30** Sztos - komedia sensacyjna, Polska

TV 6

6.00 Jeźdźcy smoków na końcu świata **8.25** Stuart Malutki - komedia familijna, USA, Niemcy, 1999 **10.05** Cobra Kai **12.00** Magnum: Detektyw z Hawajów **16.50** Columbo **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **21.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku **23.50** Purpurowe rzeki - thriller kryminalny, Francja, 2000, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Jean Reno, Vincent Cassel **2.00** Krejzi Patrol **2.30** Kochane pieniądze

TELE 5

10.20 Porozmawiaj ze mną **10.50** Pani podolog w akcji **11.15** Coś śmiesznego **12.00** Na osi **12.35** Coś śmiesznego **13.00** Pan Wołodyjowski - film historyczny, Polska 1968 **16.20** Kabaretowy Szał 2026 **17.10** Kabaretowy Szał **20.00** Uśpiona komórka - Algierczyk - serial **22.15** Serbski łącznik - dramat sensacyjny, USA 2009 **0.15** Kabaretowy Szał 2026 **1.05** Beczka śmiechu - Inspektor Młot - serial

ITVS

5.21 Śląska karuzela **6.32** Klachy i Lachy **7.32** Kuchnia po śląsku **7.57** Kuchnia po śląsku **8.22** Przy muzyce po śląsku **9.42** Szlagierowa biesiada **11.12** Koncert życzeń **12.00** Perły Śląska **12.25** KONCERT TVS **13.58** Muzyczny kącik Damiana Holeckiego **14.43** Klachy i Lachy **16.03** Przy muzyce po śląsku **16.23** Przy muzyce po śląsku **16.43** Przy muzyce po śląsku **17.03** Szlagierowa biesiada **18.36** Koncert życzeń **20.00** Koncert życzeń **21.24** Śląska karuzela **22.35** Klachy i Lachy **23.35** Kuchnia po śląsku **0.00** Przy muzyce po śląsku **0.20** Przy muzyce po śląsku **0.40** Przy muzyce po śląsku **1.00** Szlagierowa biesiada **2.33** Koncert życzeń

SILESIA

6.00 Telesprzedaż **7.00** Pogoda **7.05** Klachy i Lachy - program rozrywkowy **7.40** Koncert życzeń **9.25** Muzyczne dzień dobry **10.05** Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy **10.45** Klachy i Lachy - program rozrywkowy **11.10** Spotkanie z balladą - program rozrywkowy **12.25** Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy **13.30** Klachy i Lachy - program rozrywkowy **14.00** Szlagierowa lista **16.00** Koncert życzeń **17.45** Przy muzyce po śląsku **18.25** Śląska karuzela - program muzyczny **20.00** Koncert w TVS **22.00** Koncert w TVS **23.45** Szlagierowa lista **1.20** Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy **5.00** Telesprzedaż

TV TRWAM

15.30 Wierzę w Boga **16.00** Informacje dnia **16.10** Historia Antoniego Zubryda **17.00** Z Parlamentu Europejskiego **17.30** Przełamując bariery **17.55** Poczet Wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Manna z Nieba **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca **23.00** Odpowiedzialni za Kościół **23.30** Mazurskim szlakiem piękna stworzenia

KINO POLSKA

6.00 Złoty interes s. 2 - Prywatne ZOO **6.45** Basia sama w domu - komedia, Polska **8.30** Bolek i Lolek na wakacjach **8.40** Przygody Myszki s. 1 **9.00** Polska Kronika Filmowa **9.15** To nie ze mną s. 1 - serial **10.00** To nie ze mną s. 1 - serial **10.40** Pan Kleks w kosmosie cz. 1, 2 - baśń filmowa, Polska **13.50** Nad Niemnem cz. 1, 2 - film obyczajowy, Polska **17.45** Diabeł - kr. metr. **18.20** Wielka majówka - komedia obyczajowa, Polska **20.00** Piłsudski - dramat biograficzny, Polska **22.20** Rozmowy nocą - komedia romantyczna, Polska **0.05** Galerianki - dramat, Polska **1.55** Fuga - thriller, Polska, Czechy, Słowacja **4.05** Atrakcyjny pozna panią - komedia, Polska

ALE KINO+

7.20 Pieniądze to nie wszystko - komedia, Polska 2001 **9.30** Troje do pary - komediodramat, Wlk. Brytania, USA 2005 **11.40** Winnetou II: Ostatni renegaci - film przygodowy, Niemcy, Dania, Chorwacja, Włochy 1964 **13.40** King Kong - film przygodowy, Japonia, USA 1976 **16.15** Houria - dramat, Algieria, Francja 2022 **18.15** Punkty zwrotne - thriller, Hiszpania 2024 **20.10** Boss - dramat biograficzny, Wlk. Brytania 2016 **22.40** Angielska robota - film sensacyjny, Wielka Brytania 2008 **0.55** Cięcie! - horror komediowy, Francja, Wlk. Brytania, Japonia, USA 2022 **3.00** Belfer 3 (5) - serial **3.45** Słoń - dramat, Polska 2022 **5.15** Klangor (5) - serial

AXN

6.15 Sahara - film przygodowy, USA, Hiszpania, Niemcy, Wielka Brytania 2005 **8.25** FBI V - serial **9.20** FBI: Most Wanted III - serial **10.20** FBI IV - serial **15.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **16.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **17.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **18.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **19.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **20.00** Olimp w ogniu - thriller, USA 2013 **22.30** Underworld: Przebudzenie - horror, USA, Kanada 2012 **0.00** Underworld: Wojny krwi - horror, USA 2016 **1.50** Adrenalina - film akcji, USA 2006 **3.35** Rekrut VII - serial **4.30** Dr House III - serial

TVP SPORT

6.40 Biathlon - PŚ, Ruhpolding - sprint kobiet **8.05** Piłka ręczna mężczyzn - ME: Węgry - Polska **9.55** Biegi narciarskie - Ski Classics - La Diagonella, Engadin, 55 km **12.20** Biathlon - PŚ, Ruhpolding - sprint kobiet **13.45** Sportowe ABC **13.55** Biathlon - PŚ, Ruhpolding - sprint mężczyzn **14.20** Biathlon - PŚ, Ruhpolding - sprint mężczyzn **16.00** Biegi narciarskie - PŚ, Oberhof - sprint kobiet i mężczyzn **18.05** Ring TVP Sport - podsumowanie **19.20** Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43, Dzierżoniów - walka wieczoru: K. Bednarek **23.05** Transmisja **2.05** Biathlon - PŚ, Ruhpolding - sprint mężczyzn

EUROSPORT

12.15 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen **14.00** Snooker. The Masters 2026, Londyn **17.30** Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo **17.50** Piłka ręczna. Austria - Hiszpania, ME Faza grupowa **19.45** Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo **20.20** Piłka ręczna. Serbia - Niemcy, ME Faza grupowa **22.15** Snooker. The Masters 2026, Londyn **23.30** Rajdy terenowe. Arabia Saudyjska, Rajd Dakar 13. etap **0.30** Tenis. Australian Open 2025, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii **9.30** Pani podolog w akcji **10.00** Gigi - serial **11.00** Zagadka tygodnia **11.45** Kabaretowy Szał **14.25** Coś śmiesznego **15.00** Klejnot TV **17.00** Porozmawiaj ze mną **17.25** Coś śmiesznego **18.00** Klejnot TV **21.00** Zagadkowy weekend **23.15** Juwelo **0.45** Kabaretowy Szał **1.45** Kabaretowy Szał 2026 **2.40** Kabaretowy Szał bis **3.40** Coś śmiesznego **3.50** Miłe rozmowy

eprasa.pl 8c024284d4

NIEDZIELA 18 STYCZNIA

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.45 Zmiennicy (5) - Safari - serial
9.55 Ojciec Mateusz (433) - serial
10.55 Komisarz Alex (272) - Jeden za wszystkich - serial
11.55 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.45 Pielgrzymi Nadziei
13.05 BBC w Jedynce - Serengeti
14.30 Dom (3) - Warkocze naszych dziewcząt będą białe - serial
16.05 Dziedzictwo (807) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.35 U Pana Boga w Królowym Moście (5) - serial
18.40 Jaka to melodia?
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.05 Sport, Pogoda
20.25 U Pana Boga w Królowym Moście (6) - serial
21.25 Żona dla Polaka - Toronto
22.25 Wypisz, wymaluj...miłość
HIT - film obyczajowy, USA, reż. Fred Schepisi, wyk. Clive Owen, Juliette Binoche, Bruce Davison, Navid Negehban
0.30 Powrót do tamtych dni - film fabularny, reż. Konrad Aksinowicz, wyk. Teodor Koziar, Maciej Stuhr, Katarzyna Warnke, Sebastian Stankiewicz, Weronika Książkiewicz, Bogdan Koca
2.30 40 karabinów - western, USA, reż. William Witney, wyk. Audie Murphy, Kenneth Tobey
4.15 Jaka to melodia?
5.05 Zakończenie dnia

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3295 - 3296) - serial
6.25 M jak miłość (1901) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.05 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka
11.40 The Voice Senior s. VII - Przesłuchania w ciemno - widowisko muzyczne
12.45 The Voice Senior s. VII - Przesłuchania w ciemno - widowisko muzyczne
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2025 - Małgorzata Ostrowska
16.15 Tak to leciało! - teleturniej
17.15 Hrabia Monte Christo (3) - serial
18.20 Pan Mama (40) - serial
19.00 James Bond - Świat to za mało - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, reż. Michael Apted, wyk. Pierce Brosnan, Sophie Marceau, Robert Carlyle, Denise Richards
HIT
21.20 Furia - dramat, USA, reż. David Ayer, wyk. Logan Lerman, Jon Bernthal, Shia Labeouf, Michael Pea, Brad Pitt
23.45 Natalia Kukulska na dobry wieczór - widowisko muzyczne
0.50 Krucjata s.I - Prawo serii (6) - serial
1.55 Love, Rosie - komedia, USA, Niemcy, reż. Christian Ditter, wyk. Lily Colins, Sam Caflin, Christian Cooke
3.50 Rodzinka.pl - serial
4.15 Zakończenie dnia

TVN

5.45 Ukryta prawda
6.45 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN
11.25 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
11.35 Magda gotuje internet
12.10 Co za tydzień
12.45 Będzie pięknie
13.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
14.55 Akademia policyjna 2: Pierwsze zadanie - komedia
16.45 Nowe przygody Aladyna - film przygodowy, Francja
19.00 Fakty, Sport, Pogoda



19.45 Dungeons & Dragons: Złodziejski honor - film przygodowy, USA, Kanada, Wielka Brytania, Islandia, Australia 2023, reż. John Francis Daley, Jonathan Goldstein, wyk. Chris Pine, Michelle Rodriguez, Regé - Jean Page, Justice Smith
HIT
22.30 Grawitacja - film sci - fi, USA, Wielka Brytania 2013, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Sandra Bullock, George Clooney, Ed Harris
0.15 Nocny pościg - film sensacyjny, USA 2015
2.35 MasterChef
4.05 Szpital św. Anny
5.00 Uwaga!

TVP POLONIA

6.00 Panorama
6.30 Rodzinka.pl s. XI (218, 219) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.00 SeriaLove Wspomnienia (3) - Mateusz Pawłowski - Rodzinka.pl - felieton
11.10 Słowo daję! - 1 - magazyn
11.25 Makłowicz w podróży - Trentino - Alto Adige. Skarby Południowego Tyrolu - magazyn kulinarny
11.55 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.50 Słowo na niedzielę
13.00 Transmisja Mszy Świętej z katedry polowej Wojska Polskiego pw. NMP Królowej Polski w Warszawie
14.15 Potop, cz. 1 - film kostiumowy, Polska, reż. Jerzy Hoffman
17.00 Teleexpress
17.25 M jak miłość (1892) - serial
18.15 Kabaretomaniacy
19.10 Sylwester z Dwójką 2025
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.05 Sport, Pogoda
20.20 Komisarz Alex (260) - serial
21.15 Daję słowo - Maciej Orłoś - Włodzimierz Zientarski
22.10 Ikar. Legenda Mietka Kosza
HIT - film fabularny, Polska, reż. Maciej Pieprzyca
0.40 M jak miłość (1892) - serial
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia
2.00 Sport, Pogoda
2.10 Czarna śmierć (5, 6) - serial
3.50 Żona dla Polaka - Toronto (2)

iTVN

6.15 Nic do zgłoszenia
7.00 Kuchenne rewolucje
7.45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.35 Inspirujące kobiety
12.00 Truckerki
12.45 Zakup w ciemno
13.30 Fani czterech kółek
14.15 Przystanek Bieszczady
15.00 8 rzeczy, których nie wiecie o facetach - komedia obyczajowa, Polska 2022, reż. Sylwester Jakimow, wyk. Alicja Bachleda - Curuś, Mikołaj Roznerski, Maciej Zakościelny
16.35 Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
17.25 Naprawy nie do naprawy - program motoryzacyjny
18.00 Wyburzacze
18.35 Inspirujące kobiety
19.00 Fakty
19.30 Dziewczyny z Hollywood
19.40 Pogoda
19.45 Kuchenne rewolucje
20.30 Droga do oświecenia
20.55 Zakup w ciemno
21.40 Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
22.25 Mobilni mechanicy - program motoryzacyjny
23.00 Babski biznes
23.45 Tajemnica zawodowa - serial
0.30 Wyburzacze - program rozrywkowy
1.05 Dziewczyny z Hollywood - program rozrywkowy
1.15 Magda gotuje internet 2
1.40 Magiel Towarzyski
2.15 Doradca smaku
2.20 Świat - magazyn
3.35 Rozmowy w toku

POLSAT

6.00 Nowy dzień
8.00 halo tu polsat
11.15 Fałszywa dwunastka - komedia familijna, USA
13.40 Jumanji: Przygoda w dżungli - film przygodowy, USA
16.20 Król Artur - film przygodowy, USA, Irlandia, 2004
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie



19.55 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii
HIT - film fantasy, USA, Nowa Zelandia, 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Richard Armitage, Cate Blanchett, Ian McKellen, Orlando Bloom, Evangeline Lilly, Luke Evans, Christopher Lee
23.35 Zielony Szerszeń - komedia sensacyjna, USA, 2011, reż. Michel Gondry, wyk. Seth Rogen, Jay Chou, Christoph Waltz, Cameron Diaz, Tom Wilkinson
2.05 Być jak Kazimierz Deyna - film obyczajowy, Polska, 2012, reż. Anna Wieczur - Bluszcz, wyk. Aleksander Staruch, Marcin Korcz
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco Gramy

POLSAT 2

6.30 Sekrety rodziny 7.30 Z klimatem i z pasją 8.00 Sekrety rodziny 9.00 Trudne sprawy 14.00 Sekrety rodziny 15.00 Nasz nowy dom 16.15 Więzienie kobiet 18.10 Hellboy - film fantasy 20.35 Terrorysta - film kryminalny, Wielka Brytania, 2012, reż. Hadi Hajaig, wyk. Sean Bean, Charlotte Rampling, Abhin Galeya, Thomas Burke, James Fox, Tuppence Middleton 22.55 7 sekund - thriller kryminalny 0.55 Komisarz Mama 2.00 Wydarzenia wieczorne 2.45 JesteśmyDlaDzieci 3.15 Oblicza Ameryki 3.40 Santo Subito - Cantobiografia Jana Pawła II. Koncert Wielkanocny Piotra Rubika 4.40 SuperLudzie

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra 7.05 Byli sobie podróżnicy 7.40 Była sobie Ziemia 10.00 SuperMocni 11.05 Hotel Transylwania - film anim. 12.55 Fernando - film anim. 15.15 Patrol - dramat, USA 18.05 Świat według Kiepskich 19.00 Randka w ciemno 21.00 Dusiciel z Bostonu - dramat kryminalny, USA, 2023, reż. Matt Ruskin, wyk. Keira Knightley, Carrie Coon, Chris Cooper, Alessandro Nivola, Rory Cochrane 23.30 Kryzys - dramat sensacyjny, Kanada, Belgia, 2021, reż. Nicholas Jarecki, wyk. Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly, Luke Evans, Michelle Rodriguez 2.00 Backdoor - wyjście awaryjne

TVN 24

PASMO „NIEDZIELA NA ŻYWO" 10.45 Kawa na ławę 11.50 Biała Jazda 11.55 Loża prasowa 12.50 Ewa Ewart poleca: dokument 13.50 Pogoda wyjazdowa 13.53 Biała Jazda 14.00 Serwis informacyjny 14.23 Raport Smogowy 14.25 Biała Jazda 14.30 Serwis informacyjny 15.45 Kadr na kino 16.00 Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" 18.00 Serwis informacyjny 18.35 Ranking Mazura 19.10 Serwis informacyjny 19.25 Fakty po Faktach 20.00 W Kuluarach 21.30 Serwis informacyjny 22.00 Szkło kontaktowe 23.00 Dzień po dniu 23.40 Kroniki Sportowe 23.43 Strefa Kibica - Zima Kroniki PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY"

TVP KULTURA

6.55 Rozmowy (nie)wygodne - Barbara Bursztynowicz
7.45 Marceli Szpak dziwi się światu - serial
8.00 Liturgie i nabożeństwa 2026 - Nabożeństwo luterańskie w Skoczowie
9.00 Niepojęte - Bóg Paula Tilicha
9.15 Wspólny dom - magazyn
9.55 Dokument tygodnia - Stolica muzyki, Nowy Orlean
11.50 Pan wzywał, Milordzie? s. II (4) - Trzy Wazony - serial
12.55 Dobre strony - Kasia Lins i Piotr Domalewski
13.15 Retro kino - Sirocco - film fabularny, USA
15.05 Kolekcja - Andrzej Wróblewski - felieton
15.25 Podróż Fanny - dramat, Francja
17.15 Niedziela z... Arkadiuszem Jakubikiem
18.00 Niedziela z....Arkadiuszem Jakubikiem - Chce się żyć - film obyczajowy, Polska
20.00 Księżna - film kostiumowy,
HIT Wlk. Brytania, USA, Francja
22.00 Kulturalni PL - magazyn
22.55 Teatroteka nocą - Słabi - spektakl teatralny
0.10 Noc krótkich filmów - To nie będzie film festiwalowy
0.20 Noc krótkich filmów - Slow Light - film anim.
0.45 Kino nocne - Nasz człowiek w Hawanie - film fabularny, Wielka Brytania
2.45 Muzyka na dobry wieczór - Zalewski na dobry wieczór
3.55 Niedziela z... Arkadiuszem Jakubikiem

TVP HISTORIA

7.15 Był taki dzień - 18 stycznia
7.25 Korona królów. Jagiellonowie (65) - serial
8.00 Joannici - reportaż
8.20 Ścieżkami ojca Antoniego - reportaż
9.00 Nad Niemnem (3) - serial
10.00 Wojownicy czasu (99)
10.40 Podziemne Włochy - Todi i Tarquinia (2) - serial
11.45 Wszystkie kolory świata - Rumunia, karpacka piękność - serial
12.55 Najwspanialsze góry Afryki (3) - cykl dok.
14.00 Mały wielki człowiek - western, USA, reż. Arthur Penn
15.40 Szerokie tory - Jeden dzień z życia milicjanta w Doniecku
16.10 Odkryć tajemnicę 7 - Zaginione miasto Kleopatry
17.15 Flesz historii (744)
18.00 Dom (23) - serial
20.00 Pogrzebowe okręty Wikingów z Salme (1) - film dok.
21.05 Nieznana wojna na Północy - serial
22.15 Potop, cz. 1 - film
HIT kostiumowy, Polska, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Małgorzata Braunek, Daniel Olbrychski
23.30 Czerwone maki - film fabularny, Polska, reż. Krzysztof Łukaszewicz, wyk. Magdalena Żak, Leszek Lichota
1.25 Picasso w Warszawie, czyli jak się zaczęło szaleństwo socrealizmu - film dok.
2.15 Szerokie tory - Jeden dzień z życia charakteryzatora z pracowni figur - reportaż

TV 4

6.00 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
7.00 Polowanie na Hitlera
7.55 Polowanie na Hitlera
8.55 Galileo
10.00 Galileo
11.00 Maska Zorro - film przygodowy, USA, 1998, reż. Martin Campbell, wyk. Antonio Banderas, Anthony Hopkins, Catherine Zeta - Jones
13.55 Gruby i chudszy - komedia, USA, 1996, reż. Tom Shadyac, wyk. Eddie Murphy
15.55 Diamentowa afera - komedia sensacyjna, USA, Niemcy, 1999, reż. Les Mayfield, wyk. Martin Lawrence, Luke Wilson
17.55 Uroczysko
18.55 Uroczysko
20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
22.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
23.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
0.05 STOP Drogówka
1.05 Oto Ameryka XXL - głosy prowincji - film dok.
2.25 Nieznane zdjęcia Hitlera
3.25 LUBIĘ DISCO!

TTV

6.25 Express
6.45 Nic do zgłoszenia
7.45 Nic do ukrycia
8.45 Gogglebox. Przed telewizorem
9.45 Express, Pogoda
10.05 Ostre cięcie
11.05 Zakup w ciemno
12.05 Zakup w ciemno
13.05 Zakup w ciemno Extra
13.40 Damy i wieśniaczki. PL
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem
15.45 Express, Pogoda
16.05 Idź na całość
17.05 Życie na kredycie
17.45 Express, Pogoda
18.05 Życie na kredycie
18.40 Damy i wieśniaczki. PL
19.45 Express, Pogoda
20.05 Zakup w ciemno
21.05 Gogglebox. Przed telewizorem
22.00 Żony Podlasia
22.30 Żony Podlasia
23.00 Damy i wieśniaczki. PL
0.00 Nic do zgłoszenia
1.00 Ciężarówką przez RPA
2.00 Detektywi
3.00 SOS. Ekipy w akcji
4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska

TVN 7

4.55 Szkoła - program obyczajowy
5.50 Wiza na miłość pierwsze spotkanie
6.45 New Looney Tunes III - anim.
7.00 Anatomia piękna. 8.00 Sylwester w Nowym Jorku - komedia romantyczna, USA
10.25 Ukryta prawda
13.25 Detektywi
15.30 Gremliny rozrabiają - film sci - fi, USA 1984, reż. Joe Dante
17.40 Fred Claus, brat świętego Mikołaja - komedia, USA
20.00 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a
HIT - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2022, reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne, Jude Law, Mads Mikkelsen, Ezra Miller, Dan Fogler,
23.00 Na zabójczej ziemi - film sensacyjny, USA 1994
1.15 Droga powrotna - film obyczajowy, USA, Kanada 2020, reż. Gavin O'Connor
3.15 Osadzone. Blok F
3.45 Fachowcy
4.20 Usterka
4.45 Dorota was urządzi

TV PULS

6.00 Taki jest świat
6.50 Kobra - oddział specjalny - serial
8.45 Ranczo - serial
13.40 Całkowicie nowe przygody Aladyna - film przygodowy
15.45 Krokodyl Dundee - film przygodowy, Australia 1986
17.50 Krokodyl Dundee II - film przygodowy, Australia, USA
20.00 Bodyguard Zwodowiec
HIT - komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Patrick Hughes, wyk. Elodie Yung, Gary Oldman, Ryan Reynolds, Salma Hayek, Samuel L. Jackson
22.20 Wolni strzelcy - dramat kryminalny, USA 2012, reż. Jessy Terrero, wyk. Anabelle Acosta, Curtis Jackson, Forest Whitaker, Robert De Niro, Ryan O'Nan
0.20 Czarny orzeł - dramat sensacyjny, USA 1988, reż. Eric Karson, wyk. Bruce French, Doran Clark, Jean - Claude Van Damme, Sho Kosugi
2.25 Dyżur
3.00 Taki jest świat
4.00 Dyżur

TV REPUBLIKA

12.00 Republika dzień 13.00 Republika dzień - serwis informacyjny 13.10 Republika dzień 14.10 1410 Bitwa polityczna 15.00 Republika dzień - serwis informacyjny 15.10 Republika dzień 16.55 Express Republiki 17.10 Express Republiki+ 17.25 Express Republiki Luz 17.45 Republika dzień 18.00 Republika dzień - serwis informacyjny 18.15 Ustawka Boreckiego 18.55 Sport w Republice 18.58 Prognoza pogody 19.00 Dzisiaj - serwis informacyjny 20.20 Gość „Dzisiaj" 20.50 Republika wieczór 22.15 Piachem w tryby 22.55 Republika wieczór 23.35 Sport w Republice 23.40 Express Republiki

STOPKLATKA

6.00 Kojak s. 1 7.00 Komisarz Rex s. 6 10.00 Hudson i Rex s. 1 11.00 Hudson i Rex s. 2 13.00 RRRrrr!!! - komedia, Francja 15.05 Ucieczka z Alcatraz - dramat, USA 17.25 Czterej pancerni i pies - serial 18.45 Czterej pancerni i pies - serial 20.00 Kamienne pięści - dramat, USA 22.15 Najlepsi z najlepszych 2 - film akcji, USA 0.30 Konsul - komedia sensacyjna, Polska 2.45 Lincz - dramat, Polska

TV 6

6.00 Cobra Kai 8.35 Columbo 11.50 Uzdrowiciel z tropików - film przygodowy, USA, 1992 14.00 Policjantki i Policjanci 16.00 Policjantki i Policjanci 18.00 Policjantki i Policjanci 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 21.55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.50 Kołysanka - czarna komedia, Polska, 2010, reż. Juliusz Machulski 1.55 Krejzi Patrol 2.25 Kochane pieniądze 5.30 SuperLudzie Extra

TELE 5

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 7.25 Straż graniczna - serial 9.30 Coś śmiesznego 9.50 Porozmawiaj ze mną 10.20 Pani podolog w akcji 10.45 Coś śmiesznego 11.05 Kabaretowy Szał 2026 13.00 Potop - film historyczny, Polska 1974 17.00 Kabaretowy Szał 20.00 Ocalić Grace B. Jones - thriller, USA 2009 22.25 Kabaretowy Szał 2026 0.10 Na osi 0.45 Beczka śmiechu - Inspektor Młot - serial

ITVS

5.21 Śląska karuzela 6.32 Klachy i Lachy 7.32 Kuchnia po śląsku 7.57 Kuchnia po śląsku 8.22 Przy muzyce po śląsku 9.42 Szlagierowa biesiada 11.12 Koncert życzeń 12.00 Perły Śląska 12.25 KONCERT TVS 13.58 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego 14.43 Klachy i Lachy 16.03 Przy muzyce po śląsku 16.23 Przy muzyce po śląsku 16.43 Przy muzyce po śląsku 17.03 Szlagierowa biesiada 18.36 Koncert życzeń 20.00 Koncert życzeń 21.24 Śląska karuzela 22.35 Klachy i Lachy 23.35 Kuchnia po śląsku 0.00 Przy muzyce po śląsku 0.20 Przy muzyce po śląsku 0.40 Przy muzyce po śląsku 1.00 Szlagierowa biesiada 2.33 Koncert życzeń

SILESIA

6.00 Telesprzedaż 7.05 Pogoda 7.15 Klachy i Lachy - program rozrywkowy 8.05 Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy 8.30 Muzyczne dzień dobry 9.35 Przy muzyce po śląsku - program rozrywkowy 10.45 Klachy i Lachy - program rozrywkowy 11.10 Muzyczne podróże 12.10 Spotkanie z balladą - program rozrywkowy 14.30 Śląska karuzela - program muzyczny 15.30 Śląska karuzela - program muzyczny 16.00 Koncert życzeń 17.50 Szlagierowa lista 19.45 Koncert w TVS 21.45 Kino TVS 23.35 Śląska karuzela - program muzyczny 1.20 Program kulinarny 2.50 Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy

TV TRWAM

16.10 Koncert życzeń 16.50 Mateczniki Polskości 17.00 Natura et Homo 17.30 Sól ziemi 17.55 Poczet Wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Moja Katolicka Rodzina 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja 21.45 Stan Bezpieczeństwa Państwa 21.55 Święty na każdy dzień 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile 22.45 Jak wygrać małżeństwo? 23.00 Jak my to widzimy 23.30 Tam, gdzie Bóg płacze

KINO POLSKA

6.00 Złoty interes s. 2 - Mobilny mechanik 6.45 Prawo i pięść - film sensacyjny, Polska 8.40 Bolek i Lolek na wakacjach 8.50 Przygody Myszki s. 1 9.10 Polska Kronika Filmowa 9.20 To nie ze mną s. 1 - serial 10.05 To nie ze mną s. 1 - serial 10.45 Rzeczpospolita babska - komedia wojenna, Polska 12.55 Podróż za jeden uśmiech - film młodzieżowy, Polska 14.55 Stara baśń - film przygodowy, Polska 17.25 Znachor - dramat, Polska 20.00 Obława - dramat wojenny, Polska 21.55 W ukryciu - dramat, Polska 0.05 Sługi boże - thriller, Polska 2.15 Dublerzy - komedia sensacyjna, Polska 4.55 Martwe małżeństwo - dramat, Polska 5.25 Leben - kr. metr.

ALE KINO+

7.20 Bracia - dramat, Polska 2021 9.05 Arktyka - dramat przygodowy, Islandia 2018 11.05 Pod Starym Dębem - dramat, Belgia, Francja, Wlk. Brytania 2023 13.20 King Kong żyje - film przygodowy, USA 1986 15.30 Bezmiar - dramat obyczajowy, Francja, Włochy 2022 17.35 Przyrzeczenie - dramat historyczny, USA, Hiszpania 2016 20.10 Premiera: Stenbeck. Imperium (5) - serial 21.10 Suburbicon - komedia kryminalna, USA, Wlk. Brytania 2017 23.20 Sygnalistka - thriller, Niemcy, Francja 2022 1.40 Belfer 3 (6) - serial 2.30 Erratum - dramat, Polska 2010 4.05 Wspaniałe kilka minut - kr. metr. 4.40 Uwięziona - kr. metr. 5.05 Klangor (6) - serial

AXN

6.25 Duże dzieci - komedia, USA 2010 8.05 Dr House - serial 9.05 Zabójcza broń - serial 10.05 FBI IV - serial 15.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 16.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 17.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 17.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 18.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 20.00 Londyn w ogniu - thriller, USA, Wlk. Brytania, Bułgaria 2016 22.00 Adrenalina - film akcji, USA 2006 23.40 Parasol bezpieczeństwa - komedia sensacyjna, USA 2003 1.25 Underworld: Wojny krwi - horror, USA 2016 3.10 Agenci NCIS XIX - serial 4.05 Dr House III - serial

TVP SPORT

6.00 Strongman - Liga Mistrzów 2025 7.00 Biegi narciarskie - PŚ, Oberhof 8.00 Retransmisja 10.00 Futbol Totalny 11.15 Quiz TVP Sport 12.05 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 13.10 Biegi narciarskie - PŚ, Oberhof 14.30 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 16.20 Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43, Dzierżoniów 17.25 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Islandia 20.15 Piłka nożna - Liga hiszpańska kobiet: Alhama - FC Barcelona 22.15 Sportowy Wieczór 22.55 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 0.45 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Islandia 2.30 Boks - Gala w Las Vegas, MGM Arena

EUROSPORT

The Masters 2026, Londyn 17.00 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo 17.50 Skoki narciarskie. Polska - Islandia, ME Faza grupowa 19.45 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo, Japonia 2. konkurs, HS 137 20.20 Piłka ręczna. Włochy - Węgry, ME Faza grupowa 22.15 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo, Japonia 2. konkurs, HS 137 0.00 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne 1.30 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 9.30 Pani podolog w akcji 10.00 Gigi - serial 11.00 Zagadka tygodnia 11.40 Kabaretowy Szał 14.40 Coś śmiesznego 15.00 Klejnot TV 17.00 Porozmawiaj ze mną 17.25 Coś śmiesznego 18.00 Klejnot TV 21.00 Uśpiona komórka - Algierczyk - serial 23.15 Juwelo 0.45 Kabaretowy Szał 1.40 Kabaretowy Szał bis 2.30 Kabaretowy Szał 3.40 Coś śmiesznego

eprasa.pl 8c024284d4

PONIEDZIAŁEK 19 STYCZNIA

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
7.30 Studio Raban - magazyn
8.00 Serwis Info, Pogoda
8.20 Zaraz wracam s.II (67) - serial
9.00 Ranczo s.V (62) - serial
10.00 Komisarz Alex(75) - serial
11.00 Ojciec Mateusz (50) - serial
12.00 Serwis Info
12.10 Agrobiznes
12.35 Magazyn Rolniczy
12.50 BBC w Jedynce - Serengeti
14.00 Wichrowe wzgórze (340) - serial
15.00 Serwis Info
15.15 Reporterzy - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (808) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4636) - telenowela
18.45 Akacjowa 38 (789) - serial
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.30 Teatr Telewizji - Hotel ZNP
HIT - spektakl teatralny, reż. Kuba Kowalski, wyk. Karolina Bednarek, Maciej Kobiela, Katarzyna Żuk, Paweł Kos, Antoni Włosowicz, Piotr Seweryński
22.45 Świat bez fikcji - Bruce Willis - upadek bohatera
23.50 Balans bieli - magazyn
0.35 Bodo - dramat, reż. Michał Kwieciński, wyk. Antoni Królikowski, Tomasz Schuchardt, Agnieszka Wosińska, Anna Pijanowska, Patrycja Kazadi
2.35 Bogowie ulicy - film fabularny, USA, reż. David Ayer
4.20 Rezydencje królewskie (3)

TVP 2

4.25 Na dobre i na złe
5.25 M jak miłość (1674) - serial
6.15 Rodzina święta - Jak wspierać dziecko w podejmowaniu decyzji?
6.50 Barwy szczęścia (3296) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.55 Okrasa łamie przepisy
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłość i nadzieja (376) - serial
14.05 Va Banque (917) - teleturniej
14.35 Na sygnale (822) - Ciało obce - serial
15.05 La Promesa - pałac tajemnic (309) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.20 Miłość i nadzieja (377) - serial
18.15 Va Banque (918) - teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3296) - serial
20.05 Barwy szczęścia (3297) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1902) - serial
21.55 Na sygnale (823) - Kadzidełka Wiesławy - serial
22.20 Na sygnale (824) - Sąsiedzka pomoc lekarska - serial
22.55 Davos wojna szpiegów (1) - serial, Niemcy, reż. Anca Miruna Lazarescu, Jan - Eric Mack, wyk. Dominique Devenport, Jeanette Hain, David Kross, Max Herbrechter
23.50 Diego - film dok.
2.15 Instynkt (3) - Złamane serce - serial
3.10 Akacjowa 38 - serial
4.00 Zakończenie dnia

TVN

5.40 Uwaga!
5.55 Ukryta prawda
6.50 Kuchenne rewolucje
7.45 Dzień Dobry TVN
11.25 Kuchenne rewolucje
13.35 Kartoteka
14.40 Ukryta prawda
16.50 Kuchenne rewolucje
17.55 Detektywi
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.32 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
19.40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19.55 Uwaga!
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial



20.55 Tożsamość - film sensacyjny, HIT USA, Kanada, Niemcy, Francja, Japonia, Wielka Brytania 2011, reż. Jaume Collet - Serra, wyk. Liam Neeson, Diane Kruger, January Jones, Aidan Quinn
23.20 Dungeons & Dragons: Złodziejski honor - film przygodowy, USA, Kanada, Wielka Brytania, Islandia, Australia
2.00 Co za tydzień
2.35 Szpital św. Anny
3.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial
4.45 Uwaga!

TVP POLONIA

6.00 Panorama
6.30 Misja: gościnność - reportaż
7.00 Rosół polski s. II (23)
7.30 Pytanie na śniadanie
11.40 Paryż. Śladami Chopina - 3
12.00 Serwis Info
12.10 Blondynka (5, 6) - serial
13.50 Kresy znane (3) - Wilno teatrem stało
14.10 Kulturalni PL - magazyn
15.00 Serwis Info
15.10 Kiedyś to było... - magazyn
15.40 Dobre strony - Natalia Przybysz i Damian Kocur
16.00 Zaraz wracam (34) - serial
16.30 Barwy szczęścia (3242) - serial
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka - /923/
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Słownik polsko@polski
18.45 Panorama
19.10 Polacy, którzy zmienili świat medycyny - Ryszard Grygiewski
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.25 Czas honoru (61, 62) - serial
22.10 Historia polskiego sportu - Ku wyżynom, cz. 3
23.05 Polacy Światu - Jerzy Iwanow - Szajnowicz - magazyn
23.15 Panorama
23.45 Kod bezpieczeństwa
0.15 Moda na język polski - Wrocław i gwara wrocławska
0.40 Zaraz wracam (34) - serial
1.10 Polacy, którzy zmienili świat medycyny - Ryszard Grygiewski
1.30 Program informacyjny 19.30

iTVN

6.15 Druga szansa - serial
7.00 Opowieści małżeńskie 2 - serial
7.45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Wszystkiego słodkiego
11.35 Nowa Maja w ogrodzie
12.00 Magda gotuje internet 2
12.25 Ukryta prawda
13.10 Nauka Jazdy
13.35 Detektywi - serial
14.20 Wojny samochodowe - program motoryzacyjny
15.05 Gadżet 4.0 - program rozrywkowy
15.30 Diagnoza - serial
16.15 Druga szansa - serial
17.05 Zakochani po uszy - serial
17.30 Ukryta prawda
18.15 Detektywi - serial
19.00 Fakty
19.35 Truckerki
20.20 Pogoda
20.25 Uwaga!
20.40 Na Wspólnej - serial
21.05 19 + - serial
21.30 Doradca smaku
21.35 Idź na całość
22.20 Misja Afganistan - serial
23.05 Inspirujące kobiety - program lifestylowy
23.30 Doradca smaku
23.35 Diagnoza - serial
0.20 Zakochani po uszy - serial
0.45 Rozmowy w toku
1.35 Ukryta prawda
2.20 Świat - magazyn
3.35 Rozmowy w toku
4.20 Fakty, Pogoda
5.00 Uwaga!
5.15 DeFacto - Flesz
5.25 Rozmowy w toku

POLSAT

6.00 Nowy dzień
8.30 Malanowski i Partnerzy
9.30 Trudne sprawy
11.35 Gliniarze
14.40 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.20 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.15 Gość Wydarzeń



20.00 Strzelec wyborowy - thriller, HIT USA, 2021, reż. Robert Lorenz, wyk. Liam Neeson, Katheryn Winnick, Teresa Ruiz, Juan Pablo Raba, Alfredo Quiroz, Jose Vasquez
22.15 Zawód: Szpieg - dramat sensacyjny, Niemcy, USA, Japonia, Francja, 2001, reż. Tony Scott, wyk. Robert Redford, Brad Pitt, Catherine McCormack, Stephen Dillane, Larry Bryggman, Marianne Jean - Baptiste, Matthew Marsh
1.00 Ukojenie - thriller, USA, 2015, reż. Afonso Poyart, wyk. Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish, Colin Farrell, Matt Gerald, Jose Pablo Cantillo, Marley Shelton
3.25 Nasz nowy dom

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom 7.30 Na ratunek 112 8.00 Na ratunek 112 8.30 Sekrety rodziny 9.30 Sekrety rodziny 10.30 Przyjaciółki 11.30 Przyjaciółki 12.30 Dlaczego ja? 14.30 Świat według Kiepskich 17.00 48H. Zaginieni 19.00 Gliniarze 20.00 Ślad 21.00 Gliniarze 22.00 Nieprawdopodobne, a jednak 22.30 Nieprawdopodobne, a jednak 23.00 Świat według Kiepskich 0.00 Zdrady II 1.00 Zdrady 2.00 Wydarzenia wieczorne 2.45 Ewa gotuje 3.45 Interwencja 4.00 Strzelectwo z Renatą Mauer i Navalem 2020 5.00 Interwencja 5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 5.30 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra 7.00 Małe Wielkie Marzenia 8.00 Doktor Martin 10.00 Wydarzenia 24 10.30 SuperLudzie 11.30 Świat według Kiepskich 14.00 Ninja Warrior Polska 16.00 TOP CHEF 17.30 Świat według Kiepskich 20.00 Złomiarze 21.00 Wyścig z czasem - film kryminalny, USA, 2003, reż. Carl Franklin, wyk. Denzel Washington, Eva Mendes, Dean Cain, Sanaa Lathan, Alex Carter, Antoni Corone, John Billingsley 23.15 Dusiciel z Bostonu - dramat kryminalny, USA, 2023, reż. Matt Ruskin, wyk. Keira Knightley, Carrie Coon, Chris Cooper 1.45 Świat według Kiepskich 4.00 Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny 10.55 Biznes 11.00 Serwis informacyjny 11.25 Biała Jazda 11.30 Serwis informacyjny 11.55 Biznes 12.00 Serwis informacyjny 12.23 Raport Smogowy 12.25 Biała Jazda 12.30 Serwis informacyjny 13.25 Biała Jazda 13.30 Serwis informacyjny 13.55 Biznes 14.00 Serwis informacyjny 14.55 Biznes 15.00 15 NA ŻYWO 16.00 Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" 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 23.00 Dzień po dniu 0.20 Biznes 0.25 Strefa Kibica - Zima Kroniki PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY"

TV REPUBLIKA

12.45 Studio prasowe 14.00 Republika dzień - serwis informacyjny 14.10 1410 Bitwa polityczna 15.00 Republika dzień - serwis informacyjny 15.10 Republika dzień 16.30 Lewy z bicepsem 16.55 Express Republiki 17.10 Express Republiki+ 17.25 Express Republiki Luz 17.45 Miłosz Kłeczek. W ruchu 18.20 Republika dzień - serwis informacyjny 18.40 Republika dzień 18.55 Sport w Republice 18.58 Prognoza pogody 19.00 Dzisiaj - serwis informacyjny 20.00 Gość „Dzisiaj" 20.30 Ściśle jawne 21.30 Klub Republiki 22.30 Piachem w tryby 23.10 Wywiad z chuliganem 0.00 Express Republiki

TVP KULTURA

6.05 Afisz kulturalny ekstra
6.15 Muzyczne poranki
7.00 Tamte lata, tamte dni - Andrzej i Jacek Zielińscy
7.40 Podróże z historią s. II (21) - Tarcza ukryta w górach - cykl dok.
8.25 Wydarzenie aktualne
9.00 Modrzejewska (5) - Warszawa - serial
10.25 Jańcio Wodnik - film obyczajowy, Polska
12.20 Wielcy mistrzowie malarstwa - Rousseau - serial
13.25 Od ucha do ucha - Tajemnica zaginionych skarpetek - film anim.
13.55 Tamte lata, tamte dni - Grażyna Barszczewska
14.35 Ceremonia pogrzebowa - film obyczajowy, Polska
16.20 Modrzejewska (6) - Gwiazda - serial
18.00 Tygodnik Kulturalny
18.55 Oni wszyscy byli w Montreux - serial
20.00 Poniedziałek z Bondem
HIT - Licencja na zabijanie - film sensacyjny, Wlk. Brytania, USA
22.20 Księżna - film kostiumowy, Wielka Brytania, USA, Francja
0.25 Minotaur Picasso - film dok.
1.30 Porozmawiajmy szczerze - Magdalena Zawadzka
2.10 Kino nocne - Destrukcja - film fabularny, USA
4.05 Dziwak? - interpretacje - film dok.
5.15 Teledyski
5.50 Zakończenie dnia

TVP HISTORIA

6.50 Był taki dzień - 19 stycznia
7.00 Fake czy historia? (43)
7.40 Ex Libris (595) - magazyn
8.05 Młody Piłsudski (5) - serial
9.00 Historia Polski - Chłopski bunt 81
10.05 Encyklopedia II wojny światowej - Spalić Londyn, cz. 1
10.35 Kanadyjskie Parki Narodowe (2) - Waterton Lakes
11.40 Z wieszaka historii (3) - Buntownik z ubioru
12.20 Chłopi (10) - serial
13.20 Islandia: na granicy zimnej wojny - Część pierwsza: 1951 - 1973 - cykl dok.
14.30 Najwspanialsze góry Afryki (3) - cykl dok.
15.30 Królowie (12) - serial
16.00 Sensacje XX wieku - Księga szpiegów - Powers, cz. 1, 2
17.00 Historia Polski - Śniadanie w Wannsee - film dok.
18.00 Ex Libris (596) - magazyn
18.25 Flesz historii (744)
19.00 Młody Piłsudski (6) - serial
20.00 Kroniki Hitlera (12) - Zbrodniarz wojenny. Lata 1943 - 1944 - serial
21.00 Druga wojna światowa w kolorze. Droga do zwycięstwa - Bitwa o Atlantyk
22.05 Nieznana wojna na Północy (2) - serial
23.00 Sensacje XX wieku - Tajemnica bomby A, cz. 1, 2
0.00 Zygmunt Wróblewski. Gorący tlen - film dok.
1.15 Było, nie minęło (354)
1.55 Encyklopedia II wojny światowej - O honor Francji cz. 1

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
6.55 Strażnik Teksasu
7.55 Bogaty Dom - Biedny Dom
8.55 Policjantki i Policjanci
9.55 Policjantki i Policjanci
10.55 Na ratunek 112
11.25 Na ratunek 112
11.55 Trudne sprawy
12.55 Trudne sprawy
13.55 Trudne sprawy
14.55 Ktoś tu kłamie?
15.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
16.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
18.00 Policjantki i Policjanci
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Uroczysko
20.30 Uroczysko
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
23.00 Kod nieśmiertelności - thriHIT ler sci - fi, USA, Kanada, Francja, 2011, reż. Duncan Jones, wyk. Jake Gyllenhaal, Michelle Monaghan, Vera Farmiga
1.00 Love Island. Wyspa miłości
2.15 Hardkorowy lombard
2.50 SuperLudzie

TTV

6.20 Damy i wieśniaczki. PL
7.20 Ukryta prawda
8.20 Kartoteka
9.25 Kartoteka
10.30 Detektywi
12.30 Zakup w ciemno
14.35 Kartoteka
15.40 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
15.45 Express, Pogoda
16.03 Raport smogowy
16.05 Zakup w ciemno
17.05 Usterka
17.45 Express, Pogoda, Sport
18.05 Nauka Jazdy
18.45 Damy i wieśniaczki. PL
19.45 Express, Pogoda
20.05 Zakup w ciemno
21.05 Zakup w ciemno Extra
21.45 Express, Pogoda
22.00 Gogglebox. Przed telewizorem
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem
0.00 Nic do ukrycia
1.00 Damy i wieśniaczki. PL
2.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska
3.25 Wyburzacze
4.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska

TVN 7

5.15 Ten moment
5.45 Szkoła - program obyczajowy
8.40 Ukryta prawda
11.45 W - 11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13.55 Detektywi
14.55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16.00 Sąd rodzinny
17.00 Tajemnice miłości
18.00 Zagadki losu
19.00 Ukryta prawda
20.00 Ocean strachu - film sensacyjny, USA 2003, reż. Chris HIT Kentis, wyk. Blanchard Ryan, Daniel Travis, Saul Stein
21.50 Mój biegun - film obyczajowy, Polska 2013, reż. Marcin Głowacki, wyk. Bartłomiej Topa, Magdalena Walach, Maciej Musiał, Anna Pacho
23.45 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2022, reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne, Jude Law, Mads Mikkelsen
2.35 Żyjąc z potworem
3.25 SOS. Ekipy w akcji

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
8.00 Kobra - oddział specjalny - serial
10.00 Zbuntowany anioł - serial
11.55 Wspaniałe stulecie - serial
13.50 Lombard: Życie pod zastaw
15.50 Ranczo - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw
20.00 Długi pocałunek na dobranoc
HIT - film sensacyjny, USA 1996, reż. Renny Harlin, wyk. Brian Cox, Craig Bierko, Genna Davis, Samuel L. Jackson
22.25 Umysł przestępcy - dramat kryminalny, USA, W. Brytania 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Gary Oldman, Kevin Costner, Ryan Reynolds, Tommy Lee Jones
0.25 Skazany na piekło - dramat sensacyjny, USA 2003, reż. Ringo Lam, wyk. Carlos Gómez, Jean - Claude Van Damme, Lawrence Taylor, Lloyd Battista
2.30 Dzielnica strachu - serial
3.10 Lombard: Życie pod zastaw
4.05 Taki jest świat
5.00 Dzielnica strachu - serial

STOPKLATKA

7.50 Wojciech Cejrowski: Boso przez świat 8.55 Jakubiak rozgryza Chorwację s. 1 10.00 Robert Makłowicz: Irlandia 10.55 Zajazd. Będzie się działo - serial 13.00 Katastrofy w przestworzach - serial 15.00 MacGyver s. 5 - serial 17.00 Zajazd. Będzie się działo - serial 20.00 Ogień zwalczaj ogniem - thriller, USA 22.00 Podły, okrutny, zły - thriller, USA 0.25 Anatomia strachu - dramat kryminalny, USA

TV 6

6.00 Policjantki i Policjanci 7.55 Kobra - oddział specjalny 8.55 Kobra - oddział specjalny 11.00 48H. Zaginieni 14.00 Policjantki i Policjanci 15.00 Kobra - oddział specjalny 17.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 18.05 Strażnik Teksasu 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Łowca pedofilów 1.25 Więzienie 1 2.25 Septagon 3.25 Septagon 5.30 SuperLudzie Extra 5.45 Telezakupy TV Okazje

TELE 5

9.40 Muzyka 10.00 Sekrety zwierząt 10.30 Pani podolog w akcji 11.00 Muzyka 11.10 GaleriaDasBeste 12.50 Muzyka 13.00 Straż graniczna - serial 14.00 GaleriaDasBeste 14.45 Muzyka 15.00 Sprawa się rypła - komedia, Polska 1984 16.50 Uśmiechnij się 17.00 Kabaretowy Szał bis 18.00 Kabaretowy Szał 23.00 Kobra - oddział specjalny - serial 2.00 Gorączka w mieście - serial

ITVS

5.21 Śląska karuzela 6.32 Klachy i Lachy 7.32 Kuchnia po śląsku 7.57 Kuchnia po śląsku 8.22 Przy muzyce po śląsku 9.42 Szlagierowa biesiada 11.12 Koncert życzeń 12.00 Perły Śląska 12.25 KONCERT TVS 13.58 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego 14.43 Klachy i Lachy 16.03 Przy muzyce po śląsku 16.23 Przy muzyce po śląsku 16.43 Przy muzyce po śląsku 17.03 Szlagierowa biesiada 18.36 Koncert życzeń 20.00 Koncert życzeń 21.24 Śląska karuzela 22.35 Klachy i Lachy 23.35 Kuchnia po śląsku 0.00 Przy muzyce po śląsku 0.20 Przy muzyce po śląsku 0.40 Przy muzyce po śląsku 1.00 Szlagierowa biesiada 2.33 Koncert życzeń

SILESIA

6.00 Telesprzedaż 10.00 Dzisiaj w regionie 10.05 Pogoda 10.15 Muzyczne dzień dobry 12.05 Dzisiaj w regionie 12.10 Pogoda 12.25 Muzyczne dzień dobry 13.35 Muzyczne podróże 14.40 Emeryci na tropie 15.50 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 16.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 17.55 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 18.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 19.50 Kino TVS 21.50 Kino TVS 23.35 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 0.30 Emeryci na tropie 1.35 Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy 4.50 Program kulinarny 5.20 Propozycje do Szlagierowej listy

TV TRWAM

15.25 Świat widziany sercem 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Porady Medyczne Bonifratrów 17.00 Świadkowie 17.30 Moja parafia 17.55 Poczet Wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Poznajemy Polskę 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Z wędką nad wodę 22.30 Pastuszek 23.15 Zapomniany Sprawiedliwy - Tadeusz Modelski

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą s. 2 6.25 Kabaretowy rejs s. 1 8.00 Podróże Kapitana Klipera 8.20 Reksio s. 1 9.00 Polska z góry. Nad wodą s. 2 - Jezioro Goczałkowickie 9.35 Skradziona kolekcja - komedia, Polska 11.30 Pejzaż horyzontalny - film obyczajowy, Polska 13.30 Rachunek szczęścia - film dok. 15.00 Zakazane piosenki wojenny, Polska 17.10 Polska Kronika Filmowa 17.20 Stawka większa niż życie s. 1 - serial 18.45 Stawka większa niż życie s. 1 - serial 20.00 Skrzydlate świnie - komediodramat, Polska 22.05 Lincz - dramat, Polska 23.45 Haker - komedia sensacyjna, Polska 1.50 Czeka na nas świat - komedia, Polska 3.55 Chemia - dramat, Polska

ALE KINO+

6.30 Polska z góry 2 (5) - Żuławy 7.00 Wolna krowa - kr. metr. 7.45 Bracia - dramat obyczajowy, Polska 2021 9.35 The Hero - kr. metr. 10.15 Bestia (1) - serial 11.10 Bestia (2) - serial 12.15 Vera 3 (4) - serial 14.05 Minari - dramat obyczajowy, USA 2020 16.30 Punkty zwrotne - thriller, Hiszpania 2024 18.20 Vera 4 (1) - serial 20.10 Premiera: Ryzykowny napad - thriller, Hiszpania 2025 22.35 The Twin - horror, Finlandia 2022 0.45 Nasze królestwo - dramat kryminalny, Francja 2024 2.45 Belfer 3 (7) - serial 3.30 Słodko - gorzki - dramat obyczajowy, Polska 1996 5.05 Meduzy - film kr. metr., Polska 2023 5.15 Klangor (7) - serial

AXN

6.10 FBI IV - serial 6.55 FBI IV - serial 7.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 9.30 Castle VII - serial 11.25 Dr House III - serial 13.25 Rekrut - serial 14.25 Rekrut - serial 15.25 FBI IV - serial 17.10 Castle VII - serial 19.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI - serial 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 21.05 Premiera: FBI VI - serial 22.05 Premiera: FBI: Most Wanted III - serial 22.55 Castle VII - serial 23.40 Castle VII - serial 0.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI - serial 1.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 2.30 FBI VI - serial 3.30 FBI: Most Wanted III - serial 4.25 Agenci NCIS XVIII - serial

TVP SPORT

6.10 Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43, Dzierżoniów 8.35 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Węgry - Polska 12.15 Biegi narciarskie - PŚ, Oberhof 14.20 Retransmisja 16.30 Biathlon - PŚ, Ruhpolding - bieg pościgowy kobiet 17.20 Biathlon - PŚ, Ruhpolding - bieg pościgowy mężczyzn 18.15 Piłka nożna - Liga hiszpańska kobiet - 16. kolejka: Alhama - FC Barcelona, Hiszpania 20.15 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Islandia 22.00 Sportowy Wieczór 22.40 Piłka nożna. Liga Mistrzów - Skróty meczów 6. kolejki 0.30 Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43, Dzierżoniów - walka wieczoru

EUROSPORT

14.30 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen 15.00 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Tarvisio 16.00 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne 17.50 Piłka ręczna. Holandia - Chorwacja, ME Faza grupowa 19.45 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Tarvisio, Włochy Supergigant kobiet 20.20 Piłka ręczna. Niemcy - Hiszpania, ME Faza grupowa 22.15 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Tarvisio, Włochy Supergigant kobiet 23.00 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 8.30 Wiedźma - serial 11.30 Pani podolog w akcji 12.00 Plany pana Boga - serial 15.00 Klejnot TV 17.00 Porozmawiaj ze mną 17.25 Coś śmiesznego 18.00 Klejnot TV 21.00 Zagadka tygodnia 21.45 Kabaretowy Szał 22.30 Zagadka tygodnia 23.15 Juwelo 0.45 Kabaretowy Szał 1.35 Kabaretowy Szał bis 2.30 Kabaretowy Szał 3.25 Coś śmiesznego

eprasa.pl 8c024284d4

WTOREK 20 STYCZNIA

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
7.30 Kościół z bliska
8.00 Serwis Info, Pogoda
8.25 Zaraz wracam s.II (68) - serial
9.05 Ranczo s.V (63) - serial
10.05 Komisarz Alex(76) - serial
11.05 Ojciec Mateusz (51) - serial
12.00 Serwis Info
12.10 Agrobiznes
12.35 Magazyn Rolniczy
12.55 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego - Malediwy
14.00 Wichrowe wzgórze (341) - serial
15.00 Serwis Info
15.15 Reporterzy - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (809) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4637) - telenowela
18.45 Akacjowa 38 (790) - serial
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.25 Zaraz wracam s.II (69) - serial
20.55 Piłka Nożna. Liga Mistrzów - 7 kolejka. - Inter Mediolan - Arsenal Londyn
23.05 Alive. Dramat w Andach
HIT - dramat, USA, reż. Frank Marshall, wyk. Ethan Hawke, Vincent Spano, Josh Hamilton, Bruce Ramsay
1.15 Wykrywacz kłamstw
1.40 Wypisz, wymaluj...miłość - film obyczajowy, USA, reż. Fred Schepisi, wyk. Clive Owen, Juliette Binoche, Bruce Davison
3.45 Mjanma - zapomniana rewolucja - film dok.

TVP 2

4.30 Na dobre i na złe
5.30 M jak miłość (1675) - serial
6.20 Moja Jerozolima - reportaż
6.50 Barwy szczęścia (3297) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.55 Rosół polski
12.35 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłość i nadzieja (377) - serial
14.05 Va Banque (918) - teleturniej
14.35 Na sygnale (823) - Kadzidełka Wiesławy - serial
15.05 La Promesa - pałac tajemnic (310) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.20 Panna młoda (1) - serial
18.15 Va Banque (919) - teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3297) - serial
20.00 Barwy szczęścia (3298) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1903) - serial
21.55 Na sygnale (825) - Rodzinny biznes - serial
22.25 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.30 Pokot - dramat, Francja, Niemcy, Czechy, Polska, Szwecja, reż. Kasia Adamik, Agnieszka Holland, wyk. Agnieszka Mandat, Wiktor Zborowski, Jakub Gierszał, Borys Szyc
HIT
1.45 Furia - dramat, USA, reż. David Ayer, wyk. Logan Lerman, Jon Bernthal, Shia Labeouf, Michael Pea, Brad Pitt
4.10 Zwycięstwo za wszelką cenę - film dok.
5.10 Zakończenie dnia

TVN

5.40 Uwaga!
5.55 Ukryta prawda
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN
11.25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
13.35 Kartoteka
14.40 Ukryta prawda
16.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
17.55 Detektywi -
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.32 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
19.55 Uwaga!
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial



20.55 Tenet - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, Kanada 2020, reż. Christopher Nolan, wyk. John David Washington, Robert Pattinson, Elizabeth Debicki, Dimple Kapadia
HIT
0.05 Powrót Batmana - film przygodowy, USA 1992, reż. Tim Burton, wyk. Michael Keaton, Danny DeVito, Michelle Pfeiffer, Christopher Walken, Michael Gough
2.40 Kuba Wojewódzki
3.50 Nastolatki rządzą... kasą
4.50 Uwaga!

TVP POLONIA

6.00 Panorama
6.30 Pożyteczni.pl - magazyn
7.00 Rączka gotuje
7.30 Pytanie na śniadanie
11.40 Polacy, którzy zmienili świat medycyny - Ryszard Grygiewski
12.00 Serwis Info
12.10 Komisarz Alex (260) - serial
13.05 Ranczo (2) - serial
14.00 Kod bezpieczeństwa
14.30 Moda na język polski - Wrocław i gwara wrocławska
15.00 Serwis Info
15.10 Historia kuchni polskiej - Kuchnia galicyjska
16.00 Zaraz wracam (35) - serial
16.30 Barwy szczęścia (3243) - serial
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka - /924/
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Polki w Gruzji - reportaż
18.45 Panorama
19.10 Wynalazki na medal (2)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.25 Strażacy (2) - serial
21.20 Ojciec Mateusz (2) - serial
22.10 Bartoszewski. Siła przebaczenia - film dok.
23.15 Panorama
23.45 Sekielski wieczorową porą (23)
0.40 Zaraz wracam (35) - serial
1.10 Wynalazki na medal (2)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia
2.05 Sport, Pogoda
2.15 Czas honoru (61, 62) - serial
4.00 Tajemnica twierdzy szyfrów (2) - serial

iTVN

6.15 Druga szansa - serial
7.00 Zagadki losu - serial
7.45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Wszystkiego słodkiego, Blok czekoladowy
11.35 Na Wspólnej - serial
12.00 Gadżet 4.0 - program rozrywkowy
12.25 Ukryta prawda
13.10 19 + - serial
13.35 Detektywi - serial
14.20 Nic do zgłoszenia
15.05 Usterka
15.30 Diagnoza - serial
16.15 Druga szansa - serial
17.05 Zakochani po uszy - serial
17.30 Ukryta prawda
18.15 Detektywi - serial
19.00 Fakty
19.35 Fani czterech kółek
20.20 Pogoda
20.25 Uwaga!
20.40 Na Wspólnej - serial
21.05 19 + - serial
21.30 Doradca smaku
21.35 Babski biznes - program lifestylowy
22.20 Droga do oświecenia
22.45 Kuba Wojewódzki - program rozrywkowy
23.35 Diagnoza - serial
0.20 Zakochani po uszy - serial
0.45 Rozmowy w toku
1.35 Ukryta prawda
2.20 Świat - magazyn
3.35 Rozmowy w toku
4.20 Fakty
4.55 Pogoda
5.00 Uwaga!
5.15 DeFacto - Flesz
5.25 Rozmowy w toku

POLSAT

6.00 Nowy dzień
8.30 Malanowski i Partnerzy
9.30 Trudne sprawy
11.35 Gliniarze
14.40 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.20 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.15 Gość Wydarzeń



19.55 Anioły i demony - thriller, USA, 2009, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Ayalet Zurer, Stellan Skarsgard, Pierfrancesco Favino, Nikolaj Lie Kaas, Armin Mueller - Stahl
HIT
22.55 Pierwszy śnieg - film kryminalny, Wielka Brytania, USA, Chiny, Szwecja, 2017, reż. Tomas Alfredson, wyk. Michael Fassbender, Rebecca Ferguson, Charlotte Gainsbourg, J.K. Simmons, Val Kilmer
1.25 Terrorysta - film kryminalny, Wielka Brytania, 2012, reż. Hadi Hajaig, wyk. Sean Bean, Charlotte Rampling, Abhin Galeya, Thomas Burke, James Fox, Tuppence Middleton
3.55 Ewa gotuje

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom 7.30 Na ratunek 112 8.00 Na ratunek 112 8.30 Sekrety rodziny 9.30 Sekrety rodziny 10.30 Przyjaciółki 11.30 Przyjaciółki 12.30 Dlaczego ja? 14.30 Świat według Kiepskich 17.00 48H. Zaginieni 19.00 Gliniarze 20.00 Ślad 21.00 Gliniarze 22.00 Nieprawdopodobne, a jednak 22.30 Nieprawdopodobne, a jednak 23.00 Świat według Kiepskich 0.00 Zdrady II 1.00 Zdrady 2.00 Wydarzenia wieczorne 2.45 Ewa gotuje 3.50 Interwencja 4.00 Strzelectwo z Renatą Mauer i Navalem 2020 5.00 Interwencja 5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 5.30 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra 7.00 Supermocni 8.00 Doktor Martin 10.00 Wydarzenia 24 10.30 SuperLudzie 11.30 Świat według Kiepskich 14.00 Ninja Warrior Polska 16.00 TOP CHEF 17.30 Świat według Kiepskich 20.00 Złomiarze 21.00 21 Jump Street - komedia sensacyjna, USA, 2012, reż. Christopher Miller, Phil Lord, wyk. Channing Tatuum, Jonah Hill, Ice Cube, Brie Larson 23.20 Jerry Maguire - dramat obyczajowy, USA, 1996, reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Cuba Gooding Jr, Renée Zellweger, Kelly Preston 2.15 Świat według Kiepskich 4.00 Nasz nowy dom 5.00 Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny 10.55 Biznes 11.00 Serwis informacyjny 11.25 Biała Jazda 11.30 Serwis informacyjny 11.55 Biznes 12.00 Serwis informacyjny 12.23 Raport Smogowy 12.25 Biała Jazda 12.30 Serwis informacyjny 13.25 Biała Jazda 13.30 Serwis informacyjny 13.55 Biznes 14.00 Serwis informacyjny 14.55 Biznes 15.00 15 NA ŻYWO 16.00 Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" 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 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY" 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i

TV REPUBLIKA

8.00 Michał Rachoń 9.01 Po 9.00 10.01 Po 10.00 11.01 Po 11.00 12.00 W samo południe 12.30 Republika dzień - serwis informacyjny 12.45 Republika dzień 16.15 Republika dzień 16.55 Express Republiki 17.10 Express Republiki+ 17.35 Miłosz Kłeczek zaprasza 18.55 Sport w Republice 18.58 Prognoza pogody 19.00 Dzisiaj - serwis informacyjny 20.20 Gość „Dzisiaj" 20.50 W punkt 22.15 Piachem w tryby 22.55 Mówi się 23.20 Codziennie *****burza 23.35 Republika wieczór 0.10 Ekonomia raport - flash 0.15 Express Republiki 0.30 Express Republiki+ 0.50 Poland Daily 0.59 Poland Daily

TVP KULTURA

6.05 Afisz kulturalny ekstra
6.15 Muzyczne poranki
6.55 Tamte lata, tamte dni - Jerzy Kisielewski - magazyn
7.35 Podróże z historią s. II (22) - Historia wśród fal
8.15 Szlakiem Kolberga - Natalia Kukulska - reportaż
9.00 Modrzejewska (6) - Gwiazda - serial
10.35 Ceremonia pogrzebowa - film obyczajowy, Polska
12.20 Oni wszyscy byli w Montreux - serial
13.25 Mody Polskie - Mazury
14.05 Wydarzenie aktualne
14.55 Kocie ślady - film TVP
16.30 Modrzejewska (7) - Plan bitwy - serial
18.00 20 x 20 lat TVP Kultura - Wiesław Myśliwski
18.30 Niepojęte - felieton
18.50 Opera paryska - film dok.
20.00 Teatr Telewizji - Nie do obrony - spektakl teatralny
21.45 Lekkie obyczaje - Gusta i guściki - film obyczajowy, Francja
HIT
23.50 Tamte lata, tamte dni - Jerzy Kisielewski - magazyn
0.30 Klub Jazzowy - O. N. E. + Zbigniew Chojnacki - koncert
1.45 Wino truskawkowe - komediodramat, Polska, Słowacja
3.50 Wspólny dom
4.30 20 x 20 lat TVP Kultura - Wiesław Myśliwski
5.05 Teledyski
5.50 Zakończenie dnia

TVP HISTORIA

6.55 Był taki dzień - 20 stycznia
7.00 Z wieszaka historii (4) - Narodowo i z fasonem
7.35 Flesz historii (744)
8.00 Młody Piłsudski (6) - serial
9.00 Historia Polski - Śniadanie w Wannsee - film dok.
10.05 Encyklopedia II wojny światowej - Spalić Londyn, cz. 2
10.35 Wszystkie kolory świata - Rajskie wyspy Tajlandii - serial
11.35 Wojownicy czasu - cykl dok.
12.15 Chłopi (11) - Scheda - serial
13.15 Pogrzebowe okręty Wikingów z Salme (1) - film dok.
14.25 Żwirko i Wigura. 15 dni chwały - film dok.
15.30 Królowie (13) - serial
16.05 Sensacje XX wieku - Księga szpiegów - Rosenbergowie, cz. 1, 2 - cykl dok.
17.05 Historia Polski - Witos - dok.
18.15 Było, nie minęło (373)
19.00 Młody Piłsudski (7) - serial
20.00 Długa droga do wojny (2) - film dok.
21.05 Kto zabił sekretarza generalnego ONZ? - film dok.
22.45 Szerokie tory - Jeden dzień z życia menedżera prywatnej firmy w Tibilisi - reportaż
23.25 Ostatni wyrok Podziemia - film dok.
0.30 Sensacje XX wieku - Tajemnica Cicero - cykl dok.
1.35 Było, nie minęło (353)
2.15 Encyklopedia II wojny światowej - O honor Francji cz. 2 - cykl dok.
2.50 Zakończenie dnia

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
6.55 Strażnik Teksasu
7.55 Bogaty Dom - Biedny Dom
8.55 Policjantki i Policjanci
9.55 Policjantki i Policjanci
10.55 Na ratunek 112
11.25 Na ratunek 112
11.55 Trudne sprawy
12.55 Trudne sprawy
13.55 Trudne sprawy
14.55 Ktoś tu kłamie?
15.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
16.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
18.00 Policjantki i Policjanci
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Uroczysko
20.30 Uroczysko
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
23.05 Obrońca - thriller, USA, Wielka Brytania, Niemcy, 2004, reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Jerry Springer
HIT
1.00 Love Island. Wyspa miłości
2.00 Hardkorowy lombard
2.40 SuperLudzie
5.30 Telezakupy TV Okazje

TTV

6.20 Damy i wieśniaczki. PL
7.20 Ukryta prawda
8.20 Kartoteka
9.25 Kartoteka
10.30 Detektywi
12.30 Zakup w ciemno
13.30 Zakup w ciemno
14.35 Kartoteka
15.40 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
15.45 Express, Pogoda
16.03 Raport smogowy
16.05 Zakup w ciemno
17.05 Usterka
17.45 Express, Pogoda, Sport
18.05 Nauka Jazdy
18.45 Damy i wieśniaczki. PL
19.45 Express, Pogoda
20.05 Zakup w ciemno
21.05 Zakup w ciemno Extra
21.45 Express, Pogoda
22.00 Ciężarówką przez RPA
23.00 Damy i wieśniaczki. PL
0.00 Żony Podlasia
0.55 Niebezpieczne dzielnice
1.35 Niebezpieczne dzielnice
2.20 Wyburzacze
3.00 Szpital - program obyczajowy
4.00 Szpital - program obyczajowy

TVN 7

5.15 Ten moment
5.45 Szkoła - program obyczajowy
8.40 Ukryta prawda
11.45 W - 11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13.55 Detektywi
14.55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16.00 Sąd rodzinny
17.00 Tajemnice miłości
18.00 Zagadki losu
19.00 Ukryta prawda
20.00 Dar - film sensacyjny, USA, Australia, Chiny 2015, reż. Joel Edgerton, wyk. Jason Bateman, Rebecca Hall, Joel Edgerton, Allison Tolman, Tim Griffin
HIT
22.20 Matrix Rewolucje - film sci - fi, USA 2003, reż. Lana Wachowski, Andy Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie - Anne Moss, Laurence Fishburne, Hugo Weaving, Monica Bellucci, Lambert Wilson
0.55 Gremliny rozrabiają - film sci - fi, USA 1984, reż. Joe Dante
3.00 SOS. Ekipy w akcji
3.50 Fachowcy
4.25 Osadzone. Blok F

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
8.00 Kobra - oddział specjalny - serial
10.00 Zbuntowany anioł - serial
12.50 Wspaniałe stulecie - serial
13.50 Lombard: Życie pod zastaw
15.50 Ranczo - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw
20.00 Porwanie - film sensacyjny, USA 2011, reż. John Singleton, wyk. Taylor Lautner, Alfred Molina, Lily Collins, Sigourney Weaver
HIT
22.10 Snake Eyes: Geneza G.I. Joe - film sensacyjny, USA 2021, reż. Robert Schwentke, wyk. Henry Golding, Andrew Koji, Haruka Abe, Takehiro Hira
0.25 G.I. Joe: Czas Kobry - film sensacyjny, USA 2009, reż. Stephen Sommers, wyk. Channing Tatum, Marlon Wayans, Rachel Nichols, Sienna Miller
2.40 Dzielnica strachu - serial
3.40 Lombard: Życie pod zastaw
4.35 Menu na miarę
5.00 Dzielnica strachu - serial

TV TRWAM

16.00 Informacje dnia 16.10 Jestem mamą 16.25 Przyroda w Obiektywie 16.40 Zdrowie z Bożej Apteki 17.00 Wierzę w Boga 17.30 Rajd Katyński 17.55 Poczet Wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Solidarność - narodziny Wolności 22.15 Polskie ślady w Ziemi Świętej 23.05 Maria Okońska

KINO POLSKA

6.25 Kabaretowy rejs s. 1 8.05 Przygody Myszki s. 1 8.25 Reksio s. 1 9.00 Polska z góry. Nad wodą s. 2 - Szczecin nad Odrą 9.40 Falenicka Atlantyda - dok. 10.50 Ostatnie dni - film wojenny, Polska 12.40 Paragon, gola! - film młodzieżowy, Polska 14.45 Mała wielka miłość - komedia romantyczna, Polska 17.05 Polska Kronika Filmowa 17.20 Stawka większa niż życie s. 1 - serial 18.45 Pogranicze w ogniu s. 1 - serial 20.00 Ach, śpij kochanie - film kryminalny, Polska 22.00 Sługi boże - thriller, Polska 0.00 Ogród Luizy - dramat, Polska 2.35 Mistrz - film biograficzny, Polska 4.20 Jesteśmy razem - film dok. 5.30 Zaraz pęknę - kr. metr.

ALE KINO+

7.00 The Hero - kr. metr. 7.40 Ciotka Hitlera - dramat wojenny, Polska 2021 9.25 Wolna krowa - kr. metr. 10.15 Bestia (3, 4) - serial 12.15 Vera 4 (1) - serial 14.05 Winnetou II: Ostatni renegaci - film przygodowy, Niemcy, Dania, Chorwacja, Włochy 1964 15.55 Ostatni mistrz - dramat obyczajowy, USA 2020 18.20 Vera 4 (2) - serial 20.10 Premiera: W imię dziecka - dramat obyczajowy, USA, Wlk. Brytania 2017 22.20 Fałszerz - dramat biograficzny, Niemcy, Luksemburg 2022 0.40 Wind River. Na przeklętej ziemi - thriller, USA, Wlk. Brytania, Kanada 2017 2.40 Belfer 3 (8) - serial 3.30 Erratum - dramat, Polska 2010 5.05 Klangor (8) - serial

AXN

6.15 FBI IV - serial 6.55 FBI IV - serial 7.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 9.30 Castle VII - serial 10.30 Castle VII - serial 11.30 Dr House III - serial 12.25 Dr House III - serial 13.25 Rekrut II - serial 14.25 Rekrut II - serial 15.25 FBI IV - serial 16.20 FBI IV - serial 17.10 Castle VII - serial 18.10 Castle VII - serial 19.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 21.05 Rekrut VII - serial 22.00 Premiera: Walker: Strażnik Teksasu III - serial 23.00 Castle VII - serial 0.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 2.30 Rekrut VII - serial 3.25 Walker: Strażnik Teksasu III - serial 4.15 Agenci NCIS XVIII - serial 5.05 Agenci NCIS XVIII - serial

STOPKLATKA

7.50 Wojciech Cejrowski: Boso przez świat 8.55 Jakubiak rozgryza Chorwację s. 1 10.00 Robert Makłowicz: Dalmacja 10.55 Zajazd. Będzie się działo - serial 13.00 Katastrofy w przestworzach - serial 15.00 MacGyver s. 5 - serial 17.00 Zajazd. Będzie się działo - serial 20.00 Twarda sztuka - komediodramat, USA 22.15 Wstrząsy - horror komediowy, USA 0.10 Wszyscy jesteśmy Chrystusami - dramat, Polska

TV 6

6.00 Policjantki i Policjanci 7.55 Kobra - oddział specjalny 8.55 Kobra - oddział specjalny 11.00 48H. Zaginieni 13.55 Policjantki i Policjanci 14.55 Kobra - oddział specjalny 17.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 18.00 Strażnik Teksasu 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.55 Więzienie 1.25 Więzienie 2.25 Septagon 5.30 SuperLudzie Extra

TELE 5

8.50 GaleriaDasBeste 9.40 Muzyka 10.00 Sekrety zwierząt 10.30 Pani podolog w akcji 11.00 Muzyka 11.10 GaleriaDasBeste 12.50 Muzyka 13.00 Straż graniczna - serial 14.00 GaleriaDasBeste 14.45 Muzyka 15.00 Pistolera - film sensacyjny, USA 2020 17.00 Kabaretowy Szał bis 18.00 Kabaretowy Szał 23.00 Kobra - oddział specjalny - serial 2.00 Gorączka w mieście - serial

TVP SPORT

6.10 Piłka nożna 8.35 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 10.05 Biegi narciarskie - PŚ, Oberhof 11.20 Piłka nożna. Liga Mistrzów - Skróty meczów 4 - 6 kolejki 16.45 Kamerą TVP Sport 17.20 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Włochy 17.50 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Włochy 20.10 Piłka nożna. Liga Mistrzów - 7. kolejka: Inter Mediolan - Arsenal Londyn 20.55 Piłka nożna. Liga Mistrzów - 7. kolejka: Inter Mediolan - Arsenal Londyn 23.30 Sportowy Wieczór 0.00 Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Włochy 1.40 Boks - Gala w San Diego

ITVS

5.21 Śląska karuzela 6.32 Klachy i Lachy 7.32 Kuchnia po śląsku 7.57 Kuchnia po śląsku 8.22 Przy muzyce po śląsku 9.42 Szlagierowa biesiada 11.12 Koncert życzeń 12.00 Perły Śląska 12.25 KONCERT TVS 13.58 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego 14.43 Klachy i Lachy 16.03 Przy muzyce po śląsku 16.23 Przy muzyce po śląsku 16.43 Przy muzyce po śląsku 17.03 Szlagierowa biesiada 18.36 Koncert życzeń 20.00 Koncert życzeń 21.24 Śląska karuzela 22.35 Klachy i Lachy 23.35 Kuchnia po śląsku 0.00 Przy muzyce po śląsku 0.20 Przy muzyce po śląsku 0.40 Przy muzyce po śląsku 1.00 Szlagierowa biesiada 2.33 Koncert życzeń

EUROSPORT

14.30 Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo 15.30 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Kronplatz 16.30 Piłka ręczna. Niemcy - Hiszpania, ME Faza grupowa 17.50 Piłka ręczna. Polska - Włochy, ME Faza grupowa 19.45 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne 20.20 Piłka ręczna. Węgry - Islandia, ME Faza grupowa 22.15 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Kronplatz, Włochy Gigant kobiet, 2. przejazd 22.45 Futbol amerykański. Hard Knocks

SILESIA

6.00 Telesprzedaż 10.00 Dzisiaj w regionie 10.05 Pogoda 10.15 Muzyczne dzień dobry 12.05 Dzisiaj w regionie 12.10 Pogoda 12.25 Muzyczne dzień dobry 13.35 Muzyczne podróże 14.40 Emeryci na tropie 15.50 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 16.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 17.55 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 18.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 19.50 Kino TVS 21.50 Kino TVS 23.35 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 0.30 Emeryci na tropie 1.35 Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy 4.50 Program kulinarny 5.20 Propozycje do Szlagierowej listy

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 8.30 Wiedźma - serial 11.30 Pani podolog w akcji 12.00 Plany pana Boga - serial 15.00 Klejnot TV 17.00 Porozmawiaj ze mną 17.25 Coś śmiesznego 18.00 Klejnot TV 21.00 Zagadka tygodnia 21.40 Kabaretowy Szał 22.35 Zagadka tygodnia 23.15 Juwelo 0.45 Kabaretowy Szał bis 1.40 Kabaretowy Szał 3.50 Miłe rozmowy 4.45 Miłe rozmowy

eprasa.pl 8c024284d4

ŚRODA 21 STYCZNIA

TVP 1

7.00 **Transmisja Mszy Świętej**
7.30 **Rodzina święta - Jak wspierać dziecko w podejmowaniu decyzji?**
8.00 **Serwis Info Pogoda**
8.20 **Zaraz wracam s.II (69) -** serial
9.00 **Ranczo s.V (64) -** serial
10.00 **Komisarz Alex(77) -** serial
11.00 **Ojciec Mateusz (52) -** serial
12.00 **Serwis Info**
12.10 **Agrobiznes**
12.40 **Rok w ogrodzie Extra**
12.55 **Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego - Mauritius**
14.00 **Wichrowe wzgórze (342) -** serial
15.00 **Serwis Info**
15.15 **Reporterzy -** magazyn
15.35 **Gra słów. Krzyżówka**
16.05 **Dziedzictwo (810) -** serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.30 **Jaka to melodia?**
18.10 **Klan (4638) -** telenowela
18.45 **Akacjowa 38 (791) -** serial
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia**
20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Zaraz wracam s.II (70) -** serial
21.10 **Pianista -** dramat, Polska, Wielka Brytania, Francja, reż. Roman Polański, wyk. Adrien Brody, Thomas Kretschmann, Frank Finlay, Maureen Lipman, Ed Stoppard, Michał Żebrowski
23.45 **Wieczór z Mistrzem -** Andrzej Wajda - Tatarak - dramat obyczajowy, reż. Andrzej Wajda
1.20 **Wykrywacz kłamstw**
1.45 **Alive. Dramat w Andach -** dramat, USA

TVP 2

5.30 **M jak miłość (1676) -** serial
6.20 **Mozaika żydowska**
6.50 **Barwy szczęścia (3298) -** serial
7.30 **Pytanie na śniadanie**
11.50 **Gwiazdorska kuchnia Ani**
12.30 **Koło fortuny -** teleturniej
13.15 **Panna młoda (1) -** serial
14.05 **Va Banque (919) -** teleturniej
14.35 **Na sygnale (824) - Sąsiedzka pomoc lekarska -** serial
15.05 **La Promesa - pałac tajemnic (311) -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.20 **Panna młoda (2) -** serial
18.15 **Va Banque (920) -** teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia (3298) -** serial
20.05 **Barwy szczęścia (3299) -** serial
20.40 **Przepis dnia**
20.55 **Na dobre i na złe (977) - To tylko stres -** serial
21.55 **Na sygnale (826) - Nie na siłę, a sposobem -** serial
22.20 **Na sygnale (827) - Podejrzane -** serial
22.55 **Peaky Blinders (25) -** serial
0.00 **Usłane różami -** film fabularny, Francja, reż. Pierre Pinaud, wyk. Catherine Frot, Melan Omerta, Fatsah Bouyahmed, Olivia Côte
1.40 **Davos wojna szpiegów (1) -** serial, Niemcy, reż. Anca Miruna Lazarescu, Jan - Eric Mack, wyk. Dominique Devenport, Jeanette Hain, David Kross, Max Herbrechter
2.35 **Tajemnica Matterhornu**
4.15 **Akacjowa 38 -** serial
5.05 **Zakończenie dnia**

TVN

5.40 **Uwaga!**
5.55 **Ukryta prawda**
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.45 **Dzień Dobry TVN**
11.25 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
12.30 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
13.35 **Kartoteka**
14.40 **Ukryta prawda**
16.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
17.55 **Detektywi**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.32 **34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy**
19.55 **Uwaga!**
20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Na Wspólnej -** serial
20.55 **Nieobecni -** serial



23.00 **Troja -** film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2004, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Brad Pitt, Eric Bana, Orlando Bloom, Diane Kruger, Peter O'Toole, Sean Bean, Brian Cox, Brendan Gleeson, Saffron Burrows, Julie Christie
2.20 **Anatomia piękna**
3.25 **MasterChef**
5.00 **Uwaga!**
5.15 **Nauka jazdy**

TVP POLONIA

7.00 **Okrasa łamie przepisy - Kipi kasza -** magazyn kulinarny
7.30 **Pytanie na śniadanie**
11.40 **Wynalazki na medal (2)**
12.00 **Serwis Info**
12.10 **Strażacy (2) -** serial
13.05 **Tajemnica twierdzy szyfrów (2) -** serial
13.55 **Polacy Światu - Jerzy Iwanow - Szajnowicz -** magazyn
14.10 **Pokój i dobro. Polacy w Peru -** film dok.
15.00 **Serwis Info**
15.10 **Zakochaj się w Polsce - Namysłów -** magazyn
15.35 **Zaginione? Ocalone? Historie zawodów różnych - Dziegciarz -** magazyn
16.00 **Zaraz wracam (36) -** serial
16.30 **Barwy szczęścia (3244) -** serial
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka - /925/**
17.50 **Teleexpress Extra**
18.15 **Historie wileńskie (3) -** serial dok.
18.45 **Panorama**
19.10 **Stacja Innowacja**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia**
20.10 **Sport, Pogoda**
20.25 **Za marzenia s. II (8, 9) -** serial
22.15 **Rozmowy (nie)wygodne - Urszula Dudziak**
23.00 **Słowo daję! - 1 -** magazyn
23.15 **Panorama**
23.45 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
0.40 **Zaraz wracam (36) -** serial
1.10 **Stacja Innowacja**
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia**

iTVN

6.15 **Druga szansa -** serial
7.00 **Jestem z Polski**
7.45 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.30 **Wszystkiego słodkiego, Placek z truskawkami**
11.35 **Na Wspólnej -** serial
12.00 **Usterka**
12.25 **Ukryta prawda**
13.10 **19 + -** serial
13.35 **Detektywi -** serial
14.20 **Babski biznes**
15.05 **Najlepsze sportowe samochody ostatnich lat**
15.30 **Diagnoza -** serial
16.15 **Druga szansa -** serial
17.05 **Zakochani po uszy -** serial
17.30 **Ukryta prawda**
18.15 **Detektywi -** serial
19.00 **Fakty**
19.35 **Apetyt na sławę 2**
20.20 **Pogoda**
20.25 **Uwaga!**
20.40 **Na Wspólnej -** serial
21.05 **19 + -** serial
21.30 **Doradca smaku**
21.35 **Gwiazdy lumpeksów 2 -** program lifestylowy
22.20 **Nauka Jazdy**
22.45 **Tajemnica zawodowa -** serial
23.30 **Doradca smaku**
23.35 **Diagnoza -** serial
0.20 **Zakochani po uszy -** serial
0.45 **Rozmowy w toku**
1.35 **Ukryta prawda**
2.20 **Świat -** magazyn
3.35 **Rozmowy w toku**
4.20 **Fakty**
4.55 **Pogoda**
5.00 **Uwaga!**
5.15 **DeFacto - Flesz**
5.25 **Rozmowy w toku**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień**
8.30 **Malanowski i Partnerzy**
9.30 **Trudne sprawy**
11.35 **Gliniarze**
14.40 **Dlaczego ja?**
15.50 **Wydarzenia, Pogoda**
16.20 **Interwencja**
16.30 **Na ratunek 112**
17.00 **Gliniarze**
18.00 **Pierwsza miłość**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.15 **Gość Wydarzeń**



20.00 **Wszystko o moim starym -** komedia, USA, 2023, reż. Laura Terruso, wyk. Robert De Niro, Sebastian Maniscalco, Leslie Bibb, Kim Cattrall, Anders Holm, David Rasche
21.55 **Randka na weselu -** komedia, USA, 2016, reż. Jake Szymanski, wyk. Zac Efron, Adam Devine, Anna Kendrick, Aubrey Plaza, Stephen Root, Stephanie Faracy
0.00 **Jutro będzie futro -** komedia sci - fi, USA, 2010, reż. Steve Pink, wyk. John Cusack, Rob Corddry, Craig Robinson, Clark Duke, Sebastian Stan, Lyndsy Fonseca, Crispin Glover, Chevy Chase, Charlie McDermott
2.20 **Nasz nowy dom**
3.25 **Ewa gotuje**

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.00** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **9.30** Sekrety rodziny **10.30** Przyjaciółki **11.30** Przyjaciółki **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich **17.00** 48H. Zaginieni **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad **21.00** Gliniarze **22.00** Nieprawdopodobne, a jednak **23.00** Świat według Kiepskich **0.00** Zdrady II **1.00** Zdrady **2.05** Wydarzenia wieczorne **2.45** Ewa gotuje **3.50** Kabaretowa Ekstraklasa **4.05** Magazyn Atleci Polsat Sport 2025 **4.35** Magazyn Atleci Polsat Sport 2025 **5.10** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **5.30** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra **7.00** SuperLudzie **8.00** Doktor Martin **10.00** Wydarzenia 24 **10.30** SuperLudzie **11.30** Świat według Kiepskich **14.00** Ninja Warrior Polska **16.00** TOP CHEF **17.30** Świat według Kiepskich **20.00** Złomiarze **21.05** Anakonda - horror, Brazylia, Peru, USA, 1997, reż. Luis Llosa, wyk. Jennifer Lopez, Ice Cube, Jon Voight, Eric Stolz, Owen Wilson, Jonathan Hyde **22.55** 8 części prawdy - thriller, USA, 2008, reż. Pete Travis, wyk. Dennis Quaid, Matthew Fox, Forest Whitaker, Bruce McGill, Edgar Ramírez **0.50** Świat według Kiepskich **4.00** Nasz nowy dom **5.00** Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny **11.25** Biała Jazda **11.30** Serwis informacyjny **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny **12.23** Raport Smogowy **12.25** Biała Jazda **12.30** Serwis informacyjny **13.25** Biała Jazda **13.30** Serwis informacyjny **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny **14.55** Biznes **15.00** 15 NA ŻYWO **16.00** Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" **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 **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY" **0.45** Fakty po Faktach **1.20** Kropka nad i

TVP KULTURA

6.05 **Afisz kulturalny ekstra**
6.15 **Muzyczne poranki**
7.00 **Tamte lata, tamte dni - Andrzej Titkow -** magazyn
7.35 **Podróże z historią s. II (23) - Owczym pędem -** cykl dok.
8.20 **Mody Polskie - Mazury**
9.00 **Modrzejewska (7) - Plan bitwy -** serial
10.35 **Kocie ślady -** film TVP
12.10 **Opera paryska -** film dok.
13.20 **Niedziela z... Arkadiuszem Jakubikiem**
14.15 **Ogłoszenie matrymonialne -** film obyczajowy, Polska
15.25 **Kontrakt -** film obyczajowy, Polska
17.25 **Przygody psa Cywila (1) - Trudne dzieciństwo -** serial
18.10 **Którędy po sztukę - Ewa Juszkiewicz - Bez tytułu -** magazyn
18.30 **Informacje kulturalne**
18.50 **Reżyserzy - Otto Preminger -** cykl dok.
19.45 **Mysterium Tremendum**
20.00 **Panorama kina polskiego**
HIT **- Ostoja -** film fabularny, Polska, Irlandia
21.40 **Scena muzyczna - Lulu Malina -** koncert
22.20 **Licencja na zabijanie -** film sensacyjny, Wlk. Brytania, USA
0.45 **Lekkie obyczaje - Gusta i guściki -** film obyczajowy, Francja
2.50 **Minotaur Picasso -** film dok.
4.00 **Informacje kulturalne**
4.25 **Niepojęte -** felieton
4.50 **Teledyski**
5.50 **Zakończenie dnia**

TVP HISTORIA

6.55 **Był taki dzień - 21 stycznia**
7.00 **Ex Libris (596) -** magazyn
7.30 **Było, nie minęło (369)**
8.05 **Młody Piłsudski (7) -** serial
9.00 **Historia Polski - Witos -** dok.
10.00 **Encyklopedia II wojny światowej - Spalić Londyn, cz. 3**
10.35 **Wszystkie kolory świata - Rumunia, karpacka piękność -** serial
11.35 **Z wieszaka historii (5) - Projektanci i arbitrzy elegancji**
12.10 **Chłopi (12) - Powroty -** serial
13.10 **Powstanie Zamojskie 1944 -** film dok.
14.20 **Po co ci te chłopy? Rzecz o Karolu Lewakowskim -** dok.
15.20 **Królowie (14) -** serial
15.55 **Sensacje XX wieku - Tunele wojny, cz. 1, 2 -** cykl dok.
17.00 **Historia Polski - Rok 1863 -** film dok.
18.00 **Fake czy historia? (34)**
18.30 **Ex Libris (596) -** magazyn
19.05 **Młody Piłsudski (8) -** serial
20.05 **Starożytne mocarstwa (4) - Ancient Powers -** serial
21.10 **Foxcatcher -** film fabularny,
HIT USA, reż. Bennett Miller, wyk. Sienna Miller, Mark Ruffalo, Channing Tatum, Steve Carell
23.30 **Sensacje XX wieku - Tragedia na pustyni -** cykl dok.
0.15 **Sensacje XX wieku - Bitwa o Suez -** cykl dok.
0.50 **Przepis na sukces -** film dok.
1.25 **Pisz na Berdyczów... -** reportaż
2.05 **Było, nie minęło (352)**
2.40 **Encyklopedia II wojny światowej - Najdłuższa bitwa**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu**
6.55 **Strażnik Teksasu**
7.55 **Bogaty Dom - Biedny Dom**
8.55 **Policjantki i Policjanci**
9.55 **Policjantki i Policjanci**
10.55 **Na ratunek 112**
11.25 **Na ratunek 112**
11.55 **Trudne sprawy**
12.55 **Trudne sprawy**
13.55 **Trudne sprawy**
14.55 **Ktoś tu kłamie?**
15.55 **Łowcy Skarbów. Kto da więcej**
16.55 **Łowcy Skarbów. Kto da więcej**
18.00 **Policjantki i Policjanci**
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Uroczysko**
20.30 **Uroczysko**
21.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
22.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto**
23.05 **Nikita -** thriller, Francja, Włochy, 1990, reż. Luc Besson, wyk. Anne Parrilaud, Tchéky Karyo, Jean - Hugues Anglade, Jeanne Moreau, Jean Bouise
HIT
1.30 **Love Island. Wyspa miłości**
2.35 **Interwencja**
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów**

TTV

6.20 **Damy i wieśniaczki. PL**
7.20 **Ukryta prawda**
8.20 **Kartoteka**
9.25 **Kartoteka**
10.30 **Detektywi**
12.30 **Zakup w ciemno**
14.35 **Kartoteka**
15.40 **34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy**
15.45 **Express, Pogoda**
16.03 **Raport smogowy**
16.05 **Zakup w ciemno**
17.05 **Usterka**
17.45 **Express, Pogoda, Sport**
18.05 **Nauka Jazdy**
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL**
19.45 **Express, Pogoda**
20.05 **Zakup w ciemno**
21.05 **Zakup w ciemno Extra**
21.45 **Express, Pogoda**
22.00 **Idź na całość**
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem**
0.00 **Życie na kredycie**
0.30 **Życie na kredycie**
1.05 **Fachowcy**
1.45 **Dobra robota**
2.45 **Detektywi. Na zlecenie**
3.30 **Detektywi. Na zlecenie**
4.15 **Gogglebox. Przed telewizorem**

TVN 7

5.15 **Ten moment**
5.45 **Szkoła -** program obyczajowy
8.40 **Ukryta prawda**
11.45 **W - 11 Wydział Śledczy -** program kryminalny
13.55 **Detektywi**
14.55 **Zapukaj do moich drzwi -** telenowela
16.00 **Sąd rodzinny**
17.00 **Tajemnice miłości**
18.00 **Zagadki losu -** program obyczajowy
19.00 **Ukryta prawda**
20.00 **Droga powrotna -** film obyczajowy, USA, Kanada 2020, reż. Gavin O'Connor, wyk. Ben Affleck, Al Madrigal, Janina Gavankar, Michaela Watkins, Brandon Wilson
HIT
22.20 **Zimowa opowieść -** melodramat, USA 2014, reż. Akiva Goldsman, wyk. Colin Farrell, Jessica Brown Findlay
0.45 **Sylwester w Nowym Jorku -** komedia romantyczna
3.00 **Pogromcy Chaosu**
3.50 **Osadzone. Blok F**
4.15 **Usterka**
4.45 **Dorota was urządzi**

TV PULS

6.00 **Nash Bridges -** serial
8.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
10.00 **Zbuntowany anioł -** serial
11.55 **Wspaniałe stulecie -** serial
13.50 **Lombard: Życie pod zastaw**
15.50 **Ranczo -** serial
16.55 **Ranczo -** serial
18.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
19.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
20.00 **Nocny łowca -** thriller, Kanada
HIT 2018, reż. David Raymond, wyk. Alexandra Daddario, Ben Kingsley, Brendan Fletcher, Henry Cavill, Stanley Tucci
22.05 **Jestem zemstą -** thriller, USA 2016, reż. Chuck Russell, wyk. Amanda Schull, Christopher Meloni, John Travolta, Sam Trammell
23.50 **Węgiel -** thriller, Francja, Belgia 2017, reż. Olivier Marchal, wyk. Chender Idir, Gérard Depardieu, Gringe, Magimel Benoit
2.00 **Dzielnica strachu -** serial
3.00 **Lombard: Życie pod zastaw**
3.55 **Menu na miarę**
4.35 **Menu na miarę**
5.00 **Dzielnica strachu -** serial

TV REPUBLIKA

8.00 Michał Rachoń **9.01** Po **9.00** **10.01** Po **10.00** **11.01** Po **11.00** **12.00** W samo południe **12.30** Republika dzień - serwis informacyjny **12.45** Republika dzień **16.15** Republika dzień **16.55** Express Republiki **17.10** Express Republiki+ **17.35** Miłosz Kłeczek zaprasza **18.55** Sport w Republice **18.58** Prognoza pogody **19.00** Dzisiaj - serwis informacyjny **20.20** Gość „Dzisiaj" **20.50** W punkt **22.15** Piachem w tryby **22.55** Mówi się **23.20** Codziennie *****burza **23.35** Republika wieczór **0.10** Ekonomia raport - flash **0.15** Express Republiki **0.30** Express Republiki+ **0.50** Poland Daily **0.59** Poland Daily

TV TRWAM

13.00 Słudzy Boga i człowieka. Aniołowie **13.30** Msza święta **14.20** Muzyczne chwile **14.30** GRH Żandarmeria **15.00** Brygada Świętokrzyska **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Na zdrowie **16.30** Podobni do ewangelicznego siewcy **17.00** Po stronie prawdy **17.55** Poczet Wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Opowieści biblijne **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Brat Anatol apostoł Maryi

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą s. 2 **6.25** Kabaretowy rejs s. 1 **8.05** Przygody Myszki s. 1 **8.25** Reksio s. 1 **8.55** Polska z góry. Zamki, dworki i pałace s. 3 - Sudeckie warownie **9.35** Noce i dnie cz. 1, 2 - dramat obyczajowy, Polska **13.20** Jesteśmy razem - film dok. **14.45** Joanna - melodramat, Polska **17.05** Polska Kronika Filmowa **17.15** Pogranicze w ogniu s. 1 - serial **18.45** Pogranicze w ogniu s. 1 - serial **19.55** Sprawiedliwy - dramat, Polska **21.55** Psy - dramat sensacyjny, Polska **0.05** Przepraszam, czy tu biją? - film sensacyjny, Polska **2.00** Atrakcyjny pozna panią - komedia, Polska **4.20** Zegnaj Ameryko! - komediodramat, Niemcy, Polska

ALE KINO+

7.00 Wolna krowa - kr. metr. **7.45** Fuks - komedia sensacyjna, Polska 1999 **9.40** Wyraj - kr. metr. **10.15** Bestia (5, 6) - serial **12.15** Vera 4 (2) - serial **14.05** Moi synowie - dramat, Belgia, Francja 2024 **16.25** Między światami - dramat, USA 2010 **18.20** Vera 4 (3) - serial **20.10** Premiera: Icebreaker. Każdy ma swój sekret - serial (5) **21.10** Premiera: Icebreaker. Każdy ma swój sekret (6) - serial **22.15** Stenbeck. Imperium (5) - serial **23.15** Sharon Stone. Instynkt przetrwania - dok. **0.25** Gliny (5, 6) - serial **2.05** Planeta Singli. Osiem historii (1): Zjazd absolwentów - serial **2.55** Uwikłanie - film kryminalny, Polska 2010 **5.00** Minuta ciszy (1) - serial

STOPKLATKA

7.50 Wojciech Cejrowski: Boso przez świat **8.55** Jakubiak rozgryza Chorwację s. 1 **10.00** Robert Makłowicz: Włochy **11.00** Zajazd. Będzie się działo - serial **13.00** Katastrofy w przestworzach - serial **15.00** MacGyver s. 5 - serial **17.00** Zajazd. Będzie się działo - serial **20.00** Najlepsi z najlepszych 3: Bez odwrotu - film akcji, USA **21.55** Zapłata - dramat kryminalny, USA **0.10** Dzikie żądze - thriller, USA

TV 6

6.00 Policjantki i Policjanci **7.55** Kobra - oddział specjalny **11.00** 48H. Zaginieni **14.00** Policjantki i Policjanci **15.00** Kobra - oddział specjalny **17.05** Magnum: Detektyw z Hawajów **18.00** Strażnik Teksasu **20.00** Agenci NCIS: Los Angeles **22.55** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **0.55** Więzienie **1.25** Więzienie **1.55** Więzienie **2.25** Septagon **3.30** Septagon **4.25** Septagon **5.30** SuperLudzie Extra

TELE 5

8.20 Porozmawiaj ze mną **8.50** GaleriaDasBeste **9.40** Muzyka **10.00** Sekrety zwierząt **10.30** Pani podolog w akcji **11.00** Muzyka **11.10** GaleriaDasBeste **12.50** Muzyka **13.00** Straż graniczna - serial **14.00** GaleriaDasBeste **14.45** Muzyka **15.00** W matni - thriller, USA 2010 **16.50** Uśmiechnij się **17.00** Kabaretowy Szał **23.00** Kobra - oddział specjalny - serial **2.00** Gorączka w mieście - serial

ITVS

5.21 Śląska karuzela **6.32** Klachy i Lachy **7.32** Kuchnia po śląsku **7.57** Kuchnia po śląsku **8.22** Przy muzyce po śląsku **9.42** Szlagierowa biesiada **11.12** Koncert życzeń **12.00** Perły Śląska **12.25** KONCERT TVS **13.58** Muzyczny kącik Damiana Holeckiego **14.43** Klachy i Lachy **16.03** Przy muzyce po śląsku **16.23** Przy muzyce po śląsku **16.43** Przy muzyce po śląsku **17.03** Szlagierowa biesiada **18.36** Koncert życzeń **20.00** Koncert życzeń **21.24** Śląska karuzela **22.35** Klachy i Lachy **23.35** Kuchnia po śląsku **0.00** Przy muzyce po śląsku **0.20** Przy muzyce po śląsku **0.40** Przy muzyce po śląsku **1.00** Szlagierowa biesiada **2.33** Koncert życzeń

AXN

6.15 FBI IV - serial **6.55** FBI IV - serial **7.40** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial **9.30** Castle VII - serial **11.25** Dr House III - serial **13.25** Rekrut II - serial **14.20** Rekrut II - serial **15.20** FBI IV - serial **16.15** FBI IV - serial **17.10** Castle VII - serial **18.10** Castle VII - serial **19.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial **21.05** Dr House - serial **22.05** Zabójcza broń - serial **23.05** Castle VII - serial **23.50** Castle VII - serial **0.50** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial **1.50** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial **2.45** Dr House - serial **3.35** Zabójcza broń - serial **4.30** Agenci NCIS XVIII - serial

TVP SPORT

6.10 Piłka nożna **8.15** Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Włochy **10.05** Biathlon - PŚ, Ruhpolding **10.55** Piłka nożna - Ekstraklasa na bis: Górnik Zabrze - Widzew Łódź **13.00** Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43, Dzierżoniów **15.20** Piłka ręczna mężczyzn - ME: Polska - Włochy **17.10** Pełnosprawni **17.45** Piłka nożna. Liga Mistrzów - 7. kolejka: Inter Mediolan - Arsenal Londyn **19.55** Retro TVP SPORT - magazyn **21.55** Boks - Gala w Montrealu - walka wieczoru: Mary Spencer - Mikaela Mayer **22.45** Sportowy wieczór **23.10** Piłka nożna. Liga Mistrzów - Skróty meczów 7. kolejki

EUROSPORT

14.30 Snooker. The Masters 2026, Londyn **16.00** Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne **18.00** Narciarstwo alpejskie. PŚ, Kronplatz, Włochy Gigant kobiet **19.00** Jeździectwo. PŚ, Lipsk, Niemcy Skoki **20.00** Skoki narciarskie. PŚ, Sapporo, **20.20** Piłka ręczna. Szwecja - Chorwacja, ME Faza grupowa **22.15** Snooker. The Masters 2026, Londyn Finał, 2. sesja **0.00** Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne

SILESIA

6.00 Telesprzedaż **10.00** Dzisiaj w regionie **10.05** Pogoda **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.35** Muzyczne podróże **14.40** Emeryci na tropie **15.50** Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy **16.50** Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy **17.55** Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy **18.50** Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy **19.50** Kino TVS **21.50** Kino TVS **23.35** Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy **0.30** Emeryci na tropie **1.35** Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy **4.50** Program kulinarny **5.20** Propozycje do Szlagierowej listy

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii **8.30** Wiedźma - serial **11.30** Pani podolog w akcji **12.00** Plany pana Boga - serial **14.45** Coś śmiesznego **15.00** Klejnot TV **17.00** Porozmawiaj ze mną **17.25** Coś śmiesznego **18.00** Klejnot TV **21.00** Zagadka tygodnia **21.40** Kabaretowy Szał **22.30** Zagadka tygodnia **23.15** Juwelo **0.45** Kabaretowy Szał bis **1.45** Kabaretowy Szał 2026 **2.35** Kabaretowy Szał

eprasa.pl 8c024284d4

CZWARTEK 22 STYCZNIA

TVP 1

7.00 Transmisja Mszy Świętej
7.30 Pełnia Wiary - magazyn
8.00 Serwis Info, Pogoda
8.20 Zaraz wracam s.II (70) - serial
9.00 Ranczo s.V (65) - Pakt z czartem - serial
10.00 Komisarz Alex(78) - Z zimną krwią - serial
11.00 Ojciec Mateusz (53) - Samotne serca - serial
12.00 Serwis Info
12.10 Agrobiznes
12.35 Magazyn Rolniczy
12.55 Kultowe wyspy Oceanu Indyjskiego (3) - Seszele
14.00 Wichrowe wzgórze (343) - serial
15.00 Serwis Info
15.15 Reporterzy - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.05 Dziedzictwo (811) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Jaka to melodia?
18.10 Klan (4639) - telenowela
18.45 Akacjowa 38 (792) - serial
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.30 Zaraz wracam s.II (71) - serial
21.10 Ojciec Mateusz (434) - serial
22.10 Sprawa dla reportera
23.10 Z ludu na królewski dwór (3)
0.10 Wykrywacz kłamstw
0.35 Pułkownik Kwiatkowski
HIT - komediodramat, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Marek Kondrat, Renata Dancewicz, Zbigniew Zamachowski
2.50 Tatarak - dramat obyczajowy, reż. Andrzej Wajda
4.20 Sprawa dla reportera

TVP 2

5.25 M jak miłość (1677) - serial
6.15 Operacja Zdrowie
6.50 Barwy szczęścia (3299) - serial
7.30 Pytanie na śniadanie
11.55 Podróż po jeden uśmiech (9)
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Panna młoda (2) - serial
14.05 Va Banque (920) - teleturniej
14.35 Na sygnale (825) - serial
15.05 La Promesa - pałac tajemnic (312) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.20 Panna młoda (3) - serial
18.15 Va Banque (921) - teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3299) - serial
20.05 Barwy szczęścia (3300) - serial
20.45 Tak to leciało! - teleturniej
21.45 Morderstwa na Cote Bleue
HIT - film kryminalny, Francja, reż. Marjolaine De Lecluse, wyk. Alexandra Vandernoot, Jean - Pierre Foucault, Roby Schinasi, Garance Thenault - Młoda policjantka Chloé Soldani prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa w swoich rodzinnych stronach. Stopniowo na jaw wychodzą skrywane dramaty z przeszłości.
23.30 Chłopiec w pasiastej piżamie - dramat wojenny, USA, reż. Mark Herman, wyk. Vera Farmiga, Asa Butterfield, Jack Scanlon, Rupert Friend
1.10 Lepsza połowa (21) - serial
1.50 Kruk s.II - Czorny Woron nie śpi (2 - 3) - serial
3.55 Rodzinka.pl - serial
4.25 Zakończenie dnia

TVN

5.40 Uwaga!
5.55 Ukryta prawda
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN
11.25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
13.35 Kartoteka
14.40 Ukryta prawda
16.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
17.55 Detektywi
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.32 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
19.55 Uwaga!
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy



22.00 Słodki listopad - melodramat,
HIT USA 2001, reż. Pat O'Connor, wyk. Keanu Reeves, Charlize Theron, Jason Isaacs, Greg Germann, Liam Aiken, Robert Joy, Frank Langella
0.35 Mission: Impossible IV - Protokół duchów - film sensacyjny, USA, Czechy, Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Brad Bird, wyk. Tom Cruise, Jeremy Renner, Paula Patton
3.15 Szpital św. Anny
4.20 Uwaga!

TVP POLONIA

6.00 Panorama
6.30 Słownik polsko@polski
7.00 Jedzenie ma znaczenie (3)
7.30 Pytanie na śniadanie
11.40 Stacja Innowacja
12.00 Serwis Info
12.10 Za marzenia s. II (8, 9) - serial
13.50 Giganci nauki - Ignacy Łukasiewicz. Od lampy naftowej do napędu elektrycznego
14.45 Słowo daję! - 1 - magazyn
15.00 Serwis Info
15.10 Daję słowo - Maciej Orłoś - Włodzimierz Zientarski
16.00 Słownik polsko@polski
16.30 Barwy szczęścia (3245) - serial
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka - /926/
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Rosół polski s. II (23)
18.45 Panorama
19.10 Portrety wileńskie (3)
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.10 Sport, Pogoda
20.25 Ranczo (3) - serial
21.20 Polonia 24. Tygodnik
22.25 Krucjata s. II (1) - Znak bliźniąt - serial kryminalny
23.15 Panorama
23.45 Aktorka bez granic. Polski Teatr w Toronto - film dok.
0.40 Rodzinka.pl s. XI (220) - serial
1.10 Portrety wileńskie (3)
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia
2.05 Sport, Pogoda
2.15 Ojciec Mateusz (399, 400) - serial
3.50 Polacy Światu - Jerzy Iwanow - Szajnowicz - magazyn

iTVN

6.15 Druga szansa - serial
7.00 Jestem z Polski
7.45 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Wszystkiego słodkiego
11.35 Na Wspólnej - serial
12.00 Najlepsze sportowe samochody ostatnich lat
12.25 Ukryta prawda
13.10 19 + - serial
13.35 Detektywi - serial
14.20 Kuchenne rewolucje
15.05 Życie na kredycie
15.30 Diagnoza - serial
16.15 Druga szansa - serial
17.05 Zakochani po uszy - serial
17.30 Ukryta prawda
18.15 Detektywi - serial
19.00 Fakty
19.35 Obcy wewnątrz nas - program obyczajowy
20.20 Pogoda
20.25 Uwaga!
20.40 Na Wspólnej - serial
21.05 19 + - serial
21.30 Doradca smaku
21.35 Nic do zgłoszenia
22.20 Życie na kredycie
22.45 Dawid Andres z buta - program rozrywkowy
23.30 Doradca smaku
23.35 Diagnoza - serial
0.20 Zakochani po uszy - serial
0.45 Rozmowy w toku
1.35 Ukryta prawda
2.20 Świat - magazyn
3.35 Rozmowy w toku
4.20 Fakty
4.55 Pogoda
5.00 Uwaga!
5.15 DeFacto - Flesz
5.25 Rozmowy w toku

POLSAT

6.00 Nowy dzień
8.30 Malanowski i Partnerzy
9.30 Trudne sprawy
11.35 Gliniarze
14.40 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.20 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.15 Gość Wydarzeń



19.55 Mamma Mia! - musical,
HIT USA, Wielka Brytania, Niemcy, 2008, reż. Phyllida Lloyd, wyk. Meryl Streep, Pierce Brosnan, Amanda Seyfried, Stellan Skarsgard, Colin Firth, Julie Walters, Christine Baranski, Dominic Cooper
22.20 Mój chłopak się żeni - koedia romantyczna, USA, 1997, reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Dermot Mulroney, Cameron Diaz, Rupert Everett, Philip Bosco, M. Emmet Walsh
0.45 Karma - thriller, USA, 2015, reż. Diane Bell, wyk. Jessica Biel, Zosia Mamet, Joe Anderson, Edi Gathegi, Kate Burton, Harry Hamlin, Sam Ly
2.35 Nasz nowy dom
3.45 Ewa gotuje

POLSAT 2

6.30 Nasz nowy dom 7.30 Na ratunek 112 8.00 Na ratunek 112 8.30 Sekrety rodziny 9.30 Sekrety rodziny 10.30 Przyjaciółki 11.30 Przyjaciółki 12.30 Dlaczego ja? 14.30 Świat według Kiepskich 15.30 Świat według Kiepskich 16.00 Świat według Kiepskich 17.00 48H. Zaginieni 19.00 Gliniarze 20.00 Ślad 21.00 Gliniarze 22.00 Komisarz Mama 23.00 Świat według Kiepskich 23.30 Świat według Kiepskich 0.00 Zdrady II 1.00 Zdrady 2.00 Wydarzenia wieczorne 2.40 Ewa gotuje 3.40 SuperLudzie 4.10 SuperLudzie 4.40 SuperLudzie 5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 5.30 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.45 SuperLudzie Extra 7.00 Na ratunek 112 8.00 Doktor Martin 10.00 Wydarzenia 24 10.30 SuperMocni 11.30 Świat według Kiepskich 14.00 Ninja Warrior Polska 16.00 TOP CHEF 17.30 Świat według Kiepskich 20.00 Złomiarze 21.05 Telefon - thriller, USA, 2002, reż. Joel Schumacher, wyk. Colin Farrell, Kiefer Sutherland, Forest Whitaker, Radha Mitchell, Katie Holmes, Paula Jai Parker, Arian Waring Ash 22.45 21 Jump Street - komedia sensacyjna, USA, 2012, reż. Christopher Miller, Phil Lord, wyk. Channing Tatuum, Jonah Hill, Ice Cube, Brie Larson 1.05 Świat według Kiepskich 4.00 Nasz nowy dom

TVN 24

10.30 Serwis informacyjny 10.55 Biznes 11.00 Serwis informacyjny 11.25 Biała Jazda 11.30 Serwis informacyjny 11.55 Biznes 12.00 Serwis informacyjny 12.23 Raport Smogowy 12.25 Biała Jazda 12.30 Serwis informacyjny 13.25 Biała Jazda 13.30 Serwis informacyjny 13.55 Biznes 14.00 Serwis informacyjny 14.55 Biznes 15.00 15 NA ŻYWO 16.00 Fakty po południu PASMO „WIECZÓR" 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 23.00 Dzień po dniu 0.25 Biznes PASMO „PROGRAM POWTÓRKOWY" 0.45 Fakty po Faktach 1.20 Kropka nad i

TV REPUBLIKA

8.00 Michał Rachoń 9.01 Po 9.00 10.01 Po 10.00 11.01 Po 11.00 12.00 W samo południe 12.30 Republika dzień - serwis informacyjny 12.45 Republika dzień 16.00 Republika dzień - serwis informacyjny 16.15 Republika dzień 16.55 Express Republiki 17.10 Express Republiki+ 17.35 Miłosz Kłeczek zaprasza 18.55 Sport w Republice 18.58 Prognoza pogody 19.00 Dzisiaj - serwis informacyjny 20.20 Gość „Dzisiaj" 20.50 W punkt 22.15 Piachem w tryby 22.55 Mówi się 23.20 Codziennie *****burza 23.35 Republika wieczór 0.10 Ekonomia raport 0.15 Express Republiki 0.30 Express Republiki+

SILESIA

6.00 Telesprzedaż 10.00 Dzisiaj w regionie 10.05 Pogoda 10.15 Muzyczne dzień dobry 12.05 Dzisiaj w regionie 12.10 Pogoda 12.25 Muzyczne dzień dobry 13.35 Muzyczne podróże 14.40 Emeryci na tropie 15.50 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 16.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 17.55 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 18.50 Doktor Jan z Deekelsen - serial obyczajowy 19.50 Kino TVS 21.50 Kino TVS 23.35 Doktor z alpejskiej wioski - serial obyczajowy 0.30 Emeryci na tropie 1.35 Pasmo ciekawostek - program popularnonaukowy 4.50 Program kulinarny 5.20 Propozycje do Szlagierowej listy

TVP KULTURA

6.05 Afisz kulturalny ekstra
6.15 Muzyczne poranki
7.05 Tamte lata, tamte dni - Anna Dymna - magazyn
7.45 Podróże z historią s. III (24) - W świecie Łemków
8.25 Informacje kulturalne
9.00 Przygody psa Cywila (1) - Trudne dzieciństwo - serial
9.40 Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy, Polska
10.40 Kontrakt - film obyczajowy, Polska
12.45 Reżyserzy - Otto Preminger - cykl dok.
13.40 Rozmowy (nie)wygodne - Barbara Bursztynowicz
14.35 Informacje kulturalne
15.20 Wielki bieg - dramat, Polska
17.10 Przygody psa Cywila (2) - Eksternista - serial
17.55 Mody Polskie - Górny Śląsk
18.35 Niepojęte - felieton
18.55 Portrety - Belmondo Wspaniały - film dok.
20.00 Na wschód od Hollywood
HIT - Nauczyciel - film fabularny, Francja
21.55 Więcej niż fikcja - Witajcie w krainie Lyncha - film dok.
23.05 Panorama kina polskiego - Ostoja - film fabularny, Polska, Irlandia
0.40 Informacje kulturalne
1.10 Tygodnik Kulturalny
2.10 DOBRA NOCKA - PIUR - koncert
3.10 W kogo ja się wrodziłem? - film TVP
4.30 Mody Polskie - Górny Śląsk
5.10 Teledyski

TVP HISTORIA

6.40 Był taki dzień - 22 stycznia
6.45 Wojownicy czasu - cykl dok.
7.25 Fake czy historia? (44)
8.05 Młody Piłsudski (8) - serial
9.00 Historia Polski - Po co ci te chłopy? Rzecz o Karolu Lewakowskim - film dok.
10.05 Encyklopedia II wojny światowej - Strażnicy morza
10.35 Witos - film dok.
11.50 Ex Libris (596) - magazyn
12.20 Chłopi (13) - Zemsta - serial
13.15 Historia polskiego sportu - Narodziny gwiazd, cz. 2
14.20 Długa droga do wojny (2) - film dok.
15.25 Królowie (15) - serial
16.00 Sensacje XX wieku - Beria - historia bezprawia, cz. 1, 2
17.00 Wierna rzeka - dramat, Polska, reż. Leonard Buczkowski
18.00 Flesz historii (745)
18.30 Szerokie tory - Jeden dzień z życia właściciela szkoły tańca w Doniecku - reportaż
19.05 Młody Piłsudski (9) - serial
20.00 Świat smaków, zapachów i kolorów Fani
21.05 Cham - film TVP, reż. Laco
HIT Adamik, wyk. Piotr Szczepanik, Monika Niemczyk, Barbara Rachwalska, Helena Kowalczykowa, Halina Wyrodek
22.35 Historia w postaciach zapisana - Karol Wielki i narodziny imperium - cykl dok.
0.35 Sensacje XX wieku - Stalowe Przymierze (1)
1.15 Sensacje XX wieku - Stalowe Przymierze (2)
1.30 Zakończenie dnia

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
6.55 Strażnik Teksasu
7.55 Bogaty Dom - Biedny Dom
8.55 Policjantki i Policjanci
9.55 Policjantki i Policjanci
10.55 Na ratunek 112
11.25 Na ratunek 112
11.55 Trudne sprawy
12.55 Trudne sprawy
13.55 Trudne sprawy
14.55 Ktoś tu kłamie?
15.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
16.55 Łowcy Skarbów. Kto da więcej
18.00 Policjantki i Policjanci
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Uroczysko
20.30 Uroczysko
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto
23.00 Lęk wysokości - horror, Francja,
HIT 2008, reż. Abel Ferry, wyk. Nicolas Giraud, Maud Wyler, Raphaël Lenglet, Johan Libereau
0.50 Love Island. Wyspa miłości
1.55 Hardkorowy lombard
2.25 Interwencja
2.55 Śmierć na 1000 sposobów

TTV

6.20 Damy i wieśniaczki. PL
7.20 Ukryta prawda
8.20 Kartoteka
9.25 Kartoteka
10.30 Detektywi
12.30 Zakup w ciemno
14.35 Kartoteka
15.40 34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
15.45 Express, Pogoda
16.03 Raport smogowy
16.05 Zakup w ciemno
17.05 Usterka
17.45 Express, Pogoda, Sport
18.05 Nauka Jazdy
18.45 Damy i wieśniaczki. PL
19.45 Express, Pogoda
20.05 Zakup w ciemno
21.05 Zakup w ciemno Extra
21.45 Express, Pogoda
22.00 Życie na kredycie
22.30 Życie na kredycie
23.05 Żony Podlasia
0.05 Ostre cięcie
1.05 Gogglebox. Przed telewizorem
2.05 Dobra robota
2.40 Osadzone. Blok F
3.10 Osadzone. Blok F
3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina

TVN 7

5.15 Ten moment
5.45 Szkoła - program obyczajowy
8.40 Ukryta prawda
11.45 W - 11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13.55 Detektywi
14.55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16.00 Sąd rodzinny
17.00 Tajemnice miłości
18.00 Zagadki losu
19.00 Ukryta prawda
20.00 Przychodzi facet do lekarza
HIT - komedia, Francja, Belgia 2014, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Kad Merad, Alice Pol, Jean - Yves Berteloot
22.25 Miss agent II: Uzbrojona i urocza - komedia kryminalna, USA 2005, reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano, William Shatner, Ernie Hudson
0.50 Fred Claus, brat świętego Mikołaja - komedia, USA 2007, reż. David Dobkin
3.00 SOS. Ekipy w akcji
3.50 Fachowcy
4.30 Dorota was urządzi

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
8.00 Kobra - oddział specjalny - serial
10.00 Zbuntowany anioł - serial
11.55 Wspaniałe stulecie - serial
13.50 Lombard: Życie pod zastaw
15.50 Ranczo - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw
20.00 Straszny film 2 - komedia,
HIT USA, Kanada 2001, reż. Keenen Ivory Wayans, wyk. Anna Faris, Antony Acker, Marlon Wayans
21.55 Jak dogryźć mafii - komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Mark Cullen, wyk. Bruce Willis, Famke Janssen, Jason Momoa, John Goodman
23.50 Nic do oclenia - komedia, Francja, Belgia 2010, reż. Dany Boon, wyk. Benoît Poelvoorde, Dany Boon, François Damiens, Julie Bernard, Karin Viard
2.00 Dzielnica strachu - serial
3.00 Lombard: Życie pod zastaw
3.55 Menu na miarę
4.30 Menu na miarę
5.00 Dzielnica strachu - serial

STOPKLATKA

7.50 Wojciech Cejrowski: Boso przez świat 8.55 Jakubiak rozgryza Chorwację s. 1 10.00 Robert Makłowicz: Niemcy 11.00 Zajazd. Będzie się działo - serial 13.00 Katastrofy w przestworzach - serial 15.00 MacGyver s. 5 - serial 17.00 Zajazd. Będzie się działo - serial 20.00 Escobar: Historia nieznana - dramat kryminalny, Francja, Hiszpania 22.35 Powódź - thriller, USA 0.35 Ścigany - komedia, Niemcy

TV 6

6.00 Policjantki i Policjanci 7.55 Kobra - oddział specjalny 11.00 48H. Zaginieni 14.00 Policjantki i Policjanci 15.00 Kobra - oddział specjalny 17.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 18.00 Strażnik Teksasu 20.00 Agenci NCIS: Los Angeles 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 23.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.55 Łowca pedofilów 2.25 Septagon 5.35 SuperLudzie Extra

TELE 5

8.20 Porozmawiaj ze mną 8.50 GaleriaDasBeste 9.40 Muzyka 10.00 Sekrety zwierząt 10.30 Pani podolog w akcji 11.00 Muzyka 11.10 GaleriaDasBeste 12.50 Muzyka 13.00 Straż graniczna - serial 14.00 GaleriaDasBeste 14.45 Muzyka 15.00 Zniknięcie - thriller, USA 2011 17.00 Kabaretowy Szał 22.20 Coś śmiesznego 23.00 Kobra - oddział specjalny - serial 2.00 Gorączka w mieście - serial

ITVS

5.21 Śląska karuzela 6.32 Klachy i Lachy 7.32 Kuchnia po śląsku 7.57 Kuchnia po śląsku 8.22 Przy muzyce po śląsku 9.42 Szlagierowa biesiada 11.12 Koncert życzeń 12.00 Perły Śląska 12.25 KONCERT TVS 13.58 Muzyczny kącik Damiana Holeckiego 14.43 Klachy i Lachy 16.03 Przy muzyce po śląsku 16.23 Przy muzyce po śląsku 16.43 Przy muzyce po śląsku 17.03 Szlagierowa biesiada 18.36 Koncert życzeń 20.00 Koncert życzeń 21.24 Śląska karuzela 22.35 Klachy i Lachy 23.35 Kuchnia po śląsku 0.00 Przy muzyce po śląsku 0.20 Przy muzyce po śląsku 0.40 Przy muzyce po śląsku 1.00 Szlagierowa biesiada 2.33 Koncert życzeń

TV TRWAM

16.00 Informacje dnia 16.10 Z wędką nad wodę 16.35 Sól ziemi 17.05 Akademia pro - life 17.15 Muzyczne chwile 17.30 Odpowiedzialni za Kościół 17.55 Poczet Wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Głos Polski 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 4.40 Polski Punkt Widzenia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Głos serca 22.45 Zniewolenie 23.00 János Esterházy. Niewymazana historia

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Zamki, dworki i pałace s. 3 - Sudeckie warownie 6.25 Kabaretowy rejs s. 1 8.00 Przygody Myszki s. 1 8.20 Reksio s. 1 8.50 Polska z góry. Zamki, dworki i pałace s. 3 - W stolicy Polski 9.30 Szumy i fonie - kr. metr. 9.45 Krzyżacy - film historyczny, Polska 13.30 Potop Redivivus - film historyczny, romans, Polska 17.10 Polska Kronika Filmowa 17.20 Pogranicze w ogniu s. 1 - serial 18.45 Pogranicze w ogniu s. 1 - serial 20.00 W ukryciu - dramat, Polska 22.05 Piłsudski - dramat biograficzny, Polska 0.30 Obława - dramat wojenny, Polska 2.30 W zawieszeniu - dramat psychologiczny, Polska 4.15 Rachunek szczęścia - film dok.

ALE KINO+

7.30 Daleko od okna - dramat, Polska 2000 9.50 Problem - kr. metr. 10.15 Bestia 2 (1, 2) - serial 12.15 Vera 4 (3) - serial 14.05 Cicha dziewczyna - dramat obyczajowy, Irlandia 2022 16.10 Trzej muszkieterowie - film przygodowy, Hiszpania, Wlk. Brytania, USA 1973 18.20 Vera 4 (4) - serial 20.10 Premiera: Kino Mówi: Gry wojenne - Ostatni oddział - dramat wojenny, Francja 2023 22.50 Miasteczko Cut Bank - thriller, USA 2014 0.40 Dobry nauczyciel - dramat, Belgia, Francja 2024 2.25 Planeta Singli. Osiem historii (2): Grzesznica - serial 3.15 Biały Potok - komedia obyczajowa, Polska 2020 4.35 Misie polarne - kr. metr. 5.00 Minuta ciszy (2) - serial

AXN

6.10 FBI IV - serial 6.50 FBI IV - serial 7.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas II - serial 9.30 Castle VII - serial 11.25 Dr House III - serial 12.25 Dr House III - serial 13.25 Rekrut II - serial 15.25 FBI V - serial 17.10 Castle VII - serial 18.10 Castle VII - serial 19.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 20.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 21.05 Agenci NCIS XIX - serial 22.05 Agenci NCIS: Hawaje - serial 23.00 Castle VII - serial 0.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 1.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII - serial 2.35 Agenci NCIS XIX - serial 3.25 Agenci NCIS: Hawaje - serial 4.25 Agenci NCIS XVIII - serial

TVP SPORT

5.40 Czy Amerykanie kochają piłkę nożną 6.15 Piłka nożna - Liga hiszpańska kobiet: Alhama - FC Barcelona, Hiszpania 8.15 Piłka nożna. Liga Mistrzów - Skróty meczów 7. kolejki 10.05 Biathlon - PŚ, Ruhpolding 10.55 Piłka nożna - Ekstraklasa na bis: KGHM Zagłębie Lubin - Legia Warszawa 13.00 Olimpijskie sukcesy Justyny Kowalczyk 15.05 Strongman 16.05 Piłka nożna. Liga Mistrzów: Inter Mediolan - Arsenal Londyn 18.10 Biathlon - PŚ, Nove Mesto 20.10 Piłka nożna. Liga Mistrzów - Skróty meczów 21.50 Sportowy Wieczór 22.30 Ring TVP Sport 23.30 Boks - Gala KnockOut Boxing Night 43

EUROSPORT

14.30 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Kronplatz 16.00 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne 17.30 Sporty zimowe. PŚ, Altenberg, Niemcy Podsumowanie 18.00 Snooker. The Masters 2026, Londyn Finał, 2. sesja 20.00 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne 22.00 Narciarstwo alpejskie. PŚ, Wengen Supergigant mężczyzn 0.00 Tenis. Australian Open, Turniej Wielkiego Szlema, Melbourne

POLONIA 1

6.00 Niebezpieczne plaże Nowej Zelandii 8.30 Wiedźma - serial 11.30 Pani podolog w akcji 12.00 Plany pana Boga - serial 15.00 Klejnot TV 17.00 Porozmawiaj ze mną 17.25 Coś śmiesznego 18.00 Klejnot TV 21.00 Zagadka tygodnia 21.40 Kabaretowy Szał 22.30 Zagadka tygodnia 23.15 Juwelo 0.45 Kabaretowy Szał 3.40 Coś śmiesznego 3.50 Miłe rozmowy 4.50 Miłe rozmowy

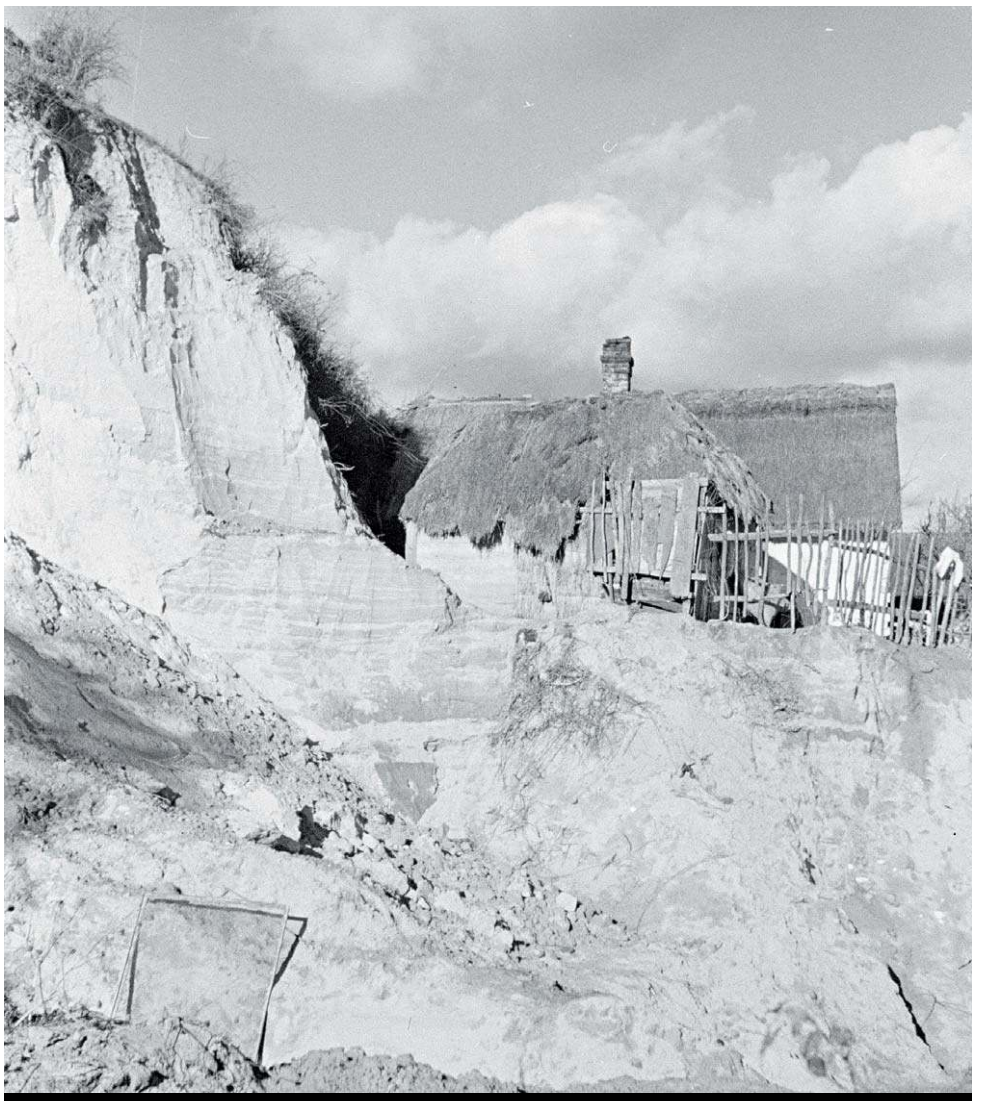
eprasa.pl 8c024284d4

LECZYLI SIĘ TAM M.IN. HIPOCHONDRYCY I IMPOTENCI

nek był przed laty uzdrowiskiem

ie wojny, to kto wie, czy Sławinek nie byłby dziś konkurencją dla uzdrowiska np. w Nałęczowie. Przyjeżdżali tu kuracjusze v Polski, a cudowne źródełka na Sławinku, spokój i cisza tego miejsca w połączeniu z wyjątkowym mikroklimatem dawała ulgę m.in. cierpiącym na nerwice.

tylu chętnych do korzystania z terapeutycznych kąpieli, że kolejny właściciel Sławinka – **Stanisław Mędrkiewicz** postanowił zbudować w tym miejscu łazienki wyposażone w wanny dla kuracjuszy. Niektóre podgrzewane parą. Miał to być początek zawrotnej kariery przyszłego uzdrowiska pod Lublinem.



Narodowe Archiwum Cyfrowe

CUDOWNE UZDROWIENIE

Największą i do tego darmową reklamę sławinkowskim wodom zrobił jednak pewien lekarz powiatowy, który w lokalnej gazecie opisał swój przypadek. Od lat cierpiał na paraliż nóg. Nie pomagały mu żadne lekarstwa ani nawet drogie pobyty w zagranicznych sanatoriach. Objawy ustąpiły po zażyciu kąpieli w wodach ze Sławinka. Jego artykuł o cudownym uzdrowieniu odbił się szerokim echem nie tylko w Lublinie, ale w całym kraju.

Inni lekarze również dostrzegli lecznicze właściwości tych wód i domagali się wręcz, żeby wykorzystywać je do celów zdrowotnych. Najlepiej jeszcze jako wody gazowane. Jeden z nich, niejaki **dr Zapasiewicz** ubolewał, że Polacy wydają pieniądze w zagranicznych uzdrowiskach, nie wiedząc, że tuż pod nosem podobne możliwości leczenia stwarza Sławinek.

Stanisław Mędrkiewicz próbował zrobić z tego miejsca prawdziwe, tętniące życiem uzdrowisko. Częściowo mu się to udało. Powstały place zabaw, alejki, sadzawki, po których można było pływać łódkami. Postawiono również kilka domków mieszkalnych dla pensjonariuszy, a z czasem budynek kąpielowy z 16 łazienkami. Każda była wyposażona w sofę, stolik, lustro i dywanik. W łazienkach znajdowały się dwa rodzaje wanien: cynkowe oraz drewniane, ale wykończone cynkiem. Na życzenie tak zwany łazienny wypożyczał grzebień i ręcznik.

NIETRAFIONE INWESTYCJE

Ówczesna prasa poświęcała sporo miejsca Sławinkowi. Co jakiś czas ukazywały się też ogłoszenia o sprzedaży kolejnych działek. Chętnych nie brakowało. Niektórzy zwietrzyli interes, że wraz z rozwojem uzdrowiska, ceny nieruchomości będą rosły. Nie do końca to się jednak sprawdziło.

Kuracjuszy z roku na rok przybywało. Nawet 10 tysięcy rocznie. Sławinek ożywił się także dzięki dość sprawnej jak na tamte czasy komunikacji. Oprócz zakładowego omnibusu, który kursował kilka razy dziennie (wyruszał spod **cukierni Semadeniego** przy Krakowskim Przedmieściu) pojawiły się też liczne dorożki i powozy. Rzadko jeździły puste. Chętnych nie brakowało.

Sławinek z roku na rok był coraz chętniej odwiedzany przez kuracjuszy i spacerowiczów. Chwalili sobie nie tylko piękne widoki, czyste powietrze, ale również smaczną kuchnię w uzdrowiskowej restauracji. Dwa razy w tygodniu odbywały się tu koncerty, a uzdrowisko tętniło życiem.

W pogodny dzień obleganе były wszystkie ławki w parku, a ulubionym miejscem wypoczywających było wzniesienie, z którego rozlegała się panorama miasta. Kuracjuszy przyciągało nie tylko urokliwe położenie uzdrowiska, ale również niewygórowane ceny za oferowane usługi. O Sławinku mówiło się przez długi czas, że jest jednym z najtańszych miejsc kuracyjnych w kraju. Ale jednak nie do końca docenionym.

Na miejscu znajdowały się dwa źródła, niedaleko których ustawiono altanę, gdzie goście mogli zasiąść z książką w ręku lub ręcznymi robótkami. Jedno ze źródeł – mniejsze – nazywano źródłem „Kazimiery". Za altaną zbudowano nawet proste przyrządy do ćwiczeń gimnastycznych – ówczesną siłownię na świeżym powietrzu. Z czasem zwiedzający uzdrowisko mogli też korzystać z nowej atrakcji – wędkowania w pobliskim stawie. Karpi było w bród.

PORAŻKA Z NAŁĘCZOWEM

W okresie największego rozkwitu uzdrowiska zbudowano tu trzy wille oraz hotel z 32 pokojami. W nim znajdowała się także restauracja, sala bilardowa i balowa, w której odbywały się regularne spotkania towarzyskie przy akompaniamencie fortepianu. Zdrój Sławinek, bo tak się nazywało uzdrowisko oferował gościom nie tylko kąpiele borowinowe i rzeczne, ale także wody mineralne, mleko, a nawet serwatkę. Przyjeżdżali tu przede wszystkim cierpiący na niedokrwistość, choroby kobiece i nerwowe. Lekarze zalecali również sławinkowską wodę na leczenie impotencji oraz hipochondrii. Pod koniec lat 80. XIX w. kuracjusze mogli korzystać z kuracji mlecznych z wykorzystaniem, m.in. kefiru i kumysu. Jedynym minusem, na który żalili się kuracjusze to brak na miejscu apteki i lekarza.

Uzdrowisko od początku miało pod górkę. Najpierw pożar w 1896 roku zniszczył restaurację oraz salę taneczną, potem spustoszenia na Sławinku dokonały wojska austriackie, które zajęły Lublin w 1915 roku. Poważnie uszkodzone zostały wówczas ujęcia wody i domy kąpieliskowe, a zaniedbane źródła nie nadawały się do użytku. Uzdrowisko przegrało również konkurencję z pobliskim Nałęczowem, który już wtedy miał międzynarodową renomę. Niektórzy zarzucali również uzdrowisku, że jego właściciele nie zadbali jednak o skuteczną reklamę. W latach międzywojennych Sławinek coraz bardziej podupadał, a kolejni właściciele notowali same straty finansowe.

SŁAWINKOWSKIE KARTY HISTORII

„Ziemia Lubelska" z 6 kwietnia 1910 r.: Sławinek odległy o parę wiorst od Lublina i mający źródła żelaziste, a przy tem piękne położenie, jest już od kilku lat dosyć uczęszczany. Ma wprawdzie tę przykrą stronę, że znajdujące się w stanie zaniedbania źródła i park bardzo zagęszczony, dają dużo wilgoci, wskutek tego całe roje komarów znęcają się nad szukającemi wytchnienia; posiada jednak Sławinek tę wygodną stronę, że jest ze względu na bliską odległość od miasta, dostępnym dla tych, którzy na stałe wyjechać nie mogą.

O samym Sławinku w „Ziemi Lubelskiej" z 7 lipca 1913 r. napisano: „Sławinek, który nie tak jeszcze dawno cieszył się ogromną frekwencją letników i kuracjuszów, obecnie coraz bardziej pustoszeje. Powodem tego jest niestaranne utrzymanie tak parku jak i zakładu. W parku w ostatnich czasach zniszczono wiele pięknych drzew (...)

W okresie międzywojennym o Sławinku wspominano jedynie sporadycznie. Figurował jeszcze w kalendarzach lekarskich i farmaceutycznych w 1930 roku, choć prasa od jakiegoś czasu nazywała go już tylko letniskiem. 27 lipca 1930 r. ukazał się w „Ziemi Lubelskiej" artykuł dotyczący propozycji zrealizowania ośrodka zdrowia, czyli czegoś na kształt centrum sportów właśnie na Sławinku. Ilustrowany przewodnik po Lublinie z 1931 r. odnotował: „Obecnie łatwo już dojechać autobusem miejskim do Sławinka. Po zejściu od przystanku autobusowego szosą w dół aż do Czechówki, przecinającej szosę w tem miejscu, ujrzymy na prawo w kępie drzew dworek dosyć opuszczony, w którym kiedyś gospodarzył stryj Tadeusza Kościuszki, a mieszkał w nim i sam Naczelnik podczas pobytu w Lublinie. W ogrodzie należącym do dworku, źródło wody mineralnej, szczawy żelazistej, zupełnie jednak zaniedbane i nieeksploatowane".

W lutym 1935 r. uzdrowisko próbowało jeszcze ratować Stowarzyszenie Inżynierów w Lublinie. Skończyło się jednak jedynie na planach.

Podczas drugiej wojny światowej Niemcy zbudowali na terenie Sławinka restaurację „Lindenhorst", którą po wojnie przerobiono na kolonię dla dzieci. Prawdopodobnie mieścił się tu również ośrodek rekonwalescencji dla niemieckich żołnierzy; okupanci nie oszczędzili jednak parku zdrojowego i wycięli większość zabytkowego drzewostanu.

Do 1946 roku Zakład Leczniczy na Sławinku należał do Zofii Rudnickiej, córki Jana, który w okresie międzywojennym był właścicielem majątku Sławinek. Ostatnią właścicielką Zakładu Leczniczego na Sławinku była Zofia z Mędrkiewiczów Rudnicka, córka Jana, właściciela Sławinka. W 1946 roku cały majątek rozparcelowano na mocy reformy rolnej. Źródełka, z których słynęło dawne uzdrowisko, wyschły w latach 60. po wybudowaniu dla potrzeb mieszkańców studni głębinowej w pobliskiej Woli Sławińskiej, a po dawnych budynkach sanatoryjnych pozostały dziś jedynie stare fotografie i ryciny.

eprasa.pl 8c024284d4

HOROSKOP

BARAN



Staraj się mówić tak, by cię dobrze rozumiano, a nie będzie kłopotów w domu i w pracy. Żarty nie zawsze są na miejscu... We wtorek ambitne plany zawieś na kołku, zrób tylko tyle, ile trzeba. Zajmij się uczuciami oraz sprawami ducha. Naprawdę warto. W środę i czwartek załatwisz, co zechcesz. W piątek współpraca, która zapowiadała się na chwilową, okaże się trwała i ważna. Weekend to wymarzony czas na dobre zmiany.

BYK



Początek tygodnia każe ci wznieść się ponad chęć poprzestania na małym i pewnym. To, czego naprawdę chcesz, jest teraz w zasięgu ręki. Od ciebie zależy, czy pokonasz nieśmiałość i niechęć do ryzyka. W środę i czwartek zadziwisz nie tylko siebie. Praca i obowiązki zejdą na dalszy plan, warunki będą sprzyjać miłosnym przygodom. Powiedz te słowa... W piątek nadrób zaległości. Weekend dość niespokojny i ciekawy.

BLIŹNIĘTA



W poniedziałek i wtorek zrozumiesz, co jest dla ciebie naprawdę ważne. Nie dopuszczaj do siebie myśli, że coś się nie uda. Postaw na własny rozwój. W środę tak oczekiwane słowa nie tyle cię zachwycą, ile zaskoczą. Przygotuj mądrą odpowiedź. W czwartek i piątek ciesz się przyjaciółmi, towarzystwem, nie rezygnuj z wyjść, spotkasz kogoś, kto twoje sprawy zawodowe pchnie do przodu. W weekend dużo zajęć, ważne spotkania, ale też dobry relaks.

RAK



W poniedziałek i wtorek czeka cię dobra zabawa, ważne i zobowiązujące kontakty oraz sporo twórczej pracy. W środę i czwartek nie bierz na siebie dodatkowych obowiązków, nie lituj się nad kolegami, by się nie okazało, że w efekcie nie możesz zrealizować swoich planów. W piątek miłość cię otoczy, usłyszysz miłe, nieoczekiwane wyznania. W weekend przełom w wielu sprawach i nowa przyjaźń.

LEW



Szczęście i radość w sprawach sercowych, ciekawe przygody, zrobisz teraz wrażenie. W poniedziałek ważną sprawę zawodową załatwisz nie w pracy, a na luźnym spotkaniu. Ktoś przyjdzie ci z pomocą. We wtorek i środę los sprzyja szerokim kontaktom ze światem, nauce, awansom. W czwartek i piątek ruch, jak na autostradzie - przyłóż się do pracy, nie pożałujesz. W weekend trochę się napracujesz, ale pieniądze też napłyną.

PANNA



Ciesz się bardziej życiem i nie daj się zwariować. Obowiązki, zadania, praca - to ważne, ale nie najważniejsze. W poniedziałek i wtorek przy podejmowaniu decyzji zważaj nie tylko na to, co się opłaca, ale i na swoje przyjemności. W środę i czwartek nawiążesz ciekawe znajomości, kupisz coś atrakcyjnego, zyskasz uznanie. W piątek i sobotę świat należy do ciebie. Doceń to i korzystaj. W niedzielę zajmą cię obowiązki rodzinne.

WAGA



Teraz nowe zajęcia, nowe pomysły i zmiany warte są zachodu. W poniedziałek i wtorek dobry czas dla wykazania się swoimi zdolnościami. Unikaj fałszywej skromności. W środę i czwartek zadbaj o porządki w papierach, zwłaszcza gdy szykujesz się do krótkiego urlopu. W piątek i sobotę gorączka działania, bieganina za sprawami swoimi i bliskich zajmą cię bez reszty. Niedziela to czas miłości i bliskości.

SKORPION



Jeśli myślisz o awansie, to w poniedziałek i wtorek masz na to dobrą porę. Nie zadowolisz wszystkich, zatem postaw na to, co jest słuszne twoim zdaniem. W środę i czwartek pozwól sobie na drobne przyjemności, pociesz się, jeśli twoje samopoczucie się pogorszy. W piątek w pracy i w domu nadchodzi czas na realizację nawet bardzo zwariowanych pomysłów. Nie bój się marzyć. Weekend spędzisz ciekawie i na wysokich obrotach.

STRZELEC



Początek tygodnia może być nieco nudny. W poniedziałek trzeba dać z siebie wszystko w pracy, co nie będzie łatwe po męczącym weekendzie. Trudno też będzie oczekiwać na ciekawe wydarzenia. We wtorek i środę trzeba rozmawiać o pieniądzach, pomyśleć o zmianach w pracy. W czwartek i piątek wpadniesz w wir wydarzeń. Ktoś cię zaskoczy, ktoś zachwyci, może wyzna miłość... W weekend odpocznij i przemyśl te sprawy.

KOZIOROŻEC



Uda się teraz spędzić czas zgodnie z od dawna pielęgnowanymi marzeniami. Wykażesz się wyjątkowym talentem organizacyjnym. W poniedziałek i wtorek zajmij się sprawami ducha, to nieoczekiwanie ci się spodoba. W środę i czwartek porozmawiaj z przyjaciółmi, poradź się co do pracy. Znajdziesz się też w centrum wydarzeń. W piątek z horyzontu znikną wszelkie kłopoty. Weekend wspaniały, choć wcale się tego nie spodziewałeś.

WODNIK



Pieniądze nie leżą na ulicy, co nie znaczy, że trzeba trzymać się kurczowo tego samego sposobu zarabiania. W poniedziałek i wtorek dostrzeż okazje, usłysz to, co się do ciebie mówi. W środę i czwartek masz szansę zaciekawić sobą kogoś wyjątkowego i poprawić układy domowe. W piątek - mnóstwo pracy. Weekend to czas na szalone eksperymenty w sprawdzonym gronie przyjaciół. Ale też trochę odpocznij.

RYBY



W uczuciach możesz się teraz spodziewać wielu miłych niespodzianek. W poniedziałek i wtorek doskonały czas, by wreszcie powiedzieć sobie - i komuś jeszcze - o tym, co ci w sercu gra. W środę i czwartek praca będzie najważniejsza. Poradź się osoby, której ufasz, a decydując, nie popełnisz błędu. W finansach wskazana ostrożność. W piątek możliwe rewolucyjne zmiany w domu i pracy. Weekend spokojny, pełen miłości.

<table>
<tr><td>Kolega Lolka i Toli</td><td>Jest nim zwid</td><td>Szelma i obwieś</td><td>Trafia strzałą w serce</td><td>Miasto w Grecji</td><td>Zjazd, impreza</td><td>13</td><td>Gończyk ze sfory</td><td></td><td>Ciężka praca na roli</td><td></td></tr>
<tr><td>11</td><td></td><td></td><td></td><td>1</td><td>Belka podłogi
Wśród używek</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>6</td></tr>
<tr><td>Graniczy z Algierią</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Chwast pełen kolców</td><td></td><td>Szturchaniec</td><td></td></tr>
<tr><td>Wielbicielka</td><td></td><td>15</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>12</td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Wielka, potężna bryła</td><td></td><td></td><td></td><td>14</td><td>17</td><td>Do łapania koni</td><td></td><td>Waluta Kuby</td><td></td><td>Ma strzelać bramki</td></tr>
<tr><td>Blizna po zabiegu</td><td>Gleba orna</td><td></td><td>Etykieta
Hałas, szmer</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>5</td></tr>
<tr><td>9</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Dowód kontroli jakości towaru</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Książka na zdjęcia</td><td></td><td>Br dla chemika</td><td></td><td colspan="2">Masa z utartych migdałów</td><td></td><td>Na lwa sposób ma</td><td></td><td>Bożyszcze tłumów</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Nic go nie rusza</td><td></td><td></td><td></td><td>7</td><td></td></tr>
<tr><td>Właściciel tankowca</td><td>2</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>16</td><td></td><td>Mała, ciasna klitka</td><td></td><td>Cykliczna forma muzyka</td></tr>
<tr><td>Brany przed rzutem</td><td>Chroni przed karą</td><td></td><td>Dodatek do umowy</td><td></td><td colspan="2">Poemat epiczny
Giełdowa zwyżka</td><td></td><td></td><td></td><td>18</td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Han z sagi Lucasa</td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>Duma atlety</td><td>3</td><td>Ryba akwariowa</td><td></td><td>10</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Część gry w tenisa</td><td></td></tr>
<tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Perli się na trawie</td><td></td><td></td><td></td><td>20</td></tr>
<tr><td>Jedna jaskółka jej nie czyni</td><td></td><td>Nakrycie głowy</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td>4</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>8</td><td>Dokumenty sprawy</td><td></td><td>19</td><td></td><td></td></tr>
</table>

Litery z pól ponumerowanych utworzą rozwiązanie końcowe.

1	2	3	4	5	6	7	8

9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

Sen o KOCIE...

...może mieć różne znaczenia w zależności od kontekstu snu oraz osobistych skojarzeń. Oto najczęstsze interpretacje:

● Symbol niezależności i wolności
Kot we śnie często symbolizuje niezależność, intuicję i samowystarczalność. Może sugerować potrzebę wolności lub większej autonomii w życiu.

● Kobiecość i tajemniczość
Kot bywa kojarzony z kobiecością, subtelnością i zmysłowością. Sen o kocie może dotyczyć relacji z kobietą lub aspektów kobiecych w twojej osobowości.

● Zdrada lub fałsz
W niektórych kulturach koty są symbolem fałszu, przebiegłości lub niewierności - szczególnie jeśli we śnie kot zachowuje się agresywnie lub podejrzanie.

● Twój stan emocjonalny
Zachowanie kota w śnie może odzwierciedlać twój aktualny stan emocjonalny - np. kot agresywny może oznaczać ukryty gniew, a spokojny kot - wewnętrzny spokój.

UŚMIECHNIJ SIĘ

- Mamo, jak poznałaś tatusia? - pyta synek.
- Dzięki nowoczesnej technologii.
- A... przez internet.
- Nie synu, przez testy DNA.

● ● ●

- Co znaczy po angielsku „why"?
- Dlaczego.
- Tak tylko pytam.

● ● ●

- Czym różni się UFO od dobrej teściowej?
- UFO podobno ktoś widział...

● ● ●

Kobieta dzwoni do mechanika:

- Chciałam się umówić na przegląd auta.
- A jaki to samochód?
- Mój.
- A marka?
- A Marek ma swoje.

● ● ●

- Powtórzmy tabliczkę mnożenia - mówi ojciec do Jasia. - Na pewno wiesz, że dwa razy dwa jest cztery. A ile to będzie sześć razy siedem?
- Tato, dlaczego ty zawsze rezerwujesz dla siebie łatwiejsze przykłady?!

● ● ●

W sklepie:

- Czy te żarówki rzeczywiście świecą 7 lat?
- Oczywiście. Dajemy na to dwa lata gwarancji.

● ● ●

Klientka w cukierni pyta:

- Czy dostanę coś bez tłuszczu i cukru?

eprasa.pl 8c024284d4

1-4. SUDOKU

Zasady gry: 1. Bez powtórzeń liczby 1-9 poziomo. 2. Bez powtórzeń liczby 1-9 pionowo. 3. Bez powtórzeń liczby 1-9 w komórce 3x3. W rozwiązaniu wystarczy podać układ liczb w prawym dolnym kwadracie 3x3.

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

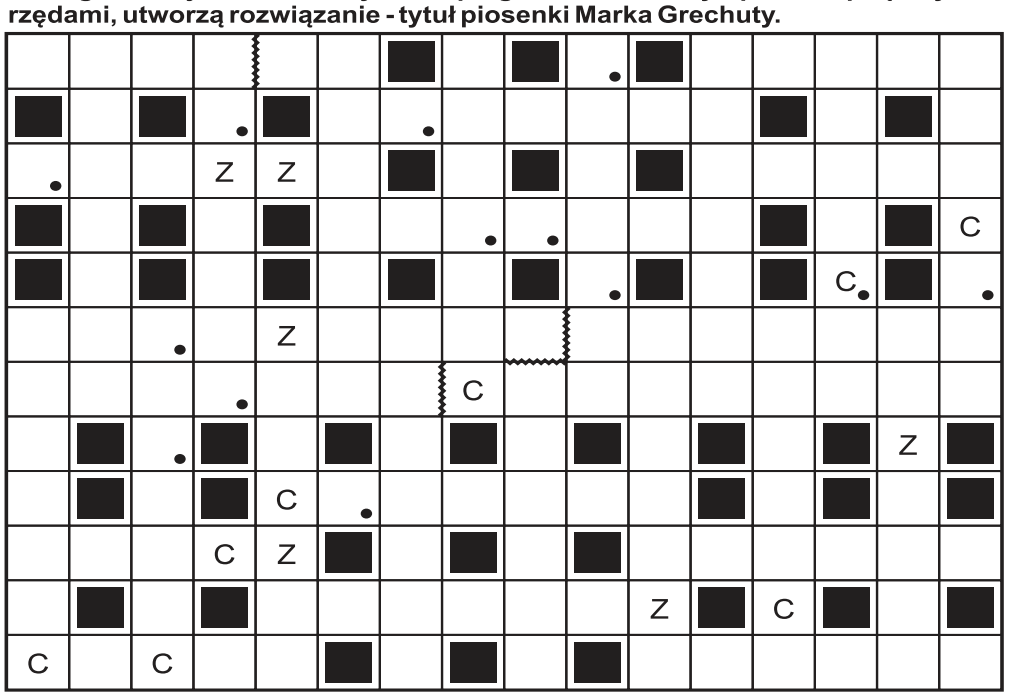
						9		
	3			7	6			1
			2			3	7	
	4		1		7			
		6			8			
1	8		3				4	
	9	5			2			
			5					4
		3				6		8

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

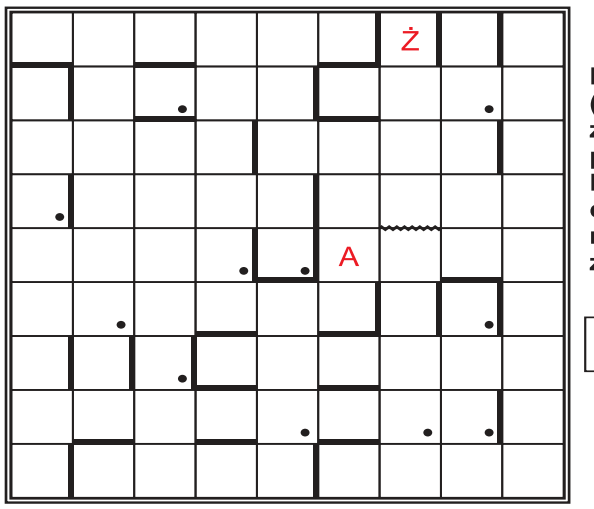
7					4			
				3	6	2		
	9		7			8		
		4		1	2	7		5
	8							4
	5							1
	4	9			3			8
1			4					

5. JOLKA

W diagramie ujawniono wszystkie spółgłoski C, Z. Litery z pól z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie - tytuł piosenki Marka Grechuty.



• Staropolska piosenka biesiadna • Właściwość, znamię • Transatlantyk z piosenki Lady Pank • Indianie Ameryki Północnej, z chrakterystyczną fryzurą • Popularny serial sensacyjny (Jaclyn Smith, Farrah Fawcett, Kate Jackson) (dwa wyrazy) • Kupno i sprzedaż towarów przez Internet (dwa wyrazy) • Smartfon od Apple • Spoglądanie wrogo, nieprzychylnie (dwa wyrazy) • Gwiazda disco polo („Bierz co chcesz") • R2-D2 z „Gwiezdnych wojen" • Rodzaj samosądu • Słynny konkwistador hiszpański • Pseudonim Louisa Armstronga • Stolica Iranu • Jeden z parlamentarzystów • Można go oblać • Bobby, występował z Boney M. • Część kwiatu... na trunki • Roślina ozdobna; płomyk • Niemiecka maszyna szyfrująca, której system szyfrowy złamali Polacy • Film Romana Polańskiego, z Harrisonem Fordem w roli głównej • Składany nożyk; kozik • Obraz w lustrze • Atrakcja turystyczna na granicy kanadyjsko-amerykańskiej • Kostka łącząca przewody w instalacjach elektrycznych (... instalacyjna) • Film Alana Parkera (Nicolas Cage) • Rzeka w Pradze • Pocisk podwodny w kształcie cygara • Beznoga jaszczurka podobna do węża • „... ... – Taniec zmysłów", film muzyczny (dwa wyrazy)



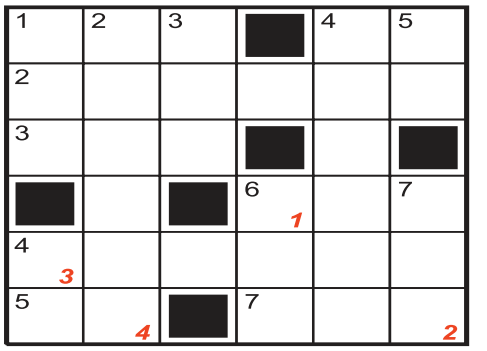
6. KRZYŻÓWKA OD A DO Ż

Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Litery z pól z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie - termin z języka polskiego.

A) Na końcu modlitwy „Ojcze Nasz" (4). **B)** Lider grupy U2 (4). **C)** Polski taniec ludowy (8). **D)** Kostium treningowy (4). **E)** Krzywa płaska z ogniskami (6). **F)** Lech (zm. 2003), 1991-95 sekretarz stanu w Kancelarii Prezydenta RP Lecha Wałęsy. **G)** Kobieta w stroju Ewy (4). **H)** Ciosy zadawane z dołu (4). **I)** Mieszkanie z lodowych bloków (4). **J)** Muzyka Duka Ellingtona (4). **K)** Halina ..., rola Marzeny Kipiel-Sztuki (7). **L)** Kontuar w sklepie (4). **Ł)** Szpalty, strony gazety (4). **M)** Tygrysiątko lub lwiątko (5). **N)** Trucizna w bibułce (8). **O)** Marka Procter & Gamble (4). **P)** Rodzinne miasto reżyserki Ewy Petelskiej, nad Wartą (6). **R)** Znana Anja lub znany Piotr (5). **S)** ... głodnego nie zrozumie (przysłowie) (4). **Ś)** Drzewo iglaste np. ... srebrzysty (6). **T)** Namiot w rezerwacie (4). **U)** Trauma (4). **W)** Budowle ze skrzydłami (8). **Z)** W spiżarni lub na macie (6). **Ż)** Satyra autorstwa Ignacego Krasickiego (4+5).

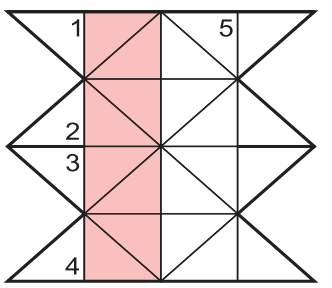
7. DWULITEROWA KRZYŻÓWKA MAGICZNA

Litery z pól ponumerowanych, napisane kolejno od 1 do 4, utworzą rozwiązanie.





Poziomo i pionowo:
1) Alan, reżyser („Wybór Zofii").
2) Dyscyplina, którą uprawiał Arnold Schwarzenegger.
3) Dziecko wręcza ją mamie 26 maja.
4) Osiedle Warszawy (anagram: Nina) ~ Handluje starymi książkami.
5) Danuta Siedzikówna (pseud.).
6) Niemetal o symbolu S.
7) Leczony syropem.



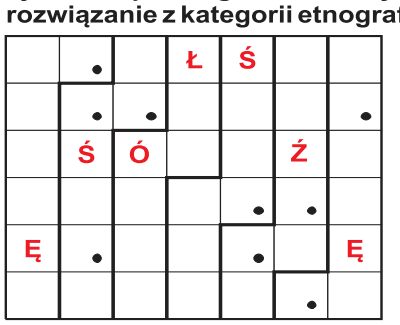
8. MOZAIKA Z AKTOREM

W kolorowej kolumnie powstanie rozwiązanie - imię i nazwisko aktora.

Poziomo:
1) Byłe miasto wojewódzkie nad Prosną.
2) Torba z planami.
3) Odpadek krawiecki; skrawek.
4) ... świata!, powiedzenie Popiołka.
Pionowo:
5) Ust na mrozie, twarzy ze złości.

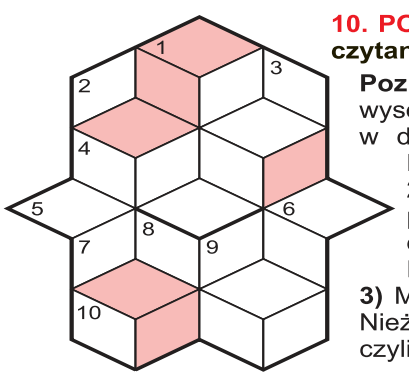
9. LUBELSKA KRZYŻÓWKA

Każdy odgadywany wyraz zawiera co najmniej jedną polską literę ujawnioną w diagramie. Litery z pól z kropką czytane rzędami, utworzą rozwiązanie z kategorii etnografia.



Pionowo i wzdłuż linii pogrubionych (w przypadkowej kolejności): Doktor z „Daleko od noszy. Reanimacja" (Szerlok Dżems) ~ ... Kołłątajowska ~ Opuchnięcie (med.) ~ Szeleszczący argument ~ Dolna, to żuchwa ~ „Chwytajcie", też buty z łyka ~ Podźwięk ~ Miasto nad Wisłą, z zamkiem krzyżackim ~ „Stołówka" dla zwierzyny łownej ~ Odgłos krzyżowanych szpad ~ Boża ...; biedronka ~ Miejsce pracy Hefajstosa (mit. gr.)

10. PO SCHODKACH. Litery z kolorowych pól, czytane kolejno rzędami, utworzą rozwiązanie.



Poziomo: 2) Owczy lub Żabi w Tatrach. **4)** ... wysokiego ciśnienia (meteor.). **7)** ... Szkarłatny, w drużynie Robin Hooda. **10)** Ryżówka.
Prawoskośnie: 1) ... Carrington z „Dynastii". **2)** „Daremne ..., próżny trud" (Asnyk). **5)** „Nie płacz ...", hicior. **9)** ... Marvin („Parszywa dwunastka").
Lewoskośnie: 1) ... Carrington z „Dynastii". **3)** Miękki ser pleśniowy. **6)** Klepacz z Formacji Nieżywych Schabuff. **8)** Coś trwa od ... czasu, czyli od bardzo dawna.

eprasa.pl 8c024284d4

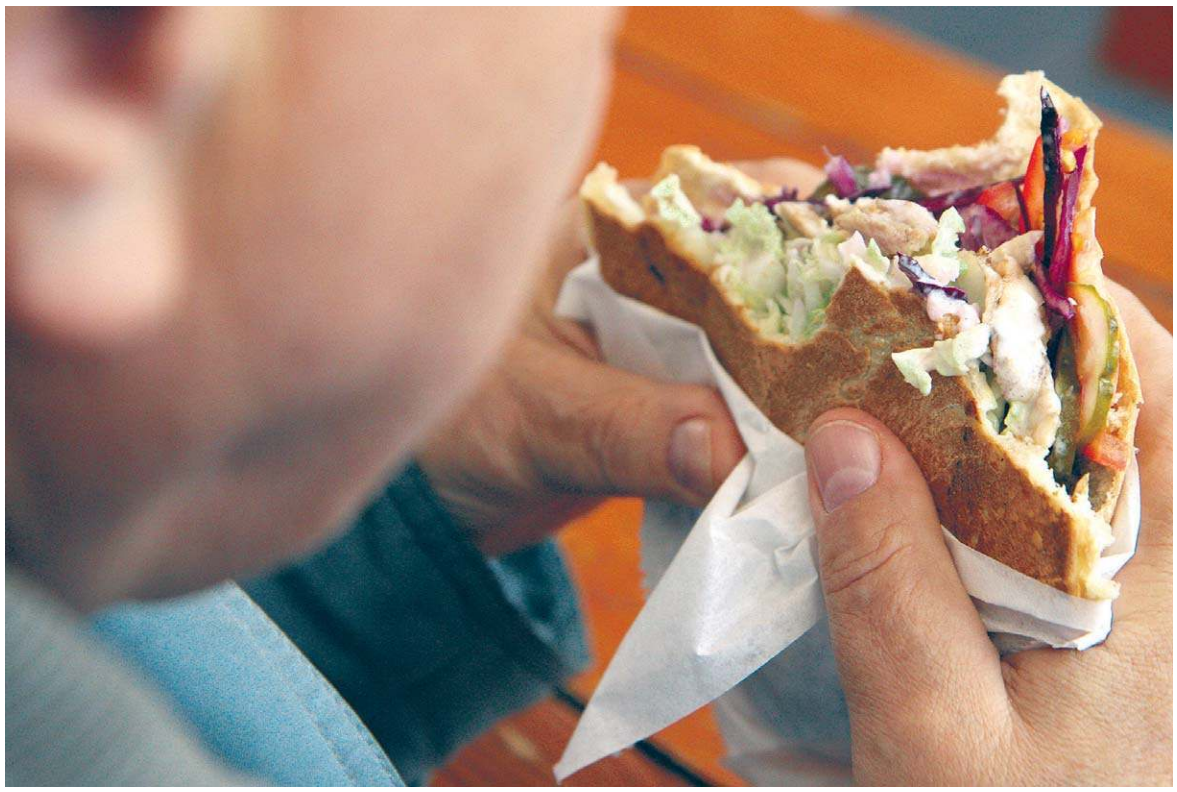
CHOROBA, KTÓRĄ TRZEBA LECZYĆ KOMPLEKSOWO

Trzy spojrzenia na

75 procent osób wraz z Nowym Rokiem ma postanowienie żeby schudnąć, albo żeby zdrowiej jeść. Tymczasem w P

Katarzyna Nakonieczna

Dziś nie ma już wątpliwości, że otyłość jest chorobą przewlekłą o złożonym podłożu biologicznym, hormonalnym i metabolicznym. Zwiększa ryzyko ponad 200 chorób, w tym m.in. cukrzycy typu 2, chorób sercowo-naczyniowych oraz niektórych nowotworów. Co istotne, w województwie lubelskim odsetek osób zmagających się z otyłością jest wyższy niż w innych regionach kraju (66 procent, a średnia krajowa to 60 procent). Zapotrzebowanie na specjalistów zajmujących się leczeniem tej choroby stale więc rośnie. O problemie otyłości rozmawiamy z trzema ekspertkami z regionu – lekarką obesitolożką, dietetyczką kliniczną oraz fizjoterapeutką i trenerką. Każda z nich patrzy na problem z innej strony, ale wszystkie podkreślają jedno: bez podejścia kompleksowego nie ma skutecznego leczenia, a samo „wstanie z kanapy" nie jest wystarczającą poradą w przypadku tej choroby.



LEKARZ

„Nie da się leczyć otyłości bez zadbania o psychikę"

Katarzyna Woźniak z Lublina jest lekarką zajmującą się leczeniem choroby otyłościowej. Znana jest również z działalności edukacyjnej w mediach społecznościowych, gdzie prowadzi profil „Mama i Stetoskop". Jak sama podkreśla, pokazuje tam medycynę w połączeniu z bardziej ludzkim, realistycznym podejściem do zdrowego stylu życia. – Mam świadomość, że osoby dorosłe, szczególnie rodzice, mają bardzo dużo obowiązków: pracę, dzieci, codzienne sprawy. Nie są w stanie codziennie trenować ani prowadzić idealnego trybu życia. Pokazuję więc, że drobnymi, realnymi zmianami można stopniowo poprawiać swoje zdrowie – mówi.

Lekarka edukuje na Instagramie, YouTubie, Facebooku i TikToku. W Lublinie prowadzi również przychodnię „Zapytaj Lekarza".

*** Łączysz leczenie otyłości z opieką nad zdrowiem psychicznym.**

– Tak, bo to kluczowe. Bardzo wielu pacjentów z chorobą otyłościową zmaga się jednocześnie z zaburzeniami psychicznymi – stanami lękowymi, zaburzeniami nastroju, depresją czy ADHD. Leczenie samej otyłości bez zadbania o te obszary przypomina próbę napełniania dziurawego wiadra. Trzeba zaopiekować się i ciałem i psychiką.

*** Czyli jedno może napędzać drugie.**

– W takich sytuacjach często bardzo trudno powiedzieć, co było pierwsze. Źródła problemów nierzadko sięgają dzieciństwa. Przykładowo: dziewczynka dorasta w domu, w którym mama przez całe życie jest na diecie, niezadowolona ze swojego ciała i skupiona na wyglądzie. To zostawia ślad. W dorosłym życiu u tej dziewczynki może rozwinąć się choroba otyłościowa. Oczywiście trzeba ją leczyć, bo nieleczona prowadzi do nadciśnienia, hipercholesterolemii czy zwiększonego ryzyka nowotworów. Ale jeśli skupimy się wyłącznie na masie ciała, a nie na obrazie własnego ciała i relacji z jedzeniem, problem wróci. Dlatego tak ważna jest równoległa praca z psychoterapeutą. Dopiero wtedy mamy szansę na trwałą remisję choroby otyłościowej, zmianę postrzegania własnego ciała i odejście od myślenia, że dieta jest karą. Jedzenie może być zdrowe, smaczne i wspólne – z rodziną, bez poczucia winy.

*** Dlaczego na Lubelszczyźnie problem z otyłością jest większy niż w innych regionach?**

– Przede wszystkim mamy tu starzejące się społeczeństwo. Rodzi się mało dzieci, jest mniej młodych osób, a choroba otyłościowa rozwija się głównie u dorosłych. U kobiet często nasila się po menopauzie, czyli około 50. roku życia, u mężczyzn nawet już po trzydziestce. Struktura demograficzna naszego regionu jest starsza niż w Polsce centralnej czy zachodniej, dlatego statystycznie odsetek osób z otyłością jest wyższy. Dodatkowo nadal mamy niedostateczną świadomość żywieniową – wiele nawyków wynosimy z domu, a posiłki są źle komponowane. Cieszę się jednak, że dziś Internet i rzetelna edukacja są bardziej dostępne. Można bezpłatnie nauczyć się, jak zwiększyć ilość białka w diecie czy jak lepiej komponować posiłki. Potrzebna jest tylko gotowość do zmiany.

*** Treści medycznych w Internecie jest coraz więcej. To szansa, ale też zagrożenie.**

– Największym problemem jest brak weryfikacji kompetencji twórców. W przypadku lekarzy istnieje Centralny Rejestr Lekarzy, który pozwala sprawdzić, czy dana osoba ma prawo wykonywania zawodu. W przypadku dietetyków takiego rejestru nie ma – ktoś po weekendowym kursie może nazwać się coachem diety. Dlatego warto sprawdzać wykształcenie i doświadczenie, a w razie wątpliwości skonsultować się bezpośrednio z profesjonalistą. Konsultacje online są dziś łatwo dostępne i bardzo ułatwiają weryfikację informacji.

*** Kiedy dietetyk, a kiedy lekarz?**

– Jeśli BMI wynosi 30 lub więcej, zdecydowanie warto zgłosić się do lekarza. Na tym etapie często pojawiają się już powikłania: insulinooporność, nadciśnienie, zaburzenia hormonalne, np. niedoczynność tarczycy. Jeśli ich nie zdiagnozujemy, redukcja masy ciała może być bardzo utrudniona. Leczeniem otyłości zajmują się lekarze różnych specjalizacji: rodzinni, interniści, endokrynolodzy, diabetolodzy. Warto jednak sprawdzić, czy dana osoba posiada dodatkową certyfikację, np. Polskiego Towarzystwa Leczenia Otyłości lub Polskiego Towarzystwa Badań nad Otyłością.

*** Jak wygląda ten proces?**

– Leczenie otyłości, szczególnie z wykorzystaniem farmakoterapii, trwa minimum rok. Potrzebujemy czasu nie tylko na redukcję masy ciała, ale też na wypracowanie trwałych, zdrowych nawyków. Na początku wykonujemy ba-



KATARZYNA WOŹNIAK



NATALIA OKOŃ



KAROLINA SZCZYGIEŁ

eprasa.pl 8c024284d4

otyłość

olsce z chorobą otyłościową zmaga się ponad 9 milionów osób.

dania laboratoryjne i USG jamy brzusznej, aby sprawdzić, czy leczenie farmakologiczne jest bezpieczne. Następnie dobieramy odpowiedni preparat. Obecnie bardzo dobre efekty dają analogi GLP-1, szczególnie u pacjentów, u których sama zmiana stylu życia nie była wystarczająca. U wielu osób problemem jest przewlekłe, silne uczucie głodu, które uniemożliwia pracę nad dietą. Farmakoterapia pomaga ten głód opanować. Kontrole odbywają się zwykle co trzy miesiące.

*** Jakie zmiany obserwujesz u pacjentów?**

– Dla mnie masa ciała jest drugorzędna. Najważniejsze są wyniki badań i jakość życia. Pacjent z nadciśnieniem wychodzi bez nadciśnienia, z hipercholesterolemią – z prawidłowymi wynikami. Każdy kilogram mniej to średnio 1 mmHg niższe ciśnienie.

Widzę też ogromne zmiany w codziennym funkcjonowaniu: pacjenci odzyskują energię, zaczynają chodzić po schodach, mają siłę bawić się z dziećmi i wnukami. Rośnie ich pewność siebie.Wielu pacjentów przez kilkanaście czy kilkadziesiąt lat doświadczało stygmatyzacji. Dziś mamy realne możliwości leczenia – farmakoterapię, chirurgię bariatryczną, wsparcie psychologiczne. To ogromna szansa.

DIETETYK:

„Nie ma jednej, idealnej diety"

Dr Karolina Szczygieł jest dietetyczką kliniczną i od 15 lat pracuje w indywidualnym poradnictwie żywieniowym.

– To wystarczająco długi czas, aby obserwować zmiany populacyjne, trendy żywieniowe i podejście do leczenia otyłości. Jednocześnie ogromnie zmieniła się sama dietetyka — zarówno metody pracy, jak i liczba dostępnych narzędzi. Dietetyka to niestety są mity i trendy. W tej ogromnej ilości podejść część jest prawidłowa, ale też część w ogóle nie oparta na medycynie i faktach.

*** Kto trafia do gabinetu dietetyka?**

– To bardzo zróżnicowana grupa: dzieci, młodzi dorośli, osoby w średnim wieku i seniorzy. Część pacjentów ma nadwagę lub otyłość, inni chcą po prostu jeść lepiej i bardziej świadomie. W praktyce rzadko chodzi wyłącznie o „zmianę diety" – częściej o znalezienie własnego, możliwego do utrzymania sposobu jedzenia. To, co przyniosły nam social media, to m.in. świadomość profilaktyki i widać, że wiele osób rzeczywiście chce coś zmienić, poprawić. Jako dietetyk kliniczny pracuję również z pacjentami z chorobami gastroenterologicznymi i endokrynologicznymi, gdzie kwestie żywieniowe bardzo często łączą się z nadmierną masą ciała.

*** Skąd biorą się problemy z otyłością z Twojej perspektywy?**

– Najczęściej z połączenia wielu czynników. Żyjemy szybko, w stresie, jemy w pośpiechu i często za dużo. Czasem dlatego, że nie znamy innych rozwiązań, a czasem dlatego, że nikt nas tego nie nauczył. Dochodzą do tego choroby współistniejące, środowisko i dominujące trendy żywieniowe.

*** Jak oceniasz nawyki żywieniowe Polaków?**

Trudno wyciągnąć jakiś ogólny wniosek. To zależy od miejsca w którym mieszkamy, od poziomu wykształcenia, wieku, płci. W social mediach coraz częściej widzimy młodego dorosłego, żyjącego w dużym mieście najczęściej, który interesuje się dobrym jedzeniem. To na pewno nie jest odzwierciedlenie tego, jak to populacyjnie wygląda w Polsce. Nie mówię, że to jest złe. Na pewno ważny jest tutaj kulturowy aspekt z którym się spotykamy i którego zmiana zajmie wiele lat. Zawsze jednak można znaleźć wiele pozytywów takiego, a nie innego jedzenia. Na pewno nie ma jednej opcji.

*** Samo słowo „dieta" bywa odstraszające.**

– Bo kojarzy się z wyrzeczeniami. Tymczasem dieta to po prostu sposób jedzenia. Jeśli zaczniemy tak o niej myśleć, łatwiej zrozumiemy jej sens. To coś długofalowego, „bycie na diecie" jest zwykle chwilowe. Nie istnieje jeden idealny sposób jedzenia. Musi on być dopasowany do możliwości, stylu życia i preferencji danej osoby. Jedzenie powinno sprawiać przyjemność – inaczej zmiany nie będą trwałe.

*** A co sądzisz o postach, restrykcyjnych metodach odchudzania?**

– Post przerywany czy bardzo restrykcyjne diety są dziś bardzo popularne. Badania nie pokazują, aby były skuteczniejsze od klasycznej diety redukcyjnej. U niektórych osób się sprawdzają, ale nie są rozwiązaniem uniwersalnym. Zbyt restrykcyjne zasady powodują, że cały czas myślimy o jedzeniu i zakazach. To sprzyja szybkiemu porzuceniu diety i poczuciu porażki. Elastyczne podejście daje największą szansę na trwałą zmianę.

FIZJOTERAPEUTA:

„Małe kroki są kluczem do trwałej zmiany"

Natalia Okoń jest fizjoterapeutką na końcowym etapie studiów, masażystką oraz trenerką kobiet w ciąży, po porodzie i w okresie okołoporodowym. Działa również edukacyjnie w mediach społecznościowych.

– Moje własne doświadczenia nauczyły mnie, że w sporcie i diecie nie można popadać w skrajności. Trenowałam za dużo i jadłam za mało, co odbiło się na moim zdrowiu hormonalnym. Dziś chcę pokazywać, że zdrowie to równowaga. Aktywność fizyczna ma ogromne znaczenie w kontekście otyłości. Buduje nawyki, ale to proces długofalowy. Nie ma magicznych rozwiązań ani dróg na skróty. Zasada małych kroków jest kluczowa. Nadmierna masa ciała obciąża stawy, dlatego rzucanie się od razu na intensywne treningi może skończyć się kontuzją. Lepiej zacząć od marszu, krótkich dystansów i stopniowo zwiększać obciążenie. To samo dotyczy diety – nie zaczynamy od drastycznych deficytów. Małe, konsekwentne zmiany prowadzą do trwałych efektów.

MITY I FAKTY

MIT 1: „Wystarczy mniej jeść i więcej się ruszać."

FAKT: Otyłość to zaburzenie regulacji masy ciała – nie kwestia charakteru.

MIT 2: „Diety działają."

FAKT: Większość osób wraca do wyjściowej wagi w ciągu 2 – 5 lat.

MIT 3: „Leki na otyłość są drogą na skróty."

FAKT: GLP-1 to element nowoczesnego leczenia choroby przewlekłej.

MIT 4: „Otyłość to tylko wygląd."

FAKT: To choroba zwiększająca ryzyko poważnych powikłań.

MIT 5: „Jak schudnę, to będę zdrowa."

FAKT: Leczenie nie kończy się na redukcji – to proces długoterminowy.



Doktor n. med. Dominika Nowakowska prezentuje działanie nowego urządzenia do szkolenia lekarzy

FOT. AUTOR

NA POMOC WCZESNIAKOM

Ćwiczy lekarzy okulistów

Pani doktor n. med. Dominika Nowakowska, specjalistka okulistyki dziecięcej, zakłada gogle VR i zaczyna badać wirtualnego wcześniaka. Dzięki wziernikom i interaktywnemu szkoleniu lekarze bezpiecznie szkolą się w poszukiwaniu objawów retinopatii wcześniaczej – rzadkiej choroby dotykającej siatkówkę noworodków urodzonych przed czasem. Symulator został przekazany przez Wielką Orkiestrę Świątecznej Pomocy i jest doskonałym narzędziem w szkoleniu lekarzy, bez stresu małych pacjentów.

Paweł Puzio

Retinopatia wcześniacza to choroba niedojrzałej siatkówki oka u wcześniaków, wynikająca z nieprawidłowego unaczynienia. Może prowadzić do poważnych zaburzeń widzenia, a nawet ślepoty, jeśli nie zostanie wcześnie wykryta i leczona.

– To niesamowite urządzenie pozwala nauczyć się prawidłowo wykonywać badanie, poznać chorobę i prześledzić kilka stadiów jej rozwoju. Przygotowuje młodych lekarzy do pracy z pacjentem – tłumaczy doktor Nowakowska, z Kliniki Okulistyki Ogólnej i Dziecięcej w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym nr 1 w Lublinie. – W aparacie przygotowany jest cały trening badani w kierunku retinopatii wcześniaczej, który nie pozwala przejść do kolejnych etapów, jeśli nie zostaną zaliczone poprzednie. Wymaga szybkości, sprawności, mierzy wiele parametrów i podsumowuje wynik. Dopiero kiedy lekarz uzyska odpowiednie wyniki, zostaje przepuszczony do kolejnego etapu.

– Widzę wcześniaka – opisuje doktor. – To bardzo małe dzieci, poniżej 32. tygodnia życia, ważące mniej niż 1800 gramów. Badanie przeprowadza się u maluszków z wadami złożonymi lub u tych, u których neonatolodzy oceniają wysokie ryzyko retinopatii wcześniaczej – dodaje. Symulator ma również funkcję szkolenia w przeprowadzaniu laserowych zabiegów w obrębie oka. Kosztuje blisko 600 tysięcy złotych.

Podczas badania lekarz ogląda dno oka, nerw wzrokowy, plamkę żółtą, arkady naczynowe i brodawki. Symulator pozwala ćwiczyć diagnostykę tak, jak w dużych ośrodkach z doświadczonymi specjalistami i chirurgami.

– To najnowszy model sprzętu, najwyższa generacja symulatora do diagnostyki i terapii retinopatii wcześniaczej. Jesteśmy jednym z pierwszych ośrodków w Europie dysponujących tym symulatorem – mówi prof. dr hab. n. med. **Robert Rejdak**, kierownik Kliniki Okulistyki Ogólnej i Dziecięcej w Uniwersyteckim Szpitalu Klinicznym nr 1 w Lublinie.

Nie jest to pierwszy sprzęt przekazany lubelskiej okulistyce przez WOŚP. – Jesteśmy niezwykle wdzięczni Wielkiej Orkiestrze Świątecznej Pomocy. To już kolejny, bardzo wartościowy aparat, który otrzymaliśmy. Wcześniej dostaliśmy mikroskopy operacyjne, aparaty diagnostyczne oraz sprzęt do operacji wewnątrzgałkowych. Łączna wartość przekazanego sprzętu przekracza 6 milionów złotych. To niezwykle cenna pomoc, która codziennie służy naszym pacjentom – podkreśla prof. Rejdak.

Przypomnijmy, że 34. finał WOŚP w tym roku odbywa się pod hasłem: „Zdrowe brzuszki naszych dzieci". Orkiestra zagra 25 stycznia.

eprasa.pl 8c024284d4

Od 17 stycznia droższa woda i ścieki

MPWIK: PODWYŻKI MINIMALNE Od 17 stycznia 2026 roku w Lublinie zaczną obowiązywać nowe taryfy za wodę i odprowadzanie ścieków. Zmiany dotyczą odbiorców obsługiwanych przez Miejskie Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji, a także wybranych rejonów w gminach **Konopnica, Głusk** i **Jastków**. Decyzję o skróceniu dotychczasowych taryf i zatwierdzeniu nowych wydał 31 grudnia dyrektor Regionalnego Zarządu Gospodarki Wodnej PGW Wody Polskie.

Nowe stawki zostały ustalone na trzy lata. W pierwszym roku łączna cena za wodę i ścieki wzrośnie o 4,4 proc., w drugim o 2,6 proc., a w trzecim o 1,5 proc. Dla przeciętnego mieszkańca zużywającego 2,9 m sześc. wody miesięcznie oznacza to podwyżkę rachunku o około 1,50 zł netto w pierwszym roku, 0,93 zł w drugim i 0,55 zł w trzecim.

MPWiK tłumaczy, że korekta cen wynika z rosnących kosztów pracy, obciążeń publicznoprawnych oraz konieczności inwestycji w bezpieczeństwo i modernizację infrastruktury wodno-ściekowej. Spółka podkreśla, że taryfy zostały skalkulowane na „minimalnym możliwym poziomie", tak aby z jednej strony chronić interesy mieszkańców, a z drugiej zapewnić ciągłość dostaw wody i odbioru ścieków.

Szczegółowe stawki zostaną opublikowane na stronie MPWiK.

ADMA

Coś dla babć i dziadków

Lublin po raz kolejny zaprasza seniorki i seniorów do wspólnego świętowania Dnia Babci i Dziadka. Tegoroczny program obejmuje koncerty, spotkania tematyczne, zwiedzanie Muzeum Narodowego w Lublinie oraz wizytę w parku świateł Lumina Park. Obchody rozpoczną się w niedzielę, 18 stycznia, i potrwają do piątku, 23 stycznia.

– Zbliżające się Dni Babci i Dziadka to doskonała okazja, by zaprosić najstarszych mieszkańców do aktywnego spędzania czasu. Przygotowaliśmy różnorodne atrakcje, które łączą kulturę, edukację i integrację – mówi **Anna Augustyniak**, zastępca prezydenta Lublina ds. społecznych.

Świętowanie rozpocznie się „Recitalem Chopinowskim", który odbędzie się w niedzielę o godz. 15 w sali koncertowej Szkoły Muzycznej im. Tadeusza Szeligowskiego. Wystąpi pianistka **Natalia Zaleska**, laureatka Ogólnopolskiego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina. Bezpłatne wejściówki będzie można odebrać od środy, 14 stycznia, w Wydziale Inicjatyw i Programów Społecznych Urzędu Miasta Lublin.

W poniedziałek zaplanowano spotkanie z cyklu „Herbatka u Władka – Dbamy o zdrowie". Specjalistki z Uniwersytetu Medycznego w Lublinie poruszą tematy związane z pielęgnacją skóry dojrzałej, estetyką, stylizacją oraz problemami podologicznymi. Wydarzenie rozpocznie się o godz. 10 w Hotelu Arche Lublin. Obowiązują zapisy telefoniczne.

Wtorek upłynie pod znakiem wizyt w Muzeum Narodowym w Lublinie. Seniorzy będą mogli zwiedzić Kaplicę Trójcy Świętej oraz wystawę czasową „Monachijczycy", korzystając ze specjalnych cen biletów. Zapisy prowadzi Dział Edukacji muzeum.

W środę seniorki i seniorzy zostaną zaproszeni na koncert przygotowany przez uczniów i nauczycieli wspomnianej Szkoły Muzycznej. W programie znajdą się utwory wokalne i instrumentalne w wykonaniu młodych muzyków. Bezpłatne bilety będzie można odebrać w urzędzie miasta.

Czwartek to kolejne wydarzenie z cyklu „Spotkanie ze sztuką". W Urban Lab Lublin odbędzie się prelekcja poświęcona **Adamowi Chmielowskiemu** – powstańcowi, artyście i świętemu, którą poprowadzi kuratorka Muzeum Narodowego w Lublinie Anna Czajczyk.

Finałem obchodów będzie piątkowy spacer po Lumina Park w Ogrodzie Botanicznym UMCS. Seniorzy odwiedzą park świateł, gdzie czeka na nich ponad 150 iluminacji inspirowanych „Alicją w Krainie Czarów". Bezpłatne wejściówki będą wydawane od 19 stycznia w Wydziale Inicjatyw i Programów Społecznych.

KATARZYNA NAKONIECZNA

30 pomysłów na deszczówkę

ZIELONY BUDŻET Ogrody deszczowe, zielone parkingi, niecki bioretencyjne i błękitno-zielone ulice – mieszkanki i mieszkańcy Lublina nie próżnowali. W tegorocznym naborze do Zielonego Budżetu „Zielona retencja" zgłoszono 30 projektów. Teraz wszystkie propozycje trafią pod lupę urzędników i ekspertów. Ostateczną listę inwestycji wybranych do realizacji poznamy w marcu.

Ismena Cieśla

Dziękujemy za wszystkie pomysły i duże zaangażowanie mieszkańców w polepszanie przestrzeni publicznej. Choć tematyka zielonej retencji może wydawać się specjalistyczna, mieszkanki i mieszkańcy Lublina po raz kolejny pokazali, że doskonale rozumieją wyzwania, przed którymi stoi miasto. Najwięcej zgłoszonych projektów dotyczyło ogrodów deszczowych, czyli zielonych rozwiązań, które pozwalają zatrzymywać i wykorzystywać wody opadowe w miejscu ich powstania, a jednocześnie dzięki nasadzeniom ozdobnych roślin poprawiają estetykę i mikroklimat w mieście – mówi **Tomasz Fulara**, zastępca prezydenta Lublina ds. Inwestycji i Rozwoju.

Nabór projektów do IX edycji Zielonego Budżetu prowadzony był online od 16 grudnia do 11 stycznia za pośrednictwem platformy decyduje.lublin.eu. Tegoroczna odsłona programu koncentruje się na zielonej retencji, czyli m.in. zagospodarowaniu wód opadowych, tworzeniu ogrodów deszczowych oraz rozwoju błękitno-zielonej infrastruktury w miejskiej przestrzeni. Zgłoszone projekty obejmują niemal całe miasto – od Śródmieścia, przez Czechów, Czuby i Rury, po Konstantynów, Sławinek, Bronowice czy Ponikwodę. Wśród propozycji są zarówno kameralne ogrody deszczowe przy ulicach i instytucjach kultury, jak i większe działania w parkach czy wąwozach.



Jeden z ogrodów deszczowych w Lublinie powstał przy Centrum Kultury FOT. DW ARCHIWUM

Zgodnie z harmonogramem, do końca stycznia potrwa ocena formalna zgłoszonych wniosków. Przeprowadzi ją Zespół Zadaniowy ds. Zielonego Budżetu, w którego skład wchodzą architekci krajobrazu z Wydziału Zieleni i Gospodarki Komunalnej oraz przedstawiciele innych wydziałów i jednostek Urzędu Miasta Lublin. Podczas weryfikacji sprawdzana będzie m.in. zgodność projektów z miejscowymi planami zagospodarowania przestrzennego lub studium, przebieg infrastruktury podziemnej i naziemnej, własność działek, planowane inwestycje i remonty oraz zgodność z tematyką Zielonego Budżetu i obowiązującymi przepisami. Po zakończeniu tego etapu autorzy projektów będą mogli odwołać się od wyników oceny formalnej.

Projekty, które przejdą pozytywnie ten etap, trafią następnie do Panelu Ekspertów. To on wskaże najbardziej priorytetowe i najciekawsze propozycje do realizacji w ramach tegorocznej edycji Zielonego Budżetu.

ISMENA CIEŚLA

ZGŁOSZONE PROJEKTY

Ratuszowy Zielony Parking – **Śródmieście** ● Zielona retencja wzdłuż ul. Pogodnej – niecka bioretencyjna, nowe drzewa i przestrzeń społeczna – **Bronowice** ● Zielony RozBeton Wolności – **Śródmieście** ● Zielona Świętoduska – **Śródmieście** ● Ogród deszczowy na Sikorskiego pod wiaduktem – **Sławinek** ● Ogród deszczowy w Parku Czechów – **Czechów Północny** ● Czechów dba o wodę – **Czechów Południowy** ● Dolna Panny Marii łapie wodę – **Śródmieście** ● Skwerek przy Handlowej – **Głusk** ● Woda na trawnik nie do ścieków – **Śródmieście** ● Park Jana Pawła II liderem w łapaniu wód opadowych – **Czuby Południowe** ● Park Jana Pawła II liderem w łapaniu wód opadowych cz. 2 – **Czuby Południowe** ● Park Jana Pawła II liderem w łapaniu wód opadowych cz. 3 – **Czuby Południowe/Północne** ● Ogród deszczowy na ul. Chopina – **Śródmieście** ● Uliczne zagospodarowanie deszczówki na ul. M. Curie-Skłodowskiej – **Śródmieście** ● Ogrody deszczowe w Parku Rury – **Czuby Północne/Rury** ● Podwórka ulicy Lubartowskiej otwarte na retencję – **Śródmieście** ● Wąwóz Pokoleń z ogrodem deszczowym – **Rury** ● Ogród deszczowy na ul. Weteranów – **Wieniawa** ● Ogród deszczowy przy Centrum Kultury – **Śródmieście** ● Zmieniamy kałuże i błotko na kwiatki – ogród deszczowy przy ul. Bohaterów Monte Cassino – **Konstantynów** ● Błękitno-zielona Ciepła – **Za Cukrownią** ● Dzieciaki z retencją za pan brat – Śródmieście ● Ogród deszczowy na Nałęczowskiej – **Konstantynów** ● Ogród deszczowy na Jagodowej – **Ponikwoda** ● Żabie Oczko w Parku Helenów – **Sławinek** ● Zielona duma targu i biblioteki – **Bronowice** ● Ogród deszczowy przy Głębokiej – **Rury** ● Morwowa i Wojciechowska nie płyną – **Konstantynów** ● Żwirki i Wigury – nowa jakość przestrzeni – **Śródmieście**

Filipiny na deptaku!

ZACZĘLI OD LITWY Pierwsze połączenie nawiązano z Wilnem. Międzynarodowa sieć Portali rozwija się w spektakularnym tempie i już od czwartku będziemy mogli połączyć się z kolejnym odległym miejscem na świecie, nie ruszając się z Lublina. To Manila – stolica Filipin. Pierwsze połączenie punktualnie o godzinie 11.

PORTAL to innowacyjna instalacja multimedialna, której pomysłodawcą jest litewski artysta Benediktas Gylys. Jej celem jest symboliczne przekraczanie granic między krajami, kulturami i ludźmi. Projekt został uruchomiony w 2021 roku i od tego czasu sukcesywnie rozwijany.

Dziś sieć PORTALI obejmuje już sześć lokalizacji: Lublin, Wilno (od kwietnia możemy oglądać urokliwe Stare Miasto, ponieważ portal został przeniesiony), Dublin, Filadelfię, Ipswich oraz... Międzynarodową Stację Kosmiczną. Po stronie polskiej operatorem projektu są Ośrodek Międzykulturowych Inicjatyw Twórczych „Rozdroża" oraz Miasto Lublin, które aktywnie wspierają ideę międzynarodowego dialogu poprzez sztukę i technologię.

OPRAC. IC

eprasa.pl 8c024284d4

PERSONALIA

Nowy dyrektor Cementowni Chełm

Karol Czubara objął stanowisko dyrektora Cementowni Chełm. Zastąpił **Tadeusza Radzięciaka**, który zakończył karierę zawodową i przeszedł na emeryturę. Czubara będzie również pełnił funkcję członka zarządu Cemex Polska. – Objęcie kierowania Pionem Produkcji i Technologii Cementu oraz Cementownią Chełm traktuję jako zaszczyt i zobowiązanie. Wraz z zespołem będziemy umacniać kulturę bezpieczeństwa i doskonałość operacyjną, jednocześnie konsekwentnie realizując cele biznesowe, w szczególności te związane z ochroną środowiska, w tym dekarbonizacją, oraz dalszą redukcją kosztów w celu poprawy rentowności działalności. Czerpiąc z dorobku ustępującego dyrektora, chcę, aby nasze zakłady cementowe w Polsce pozostawały bezpiecznymi i nowoczesnymi miejscami pracy, a jednocześnie były odpowiedzialnymi i dobrymi partnerami dla lokalnych społeczności oraz regionów, w których funkcjonują – powiedział po nominacji.

Nowy dyrektor pracuje w Grupie Cemex od 2004 r. Od 2009 r. był menadżerem, a następnie dyrektorem Pionu Produkcji i Technologii Cementu w Cemex Czechy oraz dyrektorem Cementowni Cemex w Prachovicach.



Karol Czubara (z prawej) objął stanowisko dyrektora Cementowni Chełm. Zastąpił Tadeusza Radzięciaka

FOT. CEMEX

Dominik Małys na czele MOSiR

Zmiana na szczycie Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji w Chełmie nie jest tylko roszadą kadrową. To sygnał, że miasto wchodzi w etap intensywnej przebudowy sportowej rzeczywistości. **Dominik Małys** objął funkcję p.o. dyrektora MOSiR, zachowując jednocześnie stanowisko wiceprezesa Chełmskiego Klubu Sportowego. Zastąpił na tym stanowisku **Bogusława Kudelskiego**, który został pierwszym zastępcą dyrektora MOSiR. Nowy szef miejskiej jednostki jeszcze niedawno rozpoczął pracę w ośrodku jako specjalista ds. kontaktów ze stowarzyszeniami sportowymi (1/2 etatu). W tle kadrowych roszad są wielkie inwestycje, zawodowy sport i ambicje, które wykraczają daleko poza lokalny wymiar. Decyzja o powierzeniu Małysowi nowej roli ma wymiar znacznie szerszy niż personalny. Jej celem jest zacieśnienie współpracy między MOSiR-em a Chełmskim Klubem Sportowym, co w najbliższych miesiącach będzie kluczowe dla funkcjonowania chełmskiego sportu zawodowego. Największym wyzwaniem jest uruchomienie Lubelskiego Centrum Piłki Nożnej – kompleksu obejmującego trzy boiska treningowe i nowy stadion, który stanie się domem Chełmianki. To projekt wymagający precyzyjnej koordynacji logistycznej, organizacyjnej i operacyjnej pomiędzy klubem a miejską jednostką zarządzającą infrastrukturą.

Drugim filarem tej układanki jest siatkówka na najwyższym poziomie. Drużyna InPost ChKS Chełm rywalizująca w PlusLidze, rozgrywa swoje mecze w Miejskiej Hali Sportowej, która znajduje się w zarządzie MOSiR-u. Utrzymanie obiektu w standardzie wymaganym przez najwyższą klasę rozgrywkową to nie tylko kwestia zaplecza technicznego, ale też sprawnego zarządzania, komfortu kibiców i organizacji wydarzeń na poziomie ogólnopolskim.

KAMPOM



FOT. DOMINIK MAŁYS/FB



Przyszłość przychodni w Poniatowej budzi obawy. Mieszkańcy pytają o dostęp do lekarzy w najbliższej przyszłości

FOT. GOOGLE STREET

Zdrowotne obawy w Poniatowej

BRAK INFORMACJI BUSZI NIEUFNOŚĆ Niepokój wokół przyszłości przychodni przy ul. Młodzieżowej stał się jednym z głównych tematów ostatnich tygodni w Poniatowej. Wielu mieszkańców zgłasza obawy związane z planowanym ograniczeniem funkcjonowania placówki, która obecnie zapewnia podstawową opiekę medyczną w ramach Narodowego Funduszu Zdrowia.

Kamil Piwowarczyk

Przychodnia działa jako filia podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) Powiatowego Centrum Zdrowia w **Opolu Lubelskim** i świadczy usługi lekarzy rodzinnych oraz pielęgniarek środowiskowych dla pacjentów, którzy złożyli deklarację wyboru tej przychodni. Podczas sesji Rady Miejskiej padły pytania o godziny pracy lekarzy, dostępność świadczeń oraz ewentualne kierowanie pacjentów do Opola. Sygnały te wywołały zdecydowane reakcje części radnych i uczestników sesji, którzy podkreślali, że dla seniorów, rodzin z dziećmi czy osób przewlekle chorych, każda zmiana oznaczająca dalszy dojazd do lekarza może stać się barierą trudną do pokonania.

Szczególne emocje wzbudził brak jednoznacznych informacji dotyczących przyszłości przychodni. Mieszkańcy zwracali uwagę, że nie wiedzą, jakie decyzje są planowane i czy placówka będzie działać w dotychczasowym zakresie. Ich zdaniem brak jasnej komunikacji rodzi nieufność i poczucie, że kluczowe sprawy są rozstrzygane bez udziału lokalnej społeczności.

Do obaw odniósł się burmistrz Poniatowej **Paweł Karczmarczyk** podkreślając, że w rozmowach ze starostą opolskim nie było mowy o zamykaniu przychodni. Jednocześnie zaznaczył, że cała ochrona zdrowia zmaga się obecnie z poważnymi problemami finansowymi, co przekłada się na trudne decyzje organizacyjne i konieczność poszukiwania rozwiązań pozwalających utrzymać funkcjonowanie placówek medycznych.

TO BYŁA ŚWIADOMA DECYZJA

Swoją opinię przekazał też **Michał Kramek**, były członek zarządu powiatu opolskiego, który uczestniczył w procesie tworzenia przychodni w Poniatowej. Publicznie podkreślił swoje niezadowolenie z obecnej sytuacji związanej z placówką. – Utworzenie podstawowej opieki zdrowotnej w Poniatowej nie było działaniem przypadkowym. Od samego początku celem było rozszerzenie działalności spółki PCZ, pozyskanie nowych pacjentów oraz realne zwiększenie dostępności do świadczeń zdrowotnych dla mieszkańców Poniatowej i całego powiatu – przypomniał, dodając, że założenia te zostały jasno określone 4 marca 2022 r., przez ówczesne władze spółki oraz zgromadzenie wspólników. Była to świadoma decyzja podjęta w interesie mieszkańców. Jak podkreśla były członek zarządu, wszelkie próby ograniczania funkcjonowania przychodni stoją w sprzeczności z pierwotnymi ustaleniami. – Odejście od przyjętego kierunku oznaczałoby, że koszty oszczędności poniosą mieszkańcy. Szczególnie ci najsłabsi: seniorzy i osoby chore, dla których dojazd do lekarza w innym mieście nie jest prostą sprawą logistyczną, ale realnym wyzwaniem. Poniatowa zasługuje na szacunek, także w ochronie zdrowia – podsumował.

Zaplanowali mniejszy deficyt

KAZIMIERZ DOLNY Rada Miejska uchwaliła budżet gminy na 2026 rok. Zaplanowano dochody na poziomie ponad 60 mln zł. Deficyt ma sięgnąć niespełna 6,4 mln zł, podczas gdy rok wcześniej przekraczał 11 mln zł. Wszystko wskazuje na to, że głównym celem przyszłorocznego budżetu jest większa stabilność finansowa i zahamowanie tempa zadłużania gminy.

Największą część wydatków (ok. 30-32 procent) pochłonie oświata i wychowanie. Drugą istotną pozycją w budżecie jest transport i łączność, głównie drogi, na które przeznaczono około 18-20 procent wydatków. Wśród zaplanowanych inwestycji drogowych znalazły się m.in. przebudowy i utwardzanie dróg gminnych w **Bochotnicy, Skowieszynku, Wylągach** i **Witoszynie**. W samym Kazimierzu środki zabezpieczono zarówno na remonty konkretnych odcinków dróg, jak i na przygotowanie dokumentacji projektowych pod przyszłe inwestycje.

Około 12-14 procent budżetu stanowią wydatki na gospodarkę komunalną oraz wodę i kanalizację. Gmina planuje dalszą rozbudowę i modernizację sieci wodociągowej i kanalizacyjnej, szczególnie na terenach dotąd słabiej uzbrojonych infrastrukturalnie. Na pomoc społeczną i wsparcie rodziny przeznaczono około 10-11 procent budżetu, natomiast administracja publiczna pochłonie około 7-8 procent wydatków.

W budżecie nie zabrakło również środków na bezpieczeństwo publiczne, w tym funkcjonowanie i doposażenie Ochotniczych Straży Pożarnych, a także na kulturę, ochronę zabytków, sport i rekreację – łącznie po około 4-5 procent wydatków. Obsługa długu i rezerwy budżetowe to około 3-4 procent całości, mniej niż w roku poprzednim.

WERONIKA ZIARNICKA

Pół miliarda na tory i wielkie nadzieje

WŁODAWA Po latach zapowiedzi i niespełnionych obietnic projekt zaczyna nabierać realnych kształtów. Rewitalizacja linii kolejowej Chełm – Włodawa ma nie tylko przywrócić pociągi, ale na nowo wpisać miasto na komunikacyjną mapę regionu. Choć skala przedsięwzięcia robi wrażenie, emocje budzi również sposób dialogu z mieszkańcami.

Rewitalizacja linii kolejowej Chełm – Włodawa, realizowana w ramach programu Kolej+, to jedna z największych inwestycji infrastrukturalnych w historii miasta. Jej wartość przekracza 500 milionów złotych, a celem jest przeciwdziałanie wieloletniemu wykluczeniu transportowemu Włodawy i okolic. To projekt, który – jeśli zostanie zrealizowany zgodnie z planem – może stać się impulsem rozwojowym na kolejne dekady.

Kluczowym elementem przedsięwzięcia ma być modernizacja linii kolejowej nr 81 i doprowadzenie jej bezpośrednio do miasta. Projekt zakłada rozwiązania, które mają maksymalnie ograniczyć ingerencję w zabudowę mieszkaniową, tereny przyrodniczo wrażliwe oraz obszary problemowe hydrologicznie. Co istotne, w granicach Włodawy planowany jest wyłącznie ruch pasażerski, bez składów towarowych.

W ramach inwestycji mają powstać nowe przystanki: **Orchówek Glinki, Okuninka Białe** oraz **Włodawa Miasto**, zlokalizowany w rejonie **ul. Jasnej** – bliżej centrum i mieszkańców niż kiedykolwiek wcześniej. To oznacza łatwiejszy dojazd do pracy i szkół, impuls dla turystyki, większą atrakcyjność inwestycyjną oraz ekologiczną alternatywę dla transportu samochodowego.

KAMIL POMORSKI

eprasa.pl 8c024284d4

Propozycje na niedzielny obiad

ZUPA

Jarzynowa z brokułami

SKŁADNIKI: 1 litr wywaru z mięsa, 3 marchewki, 1 pietruszka, pół selera, 25 dag ziemniaków, 2 brokuły, 2-3 łyżki mąki, koperek, sól, pieprz, śmietana na smak.

WYKONANIE: ziemniaki pokroić w kostkę, dodać pokrojone warzywa, zalać wywarem i ugotować. Pod koniec gotowania dodać różyczki brokułów. Zaprawić śmietaną wymieszaną z mąką, zagotować i doprawić do smaku. Przed podaniem posypać posiekanym koperkiem.

lub kartoflanka

SKŁADNIKI: 1 kg ziemniaków, 20 dag boczku wędzonego, listek laurowy, ziele, pieprz sól, zielenina do smaku.



FOT. WALDEMAR SULISZ

WYKONANIE: boczek pokroić w kostkę, podsmażyć na złoty kolor, nie przypalić. Zalać przegotowaną wodą, żeby wydobyć smak sosu. Zaczekać, kiedy boczek będzie miękki.

Osobno ugotować ok.1,5 litra wody i wrzucić pokrojone ziemniaki w kostkę, dodać przyprawy, osolić do smaku. Kiedy ziemniaki będą miękkie, dodać boczek, pogotować jeszcze chwilę.

Na talerzu posypać zieloną pietruszką.

DRUGIE

Boczniaki jak schabowe

SKŁADNIKI: 4 duże boczniaki, 4 ząbki czosnku, 1 jajko, sól, pieprz, zielona pietruszka, masło, oliwa.

WYKONANIE: boczniaki dokładnie umyć i osuszyć. Obgotować 5 minut. Rozbić na desce jak schabowe. Doprawić solą z pieprzem. Natrzeć roztartym czosnkiem. Obtaczać w mące, jajku i bułce. Smażyć na złoto na maśle z oliwą. Podawać z pieczonymi kartoflami obficie posypane zieloną pietruszką i podlane masłem.

lub gęś na ostro

SKŁADNIKI: 4 udka z gęsi. Na glazurę: 10 łyżek sosu sojowego, 4 łyżki octu ryżowego, po 3 łyżki miodu i whisky, 1 posiekana cebula, 2 ząbki czosnku, łyżeczka starego imbiru, 1 łyżeczka sosu tabasco, 1 łyżeczka mąki ryżowej lub ziemniaczanej.

WYKONANIE: wymieszać składniki glazury, zalać mięso, włożyć na noc do lodówki.Wyjąć gęś z glazury, przełożyć do naczynia żaroodpornego, nakryć folią. Piec 1, 5 godziny w temperaturze w 200 stopni C. W połowie pieczenia przewrócić. Pozostałą glazurę gotować 5 minut, zagęścić mąką.

Smacznego.



Rosół na sieki

W 2010 roku śląski zespół Feet opublikował w serwisie YouTube piosenkę „Wodzionka". Bohaterem dzisiejszego odcinka jest wodzionka czyli zupa chlebowa, nazy

Waldemar Sulisz









Zupę chlebową gotuje się w całej Polsce. Wodzionka nosi malownicze nazwy: to sznelka, snelka, kura górnicza, kapłonek, kapłon, kapłun, kapłanek, rosopitek, rosół na siekierze, ślepy rosół, gapi rosół. Co takiego jest w tej prostej zupie, że tak smakuje? Przecież to czerstwy chleb, który zalewa się wodą lub bulionem, dodaje czosnek, cebulę, smalec, masło czy słoninę. Co ciekawe, zupę można gotować na jasnym lub ciemnym chlebie. Co ciekawe także zupa chlebowa występuje w wersji wytraWnej oraz słodkiej rozgotowanymi owocami (gruszki, śliwki, jabłka).

Zupa chlebowa to nie tylko polska specjalność. Chlebową jada się w Europie, na przykład w Toskanii (acquacotta i ribollita). W Portugalii podaje się chlebową z krewetkami. Duńska zupa øllebrød występuje z żytnim pieczywem rozgotowanym w piwie. Estońska leivasupp z żytnim pieczywem zachwyca głębią smaku, co osobiście w Estonii sprawdziłem.

Dziś prosta zupa chlebowa wchodzi do restauracji. Wchodzi na fali idei niemarnowania jedzenia, ceniona jest za prostotę sytość. Tak, polska chlebowa rozgrzewa i syci. Ale to jeszcze nie koniec. Chlebowa przybiera postać gęstej maczanki na mięsie, którą je się za pomocą kromek chleba. A dobra cebulowa na grzankach z żytniego chleba pokona każdy mróz. Podobnie jak kminkowa na żytnim chlebie. Czy zupa chlebowa **Magdy Gessler** na żytnim zakwasie.

NAJWAŻNIEJSZY JEST CHLEB

Bez konserwantów, który wyszedł spod ręki doświadczonego piekarza. A dokładnie jego skórka, w której kryje się smak i ta skórka oddaje go zupie. W ugotowaniu dwóch rodzajów zupy do dzisiejszego odcinka wykorzystałem dwa chleby, wypieczone przez Adam Ciszka z mojej rodzinnej Dębicy. – To nie jest praca, to pasja, która pcha nas do przodu. Powstają autorskie receptury wypiekane w małych partiach, z porządnych składników i w odpowiednim tempie, aż aż uzyskamy balans, którego szukamy – wtedy z dumą pokazujemy efekt naszej pracy – mówi **Adam Ciszek**.

Pierwszy chleb to „Kilimandżaro". Dla mnie najbardziej zaskakujący wypiek. To chleb pszenno żytni na żytnim zakwasie. Z dodatkiem prażonego żyta, słonecznika i owsa. Oraz węgla aktywnego, który nadają czarny kolor. Ma wyrazisty smak, głębokie palone nuty i jakiś rodzaj tajemnicy. Drugi chleb to „Spełnienie marzeń", pszenno żytni z chrupiącą skórką, miękki w środku. Dla mnie każda kromka ma smak dzieciństwa. W jakim kierunku poprowadzić zupy na tak rożnych chlebach. Oto przepisy.

ZUPA CHLEBOWA „KILIMANDŻARO"

SKŁADNIKI: 1,5 litra bulionu warzywnego lub drobiowego, 3 suszone grzyby, kilka ząbków czosnku, listek laurowy, ziele angielskie, 10 dag wiejskiej kiełbasy, 2 kromki chleba „Kilimandżaro", sól, pieprz, masło.

WYKONANIE: grzyby namoczyć na noc, następnie wlać do gotującego się bulionu, dodać przyprawy. Bulion odcedzić. Na talerzach ułożyć kromki czarnego chleba „Kilimandżaro", dodać plasterki wiejskiej kiełbasy na smak, zalać bulionem. Na każdy talerz zupy dodać po łyżeczce masła.

ZUPA CHLEBOWA „SPEŁNIENIE MARZEŃ"

SKŁADNIKI: 1,5 litra bulionu warzywnego, 2 cebule, masło, sól, pieprz, 3 kromki chleba „Spełnienie marzeń".

WYKONANIE: cebule przekroić, opiec na gazie. Chleb pokroić w kostkę, podsmażyć na maśle. Na talerzach położyć po jednej połówce cebuli, wrzucić grzanki, zalać bulionem. Można doprawić masłem oraz posypać startym żółtym serem. Kto chce mieć dobra chlebową może sobie upiec w domu chleb. Najpierw przepis na słynny chleb kodeński „Żarno".

HIT. CHLEB WIELSKI RAZOWY „ŻARNO"

Autentyczny przepis

SKŁADNIKI: 10 kg mąki razowej ciemnej, 5 litrów zsiadłego mleka , zakwas (3-4 szufelek mąki zalanych letnią wodą na 3-4 dni przed pieczeniem chleba).

WYKONANIE: do zakwasu dodać zsiadłe mleko i mąkę. Miesić. Kiedy wyrośnie, rozcięte ciasto nakładać na blachy. Piec w piecu chlebowym opalanym drewnem. Pieczenie trwa 1,5-2 godziny. Ważne: dużo ludzkiej życzliwości i miłości zarobionej w dzieży, wypieczonej na drwach w piecu wiejskim. (Zofia Sacharczuk, Kodeń)

CHLEB NA ŻURKU

SKŁADNIKI: na rozczyn: 1 kg mąki pszennej, 0,75 l wody, 5 dag drożdży.Na ciasto: 50 dag mąki żytniej, po 2 łyżki soli i cukru, 10 dag drożdży, 1 szklanka zakwasu na żur, 1/3 kostki margaryny Kasia, nasiona kminku, ziarna słonecznika, suszony tymianek.

WYKONANIE: do głębokiej miski wsypać składniki

eprasa.pl 8c024284d4

erze

Klip doczekał się prawie 3,5 miliona odsłon.
wana także rosołem na siekierze.





FOT. WALDEMAR SULISZ

ciasta i wymieszać. Dodać posiekaną margarynę. Wlać zakwas, wymieszać i wyrobić. Drożdże rozpuścić w letniej wodzie, dodać mąkę pszenną, wymieszać, odstawić rozczyn do wyrośnięcia. Rozczyn połączyć z ciastem właściwym i dodać rozdrobnione drożdże. Doprawić ziarnami i ziołami. Wyrobić i odstawić na pół godziny.

Ciasto przełożyć do natłuszczonych foremek. Powinno wypełniać foremkę do połowy. Posypać ziarnem. Odstawić do wyrośnięcia. Piec około 45 minut w temperaturze 220°C.Wyjąć, ostudzić i dopiero wyjąć chlebki. A teraz kolejne przepisy na zupy z chlebem.

CEBULOWA Z GRZANKAMI W CHLEBEM GRAHAM

SKŁADNIKI: 4 cebule, 1 litr bulionu warzywnego, 1 szklanka białego wina, 4 kromki chleba graham, oliwa, sól, pieprz, łyżka mąki.

WYKONANIE: cebule pokroić w talarki, oprószyć w mące i podsmażyć na oliwie, tak by plastry były złociste i chrupiące. Przełożyć do garnka, zalać bulionem i gotować na wolnym ogniu przez 20 minut. Kromki chleba pokroić w kostkę, podpiec na patelni. Do zupy dodać wino, doprawić i podawać z grzankami.

CZOSNKOWA Z CHLEBEM

SKŁADNIKI: 2 główki czosnku, 1 żółtko, 1 litr bulionu, po 2 kromki ciemnego chleba na osobę, masło, zielona natka pietruszki, 1 łyżka mąki, 1 łyżka oleju z pestek dyni.

WYKONANIE: z oleju i mąki sporządzić białą zasmażkę, rozprowadzić bulionem, zagotować i dodać roztarty czosnek. Podgotować, doprawić żółtkiem i pieprzem. Podawać z 2 kromkami ciemnego chleba posmarowanego masłem i obficie posypanego posiekaną natką pietruszki. Smacznego.

Przepisy z kolekcji prof. Jarosława Dumanowskiego

Szczególnie polecamy przepis na polskie hot - dogi z pieczarkami sprzed 200 lat. Cieszy się, że coraz więcej osób gotuje z profesorem.



FOT. ARCHIWUM J. D.

Jajka na niedzielę, przepis ze Lwowa z 1827 roku

Raguł z jaj. Ugotowawszy jaja twardo według potrzeby obierz ze skóreczki, porozkrawaj na połowę, poukładaj w rynkę, wlej słodkiej lub kwaśnej śmietany dodaj gałki muszkatołowej, pieprzu tłuczonego, soli, drobno usiekanej natki pietruszki, kawałek spory masła i zagotuj to wszystko wraz z jajami aż do zgęstnienia. Tak ugotowane jaja poukładaj kształtnie na półmisku, którego brzegi obłóż na twardo ugotowanymi jajami. Albo weź: upieczone w gorącym prysku jaja na twardo, obierz ze skorupek, pokrój w talerzyki, czyi krążki a podawszy utartej muszkatołowej gałki, soli, pieprzu tłuczonego, trybulki drobniutko nakrajanej i miałko utartego tymianku, zasmaż w maśle; zanurzywszy należycie, podlej cokolwiek grochowej zupy czyli rosołu i osól w miarę, tymczasem zaś wysmaruj półmisek trebulką, a wyłożywszy na takowy jak wyżej przygotowany raguł z jaj, wciśnij soku z cytryny, i daj gorącą na stół.

Rzepa armii generała Hallera. Przepis z 1918 roku

Rzepa po wiejsku
(Czas potrzebny: 2 godziny)
Porcja na 100 ludzi:
Rzepy 30 kg
Cebuli 2 kg
Słoniny w połciach 1,5 kg
Mąki przesianej 0,35 kg
Wody 10 litrów
Soli 0,3 kg
Pieprzu 15 g
Pęczków przypraw 1

A) Przygotowania wstępne. Obrać rzepę, opłukać ją, pokrajać w krążki, na centymetr grubości, jeśli rzepa jest podługowata, na półkrążki, jeśli rzepa jest szeroka. Obrać cebule, opłukać je i posiekać drobno. Oczyścić słoninę, poobcinać żółte części, oskrobać ją i opłukać, odjąwszy wpierw skórę. Przygotować pęczek przypraw.

B) Sposób pierwszy: włożyć słoninę do kotła, przetopić ją i rozgrzać. Włożyć mąkę, rozcierać kopyścią aż się przyrumieni. Dodać cebule i mieszać znowu przez 5 do 6 minut. Wlać wodę do kotła i bić prędko trzepaczką, żeby zaprawka dobrze się rozpuściła, zagotować.

Sposób drugi: włożyć w ten sos sól, pieprz, rzepę i pęczek przypraw. Gotować powolnym wrzeniem, aż rzepa się ugotuje. Podając, wyjąć pęczek przypraw. „

Klarowany kapuśniak, Kraków sprzed ponad stu lat

Kapuśniak klarowany. 1 kg mięsa, 1 kg cielęciny, ½ kg wędzonki i 1 kurę bez filetów (z których się robi knel) nastawić jak zwykle na rosół; po dwugodzinnem gotowaniu dodać włoszczyzny przyrumienionej na maśle i kwasu z kapusty, gotując jeszcze dwie godziny. Następnie kapuśniak ten odcedzić i zaklarować w ten sposób : przestudzić go, rozbić 3 białka z ¼ l wody zimnej, wlać do kapuśniaku, zamięszać i zagotowany odcedzić na serwetę. Z filetów kurzych zrobić knel.

Pomorskie niby „foie gras”, Grudziądz 1866 rok

Z foie gras z grasicą cielęcą. Farsz do foie gras, które można nabyć w delikatesach dużych miast, przygotowuje się w następujący sposób: bierze się funt tłustego mięsa wieprzowego, 10 łutów chudego mięsa wieprzowego, 10 łutów mięsa z udźca cielęcego i 10 łutów grasicy cielęcej. Wszystko to sieka się bardzo drobno i stawia na ogniu z ½ funta masła, 6-8 białymi przepołowionymi cebulami, ½ funta tartego parmezanu, niewielką ilością pieprzu mielonego i przesianego przez sito, solą, odrobiną tymianku, bazylii, twardzioszka i wedle gustu posiekanymi świeżymi pieczarkami. Wszystko to się smaży i przeciera przez cedzak.

Wątróbkę należy przez godzinę moczyć w osolonej wodzie. Następnie usuwa się cienką błonę, dzieli wątróbkę w miejscu zrośnięcia, usuwa włókna, osusza ją ściereczką i kroi na kawałki dowolnej wielkości, ale niezbyt małe. Te kawałki można wedle gustu naszpikować truflami pokrojonymi w paski o długości cala.

Farsz układa się w formie porcelanowej lub glinianej na przemian z kawałkami surowej wątróbki i ¼-½ funta świeżych trufli pokrojonych w plastry (w przypadku trufli suszonych bierze się najwyżej ¼ funta) i gotuje się na parze 1½ do 2 godzin.

Gotowy pasztet przekłada się do form, studzi, a następnego dnia zalewa smalcem. Jeśli pasztet ma być długo przechowywany, należy szczelnie zakleić formę.

Polskie hot-dogi z pieczarkami sprzed prawie 200 lat!

Przepis ze Lwowa. Pieczarki z chlebem. Weź pieczarek w potrzebnej ilości, oczyść i wypłucz doskonale, ugotuj w wodzie, wyjąwszy z wody, włóż w czystą serwetę, aby obeschły. Przesmaż potem takowe w maśle z solą, dodawszy białego pieprzu i bulionu, gdy się ugotują, utrzyj na tarku skórkę z bułek mątowych; bułki zaś same wydrąż, wlej nieco śmietanki słodkiej do sosu, zwanego ragout, nalej tym wydrążone bułki i przypraw na gorąco. Jeżeli chcesz, aby sos z pieczarkami biały pozostał, dodaj jaj, cokolwiek kwiatu muszkatołowego i wymieszaj z słodką śmietaną, tak urządzone pieczarki możesz dać jako przekąskę lub ragout, jak przyzwoiciej być osądzisz. Jeżeli nie masz małych pieczarek, natenczas weź cokolwiek większych, i pokraj je w kawałeczki, które wszelako parę razy w wodzie należycie być powinny.

Więcej staropolskich receptur, porad, wiadomości historycznych i inspiracji na autorskiej stronie prof. Jarosława Dumanowskiego: www.facebook.com/ kuchnia staropolska

eprasa.pl 8c024284d4





Puchar w gabl

W BEŁCHATOWIE CZAS NA REWANŻ Najpierw była radość w
Dwie doby później, trzeba było przełknąć gorycz porażki, na szcz
Bogdanka LU

Jarosław Czepiński

Mistrzowie kraju jadą do Bełchatowa z podwójną motywacją. Po pierwsze, muszą powiększyć dorobek punktowy po wtorkowej, nieoczekiwanej porażce u siebie z InPost ChKS Chełm. Liczba porażek w lidze wrosła do czterech. Oprócz beniaminka z Chełma punkty lubelskiej ekipie w tym sezonie w rozgrywkach PlusLigi odebrały do tej pory jeszcze PGE GiEK Skra Bełchatów, Aluron CMC Warta Zawiercie i Asseco Resovia Rzeszów. Warta i Resovia wygrały po 3:2, zespół z Bełchatowa – 3:1.

I to właśnie porażka przed własną publicznością ze Skrą będzie drugim motywatorem **Marcina Komendy** i spółki. Pierwsze starcie lublinian z jedną z najbardziej utytułowanych polskich drużyn było bardzo zacięte i emocjonujące. Zostało rozegrane w ramach czwartej kolejki, po serii trzech kolejnych wygranych. Podopieczni trenera **Stephane'a Antigi** wygrali po 3:0 z Steam Hemarpol Politechniką Częstochowa i InPost ChKS Chełm oraz 3:2 z ZAKSĄ Kędzierzyn-Koźle. Partię otwarcia wygrali goście 25:23. W drugiej zespoły grały na przewagi, a lepiej wykorzystali to bełchatowianie (26:24). Obrońcy mistrzowskiej korony podnieśli się w trzecim secie, którego wygrali 25:19. W czwartej partii lublinianie byli bliscy wygranej i doprowadzenia do tie-breaka, prowadzili 24:23 i 26:25. Ostatecznie, przegrali na przewagi 26:28. Była to pierwsza porażka w lidze obrońców tytułu.

Sobotnie spotkanie będzie dla ekipy trenera Antigi okazją do rewanżu. Bełchatowianie nie mają ostatnio dobrej serii. W grudniu, tuż przed świętami, przegrali wyjazdowe spotkania z PGE Projektem Warszawa, a we wtorek, z ZAKSĄ Kędzierzyn-Koźle. Skra dotychczas rozegrała 14 spotkań, z których dziewięć wygrała. Drużyna prowadzona przez **Krzysztofa Stelmacha** zgromadziła 27 punktów i zajmuje piąte miejsce w tabeli. Zespołem Skry kieruje reprezentant Polski, rozgrywający **Grzegorz Łomacz**. W kadrze występują m.in. środkowy **Bartosz Lemański**, zdobywca statuetki MVP w meczu w Lublinie, środkowy Łukasz Wiśniewski czy reprezentant Rumunii, przyjmujący **Daniel Chitigoi**. Najwięcej punktów dla Skry dotych-



WYRÓŻNIENIA INDYWIDUALNE FINAŁÓW PP

Pięciu siatkarzy Bogdanki LUK nalazło się wśród najlepszych zawodników finału Tauron Pucharu Polski. Królem „polowania" został **Kewin Sasak** - najlepszy atakujący oraz zdobywca statuetki MVP. Ponadto wyróżnienia trafiły do: **Marcina Komendy** (najlepszy rozgrywający) * **Aleksa Grozdanova** (najlepszy środkowy), **Thalesa Hossa** (Najlepszy libero) i **Wilfredo Leona** (najlepszy przyjmujący).

ZDANIEM SELEKCJONERA

Nikola Grbić:

- Nie przypuszczałem, że drużyna z Lublina tak łatwo ogra zespół z Rzeszowa. Spodziewałem się jednak, że to Bogdanka LUK zdobędzie Puchar Polski. Reprezentanci Polski, którzy grają w klubie z Lublina, Wilfredo Leon, Marcin Komenda i Kewin Sasak, są już doświadczonymi graczami. Myślę, że nadal potrzebują zwycięstw aby nadal budować się grą. Szczególnie dobrze, że sukcesy osiąga Kewin Sasak. To zawsze buduje i wzmacnia zawodnika. Nasza liga w tym sezonie jest bardzo wyrównana. Można jednak już teraz wskazać faworytów do końcowego zwycięstwa. Myślę, że jednym z nich będzie właśnie Bogdanka LUK. Ma doświadczenie, dobrych zawodników, wszystko, co jest potrzebne do tego aby na końcu świętować sukces. Drugim zespołem jest ekipa z Zawiercia (Aluron CMC Warta - red.). Obie drużyny mają też dobrych trenerów. Myślę, że to one zagrają w finale PlusLigi.

MARCIN KOMENDA:

O tym, że było ciężko:

- Jak sobie przypomnę ile trzeba było ciężkich momentów przejść, to naprawdę było warto. Chyba wszystko dzieje się po coś. Trudne chwile kształtują charakter, siatkarsko. Chyba to wszystko było właśnie po to. Nie byłbym w momencie takim, którym obecnie się znalazłem. Doceniam to. Bardzo jestem wdzięczny, że mogę być częścią tej wspaniałej drużyny, wspaniałej społeczności lubelskiej. Fajnie, że mamy taką ekipę, że się wspieramy, szczególnie wtedy kiedy jest ciężko. Bo jest ciężko. Ostatnio mieliśmy trudne mecze, ale na końcu wygrywaliśmy. Niewielu na nas stawiało w tym finale. My tak lubimy. Lubimy udowadniać ludziom, którzy na nas nie stawiali, że potrafimy wygrywać.

O „przepychaniu" meczów:

- Bez wiary, pozytywnego myślenia, na pewno byśmy nie „przepchali" meczów, które trzeba było „pchnąć" do przodu. W wielu spotkaniach nam nie szło, nie graliśmy swojej dobrej siatkówki, ale wolą walki, charakterem potrafiliśmy odwracać sety czy całe spotkanie. Myślę, że to jest ważne w naszej drużynie. Nie zawsze będziemy w idealnej formie technicznej, fizycznej, ale jeżeli głowa będzie zawsze „dojeżdżała", to bardzo ciężko będzie nas złamać. Pokazują to ostatnie mecze. Dzisiejszy finał jest dowodem na to, że jesteśmy piekielnie mocni.

O mądrym treningu:

- Od kiedy turniej finałowy rozgrywany jest w Krakowie, zawsze marzyłem o tym żeby podnieść to trofeum w swoim rodzinnym mieście, przy dużej ilości kibiców z Krakowa. W poprzednich dwóch latach nie zawsze to wychodziło. Mieliśmy swoje problemy. Myślę, że nie byliśmy na tyle gotowi, aby wtedy wygrywać. W tym roku byliśmy już na to przygotowani, ale nie wiedzieliśmy jak sobie poradzimy z obciążeniem meczami, wyjazdami, kwestiami kondycyjnymi. Jak widać poradziliśmy sobie. Okazało się, że nie zawsze trzeba mega ciężko trenować... Trzeba trenować mądrze i można wygrywać.

WILFREDO LEON:

- To bardzo piękne uczucie zdobyć takie trofeum. Do tej pory nie miałem Pucharu Polski. Jestem bardzo szczęśliwy, ale też zmęczony. Uważam, że możemy zdobyć jeszcze więcej dla naszego zespołu.

STEPHANE ANTIGA:

- Myślałem, że wygramy ten mecz. Kluczowym był początek spotkania. Zaczęliśmy dobrze. Od miesiąca mieliśmy problemy z dobrym rozpoczęciem meczu. Od spotkania w Kędzierzynie-Koźlu były z tym kłopoty. W swoich szeregach mieliśmy Wilfredo Leona, który rozegrał dobry mecz. Cała drużyna pracowała. Zespół jest głodny sukcesu. Mamy fantastyczną grupę ludzi. Ten puchar daje nam ogromną satysfakcję. Cieszymy się, ale już niedługo kolejny mecz przed nami.

ALEKS GROZDANOV:

- Ten sukces to rezultat ciężkiej pracy całego zespołu. Kluczem do sukcesu była koncentracja drużyny. Nawet kiedy przegrywaliśmy, to byliśmy skoncentrowani i potrafiliśmy odwrócić wynik.

PÓŁFINAŁY PP

Bogdanka LUK Lublin - Indykpol AZS Olsztyn 3:2 (25:19, 16:25, 25:18, 30:32, 15:12)
Bogdanka LUK: Komenda (2), Grozdanov (8), McCarthy (6), Sasak (24), Leon (17), Henno (9), Hoss (libero) oraz Gyimah (5), Young (8), Wachnik (2), Prokopczuk
Indykpol AZS: Tille (6), Majchrzak, Halaba (10), Hadrava (28), Siwczyk (6), Karlitzek (22), Ciunajtis (libero) oraz Lipiński (4), Borkowski, Kozub, Szwarc
MVP: Kewin Sasak
PGE Projekt Warszawa - Asseco Resovia Rzeszów 0:3 (21:25, 22:25, 22:25)

FINAŁ PP

Bogdanka LUK Lublin - Asseco Resovia Rzeszów 3:0 (25:15, 25:20, 25:20)
Bogdanka LUK: Komenda (2), Leon (15), McCarthy (5), Young (11), Sasak (12), Grozdanov (7), Hoss (libero) oraz Gyimah
Asseco Resovia: Janusz, Poręba (1), Szalpuk (2), Butryn (1), Demyanenko (4), Cebulj (13), Zatorski (libero) oraz Louati (5), Bucki (6), Sapiński (6), Shoji
Sędziowie: Szymon Pindral, Sławomir Gołąbek
Widzów: 12852.

eprasa.pl 8c024284d4





ocie, ale derby dla rywali

w Krakowie, gdzie lubelscy mistrzowie Polski zdobyli po raz pierwszy kolejne krajowe trofeum – Puchar Polski. ęście – z lokalnym przeciwnikiem, więc… dobrze że punkty zostały w regionie. A już w sobotę o godz. 14.45 UK Lublin zagra o kolejne punkty PlusLigi, w Bełchatrowie

czas zdobył atakujący Arkadiusz Żakieta (189 punktów). Na drugim miejscu jest przyjmujący z Francji **Antoine Pothron**. Jego dorobek to 187 „oczek". Trzecią pozycję wśród punktujących zajmuje Lemański (169 punktów).

Mecz w Bełchatowie to początek kolejnej wymagającej serii mistrzów Polski. W czwartek, 22 stycznia, czeka ich wyjazdowa potyczka z Galatasaray Stambuł w Lidze Mistrzów, a w kolejną niedzielę (25 stycznia), mecz u siebie w JSW Jastrzębskim Węglem. Dwa dni później, 27 stycznia, do Lublina przyjedzie Knack Roeselare, na rewanż w Lidze Mistrzów. Lubelscy kibice, po porażce z chełmskim beniaminkiem, liczą na powrót do wygrywania i zwycięstwo w Bełchatowie.



Na zdjęciach powyżej i obok – wspomnienia z Krakowa

FOT. PLUSLIGA

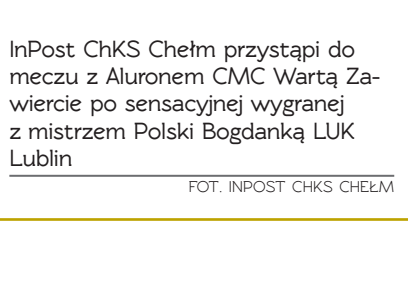
Chcą powtórki z meczu z mistrzem

PLUSLIGA SIATKARZY W 17. kolejce InPost ChKS Chełm podejmie Aluron CMC Wartę Zawiercie. To spotkanie rozegrane zostanie w piątek, o godzinie 20, w Chełmie. To obecnie czwarta drużyna PlusLigi, uczestnik Ligi Mistrzów. W pierwszej rundzie chełmianie przegrali 0:3. Z tym przeciwnikiem o punkty będzie zdecydowanie trudniej. Emocji na pewno nie zabraknie i chełmscy kibice mogą już zacierać ręce.

Gospodarze przystąpią do niego w bardzo dobrych nastrojach. Podopieczni trenera **Krzysztofa Andrzejewskiego** we wtorek sprawili sobie i kibicom ogromną niespodziankę. W takich kategoriach należy rozpatrywać wyjazdową wygraną w Lublinie z mistrzem Polski i świeżo upieczonym zdobywcą Tauron Pucharu Polski, Bogdanką LUK. Po wygranej awansowali w tabeli z ostatniej na 11. pozycję. Chełmianie zrobili ogromny skok, zostawiając za plecami Barkom Każany Lwów (12. lokata), Cuprum Stilon Gorzów Wielkopolski (13.) oraz Steam Hemarpol Politechnikę Częstochowa (14.). Gdyby teraz nastąpił koniec rozgrywek, z PlusLigi zdegradowana zostałaby drużyna z Częstochowy. Zwycięstwo w Hali Globus to bardzo ważny sukces debiutanta w rozgrywkach. Celem chełmian jest utrzymanie w gronie najlepszych drużyn w Polsce. Na koncie ekipy prowadzonej przez trenera Andrzejewskiego jest już 13 punktów i cztery wygrane mecze.

Zwycięstwo w Lublinie było zwieńczeniem ogromnej determinacji drużyny InPost ChKS. Trzeba też przyznać, że mistrzowie Polski wystawili do walki siatkarzy, którzy na co dzień, w zdecydowanej większości, zasiadali na ławce rezerwowych. Nie umniejsza to jednak wyczynu ligowych debiutantów. – Były to derby województwa lubelskiego, co chyba jest najważniejsze. Miałem już okazję grać w derbach województwa opolskiego. To zawsze są bardzo ważne mecze. Mistrzowie Polski mieli swoje problemy. Ważne, że potrafiliśmy to wykorzystać. To dla nas cenne trzy punkty. Ważne jest też to, że potrafiliśmy dowieźć końcówkę seta i zwyciężyliśmy – mówił po meczu w Lublinie zdobywca statuetki MVP, atakujący InPost ChKS **Remigiusz Kapica**.

GROM



InPost ChKS Chełm przystąpi do meczu z Aluronem CMC Wartą Zawiercie po sensacyjnej wygranej z mistrzem Polski Bogdanką LUK Lublin

FOT. INPOST CHKS CHEŁM

SENSACJA W HALI GLOBUS:

W spotkaniu 16. kolejki Bogdanka LUK Lublin przegrał z InPost ChKS Chełm 1:3. Zgodnie z przewidywaniami w wyjściowej szóstce zdobywcy Tauron Pucharu Polski doszło do kilku zmian. Na rozegraniu zamiast Marcina Komendy pojawił się Rafał Prokopczuk, na przyjęciu w miejsce Wilfredo Leona - Jakub Wachnik, zaś na libero Thalesa Hossa - Maciej Czyrek. Z kolei na środku bloku miejsce Aleksa Grozdanova zajął Daenan Gyimah. W zespole z Chełma trener Krzysztof Andrzejewski wystawił najsilniejszy skład z reprezentantem Iranu Armihosseinem Esfandiarem, Remigiuszem Kapicą i Blankenauem na rozegraniu.

Goście rozpoczęli od skutecznych ataku Efsandiara i Tomasza Piotrowskiego (2:0). Po autowym ataku Hilira Henno Bogdanka LUK przegrywała 17:24. Partię otwarcia skutecznym atakiem zakończył Esfandiar (25:17 dla InPost ChKS).

W drugim secie na placu gry pojawił się Jackson Young, który zastąpił Kewina Sasaka. W miejsce ostatnie na atak trener Antiga przestawił Henno. Odsłona zakończyła się dotknięciem siatki przez Swodczyka i autowym atakiem Esfandiara (25:20 dla lublinian). Mogło wydawać się, że miejscowi „złapali rytm". Ale stało się inaczej.

Końcówka była emocjonująca. Lublinianie obronili cztery meczbole, chełmianie - dwa setbole. Set zakończył się zwycięstwem beniaminka 29:27, a mecz 3:1. Bez wątpienia, wygrana 3:1 ostatniego w tabeli InPost ChKS nad mistrzem i zdobywcą Pucharu Polski to dużego kalibru sensacja.

Bogdanka LUK Lublin - InPost ChKS Chełm 1:3 (17:25, 25:20, 23:25, 27:29)

Bogdanka LUK: Prokopczuk (2), Gyimah (10), McCarthy, Wachnik (13), Henno (11), Sasak (2), Czyrek (libero) oraz Zając (7), Young (13).

InPost ChKS: Blankenau (2), Swodczyk (4), Piotrowski (16), Kapica (26), Turski (9), Esfandiar (7), Sonae (libero) oraz Rusin (8), Fasteland (1).

MVP: Remigiusz Kapica (InPost ChKS)

eprasa.pl 8c024284d4

PGE MKS El-Volt wraca do gry

ORLEN SUPERLIGA PIŁKAREK RĘCZNYCH PGE MKS El-Volt Lublin wygrał z KGHM Zagłebie Lubin. To było piąte starcie obu ekip w tym sezonie. Wcześniejsze cztery zakończyły się triumfem Zagłębia. „Miedziowe" były lepsze zarówno w Orlen Superlidze, w rywalizacji o Superpuchar oraz w kwalifikacjach Ligi Europejskiej. I w środowy wieczór ta wstydliwa wyliczanka wreszcie się zakończyła, bo PGE MKS El-Volt pokonał aktualnego mistrza Polski i lidera Orlen Superligi.

Kamil Kozioł

Po wygranej lublinianki tracą w tabeli już tylko 6 pkt, a do tego ma do rozegrania jeszcze jeden mecz więcej niż Zagłębie. To oznacza, że podopieczne **Pawła Tetelewskiego** wracają na poważnie do wyścigu o mistrzowską koronę. Trzeba pamiętać, że Zagłębie w hali Globus wystąpiło w składzie dalekim od optymalnego. Fala kontuzji jaka przechodzi przez ekipę **Bożeny Karkut** doświadczonej trenerce mocno ograniczyła rotację. Mimo to długo wydawało się, że gospodynie tych problemów rywalek nie będą umiały wykorzystać. Wprawdzie w pierwszej połowie prowadziły już 10:5, to jednak w końcówce tej części gry pozwoliły Zagłębiu wrócić do gry. W efekcie ta część spotkania zakończyła się remisem 15:15.

Po zmianie stron natomiast już było znacznie lepiej. Duża w tym zasługa kapitalnego otwarcia. Bramki **Aleksandry Rosiak, Joanny Andruszak** i **Patricii Prieto O'Mullony** pozwoliły lubliniankom wyjść na prowadzenie 18:15. Zagłębie jednak potrafiło prawie odrobić straty. W 41 min **Karolina Kochaniak** powinna doprowadzić do remisu, ale w łatwej sytuacji przegrała pojedynek ze świetnie dysponowaną Caroline Martins.



Szczypiornistki PGE MKS El-Volt Lublin świętują pokonanie mistrza Polski

FOT. MATERIAŁY PRASOWE ORLEN SUPERLIGI

Z każdą minutą gra się zaostrzała, a kar było coraz więcej. Z boiska z czerwonymi kartkami wyrzucone zostały Daria Przywara oraz Karoina Kochaniak. W tej boiskowej przepychance lepiej odnalazły się gospodynie, które w końcówce zbudowały bardziej wyraźną przewagę i wygrały 34;28.

Bohaterką lubelskiej ekipy była **Aleksandra Rosiak**. Reprezentantka Polski, która ma przeszłość w Zagłębiu, zdobyła 8 bramek. Po 5 trafień zapisały na swoich kontach **O'Mullony, Andruszak** oraz **Adrianna Górna**. Ta ostatnia do Lublina trafiła właśnie z Lubina. U przeciwniczek świetnie grała **Alicia Fernandez Fraga**. Hiszpanka zdobyła 7 bramek.

Kolejny mecz PGE MKS El-Volt rozegra w środę, kiedy w zaległym spotkaniu zmierzy się na wyjeździe z Tauron Ruch Szczypiorno Kalisz.

KK

PGE MKS El-Volt Lublin – KGHM Zagłębie Lubin 34:28 (15:15)

PGE MKS El-Volt: Wdowiak, Martins – Rosiak 8, O'Mullony 5, Andruszak 5, Górna 5, Szynkaruk 3, Gliwińska 2, Radosavljević 2, Lima 1, Planeta 1, Tomczyk 1, M. Więckowska, D. Więckowska, Przywara. Kary: 16 min.

KGHM Zagłębie: Maliczkiewicz, Zima – Fraga 7, Cesareo 6, Jakubowska 5, Cavo 3, Kochaniak 2, Grzyb 2, Cardoso 2, Janas 1, Drabik, Jureńczyk. Kary: 14 min.

Sędziowali: Bloch i Solecki. Widzów: 2000.

Play-off jest bardzo realny

ORLEN BASKET LIGA PGE Start Lublin w niedzielę w Szczecinie zmierzy się z Kingiem. To spotkanie zainauguruje rundę rewanżową. Przypomnijmy, pierwsza runda nie poszła po myśli koszykarzy PGE Start Lublin. „Czerwono-czarnym" udało się w niej wygrać tylko 6 z 15 spotkań. Bolesna była zwłaszcza seria 6 kolejnych porażek, jaka dotknęła lublinian w październiku, listopadzie i grudniu.

Kamil Kozioł

Ta seria porażek, do tego w dołującym okresie jesiennym, była bardzo trudna i nam nie pomagała. Cieszymy się, że to się skończyło i możemy patrzeć w przyszłość z nadzieją. Widać, że chcemy jeszcze walczyć w tym sezonie. Lepiej się pracuje, trenuje i żyje po zwycięstwach – powiedział trener **Wojciech Kamiński**. Podczas konferencji prasowej po zwycięskim meczu z MKS Dąbrowa Górnicza, który zamykał pierwszą rundę Orlen Basket Ligi szkoleniowiec PGE Start tryskał humorem. Czym był on spowodowany? Przede wszystkim tym, że nie da się porównać lubelskiej ekipy z jesieni, do tej, która jest obecnie. Zmiany, a było ich dużo, przyniosły oczekiwane rezultaty. Przypomnijmy, że pożegnano kilku zawodników w tym **Tevina Macka**. W ich miejsce sprowadzono graczy, którzy chcą poświęcać się dla drużyny, jak chociażby **Conner Frankamp** czy **JP Tokoto II**. Najważniejszym transferem było jednak zaangażowanie **Liama O'Reilly**. Amerykanin szybko znalazł wspólny język ze swoimi kolegami i obsługuje ich niesamowitymi asystami. Dzięki niemu miejsce w rotacji odzyskał chociażby **Roman Szymański**. Doświadczony center wskoczył od razu do pierwszej piątki i pokazuje się w niej z jak najlepszej stromy. – Roman zagrał świetnie z King Szczecin, dzisiaj też dobrze się zaprezentował. Liam O'Reilly potrafi dobrze dokarmiać zarówno Griffina, jak i Szymańskiego. Roman rzeczywiście stawia bardzo dobre zasłony, chociaż w sobotę nie potrafiliśmy tego dobrze wykorzystać – chwalił swojego podopiecznego Kamiński.

W tym momencie już chyba nieaktualne są obawy o degradację do I ligi, a najbliższy przeciwnik, King Szczecin, wcale nie powinien mieć łatwo z lublinianami. Zresztą PGE Start Lublin z tym przeciwnikiem rywalizował w Święto Trzech Króli i wówczas wygrał 83:74. Tamto spotkanie było rywalizacją z 1 kolejki, która z różnych względów została w całości przeniesiona na początek 2026 r. To też spowodowało, że obie ekipy nie muszą zbyt długo czekać na rewanż. – Jedziemy do Szczecina, z którym niedawno graliśmy, więc pewnie niczym się nie zaskoczymy – mówi trener.

Celem na rundę rewanżową jest awans do fazy play-off. Czy to realne? Oczywiście, skoro zespół obecnie zajmuje 11 pozycję. Start czeka jeszcze 15 spotkań, a trzeba pamiętać, że do play-off można dostać się nawet z 10 miejsca, które gwarantuje udział w fazie play-in. Aby piąć się w górę należy regularnie wygrywać. Chociaż akurat sukces w Szczecinie będzie można uznać za niespodziankę. King to obecnie 4 siła OBL. Liderem zespołu jest **Nemanja Popović**, ale ważne role odgrywają również **Tomasz Gielo** czy **Jovan Novak**.

Mecz w Szczecinie rozpocznie się o godz. 12.30. Bezpośrednią relację przeprowadzi Polsat Sport. W Lublinie czerwono-czarni zaprezentują się w przyszły piątek, 23 stycznia, podejmując warszawską Legię.



Conner Frankamp prezentuje coraz wyższą formę

FOT. MATERIAŁY PRASOWE PGE START LUBLIN

eprasa.pl 8c024284d4

Rewanż za Puchar Polski

ORLEN BASKET LIGA KOBIET

W niedzielę LOTTO AZS UMCS Lublin zagra we Wrocławiu z 1KS Ślęza Wrocław. Gorszego momentu na konfrontację z wrocławskim zespołem chyba nie można było sobie wyobrazić. Ślęza jest bowiem uskrzydlona zwycięstwem w turnieju Bank Pekao S.A. Puchar Polski. Podopieczne **Arkadiusza Rusina** w finale rozbiły aż 87:68 KSSSE Enea AJP Gorzów Wielkopolski. Tytuł MVP całego turnieju trafił do dobrze znanej w Lublinie **Aleksandry Ziemborskiej**.

Warto zaznaczyć, że w drodze po trofeum wrocławianki pokonały m.in. LOTTO AZS UMCS Lublin. Miało to miejsce w ćwierćfinale, a Ślęza wygrała 75:74.

Decydujące punkty na 6 sek. przed końcową syreną zdobyła Ketija Vihmane. – Mieliśmy w tym meczu już kilkupunktową przewagę, myślę, że ze względu na krótki roster, my też wiedzieliśmy, że musimy tutaj dużo rotować i na tyle ile mogliśmy rotować, bo w pewnym momencie zostało już tam naprawdę 7 zawodniczek, to to robiliśmy. Szkoda oczywiście, bo pewnie apetyty były na to, żeby zagrać dobry mecz. Myślę, że dobry mecz całkiem dobry zagraliśmy na warunki, które mamy teraz – powiedział oficjalnej stronie rozgrywek **Karol Kowalewski**. – To był dla nas trudny mecz. Musieliśmy się mierzyć z problemami z przewinieniami, przez co nasza gra wyglądała nieco inaczej. Jestem dumna z drużyny, w każdym momencie byłyśmy jednością i starałyśmy się przeciwstawić się rywalkom. To jest koszykówka, przyczyn porażki zawsze jest kilka. Myślę, ze dziś zrobiłyśmy dobra pracę, ale nie była ona wystarczająca, by wygrać mecz – dodała **Robbi Ryan**, zawodniczka LOTTO AZS UMCS Lublin.

Niezależnie od słów pochwały płynących z lubelskiego obozu, trzeba jednak zaznaczyć, że akademiczki ostatnio są w gorszej dyspozycji. Przecież w minionym tygodniu przegrały nie tylko ze Ślęzą, ale również z VBW Gdynia w ramach Orlen Basket Ligi Kobiet. Warto zaznaczyć, ze gdynianki są w trakcie sporych perturbacji, a sukces w Lublinie był dla nich przełamaniem serii 5 porażek.

Sytuację LOTTO AZS UMCS pogarsza fakt, że w czwartkowy wieczór podopieczne **Karola Kowalewskiego** rywalizowały w Belgii z Castors Braine w ramach 1/8 finału FIBA EuroCup. Mecz zakończył się bardzo późno, już po zamknięciu wydania naszej gazety, a lublinianki czekała jeszcze wyczerpująca podróż do Polski.

W obliczu tych wszystkich problemów wyraźnie widać, że faworytkami niedzielnej rywalizacji są zawodniczki z Wrocławia. Spotkanie rozpocznie się o godz. 18 i będzie pokazywane na żywo na stronie internetowej sport.

Górnicy strzelają i wzmacniają skład

Górnik Łęczna ma za sobą pierwszy zimowy mecz kontrolny i zapisał na swoje konto premierowe zwycięstwo pod wodzą trenera Jurija Szatałowa. W środowy wieczór na boisku pod balonem w Łęcznej zielono-czarni ograli trzecioligową Świdniczankę aż 6:1. Poszerzyła się też kadra łęcznian.

Bartosz Surman

W środę zielono-czarni poinformowali, że do końca sezonu ich zawodnikiem będzie **Kamil Nowogoński**, który przenosi się czasowo do Łęcznej z Zagłębia Lubin. Urodził się w 2007 roku i jest wychowankiem „Miedziowych". W poprzednim sezonie zagrał w jednym meczu PKO BP Ekstraklasy. W sezonie 2025/2026 uzbierał trzy występy, grał także w trzecioligowych rezerwach. Nowy piłkarz Górnika to także młodzieżowy reprezentant Polski. Ma na swoim koncie osiem meczów w zespole U19. W listopadzie wystąpił w turnieju eliminacyjnym do Mistrzostw Europy, w którym Biało-Czerwoni zapewnili sobie awans do kolejnej fazy eliminacji. Miał okazję zagrać w sparingu ze Świdniczanką.

– Bardzo cieszę się z tego transferu. Mam nadzieję, że pomogę drużynie w utrzymaniu, a przy tym rozwinę swoje umiejętności i wskoczę na wyższy level. Zdaję sobie sprawę, że przeskok z trzeciej ligi do pierwszej będzie odczuwalny, ale wiem, że zespół trenuje intensywnie, więc zamierzam się dobrze wdrożyć. Wspólnie będziemy zasuwać, aby docisnąć do tego poziomu – powiedział nowy zawodnik Górnika. – W trakcie pobytu w Łęcznej stawiam przede wszystkim na rozwój indywidualny – chciałbym rozwinąć się zarówno piłkarsko, jak i życiowo. Choć wyprowadzka





na drugi koniec Polski może być dla mnie jako młodego zawodnika ciężkim doświadczeniem, to dam z siebie wszystko i wierzę, że będzie to wystarczająco dużo – dodał.

Z kolei w czwartek oficjalnie piłkarzem Górnika został **Luka Gucek**. 26-letni obrońca ma bardzo dobre warunki fizyczne (189 cm wzrostu) i pochodzi ze Słowenii. Jest wychowankiem NK Krsko Posavje, z którym w sezonie 2013/14 zdobył młodzieżowe mistrzostwo kraju. W wieku 16 lat przeniósł się do Hiszpanii i trenował w akademii słynnego Realu Betis Sewilla, a w kolejnych latach był także młodzieżowym reprezentantem Słowenii. Nie udało mu się jednak zadebiutować w jednej z najlepszych europejskich ligi i w sezonie 2016/2017 wrócił do ojczyzny. Tam grał w NK Domzale, NK Roltek Dob oraz NK Radomlje, w barwach którego rozegrał 86 spotkań i zdobył cztery bramki. W 2023 roku wyjechał na Ukrainę, gdzie reprezentował Czornomorec Odessa oraz Worskłą Połtawę. Po dwóch i pół roku ponownie wrócił do Słowenii i w lipcu 2025 roku podpisał kontrakt z NK Maribor. W barwach tego klubu rozegrał trzy mecze, a w grudniu 2025 roku jego umowa została rozwiązana. Teraz przyszła pora na grę na zapleczu PKO BP Ekstraklasy w barwach Górnika.

– Miałem kilka ofert, ale gdy usłyszałem o zainteresowaniu Górnika, nie wahałem się ani chwili. Znam ten klub i wiem, że polska pierwsza liga prezentuje wysoki poziom. Duży wpływ na moją decyzję miała również rozmowa z Egzonem Kryeziu, którego znam jeszcze z występów w kadrze narodowej. Jego pozytywna opinia o klubie i kraju bardzo mi pomogła. Wiem, że drużyna jest obecnie w trudnej sytuacji, dlatego przychodzę tutaj, aby dać z siebie wszystko i pomóc Górnikowi w walce o utrzymanie w Betclic 1. Lidze – powiedział Gucek po podpisaniu kontraktu.

Na mecz ze Świdniczanką w kadrze zespołu z Łęcznej znalazło się „tylko" 17-tu zawodników. Powodem takiej liczebności w zespole były przeziębienia części zawodników. Wystąpił za to młody zawodnik klubowej Akademii **Jan Stępniak**.

Już w sobotę rozegrają kolejny mecz kontrolny. Znów ich rywalami będzie zespół ze Świdnika, ale tym razem będzie nim walcząca o awans do Betclic II Ligi Avia. Wedle naszych informacji spotkanie zaplanowano na godzinę 12.30 na boisku pod balonem w Łęcznej.

Górnik Łęczna – Świdniczanka Świdnik 6:1 (2:0)

Bramki dla Górnika: Tkacz (4, 67), Orlik (34), Spacil (75, 84), Ahmedov (79).

Górnik: Pindroch (46 Olszak) – Jaroszyński (54 Majewski), Stępniak, Abbott, Ogaga, Kryeziu (73 Kołodziejczak), Deja (46 Ahmedov), Nowogoński (54 Osipiuk), Tkacz, Orlik (60 Traore), Spacil.

Motor na tureckiej trawie

Od soboty piłkarze Motoru trenują na zgrupowaniu w Belek. Trener Mateusz Stolarski zabrał na obóz 30 zawodników. W tym gronie nie ma jednak żadnych nowych piłkarzy, poza młodzieżą z akademii.

Łukasz Gładysiewicz

Zgodnie z zapowiedziami, w kadrze znaleźli się zawodnicy wystawieni na listę transferową: Krystian Palacz, Renat Dadashov oraz Florian Haxha. Nowymi twarzami są jedynie młodzi gracze z akademii: Borys Mołdach, Artem Akatov oraz Krystian Brzozowski. Ten ostatni miał nawet okazję wystąpić w piątkowym sparingu ze Stalą Stalowa Wola, który żółto-biało-niebiescy wygrali 5:1. W sumie trener Stolarski i jego sztab będą mieli do dyspozycji 26 graczy z pola oraz czterech bramkarzy.

– Mamy za sobą pierwszy tydzień treningów, a zawodnicy wrócili w dobrej kondycji fizycznej i widać, że pracę podczas przerwy świątecznej wykonali bardzo dobrze. Dzięki temu od razu mogliśmy przejść do treningów na pełnej intensywności, którą mamy w sezonie. Ten tydzień był na pewno pozytywny pod tym kątem, że nie odnotowaliśmy większych urazów. Były dobre dni i bardzo dobre, ale i takie, kiedy wymagam zdecydowanie więcej. Wiemy jednak, w którym kierunku podążać, aby być skuteczniejszym w rundzie wiosennej – zapewniał przed odlotem Mateusz Stolarski.

Jak ocenia piątkowy sparing?

– Tydzień zamknęliśmy meczem ze Stalową Wolą. Na pewno wymagam od zespołu większej jakości w finalizacji. Z całym szacunkiem do przeciwnika, uważam że powinniśmy ten mecz wygrać w większych rozmiarach. Taka skuteczność aż do bólu będzie nam potrzebna na wiosnę. Czasem nie dowoziliśmy do końca naszej dobrej postawy, nie dokumentowaliśmy jej golem. Trzeba wyciągać maksa. W sparingu ze Stalą ten maks nie został wyciągnięty, nawet się do niego nie

Dziś, w piątek, Bartosz Wolski i spółka zagrają mecz kontrolny z IMT Belgrad, a 23 stycznia zmierzą się jeszcze w Turcji z Vardarem Skopje.

KADRA MOTORU LUBLIN NA ZGRUPOWANIE W TURCJI:

Bramkarze: Ivan Brkić, Gasper Tratnik, Patryk Kukulski, Borys Mołdach.

Obrońcy: Paskal Meyer, Herve Matthys, Filip Wójcik, Arkadiusz Najemski, Filip Luberecki, Paweł Stolarski, Marek Bartos, Bright Ede, Krystian Palacz, Artem Akatov, Krystian Brzozowski.

Pomocnicy: Sergi Samper, Ivo Rodrigues, Mathieu Scalet, Kacper Karasek, Fabio Ronaldo, Franciszek Lewandowski, Bradly van Hoeven, Jakub Łabojko, Florian Haxha, Michał Król, Mbaye Jacques Ndiaye, Bartosz Wolski.

Napastnicy: Karol Czubak, Kacper Plichta, Renat Dadashov.

TERMINARZ

Pierwszy mecz o stawkę w 2026 roku żółto-biało-niebiescy zagrają w niedzielę, pierwszego lutego o godz. 12.15 z Pogonią Szczecin. Następnie piłkarzy z Lublina czeka wyjazd do Białegostoku na starcie z tamtejszą Jagiellonią (7 lutego o godz. 17.30). Natomiast w 21. kolejce Motor zmierzy się u siebie z Lechią Gdańsk. Departament Logistyki Rozgrywek opublikował terminarz 21 spotkań zaplanowanych w dniach 13-16 lutego. Podopieczni trenera Mateusza Stolarskiego z ekipą z Gdańska zmierzą się w niedzielę 15 lutego o godzinie 12.15. Dla obu ekip będzie to bardzo ważne starcie. Oba zespoły dzieli obecnie tylko jeden punkt różnicy na korzyść Motoru – lublinie mają ich obecnie 21, a Lechia 20. Ta statystyka może rzecz jasna się zmienić, bo zanim dojdzie do tego starcia obie ekipy rozegrają mecze z dwoma innymi rywalami.

eprasa.pl 8c024284d4

Głosowanie na finiszu

W najbliższy poniedziałek kończymy wybory najlepszych i najpopularniejszych sportowców 2025 r.

Jeszcze tylko kilka dni i kończymy głosowanie w kolejnej edycji wyborów sportowca roku organizowanych przez redakcję Dziennika Wschodniego. W najbliższy poniedziałek 19 stycznia kończymy przyjmowanie głosów przesyłanych za pośrednictwem Internetu, a w ten piątek po raz ostatni zamieszczamy kupon w papierowym wydaniu naszej gazety. Ciekawi jesteśmy ostatecznych werdyktów, bo – przypominamy – na końcowy kształt „dziesiątki" laureatów wpłyną wybory kibiców „internetowych" oraz „papierowych", a także naszej KAPITUŁY, złożonej z przedstawicieli środowiska sportowego.

Wyniki plebiscytu za rok 2025 ogłosimy podczas uroczystej gali, zaplanowanej na piątek 30 stycznia w Lubelskim Centrum Konferencyjnym, oczywiście wieczorem. Spodziewamy się wielu szacownych gości, a ci, którym nie dane będzie oglądać ceremonii podsumowania sportowego roku na żywo, będą mogli obejrzeć bezpośrednią transmisję internetową na naszym portalu www.dziennikwschodni.pl.

Oprócz nagradzania sportowców, którzy znajdą się w czołowej dziesiątce, tradycyjnie uhonorujemy też autorów sukcesów zbiorowych, których w minionym roku nie brakowało, a nawet można stwierdzić, że – jak na warunki regionalne – mieliśmy ich bez liku. Postaramy się nie pominąć żadnego z najistotniejszych osiągnięć; nie jest wszak tajemnicą, że kluby z Lubelszczyzny aż czterokrotnie zajmowały miejsca na podium w ligowych rywalizacjach, na czele z siatkarzami LUK Bogdanki.



Tak było przed rokiem – w naszym plebiscycie tiumfowała Aleksandra Mirosław. Wyróżnienie ogłaszane przez Iwonę Nabożną naszą znakomitą piłkarką ręczną sprzed kilku lat odebrała w imieniu mistrzyni olimpijskiej Magda Karaś - wiceprezes klubu „Kotłownia" FOT. DW

Nie zapomnimy też o sporcie młodzieżowym i jeszcze kilku innych kategoriach, z kategorią wspomnieniową na czele. Ale o tym co i kogo wspomniał będziemy w piątkowy wieczór, zostawiamy dla siebie.

Trudno też wskazać zdecydowanych faworytów do miejsc na podium. Można natomiast zaryzykować stwierdzenie, że... każdy wybór się obroni. Mamy świeżo w pamięci efekty sobotniego plebiscytu Przeglądu Sportowego, w którym w dziesiątce polskich sportowców znalazł się tercet przedstawicieli lubelskich klubów: **Bartosz Zmarzlik, Wilfredo Leon** i **Aleksandra Mirosław**, a w gronie nominowanych była jeszcze **Julia Szeremeta**. Dzień wcześniej swoje wybory zaprezentował lubelski Urząd Marszałkowski i – rzecz jasna – wszyscy oni znaleźli się wśród sportowców wyróżnionych, ale w zdecydowanie innej kolejności niż na Gali PS. Pozostaje się więc uzbroić w cierpliwość, a póki czas – oddać głos na swoich faworytów.

RED

KUPON PLEBISCYTOWY

Plebiscyt Dziennika Wschodniego na najlepszego i najpopularniejszego sportowca województwa lubelskiego w 2025 roku

Wybierz nazwiska dziesięciu sportowców i wpisz do ramki obok proponowane miejsce w plebiscycie – od 1-10. Wytnij kupon i doręcz go do siedziby redakcji Dziennika Wschodniego drogą pocztową lub osobiście. Nasz adres: Dziennik Wschodni, 20-076 Lublin, Krakowskie Przedmieście 55 z dopiskiem na kopercie: SPORTOWIEC ROKU 2025. W PLEBISCYCIE wezmą udział wszystkie kupony wypełnione zgodnie z regulaminem i dostarczone do Dziennika Wschodniego do 19 stycznia 2026 r. Regulamin dostępny na www.dziennikwschodni.pl

W KOLEJNYCH KOLUMNACH: (nr w głosowaniu internetowym) (imię i nazwisko, dyscyplina, klub) (miejsce w dziesiątce plebiscytu) – **KOLEJNOŚĆ KANDYDATÓW ALFABETYCZNA**

01	**Ignacy Jaworski**	piła ręczna – KS Azoty Puławy	
02	**Marcin Komenda**	siatkówka – Bogdanka LUK Lublin	
03	**Dominik Kopeć**	lekkoatletyka – Agros Zamość	
04	**Wilfredo Leon**	siatkówka – Bogdanka LUK Lublin	
05	**Aleksandra Mirosław**	wspinaczka sportowa – KW Kotłownia Lublin	
06	**Adela Piskorska**	pływanie – AZS UMCS Lublin	
07	**Filip Put**	koszykówka1 – PGE Start Lublin	
08	**Mateusz Rudyk**	kolarstwo – Lubelskie Perła Polski	
09	**Kewin Sasak**	siatkówka – Bogdanka LUK Lublin	
10	**Monika Skinder**	narciarstwo – MULKS Grupa Oscar Tomaszów Lubelski	
11	**Grzegorz Szczepański**	rugby – PGE Edach Budowlani Lublin	
12	**Julia Szeremeta**	boks – Paco Lublin	
13	**Daniela Tkachuk**	zapasy – Cement Gryf Chełm	
14	**Paulina Tomasiak**	piłka nożna – Górnik Łęczna	
15	**Dominika Ullmann**	koszykówka – Lotto AZS UMCS Lublin	
16	**Paulina Wdowiak**	piłka ręczna – PGE MKS El-Volt Lublin	
17	**Bartosz Wolski**	piłka nożna – Motor Lublin	
18	**Alicja Wrona-Kutrzepa**	lekkoatletyka – AZS UMCS Lublin	
19	**Weronika Zielińska**	podnoszenie ciężarów – AZS AWF Biała Podlaska	
20	**Bartosz Zmarzlik**	żużel – Orlen Oil Motor Lublin	

Imię i nazwisko: .....

numer telefonu osoby głosującej: .....

Oświadczam, że zapoznałem/am się z treścią regulaminu plebiscytu NA NAJLEPSZEGO I NAJPOPULARNIEJSZEGO SPORTOWCA WOJEWÓDZTWA LUBELSKIEGO W 2025 ROKU i zobowiązuję się do jego przestrzegania. Wyrażam zgodę na przetwarzanie udostępnionych przeze mnie danych osobowych i wizerunku w celach marketingowych przez Corner Media Sp. z o.o.

data: .....

czytelny podpis:

.....

PLEBISCYT SPORTOWIEC ROKU 2025 dziennik WSCHODNI.pl

WYBIERZ SPORTOWCA ROKU
TWÓJ GŁOS, ICH ZWYCIĘSTWO
GŁOSUJ DO 19 STYCZNIA 2026

PARTNERZY
Auto Park Lublin
Euro Agro CONSULTING
TALARIA RESORT & SPA
ARCHE ZAMEK JANÓW PODLASKI
PERŁA

PATRONAT
Ministerstwo Sportu i Turystyki
STAROSTWO PARCZEW

PATRON MEDIALNY
Panorama Lubelska panoramalubelska.pl
TVP3 LUBLIN

eprasa.pl 8c024284d4

HANDEL

RZEZNIA KUPI BYDŁO POURAZOWE DO UBOJU Z KONIECZNOŚCI TEL. 511 075 866, 662 396 670

104925L01-A

ZAKŁAD kupi bydło pourazowe do uboju z konieczności tel. 511075866, 662396670

000526L01-A

USŁUGI

WYWÓZ złomu, sprzętu AGD, RTV, gruzu, mebli, ubrań, sprzątanie piwnic, strychów, garaży, domów po lokatorach i zmarłych i inne. Wycinka drzew, podcinanie, karczowanie koszenie i sprzątanie działek, wywóz gałęzi, prace rozbiórkowe (stare domy, stodoły, komórki, szklarnie itp.) . Mycie, malowanie elewacji, dachów itp.. Odśnieżanie dachów, wywóz śniegu. Całe województwo od 8 do 21, 514-299-106.

107825L01-A

USŁUGI BUDOWLANE

HYDRAULIKA, gaz, glazura, elektryka. Wszelkie przeróbki adaptacja pomieszczeń, usługi z dofinansowania przez PEFRON za pośrednictwem MOPR, tel. 501-035-412, 81/741 80 48.

104725L01-A

DOCIEPLANIE budynków szybko, tanio, solidnie. 502 053 214.

001526L01-A

ZDROWIE

EXPRESS-DENT stomatologia, naprawa protez, protetyka, chirurgia, implanty; ul. Hipoteczna 2, tel. 81 743 62 60; ul. Staszica 8, tel. 81 534 62 60; BEZPŁATNE PROTEZY zębowe bez kolejki w ramach NFZ, ul. Staszica 8, Lublin, tel. 603-593-564.

128825L01-A

Biuro Ogłoszeń Dziennika Wschodniego

Lublin, Krakowskie Przedmieście 55

81 46 26 820

Biuro Ogłoszeń
eliza.jakuszewska@dziennikwschodni.pl
tel. 81 46 26 820 kom. 697 770 393

NEKROLOGI KONDOLENCJE

Przyjmowane są przez:

• Lublin, tel. 81 46 26 820
eliza.jakuszewska@dziennikwschodni.pl

UKAZUJĄ SIĘ W PONIEDZIAŁKI I PIĄTKI

Zgodnie z Zarządzeniem nr 55 z 21 listopada 2011r. ,Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Lublinie ogłasza w biuletynie informacji publicznej oraz lokalnej prasie (Dziennik Wschodni), informację o udostępnieniu projektu planu urządzenia lasu Nadleśnictw Gościeradów, Kraśnik.

OGŁOSZENIE

Na podstawie art. 39 ustawy 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, zwanej dalej ustawą o udostępnianiu informacji o środowisku, (Dz.U. z 2024 r. poz. 1112, z późn. zm.);

Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych [RDLP] w Lublinie

Z A W I A D A M I A

o udostępnieniu projektu planu urządzenia lasu dla Nadleśnictwa: Gościeradów, Kraśnik sporządzonego na lata 2026 – 2035 oraz Prognozy oddziaływania tego planu na środowisko do konsultacji społecznych.

Wszyscy zainteresowani mogą składać uwagi i wnioski do projektu planu urządzenia lasu dla ww. nadleśnictw przez okres 21 dni: w tomie zatytułowanym „Materiały dotyczące konsultowania projektu planu urządzenia lasu na lata 2026-2035" w siedzibie nadleśnictwa oraz na adres RDLP w Lublinie [ul. Czechowska 4, 20-950 Lublin] lubelektronicznie na adres: rdlp@lublin.lasy.gov.pl w terminie **od 19.01.2026 r.**

Nadleśnictwo Kraśnik położone są w województwie lubelskim. Nadleśnictwo Gościeradów położone jest w województwie lubelskim i podkarpackim.

Jednocześnie informuje się, że z niezbędną dokumentacją można zapoznać się **w dni robocze w godz. 10^{00} – 14^{00}** w siedzibie nadleśnictw

- **Gościeradów**, Gościeradów-Folwark 1D, 23-275 Gościeradów-Folwark,
- **Kraśnik,** ul. Janowska 139, 23-200 Kraśnik,

lub na stronie BIP RDLP w Lublinie w zakładce „Co robimy/Plan urządzenia lasu"

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Dyrektor Regionalnej Dyrekcji Lasów Państwowych w Lublinie. Zgodnie z art. 41 ustawy z 3 października 2008 r. uwagi i wnioski złożone po okresie wyłożenia pozostawia się bez rozpatrzenia [decyduje data wpływu].

in825

WÓJT GMINY TERESPOL

zawiadamia, że

na tablicy ogłoszeń oraz w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Terespol www.ugterespol.bip.lubelskie.pl od dnia 13.01.2026 r. do dnia 03.02.2026 r.

został wywieszony wykaz dot. nieruchomości, stanowiących własność Gminy Terespol, przeznaczonych do oddania w najem,

zgodnie z Zarządzeniami Nr 3/26 i 4/26 Wójta Gminy Terespol z dnia 13.01.2026 r.

in831

PREZYDENT MIASTA PUŁAWY

informuje, że

w dniu 09.01.2026 r. zamieszczono na stronie internetowej Urzędu Miasta Puławy (www.pulawy.eu) oraz wywieszono na okres 21 dni, na tablicy ogłoszeń w Urzędzie Miasta Puławy **wykazy nieruchomości zabudowanych budynkami wielorodzinnymi, w których lokale mieszkalne przeznaczone zostały do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz najemców (Eustachiewicza 6/3, Kusocińskiego 1/15) i nieruchomości przeznaczonej do sprzedaży w drodze przetargu (działka nr 163/1 obr. Wólka Profecka).**

in826

AAA KALLA www.kalla.lublin.pl CAŁODOBOWE USŁUGI POGRZEBOWE
LUBLIN, UL. CMENTARNA 16
tel. 81 748 64 54, 602 475 176
ZASIŁEK POGRZEBOWY WYPŁACAMY PRZED POGRZEBEM
Kremacje w 24 godziny • Pogłębianie grobów • Ekshumacje
Sprzedaż grobów na cmentarzu na Majdanku
BEZPŁATNA CHŁODNIA W LUBLINIE
c24089

Poszukujemy pracowników sezonowych/pomocników przy zbiorach od 15 kwietnia 2026 r.
Od 15 lutego poszukujemy pracowników do pomocy przy sadzeniu truskawek.

Poszukujemy zaangażowanych i zmotywowanych studentów, gospodyń domowych lub rolników z Polski do zbioru truskawek i szparagów.
Nasze truskawki rosną w tunelach, co ułatwia zbiór. Do zbioru szparagów używamy również maszyn.

OCZEKUJEMY:

☑ Jakości i rzetelności
☑ Płacimy minimalne wynagrodzenie plus premię akordową, z wymaganą minimalną dzienną wydajnością.

Jeśli zbierzesz dużo szparagów i dużo truskawek, zarobisz znacznie więcej pieniędzy niż wynosi płaca minimalna.

Spożywanie alkoholu na terenie zakładu jest zabronione.

Zainteresowanych prosimy o kontakt przez WhatsApp:
Westkämper
Sennelagerstr. 69
33106 Paderborn
Deutschland/ Niemcy
Tel.: +49 5254 5432
info@hof-westkaemper.de

in829

zamów swoje ogłoszenie drobne
tel. 81 46 26 820



WÓJT GMINY WÓLKA

informuje, że

w terminie od 15 stycznia 2026r. – 6 lutego 2026r. na tablicach ogłoszeń Urzędu Gminy Wolka Jakubowice Murowane 8, 20-258 Jakubowice Murowane oraz na stronie Gminy Wólka www.wolka.pl

został zamieszczony wykaz nieruchomości gminnej przeznaczonej do oddania w użyczenie.

Wykaz dotyczy nieruchomości położonej w Świdniku Dużym i zawiera niezbędne informacje dotyczące przedmiotu użyczenia oraz terminu składania wniosków przez osoby uprawnione.
Dodatkowe informacje tel. 81 478 17 63 w godz. 8.00-15.00.

Wykonujący zadania i kompetencje Wójta Gminy Wólka
Paweł Turczyn

in834

WÓJT GMINY LUDWIN

działając na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (Dz. U. z 2024r. poz. 1145 z późn.zm.) podaje do publicznej wiadomości, że w dniu 14.01.2026 r. na okres 21 dni, w siedzibie Urzędu Gminy w Ludwinie, na tablicy ogłoszeń

wywieszony został wykaz nieruchomości stanowiącej mienie komunalne Gminy Ludwin przeznaczonej do dzierżawy.

Szczegółowe informacje można uzyskać w pok. Nr 11 lub pod nr tel. 81 75 70 018 w godz. 8^{00} – 13^{00}.

in833

SYNDYK SPRZEDA NIERUCHOMOŚĆ

Syndyk masy upadłości osoby fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej

ogłasza sprzedaż z wolnej ręki, w trybie wyboru najkorzystniejszej oferty, udziału 1/4 w prawie własności lokalu mieszkalnego nr 37 o powierzchni 62,44 m2, mieszczącego się w budynku przy ul. Karola Olszewskiego 6 w Puławach,

dla którego prowadzona jest księga wieczysta nr LU1P/00040752/3, za cenę nie niższą niż 95 250,00 PLN brutto. Pisemne oferty mogą być składane w terminie 14 dni od dnia ukazania się ogłoszenia prasowego.

Szczegółowe informacje o przedmiocie sprzedaży dostępne są na stronie internetowej: www.bkkancelaria.pl/syndyk-sprzeda, pod adresem e-mail: b.kaminski@bkkancelaria.pl oraz pod numerem telefonu: 790 743 320.

in830

SYNDYK SPRZEDA NIERUCHOMOŚĆ

Syndyk masy upadłości osoby fizycznej nieprowadzącej działalności gospodarczej

ogłasza sprzedaż z wolnej ręki, w trybie wyboru najkorzystniejszej oferty, nieruchomości gruntowej zabudowanej, stanowiącej działkę ewidencyjną nr 320, o powierzchni 0,48 ha, położonej w miejscowości Klementynów 14, gmina Niedźwiada, powiat lubartowski, województwo lubelskie,

dla której prowadzona jest księga wieczysta nr LU1A/00096681/6, za cenę nie niższą niż 290 499,00 PLN brutto. Pisemne oferty mogą być składane w terminie 14 dni od dnia ukazania się ogłoszenia prasowego.

Szczegółowe informacje o przedmiocie sprzedaży dostępne są na stronie internetowej: www.bkkancelaria.pl/syndyk-sprzeda, pod adresem e-mail: b.kaminski@bkkancelaria.pl oraz pod numerem telefonu: 790 743 320.

in827

PRZEPROWADZKI 665 196 198
USŁUGI TRANSPORTOWE
ZŁOTA RĄCZKA
▸ Oferujemy transport :mebli, pianin, fortepianów, sejfów, antyków, AGD, RTV, gabarytów, itp.
▸ Załadunek, rozładunek jak i samo wniesienie.
▸ Demontaż i montaż wyposażenia wnętrz, zabezpieczenie przedmiotów.
▸ Przewozimy firmy i osoby prywatne na terenie woj. lubelskiego jak i całej UE
▸ opróżnianie mieszkań, piwnic. Utylizacja niepotrzebnych rzeczy
▸ Każde zlecenie traktujemy indywidualnie.
SCAN ME
Tel. 667-991-226 przeprowadzkilublin.net
in231 69

eprasa.pl 8c024284d4



KONTAKT
81 533 55 44

ARKADY ELIZÓWKA
Osiedle z widokiem na Lublin

tbv.pl

P4878

eprasa.pl 8c024284d4