WTOREK-CZWARTEK
|23|12|2025|-|01|01|2026|

DZIENNIK ELBLĄSKI TYGODNIK

ELBLĄG, GODKOWO, GRONOWO ELBLĄSKIE, MARKUSY, MILEJEWO, MŁYNARY, PASŁĘK, RYCHLIKI, TOLKMICKO

cena 5,99 zł (w tym 8% VAT)

IKAT GAZETA
braniewska

BRANIEWO, FROMBORK, LELKOWO, PIENIĘŻNO, PŁOSKINIA, WILCZĘTA

CO, GDZIE, KIEDY?

ISSN 2956-2740
52
9 772956 274002

ISSN 2956-2740 NR INDEKSU 442968 \\\ NR 52

Z okazji Świąt Bożego Narodzenia
życzymy Naszym Czytelnikom,
aby nadchodzący czas był wypełniony Bożą obecnością,
która nadaje sens każdej ludzkiej historii,
a poprzez Słowo niech każdy
otrzyma nadzieję niezbędną do pełnego życia.

Redakcja i Zarząd

DZIENNIK ELBLĄSKI

eprasa.pl 9376b72e51

SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI

Ewelina Gulińska
dziennikarka
e.gulinska@dziennikelblaski.pl
Tel.: 502 499 529

Elwira Kowalska
manager ds. reklamy
e.kowalska@dziennikelblaski.pl
Tel.: 604 408 305

UMIŁOWANE SIOSTRY I UMIŁOWANI BRACIA, DRODZY DIECEZJANIE

W tajemnicy Betlejemskiej Nocy raz jeszcze rozbrzmiewa orędzie, które od ponad dwóch tysięcy lat niesie światu światło, nadzieję i pokój. W roku duszpasterskim przeżywanym pod hasłem „Uczniowie-misjonarze" pochylamy się nad żłóbkiem naszego Zbawiciela, aby od Niego uczyć się, czym jest prawdziwe bycie uczniem, i aby od Niego przyjąć misję niesienia Ewangelii tam, gdzie Bóg nas codziennie posyła.

Tegoroczne święta przeżywamy w czasie trudnym i naznaczonym niepokojem. Za naszą wschodnią granicą wciąż prowadzona jest wojna, niosąc ból rodzinom, które utraciły swoich najbliższych, i niepewność narodom pragnącym pokoju. Widzimy także podziały, które przenikają nasze społeczeństwo, a czasem i nasze rodziny, podziały raniące i osłabiające wspólnotę, którą winniśmy budować. Jako ludzie wiary nie możemy pozostawać obojętni na te dramaty. Dlatego w tę Świętą Noc słowa anielskiego orędzia „Chwała na wysokości Bogu, a na ziemi pokój ludziom dobrej woli" stają się dla nas nie tylko pięknym wezwaniem, lecz także pilnym i aktualnym wyzwaniem.

Chrystus rodzi się pośród naszych lęków, niepokojów i pragnień, aby objawić, że Bóg nigdy nie opuszcza człowieka. On przychodzi jako Światłość prawdziwa — nie po to, aby nas potępić, ale by oświecić i odnowić, nie po to, aby sądzić, ale aby wybawić, nie po to, by dzielić, ale by gromadzić w jedną rodzinę dzieci Bożych. W Jego obecności wszystko może stać się nowe.

W duchu tego roku duszpasterskiego stawajmy się prawdziwymi uczniami-misjonarzami: ludźmi, którzy słuchają głosu Mistrza, którzy karmią się Jego słowem i Jego Ciałem, a następnie odważnie świadczą o Nim tam, gdzie życie stawia ich każdego dnia. Niech nasza wiara będzie widoczna w dobroci serca, w gotowości do przebaczenia, w cierpliwości wobec słabszych, w budowaniu pokoju w naszych domach, parafiach i środowiskach pracy.

W tym szczególnym czasie otoczmy naszą modlitwą i konkretną troską ludzi dotkniętych wojną, chorych, samotnych, rodziny przeżywające kryzysy oraz tych, którzy zagubili sens swojej drogi. Niech nikt wokół nas nie czuje się opuszczony czy niepotrzebny. Niech każdy znajdzie w nas braci i siostry gotowych nieść pomoc.

Życzę Wam, aby Boże Narodzenie stało się dla wszystkich doświadczeniem prawdziwego pokoju, który rodzi się nie z braku trudności, lecz z obecności Boga pośród nas. Niech Ten, który narodził się w ubogiej stajni, obdarzy Wasze rodziny zgodą i jednością, a codzienność przeniknie swoją miłością. Niech prowadzi Was ku temu, co piękne, dobre i trwałe. Niech umacnia Waszą wiarę, pogłębia Waszą nadzieję i rozpala Waszą miłość.

Z serca błogosławię każdemu z Was: dzieciom i młodzieży, małżonkom i samotnym osobom, ludziom pracy, starszym osobom, chorym, wszystkim, którzy służą Kościołowi i naszej Ojczyźnie.

Radosnych, pełnych pokoju i Bożej obecności Świąt Bożego Narodzenia i szczęśliwego Nowego Roku 2026!

JÓZEF GÓRZYŃSKI, ARCYBISKUP METROPOLITA WARMIŃSKI

CHRYSTUS SIĘ NARODZIŁ! ХРИСТОС РОЖДЖАЄТЬСЯ!

„Niebo i ziemia zjednoczyły się teraz, gdy narodził się Chrystus;
teraz Bóg zstąpił na ziemię, a człowiek wstąpił do nieba;
teraz, dla ludzkości, Ten, który z natury był niewidzialny,
stał się widzialny w ciele".
(werset z „Wielkich Nieszporów")

Z okazji świąt Bożego Narodzenia składam serdeczne życzenia wszystkim chrześcijanom, którzy z otwartym sercem i wiarą przyjmują przyjście Syna Bożego na świat. On jest jedyną nadzieją i zbawieniem dla świata. On jest Światłem, które rozprasza wszelką ciemność: „Tak bowiem Bóg umiłował świat, że Syna swego Jednorodzonego dał...".

Tak jak narodził się niepostrzeżenie w Betlejem, tak dziś objawia się i jest obecny wszędzie tam, gdzie panuje wzajemna miłość, człowieczeństwo, dobroć, przebaczenie i pokój. Odnówmy w sobie zdolność do rozświetlania i ogrzewania bożonarodzeniowym światłem, kolędami i modlitwą. Wtedy nie będzie ciemności i chłodu. I nic nas nie pokona!

Niech pokój zagości w naszych sercach, naszych rodzinach i między narodami. Niech ustaną konflikty na świecie, a Ukraina odzyska sprawiedliwy pokój. Dziękuję wszystkim wolontariuszom, którzy spieszą z nieustanną pomocą z narażeniem swojego życia. Dziękuję wszystkim, którzy wspierają ukraiński naród, tak umęczony wojną.

Z głębi serca życzę wszystkim, od najmłodszych do najstarszych, radości dzieci Bożych, smacznej kutii, radosnych

i rodzinnych świąt Bożego Narodzenia, dużo zdrowia, pokoju na Ukrainie oraz szczęśliwego, spokojnego i błogosławionego nadchodzącego roku.

W święta Bożego Narodzenia i Nowy Rok niech błogosławieństwo Pańskie będzie z Wami!

ARKADIUSZ TROCHANOWSKI, BISKUP OLSZTYŃSKO-GDAŃSKI KOŚCIOŁA GRECKOKATOLICKIEGO

DRODZY CZYTELNICY!

Na czas Świąt takie oto słowa proroctwa o Zbawicielu: „I nazwą Go Książę Pokoju." Izajasz 9,1

Możemy dziś spytać, czy rzeczywiście: Jezus jest księciem pokoju dla polityków i dla nas? Jeśli wszczynamy wojny, intrygi przeciw bliźniemu, jeśli jesteśmy pełni złości i zawiści.

Pojawia się pytanie: na ile rzeczywiście szukam pokoju z Bogiem i z drugim człowiekiem?

Wyczekiwany Mesjasz jawił się jako ten, który przyniesie pokój. Jedni myśleli, że zniszczy tych drugich, tak jak ci drudzy, że tych pierwszych i wtedy wreszcie zapanuje pokój.

Współczesna historia pokazuje nam coś podobnego.

Dziś, żyjąc w demokratycznym, choć podzielonym kraju, nie doceniamy być może pokoju, który mamy.

Tymczasem, Jezus nie przynosi pokoju wg naszych ludzkich wyobrażeń.

Jezus jest księciem pokoju, choć nie przez wszystkich został rozpoznany i zaproszony.

Zbawiciel narodzony w grocie lub na tyłach domostwa pośród zwierząt, ze swoim poselstwem pokoju nie znajduje miejsca wśród ludzi. Co więcej, Jego przyjście powoduje lęk o władzę i straszną rzeź niewinnych dzieci.

Jeśli nie wierzysz, nie ujrzysz nic więcej.

W tym przedświątecznym okresie, gromadzimy się symbolicznie przy żłóbku nowonarodzonego, choć zapatrzeni głównie w siebie i swoje problemy.

Jakie będą dla nas tegoroczne Boże Narodzenie?

Dla jednych świąteczny „lockdown", dla innych mnóstwo pracy i gonitwa, dla nielicznych chwila wytchnienia i refleksji.

Na Święta i Nowy Rok życzę światłości z góry, dostrzeżenia tego, co niewidzialne, mądrych wyborów. Więcej wiary, nadziei i miłości.

Bądźcie choć trochę lepsi.

Pokoju dla wszystkich!

BP PAWEŁ HAUSE

WYDAWCA
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 7B
10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera

ZASTĘPCA REDAKTORA NACZELNEGO
Ewelina Gulińska
e.gulinska@dziennikelblaski.pl

REDAKTOR WYDANIA
Ewelina Gulińska e.gulinska@dziennikelblaski.pl

WYDANIE ONLINE internet@gazetaolsztynska.pl
tel. 514 800 549

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 515

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 531

DZIENNIKELBLASKI.PL
82-300 Elbląg, ul. Rybacka 35
tel. 502 499 529
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
82-300 Elbląg, ul. Rybacka 35
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl

Elwira Kowalska
tel. 604 408 305

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7B
tel. 502 499 539

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

eprasa.pl 9376b72e51

NIE MA BOŻEGO NARODZENIA BEZ MIŁOŚCI

Istnieje pewien rodzaj zmęczenia, który dopada nas często tuż przed świętami. To nie tylko znużenie kolejkami, zakupami, prezentami czy sprzątaniem, ale głębszy, egzystencjalny przesyt „świątecznym sezonem". Boimy się, że pod grubą warstwą marketingowego pudru, dziesiątków życzeń, okołoświątecznych spotkań, niemal przymusowego dobrego nastroju samo wydarzenie Bożego Narodzenia stanie się tylko tłem, ścianką, na której wypada pokazać się z uśmiechem. Tymczasem tegoroczna liturgia roku liturgicznego A na pierwszy dzień Bożego Narodzenia, czytana przez pryzmat współczesnych lęków, znużenia i braku zakotwiczenia w autentycznej nadziei, mówi nam coś radykalnie innego. Wspomnienie narodzin Jezusa nie jest żadnym pretekstem do kilku dni wytchnienia ani odpoczynku od codzienności, nie jest też sentymentalną i wyłącznie kulturową dekoracją towarzyskich spotkań czy sposobem na budowanie hedonistycznego klimatu. Jest przede wszystkim egzystencjalną szansą dla nas, by Nowonarodzony wszedł w nasze teraźniejsze, kruche, połamane i pełne lęku życie i przemienił je swoją mocą. Ale czy na pewno On chce w nie wejść? Pytamy siebie z obawą.

Betlejem to nie bajka

Kiedy słuchamy o spisie ludności za Kwiryniusza i o dekrecie cesarza Augusta, często traktujemy to jak literacki naddatek, rodzaj znanej zapowiedzi „Dawno, dawno temu, za górami, za lasami". To błąd. Ta precyzja historyczna ma swój sens, ponieważ natchniony autor chciał nam przekazać, że Boże Narodzenie wydarzyło się w konkretnym teraz, co więcej, w świecie podobnym do naszego, tak samo brutalnym, niepewnym i zbiurokratyzowanym jak nasz. Boże Narodzenie wydarzyło się również w kontekście polityki, podatków, bezdusznych przepisów, strachu o przyszłość, co sprawiło, że dla brzemiennej kobiety zabrakło miejsca w gospodzie. I już w tym miejscu pryska mit sielankowego narodzenia

Caravaggio, „Narodzenie Pańskie ze św. Franciszkiem i św. Wawrzyńcem" (około 1609 roku)

Jezusa, a co za tym idzie – wydumanej i przerysowanej wizji świąt. Bóg, znając realia świata, wtedy i teraz, nie wybrał na narodziny swojego Syna ani luksusowego pałacu, ani sterylnej sali porodowej, ani nawet znanego miejsca, które kojarzy się z wyjątkowością. Za to wybrał peryferia, brudny żłób i skromne pieluszki, które nie mają w sobie nic z dzisiejszej, przesłodzonej estetyki narodzin dziecka. Dlaczego to ważne dla nas? Bo jeśli Bóg objawia się w niedopasowaniu, w tym, co nieestetyczne, trudne, siermiężne, to znaczy, że spotkamy Go nie tylko przy pięknym wigilijnym stole w odświętnym klimacie – pod warunkiem, że wszystko pójdzie zgodnie z naszymi planami – ale spotkamy Go także tam, gdzie nie będziemy chciani, mile witani, gdzie nie będzie miejsca dla nas, gdzie poczujemy się nieużyteczni, niekochani, lekceważeni, także we własnym domu i we własnej rodzinie. Nasze osobiste Betlejem, w którym ujawnia się nasze ubóstwo różnej natury, może być tak naprawdę wszędzie. Jednak w tym „wszędzie" może znaleźć się Jezus, gdy szczerze poprosimy Go o to.

Miłość bez „jeśli"

Najtrudniejszą lekcją Bożego Narodzenia jest pokora w nauczeniu się przyjmowania dobra, gdy mamy świadomość, że sami nie jesteśmy dobrzy. Brzmi to może banalnie, dopóki nie zdamy sobie sprawy z tego, jak bardzo jesteśmy przyzwyczajeni do logiki transakcyjnej. Żyjemy bowiem w świecie, w którym na wszystko trzeba zapracować lub sobie zasłużyć. Nawet miłość dla wielu kojarzy się, niestety, z nagrodą za dobre sprawowanie. W tymże kontekście komunikat płynący z betlejemskiej nocy wydaje się wręcz skandaliczny, nieprawdopodobny. Bo Bóg kocha nas nie za to, że jesteśmy mili i poprawni, ale dlatego, że po prostu jesteśmy. Bogu wystarczy samo nasze istnienie, aby nas kochać, bez zasług i wstępnych warunków. Bóg nie mówi: „Będę cię kochał, jeśli...". Powtórzę, o czym kiedyś pisałam: Bóg nie brzydzi się żadnym człowiekiem, nie brzydzi się ludzką kondycją. Nie stoi nad nami z batem, czekając, aż najpierw się poprawimy. On wchodzi w środek naszych grzechów, błędów, nieprawości, kryzysów, w środek naszej fizyczności i naszych emocjonalnych pęknięć. Wchodzi z miłością dyskretną, nieprzemocową, cierpliwą, wyrozumiałą i łagodną. Światło, które bije z betlejemskiej stajni, nigdy nie oślepia człowieka, nie obnaża go w swej jasności i przenikliwości, ale pozwala widzieć siebie w pełni prawdy. Pomyślmy o sytuacji, gdy nie potrafimy wybaczyć sobie latami jakiegoś błędu, złej decyzji, która zaważyła na całym życiu, lub gdy nie umiemy komuś czegoś wybaczyć. Albo gdy czujemy się gorsi, bo nie odnieśliśmy tak zwanego życiowego sukcesu. Co nam wówczas mówi Boże Narodzenie? Mówi, że nasza godność nie jest efektem naszych starań, zawsze mądrych decyzji, zdobytej pozycji, noszonych tytułów, lecz jest faktem dokonanym przez to, że Bóg stał się jednym z nas, że uniżył się do tego stopnia, że przyjął ludzkie ciało i zechciał narodzić się z ziemskiej matki. Jeśli zatem On nie gardzi człowieczeństwem, to nikt z nas nie ma prawa gardzić sobą samym ani drugim człowiekiem.

Braterstwo jako akt protestu

I w tym miejscu pojawia się kolejna ważna konstatacja: konsekwencje społeczne. Jeśli wszyscy jesteśmy dziećmi przyjętymi przez Boga i przez Niego kochanymi, to automatycznie stajemy się dla siebie braćmi i siostrami. Owszem, to nie jest łatwe do przyjęcia, zwłaszcza w świecie głęboko podzielonym, w którym nawet zwykła różnica zdań niemal natychmiast przeradza się w pogardę, a niekiedy wręcz w nienawiść. W takiej rzeczywistości betlejemskie wydarzenia jawią się jako znak sprzeciwu. Wigilia więc to nie jest czas tylko na zawieszenie broni, po którym wracamy do okopów, ale to wezwanie do rozbrojenia naszego serca, emocji, umysłu. Skoro sam Bóg skraca dystans między niebem a ziemią, my nie możemy budować murów między sobą. Łamanie się opłatkiem czy, jak w ekstremalnych warunkach polskiej historii, kromką czarnego chleba to konieczny gest przyznania drugiemu człowiekowi prawa do istnienia, do błędu i do miłości. Braterstwo nie jest bynajmniej sentymentalnym lub nic nie znaczącym hasłem, które kojarzyć się może z rewolucją francuską, to ciężka praca nad uznaniem, że ten, kto myśli inaczej, kto nas irytuje, kto jest nam obcy, kto ma inne przekonania i poglądy, niesie w sobie ten sam obraz Boga, który i my niesiemy. Boże Narodzenie to protest Boga przeciwko światu, w którym człowiek człowiekowi odmawia miejsca.

Ciemność nie ma ostatniego słowa

Często myślimy o religii dość prosto, jako o ucieczce od trudnej rzeczywistości w bezpieczny kokon obrzędowości. Ale Boże Narodzenie przypomina, że chrześcijańska nadzieja nie polega na ignorowaniu ciemności, bo one przecież też istnieją. Przeciwnie, czytam bowiem w Ewangelii, że „naród kroczący w ciemnościach ujrzał światłość wielką". Ta światłość nie kasuje ciemności za dotknięciem czarodziejskiej różdżki. Ona raczej pozwala w tych naszych ciemnościach iść dalej, nie gubić drogi i nie wpadać w diabelskie koleiny rozpaczy, zniechęcenia i smutku. Owa światłość jest nadzieją dla tych, którzy te święta spędzają w przygnębieniu, może w żałobie, w chorobie, samotności albo w lęku o jutro. Bóg nie obiecuje nam, że życie będzie magiczne, bezproblemowe, pozbawione codziennych kłopotów. Ale za to obiecuje, że w żadnym mroku, w żadnej ciemnej nocy duszy nie będziemy już sami. To światło jest naszą pewnością, że noc nie ma ostatniego słowa.

Oglądam czy adoruję?

Na koniec pozostaje najbardziej praktyczne pytanie: czy w tegoroczny drugi dzień świąt po uroczystości Narodzenia Pańskiego, kiedy choinka zacznie gubić pierwsze igły, będzie faktycznie inaczej? Czy poza estetyką tych świąt pozostanie w nas coś głębiej? Cóż, to zależy przede wszystkim od nas. Od nas zależy, czy nasze stanięcie przed żłóbkiem w kościele będzie tylko oglądaniem rekonstrukcji Bożego Narodzenia w formie sympatycznej okolicznościowej wystawki, czy stanie się raczej okazją do modlitwy, prośby, szczerej, na kolanach, pokornej, aby Nowonarodzony rozbroił naszą pychę, aby pomógł nam być nieco bardziej uważnymi na drugiego człowieka. Adoracja to nie jest patrzenie na gipsowe figurki i robienie selfie na ich tle. To zaufanie i zgoda na to, by miłość Boga przelała się przez nas dalej przez konkretne, nawet drobne gesty: podanie ręki, przebaczenie, które wydawało się niemożliwe, uciszenie własnego ego na rzecz słuchania, staranie się o to, aby widzieć w innym raczej dobro niż zło. Nie ma bowiem Bożego Narodzenia bez miłości. Owszem, ona czasami boli, bo wymaga od nas wrażliwości, skupienia, kompromisu, czasami też kosztuje, gdy rezygnujemy z bycia w centrum, ale tylko taka miłość ma moc nas przemienić. W tym roku spróbujmy nie dowozić świąt, tylko je przeżyć. Spróbujmy w nie wejść z pustymi rękami, pozwalając, by to Bóg nas obdarował. Tak po prostu, bez kontraktu, transakcji, bez zasług z naszej strony, ale z czystej bliskości i miłości, jak tylko On to potrafi zrobić. Dopiero wtedy z tego obdarowania będziemy mogli zacząć naprawdę dawać siebie innym. Nie możemy bowiem dać czegoś innym, skoro sami tego nie posiadamy.

ZDZISŁAWA KOBYLIŃSKA

KONDOLENCJE

Życie to czas, w którym szukamy Boga.
Śmierć to czas, w którym Go znajdujemy.
Święty Franciszek Salezy

Pani

Krystynie Lewańskiej

oraz Bliskim

wyrazy najgłębszego współczucia w trudnej i bolesnej chwili po stracie

Męża

składają
Starosta Braniewski,
Zarząd Powiatu Braniewskiego oraz pracownicy Starostwa Powiatowego w Braniewie

15725sezr-a -G

eprasa.pl 9376b72e51

POLACY LUBIĄ DAWAĆ PREZENTY

SIEDEMDZIESIĄT SIEDEM PROCENT BADANYCH POLAKÓW DEKLARUJE, ŻE LUBI DAWAĆ PREZENTY – WYNIKA Z BADANIA PANELU BADAWCZEGO ARIADNA. RESPONDENCI ZAPYTANI O WYMARZONY PREZENT NAJCZĘŚCIEJ WSKAZYWALI NA PIENIĄDZE.

Z badania wynika, że 77 proc. Polaków lubi dawać prezenty. Częściej dotyczy to kobiet (82 proc.) niż mężczyzn (72 proc.) oraz osób z wyższym wykształceniem (79 proc.).

Autorzy ankiety zwrócili uwagę na fakt, że równie chętnie Polacy przyjmują upominki – lubi je 80 proc. badanych. Ci, którzy prezentów nie lubią, wskazywali na ich niedopasowanie, zbędność oraz poczucie zobowiązania do rewanżu.

Zapytani o wymarzony prezent pod choinkę respondenci najczęściej wskazywali na pieniądze (20 proc.), książki (18 proc.) i elektronikę (14 proc.), przy czym elektronika jest szczególnie atrakcyjna dla mężczyzn (22 proc. wobec 6 proc. kobiet).

Wybór pieniędzy jako formy prezentu zależy od wieku i wykształcenia – preferuje je 27 proc. osób w wieku 35-44 lat, 30 proc. osób z wykształceniem podstawowym lub zawodowym oraz 29 proc. tych, którzy nie lubią dostawać prezentów.

Badanie metodą CAWI przeprowadził 5-8 grudnia 2025 roku ogólnopolski panel badawczy Ariadna. Wzięły w nim udział 1094 osoby w wieku 18 lat i starsze.

PAP

ORSZAK TRZECH KRÓLI PRZEJDZIE ULICAMI ELBLĄGA

WE WTOREK, 6 STYCZNIA, ULICAMI ELBLĄGA PRZEJDZIE ORSZAK TRZECH KRÓLI. W TYM ROKU WYDARZENIE ODBĘDZIE SIĘ POD HASŁEM „NADZIEJĄ SIĘ CIESZ!".

Fot. EG

Pochód wyruszy o godzinie 13 z placu Kazimierza Jagiellończyka i przejdzie ulicami Elbląga. W programie zaplanowano plenerowe jasełka, wspólne kolędowanie oraz pokłon trzech królów. Zwieńczeniem wydarzenia będzie msza święta w katedrze św. Mikołaja.

Tegoroczny Orszak odbędzie się pod hasłem „Nadzieją się ciesz!", które nawiązuje do przesłania uroczystości Objawienia Pańskiego i ma podkreślać znaczenie wspólnoty oraz nadziei w życiu społecznym i rodzinnym.

Orszak Trzech Króli ma charakter otwarty i rodzinny. Organizatorzy zachęcają mieszkańców do udziału całymi rodzinami. Uczestnicy pochodu tradycyjnie otrzymają papierowe korony.

Organizatorem wydarzenia jest Sztab Elbląskiego Orszaku Trzech Króli. W przygotowanie Orszaku zaangażowane są Katolicki Ruch Antynarkotyczny KARAN, Niepubliczne Przedszkole Katolickie im. bł. Franciszki Siedliskiej w Elblągu, Publiczna Szkoła Podstawowa im. św. Franciszka z Asyżu w Elblągu, Zespół Szkół Pijarskich im. św. Mikołaja w Elblągu, elbląskie parafie, Teatr Katolicki FEN oraz Ochotnicza Straż Pożarna w Krzewsku.

Współorganizatorami i partnerami wydarzenia są Urząd Gminy Elbląg, Elbląskie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR), Hufiec Elbląg ZHP oraz wspólnoty Mężczyźni Boga i Wojownicy Maryi.

Patronat nad Orszakiem objęli prezydent Elbląga dr Michał Missan oraz biskup elbląski Wojciech Skibicki.

RED

BEZ TEGO NIE WYOBRAŻAMY SOBIE ŚWIĄT

BLISKO POŁOWA POLAKÓW NIE WYOBRAŻA SOBIE ŚWIĄT BOŻEGO NARODZENIA BEZ BARSZCZU Z USZKAMI, A NIESPEŁNA 40 PROC. BEZ PIEROGÓW – WYNIKA Z BADANIA BAROMETR PROVIDENTA. W ŚWIĘTA PIEROGI JEDZĄ CZĘŚCIEJ KOBIETY NIŻ MĘŻCZYŹNI.

Dziewięćdziesiąt sześć procent ankietowanych podkreśliło, że je i próbuje wigilijnych potraw. Z badania wynika, że 45,7 proc. Polaków nie wyobraża sobie świąt bez barszczu z uszkami, a niespełna 40 proc. bez pierogów. Te dwie potrawy wybierają przede wszystkim najmłodsi respondenci (odpowiednio 52,8 i 55,5 proc.). Z kolei osoby powyżej 65. roku życia, częściej niż pozostali (41,3 proc.), nie wyobrażają sobie świątecznego stołu bez karpia.

fot. pixabay

Kobiety częściej niż mężczyźni jedzą pierogi (42,2 proc. wobec 36,1 proc.) i sałatkę jarzynową (22 proc. wobec 20 proc.). Panowie z kolei chętniej wybierają karpia (36,2 proc. wobec 30,8 proc.).

Pod względem regionów Polski pierogi są najpopularniejsze na Podkarpaciu (66,3 proc. wskazań) oraz w województwie świętokrzyskim (56,2 proc.). Z kolei mieszkańcy województwa kujawsko-pomorskiego najczęściej wybierają sałatkę jarzynową (47,3 proc.). W Lubuskiem najpopularniejszy jest barszcz z uszkami (71,8 proc.), a w Łódzkiem – zupa grzybowa (45,5 proc.).

Respondenci zostali też zapytani, czy jako świąteczną zupę wolą barszcz czy grzybową. Zupa grzybowa najpopularniejsza jest w województwie świętokrzyskim, gdzie wskazała na nią prawie jedna trzecia respondentów, podczas gdy w województwach lubelskim i lubuskim wymieniało ją tylko nieco ponad 1 proc. badanych.

Z kolei barszcz najpopularniejszy jest na Dolnym Śląsku. „Co ciekawe, tylko ponad 27 proc. respondentów z Podlasia nie wyobraża sobie bez tej zupy świąt. Ten region jest za to prawdziwym królestwem kutii, mającej tam kilka razy więcej zwolenników niż w innych regionach. Podobnie jest z kluskami z makiem. Podczas gdy w województwie małopolskim nie wyobraża sobie bez nich świąt 8,5 proc. respondentów, to na przykład w opolskim nie wskazała na tę potrawę ani jedna osoba" – podkreślili autorzy badania.

Bez makowca świąt nie wyobraża sobie co 10 ankietowany, bez pierników 7,5 proc., a sernika 11,6 proc. badanych.

Badanie zostało przeprowadzone metodą CAWI na próbie 1000 dorosłych Polaków w październiku 2025 roku. Provident Polska jest częścią grupy finansowej International Personal Finance (IPF) notowanej na Londyńskiej Giełdzie Papierów Wartościowych. IPF działa w 9 krajach na całym świecie. W Polsce Provident działa od 1997 roku na rynku pozabankowych pożyczek gotówkowych.

PAP

eprasa.pl 9376b72e51

TRUDNE ŚWIĘTA SĄ MOŻLIWE. O BOŻYM NARODZENIU BEZ UDAWANIA

BOŻE NARODZENIE – CZAS POJEDNANIA, RODZINNYCH SPOTKAŃ I WEWNĘTRZNEJ RADOŚCI. ALE CO, GDY ZAMIAST CIEPŁA CZUJEMY CHŁÓD, A PRZY WIGILIJNYM STOLE BARDZIEJ NIŻ POKÓJ OBECNE SĄ NAPIĘCIA I NIEWYPOWIEDZIANE ŻALE? CZY ŚWIĘTA BEZ IDEALNEJ ATMOSFERY MOGĄ BYĆ PRAWDZIWE? KSIĄDZ JÓZEF KOŻUCHOWSKI MÓWI WPROST: CHRZEŚCIJAŃSTWO NIE WYMAGA OD NAS UDAWANIA. TRUDNE ŚWIĘTA SĄ MOŻLIWE POD WARUNKIEM, ŻE TOWARZYSZY IM PRAWDA, POKORA I CHOĆBY NAJMNIEJSZA GOTOWOŚĆ DO TEGO, BY UCZYNIĆ PIERWSZY KROK KU POJEDNANIU.

– Czy wigilijny stół w Polsce rzeczywiście jest miejscem pojednania czy raczej udawania zgody?

– Wigilijny stół w Polsce nie zawsze jest miejscem rzeczywistego pojednania – częściej bywa próbą zawieszenia konfliktów. I nie ma w tym nic zaskakującego. Pojednanie rzadko dokonuje się od święta. Ważne jednak jest to, by nie było tu hipokryzji. Potrzebna jest dobra wola i gotowość, by zobaczyć w drugim człowieku coś więcej niż własne urazy. Sens wigilijnego spotkania nie polega na udawaniu zgody, lecz na wezwaniu do niej. Chrześcijaństwo nie obiecuje łatwego pokoju, ale uczy postawy, w której nie zamyka się drzwi przed drugim człowiekiem, nawet wtedy, gdy pojednanie jest procesem, a nie faktem.

– Dlaczego właśnie w czasie świąt rodzinne konflikty bywają najbardziej widoczne?

– W okresie świąt rodzinne konflikty bywają szczególnie mocno przeżywane. Spotkania przy jednym stole, powrót do wspólnych wspomnień i oczekiwanie, że „wszystko powinno być idealnie", często wydobywają na powierzchnię to, co przez cały rok było przemilczane: urazy, ból, niewypowiedziane krzywdy. W takich momentach łatwo skupić się wyłącznie na własnych ranach. Dlatego tak ważne jest to, by zwrócić serce i umysł ku Bogu. W modlitwie „Ojcze nasz" prosimy: „I odpuść nam nasze winy, jako i my odpuszczamy". To nie jest tylko piękne zdanie, ale konkretne zaproszenie do rachunku sumienia: czy naprawdę chcę przebaczyć i czy mam odwagę sam prosić o przebaczenie. Święta nie rozwiązują konfliktów automatycznie, ale mogą stać się momentem pierwszego kroku, cichej decyzji, że nie chcę już żyć z ciężarem nieprzebaczenia.

– Czy pojednanie bez prawdy, tak częste przy wigilijnym stole, ma jakąkolwiek wartość?

– Pojednanie powinno dokonywać się w prawdzie. Bez niej zgoda pozostaje jedynie chwilowym zawieszeniem konfliktu, a nie rzeczywistym uzdrowieniem relacji. W tajemnicy Nowonarodzonego Bóg daje nam jednak łaskę odwagi i pokory, by tę prawdę wypowiedzieć i przyjąć. Trzeba tylko z wiarą po nią sięgnąć.

– Czy Boże Narodzenie zobowiązuje do przebaczenia czy raczej do nazwania zła po imieniu?

– Boże Narodzenie nie stawia nas przed wyborem: albo przebaczenie, albo nazwanie zła po imieniu. W Ewangelii te dwie rzeczy zawsze idą razem, bo wszystko dokonuje się w prawdzie. Przebaczenie i nazwanie zła nie wykluczają się – przeciwnie, wzajemnie się dopełniają. Zło trzeba nazwać po imieniu i jednocześnie przebaczyć. Dla chrześcijanina przebaczenie jest oczywiste, ale równie konieczne jest jasne nazwanie tego, co było złe. Bez prawdy przebaczenie staje się pustym gestem. Jeśli nie wiemy, co było złem, w gruncie rzeczy nie wiemy, co przebaczamy.

Prawda pozwala zobaczyć, co rzeczywiście się wydarzyło, i dopiero wtedy możliwe jest autentyczne przebaczenie. Zło pozostaje złem i musi być nazwane po imieniu – bez atakowania osoby i bez jej upokarzania. Potępiamy zło, ale nie przekreślamy człowieka. Przebaczenie dokonuje się zawsze w pokorze, ze świadomością, że sami jesteśmy grzeszni i również potrzebujemy miłosierdzia. Nie jesteśmy panami sumień. Przebaczamy nie z pozycji wyższości, lecz jako ludzie żyjący z miłosierdzia Boga.

fot. freepik

Trudne święta są możliwe pod warunkiem, że towarzyszy im prawda

– Czy chrześcijaństwo dopuszcza trudne święta, bez zgody i bez udawania bliskości?

– Chrześcijaństwo nie zgadza się na świętowanie oparte na udawaniu. Boże Narodzenie nie jest dekoracją relacji ani chwilowym zawieszeniem prawdy. Jeśli decydujemy się świętować razem, sam fakt bycia przy jednym stole zakłada minimum uczciwości i rezygnację z fałszywej bliskości. Nie oznacza to jednak, że święta muszą być łatwe. Mogą być trudne, naznaczone napięciem i ranami, które jeszcze się nie zagoiły. Chrześcijaństwo nie wymaga natychmiastowej zgody, ale wymaga prawdy. Trudne święta są możliwe, święta nieprawdziwe – nie. Bóg nie przychodzi do świata uporządkowanego i pojednanego, lecz wchodzi w jego kruchość i konflikty. Dzielenie się opłatkiem nie jest nagrodą za idealne relacje, ale znakiem gotowości do drogi pojednania, nawet jeśli jest ona jeszcze niepełna i trudna. Gest ten zakłada przynajmniej wolę, by zrobić krok ku drugiemu. Chrześcijaństwo nie daje jednak łatwego rozgrzeszenia za zaniechanie. Brak gestu nie może stać się wygodnym uspokojeniem sumienia. Jeśli ktoś nie potrafi się przełamać, zostaje wezwany, by uczciwie zmierzyć się ze swoim oporem, a nie uznać go za rozwiązanie.

– Czy można przeżyć Boże Narodzenie po chrześcijańsku, nie czując radości?

– Radość nie jest jedynie emocją ani chwilowym nastrojem. W perspektywie wiary jest ona owocem działania Ducha Świętego. Jeśli więc ktoś pyta o radość Bożego Narodzenia, trzeba najpierw zapytać o wiarę w samo Boże Narodzenie, czy traktujemy je jako wydarzenie zbawcze czy tylko kulturowy zwyczaj. Istnieje radość jako dar Ducha Świętego i istnieje radość czysto ludzka, zależna od zdrowia, relacji i okoliczności życia. Chrześcijańska radość nie polega na sztucznym entuzjazmie ani na zaprzeczaniu bólowi. Jeśli ktoś przeżywa chorobę, lęk, dramat rodzinny, nie musi tryskać uśmiechem. Różnica między człowiekiem wierzącym a niewierzącym nie polega na braku cierpienia, lecz na tym, co człowiek robi ze swoim cierpieniem. Człowiek bez wiary często zostaje z nim sam – zamknięty w bólu, lęku i bezradności. Człowiek wierzący może zanieść je do Betlejem. Może podzielić się nim z Dzieciątkiem Jezus. Może oddać Mu swoją nieradość, swoje zmęczenie i swój strach. I właśnie po to Bóg przychodzi. Bóg przychodzi nie po to, by natychmiast zabrać trudności, lecz po to, by je z nami dzielić.

– Jak Kościół powinien reagować na to, że dla wielu osób święta są czasem samotności?

– Kościół nigdy nie był obojętny na samotność, która szczególnie boleśnie ujawnia się w czasie świąt. Dlatego organizuje wigilie i spotkania świąteczne, przez Caritas przygotowuje paczki żywnościowe i inne formy pomocy. Jest także wymiar duchowy tej obecności: kapłani niosą posługę sakramentalną, odwiedzają chorych, przynoszą Komunię Świętą także w dni świąteczne, często kosztem własnego odpoczynku. To konkretne świadectwo, że człowiek wierzący nigdy nie jest sam, bo wiara jest przede wszystkim relacją z Jezusem Chrystusem.

– Czego ksiądz życzyłby naszym Czytelnikom?

– Drodzy Czytelnicy, z okazji świąt Bożego Narodzenia życzę Wam przede wszystkim bliskości Boga, który stał się Człowiekiem, aby być z nami i dla nas. Niech tajemnica Betlejem rozświetla codzienność i umacnia serca nadzieją, że Bóg naprawdę wchodzi w ludzkie życie, także to zwyczajne, pełne pracy i trosk. Życzę Wam spotkania z Chrystusem w sakramentach, zwłaszcza w Eucharystii. Niech Msza Święta, a szczególnie noc pasterki, będzie chwilą zatrzymania, adoracji i wdzięczności za Boga, który daje się nam w Chlebie Życia. Tam rodzi się prawdziwy pokój serca i siła do codziennego życia. Niech łaska pojednania odnawia serce i przywraca wewnętrzną wolność, a Komunia Święta umacnia miłość, cierpliwą i wierną. Niech modlitwa przy żłóbku i kolędzie prowadzi do bliższej więzi z Jezusem. Życzę Wam, aby świąteczne spotkania, przy stole i w kościele, były czasem wzrostu wiary, nadziei i miłości. Pragnę, aby Chrystus, który rodzi się w ciszy Betlejem, rodził się także w naszych sercach i uwrażliwiał nas na tych, których życie dziś szczególnie boli: chorych, samotnych, zmagających się z cierpieniem i smutkiem. Niech w tych dniach nie zabraknie dla nich naszej modlitwy, obecności i prostego dobra. Niech Nowonarodzony Pan obdarza nas swoim pokojem, błogosławi naszej ojczyźnie i prowadzi nas przez nowy rok drogą wierności Ewangelii.

Rozmawiała EWELINA GULIŃSKA

Z modlitwą i serdecznym pozdrowieniem
w związku ze zbliżającym się radosnym czasem Narodzenia Pańskiego
ks. dr hab. Józef Kożuchowski,
proboszcz parafii pw. św. Jadwigi Królowej w Kmiecinie,
prof. WSSE w Gdańsku
oraz wykładowca Powiślańskiej Akademii Nauk Stosowanych

eprasa.pl 9376b72e51

PRZEDŚWIĄTECZNE SPOTKANIA Z KOMBATANTAMI

Żołnierze 4 Warmińsko-Mazurskiej Brygady Obrony Terytorialnej odwiedzili bohaterów walk o niepodległość Polski. Wśród nich znaleźli się między innymi żołnierze Armii Krajowej, powstańcy warszawscy oraz sybiracy, którzy kiedyś nie wahali się walczyć o wolność ojczyzny i z pewnością zrobiliby to i dziś. Wiele z tych osób mimo swojego wieku wciąż pielęgnuje ducha walki i patriotyzm. Terytorialsi na Warmii i Mazurach opiekują się blisko 30 kombatantami, z którymi utrzymują stały kontakt.

Działania 4 Warmińsko-Mazurskiej Brygady Obrony Terytorialnej na rzecz kombatantów mają systematyczny i długofalowy charakter. Obejmują one także pomoc w codziennych sprawach. Terytorialsi podkreślają, że opieka nad weteranami nie jest jedynie obowiązkiem, ale także troską o ich poprzedników.

Kombatanci odgrywają przy tym szczególną rolę w budowaniu etosu służby wojskowej oraz kształtowaniu patriotycznych postaw wśród młodszych pokoleń żołnierzy. To przede wszystkim żołnierze Armii Krajowej – tradycje jej jednostek kontynuuje WOT.

Bezpośrednie spotkania, rozmowy i wspólne uczestnictwo w wydarzeniach historycznych pozwalają przekazywać wartości takie jak odpowiedzialność, poświęcenie i służba ojczyźnie. Pielęgnowanie relacji z kombatantami wzmacnia tożsamość brygady i przypomina, że współczesna służba wojskowa jest kontynuacją doświadczeń i tradycji tych, którzy walczyli o niepodległość Polski.

Czwarta Warmińsko-Mazurska Brygada Obrony Terytorialnej liczy ponad 3,5 tysiąca żołnierzy, służących w pododdziałach rozlokowanych w całym województwie. Są to bataliony i kompanie w Olsztynie, Braniewie, Morągu, Giżycku i Ełku. Żołnierze wszystkich tych pododdziałów troszczą się o kombatantów mieszkających w okolicach swojego stacjonowania.

ZESPÓŁ PRASOWY 4WMBOT

Fot. 4WMBOT

NIKT NIE POWINIEN BYĆ SAM

DZIESIĄTKI WOLONTARIUSZY, SETKI PORCJI JEDZENIA I JEDNO PRZESŁANIE: NIKT NIE POWINIEN BYĆ SAM. NA PLACU DWORCOWYM W ELBLĄGU ODBYŁA SIĘ JEDENASTA EDYCJA ŚWIĄTECZNEJ INICJATYWY ZORGANIZOWANEJ PRZEZ CHRZEŚCIJAŃSKĄ MISJĘ SPOŁECZNĄ TEEN CHALLENGE.

W piątek, 19 grudnia, na placu Dworcowym w Elblągu odbyło się XI Wigilijne Spotkanie „Nie Jesteś Sam". To wydarzenie, które od lat gromadzi elblążan: tych, którzy potrzebują wsparcia, i tych, którzy chcą się nim dzielić. W atmosferze świątecznego ciepła, otwartości i wzajemnej życzliwości uczestnicy mogli podzielić się opłatkiem i zjeść wigilijny posiłek. – Przesłanie jest zawsze takie samo: nikt nie jest sam. Dzięki Jezusowi Chrystusowi tutaj jesteśmy. On w nas, my w Nim. Chodzi o budowanie relacji z Nim i z ludźmi, do których nas posłał – mówiła Beata Grzeszczuk z Chrześcijańskiej Misji Społecznej Teen Challenge.

Tegoroczne spotkanie wigilijne było już 51. piątkiem z rzędu, kiedy na placu Dworcowym w Elblągu wydawano darmowy, ciepły posiłek dla osób będących w kryzysie. Pomoc ta udzielana jest co tydzień bez względu na pogodę czy porę roku. – Wyszliśmy, jak zawsze, do ludzi, naszych

przyjaciół, żeby nie byli sami. Ale też mamy wielką radość w sercu, że i my nie jesteśmy sami – podkreślała Beata Grzeszczuk.

Na uczestników czekały tradycyjne, świąteczne potrawy: zupa grzybowa, pierogi, paszteciki, bigos, sałatki i ciasta. Każdy mógł zjeść na miejscu lub zabrać jedzenie ze sobą. – Mam nadzieję, że nikomu niczego nie zabrakło. Wszystko przygotowano z myślą o około 200 osobach – przekazała organizatorka.

Nie zabrakło też wspólnego kolędowania, modlitwy i dzielenia się Słowem Bożym. Dla każdego przygotowano również świąteczne kartki i drobne upominki.

W przedsięwzięcie zaangażowało się wielu mieszkańców Elbląga: osoby prywatne, szkoły, firmy i organizacje.

– To nie tylko my jako Teen Challenge. Dołączyło wielu wspaniałych ludzi o wielkich sercach, nie tylko z organizacji, ale po prostu dobrych ludzi. Ktoś piekł ciasta, ktoś gotował bigos, ktoś przyniósł upominki. Wiele z tych rzeczy działo się w domach, prywatnie – opowiadała Beata Grzeszczuk.

Organizacja wydarzenia była możliwa wyłącznie dzięki ofiarności ludzi. – Nie piszemy projektów, nie pozyskujemy środków z zadań publicznych. Wszystko, co robimy w ciągu roku, opiera się na darach, datkach i wsparciu ludzi dobrego serca – tłumaczyła.

Kiedy lata temu organizowano pierwsze spotkania, były one bardzo skromne i odbywały się bez rozgłosu, bez udziału mediów. – Wtedy byliśmy tylko my, Bóg i ludzie. My dla nich, oni dla nas. To było wzruszające – wspominała. Dziś wigilijne spotkanie Chrześcijańskiej Misji Społecznej Teen Challenge już na stałe gości w grudniowym kalendarzu elbląskich wydarzeń. **EWELINA GULIŃSKA**

OPŁATEK U ELBLĄSKICH INŻYNIERÓW

W ELBLĄSKIM DOMU TECHNIKA PRZY ULICY KRÓLEWIECKIEJ 108 ODBYŁO SIĘ OPŁATKOWE SPOTKANIE PRZEDSTAWICIELI ŚRODOWISK INŻYNIERSKICH. REPREZENTACJA PONAD 400 SPECJALISTÓW (INŻYNIERÓW I TECHNIKÓW) SPOTKAŁA SIĘ PRZY TRADYCYJNEJ CHOINCE, PODSUMOWUJĄC DZIAŁALNOŚĆ NACZELNEJ ORGANIZACJI TECHNICZNEJ (NOT) W MIJAJĄCYM 2025 ROKU.

Spojrzenie w przyszłość w związku z rozpoczynającą się kadencją 2025-2029 przedstawił nowo wybrany prezes Rady NOT w Elblągu mgr inż. Artur Bakalarski.

Aktywizacja działań powołanego zarządu Rady, w skład którego weszli ponadto mgr inż. Zbigniew Lange, mgr inż. Nestor Kantor, mgr inż. Bogusław Marciniak i mgr inż. Marek Szmigiel, w zakresie opracowywania ekspertyz i projektów budowlanych, elektrycznych, drogowych, działań rzecznika patentowego czy

Nowo wybrani członkowie zarządu Rady NOT w Elblągu

wyceny wartości budynków i gruntów ma być ukierunkowana na rzecz miasta Elbląga. Częstsza współpraca inżynierów różnych dziedzin: elektryków, mechaników, budowlanych, leśników, sanitarnych, komunalnych

Fot. EG

Magister inżynier Artur Bakalarski, prezes Rady NOT w Elblągu, i profesor Jarosław Niedojadło rektor Akademii Nauk Stosowanych w Elblągu, podczas składania świątecznych życzeń

i drogowych ma przynieść większą liczbę opracowywanych nowoczesnych rozwiązań technicznych w tych dziedzinach w Elblągu.

Światowy Dzień Inżyniera w marcu 2026 roku już po raz czwarty obchodzony będzie podczas czwartej konferencji technicznej organizowanej w Akademii Nauk Stosowanych w Elblągu. Inteligentne systemy techniczne z wykorzystaniem AI, działające na rzecz zrównoważonego rozwoju miasta Elbląga, tzw. Smart City Elbląg, to przewidywana główna tematyka konferencji.

eprasa.pl 9376b72e51

Z SERCEM DLA LUDZI

W ŚWIECIE, W KTÓRYM BOHATEROWIE CZĘSTO SKRYWAJĄ SIĘ ZA DRZWIAMI SZPITALNYCH SAL I CICHĄ, CODZIENNĄ PRACĄ, DOKTOR DANUTA PODJACKA ZOSTAŁA DOSTRZEŻONA I UHONOROWANA W WYJĄTKOWY SPOSÓB. KARDIOLOG Z WIELOLETNIM DOŚWIADCZENIEM ZOSTAŁA TEGOROCZNĄ LAUREATKĄ PRESTIŻOWEJ NAGRODY TUUS, PRZYZNAWANEJ PRZEZ BISKUPA ELBLĄSKIEGO. WRĘCZENIE TEGO WYRÓŻNIENIA ODBYŁO SIĘ PODCZAS XXV GALI DNI PAPIESKICH W ELBLĄGU.

Lekarka z misją

Przez niemal 30 lat pełniła funkcję zastępcy ordynatora Oddziału Kardiologii Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Elblągu. To właśnie tam każdego dnia niosła pomoc pacjentom zmagającym się z chorobami serca – dosłownie i w przenośni. Dziś nadal pozostaje aktywna zawodowo, pracując w poradni kardiologicznej, a także jako biegły sądowy. Jej działalność nie kończy się jednak na medycynie. Danuta Podjacka jest również aktywnym członkiem samorządu lekarskiego, była przewodniczącą elbląskiej delegatury Okręgowej Izby Lekarskiej w Gdańsku (2009-2017), uczestniczyła w pracach pierwszego synodu diecezji elbląskiej, a od 2021 roku zasiada w diecezjalnej radzie duszpasterskiej.

Nagroda za nadzieję

Nagroda Tuus została ustanowiona w 2007 roku przez biskupa elbląskiego Jana Styrnę. Jej celem jest wyróżnienie tych, którzy poprzez swoją pracę i postawę promują człowieka, kulturę, naukę, sztukę oraz działalność charytatywną i edukacyjną – zgodnie z nauczaniem Jana Pawła II. Danuta Podjacka doskonale wpisuje się w tę misję. Tegoroczna edycja Dni Papieskich odbywała się pod hasłem „Jan Paweł II – prorok nadziei". Jego symboliczne przesłanie znalazło odzwierciedlenie właśnie w osobie doktor Podjackiej. Swoją wieloletnią praktyką przywracała nadzieję tym, którzy często stali na granicy życia i śmierci.

Lekarz, który słucha serc

To, co wyróżnia Danutę Podjacką, to nie tylko wiedza medyczna, ale też wyjątkowa empatia i pokora. Ona sama stwierdziła, że nagroda była dla niej ogromnym zaskoczeniem.

fot. UM Elbląg

Doktor Danuta Podjacka, kobieta, lekarz, człowiek nadziei, została uhonorowana nie tylko za to, co robi, ale przede wszystkim za to, kim jest. Jej historia to inspiracja, przypomnienie, że nawet najcichsza praca może stać się światłem dla innych

– Dziękuję za wyróżnienie, którego w życiu się nie spodziewałam. Pierwszy dyżur miałam 30 października 1988 roku. W dniu wizyty papieża w Elblągu miałam dyżur na kardiologii, a w trakcie przemówienia papieża mieliśmy reanimację pacjenta, który następnie żył jeszcze wiele, wiele lat. To są dla mnie również historyczne znaki. Dziękuję za wybór, za nagrodę. Chciałabym podziękować moim kolegom z oddziału, poradni, paniom pielęgniarkom, całemu zespołowi, wszystkim współpracownikom – mówiła laureatka nagrody Tuus.

To wspomnienie z 1999 roku, kiedy Elbląg odwiedził Jan Paweł II, nadaje jej historii wymiar niemal symboliczny – w czasie, gdy papież głosił orędzie nadziei, doktor Podjacka i jej zespół ratowali życie. Dziś ta historia wybrzmiewa jako znak i świadectwo.

Prezydent Elbląga Michał Missan przypomniał wspólne lata pracy z doktor Podjacką, podkreślając, że wiele serc w Elblągu zawdzięcza jej zdrowie, życie i wdzięczność.

Biskup elbląski Wojciech Skibicki określił laureatkę mianem „człowieka nadziei" – osoby, która swoją postawą i codziennym trudem staje się znakiem Bożego światła, dobra i miłości w lokalnej społeczności. **EG**

W DNIU WIZYTY PAPIEŻA W ELBLĄGU MIAŁAM DYŻUR NA KARDIOLOGII, A W TRAKCIE PRZEMÓWIENIA PAPIEŻA MIELIŚMY REANIMACJĘ PACJENTA, KTÓRY NASTĘPNIE ŻYŁ JESZCZE WIELE, WIELE LAT. TO SĄ DLA MNIE RÓWNIEŻ HISTORYCZNE ZNAKI.

NAGRODA TUUS – CZYM JEST?

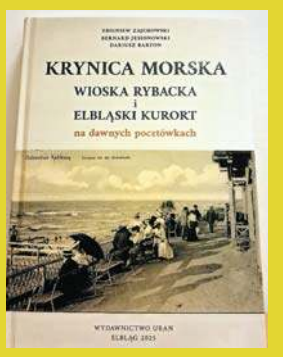
Pełna nazwa: Nagroda Biskupa Elbląskiego „Tuus"
Ustanowienie: w 2007 roku z inicjatywy biskupa Jana Styrny
Cel: uhonorowanie osób i instytucji promujących:
- człowieka i jego godność
- kulturę, naukę i sztukę
- działalność charytatywną i edukacyjno-wychowawczą
Inspiracja: nauczanie św. Jana Pawła II
Wręczenie: podczas corocznych obchodów Dni Papieskich

DANUTA PODJACKA – SYLWETKA LAUREATKI

Zawód: lekarz kardiolog
Doświadczenie: blisko 30 lat jako zastępca ordynatora Oddziału Kardiologii WSZ w Elblągu
Dziś: pracuje w poradni kardiologicznej, biegły sądowy
Działalność społeczna:
- była przewodnicząca elbląskiej delegatury OIL w Gdańsku (2009-2017)
- uczestniczka I Synodu Diecezji Elbląskiej
- członkini Rady Duszpasterskiej Diecezji Elbląskiej (od 2021)

HISTORIA ZAPISANA NA POCZTÓWKACH

WARMIŃSKO-MAZURSKA BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA W ELBLĄGU ZAPRASZA 15 STYCZNIA 2026 ROKU NA GODZINĘ 17 DO CZYTELNI (I PIĘTRO) NA SPOTKANIE AUTORSKIE Z ZBIGNIEWEM ZAJCHOWSKIM, BERNARDEM JESIONOWSKIM I DARIUSZEM BARTONEM, TWÓRCAMI ALBUMU DOKUMENTUJĄCEGO DAWNĄ KRYNICĘ MORSKĄ.

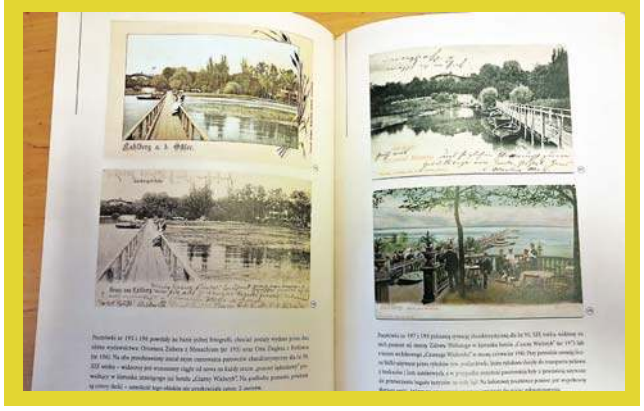


Ukazał się album „Krynica Morska. Wioska rybacka i elbląski kurort na dawnych pocztówkach", który zawiera zabytkowe pocztówki przybliżające przemiany tej nadmorskiej miejscowości od rybackiej osady do popularnego kurortu. Publikacja autorstwa Zbigniewa Zajchowskiego, Bernarda Jesionowskiego i Dariusza Bartona (wydawnictwo Uran Marzeny Brackiej-Kondrackiej) łączy walory dokumentalne z sentymentalną podróżą do dawnej Krynicy Morskiej.

– To wyjątkowa okazja do tego, by zobaczyć archiwalne pocztówki, posłuchać o źródłach tych materiałów i porozmawiać z autorami, którzy przez lata zbierali i opracowywali te zbiory – mówi Elżbieta Mieczkowska, dyrektor Warmińsko-Mazurskiej Biblioteki Pedagogicznej w Elblągu. – Mam nadzieję, że spotkanie będzie pouczające, ciekawe, z nutą nostalgii i dobrym dialogiem o naszej, regionalnej historii.

Podczas spotkania autorzy opowiedzą o źródłach ilustracji, kulisach gromadzenia pocztówek oraz o tym, jak zmieniała się zabudowa i życie małej wioski rybackiej na Mierzei Wiślanej na przestrzeni lat. To sposobność dla miłośników lokalnej historii, kolekcjonerów pocztówek i mieszkańców regionu do tego, by zobaczyć fragmenty bogatej ikonografii i porozmawiać z autorami. Spotkanie poprowadzi Kamil Czyżak, specjalista ds. komunikacji i rozwoju WMBP w Elblągu, który zadba o dialog z publicznością.

Serdecznie zapraszamy do Warmińsko-Mazurskiej Biblioteki Pedagogicznej w Elblągu (ulica Świętego Ducha 25) w czwartek, 15 stycznia 2026 roku, o godzinie 17. Mieszkańcy Elbląga i regionu będą mieli idealną okazję do tego, aby dowiedzieć się, jak kiedyś wyglądała Krynica Morska, i wymienić poglądy z autorami albumu oraz wydawcą. Podczas spotkania będzie również możliwość zakupu albumu „Krynica Morska. Wioska rybacka i elbląski kurort na dawnych pocztówkach".



eprasa.pl 9376b72e51

CZASEM TRZEBA WSTAĆ OD STOŁU

DLA WIELU OSÓB STÓŁ, PRZY KTÓRYM SPOTYKAMY SIĘ PODCZAS RODZINNYCH UROCZYSTOŚCI, BYWA NIE TYLKO MIEJSCEM BLISKOŚCI, LECZ TAKŻE ŹRÓDŁEM NAPIĘCIA, PRESJI I PYTAŃ, NA KTÓRE NIE CHCĄ — LUB NIE POTRAFIĄ — ODPOWIEDZIEĆ. ROZMAWIAMY Z MAGDALENĄ KNEDLER, AUTORKĄ KSIĄŻKI „TAM, GDZIE JEST MIEJSCE PRZY STOLE".

— Pani książka „Tam, gdzie jest miejsce przy stole" (Wydawnictwo Zwierciadło) ukazała się w czasie intensywnej debaty społecznej na temat przemocy, która nasiliła się po premierze filmu Wojciecha Smarzowskiego „Dom dobry". Czy miała pani poczucie, że ta powieść trafia w szczególny moment społeczny?

— Rzeczywiście, ta dyskusja jest dziś dużo głośniejsza, ale czasem bywa tak, że różne rzeczy dzieją się zupełnie niezależnie od siebie. Moja książka była gotowa już w marcu tego roku. Potem był cały, dość długi proces wydawniczy: redakcja, korekty, skład, nagranie audiobooka — „Tam, gdzie jest miejsce przy stole" czyta Paulina Holtz — to wszystko trwa. Zaczęłam ją pisać jeszcze w ubiegłym roku, więc powstała znacznie wcześniej od filmu. Mam wrażenie, że istnieją tematy społecznie istotne, które muszą wybrzmieć. I w pewnym momencie wychodzą — nie u jednego twórcy, ale u wielu naraz. Jednocześnie dojrzewa do nich całe społeczeństwo. I wtedy nagle okazuje się, że różne książki, filmy czy rozmowy na ten temat pojawiają się w tym samym czasie.

— Dziś o przemocy mówimy odważniej?

— Tak, zdecydowanie. Temat przemocy był obecny w społeczeństwie od dawna, można powiedzieć, że od zawsze, tylko funkcjonował jako coś wstydliwego, o czym rozmawiało się po cichu, traktowało się przemoc jako sprawę prywatną, taką, której lepiej nie poruszać publicznie. A przecież przemoc — także ta emocjonalna, kontrolująca, ukryta w presji i komentarzach — dotyczy ogromnej liczby ludzi. Dobrze, że dziś coraz częściej staje się tematem otwartej rozmowy.

— W pani książce bardzo ważnym motywem są święta, zwłaszcza Wigilia. Dla Emilii to nie czas bliskości, lecz powtarzalny scenariusz upokorzeń. Czy czytelnicy rozpoznają w tym własne doświadczenia?

— Ogromnie. I muszę przyznać, że skala tego odzewu naprawdę mnie zaskoczyła. Od premiery minął miesiąc, a moje skrzynki na Facebooku, Instagramie, a także skrzynka mailowa, dosłownie pękają od wiadomości. Ludzie piszą, że to jest książka o ich życiu, że przeżyli dokładnie takie same sytuacje albo bardzo podobne. Często pojawia się też wątek wstydu związanego z tym, że ktoś… nie lubi świąt. Bo to przecież temat tabu. Święta „powinno się" lubić, powinno się czuć radość, atmosferę, bliskość. A dla wielu osób to jest czas ogromnego stresu.

— Świąteczne chwile bywają dla nas trudne? Wtedy panuje przyzwolenie, by zadawać pytania, które nas ranią.

— Przez lata uznawano, że przy stole świątecznym, nie tylko w przypadku Wigilii, ale różnych uroczystości, można pytać o wszystko. Kiedy ślub? Kiedy dziecko? A drugie? A dlaczego nie chcesz? To są prywatne sprawy, a jednak traktowano je jako coś absolutnie dopuszczalnego, wręcz normalnego. I jeśli ktoś próbował się bronić, był uznawany za niegrzecznego, niewychowanego. Dziś w sieci pojawiają się filmiki podpowiadające, jak radzić sobie ze zbyt intymnymi pytaniami podczas świątecznych spotkań. Padają w nich rady, by na pytanie „Kiedy dzieci?" odpowiadać na przykład: „A kiedy kolonoskopia?". Zresztą to nie dotyczy tylko Wigilii. To są chrzciny, wesela, rodzinne spotkania. Ja nie mówię o tym z dystansu. Trochę w życiu widziałam, trochę też doświadczyłam na własnej skórze. Te schematy bardzo często się powtarzają. Chciałam pokazać, że problem nie tkwi w ludziach, którzy nie chcą na te pytania odpowiadać, ale w osobach, które je zadają. Postarajmy się, by w czasie rodzinnych spotkań każdy się czuł dobrze przy stole.

— W pani powieści stół staje się czymś więcej niż tłem wydarzeń. Staje się punktem wyjścia do życiowych podsumowań.

— Tak, bo stół to miejsce bardzo symboliczne. Stół w powieści staje się też pewnego rodzaju klamrą spajającą fabułę. Pierwsze i ostatnie sceny z książki odbywają się przy stole. To przestrzeń wspólnoty, ale też konfliktu. Można przy nim zrobić komuś miejsce, zaprosić go do naszej wspólnoty — ale można też z niej kogoś wykluczyć. Stół staje się miejscem, które obnaża emocje i napięcia gromadzone latami. Przy nim bardzo łatwo przekroczyć czyjeś granice. Prywatne sprawy nagle stają się publiczne, omawiane „nad sałatką", gdzie wywiera się presję. A jednocześnie bardzo trudno od tego stołu odejść. Teoretycznie można wstać, ale w praktyce bywa to ogromnie trudne. Myślę, że to ma swoje korzenie już w dzieciństwie. Dawniej funkcjonowały zasady, że dziecko nie mogło wstać od stołu bez zgody dorosłego. „Czy mogę wstać?" — to było normalne pytanie. I to uczyło, że musisz być tam, gdzie ktoś ci każe, a nie tam, gdzie czujesz się dobrze. Dziś ten model powoli się zmienia, bardziej słuchamy dzieci. I ja bardzo chciałam dać moim bohaterom możliwość wstania od stołu w momencie, kiedy czują się niekomfortowo. Stół staje się tu metaforą grupy, w której jesteśmy — albo z której chcemy wyjść.

Fot. Weronika Kosińska

— Akcja powieści rozgrywa się w ciągu dwunastu miesięcy. Czy to długo, czy krótko, by zmienić swoje życie?

— To zależy, jak na to spojrzeć. Dla jednych to bardzo długo, dla innych krótko. Bardzo zależało mi na tym, by ta książka niosła nadzieję i dodawała otuchy. Nie chodziło o oferowanie gotowych rozwiązań — bo choć powieść dotyka tematów trudnych, nie chciałam, aby zostawiała czytelnika z poczuciem porażki, bezsilności czy przekonaniem, że świat i ludzie są nieodwracalnie złe, a dobro nie ma już szansy zaistnieć. Zależało mi, by ostatnie wrażenie było inne. Można więc powiedzieć, że ta historia dobrze się kończy, choć celowo unikałam jednoznacznej, mocnej kropki na końcu. Poprowadziłam fabułę tak, by było jasne, że w ciągu dwunastu miesięcy w życiu bohaterów dokonała się istotna zmiana — ale nie jest to proces zamknięty. To wciąż droga, na której bohaterowie nadal pracują nad sobą i nad tym, by uczynić swoje życie lepszym. Dwanaście miesięcy to czas, w którym bohaterowie wykonują pierwszy, bardzo ważny krok. Zmieniają nastawienie, wychodzą z toksycznych relacji. To nie znaczy, że od tej pory wszystko będzie już łatwe. Życie nie jest powieścią z zamkniętym zakończeniem. Bardziej przypomina zbiór opowiadań, bo w życiu wciąż się coś zmienia.

— Czy ta książka w jakimś stopniu zmieniła także panią?

— Każda książka mnie czegoś uczy. Każdą piszę tak, jakby była pierwsza. Proces zawsze jest trudny, zawsze zaczyna się od zera, nawet jeśli jest się już doświadczonym pisarzem. Nie powiedziałabym, że któraś zmieniła moje życie radykalnie, ale każda jest dla mnie ważnym doświadczeniem — poznawczym i emocjonalnym. Za każdym razem uczę się czegoś nowego o świecie, ale także o samej sobie.

— A gdyby ktoś nazwał panią pisarką zaangażowaną społecznie? Zgodziłaby się pani z tym stwierdzeniem?

— To zależy, jak rozumiemy to pojęcie. Nie zajmuję się polityką, nie jestem aktywistką w klasycznym sensie. Bardzo zależy mi na tym, by moje książki poruszały ważne tematy. Nawet gdy piszę powieści historyczne, kostium historyczny służy mi do mówienia o współczesności. Jeśli literatura może dać impuls, coś w człowieku uruchomić, dać do myślenia — to dla mnie to wystarczy. I jeśli tak się dzieje, to znaczy, że ta historia naprawdę musiała się napisać. Nie twierdzę, że książka może zmienić człowieka, ale głęboko wierzę, że może mieć terapeutyczny wpływ. Oczywiście powieść nie da konkretnych wskazówek, ale może uruchomić zmianę. I dziś widzę, że moja powieść „Tam, gdzie jest miejsce przy stole" poruszyła zarówno kobiety, jak i mężczyzn. I to jest dla mnie cenne.

KATARZYNA JANKÓW-MAZURKIEWICZ

eprasa.pl 9376b72e51

KAŻDY – I KAŻDA – KŁAMIE

TAK MAWIAŁ MÓJ ULUBIONY DOKTOR, MIANOWICIE GREGORY HOUSE. A PRAGNĘ ZAUWAŻYĆ, ŻE MAWIAŁ TAK W LATACH 2004-2012 — CZYLI ZASADNICZO W CZASACH, KIEDY ŻYCIE TOCZYŁO SIĘ JESZCZE WOKÓŁ NAS, A NIE W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH. A POTEM ZAWŁADNĘŁY NAMI TE PIEKIELNE MEDIA I... ZACZĘLIŚMY KŁAMAĆ JESZCZE BARDZIEJ! ZWŁASZCZA MY, KOBIETY, MAMY NA TYM POLU DUŻE OSIĄGNIĘCIA...

fot. Freepik

Najnowsze badania psychologiczne i socjologiczne dowodzą, że kłamstwo jest nieodłączną, niemal powszechną częścią ludzkich zachowań, wplecioną w tkankę codziennych interakcji społecznych. Jakkolwiek naukowo mądrze to brzmi — dr House wciąż ma rację. Bo chociaż większość ludzi uważa się za uczciwych, dane akurat nie kłamią i sugerują, że przeciętna osoba kłamie od jednego do czterech razy dziennie.

Drobne kłamstewka

Niby białe, niby niewinne — a jednak kłamstwo jest kłamstwem i kłamanie na temat kłamstwa uważam za absolutny szczyt wszystkiego! Tymczasem nauczyliśmy się wykorzystywać oszustwo jako narzędzie do „nasmarowania kół" życia społecznego. Około 90% wszystkich kłamstw klasyfikuje się jako „drobne kłamstewka" — te nieszkodliwe, których celem jest utrzymanie harmonii społecznej lub uniknięcie zranienia czyichś uczuć. Niektóre badania wskazują, że nawet 60% dorosłych nie jest w stanie przeprowadzić 10-minutowej rozmowy, nie kłamiąc przynajmniej raz. Rany boskie...! A jakby tego było mało — większość kłamstw (ok. 80%) pozostaje całkowicie niezauważona.

Dlaczego ludzie kłamią? Najczęściej bez celu, ale kłamstwo czasem pomaga osiągnąć określone cele społeczne lub osobiste. Tu króluje samoobrona — głównym powodem kłamstwa, zarówno u dzieci, jak i dorosłych, jest uniknięcie kary lub negatywnych konsekwencji. Są też kłamstwa altruistyczne lub prospołeczne: nawet 64% z nich ma na celu ochronę innych przed krzywdą lub rozczarowaniem. Czasem kłamstwo może służyć jako mechanizm obronny, pozwalający zachować granice osobiste bez konieczności wyraźnego deklarowania prawa do prywatności.

Ale wiele osób kłamie dziś, by wydawać się bardziej sympatycznymi, odnoszącymi sukcesy lub interesującymi — i to zachowanie najczęściej wzmacnia właśnie presja mediów społecznościowych.

Od zarania żywota!

Dzieci zaczynają oszukiwać już w wieku dwóch lat, co psychologowie uważają za kamień milowy w rozwoju poznawczym, a konkretnie w rozwoju „teorii umysłu" — rozumienia, że inni mają inne myśli.

Mężczyźni i kobiety kłamią z podobną częstotliwością, choć ich motywy różnią się: mężczyźni często kłamią, by poprawić swój wizerunek lub osiągnięcia, kobiety częściej kłamią, by chronić uczucia innych. Paradoksalnie, ludzie (płci obojga) częściej kłamią poważnie (np. o romansach lub zdrowiu) osobom najbliższym, takim jak małżonkowie, by uniknąć zniszczenia relacji.

Babskie kłamanie

My, kobiety kłamiemy, bo — rzekomo — narzucają nam to oczekiwania społeczne i style komunikacji, m.in. te nieszczęsne Facebooki, Tik-Toki i Instagramy. Kobiety kłamią więc — w sieci i w realu — by utrzymać pokój w rodzinie lub przyjaźni. Udzielają fałszywej informacji zwrotnej — och, jaki piękny naszyjnik! — by uniknąć zranienia czyichś uczuć. W sieci kłamią dla własnego bezpieczeństwa: na temat lokalizacji, wieku lub statusu związku, bo nie chcą być nękane i prześladowane.

Nie lubimy też być osądzane — ukrywamy zatem błędy lub prawdę o osobistych zmaganiach, by uniknąć społecznego „zawstydzenia" lub ostrej krytyki, której kobiety często doświadczają bardziej dotkliwie niż mężczyźni. Poza tym kłamstwo jest dla nas często sposobem na radzenie sobie z oczekiwaniami związanymi z płcią: to presja społeczna może zmuszać kobiety do prezentowania wyidealizowanej wersji siebie. Niestety, bardzo często kobieta w mediach społecznościowych skupia się na wyglądzie fizycznym i młodości. Statystycznie częściej stosujemy więc zwodniczą autoprezentację dotyczącą atrakcyjności fizycznej — i filtry upiększające, retuszowane lub starsze zdjęcia jako aktualne, bo chcemy sprostać surowym społecznym standardom piękna i wydawać się atrakcyjniejszymi, szczuplejszymi lub młodszymi. Kobieta z Facebooka lubi się samouprzedmiotowić, a jego efektem ubocznym jest często trend, w którym kobiety priorytetowo traktują swój wygląd, by sprostać społecznym standardom piękna, lub szukają zewnętrznej akceptacji poprzez wskaźniki takie jak mityczne już prawie „lajki".

Czasem dopada nas tzw. narracja „bohaterki". W mediach społecznościowych kobiety mogą wyolbrzymiać codzienne osiągnięcia, by sprawiać wrażenie odnoszących sukcesy i szczęśliwych, często kierując się strachem, że ich prawdziwe życie będzie „nudne". Użytkowniczki mediów społecznościowych czują presję, by bezbłędnie pokonywać przeciwności losu. Kobiety często radzą sobie ze sprzecznymi oczekiwaniami — są asertywne, a jednocześnie troskliwe — co prowadzi do inscenizowania rzeczywistości. To właśnie my, kobiety częściej niż mężczyźni angażujemy się w inscenizowaną autoprezentację, starannie dobierając „szczere" momenty, które w rzeczywistości są silnie kreowane, by promować wyidealizowany styl naszego beztroskiego, pełnego sukcesów życia.

A bywa, że kłamstwo to wyraz asertywności zawodowej — w miejscu pracy niektóre kobiety mogą bagatelizować swoje ambicje lub prawdziwe opinie, by uniknąć etykietki „agresywnych" lub „trudnych".

Jednym z najczęstszych kłamstw powtarzanych przez kobiety w mediach społecznościowych jest „nic się nie dzieje, wszystko w porządku", mające na celu oszczędzenie innym zmartwień lub utrzymanie pozytywnego wizerunku publicznego.

Badania psychologiczne pokazują też, że kobiety wykazują większą podatność na porównania społeczne. Stała ekspozycja na „idealizowane" treści może wywołać cykl, w którym kobiety czują, że muszą kłamać na temat własnego życia, by poczuć się „równe" wobec wyśrubowanych (i często zwodniczych) standardów narzucanych przez ich koleżanki.

W imieniu innych

Badania wskazują, że kobiety częściej kłamią w imieniu innych niż w swoim. Mogą naruszyć własne standardy etyczne, jeśli czują presję, by skutecznie reprezentować interesy grupy lub innej osoby w obawie, że zostaną uznane za nieskuteczne, jeśli nie spełnią oczekiwań otoczenia. A w dodatku to prawda, że kobiety często są uczciwsze w sytuacjach rywalizacji, gdzie czarne kłamstwa służyłyby ich własnym interesom. Ale jednak to my statystycznie częściej stosujemy kłamstwa tzw. łagodzące — choćby po to, by uprościć i uprzyjemnić życie towarzyskie.

I to już jest zgroza!

***

Ponieważ idą święta, już w ubiegłym tygodniu rozpoczęłam odstawianie mediów społecznościowych, bo po prostu znam życie. I wiem, że kuchnia będzie jednocześnie wypełniona świątecznymi smakołykami i nieskazitelnie czysta, a gospodyni zamiast uchetanej robotnicy przypominać będzie wyglądem zwiewną sylfidę tylko wtedy — gdy specjały przygotował całkiem ktoś inny, np. zaprzyjaźniona restauracja — a nie ona sama.

To samo z ubieraniem choinki. Ktokolwiek kiedykolwiek przytaszczył do własnego M dwuipółmetrowego kolosa, ten wie, że igły sypią się nader obficie nawet z bardzo świeżej choinki. Dodajmy do tego tradycyjnie splątane sznury świateł, kilka stłuczonych bombek oraz kołtun na anielskim włosie — i galimatias gotowy. A na koniec, po zamontowaniu drzewa w starożytnym stojaku, ubraniu i ustrojeniu wszystkiego na wysoki błysk ja sama przypominam bardziej górnika na przodku niż panienkę gotową do występu przed kamerą. Niech nikogo nie zwiodą zatem wszelkie podobizny pożal się Boże celebrytek, które bombki na swoich drzewkach wieszają przyodziane w strój galowy, nieskazitelny makijaż oraz wysokie szpilki. To blaga!

Wesołych Świąt!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA

eprasa.pl 9376b72e51

KTO ZAPŁACI MNIEJ OD NOWEGO ROKU?

Od stycznia 2026 roku uczestnicy programu „wElblągu" zapłacą mniej za abonamenty w strefie płatnego parkowania. Zgodnie z nowymi zasadami tylko osoby zarejestrowane w programie upoważnione będą do otrzymania bezpłatnego identyfikatora. Jeżeli ktoś chce skorzystać ze zniżki, a nie ma jeszcze aplikacji lub karty „wElblągu", powinien do niego przystąpić!

Fot. Andrzej Sprzączak

Zakład Komunikacji Miejskiej w Elblągu informuje, że od stycznia 2026 roku zmianie ulegają niektóre zasady i opłaty w strefie płatnego parkowania. Zgodnie z uchwałą z opłaty za wydanie bezpłatnego identyfikatora mieszkańca zwolnieni będą wyłącznie uczestnicy programu „wElblągu". Aby go otrzymać, wystarczy podczas składania wniosku pokazać aplikację lub kartę potwierdzające udział w programie. Pozostałe zasady wydawania identyfikatorów nie ulegną zmianie.

Wprowadzone zostaną również płatne abonamenty M1 dla mieszkańców niebiorących udziału w programie „wElblągu" w wysokości 10 złotych za miesiąc, 50 złotych za 6 miesięcy i 100 złotych za 12 miesięcy. Również w tym przypadku pozostałe zasady wydawania abonamentów nie ulegną zmianie.

Uczestnicy programu będą mogli skorzystać także z rabatów na zakup abonamentów „S" i „A". Wyniosą one od 5 do 80 złotych od aktualnie obowiązujących cen – w zależności od wybranego abonamentu wyłącznie na jeden pojazd. Rabaty nie obowiązują w przypadku abonamentów na okaziciela.

Abonamenty oraz identyfikatory wydane przed wejściem w życie nowej uchwały (czyli przed 1 stycznia 2026 roku) tracą swoją moc w momencie wygaśnięcia ich ważności.

Dobra wiadomość również dla posiadaczy kart parkingowych przypisanych do pojazdów przewożących osoby z niepełnosprawnościami. Od stycznia będą oni mogli parkować bezpłatnie w całej strefie płatnego parkowania w Elblągu (karta parkingowa musi być widoczna i ważna). Podobnie będzie w przypadku oznakowanych pojazdów instytucji i organizacji zajmujących się opieką nad osobami z niepełnosprawnościami i chorymi.

ZKM ELBLĄG

KONKURS FOTOGRAFICZNY NA TEMAT DZIEDZICTWA WYSOCZYZNY ELBLĄSKIEJ

PARK KRAJOBRAZOWY WYSOCZYZNY ELBLĄSKIEJ ZAPRASZA DO UDZIAŁU W PIERWSZEJ EDYCJI KONKURSU FOTOGRAFICZNEGO, KTÓREGO TEMATEM JEST DZIEDZICTWO KULTUROWE WYSOCZYZNY ELBLĄSKIEJ. KONKURS PRZEZNACZONY JEST DLA OSÓB OD 16 ROKU ŻYCIA. ZDJĘCIA MOŻNA WYSYŁAĆ DO 31 STYCZNIA 2026 ROKU. CZEKAJĄ ATRAKCYJNE NAGRODY.

Celem konkursu jest zwiększenie poczucia tożsamości regionalnej, poznanie zabytków na terenie Parku Krajobrazowego Wysoczyzny Elbląskiej i otuliny, a także pobudzenie zainteresowania regionalnym dziedzictwem kulturowym oraz jego promocja.

Kto może wziąć udział?

Do konkursu mogą przystąpić wszyscy fotografowie amatorzy, czyli niezajmujący się fotografią zawodowo. Zdjęcia muszą być wykonane samodzielnie przez uczestnika, związane z tematyką konkursu (budynki, detale architektury, kapliczki etc.), zrobione na terenie PKWE lub w jego otulinie, a także wykonane w 2025 roku lub do 31 stycznia 2026 roku.

Fot. PKWE

Zgłoszenia

Aby przystąpić do konkursu, wystarczy wypełnić formularz zgłoszeniowy i przesłać go razem ze zdjęciami na adres e-mailowy wydarzenia@pkwe.warmia.mazury.pl. Regulamin, formularze zgłoszeniowe oraz mapa Parku dostępne są na stronie www.pkwe.warmia.mazury.pl.

Gdzie szukać zabytków?

Do konkursu można zgłaszać fotografie przedstawiające zabytki oraz elementy dziedzictwa kulturowego znajdujące się na terenie Parku Krajobrazowego Wysoczyzny Elbląskiej i jego otuliny. Mogą to być m.in. budynki, detale architektury, kapliczki, przydrożne figury, elementy sztuki ludowej oraz krajobraz kulturowy. W poszukiwaniu obiektów pomocna może być strona mapy.zabytek.gov.pl/nid/ (w prawym górnym rogu strony jest możliwość włączenia rejestru lub ewidencji zabytków).

Konkursowe jury i ogłoszenie wyników

W jury zasiądzie między innymi Jolanta Olszewska – fotograf z zawodu i z zamiłowania, absolwentka Sopockiej Szkoły Fotografii WFH, specjalizująca się w fotografii reportażowej i portretowej, właścicielka agencji fotograficzno-reklamowej Elposter. Prowadzi szkolenia i warsztaty z zakresu fotografii kreatywnej, pracy ze światłem oraz postprodukcji obrazu. Została dwukrotnie wyróżniona w międzynarodowych konkursach Annual Photo Awards oraz ND Awards za serię fotografii portretowych ze sztuką industrialną w tle.

Wyniki konkursu poznamy 16 lutego 2026 roku na stronie internetowej oraz fanpage'u PKWE na Facebooku. Laureaci zostaną poinformowani mailowo. Uroczyste wręczenie nagród odbędzie się 20 lutego 2026 roku o godzinie 12 w staromiejskim ratuszu w Tolkmicku.

Zapraszamy do udziału!

KAROLINA GALIŃSKA, PARK KRAJOBRAZOWY WYSOCZYZNY ELBLĄSKIEJ

POKAZALI SIŁĘ LOKALNEJ WSPÓLNOTY

20 grudnia w Hartowcu odbył się finał tygodniowej zbiórki żywności zorganizowanej przez grupę W Rękach Młodych. Akcja miała na celu wsparcie wigilii dla osób samotnych w Elblągu i była współorganizowana przez Darię Rudnik z Hartowca. Dzięki ogromnemu zaangażowaniu mieszkańców gminy Rybno udało się zebrać wszystkie produkty potrzebne fundacji do przygotowania świątecznego spotkania. Zbiórka trwała siedem dni i zakończyła się pełnym sukcesem. Organizatorzy poinformowali, że zgromadzono komplet artykułów spożywczych i produktów niezbędnych do przygotowania tradycyjnych wigilijnych potraw. Pozwoli to przygotować wigilię dla ponad 200 osób samotnych z Elbląga, które w świąteczny wieczór będą mogły zasiąść do wspólnego stołu.

Fot. sk

— To dowód na to, jak wielką siłę ma lokalna wspólnota. Każdy gest, nawet najmniejszy, złożył się na ogromną pomoc — podkreślają organizatorzy akcji.

Fundacja Wolne Miejsce zaprasza na drugą Wigilię bez Samotności, która odbędzie się w środę, 24 grudnia, o godzinie 16 w Dziennym Domu Senior+ przy ulicy Zamkowej w Elblągu.

SK

REKLAMA

komunikat

Wójt Gminy Braniewo

podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Braniewo zgodnie z zarządzeniem nr 80/IX/2025 Wójta Gminy Braniewo z dnia 22.12.2025 r. wywieszono na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do dzierżawy. Szczegółowe informacje można uzyskać pod nr. tel. (55) 644 03 00.

15925sezr-a-G

REKLAMA

komunikat

Wójt Gminy Elbląg

uprzejmie informuje, iż został wywieszony na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Elbląg oraz zamieszczony na stronach internetowych Urzędu wykaz nieruchomości przeznaczonych do najmu, stanowiących własność Gminy Elbląg. Wykaz opublikowano od 23.12.2025 r. do 13.01.2026 r.

22925see1-a-G

komunikat

Wójt Gminy Braniewo

podaje do publicznej wiadomości, że na tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Braniewo zgodnie z zarządzeniem nr 81/IX/2025 Wójta Gminy Braniewo z dnia 22 grudnia 2025 r. wywieszono na okres 21 dni wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży w trybie bezprzetargowym. Szczegółowe informacje można uzyskać pod nr. tel. (55) 644 03 18.

16025sezr-a-G

komunikat

WÓJT GMINY LELKOWO

informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy Lelkowo oraz na stronach https://biplelkowo.warmia.mazury.pl/ i https://lelkowo.warmia.mazury.pl/ na okres 21 dni zostało zamieszczone zarządzenie nr 67/2025 Wójta Gminy Lelkowo z dnia 23.12.2025 r. w sprawie ogłoszenia wykazu nieruchomości przeznaczonych do oddania w dzierżawę lub najem użytkowy.

15825sezr-a-G

eprasa.pl 9376b72e51

WTOREK • 23 grudnia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:10 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzinka na święta - mag.
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:20 Zaraz wracam - serial, 2025
09:00 Ranczo - serial obycz., 2009
10:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:00 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda - magazyn
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Normandia między oceanem a niebem - dok., Franc., 2025
14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:15 Reporterzy - magazyn
15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:10 Gala jubileuszowa 200- lecia. Teatr Wielki - Opera Narodowa
23:30 Prawo Bronxu - dram., USA, 1993
01:35 Wykrywacz kłamstw - magazyn
02:00 Co się zdarzyło w Las Vegas - kom., USA, 2008
03:50 Koniec świata u Nowaków - spektakl teatralny, 2000

TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - serial
05:30 M jak miłość - serial, 2022
06:25 Piękny wiek - reportaż
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Info
11:45 Rosół polski - magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:00 Koło Fortuny - extra - teleturniej
15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp.
15:50 Przepis dnia
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej

17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - telet.
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
19:55 Przepis dnia
20:05 Barwy szczęścia - serial
20:40 Przepis dnia
20:55 Mikołaj na sygnale 2. Zdążyć przed Wigilią - fab., Polska, 2025
22:05 Magazyn Ekspresu Reporterów
23:15 Córka trenera - obycz., Polska, 2018 ●
01:00 Mój piękny syn - dram., USA, 2018
03:10 Boże Narodzenie w Longleat - dok., Wlk. Bryt., 2024
04:05 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:35 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny

20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:55 Kursk - sens., Franc., Belgia, Luks., Rum., Kan., USA, 2018
23:25 Gliniarz z Beverly Hills III - kom., USA, 1994. Detektyw Axel i jego ludzie podczas rutynowej akcji trafiają na furgonetkę wyładowaną pieniędzmi. Dochodzi do strzelaniny...
01:35 Kuba Wojewódzki - talk-show
02:40 Nastolatki rządzą... kasą
03:30 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
04:20 Uwaga! - program interwencyjny
04:35 Nauka jazdy - reality show
05:05 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Detektywi mają odnaleźć studentkę, która zaginęła w trakcie poszukiwań stancji. Na basenie, gdzie dziewczyna pracuje, także nikt nie wie, co się mogło z nią stać.
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:30 Gliniarze - W miejskim parku zostaje pobita kobieta, a jej półroczne dziecko zostaje porwane. W szpitalu matka dziecka ujawnia, że jej były partner od kilku tygodni ją nachodził.
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy

17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Szklana pułapka 2 - sens., USA, 1990
22:25 Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 - sens., USA, 2003
00:50 Pojutrze - sens., USA, 2004
03:30 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
06:55 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska - mag.
07:35 Żyćjak Słowianin - dokument, Polska, 2015
08:20 Dzień z życia artysty - Dorota Stalińska - mag.
09:00 Lalka - serial, 1977
10:25 Siedem czerwonych róż, czyli Benek Kwiaciarz o sobie i o innych - obyczajowy, Polska, 1972
11:50 Wyspy szczęśliwe - obyczajowy, Polska, 1972
12:50 Sam Goldwyn - legenda Hollywoodu - dok., Franc.
13:55 Hala odlotów - talk-show
14:55 Doktór Murek - dram., Polska, 1939
16:45 Lalka - serial, 1977
18:15 Łódź Kultury - Agata Passent
18:55 Rozświetlone Boże Narodzenie - dok., Wlk. Bryt., 2022

20:00 Dialog o Narodzeniu - Teatr Telewizji, 2022
20:45 Lekkie obyczaje - Wiek niewinności - dram., USA, 1993
23:10 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
23:45 Nocny dokument - Za drzwiami Galerii Uffizi - dok., Niemcy, 2021
01:40 Na wschód od Hollywood - Miara człowieka - dram., Franc., 2015
03:20 Którędy po sztukę - Wilhelm Sasnal - Bez tytułu - magazyn
03:35 Tygodnik Kulturalny
04:30 Ostatnia Habsburżanka - dok., Polska, 2022
05:30 Podróże z historią - Żyć jak Słowianin - dok., Polska, 2015

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Podczas Halloween miasto zostaje sterroryzowane przez snajpera. Co gorsza, wielu policjantów wzięło zwolnienia lekarskie, dlatego jednostka specjalna musi podjąć się patrolowania ulic.
08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - „Bokser" to 75-letni były pięściarz, który trenuje dzieciaki z biednych rodzin. Ciągle jest w niezłej formie i swoim ciosem potrafi znokautować o wiele młodszych od siebie „pakerów".
15:50 Ranczo - serial kom., Polska

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
20:00 Braven - akcja, Kan., 2017. Gdy w pobliżu jego domu pojawiają się przemytnicy, Braven nie cofnie się przed niczym, aby ochronić własną rodzinę. Rozpoczyna się walka na śmierć i życie.
22:00 Tokarev: zabójca z przeszłości - akcja, USA, 2014
23:50 Maczeta - akcja, USA, 2010
02:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:05 Menu na miarę - program kulinarny
04:15 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

TVN 7

05:35 Ten moment - Maks i Kuba wałęsają się po osiedlu w poszukiwaniu przygód i kasy na piwo. Chłopcy kradną tablice rejestracyjne, zdobywają broń i napadają na stację benzynową.
06:05 Szkoła - Licealistka z 1b, Kinga Sulma, jest załamana, ponieważ jej mama wraz z narzeczonym postanowili, że na dwa lata przeprowadzą się do Berlina...
08:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:50 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:55 Detektywi - program kryminalny
14:55 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
15:55 Sąd rodzinny - program sądowy
16:55 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny

17:55 Zagadki losu - obycz.
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Człowiek na krawędzi - sens., USA, 2012. W Nowym Jorku, w samym centrum miasta, w pobliżu budynku nowojorskiej giełdy, na gzyms na 21 piętrze hotelu wychodzi mężczyzna. Wszystko wskazuje na to, że...
22:25 Ciche miejsce - SF, USA, 2018
00:05 Elf - kom., USA, 2003
02:10 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
03:50 Usterka - poradnik
04:25 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Trudne sprawy - program obyczajowy
14:55 Ktoś tu kłamie? **15:55** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **22:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto
23:00 Leon zawodowiec - sens., Franc., USA, 1994 **01:20** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:25** Hardkorowy lombard **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:40** Zamek w Korzkwi **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Żuzela - tu wszystko się zaczęło
13:00 Pędzelkiem z ogona wiewiórki pisane **13:30** Msza św. **14:30** Pierwszy zmysł **15:00** Lasy bagienne **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. 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 Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnogórski

ŚRODA • 24 grudnia

TVP 1

05:05 Dotknij nieba - fab., USA, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzinka na święta - mag.
08:00 Rozświetlone Boże Narodzenie - dok., 2022
09:00 K-9: Pies, który uratował święta, USA, 2013
10:35 Świąteczna zorza - dok., USA, 2018
12:05 Miss Potter - biograf., dram., USA, Wlk. Bryt., 2006
13:40 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024
14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024
14:55 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:30 Święta noc. Kolędy w stylu dawnych mistrzów z Bazyliki Mariackiej w Krakowie - koncert, 2023

17:50 Każdy ma swoje Betlejem - koncert kolęd, 2025
19:30 Program informacyjny 19.30
20:00 Orędzie abp. Józefa Kupnego na Boże Narodzenie
20:15 Płynie kolęda, polska kolęda... ze wszystkich stron - koncert, 2025
21:55 Uroczysta Pasterka z Watykanu z udziałem papieża Leona XIV
00:05 Miłość w kadrze - świąteczny, romans, USA, 2023
01:35 Prawo Bronxu - dramat, gangsterski, USA, 1993
03:35 Dzień dobry, kocham cię - komedia romantyczna, Polska, 2014

TVP 2

05:00 M jak miłość - Wigilia u Mostowiaków - serial
05:55 Świąteczny uśmiech losu - obycz., USA, 2021
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Info
11:40 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny
12:20 Przepis na piękne święta - romans, świąt., USA, 2023
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne
16:10 Przepis dnia
16:20 Święta noc. Kolędy w stylu dawnych mistrzów z Bazyliki Mariackiej w Krakowie - koncert, 2023
17:10 Mikołaj na sygnale 2. Zdążyć przed Wigilią - fab., Polska, 2025

18:25 Uwierz w magię świąt - romans, świąteczny, Kan., USA, 2020
20:00 Teraz albo nigdy - kom., USA, 2018
21:50 Miłość jak miód - kom. romant., Polska, 2024
23:35 Święta o smaku miłości - obycz., USA, 2021
01:00 Emma - kostium., USA, Wlk. Bryt., 1996. Tytułowa Emma Woodhouse - urodziwa, elokwentna, mądra i bogata 21-latka wciąż pozostaje panną, choć otacza ją wianuszek kawalerów chętnych do ożenku...
03:05 Mikołaj na sygnale - fab., Polska, 2024. Ratownicy z Leśnej Góry szykują się do świąt, a licho nie śpi...

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy. Dzisiaj zajrzymy do lokalu „Burger i Spółka w Łodzi.
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Bitwa o gości - program rozrywkowy
12:30 Wonka - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2023. Młody i biedny chłopiec przybywa do ogromnego miasta z marzeniem o osiągnięciu sukcesu i zaskoczeniu świata swoimi unikalnymi wyrobami cukierniczymi.
14:50 Wspólne kolędowanie - najpiękniejsze polskie melodie - program
16:40 Listy do M. - kom., Polska, 2011

19:00 Fakty
19:30 Sport; Pogoda
19:45 Shrek Trzeci - kom., USA, 2007
21:35 Poskromienie złośnicy - kom., Polska, 2022. Kiedy naukowczyni o złamanym sercu wraca na Podhale, jej brat usiłuje przekonać ją do sprzedaży ziemi, zatrudniając przystojnego nieznajomego.
23:55 Król życia - obycz., Polska, 2015
01:55 Anatomia piękna
02:45 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
03:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:35 Uwaga!
04:50 Nauka jazdy - reality show
05:15 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:35 Pierwsza gwiazdka - anim., USA, 2017. Mały, odważny osiołek o imieniu Bo tęskni za życiem z dala od codziennej pracy w wiejskim młynie. Pewnego dnia...
10:25 Święty Mikołaj z 34 Ulicy - sens., USA, 1994. Pewna mała dziewczynka, imieniem Susan podejrzewa, że Święty Mikołaj nie istnieje. Tymczasem Kris Kringle, zaangażowany w charakterze świętego Mikołaja przez kierowniczkę sklepu utrzymuje, że jest prawdziwym świętym Mikołajem...
12:50 Wielkie Kolędowanie z Polsatem: w Świętej Lipce • w Bazylice Św. Krzyża w Warszawie • na Skałce w Krakowie • na Podhalu
16:50 Wielkie Kolędowanie z Polsatem - koncert kolęd

18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Pada Shrek - anim., USA, 2007. Zbliża się Wigilia Bożego Narodzenia. Shrek chce nacieszyć się spokojem domowego ogniska. Jednak nie poddaje się emocjom, bo nie znosi świąt.
20:00 Kevin sam w domu - kom., USA, 1990
22:20 Rodzinny dom wariatów - obycz., USA, 2005
00:45 Szklana pułapka 2 - sensacyjny, USA, 1990
03:25 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Muzyczne poranki - teledyski
06:50 Tamte lata, tamte dni - Anna Radwan - magazyn
07:20 Podróże z historią - Słodki smak historii - dok., Polska, 2017
07:55 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
08:30 Lalka - serial
10:00 Niedźwiadek - przygodowy, Francja, USA, 1988
11:40 Rozświetlone Boże Narodzenie - dok., Wlk. Bryt., 2022
12:40 Chłopi na nowo - Malarstwo w filmie „Chłopi" - magazyn
13:00 Operacja Święty Mikołaj - anim., Franc., 2021
13:40 Pan Patyk - anim., Wlk. Bryt., 2015
14:15 Shalako - western, Wlk. Bryt., 1968

16:15 Dom z kart - fab., USA, 1993
18:15 Kolędy na szlaku Kolberga - koncert, 2017
19:15 Szopka oczami Wilkonia - dok., Polska, 2022
19:45 Cykl adwentowy
20:00 Wożąc panią Daisy - obycz., USA, 1989
21:50 Piwniczne kolędy dla Herodów w Piwnicy pod Baranami - 1992
22:35 Wiek niewinności - dram., USA, 1993
00:55 Giotto. Historia Zbawienia - dok., Polska, 2020
01:50 24 godziny w Le Mans - akcja, sport., USA, 1971
03:40 Skarb Jagiellonów. Polskie dzieje arrasami tkane. - dok., Polska, 2022
04:35 Koty to dranie - obycz., Polska, 1978

TV Puls

05:20 Nigdy nie całuj faceta w świątecznym swetrze - kom., USA, 2020. Przy stoisku z choinkami Maggie zderza się z Lucasem Cavellim i przypadkowo uderza go drzewkiem. Kontuzjowany Lucas jest zmuszony odwołać swój wyjazd na narty do Aspen i zostać w mieście.
06:50 Gwiazdka w Seattle - familijny, 2022. W Seattle Elizabeth „Lizzie" otrzymuje omyłkowo wiadomość głosową od mężczyzny, który przeprasza dawną ukochaną o imieniu Madelyn i prosi ją o spotkanie w ich miejscu w Wigilię...
08:25 Pięciogwiazdkowe święta - familijny, USA, Kan., 2020
09:55 Kajtek Czarodziej - familijny, Polska, 2023

11:45 Wesołych Świąt - kom., USA, 2006
13:35 Józef i Maryja - przygod., Kan., 2016. Biblijna historia rabina Eliasza, który poznaje Józefa, Maryję i ich Syna.
15:10 Syn Boży - przygod., USA, 2014
18:00 Asterix i Obelix kontra Cezar - kom., Franc., Niemcy, Włochy, 1999
20:00 Asterix i Obelix: Misja Kleopatra - kom., Franc., Niemcy, 2002
22:10 To właśnie miłość - kom., USA, Wlk. Bryt., 2003 ●
00:50 Na krawędzi - akcja, USA, 1993
03:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:50 Menu na miarę - program kulinarny

TVN 7

05:35 Ten moment - 31-letnia Anna Majewska jest lekarzem. Kobieta straciła trzy miesiące temu 8-letnią pacjentkę...
06:05 Szkoła - Kamila Zięba jest nową uczennicą z licealnej 1a. Nastolatka jest bardzo atrakcyjna i wzbudza zainteresowanie wielu chłopców.
08:50 Ukryta prawda - program obyczajowy
12:40 Wspólne kolędowanie - program
14:15 Mała księżniczka - film rodzinny, USA, 1995. Sara wychowuje się w Indiach, pośród wspaniałej przyrody, otoczona przez kochających ją ludzi. Nie ma matki, a najbliższa rodzina to ojciec, kapitan Crewe i niańka Maya...
16:05 Niezwykłe święta Zoey - kom., USA, 2021

18:05 Ekspres polarny - anim., przygod., USA, 2004
20:00 Miłość jest wszystkim - kom., Polska, 2018. Czas przedświątecznej gorączki rozpocznie się wraz z przypłynięciem do miasta Świętego Mikołaja. Uruchomi to lawinę wyjątkowych zdarzeń.
22:40 Jak przeżyć święta - kom., USA, 2004
00:35 Noce w Rodanthe - obycz., USA, Australia, 2008 ●
02:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:15 Usterka - program poradnikowy
04:25 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:45** Miodowe Lata - serial komediowy **08:25** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **09:20** Hotel Transylwania - anim., USA, 2012 **11:00** Młody Mesjasz - obycz., USA, 2016
13:05 Powrót do przyszłości - kom., USA, 1985 **15:15** Powrót do przyszłości, cz. 2 - kom., USA, 1989 **17:25** Goście w Ameryce - kom., Franc., USA, 2001 **19:05** Policjantki i Policjanci **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **20:55** Sprawiedliwi. Trójmiasto
21:55 Pierwszy człowiek - obycz., USA, Jap., Chiny, 2018 **00:35** Szósty zmysł - sens., USA, 1999 **02:40** Hardkorowy lombard **03:30** Interwencja - magazyn reporterów **03:40** Lubię disco! **04:30** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Listy nadziei **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Pragnienie Boga **13:00** Sokolnik
13:30 Msza św. **14:30** Misja Szczecin-Kipsing **15:00** Góra św. Michała **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Serial z życia Jezusa **17:00** Po stronie prawdy **17:50** Kolędy i pastorałki **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański
18:05 Inf. dnia **18:15** Pierwsza gwiazdka nad Gietrzwałdem **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Historie animowane z Nowego Testamentu **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Życzenia Bożonarodzeniowe Pasterzy Kościoła katolickiego w Polsce

eprasa.pl 9376b72e51

CZWARTEK • 25 grudnia

TVP 1

05:25 Miss Potter - biograf., dram., USA, Wlk. Bryt., 2006
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00 Płynie kolęda, polska kolęda... ze wszystkich stron - koncert, 2025
08:20 Święta u Foxów - fab., USA, 2023
10:00 Pan Zabawka - komedia, Francja, 2022
11:55 Urbi et Orbi błogosławieństwa papieskiego z Watykanu
12:45 Malućkiemu kolęduje Mała Armia Janosik - serial przyg., 1973
13:40 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024
14:15 Każdy ma swoje Betlejem - koncert kolęd w kaplicy Św. Kingi w Kopalni Soli „Wieliczka" - koncert, 2025

16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:35 Płynie kolęda, polska kolęda... ze wszystkich stron - koncert, 2025
19:30 Program inform. 19.30
20:10 Sport
20:20 Pogoda
20:30 Rolnik szuka żony - wydanie specjalne - reality show
21:35 Sprawa dla reportera
22:35 Red - akcja, komedia, USA, 2010
00:30 Reguła milczenia - dram., USA, 2012
02:30 Świąteczna zorza - dok., USA, 2018
03:55 Sprawa dla reportera

TVP 2

05:00 Przepis na piękne święta - romans, świąteczny, USA, 2023
06:30 Orędzie abp. Józefa Kupnego na Boże Narodzenie
06:40 Uwierz w magię świąt - romans, świąteczny, Kan., USA, 2020. Charity Jones jest młodą, ambitną dziennikarką. Krótko przed świętami Bożego Narodzenia dostaje zadanie napisania artykułu o przystojnym założycielu fundacji dobroczynnej
08:10 Niania na święta - obycz., USA, 2019
09:45 Emma - film kostiumowy, USA, Wlk. Bryt., 1996
11:55 Śniadanie u Tiffany'ego - melodramat, USA, 1961
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej

15:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny
16:10 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024
17:15 25 lat miłości: Jubileusz M jak miłość - widowisko
18:45 M jak miłość - serial, 2000
19:35 Święta noc. Kolędy z Bazyliki Mariackiej w Krakowie - koncert, 2023
20:00 Jubileusz Alicji Majewskiej i Włodzimierza Korcza - koncert, 2025
22:25 Uczciwy złodziej - fab., USA, 2020
00:05 Teraz albo nigdy - kom., USA, 2018
01:55 Córka trenera - obycz., Polska, 2018 ●
03:30 Komedianci debiutanci - kom., Franc., 2019

TVN

05:40 Uwaga!
05:55 Batwheels I - animacja
06:20 Mała stopa - przygod., USA, 2018. Młody Yeti znajduje coś, o czym myślał, że nie istnieje - człowieka. Wieść o tym odkryciu przynosi mu sławę i szansę zdobycia dziewczyny jego marzeń.
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Autentyczni
12:15 Fred Claus, brat świętego Mikołaja - kom., USA, 2007. Fred jest przeciwieństwem posągowej postaci jaką jest jego brat, Święty Mikołaj. Jako poborca długów nie odmawia sobie matactwa oraz kradzieży, co doprowadza go wprost za kratki więzienne.
14:40 Kogel mogel - kom., Polska, 1988

16:50 Listy do M. II - kom., Polska, 2015. Kilka historii o zwykłych ludziach, którym w świąteczny, magiczny dzień przydarzają się małe cuda.
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Mam talent - program muzyczno-rozrywkowy
21:35 Poskromienie złośnicy II - kom., Polska, 2023
23:50 Mroczny rycerz powstaje - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2012
03:05 Autentyczni
03:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:35 Uwaga!
04:50 Nauka jazdy - reality show
05:15 Jak to jest zrobione

POLSAT

05:55 Nowy dzień
08:20 Madagwiazdka - anim., USA, 2009
08:50 Dawid i elfy - kom., Polska, 2021
11:15 101 dalmatyńczyków - kom., USA, 1996. Pongo i Czika - dwójka dalmatyńczyków stali się szczęśliwymi rodzicami piętnastu nakrapianych szczeniaków. Radość nie trwa jednak długo...
13:30 Opowieści z Narnii: Lew, czarownica i stara szafa - sens., USA, 2005
16:30 Kevin sam w domu - kom., USA, 1990. W wyniku fatalnego bałaganu przed wyjazdem na świąteczne wakacje do Paryża rodzina zapomina o Kevinie. Kevin jest zachwycony: rodzice go nie strofują i wreszcie można robić dosłownie wszystko...

18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:30 Pogoda
19:35 Kraina lodu: przygoda Olafa - anim., USA, 2017. Bałwan Olaf i jego wierny przyjaciel, renifer Sven podejmują się misji, podczas której czeka ich wiele niezwykłych przygód i przezabawnych sytuacji.
19:55 Kraina lodu II - anim., USA, 2019
22:10 Holiday - komedia romantyczna, USA, 2006 ●
01:05 Zły Mikołaj 2 - sens., USA, 2016
03:05 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:10 Muzyczne poranki
06:35 Marc-Antoine Charpentier - koncert, 2017
07:20 Tamte lata, tamte dni - Andrzej i Jacek Zielińscy - magazyn
07:50 Podróże z historią - Bursztynowym szlakiem - dokument, Polska, 2016
08:30 Porozmawiajmy szczerze
09:00 Lalka - fab., Polska, 1968
11:45 Giotto. Historia Zbawienia - dok., Polska, 2020
12:40 Chłopi na nowo - Muzyka w filmie „Chłopi", 2025
13:00 Gwiazda szeryfa - western, USA, 1957
14:40 Koncert muzyki filmowej - koncert, 2022
15:40 Bliskie spotkania trzeciego stopnia - fab., USA, 1977
18:00 Kolędy Śląska - koncert, 2016

18:35 Portrety - Grace Kelly - Portret intymny - dok., Franc., 2021
19:40 Kolędy z Mazowszem - koncert, 2014
20:00 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016
21:55 Wożąc panią Daisy - obycz., USA, 1989
23:40 Billy Elliot - komediodramat, Wlk. Bryt., 2000
01:30 Kolęda Nova, 2011 - koncert Bożonarodzeniowy
02:50 Peter O'Toole - droga do mistrzostwa - dok., Irlandia, 2021
04:25 Awatar, czyli zamiana dusz - film TVP, 1964
05:30 Tamte lata, tamte dni - Andrzej i Jacek Zielińscy - magazyn

TV Puls

06:00 Paddington - kom., Franc., Wlk. Bryt., USA, 2014. Miś o imieniu Paddington przybył do Londynu aż z Peru, ale ta podróż to dopiero początek przygód niezwykłego zwierzaka.
07:50 Józef i Maryja - przygod., Kan., 2016. Biblijna historia rabina Eliasza, który poznaje Józefa, Maryję i ich Syna
09:25 Wesołych Świąt - kom., USA, 2006. Między sąsiadami dochodzi do rywalizacji, który dom będzie piękniej przystrojony na święta...
11:05 Zakonnica w przebraniu - kom., USA, 1992. Piosenkarka z podrzędnego baru, Deloris Van Cartier, przypadkiem staje się świadkiem morderstwa, którego sprawcą jest jej kochanek - gangster Vince...

13:00 Zakonnica w przebraniu 2 - kom., USA, 1993
15:20 W imię króla - przygod., USA, Kan., Niemcy, 2007
17:40 Hrabia Monte Christo - przygod., USA, 2002
20:00 Asterix na olimpiadzie - kom., Franc., Niemcy, Hiszp., Włochy, Belgia, 2008
22:15 Goście, goście 3: Rewolucja - kom., Franc., Belgia, Czechy, 2016
00:20 Terminator 2: Dzień sądu - akcja, USA, 1991
03:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:50 Menu na miarę - program kulinarny
04:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

TVN 7

05:25 Ten moment - Karol awansował na wspólnika kancelarii prawniczej. Jego narzeczoną jest córka właściciela kancelarii...
05:55 Makłowicz w drodze - program kulinarno-podróżniczy
06:25 Szkoła - Maja Skrzyńska z powodu alergii nie może używać kosmetyków do makijażu. Jej przyjaciółka chcąc ją pocieszyć zapewnia nastolatkę, że jego brak jest teraz w modzie.
09:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
10:05 Bitwa o gości - program rozrywkowy
11:05 W krzywym zwierciadle: Witaj Święty Mikołaju! - kom., USA, 1989
13:00 Wspólne kolędowanie - najpiękniejsze polskie melodie - program

14:40 Happy Feet: Tupot małych stóp - kom., USA, 2006
16:50 Charlie i fabryka czekolady - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2005. Willy Wonka postanawia sprawić niespodziankę swoim klientom. W czekoladach produktach ukrywa zwycięskie kupony...
19:00 Hotel Paradise - reality show
20:00 Vinci - kom., Polska, 2004
22:25 Ścigany - sens., USA, 1993
00:55 Posejdon - katastrof., USA, 2006
02:45 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:35 Fachowcy - paradokument
04:45 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:45** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **08:00** Powrót do przyszłości - kom., USA, 1985 **10:10** Piotruś Pan - sens., USA, Wlk. Bryt., 2003 **12:15** Pan i władca: Na krańcu świata - sens., USA, 2003 **15:00** Holmes i Watson - kom., USA, Kan., 2018 **16:45** Piąty element - sens., Franc., Wlk. Bryt., 1997 **19:05** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **20:55** Sprawiedliwi. Trójmiasto **21:50** Hidalgo - ocean ognia - obycz., USA, 2004 **00:20** Pamięć absolutna - sens., USA, 1990 **02:30** Interwencja - magazyn reporterów **02:40** STOP Drogówka - serial policyjny **03:40** Lubię disco! **04:30** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Opowieści biblijne **10:00** Uroczystość Narodzenia Pańskiego **11:30** Kolędy i pastorałki **11:40** Z Dalekiego Wschodu do betlejemskiej szopki **12:00** Uroczystość Narodzenia Pańskiego **12:30** Boże Narodzenie w Krainie Jezior. **13:05** Życzenia Bożonarodzeniowe **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** „Wataha pod Biało Czerwoną" na Kresach **14:10** Kolędy i pastorałki **14:25** Milczący Święty **14:50** Życzenia Bożonarodzeniowe **15:00** Kolędy Maryi **17:05** Akademia pro-life **17:15** Kolędy i pastorałki **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Życzenia Bożonarodzeniowe **21:00** Apel Jasnogórski **21:20** Inf. dnia

PIĄTEK • 26 grudnia

TVP 1

05:05 Pan Zabawka - komedia, Francja, 2022
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
07:55 Boże Narodzenie w Sankt Polten - dokument, Austria, 2025
08:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
08:55 Świąteczna rozgrywka - obyczajowy, USA, 2022
10:30 O psie, który jeździł koleją - film familijny, Polska, 2023
12:15 A właśnie że tak - komedia, USA, 2007
14:00 Miś - komedia, Polska, 1980
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja, 2020
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda

17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:20 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024
18:35 Płynie kolęda, polska kolęda... ze wszystkich stron - koncert, 2025
19:30 Program inform. 19.30
20:10 Sport
20:20 Pogoda
20:30 Trzej muszkieterowie: D'Artagnan - film kostiumowy, Franc., 2023
22:40 Zołza - kom., Polska, 2022
00:20 Święta u Foxów - fabularny, USA, 2023
01:55 Sonata - fab., Polska, 2021
03:50 Każdy ma swoje Betlejem - koncert kolęd w kaplicy Św. Kingi w Kopalni Soli „Wieliczka" - koncert, 2025

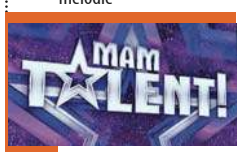
TVP 2

05:25 Śniadanie u Tiffany'ego - fab., USA, 1961. Śliczna i czarująca Holly Golightly mieszka w kamienicy na nowojorskim Manhattanie, dokąd przybyła z małej mieściny w Teksasie. Młoda dziewczyna prowadzi ekscentryczny tryb życia, jest zwariowana, lekkomyślna i nierozważna.
07:20 Królewska Gwiazdka z corgim - obycz., USA, 2022
08:55 Gwiazdka z północnego nieba - fab., Kan., 2021
10:25 Jak uratować święta - fab., Wlk. Bryt., 2023
12:10 Miłość jak miód - kom. romant., Polska, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Postaw na milion - teleturniej

16:20 Cudowny chłopak - dram., kom., Hongkong, USA, 2017. Isabel i Nate Pullmanowie mają dwoje dzieci. Syn urodził się z rzadką wadą genetyczną, ma zdeformowaną twarz. Dzieciństwo Auggiego upływa na ciągłym przebywaniu w szpitalach...
18:20 Ślubne wojny - kom., USA, 2009
20:00 Kuba Badach: Jazzy Christmas - widowisko
22:00 James Bond - Licencja na zabijanie - sens., Wlk. Bryt., USA, 1989
00:20 W imię prawdy - fab., USA, 2016
01:55 Święta o smaku miłości - obycz., USA, 2021
03:20 Świąteczny uśmiech losu - obycz., USA, 2021

TVN

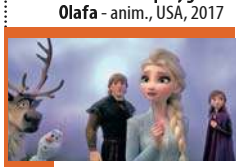
05:45 Uwaga! - program interwencyjny
06:00 Batwheels I - animacja
06:30 Krowy na wypasie - kom., USA, Holandia, Niemcy, 2006. Co robią mieszkańcy gospodarstwa wiejskiego pod nieobecność farmera? Chodzą, mówią, i robią rzeczy na wzór człowieka. Nie wierzysz?
08:00 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Autentyczni - Gościem świątecznego wydania „Autentycznych" będzie Maciej Maleńczuk, muzyk, poeta, jeden z najbardziej rozpoznawalnych i kontrowersyjnych artystów polskiej sceny muzycznej.
12:10 Galimatias, czyli kogel mogel II - kom., Pol., 1989
14:10 Wspólne kolędowanie - najpiękniejsze polskie melodie



15:00 Mam talent - program rozrywkowy
16:50 Listy do M. III - komedia, Polska, 2017
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Akademia pana Kleksa - fantasy, familijny, Polska, 2023
22:20 Mission: Impossible - sens., USA, 1996
00:40 Green Book - obycz., USA, 2018
03:00 Kuba Wojewódzki - talk-show
03:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:45 Uwaga! - program interwencyjny
05:00 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
10:55 Opowieści z Narnii: Lew, czarownica i stara szafa - sens., USA, 2005. Londyn w czasach II wojny światowej. Piotr, Zuzanna, Edmund i Łucja Pevensie ze względów bezpieczeństwa zostają wysłani na wieś do posiadłości profesora Kirke'a. Odkrywają tam zaczarowaną szafę...
13:55 Święta Last Minute - kom., USA, 2004. Luther i Nora postanawiają wyjątkowo zapomnieć o świętach Bożego Narodzenia w deszczowym Illinois i zamiast tego udać się w rejs po słonecznych Karaibach...
16:10 Kraina lodu: przygoda Olafa - anim., USA, 2017



16:40 Kraina lodu II - anim., USA, 2019
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:30 Pogoda
19:35 Epoka lodowcowa: Mamucia gwiazdka - anim., USA, 2011
19:55 Król Lew - anim., USA, Ukraina, RPA, 2019
22:25 Valerian i Miasto Tysiąca Planet - sens., Franc., Chiny, Belgia, Niemcy, ZEA, USA, Kan., 2017
01:30 To musi być miłość - kom., Polska, 2019
03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Afisz kulturalny ekstra
06:05 Muzyczne poranki
06:45 Marc-Antoine Charpentier - koncert, 2017
07:40 Podróże z historią - Prezydenckie siedziby - dok., Polska, 2015
08:15 Wstęp Wolny - felieton
08:35 Bliskie spotkania trzeciego stopnia - fab., USA, 1977
10:55 Cykl adwentowy - Miłość - program religijny
11:10 Słynny najazd niedźwiedzi na Sycylię - anim., Włochy, Franc., 2019
12:40 Chłopi na nowo - Język w filmie „Chłopi", 2025
13:00 Portrety - Grace Kelly - dok., Franc., 2021
14:05 Koncert muzyki filmowej - 2022
15:20 Szarada - komedia sens., USA, 1963
17:25 Maleńki znak - świąteczny koncert Ireny Santor - widowisko

18:35 Kolekcja - Teresa Rudowicz - felieton
19:00 Gregory Peck - Franc., 2023
20:00 Pan od muzyki - dram., Franc., Szwajc., 2004
21:45 Amy Winehouse - koncert, Wlk. Bryt., 2007
22:45 Boska Florence - kom., Wlk. Bryt., USA, 2016
00:40 Mama płacze deszczem - anim., Franc., 2021
01:15 Gwiazda szeryfa - western, USA, 1957
02:50 Tamte lata, tamte dni - Jan Englert - magazyn
03:20 Łódź Kultury - Agata Passent
03:55 Warszawskie Combo Taneczne - koncert, 2015
05:00 Święta cisza - kolędy gra Włodek Pawlik, 2005
05:35 Teledysk

TV Puls

05:40 Narzeczona dla księcia - familijny, USA, 1987
07:20 Paddington 2 - kom., Franc., Wlk. Bryt., USA, 2017. Rezolutny niedźwiadek zostaje pomyłkowo osadzony w areszcie wśród zepsutych do szpiku kości typów spod ciemnej gwiazdy
09:15 Syn Boży - biblijny, przygod., USA, 2014. Poruszający film przedstawiający historię Jezusa - od momentu jego narodzin, przez okres nauczania i ukrzyżowania aż do zmartwychwstania.
11:40 Zakonnica w przebraniu - kom., USA, 1992
13:35 Asterix i Obelix kontra Cezar - kom., Franc., Niemcy, Włochy, 1999
15:45 Asterix i Obelix: Misja Kleopatra - kom., Franc., Niemcy, 2002

17:55 Asterix na olimpiadzie - komedia, Franc., Niemcy, Hiszp., Włochy, Belgia, 2008
20:00 Mechanik: Prawo zemsty - akcja, USA, 2011. Elitarny zabójca wprowadza w tajniki swojego zawodu ucznia, który ma powiązania z jedną z jego ofiar.
21:35 Krwawy biznes - akcja, USA, Chiny, 2015
23:50 Uniwersalny żołnierz - akcja, USA, 1992
01:55 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
02:45 Dyżur - serial medyczny
03:45 Menu na miarę - program kulinarny
04:50 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:45 Ten moment - program obyczajowy
06:15 Szkoła - Daria Lewicka z gimnazjalnej klasy 3b zrywa ze swoim chłopakiem Borysem, ponieważ uważa go za egoistę.
09:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
09:55 Hotel Paradise - reality show
10:55 Narodziny - obycz., USA, 2006. Film opowiada o pełnej trudów i niebezpieczeństw podróży dwojga bohaterów, Marii i Józefa, o cudownym poczęciu Jezusa i jego narodzinach.
13:00 Elf - kom., USA, 2003. Święty Mikołaj zostaje przybranym ojcem porzuconego chłopca. Po latach ten chłopiec postanawia odnaleźć swoją prawdziwą rodzinę.

15:00 Happy Feet: Tupot małych stóp II - kom., USA, 2011
17:05 Historia Kopciuszka - kom., USA, Kan., 2004
19:00 Hotel Paradise - reality show
20:00 Sabrina - kom., USA, Niemcy, 1995
22:35 Masz wiadomość - komedia romantyczna, USA, 1998. Tuż obok małej księgarni powstaje wielki salon wydawniczy. Historia, którą warto zobaczyć kolejny raz...
00:55 W starym dobrym stylu - komedia, USA, 2017
02:45 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
03:35 Usterka - program poradnikowy
04:10 Druga strona medalu

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:45** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **07:55** Wyspa piratów - sensacyjny, USA, 1995 **10:10** Powrót do przyszłości, cz. 2 - kom., USA, 1989 **12:15** U-571 - sens., Franc., USA, 2000 **14:30** Hidalgo - ocean ognia - obyczajowy, USA, 2004 **17:00** Szósty zmysł - sensacyjny, USA, 1999 **19:05** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** Czas wojny - sens., USA, 2011 **22:45** Pan i władca: Na krańcu świata - sens., USA, 2003 **01:30** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:35** STOP Drogówka - serial policyjny **03:30** Interwencja - magazyn reporterów **03:40** Lubię disco! **04:30** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Św. na każdy dzień **09:45** Jestem Mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Głos Polski **11:35** Natura et Homo **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Głos serca **13:05** Koncert Kolęd Małej Armii Janosika **14:35** Drzwi do lasu **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:40** Katolicy a tożsamość Europy **17:15** Życzenia Bożonarodzeniowe **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Festiwal Dobra - Kolędy Maryi **19:30** Brat Franciszek **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Życzenia Bożonarodzeniowe Pasterzy Kościoła katolickiego w Polsce **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Kantata „Mędrcy świata"

eprasa.pl 9376b72e51

SOBOTA • 27 grudnia

TVP 1

04:45 O psie, który jeździł koleją - familijny, Polska, 2023
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:35 Rok w ogrodzie
08:00 Rok w ogrodzie Extra
08:15 Pełnosprawni
08:40 Ranczo - serial obycz., 2009
09:40 Komisarz Alex - serial krym.
10:30 Ojciec Mateusz - serial
11:25 Fanfan Tulipan - komedia, Francja, 2003
13:05 N. Zel., ziemie Nowego Świata - dok., Franc., 2020
13:35 Święta noc. Kolędy w stylu dawnych mistrzów - koncert, 2023
14:25 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
15:00 Malućkiemu kolęduje Mała Armia Janosik - serial przyg., 1973
15:50 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024

16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Rolnik szuka żony - reality show
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:05 Sport; Pogoda
20:25 U Pana Boga w Królowym Moście
21:25 Nie czas umierać - sens., Wlk. Bryt., USA, 2021
00:05 Red - fab., USA, 2010
01:55 Sprawdzamy - magazyn
02:20 A właśnie że tak - komedia, USA, 2007
04:00 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
04:50 Kolędy pod Tatrami - koncert, 2024

TVP 2

05:25 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial, 2025
07:30 Pytanie na śniadanie
11:45 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
12:20 Ślub na wojny - kom., USA, 2009
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Program rozrywkowy
17:15 Gwiazdka z Kupidynem - obycz., USA, 2018
18:40 Słowo na niedzielę
18:55 Rodzinka.pl - serial kom.
20:00 Czy to już? - jubileusz Haliny Mlynkovej - widowisko
20:55 U nas kolęda - Halina Mlynkova i Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk" - widowisko

22:00 Miszmasz czyli Kogel Mogel 3 - kom., Polska, 2019. Kasia nie jest już żoną Pawła. Mieszka wraz z matką w rodzinnej wiosce, gdzie wiedzie spokojne życie. Kłopoty zaczynają się, gdy do kraju wraca syn byłych małżonków, który spędził wiele lat u ojca w Holandii.
23:40 Uczciwy złodziej - fab., USA, 2020. Tom Carter ma na swym koncie całą masę rozbojów. Wciąż pozostaje nieuchwytny i nie ma zamiaru rezygnować z przestępczego procederu.
01:20 Cudowny chłopak - obycz., Hongkong, USA, 2017
03:15 Noc Świętego Mikołaja - film TVP, 2000
04:15 Rodzinka.pl - serial kom.

TVN

05:25 Uwaga! - program interwencyjny
05:40 Batwheels I - animacja
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
12:30 Anatomia piękna - program rozrywkowy
13:30 Jack Frost - film rodzinny, USA, 1998. Jack Frost pragnie za wszelką cenę zrealizować swoje marzenie - zostać słynnym muzykiem. Jego pasja ma jednak swoją cenę: praca coraz bardziej oddala go od rodziny...
15:40 Indiana Jones i świątynia zagłady - przygod., USA, 1984

18:10 Autentyczni
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:45 Listy do M. IV - kom., Polska, 2020
22:10 Zostańmy przyjaciółmi - kom., USA, Kan., Niemcy, 2005
00:10 Kursk - sens., Franc., Belgia, Luks., Rum., Kan., USA, 2018
02:25 Autentyczni
03:05 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:55 Uwaga! - program interwencyjny
04:10 Nauka jazdy - reality show
04:40 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:05 Epoka lodowcowa: Mamucia gwiazdka - anim., USA, 2011. Sid przypadkowo niszczy pamiątkę rodzinną Manny'ego: świąteczny kamień. Przez to trafia na listę niegrzecznych...
11:35 101 dalmatyńczyków - kom., USA, 1996
13:50 Evan Wszechmogący - kom., USA, 2007
15:55 Holiday - obycz., USA, 2006. Dwie kobiety postanawiają zamienić się domami na dwa tygodnie w okresie świąt Bożego Narodzenia, próbując zapomnieć o swoich skomplikowanych życiowych historiach miłosnych, aż miłość i tak ich dopadnie.

18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy J. Gugały
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Kabaret Nowaki - prog. rozrywkowy, Polska, 2024
22:15 Chłopaki nie płaczą - kom., Polska, 2000
00:20 Parszywa dwunastka - sens., USA, Wlk. Bryt., 1967. Opowieść o przemianie najgorszych bandziorów w oddział bohaterskich straceńców, wypełniających samobójczą misję w przededniu inwazji.
03:40 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:10 Shalako - fab., Wlk. Bryt., 1968
08:05 G.F. Handel: Water Music & Music for the Royal Fireworks | Collegium, 1704, Vaclav Luks - koncert, Francja, 2023
09:20 Dokument tygodnia - Niepoprawny Belmondo - część 1, dokument, Francja, 2022
10:20 W krainie Bogów - animowany, Japonia, 2001
12:30 Gregory Peck - aktor dżentelmen - dokument, Franc., 2023
13:35 Teraz najważniejsze jest tamto co było - reportaż
14:05 Znachor - dram., Polska, 1981
16:25 Tamte lata, tamte dni - Alan Starski - magazyn
17:00 Retro kino - Świat cyrku - obyczajowy, USA, 1964

19:20 Dzień z życia artysty - Andrzej Poniedzielski - magazyn
20:00 Bilet do kina - Misja - dram., Wlk. Bryt., 1986. Brat Gabriel, jezuita, wyrusza samotnie w region zamieszkiwany przez Indian Guarani... ●
22:10 Marcin Masecki gra Warsa - koncert, 2025
23:25 Pan od muzyki - dram., Franc., Szwajc., 2004
01:05 Dobry tytuł - magazyn literacki
01:35 Kino nocne - Szarada - kom. sens., USA, 1963
03:35 Podróże z historią - Legenda „Czarnej Wołgi" - dok., 2015
04:05 Chce się żyć - obycz., Polska, 2013

TV Puls

05:45 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym.
07:15 Nash Bridges - serial krym. Podczas Halloween miasto zostaje sterroryzowane przez snajpera. Co gorsza, wielu policjantów wzięło zwolnienia lekarskie, dlatego jednostka specjalna musi podjąć się patrolowania ulic. Tymczasem Michelle popełnia błąd, który może zagrozić jej karierze.
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
09:35 Lombard. Życie pod zastaw - Odsiadujący wyrok Żyleta wychodzi wcześniej z więzienia i nakrywa swoją żonę Aurelkę z kochankiem. Pod wpływem niekontrolowanych emocji zabija nieproszonego gościa, a ciężko pobitą żonę podrzuca pod szpital.

20:00 Czarny pies - akcja, USA, Wlk. Bryt., Franc., Niemcy, Jap., 1999. Jack Crews (Patrick Swayze) jest zawodowym kierowcą. Mężczyzna trafia do więzienia przez spowodowanie wypadku samochodowego, w którym ginie kilka osób. Po dwuletniej odsiadce zatrudnia się jako mechanik w firmie transportowej
21:50 Uprowadzona 3 - akcja, Franc., USA, Hiszp., 2014
23:55 Kobiety mafii - akcja, Polska, 2018
02:45 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
03:20 Menu na miarę - program kulinarny
04:50 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:05 Ten moment - program obyczajowy
05:35 Szkoła - Nowy uczeń, Eryk Rzepecki jest zauroczony koleżanką z klasy. Aby zwrócić jej uwagę, nastolatek postanawia udawać zamożnego syna dyplomaty.
06:25 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:20 New Looney Tunes III - animacja
07:50 8-bitowe święta - film rodzinny, USA, 2021. Akcja tej opowieści rozgrywa się na przedmieściach Chicago pod koniec lat 80., a jej bohaterem jest dziesięcioletni Jake Doyle, który stara się zdobyć na Boże Narodzenie najnowszy i najlepszy system gier wideo.
09:45 Bez kompleksów - program rozrywkowy

10:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
13:35 Zróbmy sobie dom - program rozrywkowy
14:40 Mój przyjaciel delfin - przygod., USA, 2011
16:50 Vinci - kom., Polska, 2004
19:00 Idź na całość - program rozrywkowy
20:00 Super 8 - przygod., USA, 2011
22:20 Operacja „Deszcz" - SF, Australia, 2020
00:50 Ciche miejsce - SF, USA, 2018
02:30 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:20 Fachowcy - program paradokumentalny
04:30 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **06:50** Miodowe Lata - serial komediowy **07:25** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **11:05** JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny
11:25 Miodowe Lata - serial komediowy **12:00** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **12:55** Królewskie święta fab. USA, 2018 **14:35** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
23:35 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **01:30** STOP Drogówka - serial policyjny **03:20** Interwencja - magazyn reporterów **03:40** Lubię disco! **04:30** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Telewiz. Uniwersytet Biblijny **10:00** Inf. dnia **10:15** Retrospekcja **10:20** Kolędy i pastorałki **10:35** Słowo życia **10:40** Sanktuarium Cudu Eucharystycznego w Sokółce **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Puszcza Rudnicka **13:20** Ocalić od zapomnienia **13:30** Msza św.
14:20 Kolędy i pastorałki **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela" **14:35** Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki Polskości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Sambodrom **17:00** Dom Paderewskiego w Ojczyźnie
17:30 Przełamując bariery **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel

NIEDZIELA • 28 grudnia

TVP 1

05:35 Sprawa dla reportera
06:25 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach
08:00 Tydzień
08:30 Płynie kolęda, polska kolęda... ze wszystkich stron - koncert, 2025
08:55 Miś - kom., Polska, 1980
11:00 Komisarz Alex - serial krym.
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Pielgrzymi Nadziei - rep.
13:05 Na granicy wymarcia - Zadziczanie - dok., Austria, 2024
13:45 Planeta singli - kom. romant., Polska, 2016

16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 TeleExpress
17:20 Pogoda
17:30 U Pana Boga w Królowym Moście
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:25 U Pana Boga w Królowym Moście
21:20 Red 2 - fab., USA, 2013
23:15 Trzej muszkieterowie: D'Artagnan - film kostiumowy, Franc., 2023
01:20 Sprawdzamy - magazyn
01:40 Nie czas umierać - sens., Wlk. Bryt., USA, 2021
04:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny

TVP 2

04:55 Dla niesłyszących - 25 lat M jak miłość. Nasz srebrny jubileusz - serial obycz., Polska, 2025
05:50 Mikołaj Na sygnale 2. Zdążyć przed Wigilią - fab., Polska, 2025
06:55 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Info
11:25 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - magazyn
12:00 Żyć się chce - jubileusz Alicji Majewskiej i Włodzimierza Korcza - koncert, 2025
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne

16:15 Tak to leciało - teleturniej
17:10 U nas kolęda - Halina Mlynkova i Zespół Pieśni i Tańca „Śląsk" - widowisko
18:10 „Człowiek z poczuciem" - benefis Jacka Fedorowicza - widowisko
19:05 Niepewne sytuacje - program rozrywkowy
19:20 James Bond - Licencja na zabijanie - sens., Wlk. Bryt., USA, 1989
21:40 30 lat Ich Troje - koncert, 2025
22:55 Ile waży koń trojański? - komedia, Polska, 2008
01:00 Krucjata - Prawo serii - serial krym., Polska, 2020
01:50 W imię prawdy - fab., USA, 2016
03:25 Jak uratować święta - fab., Wlk. Bryt., 2023

TVN

05:25 Uwaga! - program interwencyjny
05:40 Batwheels I - animacja
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:30 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
12:00 Będzie pięknie - program poradnikowy
13:00 Kogel mogel - kom., Polska, 1988
15:10 Galimatias, czyli kogel mogel II - kom., Polska, 1989
17:20 Shrek Trzeci - kom., USA, 2007
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:35 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19:40 Pogoda

19:45 Indiana Jones i ostatnia krucjata - przygod., USA, 1989. Rok 1938. Wykładowca archeologii Henry „Indiana" Jones junior otrzymuje od Waltera Donovana propozycję wzięcia udziału w ekspedycji poszukującej legendarnej relikwii - Świętego Graala.
22:20 Zły Mikołaj - kom., USA, Niemcy, 2003. Uważajcie - Święty Mikołaj Willie T. Stokes przybywa do miasta i nie dba o to, czy byliście grzeczni... ●
00:10 Shazam! - przygod., USA, 2019
02:45 Autentyczni
03:35 MasterChef - program kulinarno-rozrywkowy
04:40 Uwaga! - program interwencyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
10:35 Święta Last Minute - kom., USA, 2004. Luther i Nora postanawiają wyjątkowo zapomnieć o świętach Bożego Narodzenia w deszczowym Illinois i zamiast tego udać się w rejs po słonecznych Karaibach...
12:40 Bruce Wszechmogący - kom., USA, 2003. Bruce Nolan słynie z zabawnych reportaży kręconych dla lokalnej telewizji, które cieszą wszystkich... poza nim. Po serii nieszczęść, w najgorszym dniu swojego życia, Bruce ośmiela się czynić wyrzuty samemu Bogu...
14:50 Król Lew - anim., USA, Ukraina, RPA, 2019

17:25 Awantura o kasę - telet.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Państwo w Państwie - program interwencyjny
20:00 Titanic - obycz., USA, 1997. Jake i Rose - para młodych kochanków, którzy poznali się podczas dziewiczego rejsu „niezatapialnego" transatlantyku Titanic. Nagle luksusowy liniowiec wpada na górę lodową...
00:10 Miłość w Seattle - obycz., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2009
02:35 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Rozrywka Retro - Kolędy Retro - widowisko
06:50 Rozmowy (nie)wygodne - Zdzisława Sośnicka
07:50 Marceli Szpak dziwi się światu - serial animowany, 1986
08:00 Liturgia prawosławna w Narwi
09:00 Niepojęte - Problem chrześcijaństwa u Nietzschego - felieton
09:20 W domu Ojca mego jest mieszkań wiele - program religijny
09:55 Niepoprawny Belmondo - część 2, dok., Franc., 2022
10:50 Wstęp Wolny - felieton
11:05 Pan wzywał, Milordzie? - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
12:00 Człowiek, który zdemoralizował Hadleyburg - film TVP, 1967
12:30 Chopin lokalnie - reportaż
12:45 Genesis - suma talentów - dok., Wlk. Bryt., 2022

14:25 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
15:00 Miss Potter - dram., USA, Wlk. Bryt., 2006
16:35 Dobry tytuł - magazyn
17:15 Niedziela z... piosenkami Jerzego Derfla
20:00 Młode strzelby - western, USA, 1988
21:55 The Rolling Stones - dokument, Wlk. Bryt., 2016
23:35 Noc krótkich filmów - Noworoczna noc • Kabaret
24:00 Marcin Masecki gra Warsa - koncert, 2025
01:15 Kino nocne - Misja - dram., Wlk. Bryt., 1986 ●
03:20 Niedziela z... piosenkami Jerzego Derfla
04:05 Niepoprawny Belmondo - część 1, dok., Franc., 2022
05:00 Przybyli ułani - kom., 2005

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
06:35 Nash Bridges - serial krym. Groźny przestępca zostaje omyłkowo zwolniony z więzienia i zamierza zemścić się na Michelle. Nash próbuje ją chronić.
07:35 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny. Dana, córka Semira rozpoczyna pracę w policji drogowej. Podczas swojego pierwszego dnia służby, dziewczyna chce się wykazać i zaczyna prowadzić śledztwo na własną rękę. Czy to była słuszna decyzja?
09:25 Ranczo - serial kom., Polska
13:35 Kajtek Czarodziej - familijny, Polska, 2023. Pewnego dnia Kajtek odkrywa w sobie niespotykane zdolności

15:35 Hrabia Monte Christo - przygod., USA, 2002 ●
18:05 Zakonnica w przebraniu 2 - kom., USA, 1993. Pewnego dnia Deloris odwiedzają zaprzyjaźnione zakonnice ze zgromadzenia świętej Katarzyny i proszą o pomoc...
20:00 Bodyguard i żona zawodowca - akcja, USA, 2021
22:15 Mścicielka - akcja, Franc., 2016
00:05 Braven - akcja, Kan., 2017
01:50 Dyżur - serial medyczny
02:30 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
03:15 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:05 Ten moment - Młoda Ukrainka Olena Juszczuk ciężko pracuje sprzątając w domach bogatych ludzi. W ten sposób zbiera pieniądze na operację serca swojej pięcioletniej córeczki Nastki.
05:35 Szkoła - program obycz.
06:25 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:25 New Looney Tunes III - animacja
07:50 Zróbmy sobie dom - program rozrywkowy
08:50 Anatomia piękna - program rozrywkowy
09:45 Miś Yogi - film rodzinny, USA, N. Zel., 2010
11:15 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:05 Detektywi - program kryminalny
16:00 Charlie i fabryka czekolady - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2005

18:15 Film o pszczołach - kom., USA, 2007
20:00 Jądro Ziemi - katastrof., USA, Wlk. Bryt., 2003
22:45 MachoCry Macho - obycz., USA, 2021. Historia emerytowanego hodowcy koni, który niegdyś był gwiazdą rodeo. Spokojne życie mężczyzny się zmienia, gdy dostaje zlecenie od byłego szefa. Musi za wszelką cenę sprowadzić do domu jego syna.
00:50 Dzień próby - sens., USA, 2001
03:05 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
03:55 Fachowcy - program paradokumentalny
04:30 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **06:55** Summer of Soul - dokument, USA, 2021 **09:05** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **11:00** Czas wojny - sensacyjny, USA, 2011
13:50 Niepamięć - sensacyjny, USA, 2013 **16:10** Next - sensacyjny, USA, 2007 **18:00** Uroczysko - serial kryminalny **20:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny **23:45** STOP Drogówka - serial policyjny
00:40 Polowanie na Hitlera - dokumentalny serial fabularyzowany, Polska, 2020 **03:20** Interwencja - magazyn reporterów **03:40** Lubię disco! - program muzyczny **04:30** Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:15 Manna z Nieba **09:25** Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Mała Nellie od Św. Boga **11:00** Głos serca **11:45** Solidarność - narodziny Wolności **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków
12:55 Nędzarz i madame **15:00** Wieś to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok.
19:25 Św. na każdy dzień **19:30** Moja Katolicka Rodzina **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:30** Kolędy i pastorałki **22:45** Jak wygrać małżeństwo?

eprasa.pl 9376b72e51

PONIEDZIAŁEK • 29 grudnia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Okrasałamie przepisy - magazyn kulinarny
08:45 Zaraz wracam - serial, 2025
09:15 Ranczo - serial obycz., 2009
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 To się opłaca - magazyn
12:50 Dobre strony - **Andrzej Chyra i Mery Spolsky** - rep.
13:10 Dzika granica Ameryki - **północne rubieże** - dokument, Kan., 2020
14:05 Wichrowe wzgórze - serial
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn
15:40 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport; Pogoda
20:30 Wielkie oczy - obycz., USA, Kan., 2014
22:20 Świat bez fikcji - **Mistrzynie** - dokument, Polska, 2025
23:55 Balans bieli - magazyn
00:30 Red 2 - fab., USA, 2013
02:25 Wykrywacz kłamstw - magazyn
02:45 Planeta singli - komedia romant., Polska, 2016
05:00 Notacje - **Bernard Kawka** - dok., 2024

TVP 2

05:30 M jak miłość - serial, 2022
06:25 Rodzina (nie od) święta - **Oaza, harcerstwo, neokatechumenat, odnowa w Duchu Świętym** - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie
11:55 Dla niesłyszących - **Okrasałamie przepisy** - magazyn kulinarny
12:30 Koło fortuny - teleturniej
13:10 Postaw na milion - teleturniej
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - **pałac tajemnic** - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej

17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:40 Przepis dnia
20:55 25 lat miłości: Jubileusz M jak miłość - cz. I - widowisko
21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:25 Cztery pory roku w Hawanie - serial krym., Hiszp., 2017
23:20 Śmietanka towarzyska - komedia, USA, 2016 ●
01:00 Stulecie Winnych - serial, 2022
02:40 Gwiazdka z Kupidynem - obyczajowy, USA, 2018

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:30 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:05 Turniej Czterech Skoczni, Oberstdorf - studio sport, konkurs indywidualny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny

20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:55 Zabójcy - sens., USA, Franc., 1995
23:30 Zły Mikołaj - kom., USA, Niemcy, 2003 ●
01:20 Zostańmy przyjaciółmi - kom., USA, Kan., Niemcy, 2005
03:05 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
03:30 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
04:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
05:00 Uwaga! - program interwencyjny
05:15 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Klientka detektywów podejrzewa, że jej mąż potajemnie wynajmuje mieszkanie, w którym spotyka się z kochanką. Detektywi docierają do kobiety tam mieszkającej... **09:30 Swaci** - serial, Polska, 2022
11:30 Gliniarze - Detektywi zostają wezwani do splądrowanego mieszkania, którego właściciel został brutalnie pobity. Z mieszkania nie zniknęły jednak żadne cenne rzeczy.
14:40 Dlaczego ja? - serial. 36-letnia policjantka, Anna Kamińska, jest w trakcie rozwodu i samotnie wychowuje 15-letnią córkę, Kingę. Pewnego dnia do jej domu ktoś się włamuje...
15:50 Wydarzenia - program informacyjny

16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy
17:00 Gliniarze - paradokument
18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Mega hit - **2012** - SF, katastroficzny, USA, 2009
23:15 Predator - sens., USA, 1987
01:45 Warcraft: Początek - sens., Chiny, USA, Kan., Jap., 2016
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:10 Muzyczne poranki
06:20 Od ucha do ucha - **Niedźwiadek Pompon** - animowany, Franc., 2023
06:45 Tamte lata, tamte dni - **Juliusz Machulski** - magazyn
07:20 Zamek czy lepianka - **dylematy średniowiecza** - dokument, Polska, 2015
07:55 Dobry tytuł - magazyn literacki
08:30 Świat cyrku - obycz., USA, 1964
10:50 Niepoprawny Belmondo - część 2 - dokument, Franc., 2022
11:50 Wstęp Wolny - felieton
12:10 Tamte lata, tamte dni - **Alan Starski** - magazyn
12:45 Dziki realizm Velasqueza - dok., Franc., 2014
13:45 Miasto z morza - obycz., Polska, 2009

15:50 Lalka - serial, 1977
17:20 Ladies - piosenki z koncertu, 2003
18:15 Genesis - suma talentów - dok., Wlk. Bryt., 2022
20:00 Na wschód od Hollywood - **Bolero** - fab., Franc., 2024
22:05 Koncert
22:40 Młode strzelby - western, USA, 1988
00:35 Łódź Kultury - Agata Passent
01:05 Kino nocne - **Miss Potter** - dram., USA, Wlk. Bryt., 2006
02:40 Więcej niż fikcja - **The Rolling Stones** - **Totally Stripped** - dok., Wlk. Bryt., 2016
04:20 Przystań - dramat, Polska, 1997

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Groźny przestępca zostaje omyłkowo zwolniony z więzienia i zamierza zemścić się na Michelle. Nash próbuje ją chronić.
08:00 Kobra - **oddział specjalny** - Andrea Gerkhan otrzymuje od swojej przyjaciółki, Niny Dammer, listę z nazwiskami kobiet, które są w śmiertelnym niebezpieczeństwie. Wkrótce Nina zostaje zamordowana, a Andrea zaatakowana na autostradzie. Okazuje się też, że lista nazwisk zaginęła.
10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy
11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

15:50 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Czas porachunków - akcja, USA, 2022
22:05 Mechanik: Prawo zemsty - akcja, USA, 2011
23:35 Na krawędzi - akcja, USA, 1993. Z gór nadchodzi wołanie o pomoc - pasażerowie rozbitego samolotu znaleźli się w potrzasku...
01:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
03:10 Menu na miarę - program kulinarny
04:10 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:25 Ten moment - Michał, mąż i ojciec, od dłuższego czasu ma namiętny romans z koleżanką z pracy Agatą. To dla niej mężczyzna jest gotowy opuścić żonę i dziecko.
05:55 Szkoła - Maks Nowacki z licealnej 2c pragnie zostać aktorem, ale nie ma powodzenia na castingach. Gdy znajduje informację o naborze do filmu o legendzie Piasta Kołodzieja czuje, że tym razem ma szansę.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:25 W-11 Wydział Śledczy - W podmiejskim lesie znaleziono zwłoki dziewiętnastolatka, barmana z pobliskiej dyskoteki.
13:25 Detektywi - program kryminalny

15:15 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:15 Sąd rodzinny - program sądowy
17:10 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny
18:05 Dzień próby - sens., USA, 2001. Przed trzynastu laty, gdy detektyw sierżant Alonzo Haris zaczynał służbę w policji wierzył, że zło można zwyciężać stosując się do litery prawa.
22:35 Ciche miejsce II - SF, USA, 2020
00:35 MachoCry Macho - obycz., USA, 2021
02:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:15 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
04:55 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:50** Gwiazdy Kabaretu **08:05** Bogaty Dom - Biedny Dom **09:00** Policjantki i Policjanci **10:50** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **12:40** Trudne sprawy - program obyczajowy **15:20** Ktoś tu kłamie? **16:15** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:10** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:55** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:50** Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny **22:45** Pamięć absolutna - sens., USA, 1990 **00:55** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:05** Hardkorowy lombard **03:00** Interwencja - magazyn reporterów **03:10** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Moja Katolicka Rodzina **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **11:45** Kolędy i pastorałki **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Orędzie na trudne czasy **13:30** Msza święta **14:20** Kolędy i pastorałki **14:30** Bł. Maria Teresa Ledóchowska **15:25** Jezu, Ty się tym zajmij **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Moja parafia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedokończone **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Poznajemy Polskę **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia

WTOREK • 30 grudnia

TVP 1

05:25 Wichrowe wzgórze - serial
06:15 Akacjowa 38 - serial, 2017
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:15 Ranczo - serial, 2009
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:35 Magazyn Rolniczy
12:50 Dobre strony - **Kasia Lins i Piotr Domalewski** - rep.
13:05 Wodospady Niagary - dokument, USA, 2023
14:05 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024
15:00 Serwis Info
15:10 Reporterzy - magazyn
15:40 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress; Pogoda

17:35 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:10 Klan - telenowela TVP
18:45 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2017
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Zaraz wracam - serial, 2025
21:05 Parker - sens., USA, 2013
23:10 Grease - musical, USA, 1978
01:00 Wykrywacz kłamstw - magazyn
01:20 Wielkie oczy - obycz., USA, Kan., 2014
03:10 Świąteczna rozgrywka - obyczajowy, USA, 2022
04:40 Tacy byliśmy Jak się bawiliśmy - reportaż

TVP 2

04:40 Na dobre i na złe - serial
05:35 M jak miłość - serial, 2022
06:25 Kaznodzieje - reportaż
06:55 Dla niesłyszących - **Barwy szczęścia** - serial obycz., 2025
07:30 Pytanie na śniadanie
12:00 Rosół polski - magazyn kulinarny
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:10 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - **pałac tajemnic** - serial, Hiszp., 2023
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
18:15 Va Banque - teleturniej
18:45 Jeden z dziesięciu - telet.

19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025
20:40 Przepis dnia - program kulinarny
20:55 25 lat miłości: Jubileusz M jak miłość - cz. II - widowisko
21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany
22:25 Magazyn Ekspresu Reporterów
23:25 Wszystko albo nic - kom. romantyczna, Słowacja, Polska, Czechy, 2017
01:20 Gwiazdka z północnego nieba - fab., Kan., 2021
02:45 Grace Kelly: zaginione miliony - dok., Wlk. Bryt., 2021
03:40 Królewska Gwiazdka z corgim - obycz., USA, 2022

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:30 Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
14:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
17:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
18:00 Detektywi - program kryminalny. Do biura detektywów zgłasza się 42-letnia Grażyna Jawor, jej 19-letni syn zaginął.
19:00 Fakty
19:35 Sport

19:40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:10 Doradca smaku - program kulinarny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:55 Nie idziemy na Sylwestra - program rozrywkowy
22:00 Okup - sens., USA, 1996
00:30 Każdy twój oddech - sens., USA, 2021
02:25 Kuba Wojewódzki - talk-show
03:20 Nastolatki rządzą... kasą
04:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
04:50 Uwaga! - program interw.
05:05 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Swaci - serial, Polska, 2022
11:35 Gliniarze - Dochodzi do tajemniczego zniknięcia nastolatki. Pierwsze ustalenia wskazują, że dziewczyna została porwana i prawdopodobnie zamordowana przez byłego chłopaka...
14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:20 Interwencja - magazyn reporterów
16:30 Na ratunek 112 - Marcin Zawilski pracuje jako prywatny kierowca biznesmena Bogdana Bilińskiego. W tajemnicy przed szefem spotyka się z córką szefa, Kamilą.

17:00 Gliniarze - paradokument
18:00 Pierwsza miłość - serial
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Robin Hood - sens., USA, Wlk. Bryt., 2010
22:55 Wschodzące słońce - sens., USA, 1993. Podczas przyjęcia zorganizowanego z okazji otwarcia siedziby firmy zostaje zamordowana atrakcyjna młoda blondynka.
01:45 Supersamiec - kom., USA, 2007
04:10 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:00 Afisz kulturalny ekstra
06:05 Muzyczne poranki - teledyski
06:50 Tamte lata, tamte dni - **Sebastian Karpiel Bułecka** - magazyn
07:25 Podróże z historią - **320 metrów pod ziemią** - dok., Polska, 2015
08:00 Dzień z życia artysty - **Andrzej Poniedzielski** - magazyn
08:30 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, 2009
09:00 Lalka - serial, 1977
10:25 Miasto z morza - obycz., Polska, 2009
12:30 Abba: Film - dok., Szwecja, 1970
14:20 Lubię wracać tam, gdzie byłem - dok., Polska, 2023
15:25 Rysa - dram., Polska, 2008
17:00 Lalka - serial, 1977
18:30 Wydarzenie aktualne
18:55 Fenomen Fogga - dokument, Polska, 2023

20:00 Teatr Telewizji - **Lalka** - Teatr Muzyczny w Gdyni - musical, 2011
23:05 Lekkie obyczaje - **Ona** - dram., SF, USA, 2013 ●
01:10 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn
01:45 Nocny dokument - **Alain Delon jakiego nie znamy** - dok., Franc., 2015
02:45 Prymitywne czasy - anim., Niemcy, 2023
02:50 Piękni mężczyźni - anim., Belgia, Franc., 2023
03:05 Tysiąc i jeden drobiazgów - anim., Polska, 1972
03:15 Bestie wokół nas - anim., Polska, 2021
03:30 Którędy po sztukę - **KwieKulik** - magazyn
03:40 Na wschód od Hollywood - **Bolero** - fab., Franc., 2024

TV Puls

06:00 Nash Bridges - Dawna miłość Nasha - Tamara - uwikłana jest w sprawę sprzedaży skradzionego plutonu. Podczas śledztwa Nash musi zmierzyć się nie tylko z groźnymi przestępcami, ale także własnymi uczuciami.
08:00 Kobra - **oddział specjalny** - Semir jest świadkiem niezwykle dziwnego zdarzenia- spotyka bowiem tajemniczo ubranych ludzi pędzących konno. W tym samym czasie siedzący w samochodzie Paul zauważa kobietę wołającą o pomoc. O co może chodzić?
10:00 Zbuntowany anioł - Ivo i Federico organizują imprezę-niespodziankę dla Luisy. Podczas imprezy Ivo przekazuje Milagros pewną wiadomość...

11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
15:55 Ranczo - serial kom., Polska
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 Pasażer 57 - akcja, USA, 1992
21:45 S.W.A.T.: Oblężenie - akcja, USA, 2017
23:20 Po prostu walcz 2 - akcja, USA, 2011
01:25 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
02:25 Dyżur - serial medyczny
03:45 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:25 Ten moment - Gdy Sylwia dowiaduje się, że jest w ciąży, nie jest jednak w stanie się cieszyć. Podczas wyjazdu męża, zdradziła go i teraz nie jest pewna, kto jest ojcem dziecka...
05:55 Szkoła - Gimnazjaliści Maciek, Sebastian i Mikołaj zajmują się drukowaniem fałszywych banknotów. Kiedy nauczycielka odkrywa fałszerstwo gimnazjaliści panikują.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:25 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
13:25 Detektywi - program kryminalny
15:15 Zapukaj do moich drzwi - telenowela
16:15 Sąd rodzinny - program sądowy
17:10 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny

18:05 Zagadki losu - program obycz.
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Dzień próby - sens., USA, 2001. Przed trzynastu laty, gdy detektyw sierżant Alonzo Haris zaczynał służbę w policji wierzył, że zło można zwyciężać stosując się do litery prawa.
22:35 Ciche miejsce II - SF, USA, 2020
00:35 MachoCry Macho - obycz., USA, 2021
02:25 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabójcą
03:15 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
04:55 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:50** Gwiazdy Kabaretu **08:05** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **09:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:50** Na Ratunek 112 - serial **12:40** Trudne sprawy - program obyczajowy **15:25** Ktoś tu kłamie? **16:20** Łowcy skarbów. Kto da więcej **18:10** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **20:55** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **21:50** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:45** Babylon A.D. - sens., Wlk. Bryt., Franc., USA, 2008 **00:40** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:40** Hardkorowy lombard **03:10** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:40** Albertynki **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Droga O. Łukasza **13:00** Dom w serce wpisany **13:30** Msza św. **14:20** Kolędy i pastorałki **14:30** Orędowniczka w codzienności **15:00** Sybiraczka **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. 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 Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

eprasa.pl 9376b72e51

ELBLĄG PRZYGOTOWUJE SCHRONY

ELBLĄG OPRACOWUJE STRATEGIĘ ROZMIESZCZENIA SCHRONÓW, UKRYĆ I MIEJSC DORAŹNEGO SCHRONIENIA, INWESTUJE W SPECJALISTYCZNY SPRZĘT ORAZ PROWADZI SZKOLENIA ONLINE DLA MIESZKAŃCÓW. DZIAŁANIA TE REALIZOWANE SĄ W RAMACH „PROGRAMU OCHRONY LUDNOŚCI I OBRONY CYWILNEJ NA LATA 2025-2026".

Na podstawie wytycznych zespół powołany przez prezydenta obmyśla strategię rozmieszczenia schronów, ukryć i miejsc doraźnego schronienia w Elblągu. – Zgodnie ze wskazaniami zespołu funkcje schronu spełniać może 11 obiektów – informuje Joanna Urbaniak, kierownik Referatu Zespołu Prasowego w Biurze Prezydenta Miasta. – W przypadku 2 schronów przygotowane zostały kosztorysy; w przyszłym roku planowane jest pozyskanie środków na ich dostosowanie z „Programu ochrony ludności i obrony cywilnej". Pozostałych 9 obiektów jest kontrolowanych przez powiatowego inspektora nadzoru budowlanego i Państwową Straż Pożarną.

Władze miasta przygotowują również miejsca ukrycia w planowanych nowych budynkach.

fot. PAP

Sprzęt za ponad 3,5 miliona złotych

Równolegle elbląski samorząd zakupił specjalistyczny sprzęt i wyposażenie w ramach otrzymanej dotacji z „Programu ochrony ludności i obrony cywilnej na lata 2025-2026". Jego wartość przekracza 3,5 miliona złotych.

– To między innymi agregaty prądotwórcze, pompy, nagrzewnice, osuszacze, rękawy przeciwpowodziowe, elastyczne zbiorniki do magazynowania wody pitnej, urządzenie do paczkowania wody, nowoczesne syreny alarmowe, pojazd UTV, śpiwory, łóżka polowe, odzież ochronna i pakiety żywnościowe. To tylko część sprzętu, który zakupiony został przez elbląski samorząd w ramach otrzymanej dotacji – przekazuje Joanna Urbaniak.

Sprzęt trafił do Urzędu Miejskiego w Elblągu, Elbląskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji oraz miejskiego szpitala.

Szkolenia dla mieszkańców

Pieniądze przeznaczono także na edukowanie w zakresie ochrony ludności i obrony cywilnej.

– Dzięki pozyskanym środkom odbywają są również szkolenia i kursy z zakresu ochrony ludności i obrony cywilnej, w tym powszechne szkolenia dla ludności, radnych, kierowników i pracowników komórek organizacyjnych urzędu i kierowników i pracowników podmiotów działających na rzecz ochrony ludności – informuje Joanna Urbaniak.

Najbliższe szkolenie dla mieszkańców w formule online odbędzie się w sobotę, 20 grudnia, w godz. 10-12.

Hala magazynowa i sprzęt dla służb

Oprócz zakupów sprzętu trwa również realizacja zadania inwestycyjnego polegającego na budowie hali magazynowej przy komendzie PSP przy ulicy Łęczyckiej.

– Polega ono na budowie hali magazynowej do gromadzenia sprzętów i zasobów ochrony ludności i obrony cywilnej na potrzeby miasta i powiatu przy komendzie PSP przy ulicy Łęczyckiej. To efekt trójstronnego porozumienia zawartego między miastem, powiatem i komendą PSP – tłumaczy Joanna Urbaniak.

W ramach projektu zakupiono m.in. średni samochód ratowniczo-gaśniczy, pojazd typu bus, łódź ratowniczą oraz wyposażenie ratowników i specjalistycznej grupy ratownictwa chemiczno-ekologicznego.

Łączny koszt zadania wynosi 6 325 900 zł.

EWELINA GULIŃSKA

NOWA STACJA POMIAROWA NAD KUMIELĄ

W Elblągu uruchomiono nową stację pomiarową, która ma pomóc w monitorowaniu poziomu wody w rzece Kumieli. Urządzenie zainstalowano w okolicy szpitala miejskiego przy ulicy Związku Jaszczurczego, czyli w miejscu uznawanym za newralgiczne pod względem powodziowym. Nowa stacja umożliwia monitorowanie poziomu wody w czasie rzeczywistym, co pozwoli na szybsze reagowanie w sytuacjach zagrożenia powodzią.
Koszt instalacji urządzenia wyniósł 24,6 tysiąca złotych. **RED.**

Fot. UM Elbląg

ŚWIADCZENIE WSPIERAJĄCE DLA SZERSZEJ GRUPY OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Od 1 stycznia 2026 r. świadczenie wspierające, wypłacane przez ZUS, obejmie szerszą grupę osób z niepełnosprawnością – tych, które w decyzji wojewódzkiego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności uzyskały co najmniej 70 punktów w skali potrzeby wsparcia. Do końca listopada 2025 r. ZUS przyjął 188,5 tys. wniosków.

Świadczenie wspierające zostało wprowadzone etapowo, aby dostosować system do rosnącej liczby uprawnionych. Od 2024 r. przysługiwało osobom z najwyższym poziomem potrzeby wsparcia (87-100 punktów), a od 2025 r. rozszerzono je o osoby z 78-86 punktami.

Od przyszłego roku dostęp do niego uzyskają wszystkie osoby z niepełnosprawnością, które mają co najmniej 70 punktów (z wyjątkiem specjalnej ścieżki dla osób, których opiekunowie pobierali świadczenia opiekuńcze – one mogły korzystać już od 2024 r.).

„Miesięczna wysokość świadczenia zależy od liczby punktów i wynosi od 40 proc. do 220 proc. aktualnej renty socjalnej (1878,91 zł brutto po waloryzacji z marca 2025 r.), czyli od 752 zł do 4134 zł. Świadczenie jest waloryzowane automatycznie i wypłacane wyłącznie na konto bankowe" – przekazał ZUS.

Osoba ubiegająca się o świadczenie powinna złożyć wniosek do wojewódzkiego zespołu ds. orzekania o niepełnosprawności (WZON) o decyzję ustalającą poziom potrzeby wsparcia. Po otrzymaniu decyzji (po 14 dniach od doręczenia, jeśli nie zostało wniesione odwołanie) powinna złożyć wniosek do ZUS – wyłącznie elektronicznie przez PUE/eZUS, portal Emp@tia lub bankowość elektroniczną.

„Od momentu uprawomocnienia się decyzji WZON klient ma 3 miesiące na złożenie wniosku. Wtedy świadczenie będzie mu przysługiwać z wyrównaniem. Wniosek w imieniu osoby z niepełnosprawnością może złożyć jej pełnomocnik lub opiekun prawny" – poinformował ZUS.

„Osoby, którym prawo do świadczenia przysługuje od 1 stycznia 2026 r., powinny złożyć wniosek jak najszybciej, najlepiej w grudniu 2025 r. lub najpóźniej do końca stycznia 2026 r. W przeciwnym razie, jeśli osoba uprawniona złoży wniosek dopiero w lutym, nie otrzyma środków za styczeń" – wyjaśniła wicedyrektor Departamentu Świadczeń dla Rodzin Centrali ZUS Ewa Krysiewicz.

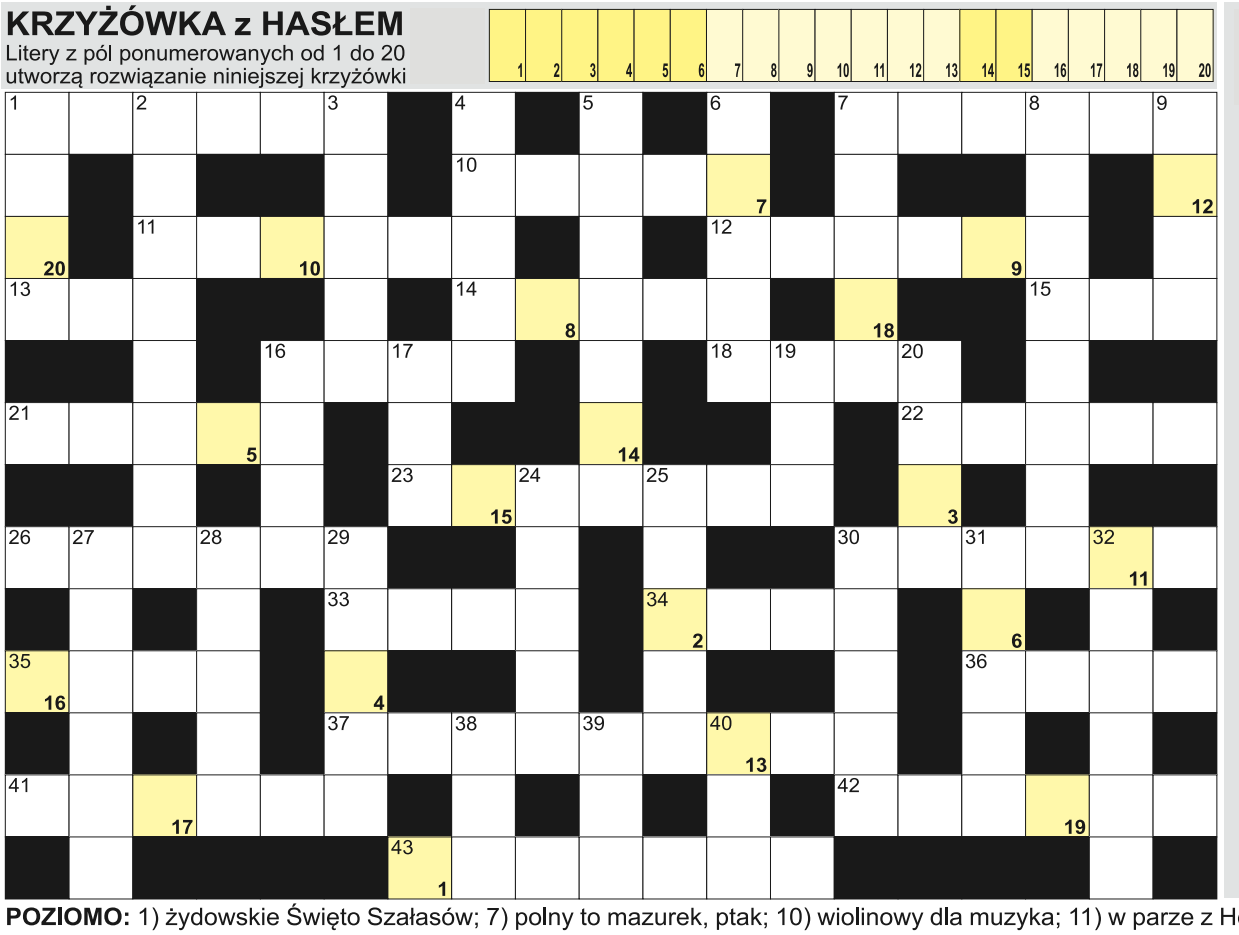
Świadczenie wspierające jest niezależne od innych świadczeń ZUS, takich jak renta socjalna czy świadczenie uzupełniające dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji.

Do końca listopada 2025 r. ZUS wypłacił świadczenia na kwotę prawie 7,7 mld zł. Najwięcej wniosków zostało złożonych w województwach małopolskim (22 tys.), podkarpackim (17,6 tys.) i kujawsko-pomorskim (15,6 tys.). Wysokie kwoty wypłat odnotowano m.in. w Małopolsce (ponad 1 mld zł) i na Podkarpaciu (blisko 732 mln zł). **PAP**

eprasa.pl 9376b72e51

KRZYŻÓWKA z HASŁEM

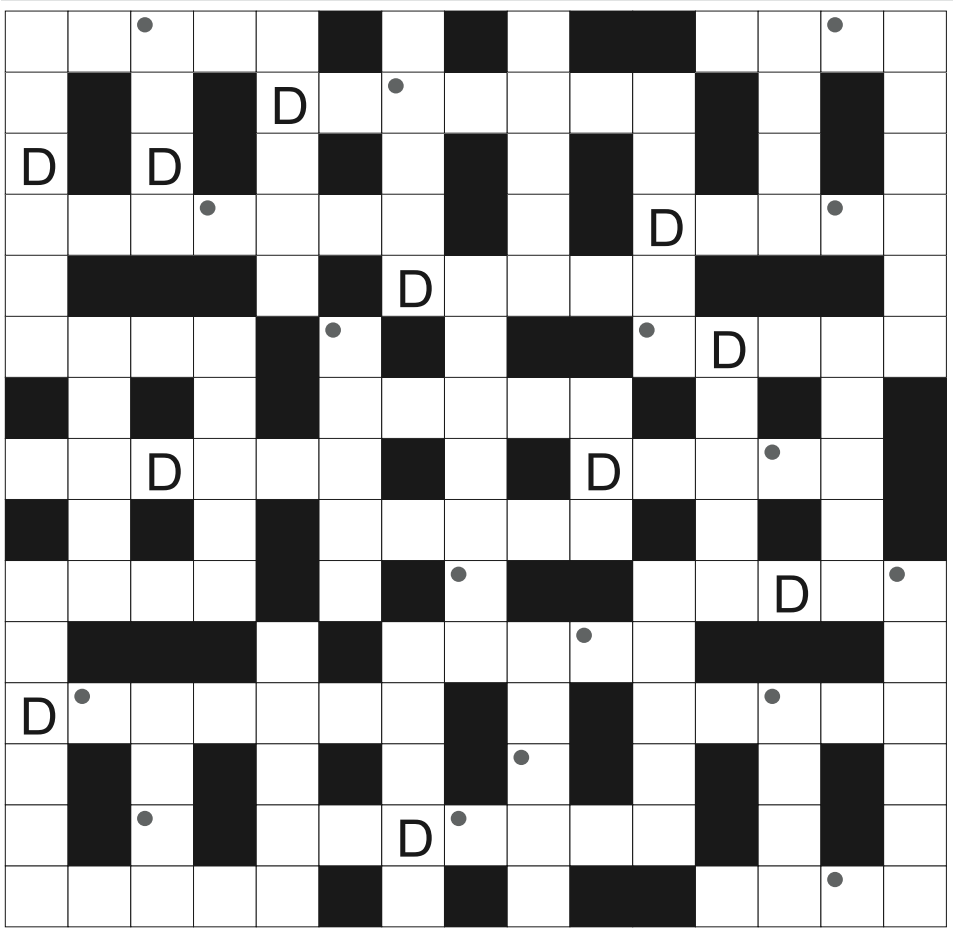
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 20 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) żydowskie Święto Szałasów; 7) polny to mazurek, ptak; 10) wiolinowy dla muzyka; 11) w parze z Hercegowiną; 12) wynajmowane w hotelu; 13) dwudziesta trzecia litera alfabetu greckiego; 14) nie brutto; 15) de Maupassant, francuski pisarz; 16) wypłata dla żołnierza; 18) malowane szminką; 21) na głowach żołnierzy; 22) dawna stolica Litwy; 23) cienka, sucha kiełbasa; 26) Masterton, brytyjski pisarz; 30) boże drzewko lub draganek; 33) inaczej smród, fetor; 34) rzeka w Newcastle; 35) antonim poziomu; 36) dziewiąta litera alfabetu greckiego; 37) miasto św. Mikołaja; 41) ze stolicą w Belmopan; 42) inaczej o katarze; 43) najwyższy szczyt Walii. **PIONOWO:** 1) najwolniejszy chód konia; 2) koszyk z truskawkami; 3) argentyński taniec; 4) pierwiastek Sc; 5) kotara, zasłona w teatrze; 6) ostry pazur ptaka; 7) wolne miejsce pracy; 8) narty nie do zjazdów; 9) cumy i bresty; 16) płynie nią krew; 17) Triumfalny w Paryżu; 19) pieczeniowy do obiadu; 20) mniejsze od hektarów; 24) bok statku; 25) cienki makaron; 27) ... Maria Rilke, austriacki poeta; 28) stolica Wietnamu; 29) Roger, grał Jamesa Bonda; 30) kraj z Porto-Novo; 31) wodze, cugle w ręku woźnicy; 32) kwarc żółty krócej; 38) numer nadwozia samochodu; 39) jedna z faz Księżyca; 40) Tokyo dawniej.

JOLKA z HASŁEM

Litery z pól z kropką czytane rzędami, utworzą rozwiązanie:



Na diagramie ujawniliśmy spółgłoski "D". Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia. Rozwiązaniem jest hasło z pól z kropkami czytanych rzędami.

Zbiór dziesięciu przykazań; bushido dla samuraja; Guzowska, była pięściarka; georginia w ogrodzie; oczyszczona do czyszczenia; część wystawy lub sklepu; powieściowa córka Juranda ze Spychowa; czwarta litera alfabetu greckiego; wynik dodawania; autograf, parafka na dokumencie; rewanż, zemsta; profesor z "Ferdydurke" Gombrowicza; graficzny symbol państwa; strój do spania; osoba łącząca się z duchami; i Mars, i Jowisz; deszczowa nawałnica; wyspa z Gunungsitoli; wypełniona staje się pierzyną lub poduszką; wysoki budynek na osiedlu; do butów lub do zębów; kartka od listonosza; inaczej gangrena; drobny szczegół; okres egzaminów na uczelni; miasto z zakładami "Łucznik"; wywar z ziół, herbatka; drobne skaleczenie, zadraśnięcie; dziesięć klęsk egipskich; grecka muza poezji miłosnej; materiał garncarski; krwionośny w organizmie; właściciel gospodarstwa na Podhalu; schabowy na obiad; mała Kazimiera; polecony lub gończy; dzwonek w kartach; nadawcy lub zwrotny na kopercie; inaczej uzbrojenie, broń; Adrianna dla najbliższych; "... Gynt", książka Henrika Ibsena; poślubienie kogoś, małżeństwo dawniej; religia muzułmanów.

Sprawdź się w SUDOKU: wypełnij diagram 9×9 w taki spo-sób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

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

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

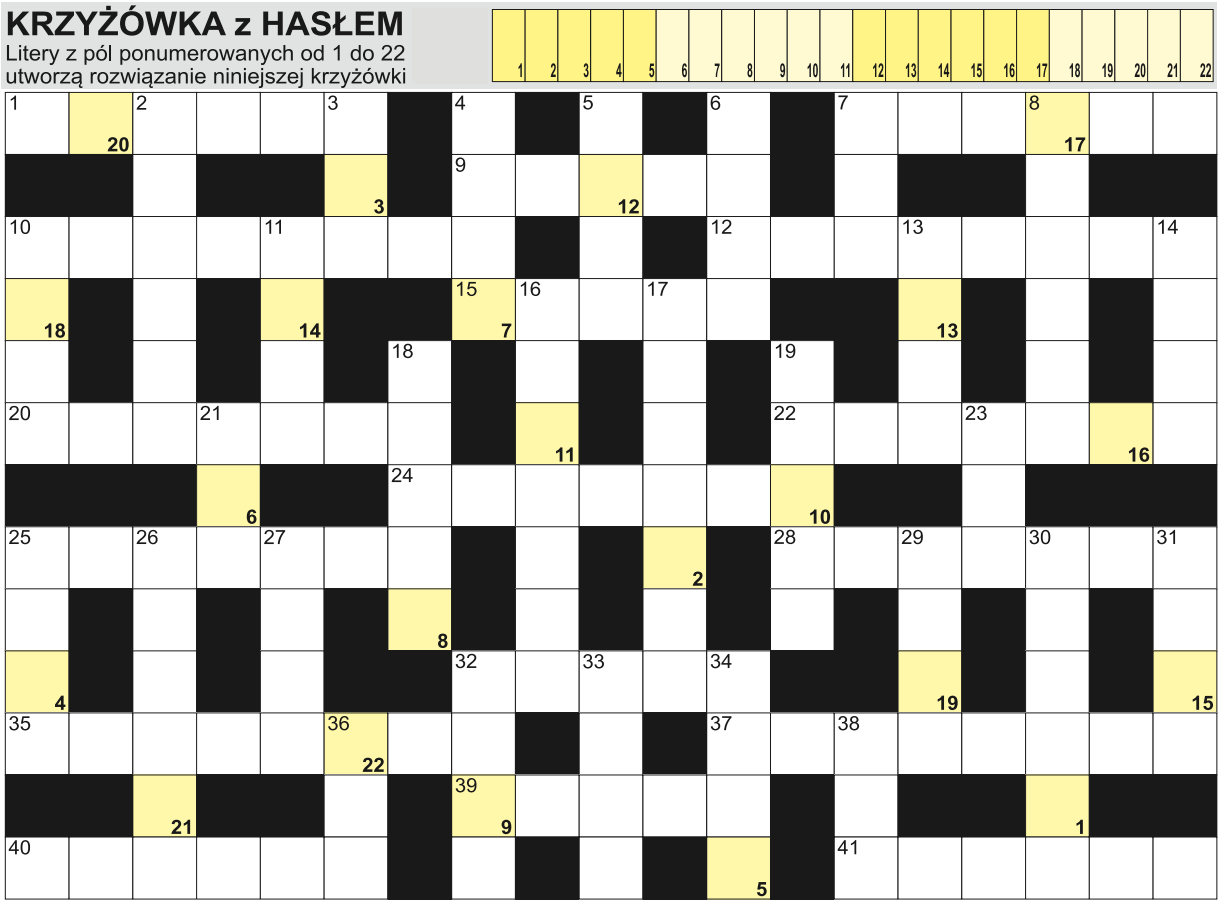
WYKREŚLANKA: poniżej ukryliśmy 20 nazw państw afrykańskich. Wykreśl je od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos: Algier, Malawi, Benin, Czad, Egipt, Gabon, Gambia, Gwinea, Kenia, Kongo, Libia, Mali, Niger, Sudan, Togo, Tunezja, Uganda, Zambia, Etiopia, Ghana

G	O	A	L	G	I	E	R	M	F
I	H	G	A	M	B	I	A	R	A
S	C	A	N	A	R	L	O	A	D
C	Z	E	N	L	I	N	D	G	E
D	A	U	G	A	N	D	A	W	N
K	D	G	U	W	G	B	N	I	B
E	O	A	N	I	O	N	G	N	K
N	G	N	O	N	U	E	A	E	A
T	O	I	G	Z	R	U	N	A	B
U	G	A	P	O	A	I	M	N	U
N	O	G	I	T	A	M	P	E	R
E	B	R	O	L	S	O	B	T	A
Z	I	E	R	I	B	U	O	I	S
J	L	B	N	B	I	G	D	N	A
A	E	E	T	I	O	P	I	A	T
S	T	O	P	A	N	G	A	I	N

eprasa.pl 9376b72e51

KRZYŻÓWKA z HASŁEM

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) toczy się w sądzie; 7) praca w wojsku lub policji; 9) inaczej obszar, rejon łowiecki; 10) nie wąskie; 12) amerykański stan z Chicago; 15) łuki na korbę; 20) żaba szponiasta inaczej; 22) Valdas, były prezydent Litwy; 24) atmosfera, klimat spotkania; 25) pierwiastek Sb; 28) starożytne miasto, siedziba Minosa; 32) pieśń, element liturgii; 35) błona, wyściółka jamy brzusznej; 37) gazowany napój chłodzący; 39) bochenek z piekarni; 40) sztylet na lufie karabinu; 41) książka obrazkowa z dymkami.

PIONOWO: 2) ukochana Hamleta u Szekspira; 3) twardy w desce; 4) sąsiad Bułgara i Turka; 5) żrąca substancja; 6) jezioro w Cleveland; 7) kamienna lub warzona w kuchni; 8) placówka przed przedszkolem; 10) najwolniejszy chód konia; 11) rzeka na granicy Polski i Niemiec; 13) skarbowa lub wytrzeźwień; 14) wykaz, lista; 16) wielka powieść Jamesa Joyce'a; 17) inaczej gangrena; 18) znak zodiaku; 19) niejedna w dorobku Ezopa; 21) najdłuższa rzeka w Szkocji; 23) przecier owocowy do ciast; 25) Moro, były premier Włoch; 26) biały ser inaczej; 27) stolica Malediwów; 29) ciągnie się za kometą; 30) afrykańska wyprawa myśliwska; 31) przepływa przez Żywiec; 32) Rabanne, dyktator mody; 33) duża akademicka sala wykładowa; 34) "... Dick", powieść Hermana Melville'a; 36) jednostka mocy urządzenia; 38) pierwszy mężczyzna w mitologii nordyckiej.

SUDOKU

Sprawdź się w SUDOKU: wypełnij diagram 9×9 w taki sposób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

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

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

BAŚKA z HASŁEM

Wyrazy z kolorowych bloków czytane od góry utworzą hasło:

Ujawniliśmy wszystkie samogłoski "Y". Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia. Rozwiązaniem jest hasło z kolorowych bloków, z oznaczonymi dodatkowymi literami pomocniczymi - czytane pionowo od góry.

Sumatra i Grenlandia; dziecka lub rodzinny; generał w marynarce wojennej; Adrianna dla bliskich; inaczej turbot, ryba flądrokształtna; Stany Zjednoczone krócej; płaski lub lekko falisty teren; szczątki zamku; największa wyspa Filipin; talia kart do wróżb lub medytacji; turako olbrzymi inaczej; Zbigniew dla kolegów; niejeden czytany w gazecie; potocznie o kościach; tylna strona monety; pomieszczenie pod dachem; palone w zaprawie murarskiej; słynny dramat Zygmunta Krasińskiego; Monroe, dawna gwiazda kina; szkliwo pokrywające garnek; pseudonim, przezwisko; Wyspy Złodziejskie krócej; żona Michaiła Gorbaczowa; przypinana do obroży; Edgar Allan, poeta amerykański; omamy i halucynacje; służąca Nel z "W pustyni i w puszczy"; dwudziesta piąta litera alfabetu łacińskiego; zwarcie elektryczne potocznie; jeleń aksis inaczej; Patchett, napisała "Taft"; opiekunka do dziecka; pierwiastek Cs; obracana przez krupiera w kasynie; o mieszkańcu Ameryki Łacińskiej; Tomasz, autor "Panny Nikt"; konkurentka, przeciwniczka; mylone z pszczołami; rzeka Krzna inaczej.

WYKREŚLANKA

WYKREŚLANKA: znajdź 20 produktów z lodówki. Wykreślisz je wszystkie od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos. Znajdź wyrazy: mleko, jajka, sałata, chrzan, serek, schab, papryka, jogurt, masło, ogórek, kefir, seler, keczup, parówki, miód, szynka, kapusta, majonez, lody, soki.

K	O	C	I	A	S	T	O	Ł	Y
O	G	Ł	M	A	J	O	N	E	Z
N	G	C	H	O	Ł	R	K	Z	K
E	Ó	Ó	G	R	S	T	Ł	I	A
W	R	U	R	Z	J	S	Y	K	P
M	R	H	Y	E	C	A	E	R	U
T	A	N	Ó	H	K	C	J	Ó	S
M	K	S	A	M	Z	E	S	K	T
A	I	B	Ł	U	L	A	F	P	A
R	S	Ó	P	O	Ł	E	A	I	G
S	E	N	D	A	Ł	P	K	Ó	R
S	R	Y	T	A	R	K	A	O	U
Z	E	A	S	Y	R	Ó	G	B	S
P	K	L	K	R	Ó	L	W	O	Z
I	D	A	E	D	A	M	E	K	K
N	O	C	H	R	Z	A	N	D	I

eprasa.pl 9376b72e51

CORAZ WIĘCEJ ZWOLENNIKÓW POLEXITU

Zdaniem 24,7 proc. respondentów w sondażu United Surveys by IBRiS dla Wirtualnej Polski nasz kraj powinien w najbliższym czasie rozpocząć procedurę wyjścia z UE. Przeciwników polexitu jest 65,7 proc., a 9,6 proc. badanych nie ma zdania na ten temat.

W badaniu, którego wyniki opublikowała w poniedziałek WP, zadano pytanie, czy Polska powinna w najbliższym czasie rozpocząć procedurę wyjścia z Unii Europejskiej.

„Zdecydowanie nie" odpowiedziało 48,6 proc. ankietowanych, a kolejnych 17,1 proc. „Raczej nie". Łącznie to 65,7 proc. przeciwników polexitu.

Odpowiedź „Raczej tak" wybrało 13,1 proc., a „Zdecydowanie tak" 11,6 proc. W sumie to 24,7 proc. popierających taki pomysł.

Odpowiedź „Nie wiem / trudno powiedzieć" wskazało 9,6 proc. badanych.

United Surveys by IBRiS w badaniu preferencji politycznych pytał ankietowanych o wybór z wyborów parlamentarnych w 2023 roku. „Co to oznacza? Wyborcy PiS i Konfederacji mogą dziś być na przykład elektoratem Konfederacji Korony Polskiej i Grzegorza Brauna. Antyunijny elektorat mógł po prostu znaleźć lepszego reprezentanta swoich poglądów, którego siłą rzeczy nie ma w badaniu odnoszącym się do wyborów parlamentarnych sprzed dwóch lat" – wskazała WP.

W omówieniu wyników badania podano, że elektorat Prawa i Sprawiedliwości jest najbardziej eurosceptyczną grupą w tym badaniu, wyprzedzając pod tym względem nawet wyborców Konfederacji. Łącznie 47 proc. wyborców PiS chce polexitu, przy czym aż 29 proc. odpowiada „Zdecydowanie tak". Co trzeci wyborca PiS (33 proc.) jest zdecydowanym przeciwnikiem opuszczenia Unii.

Konfederacja zajęła drugie miejsce pod względem poparcia dla wyjścia z UE (łącznie 41 proc.). Wyborcy tej partii rzadziej niż wyborcy PiS wybierali odpowiedź „Zdecydowanie tak" (19 proc.) i najrzadziej ze wszystkich grup kategorycznie odrzucali polexit (8 proc. wskazań „Zdecydowanie nie").

Wyborcy KO, Nowej Lewicy i Trzeciej Drogi to, jak ocenia WP w oparciu o wyniki badania, unijny monolit. Sprzeciw wobec wyjścia z UE deklaruje tu odpowiednio 83 proc., 88 proc. i znów 83 proc. badanych. W elektoratach KO i Lewicy odsetek osób zdecydowanie popierających wyjście wynosi 0 proc.

WP zaznacza, że analiza wiekowa obala mit, że to najstarsi są najbardziej eurosceptyczni. W rzeczywistości największy dystans do Unii Europejskiej mają ludzie w wieku produkcyjnym, którzy najmocniej odczuwają realia rynku pracy i koszty życia.

Pokolenie euroentuzjastów to osoby w wieku od 18 do 29 lat. Najmłodsi wyborcy są najsilniejszą twierdzą UE w Polsce. Aż 61 proc. osób z grupy 18-29 lat zdecydowanie sprzeciwia się wyjściu z Unii. Łączny odsetek zwolenników polexitu w tej grupie to 13 proc. To pokolenie, które nie zna Polski poza Unią Europejską. Pokolenie sceptyków to osoby od 30 do 49 lat. To najbardziej eurosceptyczna grupa w Polsce. Łącznie 38 proc. osób w tym wieku popiera wyjście z UE (17 proc. zdecydowanie, 21 proc. raczej). Jednocześnie mają najniższy wskaźnik zdecydowanego sprzeciwu wobec polexitu (36 proc.).

Badanie zostało wykonane przez United Surveys by IBRiS dla Wirtualnej Polski od 5 do 8 grudnia br. metodą CATI & CAWI na grupie1000 osób. **PAP**

PUŁKOWNIK CEZARY KISZKOWIAK NOWYM DOWÓDCĄ TERYTORIALSÓW

PUŁKOWNIK CEZARY KISZKOWIAK OBJĄŁ W PIĄTEK OBOWIĄZKI DOWÓDCY 4. WARMIŃSKO-MAZURSKIEJ BRYGADY OBRONY TERYTORIALNEJ. JAK PODKREŚLIŁ, JEST TO NIE TYLKO NAJWIĘKSZA, ALE W JEGO OCENIE RÓWNIEŻ NAJLEPSZA Z BRYGAD WOT W KRAJU.

Pułkownik Kiszkowiak zastąpił pułkownika Łukasza Buczkowskiego, który od października czasowo pełnił obowiązki dowódcy. Uroczyste przekazanie dowodzenia odbyło się w piątek na placu apelowym olsztyńskich koszar przy ulicy Saperskiej.

Nowy dowódca podkreślił, że swoją funkcję traktuje jako przywilej, ale też ogromne zobowiązanie. Jak zaznaczył, zwłaszcza teraz, w tak skomplikowanej sytuacji za naszą wschodnią granicą. Dodał, że jest to jednostka, która realizuje zadania, dbając o bezpieczeństwo nie tylko wschodniej flanki NATO, ale i Europy.

– Jest to najlepsza, największa, najlepiej skompletowana brygada Wojsk Obrony Terytorialnej w Polsce. Szanowni koledzy, inni dowódcy brygad, wybaczcie… wasze brygady też są fajne, natomiast moja jest najlepsza – stwierdził.

Pułkownik Kiszkowiak zapewnił, że społeczność regionu może liczyć na wsparcie brygady nawet w najtrudniejszych sytuacjach kryzysowych.

Przyznał, że ceremonia ma dla niego osobisty wymiar. – Odbywa się na dwa dni przed 14. rocznicą śmierci pięciu moich żołnierzy z zespołu odbudowy prowincji PKW Afganistan. W niedzielę będziemy obchodzić Dzień Pamięci o Poległych i Zmarłych w Misjach i Operacjach Wojskowych poza Granicami Państwa. To właśnie w związku z tym wydarzeniem jest ten dzień obchodzony w Wojsku Polskim – przypomniał.

21 grudnia 2011 roku w wybuchu miny pułapki w Afganistanie zginęło pięciu żołnierzy służących na co dzień w 20. Bartoszyckiej Brygadzie Zmechanizowanej.

Po uroczystości nowy dowódca 4WMBOT powiedział dziennikarzom, że będzie starał się umacniać

Fot. Zbigniew Woźniak

potencjał brygady szkoleniowo, osobowo i sprzętowo. – Wiele zadań przed nami, przeformowanie w brygadę Komponentu Obrony Pogranicza, więc te wyzwania, które stoją przed brygadą, będę wykonywał ze swoimi żołnierzami i dowódcami – zapowiedział.

Pułkownik Cezary Kiszkowiak ma 58 lat. Jest oficerem z wieloletnim doświadczeniem dowódczym, sztabowym i międzynarodowym. Specjalizował się we współpracy cywilno-wojskowej (CIMIC), służąc w licznych jednostkach w kraju oraz w misjach zagranicznych w Iraku i Afganistanie.

Pełnił m.in. funkcję attaché obrony przy Ambasadzie RP w Ottawie (2013-2018), szefa sekretariatu szefa Sztabu Generalnego WP (2018-2024) oraz doradcy politycznego szefa SGWP (2024-2025). Uczestniczył w kluczowych procesach planistycznych i negocjacjach na forum NATO i UE, współtworząc rozwiązania wdrażane w Siłach Zbrojnych RP. NA dowódcę 4WMBOT został wyznaczony decyzją ministra obrony narodowej z 3 grudnia 2025 roku.

Jest absolwentem Wyższej Szkoły Oficerskiej Wojsk Pancernych w Poznaniu (1990), politologii w zakresie stosunków międzynarodowych na Uniwersytecie Wrocławskim (1998) oraz studiów podyplomowych z zarządzania kryzysowego na Uniwersytecie Zielonogórskim (2009). W roku akademickim 2024/2025 ukończył podyplomowe studia polityki obronnej w Akademii Sztuki Wojennej.

Licząca 3,5 tysiąca żołnierzy 4WMBOT jest największą spośród 20 brygad WOT w kraju. Tworzą ją trzy bataliony lekkiej piechoty w Morągu, Ełku i Olsztynie, dwa bataliony obrony pogranicza w Giżycku i Braniewie oraz samodzielne kompanie. Jej głównym zadaniem jest wspieranie lokalnych społeczności i administracji publicznej w kryzysowych sytuacjach, takich jak klęski żywiołowe, a także udział w działaniach obronnych we współpracy z innymi rodzajami Sił Zbrojnych RP.

– Żołnierze brygady to w większości mieszkańcy regionu, którzy łączą służbę wojskową z życiem zawodowym i rodzinnym, regularnie szkoląc się bojowo i z zakresu reagowania kryzysowego – przypomniała plutonowa Sabina Mazurek z zespołu prasowego 4WMBOT. **PAP**

eprasa.pl 9376b72e51

PRZETARG NA PRZEWOZY AUTOBUSOWE

ZARZĄD KOMUNIKACJI MIEJSKIEJ W ELBLĄGU OGŁOSIŁ PRZETARG NA PRZEWOZY AUTOBUSOWE W MIEŚCIE I SĄSIEDNICH GMINACH OD 2028 DO 2037 ROKU. OPERATORZY MAJĄ ZAPEWNIĆ KLIMATYZOWANE, EKOLOGICZNE I NISKOPODŁOGOWE AUTOBUSY, WYPOSAŻONE W SYSTEM INFORMACJI PASAŻERSKIEJ.

Fot. Andrzej Sprzączak

Jak poinformował elbląski magistrat, wymagania stawiane przyszłym operatorom linii autobusowych są odpowiedzią na potrzeby i oczekiwania mieszkańców, wyrażone w trakcie konsultacji społecznych.

Samorząd zakłada, że w 2028 roku elblążanie oraz turyści odwiedzający Elbląg będą korzystali z nowoczesnej i ekologicznej komunikacji miejskiej. Zgodnie z ogłoszonym przetargiem autobusy będą pojazdami fabrycznie nowymi, większymi od obecnie wykorzystywanych, z trojgiem dwuskrzydłowych drzwi i w pełni niskopodłogowymi.

Dodatkowo ze względu na obowiązujące od nowego roku prawne wymogi nieco ponad jedna trzecia autobusów komunikacji miejskiej będzie już pojazdami niskoemisyjnymi i zeroemisyjnymi.

Operator ma zapewnić też rezerwowe pojazdy. Pozwoli to m.in. na wprowadzanie ewentualnych dalszych zmian w siatce połączeń, wynikających z rozwoju miasta. Nowe autobusy mają być wyposażone m.in. w klimatyzację, zewnętrzne i wewnętrzne tablice z informacją pasażerską, system głosowych zapowiedzi przystanków, biletomaty oraz kasowniki umożliwiające zapłacenie za bilet kartą.

Elbląski samorząd podał, że z uwagi na długość trwania przyszłych umów oraz ich zakres to obecnie jedno z największych zamówień publicznych w branży publicznego transportu zbiorowego w kraju. Spodziewany termin otwarcia ofert to 26 stycznia 2026 roku.

Wprowadzenie nowoczesnej komunikacji autobusowej to kolejny etap zmian w funkcjonowaniu elbląskiej komunikacji miejskiej. W czerwcu zmieniono rozkłady i trasy linii autobusowych. Rozpoczęła się również warta ponad 184 miliony złotych modernizacja sześciu odcinków trakcji tramwajowej. Do tego zakupiony zostanie nowy tabor. I etap prac dotyczący przebudowy skrzyżowania alei Piłsudskiego i ulicy płk. Dąbka został zakończony. Dziesięć nowoczesnych tramwajów zostanie dostarczonych w połowie 2027 roku.

W Elblągu jest obecnie 15 linii autobusowych, w tym podmiejskie, sezonowe i nocne, oraz 5 linii tramwajowych. **PAP**

SPRINTEM

PIŁKA NOŻNA\\\ Reprezentacja Polski pozostała na 31. miejscu w opublikowanym w poniedziałek (22 grudnia) najnowszym notowaniu rankingu FIFA. Od września liderem pozostaje Hiszpania.

TAKI BĘDZIE SYLWESTER W ELBLĄGU

Elbląg zaprasza mieszkańców oraz gości do wspólnego powitania Nowego Roku. Już 31 grudnia 2025 roku na bulwarze Zygmunta Augusta odbędzie się impreza sylwestrowa pod hasłem „Sylwester w formie 2025".

Fot. EG

Wydarzenie rozpocznie się o godzinie 22. Wieczór upłynie pod znakiem tanecznych brzmień oraz spektakularnego widowiska multimedialnego. O oprawę muzyczną zadbają DJ Funky Flex oraz DJ Matt Bukovski, którzy poprowadzą uczestników przez noc pełną rytmu i dobrej zabawy.

Kulminacyjnym momentem wydarzenia będzie noworoczne show multimedialne o północy, poprzedzone noworocznymi życzeniami prezydenta Elbląga Michała Missana. Tegoroczne powitanie Nowego Roku zapowiada się niezwykle efektownie. Przygotowano 4000 ładunków cichej pirotechniki, do tego rozbłyśnie ponad 100 laserów oraz pojawią się liczne efekty specjalne, tworząc jeden z największych pokazów sylwestrowych w Polsce.

Sylwester 2025 to propozycja dla wszystkich, łącząca nowoczesną technologię, muzykę i bezpieczną formę świętowania w miejskiej przestrzeni.

Wstęp na wydarzenie jest bezpłatny. Zapraszamy do wspólnego powitania Nowego Roku w Elblągu!

PROGRAM SYLWESTRA W ELBLĄGU, 31 GRUDNIA 2025 R. (BULWAR ZYGMUNTA AUGUSTA):

22.00 – DJ Funky Flex
22.30 – DJ Matt Bukovski
23.55 – noworoczne życzenia prezydenta miasta
0.00 – noworoczne show multimedialne
0.20 – DJ Funky Flex
1.30 – zakończenie imprezy.

OGŁOSZENIA DROBNE / REKLAMA
NIERUCHOMOŚCI
sprzedam
WWW.DOMKIHOLENDERSKIE.EU, 503-103-703
DZIENNIK ELBLĄSKI.pl
Szukasz Klientów?
tel. 604-408-305

eprasa.pl 9376b72e51

NIEBO BYŁO GWIAŹDZISTE TEJ NOCY

WIOLETTA GUTFRAŃSKA, OSTRÓDZKA ALPINISTKA I PASJONATKA PODRÓŻY, W TYM ROKU ZDOBYŁA SWÓJ PIERWSZY OŚMIOTYSIĘCZNIK. CELEM BYŁ SZCZYT MANASLU W HIMALAJACH. — KIEDY STANĘŁAM NA SZCZYCIE POCZUŁAM OGROMNĄ RADOŚĆ I WDZIĘCZNOŚĆ ZA MOŻLIWOŚĆ SPEŁNIENIA MARZENIA, ZA ŁASKAWOŚĆ GÓRY, ZA SIŁĘ, KTÓRĄ W SOBIE ODKRYŁAM, ŻE WSZYSTKO JEST MOŻLIWE, JEŚLI NAPRAWDĘ TEGO CHCEMY — MÓWI ALPINISTKA.

Fot. archiwum prywatne W. Gutfrańskiej

Manaslu, czyli Góra Ducha znajduje się w północnej części Nepalu, w dystrykcie Lamjung i osiąga wysokość 8163 m n.p.m. - lub według innych obliczeń 8156 m n.p.m. - i jest pod względem wysokości ósmą górę świata. Nazwa pochodzi z sanskryckiego słowa „manasa" oznaczającego ducha lub duszę. Tubylcy wierzą, że Manaslu jest miejscem świętym.

Można powiedzieć: świętym i niedostępnym. A przynajmniej niełatwym do zdobycia. Ten szczyt, szturmowany przez wiele lat przez ekipy z całego świata, w 1956 roku osiągnęło czterech członków ekspedycji japońskiej. Wcześniej wspinacze nie mieli odpowiedniego wyobrażenia o ogromie masywu i długości całej drogi. Legendarny włoski himalaista, Reinhold Messner, pierwszy zdobywca Korony Himalajów i Karakorum wszedł na Manaslu 25 kwietnia 1970 roku.

Duży wysiłek, mało snu

Wyjazd w Himalaje Wioletty Gutfrańskiej trwał ponad 5 tygodni, z czego samej akcji górskiej było aż 18 dni. Do wyprawy musiała się przygotowywać prawie rok, to nie była łatwa droga, wymagała siły, odwagi i ogromnej wytrwałości.

— Podczas wspinaczki na Manaslu bardzo dużym wyzwaniem było pokonanie odcinka z obozu pierwszego C1 na wysokości 5600 m n.p.m. do obozu drugiego C2 na 6400 m n.p.m. — wspomina Wioletta Gutfrańska. — Za pierwszym razem, kiedy jeszcze nie byłam należycie zaaklimatyzowana, to właśnie pokonanie lodowca było najbardziej niebezpieczne, wielokrotne przeskakiwanie i manewrowanie przez szczeliny było bardzo wyczerpujące, ponadto tuż nad głową znajdywały się bardzo wysokie bloki lodu – seraki - grożące oberwaniem. Pierwsza nocka w jedynce również nie należała do najlżejszych, byliśmy tam zmuszeni pozostać ze względu na załamanie pogody przez ciągłe opady śniegu, które właśnie na Górze Ducha są niewskazane, gdyż często w tym terenie schodzą lawiny powodując największe zagrożenie dla ludzi w górach. Ja podczas tej wyprawy miałam wielkie szczęście i oszczędziły mnie bardzo niskie temperatury. Na samym ataku szczytowym było około -17 stopni, gdzie na drugi dzień temperatura spadła już do -26. W górach pogoda potrafi zmienić się bardzo szybko, wystarczy być w naszych przecudnych Tatrach, by tego doświadczyć. Wielogodzinna droga powrotna po ataku szczytowym była niezwykle wyczerpująca, zwłaszcza że nie spałam od 36 godzin - tylko krótkie postoje pomagały się zregenerować. Ale siła i kondycja fizyczna to nie wszystko, ważna jest przede wszystkim psychika.

Wysokie góry nie wybaczają błędów

Taka wyprawa wymaga solidnego przygotowania. Jak podkreśla, zdobycie ośmiotysięcznika jest jednym z najtrudniejszych, ale też najpiękniejszych doświadczeń jakie do tej pory przeżyła. Wyprawa wymagała ogromnej determinacji, wytrwałości i przygotowania technicznego. Po każdej z dotychczasowych wypraw okazuje się, że najtrudniejszym był czas przygotowywań. Pogodzenie intensywnym treningów z obowiązkami domowymi i zawodowym.

— Budowanie formy to przede wszystkim systematyczność — mówi alpinistka. — Nie wychodziłam na treningi kiedy miałam trochę wolnego, lecz musiałam po prostu mieć go w danym dniu, często dopiero późnym wieczorem. Zrozumie to każdy sportowiec, który pragnie osiągać wyniki w danej dziedzinie sportu. Wydolność organizmu w górach wysokich jest kluczowa. Na wyjazd w góry tak od przysłowiowego biurka może sobie pozwolić tylko ktoś, kto po jednym dniu nie musi dalej działać, ma czas na odpoczynek. Treningi biegowe, siłowe, ścianka wspinaczkowa i moje ulubione rolki, długie marszobiegi i oczywiście wyjazdy w Tatry i Alpy, w których mogłam jeszcze poprzypominać sobie i przećwiczyć wszystko na lodowcu.

Obozowe życie

Życie w Base Campie na wysokości 4700 m n.p.m., do którego się powraca po każdym wyjściu w górę na odpoczynek, czyli tzw. rest, przebiega różnie. Jak człowiek jest bardzo wyczerpany po prostu śpi i nabiera sił, czyta przywiezione ze sobą książki, niektórzy słuchają muzyki, grają w gry w Mesie.

— Rozmawiamy z członkami innych wypraw, czekając na kolejne wyjście w górę — wspomina pani Wioletta. — To są naprawdę wspaniałe chwile, których się nie zapomina. Poznaje się dużo ciekawych ludzi, obcujemy z Szerpami - wspaniałym ludźmi bardzo szczerymi, oddanymi, służącymi pomocą z dużym poczuciem humoru i obowiązku, gdyż to ich praca zarobkowa na kolejne miesiące dla całych rodzin. Mam z niektórymi nadal kontakt.

Trudności na wysokościach to również załatwianie potrzeb fizjologicznych, spowolnione ruchy, szybka zadyszka. Trzeba być stale uważnym. Nie można złapać żadnej infekcji, której nie sposób wyleczyć na wysokościach.

eprasa.pl 9376b72e51

Zwykłe otarcia, skaleczenia goją się o wiele dłużej, nawet poparzenia słoneczne ust, nosa, wszystkie części ciała muszą być zakryte, a to co odkryte grubo posmarowane kremami z wysokimi filtrami. Nie jest łatwo przyzwyczaić się do ciągłych odgłosów schodzących lawin. W ciągu dnia i nocy trzeba bardzo dużo spożywać płynów, około 4,5l aby się nie odwodnić, gdyż to prowadzi do wielu poważnych chorób. Woda z topionego śniegu jest bardzo wyjałowiona, należy ją przed spożyciem czymkolwiek uzdatniać np. minerałami. Po czasie wszystkie płyny po prostu przestają smakować i pije się na przymus.

Na szczycie Manaslu

Zanim wyszła wysoko w góry Himalajów uczestniczyła w magicznej, mistycznej ceremonii zwanej pudża, prowadzonej przez modlącego się buddyjskiego lamę, bez której Szerpowie nie rozpoczynają wspinaczki. Modlitwa i wszelkie dary mają przekonać, nakarmić i napoić złe duchy, aby sobie odeszły. Wraz z grupą fantastycznych, nowo poznanych osób w Katmandu pokonywała kolejno poszczególne obozy od C1 do C4 leżący na wysokości 7400 m n.p.m. 25 września około godziny 23.00 rozpoczęła atak szczytowy. — Niebo było bardzo gwieździste tej nocy, każdy metr w górę był walką – z zimnem, zmęczeniem, a czasem także z samą sobą — wspomina alpinistka. — Kiedy stanęłam na szczycie Manaslu 26 września o godzinie 5:15 poczułam ogromną radość i wdzięczność za możliwość spełnienia marzenia, za łaskawość góry, za siłę, którą w sobie odkryłam, że wszystko jest możliwe, jeśli naprawdę tego chcemy.

Czy były też strach i obawa?

— Bałam się zwyczajne tak po ludzku, jak będzie reagował mój organizm na wysokości, na której jeszcze nigdy nie byłam, jak pokonam napotkane trudności — mówi Wioletta Gutfrańska. — Myślę, że każdy kto się wspina w górach wysokich, jest świadomy wszelkich zagrożeń, życia również. Wystraszyłam się bardzo momentu, gdy nocą nie mogłam złapać w namiocie oddechu i z powodu przysypania dużą ilością śniegu brakowało tlenu.

Góry dają czas dla siebie

Co tak przyciąga w gry wysokie? Odpowiedź jest zawsze podobna: ich majestat, niedostępność, przestrzeń i wspaniała przyroda.

— To ten czas kiedy mogę rozmyślać i pobyć z samą sobą, nabrać sił na trudy dnia codziennego, te wszystkie problemy, które bywają, okazują się zupełnie inne, podczas drogi wpadam w trans, wsłuchuję się całym ciałem we wszystko co mnie otacza, to taka niesamowita magia, z którą chciałabym się podzielić z najbliższymi a zdjęcia pamiątkowe, słowa nie oddają tego wszystkiego, tej całej magi — dodaje alpinistka. — Szczęścia ze zdobycia szczytu. Adrenalina, która mobilizuje do pokonywania wszelkich słabości i lęków.

I dodaje: — Jestem ogromnie wdzięczna za wsparcie mojego męża Krzysztofa, bez którego nie udałoby mi się realizować mojej pasji, który nie tylko pozostał w domu z obawą o moje życie, ale na którego barkach spoczywały wszystkie obowiązki związane z opieką nad moją niepełnosprawną córką i naszym nastoletnim synem Kajetanem, który z zaciekawieniem słucha o moich przygodach.

BARBARA CHADAJ-LAMCHO

Wioletta Gutfrańska pracuje jako nauczycielka i wicedyrektorka Zespołu Szkół Zawodowych im. S. Petöfi w Ostródzie. Góry pochłonęły ją już wiele lat temu. Zdobyła już wiele górskich szczytów, a swoją pasją do gór pokazuje, że granice są tylko w naszych głowach!

Wioletta ma już na swoim koncie najwyższe szczyty Europy (Mt Blanc 4810 m), Afryki (Kilimandżaro 5895 m), Ameryki Północnej (Mc Kinley 6194 m), Ameryki Południowej (Acancagua 6962 m), Kaukazu (Elbrus 5621 m) i Australii (Mt. Kościuszko 2228 m). Do Korony Ziemi brakuje jej Mount Vinsona na Antarktydzie (4892m) i najwyższej góry świata – Mount Everestu (8849m).

— W Himalaje bardzo chciałabym jeszcze powrócić, ale czy na Everest? — zastanawia się alpinistka. — Przeraża mnie to, że to miejsce jest bardzo skomercjalizowane, obozy są przeładowane wieloma wyprawami z całego świata. Ludźmi, którzy chcą za wszelką cenę zdobyć górę zupełnie bez żadnego doświadczenia, do tego dochodzą bardzo wysokie koszty wyprawy, na które zwyczajnie mnie nie stać. Wiem, że można zdobyć trzy a nawet cztery ośmiotysięczniki „w cenie" Everestu.

Wszystkie dotychczasowe wyprawy, jak i ta ostatnia w Himalaje, odbywały się pod patronatem starosty ostródzkiego i przy wsparciu powiatu ostródzkiego. Stąd na każdym ze zdobytych szczytów załopotała flaga powiatu z różą Jana Bażyńskiego.

eprasa.pl 9376b72e51

SPORTOWE EMOCJE POD CHOINKĄ

GRUDZIEŃ W SPORCIE MA SWÓJ WYJĄTKOWY KLIMAT, W KOŃCU TO MOMENT PODSUMOWAŃ, REFLEKSJI I ZWYCZAJNEJ DUMY Z ZAWODNIKÓW, KTÓRZY PRZEZ CAŁY ROK DOSTARCZALI EMOCJI, RADOŚCI I POWODÓW DO SPORTOWYCH WZRUSZEŃ. TEGOROCZNE BOŻE NARODZENIE W REGIONIE MA JEDNAK DODATKOWY WYMIAR, BO TRWA GŁOSOWANIE W XIX PLEBISCYCIE „DZIENNIKA ELBLĄSKIEGO"NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH SPORTOWCÓW.

Na liście nominowanych znalazła się prawdziwa śmietanka regionalnego sportu. Medaliści mistrzostw świata i Europy, reprezentanci Polski, liderzy ligowych drużyn, mistrzowie wytrwałości i charakteru. Ludzie, którzy nie tylko wygrywają zawody, ale także codzienną pracą budują markę regionalnego sportu. Od ligowych aren przez hale i stadiony po bieżnie, akweny i maty. 2025 rok obfitował w sukcesy, które zasługują na pamięć i uznanie.

Plebiscyt oddaje głos najważniejszym sędziom sportowej rywalizacji, czyli kibicom i czytelnikom. To Państwo decydują, kto trafi do złotej dziesiątki najpopularniejszych sportowców, który klub zostanie uhonorowany mianem najpopularniejszego klubu sportowego 2025 roku oraz do kogo powędruje tytuł trenera roku. Trwa głosowanie, a każdy oddany SMS to wyraz sympatii i wdzięczności oraz docenienie wysiłku włożonego w trening i walkę o kolejne cele.

Świąteczny czas sprzyja jednak nie tylko rywalizacji, ale również życzeniom. Dla wszystkich nominowanych sportowców, trenerów i klubów to moment zasłużonego oddechu, chwila spędzona w gronie najbliższych, z dala od presji wyniku i ciężaru codziennych obowiązków. Niech ten czas przyniesie spokój, zdrowie i nową energię.

Gdy w domach rozbłysną świąteczne światła, a przy wigilijnych stołach zaczną toczyć się rozmowy, także te o sporcie, warto przywołać nazwiska tych, którzy przez cały rok dawali regionowi powody do dumy. Trwa głosowanie w XIX Plebiscycie „Dziennika Elbląskiego" i właśnie teraz, między kolędą a kawałkiem makowca, jest dobry moment na to, by zachęcić rodzinę do prostego gestu. Wysłany SMS na wybranego faworyta to symboliczne podziękowanie sportowcom, trenerom i klubom, którzy niezmiennie walczą w barwach regionu. Sportowe emocje nie biorą urlopu, nawet w święta.

Głosowanie odbywa się za pośrednictwem wiadomości SMS wysłanej pod numer 73601. W treści należy wpisać odpowiedni kod. Koszt SMS wynosi 3,69 złotego z VAT. Kody przypisane do nominowanych dostępne są na stronie www.dziennikelblaski.pl, w zakładce Plebiscyt sportowy. Edycja 2025. Głosować można do 26 stycznia 2026 roku (do godziny 23:59:59).

Patronat nad tegorocznym XIX Plebiscytem „Dziennika Elbląskiego" na 10 Najpopularniejszych Sportowców objął starosta elbląski Maciej Romanowski.

Do grona partnerów wydarzenia dołączyli prezydent Elbląga Michał Missan (miasto Elbląg), burmistrz Braniewa Tomasz Sielicki (miasto Braniewo), dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Elblągu Elżbieta Gelert, Katarzyna Bożyczko (firma Boma), Jacek Bartoszewicz (firma Logbar Domy), Ireneusz Ziemiński i Andrzej Szmit (firma Techtrans), Edward Parzych (firma Silvant), Stefan Kotowski (hotel Młyn w Elblągu), Wiesław Sznaza (PSS Społem) i Paweł Jankowski (MOP83).

Plebiscyt to kontynuacja wieloletniej tradycji. Partnerów, którzy chcieliby dołączyć, zapraszamy do współpracy. **cz**

Każdy głos ma znaczenie i przybliża do zwycięstwa. Sportowa rywalizacja trwa, emocje sięgają zenitu,

a Państwa głosy zdecydują, kto w 2025 roku zasłuży na miano najpopularniejszego sportowca, klubu i trenera regionu.

Nominowani w XIX Plebiscycie „Dziennika Elbląskiego" na 10 Najpopularniejszych Sportowców:

Berdyczko Dominik (UKS Kontra Elbląg, boks) – SMS o treści **DE.1** pod numer 73601
Białkowski Ryszard (UKS Silvant Kajak Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.2** pod numer 73601
Bielecki Mateusz (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.3** pod numer 73601
Bruździak Maciej (Po Prostu Sport Elbląg, triathlon) – SMS o treści **DE.4** pod numer 73601
Bukacki Radosław (Concordia Elbląg, piłka nożna) – SMS o treści **DE.5** pod numer 73601
Cegiełka Dariusz, Gaca Filip, Wąsowicz Artur i Wojtowicz Rafał (IKS Atak Elbląg, siatkówka plażowa) – SMS o treści **DE.6** pod numer 73601
Cieśla Łukasz (Fighter Sambo Elbląg, sambo) – SMS o treści **DE.7** pod numer 73601
Cytlał Artur (KS Polonia Pasłęk, rzut oszczepem) – SMS o treści **DE.8** pod numer 73601
Dryka Maciej (UKS Tomita Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.9** pod numer 73601
Durma Adrian (UKS Silvant Kajak Elbląg, kickboxing) – SMS o treści **DE.10** pod numer 73601
Fedyna Klaudia (KS Olimpia-Judo, judo) – SMS o treści **DE.11** pod numer 73601
Fercho Weronika (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.12** pod numer 73601
Gabis Wiktoria (LUKS Meyer Elbląg, podnoszenie ciężarów) – SMS o treści **DE.13** pod numer 73601
Grabińska Klaudia (Energa Start Elbląg, piłka ręczna) – SMS o treści **DE.14** pod numer 73601
Grodź Marcin (IKS Atak Elbląg, pchnięcie kulą) – SMS o treści **DE.15** pod numer 73601
Grzelak Ryszard (EKS Mlexer Elbląg, tenis stołowy) – SMS o treści **DE.16** pod numer 73601
Hryniewicz Tymon (KS Orzeł Elbląg, short-track) – SMS o treści **DE.17** pod numer 73601
Hrynkiewicz-Sudnik Wanesa (Kluge Team, triathlon) – SMS o treści **DE.18** pod numer 73601
Jankowska Nikola (Energa MKS Truso Elbląg, piłka ręczna) – SMS o treści **DE.19** pod numer 73601
Kawa Julia i Józefowicz Marceli (Elbląski Klub Tańca Jantar, taniec) – SMS o treści **DE.20** pod numer 73601
Kocięba Aleksandra (Energa MKS Truso Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.21** pod numer 73601
Komorowski Igor (UKS Silvant Kajak Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.22** pod numer 73601
Kordykiewicz Oskar (Olimpia Elbląg, piłka nożna) – SMS o treści **DE.23** pod numer 73601
Korsak Przemysław (UKS Silvant Kajak Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.24** pod numer 73601
Kostka Mirosław (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.25** pod numer 73601
Kot Mikołaj (UKS Silvant Kajak Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.26** pod numer 73601
Kotulski Jakub (KSW Tygrys Elbląg, boks) – SMS o treści **DE.27** pod numer 73601
Lenart Radosław (KS Polonia Pasłęk, piłka nożna) – SMS o treści **DE.28** pod numer 73601
Lichocki Igor (KSW Tygrys Elbląg, boks) – SMS o treści **DE.29** pod numer 73601
Liszcz Marcin (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.30** pod numer 73601
Michałek Anastazja (MOS Zatoka Braniewo / LKS Kruszynka Braniewo, boks) – SMS o treści **DE.31** pod numer 73601
Nowakowski Adam (Silvant Handball Elbląg, piłka ręczna) – SMS o treści **DE.32** pod numer 73601
Piróg Michał (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.33** pod numer 73601
Pluciński Adrian (Elbląg, kulturystyka) – SMS o treści **DE.34** pod numer 73601
Rocki Rafał (IKS Atak Elbląg, rzut dyskiem i pchnięcie kulą) – SMS o treści **DE.35** pod numer 73601
Rojek Przemysław (UKS Silvant Kajak Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.36** pod numer 73601
Rynkowski Julian (Fighter Sambo Elbląg, sambo) – SMS o treści **DE.37** pod numer 73601
Sielska Zuzanna (UKS Tomita Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.38** pod numer 73601
Śliwiak Hanna (MOS Zatoka Braniewo, biegi przełajowe) – SMS o treści **DE.39** pod numer 73601

3925otbp-b-K

eprasa.pl 9376b72e51

Stasiełowicz Patryk (PKS Korona Elbląg, kajakarstwo) – SMS o treści **DE.40** pod numer 73601
Stefański Aleksy (EKS Mlexer Elbląg, tenis stołowy) – SMS o treści **DE.41** pod numer 73601
Strąk Agnieszka (IKS Atak Elbląg, łyżwiarstwo szybkie) – SMS o treści **DE.42** pod numer 73601
Szumski Konrad (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.43** pod numer 73601
Talewicz Tomasz (LUKS Meyer Elbląg, podnoszenie ciężarów) – SMS o treści **DE.44** pod numer 73601
Wasiak Alicja (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.45** pod numer 73601
Wierzba Dawid (Olimpia Elbląg, piłka nożna) – SMS o treści **DE.46** pod numer 73601
Wiśniewski Adam (IKS Atak Elbląg, judo) – SMS o treści **DE.47** pod numer 73601
Wolak Łukasz (MKS Zatoka Braniewo, piłka nożna) – SMS o treści **DE.48** pod numer 73601
Wróblewski Krzysztof (LUKS Meyer Elbląg, podnoszenie ciężarów) – SMS o treści **DE.49** pod numer 73601
Zamojski Przemysław (Energa Basketball Elbląg, koszykówka) – SMS o treści **DE.50** pod numer 73601
Zawisza Emilia (UKS Viking Elbląg, łyżwiarstwo szybkie) – SMS o treści **DE.51** pod numer 73601
Zych Aleksandra (Energa Start Elbląg, piłka ręczna) – SMS o treści **DE.52** pod numer 73601
Żachowski Tymoteusz (LUKS Meyer Elbląg, podnoszenie ciężarów) – SMS o treści **DE.53** pod numer 73601

Nominowani w XIX Plebiscycie „Dziennika Elbląskiego" w kategorii najpopularniejszy klub sportowy:
AMP El-Futbol Elbląg – SMS o treści **RS.1** pod numer 73601
EKS Mlexer Elbląg – SMS o treści **RS.2** pod numer 73601
Elbląski Klub Tańca Jantar – SMS o treści **RS.3** pod numer 73601
Energa Basketball Elbląg – SMS o treści **RS.4** pod numer 73601
Energa MKS Truso Elbląg – SMS o treści **RS.5** pod numer 73601
Energa Start Elbląg – SMS o treści **RS.6** pod numer 73601
Fighter Sambo Elbląg – SMS o treści **RS.7** pod numer 73601
Formacja Unique (Pasłęk) – SMS o treści **RS.8** pod numer 73601
IKS Atak Elbląg – SMS o treści **RS.9** pod numer 73601
KS Orzeł Elbląg – SMS o treści **RS.10** pod numer 73601
KS Polonia Pasłęk – SMS o treści **RS.11** pod numer 73601
KSW Tygrys Elbląg – SMS o treści **RS.12** pod numer 73601
LKS Kruszynka Braniewo (MOS Zatoka Braniewo) – SMS o treści **RS.13** pod numer 73601
LUKS Meyer Elbląg – SMS o treści **RS.14** pod numer 73601
MKS Zatoka Braniewo – SMS o treści **RS.15** pod numer 73601
MMKS Concordia Elbląg – SMS o treści **RS.16** pod numer 73601
PKS Korona Elbląg – SMS o treści **RS.17** pod numer 73601
SSW Infinity Fight Elbląg – SMS o treści **RS.18** pod numer 73601
UKS Kontra Elbląg – SMS o treści **RS.19** pod numer 73601
UKS Olimpia-Judo Elbląg – SMS o treści **RS.20** pod numer 73601
UKS Silvant Elbląg – SMS o treści **RS.21** pod numer 73601
UKS Viking Elbląg – SMS o treści **RS.22** pod numer 73601

Nominowani w XIX Plebiscycie „Dziennika Elbląskiego" w kategorii najpopularniejszy trener:
Beńko Piotr (Formacja Unique Pasłęk) – SMS o treści **DZE.1** pod numer 73601
Białkowski Ryszard (UKS Viking Elbląg) – SMS o treści **DZE.2** pod numer 73601
Czapla Marta (Energa MKS Truso Elbląg) – SMS o treści **DZE.3** pod numer 73601
Dąbrowska Paulina i Dąbrowski Michał (IKS Atak Elbląg) – SMS o treści **DZE.4** pod numer 73601
Głuchowska Mirela (trener personalny, dietetyk) – SMS o treści **DZE.5** pod numer 73601
Hebda Damian (ZKS Olimpia Elbląg) – SMS o treści **DZE.6** pod numer 73601
Kiełtyka Michał (trener personalny, przygotowania motorycznego) – SMS o treści **DZE.7** pod numer 73601
Kruszyński Roman (MOS Braniewo, sekcja bokserska) – SMS o treści **DZE.8** pod numer 73601
Kupiec Michał (Silvant Handball Elbląg) – SMS o treści **DZE.9** pod numer 73601
Lecheta Michał (UKS Olimpia-Judo Elbląg) – SMS o treści **DZE.10** pod numer 73601
Majewski Arkadiusz (Energa Basketball Elbląg) – SMS o treści **DZE.11** pod numer 73601
Pashitsem Władimir (Fighter Sambo Elbląg) – SMS o treści **DZE.12** pod numer 73601
Rajkowski Grzegorz (LUKS Meyer Elbląg) – SMS o treści **DZE.13** pod numer 73601
Rękas-Woźna Aneta (IKS Atak Elbląg) – SMS o treści **DZE.14** pod numer 73601
Pietroń Michał (MKS Zatoka Braniewo) – SMS o treści **DZE.15** pod numer 73601
Stanulewicz Magdalena (Energa Start Elbląg) – SMS o treści **DZE.16** pod numer 73601
Starzyński Rafał (Akademia Olimpii Elbląg) – SMS o treści **DZE.17** pod numer 73601
Stemplewski Krzysztof (UKS Kontra Elbląg) – SMS o treści **DZE.18** pod numer 73601
Szweda Marcin (MMKS Concordia Elbląg) – SMS o treści **DZE.19** pod numer 73601
Tołwiński Bogusław (Health Triathlon Team Elbląg / Open Balance Training System) – SMS o treści **DZE.20** pod numer 73601
Wasiuk Jarosław (Polonia Pasłęk, koszykówka) – SMS o treści **DZE.21** pod numer 73601
Wilma Piotr (trener personalny) – SMS o treści **DZE.22** pod numer 73601
Wojtaszek Krzysztof (IKS Atak Elbląg) – SMS o treści **DZE.23** pod numer 73601
Załuski Wojciech (Silvant Kajak Elbląg) – SMS o treści **DZE.24** pod numer 73601
Żak Grzegorz (AMP El-Futbol Elbląg) – SMS o treści **DZE.25** pod numer 73601

KTO ZAROBIŁ NAJWIĘCEJ?

SKOKI NARCIARSKIE\\\ Lider klasyfikacji generalnej Pucharu Świata Słoweniec Domen Prevc jest numerem jeden na liście płac i jako jedyny zarobił ponad 130 tysięcy euro. Najlepszy z Polaków w finansowej karuzeli PŚ to Kacper Tomasiak.

Domen Prevc

Osiemnastoletni Tomasiak po udanym weekendzie w Szwajcarii, gdzie zajął 13. miejsce w sobotę (20 grudnia) i 5. w niedzielę (21 grudnia), awansował w zestawieniu zarobków na 13. lokatę. Na jego koncie jest ponad 28 tysięcy euro, czyli około 120 tysięcy złotych.

Prevc, który w sobotę był pierwszy i wygrał piąty raz z rzędu w sezonie, a w niedzielę musiał uznać wyższość jedynie Japończyka Ryoyu Kobayashiego, zarobił już 134 775 euro, czyli 566 tysięcy złotych.

Zwycięzca klasyfikacji generalnej PŚ i lider płac w minionym sezonie Austriak Daniel Tschofenig jest obecnie ósmy na liście zarobków (54 650 euro), po tym jak w Engelbergu nie zdołał w niedzielę zakwalifikować się do drugiej serii.

Po raz pierwszy w historii FIS finansowe nagrody wypłaca nie we frankach szwajcarskich, lecz w euro. Za pierwsze miejsce w konkursie indywidualnym płaci się 15 tysięcy euro, a za zwycięstwo w kwalifikacjach 3175 euro. Pieniądze otrzymuje każdy skoczek, który wystąpi w drugiej serii. Za 30. pozycję jest to 500 euro. Za pierwsze miejsce w konkursie drużynowym oraz mikstów każdy z uczestników dostaje 8500 euro.

Oficjalne premie nie są jedynymi dochodami skoczków narciarskich. Zawodnicy ze światowej czołówki mają podpisane prywatne kontrakty sponsorskie i reklamowe, których wysokość jest objęta tajemnicą.

LISTA PŁAC PŚ W SKOKACH NARCIARSKICH PO 10 Z 35 ZAWODÓW (KWOTY W EURO I ZŁOTYCH):

1. Domen Prevc (Słowenia)	134 775 (566 000)
2. Ryoyu Kobayashi (Japonia)	103 075 (432 900)
3. Philipp Raimund (Niemcy)	76 175 (319 900)
...	
13. Kacper Tomasiak (Polska)	28 450 (119 500)
23. Kamil Stoch (Polska)	16 325 (68 600)
24. Piotr Żyła (Polska)	13 200 (55 400)
32. Paweł Wąsek (Polska)	6450 (27 200)
36. Dawid Kubacki (Polska)	5100 (21 400)
37. Maciej Kot (Polska)	4200 (17 600)

PAP/RED.

Kacper Tomasiak, Paweł Wąsek, Kamil Stoch, Maciej Kot i Piotr Żyła będą reprezentować Polskę w rozpoczynającym się 28 grudnia Turnieju Czterech Skoczni – zdecydował trener kadry Maciej Maciusiak. Tym samym zabrakło miejsca dla jednego z byłych zwycięzców tej prestiżowej imprezy Dawida Kubackiego.

KLASYFIKACJA PUCHARU ŚWIATA PRZED TURNIEJEM CZTERECH SKOCZNI

1. Domen Prevc (Słowenia)	850 pkt
2. Ryoyu Kobayashi (Japonia)	651
3. Anze Lanisek (Słowenia)	506
4. Philipp Raimund (Niemcy)	500
5. Ren Nikaido (Japonia)	459
6. Felix Hoffmann (Niemcy)	405
7. Stefan Kraft (Austria)	368
8. Daniel Tschofenig (Austria)	356
9. Jan Hoerl (Austria)	315
10. Stephan Embacher (Austria)	297
...	
13. Kacper Tomasiak (Polska)	202
23. Kamil Stoch (Polska)	110
25. Piotr Żyła (Polska)	96
33. Paweł Wąsek (Polska)	43
36. Dawid Kubacki (Polska)	31
37. Maciej Kot (Polska)	28

KLASYFIKACJA PUCHARU NARODÓW:

1. Austria	1842 pkt
2. Słowenia	1743
3. Japonia	1626
4. Niemcy	1214
5. Norwegia	733
6. Polska	**585**

Kacper Tomasiak

Fot. PAP/EPA/PHILIPP SCHMIDLI

eprasa.pl 9376b72e51

WWW.MOTOFURY.PL

NOWY PORTAL
MOTORYZACYJNY
SPRZEDAŻ | KUPNO | WYNAJEM

33250TBP-M -K

eprasa.pl 9376b72e51