NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

27.11-3.12.2026

Nr indeksu 37836A

Popularny magazyn telewizyjny

Telewizja

Nr 48
23 listopada 2026
cena 4,99 zł
w tym 8% VAT

aż 100 stron

Program 98 stacji TV



WIELKA MIŁOŚĆ:
DANUTA STENKA WALCZY O ZDROWIE MĘŻA

BLIŻEJ LUDZI:
- **Klikasz? Możesz dać się oszukać!**



WYWIAD

SANDRA DRZYMALSKA

W KINACH OD 27 LISTOPADA

VIOLETTA VILLAS

– PRZECIĘTNOŚĆ MNIE NIE INTERESUJE – MÓWI. TRUDNO O LEPSZE MOTTO DLA AKTORKI, KTÓRA ZMIERZYŁA SIĘ Z LEGENDĄ POLSKIEJ ESTRADY



ROLNIK SZUKA ŻONY

TOP MODEL

WIELKIE EMOCJE NA FINISZU!



MASTERCHEF



TANIEC Z GWIAZDAMI



EUROPA DA SIĘ LUBIĆ – NOWE POKOLENIE



PREMIERA W SKYSHOWTIME

GENIALNA M.

KUCHNIA OD KARKÓWKI PO KURCZAKA – WSZYSTKO W SOSIE!

ISSN 1230-7912
48
9 771230 791600

Numer w sprzedaży do 29.11.2026

BEZPRZEWODOWA • 2W1: DMUCHA I ODKURZA • GOTOWA DO PRACY W 30 SEKUND

PRZEŁOM 2026! **USUŃ LIŚCIE, KURZ I PYŁ BEZ CIĄGŁEGO ZAMIATANIA**

REKLAMA

ZAMÓW W DOBREJ CENIE ZA **169 ZŁ**

VENTARO AIR 2-W-1

Akumulatorowa dmuchawa z funkcją odkurzania!



OD LIŚCI NA TARASIE, PRZEZ KURZ W GARAŻU, PO OKRUCHY W AUCIE – 1 URZĄDZENIE!

Zapomnij o męczącym grabieniu i liściach wysypujących się z worków! Zamiast sięgać po miotłę, grabie czy duży odkurzacz, bierzesz do ręki jedno małe urządzenie. **VENTARO AIR 2-W-1 dmucha i odkurza – zależnie od tego, czego potrzebujesz.** Silny, kierunkowy strumień powietrza precyzyjnie **wydmuchuje liście, kurz i piach** z zakamarków i pomaga zebrać je w jednym miejscu. Po zmianie konfiguracji urządzenie zasysa brud do worka. **Zero kabli, schylania się, niemal bez wysiłku.**



Długa rura wydmuchowa: zdmuchuje liście, kurz i lekki brud w wybrane miejsce



Elastyczny wąż: ułatwia manewrowanie podczas odkurzania



Szeroka końcówka: do wygodnego odkurzania większych powierzchni

Wąska końcówka: dociera do szczelin, narożników i trudno dostępnych miejsc

Dlaczego warto wybrać VENTARO AIR 2-W-1?

Lekka i poręczna: Dzięki kompaktowej konstrukcji urządzenie jest zawsze pod ręką, gotowe do pracy.

2w1: Wydmuchuj liście, kurz i pył z zakamarków, a potem odkurzaj zabrudzenia do worka.

Wielofunkcyjne końcówki: Rura, wąż i dysze do każdego zakamarka – tam, gdzie miotła i grabie sobie nie poradzą.

Bez kabla = swoboda pracy: Porządkuj ogród, taras, garaż, działkę czy auto bez rozwijania przewodu i szukania gniazdka.

Koniec męczenia się z miotłą – dmuchawa uprzątnie liście raz-dwa!



Zadzwoń i zamów za 169 zł

Uprzątnij liście, kurz i pył w kilka minut

NIEMAL BEZ WYSIŁKU i o wiele szybciej

VENTARO AIR 2-W-1 pozwala sprawnie uporządkować całą posesję i miejsca, w których zwykłe sprzątanie jest niewygodne – bez kabli i niemal bez wysiłku.

- **Dmuchanie + odkurzanie** – 2 funkcje w jednym urządzeniu
- **Długa rura** – wygodne i precyzyjne kierowanie strumieniem
- **Elastyczny wąż** – łatwe sprzątanie w zakamarkach
- **Szeroka ssawka + wąska dysza szczelinowa**
- **Lekka konstrukcja – ok. 1,3 kg**

DMUCHAWA VENTARO AIR 2-W-1 Z AKUMULATOREM I KOMPLETEM AKCESORIÓW

JESIENNA OFERTA TELEFONICZNA:

Zamów za 169 zł

Sugerowana cena detaliczna oficjalnego dystrybutora: 349 zł. Oferta obowiązuje do wyczerpania zapasów.

ZADZWOŃ:

61 300 30 94

(Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia dla danego operatora)

Strumień powietrza dociera pod krzewy, meble ogrodowe i między kamienie, oszczędzając Twoje plecy i czas. Urządzenie nie szarpie delikatnego podłoża i pozwala błyskawicznie zebrać liście w jedną schludną stertę – bez ich przenoszenia, rozsypywania i żmudnego grabienia.

W ZESTAWIE OTRZYMUJESZ:

- Urządzenie VENTARO AIR 2-W-1
- Akumulator + ładowarka
- Rura wydmuchowa
- Elastyczny wąż
- Worek na brudy • 2 złączki
- 2 końcówki: wąska i szeroka



Zadzwoń: ☎61 300 30 94 • Płatność przy odbiorze – 0 zł przedpłaty

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy I Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.

LOL: KTO SIĘ ŚMIEJE OSTATNI. ŚWIĘTA, ŚWIĘTA!

Święta bez uśmiechu?

Prime Video zaprasza na specjalną, bożonarodzeniową edycję programu komediowego, w którym wygrywa ten, kto najdłużej zachowa kamienną twarz i powstrzyma się od śmiechu. Tym razem zawodnicy zostali połączeni w duety, a cała rywalizacja rozegra się podczas trzech odcinków. Do zabawy w gwiazdkowej scenografii Cezary Pazura zaprosił weteranów programu; udział biorą Adam Woronowicz, Izabela Kuna, Michał Czernecki, Michał Meyer, Piotr Stramowski, Zofia Zborowska-Wrona, Wioletta Walaszczyk i Rafał Rutkowski. Nagrania już się odbyły, ale jeszcze nie wiadomo, kiedy dokładnie show trafi do serwisu. **JK**



POLICJANTKI I POLICJANCI

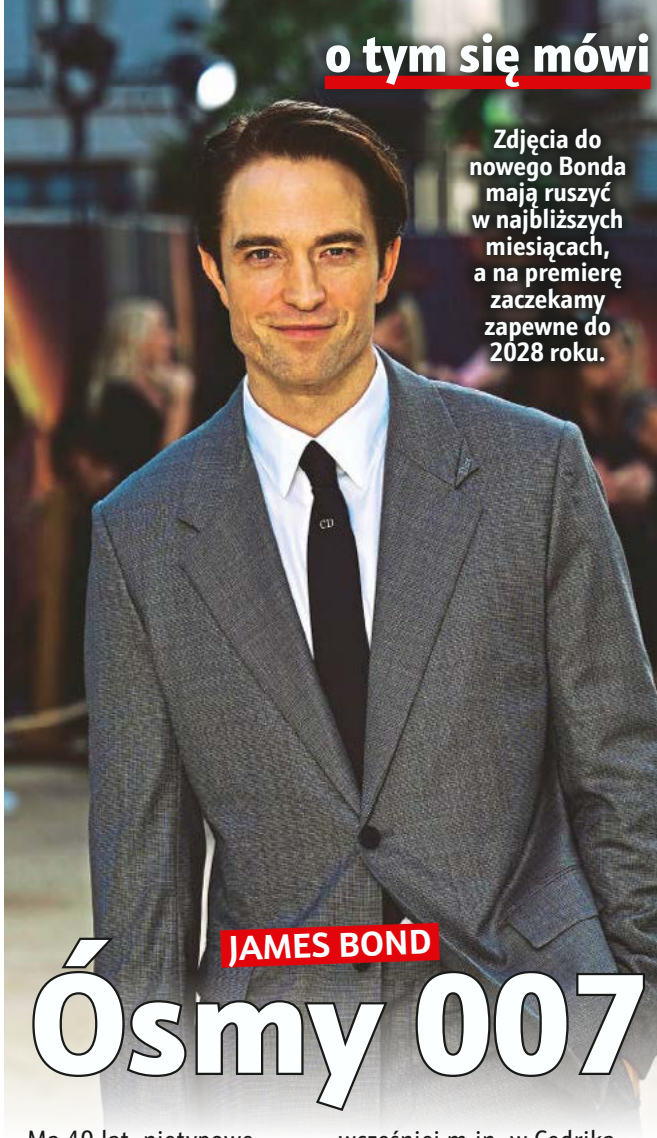
Dramatyczny finał



Ten odcinek kultowej już produkcji Czwórki (PT, 27.11, godz. 19.00, TV 4) jest wyjątkowy. Nie tylko zamyka 25. sezon serialu, ale też jest jego 1500. epizodem! Te liczby robią wrażenie, podobnie jak fabuła finału. Najpierw rutynowa kontrola drogowa auta skończy się strzelaniną, po której Daria (Magdalena Kocoń) trafi do szpitala. A potem Marek (Wojciech Sikora) wpadnie na ślad snajpera działającego we Wrocławiu. I to tuż przed galą z udziałem wysoko postawionego gościa. Gdy służby zaczną zabezpieczać teatr, w którym ma się odbyć impreza, okaże się, że zagrożenie jest większe, niż przypuszczano... **HM**

fot. okładka: Kino Świat, TVN (2), TVP (2), SkyShowtime, AKPA, Forum

o tym się mówi



Zdjęcia do nowego Bonda mają ruszyć w najbliższych miesiącach, a na premierę zaczekamy zapewne do 2028 roku.

JAMES BOND

Ósmy 007

Ma 40 lat, nietypowe poczucie humoru, nonszalanckie podejście do sławy... i licencję na zabijanie. Po wielu miesiącach przesłuchań, próbnych zdjęć i plotek już oficjalnie nowym Jamesem Bondem został Robert Pattinson! Czy to słuszny wybór? Z marketingowego punktu widzenia jak najbardziej. Aktor wcielał się wcześniej m.in. w Cedrika Diggory'ego w „Harrym Potterze", Edwarda Cullena w „Zmierzchu" czy ostatnio Batmana – młodsza widownia dobrze go zna i na pewno chętnie ruszy do kin, żeby zobaczyć go w kolejnej kultowej roli. Zwłaszcza że za kamerą stanie Denis Villeneuve, reżyser m.in. nowej adaptacji „Diuny". **JK**

Fot.: East News, Prime Video, TV 4



Polecamy specjalne wydanie Tele Tygodnia!

Już w sprzedaży

Tele Tydzień EKSTRA

SPOTKANIA Z GWIAZDAMI
ŚWIĄTECZNE DEKORACJE
POMYSŁY NA PREZENTY
8 STRON PRZEPISÓW

+7 STRON KRZYŻÓWEK



„Nowa nadzieja" w USA do kin weszła 25 maja 1977 roku.

George Lucas nie przypuszczał, że jego film odmieni oblicze kinematografii.

THE HERO AWAKENS

Pół wieku z Jedi

Czy można powiedzieć coś nowego i zaskakującego o filmie, który premierę miał pół wieku temu? Z okazji przypadającego w przyszłym roku 50-lecia „Nowej nadziei" spróbują tego dokonać twórcy dokumentu „The Hero Awakens" (pol. „Przebudzenie bohatera"). Film, który opowie o kulisach powstawania pierwszej odsłony „Gwiezdnych wojen", ma się w całości składać z materiałów nagranych w latach 70. Produkcję obejrzymy w Disney+ 4 maja, czyli w nieoficjalny międzynarodowy Dzień „Gwiezdnych wojen". Na tym nie koniec obchodów rocznicy; pojawi się też okazja, by raz jeszcze zobaczyć „Nową nadzieję" na dużym ekranie! **JK**



MASZ WIADOMOŚĆ

Znów się zakochają

Powstaje nowa wersja „Masz wiadomość"! Kiedy w 1998 roku hit z Meg Ryan i Tomem Hanksem podbijał ekrany, wielu z nas nie miało w domu nawet komputera, a myśl, że nieznajomy z internetu może okazać się naszą drugą połówką, wydawała się nowa i ekscytująca. Jak więc filmowcy zamierzają zaadaptować fabułę filmu do współczesnych realiów? Tego na razie nie wiadomo; scenariusz dopiero powstaje. Nadzieją napawa fakt, że już „Masz wiadomość" stanowiło uwspółcześnioną wersję sztuki „Parfumerie" Miklósa Lászlo z 1937 roku (na jej podstawie w latach 40. nakręcono też komedię romantyczną „Sklep za rogiem"). **JK**

ZNIECZULENIE

Dyżur się nie kończy



To już pewne – doktor Łazarz i cała ekipa „Znieczulenia" powrócą w drugim sezonie! Netflix ogłosił decyzję o kontynuacji niespełna dwa tygodnie po premierze serii pierwszej i trudno się temu dziwić. Wystarczyło zaledwie kilka godzin, żeby nowy serial medyczny stał się najchętniej oglądaną produkcją w kraju. Zresztą za granicą też nieźle sobie radzi – z dużym zainteresowaniem przyjęli go m.in. widzowie na Węgrzech, w Niemczech, Austrii czy Wenezueli i Chile. Niestety, na razie nie wiadomo, kiedy poznamy dalsze losy bohatera granego przez Leszka Lichotę... ani co dokładnie czeka go w drugim sezonie. **JK**

KONWOJENT

Nowy początek

Wojciecha Mecwaldowskiego mogliśmy w tym roku oglądać m.in. w filmowej „Lalce" (jako adwokata Łęckiego) i thrillerze wojennym „Pojedynek". Teraz zaś podobno otrzymał główną rolę w nowym serialu! Powstający na zlecenie platformy SkyShowtime „Konwojent" ma opowiadać o 45-letnim zegarmistrzu ze Śląska, który zniechęcony niepowodzeniami w domu i pracy, korzysta z nadarzającej się okazji i okrada bankowy konwój. Wyjeżdża, zmienia nazwisko i rozpoczyna nowe życie gdzieś nad morzem... Na dalszy ciąg musimy zaczekać do premiery – data jeszcze nieznana. **JK**





KOCHAJ ALBO WRÓĆ

Wiza na 2. edycję

Burzliwymi losami Margarety i Mohameda oraz pozostałych par z nowego reality show przez 11 tygodni żyła cała Polska. I chociaż historie, które śledziliśmy w 1. edycji, znalazły już swój finał, na tym wcale nie koniec emocji... Stacja potwierdziła, że powstanie kolejny sezon „Kochaj albo wróć". Czy zobaczymy w nim dalsze perypetie dobrze nam już znanych bohaterów, czy też kamery do swojego życia zaprosi całkiem nowa ekipa – tego na razie nie wiadomo. Na razie pozostają nam powtórki w piątki o godz. 22.00 w TTV. Program znajdziemy też zawsze w Playerze. **JK**

fot. East News (2), Forum, Netflix, Warner Bros, TVN (2), TVP

EUROPA DA SIĘ LUBIĆ – NOWE POKOLENIE

Na sportowo

W ostatnim odcinku zajmiemy się sportem! Katarzyna Zielińska do dyskusji zaprosi legendarnego dziennikarza i komentatora Dariusza Szpakowskiego, który przez lata swojej kariery odwiedził prawie wszystkie europejskie kraje i na żywo oglądał największe sportowe imprezy: olimpiady, mistrzostwa świata czy Europy. Wśród rozmówców znajdzie się dobrze nam znany Fin Toni Hyyryläinen, a gościem muzycznym będzie Blanka. Zaśpiewa „Yeyeyo" – oficjalny hymn Mistrzostw Świata FIFA U-20 Kobiet, które we wrześniu odbyły się w Polsce. Emisja finału w niedzielę 29 listopada o godz. 16.10 w TVP 2. **MJ**



Finał edycji



W oczekiwaniu na werdykt – za chwilę poznamy zwycięzcę.

TOP MODEL

Finał edycji

Ostatnia prosta

Czas na wielki finał 15. edycji „Top Model" (ŚR, 2.12, godz. 20.50, TVN)! Widzowie zobaczą pokazy kolekcji Dawida Wolińskiego, Marcela Pustulla i Zalando, a także kolekcję stworzoną specjalnie na tę okazję z klocków LEGO. Na scenie pojawią się Margaret oraz duet Kuba & Kuba, którzy zadbają o atmosferę wieczoru. Jurorzy ocenią także efekty prestiżowej sesji dla magazynu „Glamour", w tym zdjęcia okładkowe, oraz sesji zrealizowanych dla marki Škoda. Wszystko po to, by wyłonić zwycięzcę, który nie tylko podpisze kontrakt z agencją modeli, ale też zgarnie 200 tys. złotych i stanie przed szansą kariery w modelingu! **EGP**

REKLAMA


Marek Orzechowski, prezes Zarządu Fundacji LOTTO im. Haliny Konopackiej


Beata Stelmach, prezeska Totalizatora Sportowego


Natalia Partyka, tenisistka stołowa, ambasadorka programu „Pierwszy Serw"

„Pierwszy Serw" razem z Fundacją LOTTO!

Dobry sprzęt zachęca do sportu. Fundacja LOTTO im. Haliny Konopackiej podaruje dzieciakom stoły do tenisa stołowego z wyposażeniem oraz środki na bezpłatne zajęcia dla uczniów i szkolenia dla prowadzących. Wszystko w ramach programu „Pierwszy Serw".

– Nie trzeba od razu myśleć o medalach, żeby zacząć grać. Na początku liczą się ciekawość, dobra zabawa i radość z pierwszych udanych odbić. Chciałabym, żeby dzięki programowi „Pierwszy Serw" jak najwięcej dzieci mogło spróbować tenisa stołowego i przekonać się, ile satysfakcji daje gra – podkreśla Natalia Partyka, ambasadorka programu i multimedalistka igrzysk paralimpijskich w tenisie stołowym. – Tenis stołowy rozwija refleks, koordynację ruchową i koncentrację, a jednocześnie sprzyja integracji i aktywnej zabawie.

Szansa dla szkół

– Już ruszyliśmy z naborem dla szkół do ogólnopolskiego programu „Pierwszy Serw". Wkrótce przekażemy szkołom stoły z pełnym wyposażeniem do tenisa stołowego – zapowiada Marek Orzechowski, Prezes Zarządu Fundacji LOTTO im. Haliny Konopackiej. Fundacja zapewnia wsparcie rzeczowe i finansowe, a Polski Związek Tenisa Stołowego odpowiada za działania merytoryczne i szkoleniowe. Zajęcia będą dostępne dla uczniów niezależnie od ich dotychczasowych umiejętności sportowych i predyspozycji fizycznych. Udział w nich będzie całkowicie bezpłatny. Każda zakwalifikowana szkoła zobowiązuje się do zapewnienia bezpiecznego miejsca do ustawienia i użytkowania sprzętu oraz przeprowadzenia co najmniej 16 bezpłatnych zajęć na każdy otrzymany stół. Każde spotkanie ma trwać minimum 60 minut, a cykl powinien zostać zrealizowany w ciągu czterech miesięcy od ukończenia szkolenia przez osobę prowadzącą, z wyłączeniem wakacji letnich.

O udział w programie „Pierwszy Serw" mogą ubiegać się publiczne szkoły podstawowe prowadzone przez jednostki samorządu terytorialnego, położone w gminach wiejskich lub miejsko-wiejskich i wpisane do Rejestru Szkół i Placówek Oświatowych. Wnioski należy składać elektronicznie w generatorze Fundacji LOTTO.





Jej tytułowa rola w poruszającej biografii Violetty Villas już została uznana za wybitną!



SANDRA DRZYMALSKA

Specjalnie dla Tele Tygodnia

Zawsze jest za mało

Jej specjalnością są wyraziste bohaterki, które z determinacją przełamują konwenanse i wymykają się stereotypom. Najnowszą taką postać stworzyła w filmie „Violetta Villas" w reżyserii Karoliny Bielawskiej. Propozycję zagrania legendarnej diwy otrzymała już dziewięć lat temu, ale dopiero po latach zdecydowała się przyjąć tę rolę. Dziś nie ma wątpliwości, że to jedna z najważniejszych kreacji w jej dotychczasowej karierze.

➔ NAJMRO SO 28.11
godz. 21.00 POLSAT FILM

W jednej ze scen Violetta Villas mówi, że jest lekarzem dusz. To piękne określenie artysty. Zgadza się Pani z tym?

Zdecydowanie uważam, że sztuka ma siłę, żeby leczyć ludzkie dusze. Pamiętam rozmowę z kolegą, też aktorem, który przyznał, że zdarza mu się myśleć, że jego zawód nie ma sensu. Lekarze ratują życie ludziom, weterynarze zwierzętom, a aktor tylko gra. Pomyślałam, że absolutnie się z nim nie zgadzam. Przecież sztuka też leczy – uwrażliwia na świat i drugiego człowieka. Dzięki niej uczymy się i rozwijamy. Sprawia, że pojawia się autorefleksja. Gdy idę na wystawę, uruchamia to we mnie mnóstwo bodźców, inspiruje mnie to i sprawia, że czuję się szczęśliwsza, chcę działać i robić więcej. To uwalnia u mnie dużo pozytywnych emocji oraz hormonów, które sprawiają, że czuję się zdrowsza.

Współtwórcą scenariusza filmu „Violetta Villas" jest syn diwy – Krzysztof Gospodarek. Czy fakt, że podzielił się on własną historią, miał dla Pani znaczenie?

Myślę, że tak. Zaznaczę jednak, że w scenariuszu znalazło się też wiele wątków jedynie inspirowanych prawdziwymi wydarzeniami. Ważne jest skupienie się na relacji matki z dzieckiem. Każdy z nas ma matkę

W KILKU SŁOWACH

Ur. 24 lipca 1993 roku w Wejherowie. W 2017 roku ukończyła studia aktorskie w Krakowie. Jeszcze jako studentka zagrała w serialu „Belfer". Dziś jest uznawana za jedną z najlepszych aktorek młodego pokolenia. Wystąpiła m.in. w „IO", „Simonie Kossak" oraz „Białej odwadze" – za rolę w tym filmie otrzymała nagrodę za główną rolę kobiecą na festiwalu w Gdyni.



NAJMRO (2021) Jako „Młoda" jest jedyną kobietą w gangu tytułowego bohatera (Dawid Ogrodnik, w środku). Razem obrabiają sklepy Pewex w czasach PRL.



SIMONA KOSSAK (2024) Biografia znanej biolożki, która poświęciła swoje życie ratowaniu zwierząt w Białowieży. Na zdj. z Jakubem Gierszałem. NETFLIX



LALKA (2025) Jako Izabela Łęcka, która prowadzi wyrachowaną grę pozorów ze Stanisławem Wokulskim (Tomasz Schuchardt), była zachwycająca. NETFLIX

i każdy z nas inaczej ją pamięta z czasów dzieciństwa. Dla dzieci rodzic jest całym światem, największym autorytetem. Kiedy dojrzewamy, zaczynamy czasem dostrzegać błędy naszych rodziców, które przecież są nieuniknione, bo nikt nie jest idealny. Zawsze jednak będziemy ich kochać, niezależnie od tego, jacy byli. A jeśli chodzi o relację Krzysztofa z Violettą, myślę, że przede wszystkim była przepełniona ogromną czułością i wrażliwością.

Ale nie była też łatwa.

Wiele osób zapomina, że gdy Violetta urodziła Krzysia, miała zaledwie 16 lat. Miała mnóstwo pragnień i marzeń. Chciała spełniać się jako artystka, ale wierzyła też, że dzięki swojemu talentowi zapewni synowi lepszą przyszłość. Z czasem ta granica między matką a dzieckiem zaczęła się zacierać, bo w pewnym momencie zaczęła traktować go bardziej jak przyjaciela niż syna. Chyba dlatego tak trudno było jej oddać go światu, bo nie miała nikogo, kto byłby jej równie bliski i przy kim czułaby się bezpiecznie.

Jak wspomina Pani przygotowania do tej roli?

Już w styczniu 2025 roku zaczęłam pracę z Agnieszką Hekiert, z którą przygotowywałyśmy wszystkie utwory. Starałam się również je śpiewać, żeby na ekranie wypadło to jak najbardziej naturalnie. Pracowałam nad głosem i ruchami. Violetta miała bardzo miękkie, dźwięczne „si" i „ci", które ja też jako młoda dziewczyna miałam. Była to pewnego rodzaju maniera wymowy, którą szkoła teatralna zmieniła. Zdziwiło mnie, jak szybko udało mi się do tego wrócić na planie.

„Aktorstwo jest moją miłością, choć bardzo kosztowną."

A jest Pani perfekcjonistką!

To prawda, jestem ambitna, czasami wręcz nadambitna. Dla mnie zawsze jest za mało. Dlatego przez cały czas miałam wrażenie, że nie gram wystarczająco dobrze. W pewnym momencie, było to intuicyjne, zaczęłam po prostu mówić jak ona. Nawet chodząc po domu, rozmawiałam ze sobą jako Violetta Villas. To był ciekawy proces przygotowawczy. Z perspektywy czasu widzę, jak wiele godzin i serca poświęciłam tej roli i przygotowaniom do niej.

Między Panią a Vilettą widzę pewne podobieństwo artystyczne – oddawanie sztuce całej siebie.

Aktorstwo jest moją miłością, choć bardzo kosztowną. Wykonując ten zawód, spełniam się i rozwijam jako człowiek. Proces budowania roli jest dla mnie najciekawszym etapem pracy. Na planie czuję się najbardziej sobą, a zarazem najbardziej wolna. Staram się angażować tylko w te projekty, które – choć bywają wymagające – sprawiają, że jeszcze bardziej chcę wykonywać ten zawód. Nie potrafię robić rzeczy, w które nie wierzę. Uwielbiam obserwować ludzkie mechanizmy i zachowania. Ich odtwarzanie, próby zrozumienia i empatycznego spojrzenia na drugiego człowieka sprawiają mi największą frajdę.

Violetta mówi: „Przeciętność mnie nie interesuje"...

Mnie też nie interesuje. Jeśli coś jest przeciętne, to znaczy, że nie ma o czym rozmawiać. Nie skłania to do myślenia ani refleksji, nie prowokuje dyskusji. Przeciętność trochę nudzi, a ja nie lubię się nudzić.

Ostatnio zagrała Pani Izabelę Łęcką w „Lalce". Choć serial podzielił widzów na jego zwolenników i przeciwników, byli zgodni, że Pani rola jest znakomita! Śledziła Pani tę dyskusję?

Nie miałam na to czasu, bo byłam wtedy na zdjęciach. Fascynujące było dla mnie to, że lektura szkolna stała się nagle sprawą narodową. Ufam, że każdy naprawdę ją przeczytał, a jeśli nie, to pod wpływem serialu do niej wróci. „Lalka" jest jednym z najpiękniejszych doświadczeń w moim życiu. Uwielbiam ten projekt i Izabelę. Kocham ją za wszystkie jej wady, zalety i za to, jaka jest. To pierwszy projekt w moim życiu, z którego jestem tak szczerze dumna.

W jednej ze scen Violetta Villas szuka czterolistnej koniczyny, czyli szczęścia. Znalazła Pani swoje szczęście?

Tak naprawdę tego uczucia doznajemy w życiu bardzo rzadko i najczęściej w najbardziej zaskakujących momentach. Mnie szczęście dają ludzie, relacje z nimi, mój pies, natura. Ostatnio miałam zdjęcia w Bieszczadach. Poszliśmy w góry, żeby nakręcić kilka scen. Mieliśmy tylko kamerę, coś do jedzenia i wodę do picia. Przebierałam się za prowizorycznym parawanem i śmiałam się, że mam garderobę na szczycie gór. Będąc z cudowną ekipą, wśród pięknej natury, nagle poczułam się szczęśliwa. Wydaje mi się, że im jestem starsza, tym częściej doświadczam takich momentów. Bardziej zwracam uwagę na małe, wręcz maleńkie rzeczy, które doprowadzają mnie do ogromnej wdzięczności i wzruszenia. Wiem też, że tych momentów jest mniej niż chwil bolesnych i trudnych. Ale na tym polega życie. Zresztą dużo więcej uczymy się na porażkach. Kiedy nam się coś nie uda, wywołuje to wiele refleksji. Z kolei jeśli za jakąś rolę dostaję nagrodę, nie potrafię się tym w pełni ucieszyć. Pewnie dlatego, że moje szczęście jest zupełnie gdzieś indziej…

Rozm. MARZENA JURACZKO



Na gali Oscarów w 2023 r., gdy film „IO" Jerzego Skolimowskiego był nominowany do Nagrody Akademii.

Fot.: Kino Świat, Netflix (2), Polsat, East News

SEANS NA ANDRZEJKI

Magia jest blisko nas

Nadchodzi jedna z najbardziej tajemniczych nocy w roku! Z okazji zbliżających się andrzejek zapraszamy do świata czarownic, szeptuch i magów – postaci, które dzięki swoim niezwykłym zdolnościom pomagają lokalnym społecznościom...

RANCZO (2006-2016)
W Wilkowyjach nikt nie lekceważy babki zielarki (Grażyna Zielińska)! Znachorka zna lekarstwo na każdą bolączkę – od zwykłego przeziębienia po sercowe rozterki, stając się duchową opiekunką całej lokalnej społeczności. Jednym skinieniem palca może też sprowadzić klątwę!
➔ **PT 27.11 godz. 09.05**
TVP 1



KRUK (2018-2022)
Tajemnicza szeptucha (Danuta Kierklo) to strażniczka dawnej podlaskiej magii. Jej modlitwy, ludowe rytuały i odczynianie uroków są ostatnią deską ratunku w walce ze złem. Nawet racjonalnie podchodzący do życia policjant Adam Kruk (Michał Żurawski) korzysta z jej mocy, by uleczyć swoją duszę...
➔ **CANAL+**



TOTALNA MAGIA (1998)
Siostry Sally i Gillian Owens (Sandra Bullock i Nicole Kidman) odziedziczyły po swoich przodkiniach moc czarownic, ale ciąży też na nich rodzinna klątwa, przez którą boją się zakochać. Choć za dnia mieszkańcy miasteczka wytykają je palcami, nocą po kryjomu pukają do ich drzwi po miłosne eliksiry i wróżby! Tegoroczną „Totalną magię 2" można wypożyczyć np. w Prime Video.
➔ **NETFLIX, DISNEY+, HBO MAX**

Fot.: Getty Images, materiały prasowe



ASTERIX I KLEOPATRA (1968)
Sędziwy druid Panoramix z serii animacji o Asteriksie, Obeliksie i ich kompanach to prawdziwy mózg galijskiej wioski. Bez jego niezawodnej mądrości i magicznego wywaru dającego nadludzką siłę nieugięci Galowie nigdy nie oparliby się rzymskim legionom!
➲ **PRIME VIDEO**



CZARODZIEJKI (1998-2006)
Siostry Halliwell (Alyssa Milano, Holly Marie Combs i Shannen Doherty) na co dzień łączą życie zwykłych mieszkanek San Francisco z tajemniczą misją. Ich magiczne eliksiry i zaklęcia stają się jedyną tarczą broniącą lokalną społeczność przed demonami!
➲ **ŚR 2.12 godz. 18.00 PARAMOUNT NETWORK**



ŻYJ I POZWÓL UMRZEĆ (1973)
Tajemnicza Solitaire (Jane Seymour) to obdarzona darem jasnowidzenia tarocistka. Jej nieomylne karty decydują o losach wyspy San Monique, a lokalna społeczność traktuje ją niemal jak bóstwo. Nawet sam James Bond (Roger Moore) przekonuje się o potędze jej intuicji!
➲ **PRIME VIDEO**

REKLAMA

Polecamy specjalne wydanie Tele Tygodnia!



+7 STRON KRZYŻÓWEK

Już w sprzedaży

OD PIERWSZEGO SPOJRZENIA Kiedy sie poznali, ona czuła, że spotkała przyszłego męża, a on, zaledwie po 15 minutach rozmowy, zaproponował jej wspólne wakacje. Do dziś są razem.



PAULINA I WIKTORIA Ukochane córki pary nie związały swojego życia z aktorstwem – każda wybrała własną drogę. Starsza została psychologiem, młodsza – projektantką mody.

DANUTA STENKA I JANUSZ GRZELAK

Zawsze mogą na siebie liczyć!

Są razem od 38 lat. Gdy ich córki wyfrunęły z domu, myśleli, że nadszedł czas, aby na nowo odkrywać siebie i cieszyć się wspólnymi chwilami. Niestety, ich świat wywróciła do góry nogami choroba męża. Kiedyś to on był dla niej twierdzą, w której mogła schronić się przed światem. Dziś role się odwróciły. To ona walczy o jego zdrowie i życie.

NIGDY W ŻYCIU! CZ 3.12 godz. 22.15 TVN 7

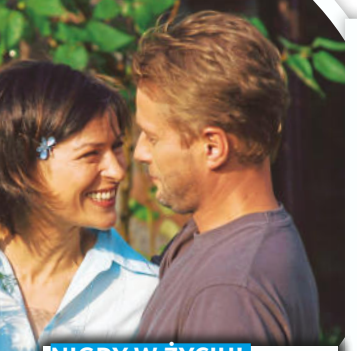
Poznali się na festiwalu teatralnym. Ona przyjechała z zespołem ze Szczecina, on był aktorem w Toruniu. Danuta Stenka wspominała po latach, że wystarczyło jedno spojrzenie, by poczuła coś niezwykłego. Nie analizowała, nie kalkulowała, nie zastanawiała się, czy mężczyzna, którego widzi, myśli podobnie. – Spojrzałam na Janusza i wiedziałam: to mój człowiek – mówiła w rozmowie z Martą Nieradkiewicz w programie „Artystki".

Bezpieczna przystań

Od 1988 roku Danuta Stenka i Janusz Grzelak idą razem przez życie. Kiedy ona zaczęła odnosić sukcesy zawodowe, on zrezygnował ze sceny. Dla ich małżeństwa okazało się to ogromnym darem. Jak mówi aktorka, z jednej strony mąż doskonale rozumiał jej zawód – wiedział, czym są stres i trema związane z premierą spektaklu czy napięcie przed rozpoczęciem pracy na planie. Z drugiej – nie przynosił do domu podobnych emocji. Dawał żonie i córkom wsparcie oraz pomagał budować bezpieczną przystań.

Przez lata ich dom wypełniał dziecięcy gwar. W 1993 roku na świat przyszła Paulina, która została psychologiem. Młodsza córka, Wiktoria, urodzona w 1999 roku, zainteresowała się modą i projektowaniem strojów. Danuta Stenka nigdy nie ukrywała, że macierzyństwo łączyła z intensywną pracą, a czas dla rodziny często musiała „wyszarpywać" z zawodowego grafiku. Wiele domowych obowiązków spadało na jej męża. Mogła na niego liczyć również wtedy, kiedy przez sześć lat cierpiała na bezsenność. – Najdłuższa noc trwała trzy godziny – wspomina. Diagnoza była jednoznaczna: wypalenie zawodowe. Permanentny stres i liczne obowiązki zawodo-

FOT. Forum (2), East News, AKPA



NIGDY W ŻYCIU! (2004) Rewelacyjna rola Judyta uczyniła z niej gwiazdę. Na zdj. z Arturem Żmijewskim.



CHOPIN. PRAGNIENIE MIŁOŚCI (2002) Za rolę pisarki George Sand, z którą Chopin miał romans, zdobyła nagrodę Orła. Na zdj. z Piotrem Adamczykiem.

we sprawiły, że jej organizm odmówił posłuszeństwa. Na szczęście, dzięki wsparciu bliskich, udało się jej wrócić do normalnego funkcjonowania.

Puste gniazdo

Gdy córki dorosły i wyprowadziły się z domu, skończył się rytm wyznaczany przez szkołę i codzienne obowiązki. Zostało „puste gniazdo". – Nie zapomnę tego uczucia – wyznała aktorka. Przyznała też, że przez chwilę poczuła się jak „zeszłoroczna bulwa". Ale ta bulwa, jak sama przyznała, nie zgniła w ziemi. Przeciwnie – zaczęła kiełkować. Dopiero po wyprowadzce córek w pełni zrozumiała, jak wielkim darem od losu jest człowiek, z którym można zostać sam na sam i nadal czuć szczęście. Razem z mężem odnaleźli siebie na nowo – już nie tylko jako rodzice, ale przede wszystkim jako para. Z radością odkryli, że po latach pełnych obowiązków nadal jest między nimi coś najważniejszego: bliskość. – Okazało się, że we dwoje jest nam całkiem dobrze – mówiła Danuta Stenka.

Sprawdzian miłości

Niestety, Janusz Grzelak zachorował na agresywnego szpiczaka plazmocytowego. To groźny nowotwór krwi. Danuta Stenka zdecydowała się na poruszający apel w internecie, w którym poprosiła o pomoc w zebraniu pieniędzy na nowoczesną terapię CAR-T. Koszt leczenia wynosi około 2 milionów złotych i przekracza możliwości rodziny. – Pomóżcie mi zawalczyć o przyszłość u boku człowieka, którego kocham – prosiła ze łzami w oczach.

Jej słowa poruszyły tysiące ludzi. Zbiórka zakończyła się sukcesem w niespełna 48 godzin. Aktorka nie kryła wzruszenia. – Daliście nam nie tylko finansowe wsparcie na leczenie Janusza, ale też ogromne wsparcie duchowe – powiedziała do darczyńców.

Chociaż miłość Danuty Stenki i Janusza Grzelaka przetrwała wiele, dziś stanęła przed największym sprawdzianem – walką z chorobą. Ale nawet w najtrudniejszych chwilach oboje, jak zawsze, mogą liczyć na siebie.

MARZENA JURACZKO

REKLAMA

Proste, bezpieczne i tanie ogrzewanie dla Twojego domu oraz firmy

OGRZEWANIE ELEKTRYCZNE

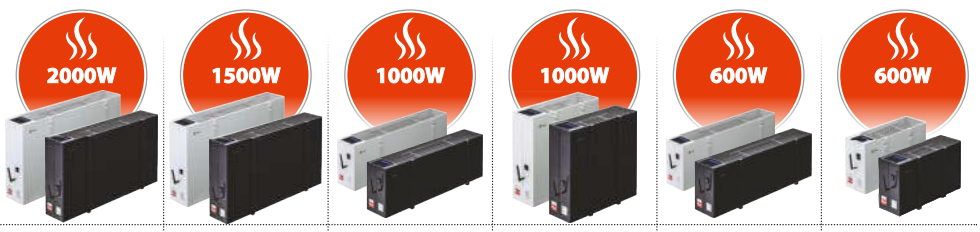
- opatentowane rozwiązanie
- wysoka wydajność cieplna
- niskie zużycie energii
- pobiera energię gdy potrzebuje
- prosty montaż
- reaguje na spadek temp. 0,3°C
- proste sterowanie temp. (+/-)
- regulacja temp. 0-30°C
- licznik zużycia energii
- dostępny w wersji mobilnej

NIESPODZIANKA!!!
- Zadzwoń, a bezpłatnie doradzimy,
- Obliczymy ile zużyją energii oraz jaki będzie miesięczny koszt ogrzania,
- Dobierzemy optymalne grzejniki
- Zaproponujemy atrakcyjne warunki sprzedaży.



OGRZEJ 50 M² JUŻ OD 350 ZŁ/MIES. BEZ REMONTU

Gwarancja bezpiecznego ciepła – bez wysiłku, prosto i oszczędnie!



ogrzewa do 40 m²	ogrzewa do 30 m²	ogrzewa do 20 m²	ogrzewa do 18 m²	ogrzewa do 12 m²	ogrzewa do 8 m²
* koszt: 285 zł/mies.	* koszt: 215 zł/mies.	* koszt: 142 zł/mies.	* koszt: 130 zł/mies.	* koszt: 85 zł/mies.	* koszt: 57 zł/mies.
wym.: 48,5/84/15 cm	wym.: 48,5/84/15 cm	wym.: 28,5/84/15 cm	wym.: 48,5/48/15 cm	wym.: 28,5/84/15 cm	wym.: 28,5/48/15 cm
waga: 7,8 kg	waga: 7,8 kg	waga: 6,0 kg	waga: 5,2 kg	waga: 6,0 kg	waga: 5,2 kg

*Szacunkowe koszty – są liczone dla warunków: sezon grzewczy 6 m-cy, śr. temp. wew. 20 st. C, pomieszczenia w nowym budownictwie; współczynnik przenikania U=0,3, wilgotność powietrza 40-60%, stawka za energię elektryczną 1, 10 zł/kWh, prawidłowe ustawienie i użytkowanie grzejników NOGEN. Jako producent zapewniamy pomoc w prawidłowym doborze urządzeń do pomieszczeń.

NOGEN

512 333 933
www.nogen.pl

PRODUCENT POLSKICH ENERGOOSZCZĘDNYCH, KONWEKTOROWYCH GRZEJNIKÓW ELEKTRYCZNYCH Z LICZNIKIEM

07 ZGŁOŚ SIĘ

Polski Bond a kwestia kobieca



UROCZY NICPOŃ
Miał wdzięk niegrzecznego chłopca, co podobało się płci pięknej! Na zdj. ze stewardesą Małgorzatą (Nina Gocławska).



TYLKO KOLEDZY!
Sierżant Ewa (Ewa Kuzyk-Florczak) i Borewicz świetnie się rozumieli. Do szczęścia nie potrzebowali romansu.

Porucznik Borewicz miał wyjątkowy talent do przyciągania pięknych kobiet, choć nie zawsze wychodziło mu to na dobre. Jedne lądowały w jego łóżku, inne bezceremonialnie dawały mu kosza. Z okazji 50-lecia serialu „07 zgłoś się" sprawdzamy, kto mu skradł serce, a kto napsuł krwi.

07 ZGŁOŚ SIĘ ND 29.11 godz. 11.25 TVP SERIALE

Kiedy 25 listopada 1976 roku Bronisław Cieślak po raz pierwszy pojawił się na ekranie jako porucznik Sławomir Borewicz, Polki zyskały nowy obiekt westchnień. Milicjant w modnej koszuli, z papierosem w ustach i ciętą ripostą na każdą okazję bardziej przypominał Jamesa Bonda niż stróża socjalistycznego porządku. – Każda dziewczyna, która przychodziła na plan, podkochiwała się w Cieślaku – zdradziła po latach Ewa Kuzyk-Florczak.

Pod maską twardziela

W serialu kobiety jednak nieraz sprawiały, że Borewicz tracił pewność siebie. Najbardziej bolało go rozstanie z Joanną (Izabela Trojanowska). Była żona wybrała zamożnego Libańczyka, ale spotkanie z nią w hotelu Victoria pokazało, że Sławek nie zamknął tego rozdziału. W odcinku „Ścigany przez samego siebie" Joanna zaproponowała mu wspólną noc. Poszedł z nią do pokoju, a kiedy zniknęła w łazience, szybko się ulotnił, zostawiając portierowi pieniądze na bukiet. Pod maską twardziela

Fot.: East News



ANIOŁ!
W jego życiu pojawiła się znajoma. – Był szorstkim facetem o gołębim sercu, a to podobało się kobietom – wspominała Danuta Kowalska.



ZRANIONY
Spotkanie w hotelu z byłą żoną (Izabela Trojanowska) nie należało do udanych.



ALE KOSZ!
Psychiatrka Monika (Izabella Olejnik) szybko ostudziła zapał Borewicza. – Kiedy cię znowu zobaczę? – dopytywał. – Nie wiem, może nigdy – odparła.

kryć się mocno zraniony mężczyzna.

Stewardesa Małgorzata Czarnecka (Nina Gocławska) lubiła przekomarzać się z Borewiczem. „A ty w ogóle jesteś chłop?" – kpiła, gdy zachwycał się deserem. Miała zostać jego stałą partnerką, ale aktorka zaszła w ciążę i zrezygnowała z serialu. Z kolei pielęgniarka z porodówki (Maria Probosz) oznajmiła bez ogródek: „Na panią milicjantową to ja się nie nadaję". Kosza dała mu Dorota Stalińska, która w „Przerwanym urlopie" zagrała siebie. Zalotnik zachęcał ją słowami: „Sanacyjna Ordonka w ramionach ludowej władzy. Ciekawa propozycja…". Była to czytelna aluzja do roli Stalińskiej w filmie „Miłość ci wszystko wybaczy".

Nie brakowało też pań, które działały na wyobraźnię widzów. Grażyna Szapołowska jako prostytutka Lidia Dorecka w „Hienach" opalała się na pomoście topless. Z tą sceną wiąże się zabawne wspomnienie Hanny Suszyńskiej, żony operatora Romana Suszyńskiego. Jej mąż i dźwiękowiec Andrzej Lewandowski twierdzili, że woda w jeziorze jest zbyt zimna na kąpiel. Kiedy jednak przyszło kręcić scenę z rozebraną aktorką, obaj ochoczo wskoczyli do jeziora – jeden z kamerą, drugi z mikrofonem. Nagle chłód przestał im przeszkadzać! Nie mniej emocji wzbudziła Grażyna Wolszczak, która w „Zamknąć za sobą drzwi" zagrała kapitan jugosłowiańskiej milicji Jovitę Popovic. W 2021 roku przypomniała na Instagramie scenę, w której paradowała w bikini. „O ludzie! Jakie ja wtedy miałam kompleksy!" – wyznała. Podobno nigdy nie odważyła się obejrzeć tego odcinka.

Nic do ukrycia

Nie wszystkie piękności spotykane przez Borewicza miały czyste sumienie. W „Grobowcu rodziny von Rausch" porucznik zetknął się z Magdaleną Cieplik (Joanna Żółkowska), zamieszaną w przemyt fałszywych monet. Gdy polecił ją przeszukać, rozchyliła futro, odsłaniając piersi. – Nie mam nic do ukrycia – oznajmiła bezczelnie. Z kolei Barbara Brylska w „Przerwanym urlopie" wcieliła się w Zofię Gambetti, wspólniczkę płatnego zabójcy.

Zupełnie inne relacje łączyły go z sierżant Ewą Olszańską. – Byłam jedyną kobietą na planie, która nie podkochiwała się w Bronku – żartowała Ewa Kuzyk-Florczak. W 1987 roku odeszła z serialu, uznając, że reżyser nie ma pomysłu na jej postać. Zastąpiła ją Hanna Dunowska jako sierżant Anna Sikora, z którą porucznik również nie flirtował. Jak wyznał pewnej uroczej laborantce (Laura Łącz): „Dziewczyny, droga pani, to ja lubię wytrawne".

MACIEJ MISIORNY

Co naprawdę jest dziś *w kobiecym interesie?*

Poznaj najnowszy raport Gedeon Richter Polska **„W kobiecym interesie: 4 pokolenia Polek o zdrowiu kobiet i dbaniu o siebie"** i sprawdź, co Polki mówią o zdrowiu, swoich potrzebach i dbaniu o siebie.

Dowiedz się więcej

www.zdrowa-ona.pl

GEDEON RICHTER POLSKA

W KOBIECYM INTERESIE

REKLAMA





CHCESZ WIEDZIEĆ JESZCZE WIĘCEJ?
CZYTAJ ŚWIAT SERIALI

M jak miłość

Seniorka rodu jest szczęśliwa, że jej wnuk znalazł bratnią duszę. Na drodze do Gródka dochodzi do napadu. Sprawcy chcą porwać Basię.

TVP 2, 20.50 PO ODC. 1961
Natalia ściera się z Hanią, która nieustannie prowokuje kłótnie i przyłapuje matkę na kłamstwie dotyczącym Mikołaja. Karską czeka także trudna rozmowa z Adamem. Mąż zauważa, że dyrektor szkoły jest nią zauroczony. Zasypuje ją niewygodnymi pytaniami. Joanna naciska na Artura, by wreszcie zdecydował o ich przyszłości. Tymczasem Maria, gdy widzi męża z kochanką, postanawia złożyć pozew o rozwód. Basia i Agnes jadą do Gródka. Po drodze padają ofiarą brutalnego napadu. Agnes staje w obronie siostry i umożliwia jej ucieczkę. Zostaje skatowana przez sprawców. 60 min

WT ODC. 1962
Po ataku w lesie Agnes wciąż leży w szpitalu i nagle traci władzę w nogach. Artur konsultuje jej stan z Olkiem, który rozpoznaje krwiak w kanale kręgowym i zauważa odłamek kości wbity w rdzeń. Przygotowuje pilną operację. Rogowski spędza kolejne godziny w klinice z córkami i Marią, co ponownie budzi zazdrość Joanny. Basię dręczą wyrzuty sumienia. Sądzi, że gdyby nie wdała się z napastnikami w dyskusję, wydarzenia potoczyłyby się inaczej. Boi się, że przez nią siostra nie będzie mogła chodzić. Winiarowie zapraszają przyjaciół na grilla. Ewelina po wizycie u ginekologa przekazuje Michałowi radosną wiadomość. Mateusz coraz bardziej ulega urokowi Sary. Gdy dziewczyna odwozi go do Grabiny, Barbara postanawia lepiej ją poznać. Zaprasza nową sympatię wnuka na kawę. Wieczorem młodzi znów się spotykają. Czują, że łączy ich wyjątkowa więź. 60 min

Na Wspólnej

Włodek udziela pracownicy baru cennej rady.

TVN, 20.15 PO ODC. 4320
Ula przeżywa szok, gdy na egzaminie pojawia się Wysocki. Uczelnia przysyła obserwatorkę, która nie reaguje, gdy wykładowca mści się na studentce. 35 min



WT ODC. 4321
Kamil naciska na dziekana, by zawiesił Wysockiego. Na uczelni Hoffer wpada na Dexa, gotowego samemu rozprawić się z gwałcicielem ukochanej. 35 min

ŚR ODC. 4322
Nalepa dowiaduje się od neurologa, że utrata wzroku podczas operacji była skutkiem przemęczenia. Do Uli odzywa się prawnik Wysockiego, grożąc jej procesem o zniesławienie. Kaja zleca Idze i Sławkowi sprawę kolejnego pedofila. 35 min

CZ ODC. 4323
Oriana pyta Lwa, czy podczas operacji był trzeźwy. Plotki podsyca jej mąż. Elena ma rozprawę o opiekę nad synem, ale jest zajęta otwarciem baru. Włodek i Dorota radzą, by wynajęła adwokata. 35 min

Barwy szczęścia

Malwina zabiera bliskich na łono natury.

TVP 2, 20.05 PT ODC. 3450
Jerzy i Małgorzata goszczą na obiedzie Rawiczową i Natalię. Malwina jedzie z Rozalką i Hermanem na piknik. 35 min



PO ODC. 3451
Karolina szuka pracy. Kontaktuje się z nią jeden z najbogatszych klientów hotelu. Tolek szykuje się do mediacji z żoną. 35 min

WT ODC. 3452
Cezary i Michał dzielą celę z niechętnym im Waldim. W dniu egzaminu ósmoklasisty Emil wpada w panikę. 35 min

ŚR ODC. 3453
Celina testuje w pracy kolejnego męża. Ma kłopoty, gdy mężczyzna zauważa kamerę ukrytą w jej okularach. 35 min

CZ ODC. 3454
Ksawery ucieka do miasta. Spędza czas z kolegami mającymi ryzykowne pomysły. 35 min

Uważność ratuje życie



Dlaczego jesień jest najtrudniejszą porą roku dla pieszych

Wracamy z pracy, spieszymy się na autobus, odpisujemy na wiadomość. Znane przejście pokonujemy niemal automatycznie. Tymczasem właśnie rutyna, pośpiech i kilka sekund nieuwagi mogą zdecydować o zdrowiu lub życiu. Jesienią i zimą, gdy szybko zapada zmrok, a deszcz, mgła czy śnieg ograniczają widoczność, jako piesi powinniśmy zachować szczególną czujność.

O tej porze roku trudniej prawidłowo ocenić odległość i prędkość nadjeżdżającego samochodu. Mokra nawierzchnia wydłuża drogę hamowania, światła odbijają się w jezdni, a osoba w ciemnej kurtce może zostać dostrzeżona przez kierowcę bardzo późno. Prawo daje pieszemu pierwszeństwo w określonych sytuacjach, ale nie zatrzyma pojazdu w jednej chwili. Dlatego przed wejściem na jezdnię warto zwolnić, rozejrzeć się, nawiązać kontakt wzrokowy z kierowcą i upewnić się, że samochód rzeczywiście hamuje.

Policyjne dane pokazują, dlaczego jesienno-zimowa ostrożność jest tak ważna. W latach 2021–2025 aż 44 proc. wszystkich wypadków z udziałem pieszych przypadało na cztery miesiące, od października do stycznia. Jeszcze bardziej wymowna jest pora: w 2025 roku największe nasilenie takich zdarzeń występowało między godz. 16 a 19, czyli wtedy, gdy wiele osób wraca do domu, robi zakupy lub odbiera dzieci, a na zewnątrz jest już ciemno.

Dobra wiadomość jest taka, że bezpieczeństwo pieszych stopniowo się poprawia. Nie oznacza to jednak, że można stracić czujność. Wciąż najczęstszym błędem pieszego prowadzącym do wypadku jest nieostrożne wejście na jezdnię bezpośrednio przed jadący pojazd. Czasem wynika ono nie z brawury, lecz z błędnej oceny sytuacji: „zdążę", „kierowca mnie widzi", „samochód jest jeszcze daleko".

TELEFON MOŻE POCZEKAĆ

Szczególnie niebezpieczny jest moment, w którym uwaga przenosi się z drogi na ekran telefonu. Pisanie wiadomości czy zmiana muzyki sprawiają, że patrzymy mniej uważnie i wolniej reagujemy. Słuchawki dodatkowo odcinają od dźwięków otoczenia. Przed przejściem dobrze więc schować telefon, ściszyć muzykę i spojrzeć w obie strony, również na drodze jednokierunkowej. Trzeba też uważać na pojazdy skręcające i wyjeżdżające zza przeszkody.

Po zmroku ogromne znaczenie ma widoczność. Odblask na torbie, plecaku albo rękawie zajmuje niewiele miejsca, a pomaga kierowcy wcześniej zauważyć pieszego. Poza obszarem zabudowanym używanie odblasków po zmierzchu jest obowiązkowe, jednak warto nosić je także w mieście. Szczególnie przy słabo oświetlonych przejściach. Odblask nie powinien być schowany pod kurtką czy torbą.

WSPÓLNA ODPOWIEDZIALNOŚĆ

O większą uważność apelują PZU i Policja w kampanii prewencyjnej „Mistrzu, uważaj". Jej przekaz jest prosty: pieszy jest najbardziej narażonym uczestnikiem ruchu, dlatego nawet drobny błąd może mieć poważne skutki. Kampania nie przenosi odpowiedzialności z kierowców na pieszych. Przypomina, że bezpieczeństwo powstaje ze współpracy: kierowca powinien zwolnić i obserwować otoczenie, a pieszy upewnić się, że może bezpiecznie wejść na jezdnię.

Kampania jest częścią długofalowych działań prewencyjnych PZU na rzecz poprawy bezpieczeństwa ruchu drogowego. To jeden z kluczowych obszarów zaangażowania społecznego największego polskiego ubezpieczyciela, realizowany we współpracy z Policją.

„Mistrzu, uważaj" to kolejna odsłona programu po kampaniach „Mistrzu, zwolnij", skierowanej do kierowców, oraz „Mistrzu, pomyśl", poświęconej użytkownikom jednośladów. Wszystkie łączy jedna myśl: na drodze łatwo dostrzec błędy innych, trudniej własne, a przecież każdy z nas występuje w różnych rolach. Najważniejsze zasady mieszczą się w kilku prostych gestach: zatrzymaj się przed jezdnią, podnieś wzrok znad telefonu, upewnij się, że zostałeś zauważony, i noś odblask po zmroku. Nie chodzi o lęk przed każdym przejściem, lecz o dobry nawyk. Uważność trwa kilka sekund. Jej znaczenie może być bezcenne.



Pierwsza miłość

Polsat, 18.00 PT-CZ ODC.4296-4300
Policjanci informują Kingę i Janka, że Maciek może trafić do poprawczaka. Eliza zostaje zaatakowana. Na pomoc przychodzi jej Świder. Oskar jest świadkiem dramatycznych wydarzeń, które zmieniają jego spojrzenie na świat. Melka wciąż ukrywa prawdę o tym, co usłyszała od lekarki. Bliscy cieszą się jej rzekomą ciążą.
W klinice trwa walka o miejsce na rezydenturze z chirurgii. Florek podstępem doprowadza do tego, że Filip spóźnia się na obchód. Lucynka zaczyna rodzić. Jest przy niej tylko przerażony Zdzicho. Szymon chce zrealizować swoje szalone marzenie – zabrać Martę w podróż kamperem. 50 min



Klan

TVP 1, 18.05 PT-CZ ODC.4785-4789
Tymon wypytuje Agnieszkę i Janusza o decyzję Zosi. Ma inne niż oni zdanie na temat oferty Jaromira. Do Jerzego przyjeżdża matka Karola. Zamierza kupić mieszkanie w Warszawie lub dom w Łomiankach. Bożenka dowiaduje się, że mąż planuje odebrać jej dzieci. Atmosfera staje się coraz bardziej napięta.
Brajan chce stworzyć w hotelu studio nagraniowe dla Czesi i Dżesiki. Jego siostra bez oporów krytykuje lokal w obecności Barbary. Borys i Norbert namawiają Miłosza na piątkowy wypad do klubu. Bożenka wybiera się do Uli. Gdy Heniutka wypytuje o szczegóły, dziewczyna traci cierpliwość. 35 min



Komisarz Alex 26

TVP 1, 20.25 SO ODC. 332 Artur, Gutek i ich koledzy muszą zmierzyć się z kolejnym trudnym śledztwem. Na policję wpływa zawiadomienie o zbrodni w podwarszawskiej parafii. W dramatycznych okolicznościach zginął tam 64-letni proboszcz Stanisław Lachota. Ekipa zjawia się na miejscu. Gromadzi dowody i rozpoczyna przesłuchania, aby poznać fakty.
Duchowny był powszechnie lubiany i szanowany. Właściwie nie miał wrogów – poza Gerardem Łajskim, który niedawno zamieszkał w Grabniewie. Funkcjonariusze chcą przesłuchać podejrzanego, ale okazuje się, że ten zaginął. Zespół musi ustalić, co się z nim stało i kto stoi za śmiercią księdza. 60 min



Słoneczna. Poza ciszą

TVP 1, 20.30 PO ODC. 6 Lena chce wrócić do Krakowa, ale telefon od pacjentki zmienia jej decyzję. Wspierana przez Sylwię i Martę zostaje, by kontynuować działalność. Alina rozwija swój profil w mediach społecznościowych. Obawia się reakcji męża.
WT ODC. 7 Lena wpada na trop Marcela, który niszczy plakaty kliniki. Tymczasem Antoni prosi, by zajęła się Anetą. Psycholożka uświadamia mu, że to on wymaga pracy nad sobą i swoimi emocjami.
ŚR ODC. 8 Majewska postanawia skonfrontować się z Wirgiliuszem, na którego zlecenie działał Marcel. Niebawem w ośrodku zjawia się przerażony mężczyzna. Znika, nim terapeutka zdąży mu pomóc. 25 min

Ranczo 6



TVP 1, 9.05
PT-CZ ODC.68-73
Jola wciąż pobiera nauki u profesora muzyki. Pietrek staje się zazdrosny. Solejukowa postanawia zdać maturę. Kusy chce wprowadzić zmiany w lokalnej edukacji. Musi przekonać dyrektorkę. Lucy próbuje rozwiązać problem bezpańskich psów. 55 min

Szpital św. Anny



TVN, 16.50
PT-CZ ODC.97-101
Stan dziecka Majki dramatycznie się pogarsza. Konieczne jest cesarskie cięcie. Tomek mówi Wojtkowi, że chce znów oświadczyć się Marcie. W szpitalu dochodzi do awarii prądu. Walczących o życie pacjentów lekarzy wspiera profesor Dobrowolska. 65 min

Policjantki i Policjanci



TV 4, 19.00
PT ODC.1500
W trakcie kontroli auta bez świateł dochodzi do strzelaniny, po której Daria walczy o życie. Dręczony wyrzutami sumienia Marek podczas śledztwa trafia na trop snajpera, który ma zaatakować na gali w teatrze. Narasta bunt przeciwko Kostyrze. 65 min

Pociąg widmo



TVP 1, 20.30
PT ODC.4 Hud obmyśla szokujący plan, który pozwoli zatrzymać pociąg, ale jednocześnie może zakończyć się katastrofą. Abby poznaje prawdziwą skalę zagrożenia. Stara się przekonać Joego, by kontynuował z nią współpracę. Razem mają szansę zapobiec tragedii. 55 min

La Promesa – pałac tajemnic



TVP 2, 15.05
PT-CZ ODC.529-533
Alonso chce odwieść syna od planów ślubu z Janą, ale Manuel nie ustępuje. Dla ukochanej jest gotowy zrezygnować z tytułu i przywilejów. Curro ujawnia bratu prawdziwą tożsamość Julii. 55 min

Młode gliny



TVN, 15.45
PT ODC.89 W zajeździe wybucha strzelanina. Ginie 42-letnia Justyna Burska, a jej córka zostaje ciężko ranna. Policjanci rozpoczynają obławę. W gronie podejrzanych znajduje się Sylwester Mróz, od lat skonfliktowany z ofiarami. 65 min

Zaraz wracam 3



TVP 1, 16.00
SO, ND ODC.180-183
Krystyna zapowiada synowi walkę z Karoliną. Wkrótce partnerka Filara zostaje zatrzymana przez CBŚ. Stan Zosi się pogarsza. Walczakowie kłócą się o koszty leczenia. Wiktoria boi się, że Zuza wycofa się z umowy. 60 min

Grantchester 11



Ale kino+, 18.10
SO ODC.7, 8
Geordie musi zająć się sprawą morderstwa włamywacza Franka Brooka. Niebawem wspólnicy złodzieja, JP Millwood i Dexter Sutton, wdzierają się do butiku, biorąc Cathy i panią C. na zakładniczki. 120 min

Gliniarze. Śląsk OSTATNI



Polsat, 16.55
PT ODC.63
Prokurator Justyna Furman zostaje porwana. Sprawcy kontaktują się z Rychlikiem i stawiają mu ultimatum. Gutek i Kowalski orientują się, że komendant nie mówi swoim ludziom wszystkiego. 65 min

Akacjowa 38



TVP 1, 18.40
PT-CZ ODC.1008-1012
Ojciec Telmo stara się przekonać Lucię, że Samuel ją wykorzystuje. El Pena planuje dołączyć do ekspedycji naukowej w Afryce. Susana i Rosina rysują akt. Model umiera z powodu ataku astmy. 50 min

Lombard. Życie pod zastaw 19



TV Puls, 19.00
PT-WT ODC.1043-1045
Biznesmen Zawisza ginie w wypadku. Jego żona odkrywa, że handlował przemycanym z Kazachstanu złotem. U Barskich gości kuzynka Beaty, śpiewaczka Eleonora. 60 min

Yellowjackets 4



CANAL+ PREMIUM, 20.00 PT ODC.1/10
Nadchodzi czas powrotu do domu. Nie wszystkim jednak się to w pełni udaje. Wieczorem ekipa staje przed trudną próbą. Dzieje się to wcześniej, niż ktokolwiek mógłby sobie wyobrazić. 60 min



Na sygnale

TVP 2, 21.50 PO ODC. 962, 963
Vick dostaje pilne wezwanie do kościoła, gdzie trafia na zagadkowy przypadek zatrucia. Anna musi zmierzyć się z irytującym influencerem, który jest przekonany, że właśnie ma zawał. Związek Karoliny i Romka przechodzi kryzys.
WT ODC. 964 Profesor Gorzecki zgadza się zoperować Nowego. Sonia i Britney ratują młodego tradera z problemami z sercem i ciśnieniem. Gdy pacjent dochodzi do siebie, zaprasza Julkę na kolację.
ŚR ODC. 965 Ekipa doktora Góry interweniuje u chłopaka, który od lat nie wychodzi z domu. Alek i Romek jadą do leśnego obozu, gdzie zastają dziewczynę z objawami zatrucia neurotoksyną. 30 min



SOR

TVP 2, 21.50 WT ODC. 7
Po tym, jak skrywana przez lata tajemnica wyszła na jaw, Piotr domaga się od Kaśki uznania jego praw rodzicielskich do Milenki.
Na podjeździe szpitala ktoś wyrzuca z samochodu ciężko rannego robotnika, u którego szybko postępuje paraliż. Na SOR-ze robi się coraz bardziej nerwowo, gdy nagle słabnie Basia.
Andrzej stwierdza u niej krwotok wewnętrzny spowodowany pęknięciem śledziony. Sytuację dodatkowo zaostrza desperacki gest byłego chłopaka Oli, który połyka pierścionek zaręczynowy. Dochodzi u niego do nagłego zatrzymania krążenia. Lekarze robią wszystko, by zażegnać niebezpieczeństwo. 40 min



Na dobre i na złe

TVP 2, 20.50 ŚR ODC. 1007
Policja ustala, że porywaczka spotkała się z Dawidem Rapackim, mężczyzną z półświatka. Blanka i Mario zabierają ze szpitala małą Ninę i potajemnie planują wyjazd z córką z kraju, nie mówiąc o tym nawet Tretterowi. Zuza podstępem zdobywa od lekarki jej nowy adres. Ma niewiele czasu, aby zrealizować swoje zamiary.
Tomasz i Wiktoria muszą zająć się pacjentem z przepukliną po ćwiczeniach na siłowni. Oliwia bada Teresę skarżącą się na ból w klatce piersiowej oraz kołatanie serca. Okazuje się ona matką Samira. Pomocy potrzebuje również pewien Niemiec z silnymi zawrotami głowy, przekonany, że ma udar. 60 min



Ojciec Mateusz 36

TVP 1, 20.30 CZ ODC. 463
Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie śmierci niejakiego Siary, czyli Piotra Siarczyńskiego, współwłaściciela siłowni, znanego z uczestnictwa w rozbojach. Mężczyzna został cztery razy ugodzony nożem. Tymczasem na plebanię przybywa poturbowana nieznajoma. Prosi, aby nie powiadamiać żadnych służb.
Stróże prawa przeglądają monitoring z siłowni prowadzonej przez Piotra i jego brata Kubę. Na nagraniu widać bójkę między Siarą a niejakim Bułą, zainteresowanym jego dziewczyną. Niebawem wychodzi na jaw tożsamość kobiety, która schroniła się pod dachem proboszcza. 55 min

Rodzinka.pl



TVP 2, 20.00
SO ODC.325 Natalia i Ludwik urządzają w domu wielki ranking rodzicielski i próbują wybrać najlepszego syna. Każdy z nich ma mocne atuty. Jeden zarabia tysiące grą na giełdzie, drugi rozwija kulinarnego wideobloga, a trzeci snuje plany przejęcia władzy nad światem. 30 min

Władca Pierścieni. Pierścienie władzy 2



TVN 7, 22.25
SO ODC.4 Elrond i Galadriela udają się do Eregionu. Elfka zostaje schwytana przez Adara. Nieznajomy poznaje swoje przeznaczenie. Nori i Poppy poznają społeczność niziołków mieszkających w pustynnym kanionie. 85 min

Sprawiedliwi. Trójmiasto



TV 4, 21.05
PO-CZ ODC.157-160
Damian i Olga badają sprawę profanacji zwłok rodziny Rawiczów. Do śledztwa dołączają Maja i Wiktor. W dokach dochodzi do zamachów bombowych, w których ginie osiem osób. Berg i Pietras ustalają, że ktoś chce zlikwidować gang Barabasza. 60 min

Klangor



TVP 1, 22.30
CZ ODC.4, 5 Policja znajduje na barce ubrania Gabi. Są tam też dopalacze, alkohol i ślady krwi. Rafał nie wierzy, że córka mogła popełnić samobójstwo. Prosi o pomoc przebywającego w więzieniu przestępcę. Ten kontaktuje go ze swoim człowiekiem na zewnątrz. 110 min

Alternatywy 4



TVP 1, 14.45
ND ODC.4 Anioł coraz bardziej panoszy się w bloku, narzucając swoje zasady. Wszyscy z trudem znoszą uciążliwe próby śpiewaczki Kubiak-Kolińskiej. Cichockiego, który ma dostać mieszkanie, ubiega dygnitarz partyjny. 75 min

S.W.A.T. Exiles



CANAL+ PREMIUM, 20.00 PO ODC.5
Zagraniczny dygnitarz staje się celem zamachowców. Sprawcy chcą wykorzystać jako przykrywkę zorganizowany w mieście protest. Hondo i jego podwładni podejmują działania, by zapobiec tragedii. 50 min

Tulsa King



FX, 22.00 PO ODC.7
Dwight razem ze swoimi ludźmi stara się ustalić, kto jest odpowiedzialny za niedawny atak. Śledztwo wykazuje, że to on był prawdziwym celem. Tyson tymczasem planuje zemstę. Zabiera broń i rusza, by dopaść Bevilaquę. 55 min

Blizna



Ale kino+, 20.10
ŚR ODC.1, 2/8
Genialny programista Simón ma szansę sprzedać swoją aplikację Lisa potężnej korporacji i zostać milionerem. Jego życie wywraca się do góry nogami, gdy przez aplikację randkową nawiązuje kontakt z Iriną. 145 min

The Office PL 6



CANAL+ PREMIUM, 21.00 PT ODC.7, 8
Przypadkowo ujawniony sekret Regana staje się dla Michała testem na dyskrecję. Robert zapowiada wybór pracownika kwartału. Asia i Adam starają się jak najlepiej wypaść w jego oczach. 55 min

U Pana Boga w ogródku



TVP 1, 9.00
ND ODC.12 Śliwiak sprowadza do miasteczka bandę Gruzina, z którą dziesięć lat wcześniej walczył komendant Henryk. Rozboje i wymuszenia stają się dla mieszkańców Królowego Mostu smutną codziennością. 55 min

Amerykański zakładnik



HBO, 21.00
PO ODC.5 Fred jest na granicy wytrzymałości. Z niecierpliwością czeka na decyzję Tony'ego w sprawie propozycji, którą złożyła prokuratura. Barbara zbliża się do Ibby. Wspomina zmarłą córkę Patricię. 50 min

Rywale



FX, 22.00 CZ ODC.4
Declan przygotowuje się do telewizyjnego wywiadu na żywo z Rupertem. Zamierza go zniszczyć. Lizzie szykuje walentykową niespodziankę dla Jamesa. Mąż się nie pojawia, za to odwiedza ją Freddie. 70 min



JESZCZE WIĘCEJ VOD DO WYBORU

PREMIERA 2.12

Genialna M.

SERIAL KOMEDIOWO-KRYMINALNY

Marta (Agnieszka Dygant), sprzątaczka z komisariatu policji w Bielsku-Białej, pewnej nocy postanawia uporządkować nie tylko biura, ale i tablicę z materiałami dotyczącymi trudnego śledztwa. Zauważa szczegół, który naprowadza policjantów na istotny trop. Wkrótce okazuje się, że Marta ma wyjątkowe zdolności intelektualne i IQ równe 160, co może być pomocne w rozwiązywaniu spraw kryminalnych. Serial powstał na podstawie francuskiej produkcji „HPI – Haut Potentiel Intellectuel", a w obsadzie znaleźli się m.in. Michał Czernecki i Paweł Małaszyński.



CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ? CZYTAJ NETFILM

skySHOWTIME



PREMIERA 1.12

Trinity

SERIAL THRILLER

Gdy na pokładzie USS Kansas omal nie dochodzi do katastrofy nuklearnej, to komandor Katherine Decker (Gugu Mbatha-Raw) ratuje sytuację, po czym trafia do Pentagonu. Tam zawiera ryzykowny sojusz z sekretarzem obrony Webbem Prestonem (Richard Madden) i zostaje wciągnięta w sieć intryg związanych z tajnym programem „Trinity". Zaczyna podejrzewać, że jej sprzymierzeniec, pod maską idealisty chroniącego świat przed wojną, realizuje spisek zagrażający bezpieczeństwu państwa. Za serial odpowiadają twórcy m.in. hitów „Bodyguard" i „Homeland".

NETFLIX

PREMIERA 27.11

Yellowjackets 4

SERIAL THRILLER MYSTERY

Finałowy sezon ponownie łączy dwie rzeczywistości: kanadyjską dzicz, w której po katastrofie samolotu nastoletnie piłkarki walczyły o przetrwanie, i teraźniejszość, w której dorosłe ocalałe wciąż mierzą się z konsekwencjami tamtych wydarzeń. Po 19 miesiącach w lesie uczennice wracają do New Jersey, ale normalne życie okazuje się już niemożliwe. Kanibalizm, rytuały i morderstwa odmieniły je na zawsze. Czy finał serialu, porównywanego do „Lost: Zagubieni", wyjaśni, czy dzicz miała nadnaturalną moc, czy była tylko odbiciem zbiorowej psychozy i winy?



CANAL+

Fot.: Netflix, SkyShowtime, Canal+

Pod redakcją Joanny Pasztelańskiej



Babcia (Jowita Budnik) i hrabia William (Cezary Łukaszewicz) czekają na piosenkarkę.

Sandra Drzymalska jako Violetta Villas – legenda estrady i kobieta rozpaczliwie spragniona miłości.

PREMIERA W KINACH: 27 LISTOPADA

Violetta Villas

Podbijała sceny Paryża i Las Vegas, zachwycała czterooktawowym głosem, a burza jej blond loków przeszła do historii. Jednak za olśniewającym wizerunkiem kryła się kobieta, której życie dalekie było od bajki.



Krzysiek (Antoni Rembelski) chciałby mieć mamę tylko dla siebie.

Przyszła na świat w Belgii jako Czesława Gospodarek. Dorastała w Polsce, marząc o wielkiej karierze i ucieczce od szarej rzeczywistości PRL. Miała niezwykły głos, temperament i nieposkromione ambicje. Wydawało się, że świat stoi przed nią otworem. Jednak z biegiem lat jej talent coraz częściej schodził na drugi plan, ustępując miejsca doniesieniom o ekscentrycznym zachowaniu, osobistych dramatach i przejmującej samotności.

Samotny chłopiec

Film Karoliny Bielawskiej chwyta za serce, ale nie jest laurką dla słynnej diwy. Opowieść zaczyna się na początku lat 60., kiedy Czesława przyjeżdża z synkiem do Warszawy, gotowa zrobić wszystko, by spełnić swoje marzenia. Przyjmuje artystyczny pseudonim Violetta Villas i z determinacją walczy o miejsce na scenie, aż w końcu zdobywa sławę. Sukces ma jednak swoją mroczną stronę. Pojawiają się uzależnienia, lęki i presja ze strony władz. Najdotkliwiej odczuwa to dorastający syn, Krzysio, który tęskni za matczynym ciepłem, lecz pochłonięta własnymi problemami gwiazda coraz bardziej się od niego oddala.

– Chcę opowiedzieć dramatyczną historię dziecka, które walczy o miłość matki – mówiła reżyserka. Osobisty charakter tej historii podkreśla fakt, że scenariusz współtworzyła Małgorzata Gospodarek, synowa artystki.

Niezwykła przemiana

– Violetta miała odwagę być sobą. Wszystko robiła na sto procent – podkreśla Bielawska. Tę nieposkromioną naturę znakomicie oddaje Sandra Drzymalska, która przez wiele miesięcy przygotowywała się do roli. Dzięki nagrodzonej na festiwalu w Gdyni charakteryzacji przeszła zdumiewającą metamorfozę. Jej kreację docenił Krzysztof Gospodarek, syn artystki. W filmie usłyszymy też przeboje Villas w nowych aranżacjach Marcina Maseckiego. W piosence „Do ciebie, mamo" do archiwalnego nagrania dołącza Michał Szpak.

Przed nami przejmująca opowieść o wielkiej artystce, która zdobyła serca milionów, ale nie potrafiła ocalić bliskości tych, których kochała najbardziej.

MACIEJ MISIORNY



Czy Mariusz (Mateusz Banasiuk) to ten jedyny?

fot. Kino Świat

INFO

VIOLETTA VILLAS, Polska 2026, **Reż.:** Karolina Bielawska, **Wyk.:** Sandra Drzymalska, Jowita Budnik, Borys Szyc, Mateusz Banasiuk, Cezary Łukaszewicz, **Dystrybutor:** KINO ŚWIAT

PRZYRODA I PODRÓŻE



Malownicze meandry rzek i nieregularne kształty zbiorników wodnych najlepiej widać z lotu ptaka.

Polska z góry. Nad wodą 3

SO *Planete+, 13.05* Trzeci sezon serii zabiera widzów w podniebną podróż nad polskie rzeki, jeziora i kanały. Kamera ukazuje ujęcia z drona, przybliżając historię oraz inżynierię akwenów w naszym kraju.

Woda to żywioł, który od wieków kształtuje polski krajobraz, napędza gospodarkę i decyduje o rozwoju miast. Twórcy uznanego cyklu „Polska z góry" powracają z trzecim sezonem serii „Nad wodą", zabierając widzów w podniebną podróż szlakiem najciekawszych akwenów w kraju. Dziesięć odcinków to imponujące ujęcia z lotu ptaka połączone z wiedzą hydrologa prof. Artura Magnuszewskiego. Każdy epizod odkrywa inne oblicze polskich wód. Kamera przygląda się historycznej roli rzek w dużych aglomeracjach – sprawdza, jak Warta ukształtowała poznański Ostrów Tumski, pokazuje kontrast między uregulowanymi bulwarami a dzikim praskim brzegiem Wisły w Warszawie oraz bada dzieła inżynierii chroniące Kraków przed powodziami.

Technika i natura

Seria ukazuje też miejsca, gdzie technika spotyka się z naturą. Widzowie zobaczą potężną zaporę łukową na Bobrze, kaskadę dziewięciu elektrowni na Raduni, kulisy powstania Jeziora Mucharskiego na Skawie oraz zabytkowe śluzy Kanału Gliwickiego wywodzące się z XIX wieku. Nie zabraknie również malowniczych tras dla miłośników rekreacji: od kolebki polskiego żeglarstwa nad Jeziorem Charzykowskim, przez wody Jeziora Sulejowskiego, aż po ekosystem Zalewu Wiślanego i rzeki Elbląg.

Lamparty z Parku Yala...

SO *Planete+, 17.00*



Ekipa filmowa śledzi grupę dzikich kotów żyjących w cejlońskim Parku Narodowym Yala. Członkowie lamparciej rodziny muszą wychować młode oraz strzec swojego terytorium.

Pustynny szlak przetrwania

ND *National Geogr. Wild, 14.00*



Widzowie zobaczą najdłuższą w Afryce migrację zebr powodowanych zmianami pór roku. W poszukiwaniu pastwisk ze świeżą trawą i wody zwierzęta przemierzają około 250 km.

Ssaki. Życie przed...

CZ *TVP Dokument, 16.20*



W 2003 roku dwaj paleontolodzy Bruce Rubidge i Julien Benoit odkryli w południowej Afryce najstarsze stanowisko terapsydów – najwcześniejszych znanych przodków ssaków.

HISTORIA I BIOGRAFIE

Prawdziwa historia Drakuli

ND *Polsat Viasat History HD, 21.00*



Historycy omawiają dzieje Drakuli. Za osobą legendarnego wampira kryje się postać historyczna: XV-wieczny hospodar wołoski, Wład III Palownik znany z surowych metod rządzenia.

Niebezpieczne życie Paula...

ND *TVP Kultura, 22.50*



Sylwetka Paula Gauguina, malarza postimpresjonisty, którego najgłośniejsze dzieła powstały na wyspach Polinezji Francuskiej. Wśród nich znalazły się m.in. „Dwie Tahitanki".

Normandia '44: Inwazja

SR *National Geographic, 19.00*



James Holland i Mike Simpson przybliżają przygotowania do słynnej inwazji i rozprawiają się z mitami na jej temat. Opowiadają też o operacji Cobra i analizują źródła sukcesu aliantów.

Zakochana w Hitlerze

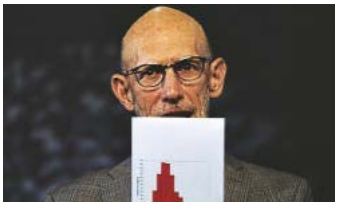
CZ *Fokus TV, 23.00*



Nieznane fakty dotyczące związku wodza III Rzeszy z pracownicą zakładu fotograficznego, Ewą Braun. Reżyserka pokazuje prywatne życie Adolfa Hitlera oczami jego partnerki.

CZŁOWIEK I SPOŁECZEŃSTWO

Szczepionki i ludzie
PT *TVP Dokument, 16.00*



Współczesne spojrzenie lekarzy na szczepienia oraz ich rolę w zwalczaniu chorób. Eksperci przedstawiają naukowe argumenty, obalają mity i opowiadają historię walki z patogenami.

Amerykańskie Południe
SO *BBC Earth, 11.25*



Griff tym razem wyrusza do Memphis. Zgłębia tam bogate dziedzictwo muzyczne i kulturowe. Odkrywa wyjątkowe miejsca związane z historią legend bluesa, soulu i rock'n'rolla.

Molly kontra algorytmy
ND *TVP Dokument, 20.05*



Ojciec Molly Russell odkrywa podczas śledztwa, że algorytmy podsuwały jego córce samobójcze treści, co doprowadziło do tragedii, kiedy dziewczynka miała zaledwie 14 lat.

I Follow Rivers. Mam rzekę...
WT *CANAL+ PREMIUM, 21.45*



Mariann Sather, kajakarka ekstremalna, dwukrotna mistrzyni świata i mama dwójki dzieci, decyduje się na największe wyzwanie w karierze – pokonanie wodospadu Aldeyjarfoss na Islandii.

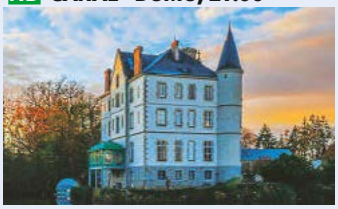
DOM I KUCHNIA

Kuchnia jak u mamy
SO *Food Network, 12.25*



Benedetta Rossi, włoska blogerka kulinarna, prezentuje widzom przepisy na proste, ale oryginalne dania, które można szybko przygotować. To idealne potrawy na każdy dzień.

Kupiliśmy sobie zamek 10
ND *CANAL+ DOMO, 21.00*



Angel i Dick Strawbridge wracają do francuskiego château. Wraz z dorastaniem dzieci pojawiają się nowe potrzeby, a wraz z nimi remonty, odświeżone wnętrza i kreatywne metamorfozy.

ABC gotowania – kuchnia...
PO *CANAL+ KUCHNIA, 14.40*



Marieta Marecka przybliża tajniki kuchni hiszpańskiej, która dzięki wyrazistym smakom i aromatom ma wielu wielbicieli. Tym razem w menu znajdą się tapas i trzy sycące zupy.

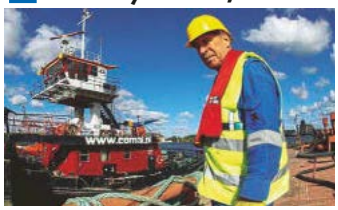
Nowa Szelągowska
ŚR *HGTV, 21.10*



Prowadząca ma odmienić dom Oktawii i Piotra wychowujących dwoje dzieci. Wnętrze ma być funkcjonalne, komfortowe, pełne kolorów i sprzyjające dobremu samopoczuciu.

MOTORYZACJA I TECHNIKA

Porty
PT *Discovery Channel, 18.00*



Dokumentaliści przyglądają się funkcjonowaniu największych portów morskich w Polsce. Praca tu jest ciężka i wymaga precyzji. Błędy mogą być nie tylko kosztowne, ale i niebezpieczne.

Najniebezpieczniejsze...
SO *National Geographic, 16.00*



Thord i Bjoern próbują wydostać ciężarówkę z naczepą, która wpadła do rowu. Kolejny kierowca traci widoczność w zamieci. Akcję ratunkową utrudnia porywisty wiatr.

Jeździć, obserwować
ŚR *TVN Turbo, 17.15*



W warsztacie zjawi się Michał z Corvette C4, które nie przeszło badania technicznego. Darek na przykładzie Jaguara XK120 pokaże, która metoda ściągania lakieru lepiej się sprawdza.

Morskie megamaszyny
CZ *National Geographic, 21.00*



W Nowej Szkocji setki załóg rywalizują, by znaleźć odpowiednie łowiska homarów. Na wybrzeżu Maine można przekonać się, jak wygląda ewolucja tradycyjnych kutrów.

MOCNE OPOWIEŚCI

Miłość w sieci oszustów
SO *National Geographic, 23.00*



Mariana van Zeller zagłębia się w przestępczy świat. Ilość przekrętów w ostatnich latach wzrosła. Najszybciej rozwijającym się rodzajem cyberoszustw są te bazujące na emocjach ofiar.

Poza kontrolą: Tragedia...
ND *Fokus TV, 23.00*



W 2011 roku doszło do katastrofy w elektrowni jądrowej Fukushima Dai-Ichi. Bezpośrednią przyczyną awarii była 14-metrowa fala tsunami, która zalała m.in. spalinowe generatory.

Ostatni lot: Anatomia...
PO *National Geographic, 21.00*

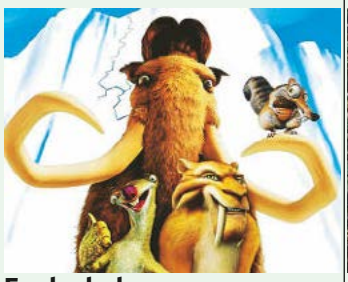
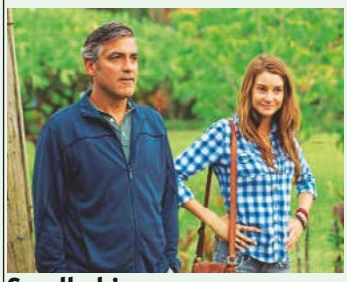


Podczas kursu Boeinga 767--233 z Montrealu do Edmonton zabrakło paliwa. Pilot, mający doświadczenie w sterowaniu szybowcami, skierował samolot na nieczynny pas w Gimli.

Okiem policyjnej kamery
ŚR *ID, 22.00*



W Kalifornii policjanci podejmują ryzykowną interwencję wobec uzbrojonego bandyty i próbują opanować sytuację. W Utah funkcjonariusze reagują na zgłoszenie o płonącym samochodzie.

	FAMILIJNY	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	DRAMAT
PIĄTEK				
	Kopciuszek. W rytmie miłości PT ***Warner TV, 18.15*** Muzyczna wersja ponadczasowej historii. Osierocona Katie ma znakomity głos. W domu opiekunów dziewczynę spotykają upokorzenia. Syn łowcy talentów może odmienić jej los. ***105 min*** **USA 2011 reż. D. Santostefano, wyk. L. Hale, F. Stroma, M. Pyle, M. Park**	**Na bank się uda** PT ***TVN 7, 22.15*** Trzej seniorzy napadają na bank. W tajemniczych okolicznościach splatają się losy złodziei i młodego informatyka. Wartka akcja, wyraziste postacie i dowcipne dialogi gwarantują doskonałą rozrywkę. ***130 min*** **Polska 2019 reż. S. Jakubowski, wyk. M. Dziędziel, L. Dyblik, A. Ferency, M. Stuhr**	**Nigdy w życiu!** PT ***TVN 7, 20.00*** Ekranizacja bestsellerowej powieści Katarzyny Grocholi, która ujęła czytelniczki optymistycznym przesłaniem. Porzucona przez męża czterdziestolatka układa sobie życie na nowo. ***135 min*** **Pol. 2004 reż. R. Zatorski, wyk. D. Stenka, A. Żmijewski, J. Brodzik**	**Różyczka 2** PT ***TVP 1, 22.00*** Europosłanka Joanna traci męża w zamachu terrorystycznym. Musi także stawić czoło rodzinnej tajemnicy. Wikła się w niebezpieczną rozgrywkę. Kontynuacja nagradzanego obrazu z 2010 roku. ***115 min*** **Pol. 2023 reż. J. Kidawa-Błoński, wyk. M. Boczarska, J. Gajos, R. Więckiewicz**
SOBOTA		 NA FAKTACH		 NA FAKTACH
	Harry Potter i kamień filozoficzny SO ***TVN, 19.45*** Osierocony chłopiec dowiaduje się, że jest synem czarodziei. Dostaje zaproszenie do szkoły magii. Adaptacja pierwszej części bestsellerowej serii J.K. Rowling. ***200 min*** **USA/Wlk. Bryt. 2001 reż. C. Columbus, wyk. D. Radcliffe, E. Watson**	**Najmro** SO ***Polsat Film, 21.00*** Dawid Ogrodnik w roli jednego z najsłynniejszych przestępców PRL, który zręcznie umykał milicji i był nazywany królem złodziei. Gdy zakochał się w Teresie, postanowił zmienić swoje życie. ***120 min*** **Pol. 2021 reż. M. Rakowicz, wyk. D. Ogrodnik, R. Więckiewicz, R. Zawierucha**	**Święta w Connecticut** SO ***Warner TV, 19.40*** W emitowanym na żywo programie kulinarnym Elizabeth ma przygotować wigilijną kolację dla bohaterskiego leśnika. Remake filmu z 1945 roku wyreżyserował Arnold Schwarzenegger. ***120 min*** **USA 1992 reż. A. Schwarzenegger, wyk. D. Cannon, K. Kristofferson, T. Curtis**	**Oficer i szpieg** SO ***Kino Polska, 20.00*** Kulisy skandalu, który wstrząsnął Francją. Rok 1894. Alfred Dreyfus trafia do obozu karnego za zdradę. Georges Picquart, szef wywiadu, odkrywa, że dowody sfałszowano. Chce ujawnić prawdę. ***170 min*** **Wł./Fr. 2019 reż. R. Polański, wyk. J. Dujardin, L. Garrel, E. Seigner, G. Gadebois**
NIEDZIELA				
	Epoka lodowcowa ND ***Polsat Film, 12.00*** Nominowana do Oscara pierwsza odsłona przygód osobliwego stada. Leniwiec i mamut opiekują się zagubionym niemowlęciem. Dołącza do nich tygrys Diego, który chce zabić malucha. ***100 min*** **USA/Francja/Kanada 2002 reż. C. Wedge, dub. C. Pazura, P. Fronczewski**	**Na noże** ND ***TVP 2, 20.45*** Detektyw poszukuje mordercy pisarza. Poznaje tajemnice jego rodziny. Utrzymana w klimacie twórczości Agathy Christie komedia kryminalna z nominowanym do Oscara scenariuszem. ***135 min*** **USA 2019 reż. R. Johnson, wyk. D. Craig, C. Evans, A. de Armas, J.L. Curtis**	**Jak przeżyć święta** ND ***TVN Fabuła, 22.00*** Bogaty Drew prowadzi samotne życie. Proponuje obcym ludziom, aby w trakcie Bożego Narodzenia udawali jego rodzinę. Ben Affleck w ciepłej historii o tym, co jest cenniejsze od pieniędzy. ***135 min*** **USA 2004 reż. M. Mitchell, wyk. B. Affleck, J. Gandolfini, C. Applegate, C. O'Hara**	**Spadkobiercy** ND ***Polsat, 22.55*** Adaptacja powieści Kaui Hart Hemming zdobyła pięć nominacji do Oscara. Żona prawnika Matta zapada w śpiączkę. Mężczyzna musi zająć się nastoletnimi córkami. Nie jest na to przygotowany. ***160 min*** **USA 2011 reż. A. Payne, wyk. G. Clooney, S. Woodley, A. Miller, P. Hastie**

WEEKEND od piątku 27.11 do niedzieli 29.11

SENSACJA I THRILLER



Spectre

PT ***TVN, 20.00***

Dwudziesta czwarta odsłona losów brytyjskiego szpiega. Za kamerą stanął twórca „Skyfall". James Bond tropi członków zbrodniczej organizacji. Nawiązuje kontakt z córką dawnego wroga.

195 min **Wlk. Bryt./USA 2015 reż. S. Mendes, wyk. D. Craig, C. Waltz, L. Seydoux, R. Fiennes**



PREMIERA W TV

Pomoc domowa

SO ***CANAL+ PREMIUM, 20.00***

Millie podejmuje pracę w rezydencji bogatej pary. Zachowanie pani domu zaczyna ją niepokoić. Poznaje tajemnice skrywane za idealną fasadą. Ekranizacja bestsellera Freidy McFadden.

135 min **USA 2025 reż. P. Feig, wyk. S. Sweeney, A. Seyfried, B. Sklenar, M. Morrone**



Diablo

ND ***TV Puls, 20.00***

Kris próbuje ocalić nastolatkę z rąk szefa mafii. Ich tropem rusza zabójca. Widowiskowy popis umiejętności Scotta Adkinsa. Partneruje mu chilijski mistrz sztuk walki Marko Zaror.

120 min **Kolumbia/USA 2025 reż. E.D. Espinoza, wyk. S. Adkins, M. Zaror**

AKCJA I PRZYGODA



Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

PT ***Polsat, 21.00***

Krasnoludy, ludzie i elfy, w obliczu zagrożenia ze strony czarnoksiężnika, muszą połączyć siły. Ostatnia część adaptacji słynnej powieści J.R.R. Tolkiena w reżyserii laureata trzech Oscarów.

220 min **Nowa Zelandia/USA 2014 reż. P. Jackson, wyk. I. McKellen, M. Freeman**



Świat w ogniu

SO ***TV Puls, 21.50***

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

135 min **USA/Wlk. Bryt./Portugalia 2019 reż. R.R. Waugh, wyk. G. Butler, F. Schmidt**



Jack Reacher: Nigdy nie wracaj

ND ***TVN 7, 20.00***

Ekranizacja powieści Lee Childa. Major Susan Turner zostaje oskarżona o zdradę kraju. Jack Reacher postanawia znaleźć dowody na jej niewinność. Wpada na trop spisku.

160 min **USA/Chiny 2016 reż. E. Zwick, wyk. T. Cruise, C. Smulders, A. Hodge, D. Yarosh**

HORROR I SF



Łowca androidów

PT ***TVP Kultura, 20.05***

Oparty na prozie Philipa K. Dicka kultowy film z muzyką Vangelisa. Przyszłość. Były policjant poluje na zbiegłe roboty łudząco podobne do ludzi. W trakcie realizacji misji zakochuje się w Rachael.

130 min **USA/Hongkong 1982 reż. R. Scott, wyk. H. Ford, R. Hauer, S. Young, D. Hannah**

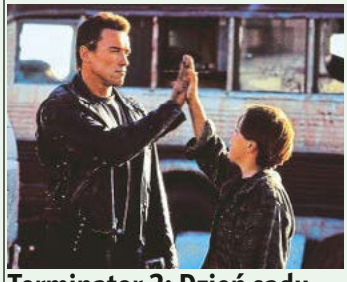


Blade: Wieczny łowca 2

SO ***TVN, 23.05***

Kontynuacja hitu z 1998 roku, tym razem w reżyserii autora „Labiryntu fauna". Broniący ludzi półwampir postanawia zawrzeć sojusz z dawnym wrogiem. Światu zagraża bowiem nowa rasa mutantów.

145 min **USA/Niem. 2002 reż. G. del Toro, wyk. W. Snipes, K. Kristofferson, R. Perlman**



Terminator 2: Dzień sądu

ND ***TV Puls, 22.00***

Przysłany z przyszłości cyborg ma zlikwidować 10-letniego syna Sary Connor. Obrońcą chłopaka zostaje robot T-800. Rewelacyjne efekty specjalne, dynamiczna akcja i dobry scenariusz.

175 min **USA/Fr. 1991 reż. J. Cameron, wyk. A. Schwarzenegger, L. Hamilton, E. Furlong**

KLASYKA



Seksmisja

PT ***STOPKLATKA, 20.00***

Aktorski popis Jerzego Stuhra oraz Olgierda Łukaszewicza w pastiszu utrzymanym w konwencji science fiction. Dwaj śmiałkowie budzą się w świecie opanowanym przez kobiety.

160 min **Pol. 1983 reż. J. Machulski, wyk. J. Stuhr, O. Łukaszewicz, B. Stryjkówna**



Maratończyk

SO ***TVP 1, 23.30***

Brat Thomasa, agent tajnych służb, tropi byłego nazistę. Drogi trzech mężczyzn krzyżują się w tragicznych okolicznościach. Film na podstawie powieści Williama Goldmana.

130 min **USA 1976 reż. J. Schlesinger, wyk. D. Hoffman, L. Olivier, R. Scheider, W. Devane**

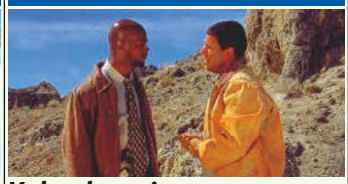
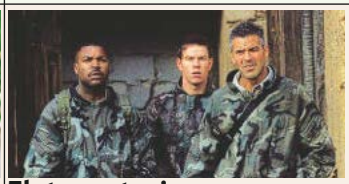
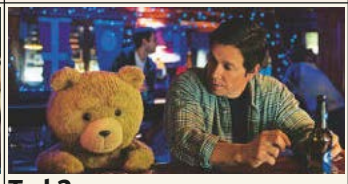


Bad Boys

ND ***Polsat Film, 21.00***

Udany debiut reżyserski Michaela Baya, twórcy „Transformers". Dwaj policjanci – malkontent Marcus i kobieciarz Mike – w ciągu trzech dni muszą odzyskać narkotyki skradzione z posterunku.

150 min **USA 1995 reż. M. Bay, wyk. W. Smith, M. Lawrence, T. Leoni, T. Karyo**

	FAMILIJNY	KOMEDIA	KOMEDIA ROMANTYCZNA	DRAMAT
PONIEDZIAŁEK				 NA FAKTACH
	Bella i Sebastian 3 PO *TVN Fabuła, 18.05* Dalsze losy nastolatka i jego czworonożnych przyjaciół. Pewnego dnia pojawia się rzekomy właściciel Belli i jej szczeniąt. Zdesperowany Sebastian ucieka z kudłatą rodzinką. Nieznajomy podąża ich tropem. *115 min* Francja 2017 reż. C. Cornillac, wyk. F. Bossuet, T. Karyo, C. Cornillac, T. Neuvic	**Kuloodporni** PO *STOPKLATKA, 20.00* Historia oparta na motywie wykorzystanym również w „Szybkich i wściekłych" czy „Na fali". Jack prowadzi śledztwo przeciwko bossowi narkotykowemu. Przenika do mafii i zaprzyjaźnia się ze złodziejem aut. *110 min* USA 1996 reż. E.R. Dickerson, wyk. D. Wayans, A. Sandler, J. Caan, J. Swenson	**Słyszeliście o Morganach?** PO *Super Polsat, 21.00* Meryl i Paul planują rozwód. Jako świadkowie koronni muszą się jednak ukrywać. Razem trafiają na prowincję. Pogodna i zabawna opowieść o niezwykłej terapii małżeńskiej. Za kamerą autor „Dwóch tygodni na miłość". *140 min* USA 2009 reż. M. Lawrence, wyk. S.J. Parker, H. Grant, N. Klimas, V. Amato	**Ocaleni** PO *TVN 7, 20.00* Trener młodzieżowej drużyny piłkarskiej wraz z podopiecznymi zostaje uwięziony w jaskini. Rozpoczyna się dramatyczna akcja ratunkowa. Fabularna wersja zdarzeń, które miały miejsce w 2018 roku w Tajlandii. *145 min* Tajlandia/Irl. 2019 reż. T. Waller, wyk. J. Warny, E. Niratvorapanya, E. James
WTOREK				
	Jack Frost WT *TVN Fabuła, 17.50* Muzyk ginie w wypadku samochodowym w wigilijny wieczór. Rok później powraca do życia pod postacią śniegowego bałwana, którego ulepił jego synek. Wzruszająca opowieść o magii świąt dla całej rodziny. *130 min* USA 1998 reż. T. Miller, wyk. M. Keaton, J. Cross, K. Preston, M. Addy	**Bodyguard Zawodowiec** WT *TV Puls, 22.05* Ochroniarz ma strzec ważnego świadka. Ścigają ich zawodowi zabójcy oraz łowcy nagród. Scenariusz filmu oparty jest na schematach typowych dla kina akcji lat 80. i 90., a na ekranie m.in. Ryan Reynolds i Richard E. Grant. *150 min* USA/Hongkong/Bułgaria 2017 reż. P. Hughes, wyk. R. Reynolds, S.L. Jackson	**Mała wielka miłość** WT *Kino Polska, 22.30* Los Angeles. Studentka z Polski ma romans z lanem. Po powrocie do kraju odkrywa, że jest w ciąży. Amerykanin przybywa do Warszawy. U boku Agnieszki Grochowskiej zagrał znany z „Blair Witch Project" Joshua Leonard. *140 min* Pol. 2008 reż. Ł. Karwowski, wyk. J. Leonard, A. Grochowska, M. Grabowski	**Złoto pustyni** WT *TVP 1, 22.10* Połączenie kina wojennego i filmu przygodowego z elementami czarnego humoru. Zatoka Perska. Amerykański major Gates zdobywa informacje o złocie, które ukrył Saddam Husajn. Wraz z kompanami zamierza je odnaleźć. *120 min* USA 1999 reż. D.O. Russell, wyk. G. Clooney, I. Cube, M. Wahlberg, S. Jonze
ŚRODA				
	Prezent pod choinkę 2 ŚR *Warner TV, 18.35* Największym marzeniem 16-letniego Ralphiego jest własny samochód. Chłopak dostaje auto, wkrótce jednak ulega ono awarii. Film twórcy takich przebojów, jak „Beethoven" czy „Świąteczna gorączka". *100 min* USA/Kanada 2012 reż. B. Levant, wyk. D. Stern, B. Lemasters, S. Travis, V. Shinyei	**Ted 2** ŚR *Polsat, 22.20* Bezwzględne prawo staje się przeszkodą w spełnieniu marzeń miśka o adopcji dziecka. Wygadany pluszak szykuje się do sądowej batalii. Kontynuacja hitu z 2012 roku. Głosu tytułowemu bohaterowi użyczył reżyser. *155 min* USA 2015 reż. S. MacFarlane, wyk. M. Wahlberg, A. Seyfried, J. Barth, P. Stewart	**Baby boom, czyli Kogel Mogel 5** ŚR *Polsat, 20.35* Kolejna odsłona kultowej serii o perypetiach Wolańskich i Zawadów. Agnieszka rodzi synka. Marcin nie radzi sobie w roli ojca. Piotrek też myśli o dziecku, co niepokoi Marlenę. *105 min* Pol. 2024 reż. A. Wieczur, wyk. M. Zakościelny, K. Skrzynecka, A. Hamkało	**Zupa nic** ŚR *TVP Kultura, 20.00* Upragniony samochód otwiera przed trzypokoleniową rodziną nowe możliwości. Idylliczna, barwna pocztówka z czasów PRL-u to zarazem prequel hitu „Moje córki krowy". Film nominowano do Orłów i Złotych Lwów. *100 min* Pol. 2021 reż. K. Dębska, wyk. K. Preis, A. Woronowicz, E. Wiśniewska
CZWARTEK				
	Dawid i elfy CZ *Polsat Film, 14.20* Jedenastolatek chce przypomnieć zapracowanym rodzicom, jaki jest prawdziwy sens Gwiazdki. Pomaga mu w tym Albert. Produkcja, w której nie brakuje świątecznego czaru. *130 min* Pol./USA 2021 reż. M. Rogalski, wyk. J. Zając, C. Grabowski, A. Smołowik	**Och, Karol** CZ *TVN 7, 20.00* Architekt Karol Górski ma coraz więcej kłopotów z żoną i trzema kochankami. Wszystkie cztery panie zgodnie postanawiają dać mu nauczkę. Komedia twórcy „Kogla-mogla". *135 min* Pol. 1985 reż. R. Załuski, wyk. J. Piechociński, D. Kamińska, D. Kowalska	**Parkingowy** CZ *Polsat Film, 21.00* Aktorka Olivia zostaje sfotografowana podczas schadzki z żonatym bogaczem. By uniknąć skandalu, udaje, że spotyka się ze skromnym Antoniem. Remake filmu „Czyja to kochanka?". *160 min* USA 2022 reż. R. Wong, wyk. E. Derbez, S. Weaving, M. Greenfield, B. Brandt	**7 uczuć** CZ *Kino Polska, 22.35* Dziewiąta odsłona losów Adasia Miauczyńskiego. Powraca on do czasów dzieciństwa. Wspomina rodziców, brata, szkolnych kolegów oraz pierwszą miłość, Gosię. *140 min* Pol. 2018 reż. M. Koterski, wyk. M. Koterski, M. Dorociński, K. Figura

SENSACJA I THRILLER



PREMIERA W TV

Konklawe

PO *Polsat, 20.35*

Kardynał Lawrence czuwa nad wyborem papieża. Ujawnione tajemnice zmuszają duchownego do podjęcia trudnej decyzji. Adaptacja powieści Roberta Harrisa z nagrodzonym Oscarem scenariuszem.

150 min Wlk. Bryt./USA 2024 reż. E. Berger, wyk. R. Fiennes, J. Koman, L. Msamati, S. Tucci



Snake Eyes: Geneza G.I. Joe

WT *TVN Fabuła, 20.00*

Samotnik zostaje przyjęty do klanu wojowników. Rozpoczyna szkolenie na ninja. Jego sekrety z przeszłości mogą sprawić, że straci honor i zaufanie. Dla fanów nieustającej akcji i scen wypełnionych po brzegi walką.

160 min USA 2021 reż. R. Schwentke, wyk. H. Golding, A. Koji, H. Abe, T. Hira



Nocny łowca

ŚR *TV Puls, 20.00*

Gwiazda „Wiedźmina" Henry Cavill w reżyserskim debiucie Davida Raymonda. Policjant Walter Marshall i były sędzia zatrzymują psychopatę podejrzanego o serię zabójstw. To jednak nie przerywa cyklu zbrodni.

120 min Kan./USA 2018 reż. D. Raymond, wyk. H. Cavill, B. Fletcher, A. Daddario



Infiltrator

CZ *TV Puls, 20.00*

John Matthews, by ratować syna przed więzieniem, zawiera układ z prokuraturą. Ma rozpracować grupę przestępczą. Wciągające kino z wrestlerem The Rockiem w roli głównej.

130 min USA/ZEA/Wlk. Bryt. 2013 reż. R.R. Waugh, wyk. D. Johnson, B. Pepper

AKCJA I PRZYGODA



1000 lat po Ziemi

PO *Polsat Film, 18.55*

M. Night Shyamalan, twórca „Szóstego zmysłu", przedstawia postapokaliptyczny świat. Will Smith i jego syn wcielają się w rozbitków, którzy usiłują przetrwać na Ziemi opanowanej przez zmutowane zwierzęta.

125 min USA 2013 reż. M. Night Shyamalan, wyk. J. Smith, W. Smith, S. Okonedo, Z. Kravitz



Bez litości 2

WT *Polsat, 20.35*

Kolejne spotkanie laureata Oscara („Dzień próby") Denzela Washingtona z reżyserem Antoine'em Fuquą. Tym razem aktor wciela się w byłego agenta, który na własną rękę usiłuje dopaść zabójców przyjaciółki.

150 min USA 2018 reż. A. Fuqua, wyk. D. Washington, P. Pascal, B. Pullman, M. Leo



Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia

ŚR *TV Puls, 22.00*

Kontynuacja ekranizacji bestsellerowej trylogii Suzanne Collins. Mija rok od czasu, kiedy Katniss i Peeta wygrali turniej. Prezydent Snow chce, by wzięli udział w jubileuszowej edycji.

180 min USA 2013 reż. F. Lawrence, wyk. J. Lawrence, L. Hemsworth, J. Quaid, T. St. Clair



Anioły i demony

CZ *Polsat, 21.50*

Członkowie sekty grożą wysadzeniem w powietrze Watykanu. Profesor Langdon usiłuje pokrzyżować ich plany. Ekranizacja bestsellerowej powieści Dana Browna.

180 min USA 2009 reż. R. Howard, wyk. T. Hanks, E. McGregor, A. Zurer, S. Skarsgard

HORROR I SF



Looper – Pętla czasu

PO *Polsat Film, 23.05*

Bruce Willis w wariacji na temat podróży w czasie. Były płatny zabójca Joe odkrywa, że jego dawni mocodawcy zlecili jego młodszej wersji zabicie siebie samego z przyszłości. Postanawia do tego nie dopuścić.

150 min USA/Chiny 2012 reż. R. Johnson, wyk. J. Gordon-Levitt, B. Willis, E. Blunt, P. Dano



Ciche miejsce

WT *Paramount Network, 22.30*

Świat opanowały krwiożercze bestie reagujące na najmniejszy dźwięk. Lee i jego rodzina wiodą życie w całkowitej ciszy, by przetrwać. Film był nominowany do Złotych Globów w kategorii najlepsza muzyka.

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



Jestem legendą

ŚR *TVN, 22.35*

Rok 2012. Tajemniczy wirus zmienia ludzi w krwiożercze bestie. Ocalały naukowiec Robert Neville pracuje nad antidotum. Adaptacja powieści Richarda Mathesona z Willem Smithem w roli głównej.

135 min USA/Australia 2007 reż. F. Lawrence, wyk. W. Smith, A. Braga, C. Tahan



Diuna

CZ *TVN Fabuła, 20.00*

Rody Atrydów i Harkonnenów wikłają się w konflikt o złoża substancji wpływającej na umysł. Film otrzymał sześć Oscarów, w tym za najlepsze zdjęcia oraz efekty specjalne.

195 min Kan./Norwegia/USA 2021 reż. D. Villeneuve, wyk. T. Chalamet, R. Ferguson

KLASYKA

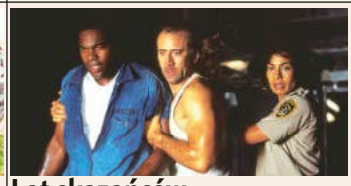


Valmont

PO *TVP Kultura, 20.00*

Markiza de Merteuil planuje zemstę na byłym ukochanym. Prosi hrabiego, by uwiódł jego narzeczoną. Wyróżniona dwoma Cezarami i nominowana do Oscara adaptacja powieści Choderlosa de Laclos.

145 min Fr./Wlk. Bryt./USA 1989 reż. M. Forman, wyk. C. Firth, A. Bening, M. Tilly



Lot skazańców

WT *TV 4, 23.05*

Grupa kryminalistów wszczyna bunt na pokładzie samolotu więziennego. Jeden z nich potajemnie podejmuje współpracę z FBI. Tym filmem debiutował reżyser hitu „Lara Croft: Tomb Raider". Dwie nominacje do Oscara.

155 min USA 1997 reż. S. West, wyk. N. Cage, J. Malkovich, V. Rhames, J. Cusack



Godziny szczytu

ŚR *TVN Fabuła, 20.00*

Powściągliwy chiński policjant i wygadany detektyw z USA szukają porwanej córki konsula. Pierwsza odsłona komediowej trylogii. Jackie Chan z powodzeniem łączy komizm z akrobacjami i biegłością w sztukach walki.

130 min USA 1998 reż. B. Ratner, wyk. J. Chan, C. Tucker, K. Leung, T. Wilkinson



Książę i aktoreczka

CZ *TVP Kultura, 20.05*

XX w. W czasie uroczystości koronacyjnych Jerzego V bałkański książę próbuje uwieść amerykańską aktorkę Elsie. Jeden z pięciu filmów wyreżyserowanych przez Laurence'a Oliviera.

130 min Wlk. Bryt./USA 1957 reż. L. Olivier, wyk. M. Monroe, L. Olivier, S. Thorndike



Paulina Dudek zadebiutowała w drużynie narodowej w 2014 roku. Miała wtedy tylko 16 lat.

Ewa Pajor zajęła drugie miejsce w plebiscycie Złotej Piłki za sezon 2025/2026.

Anna Patten z Aston Villi zagrała w obu kwietniowych meczach z Polską.

PIŁKA NOŻNA KOBIET • ELIMINACJE MISTRZOSTW ŚWIATA

Spełnić marzenia

Męska kadra zawiodła na całej linii. Żeńska może ją pomścić i zrobić to, co ich kolegom po fachu w tym roku się nie udało. Czas na kluczową rozgrywkę o występ w mundialu!

POLSKA – IRLANDIA WT 1.12 godz. 17.55 TVP SPORT

Drużyna pod wodzą Niny Patalon już przeszła do historii kobiecego futbolu w Polsce. W ubiegłym roku po raz pierwszy zagrała w mistrzostwach Europy. W grudniu znów może zapisać się złotymi zgłoskami na kartach rodzimego piłkarstwa. Stanie bowiem przed szansą wywalczenia premierowego awansu do mistrzostw świata.

Wyrównać rachunki

Prawo występu w tym etapie kwalifikacji do czempionatu w Brazylii Polki zapewniły sobie dzięki zwycięstwu nad Belgią w pierwszej rundzie baraży. Cóż to był za triumf! Orlice przegrały na wyjeździe 0:1. W rewanżu po 90 minutach prowadziły 2:1, a to oznaczało dogrywkę. W niej rywalki strzeliły gola jako pierwsze, ale Biało-Czerwone się nie poddały. W 116. minucie bramkę na 3:2 zdobyła Ewa Pajor. W serii rzutów karnych gwiazda FC Barcelony się jednak pomyliła, na szczęście jako jedyna z Polek. Świetnie spisała się za to Kinga Seweryn. To w dużej mierze dzięki golkiperce Paris FC Polki weszły do finałowej fazy baraży. W niej na naszą kadrę czeka reprezentacja Irlandii. Ta sama, która w kwietniu dwukrotnie pokonała ją w Lidze Narodów (3:2 i 1:0). Wyspiarki potwierdziły dobrą formę w październikowym dwumeczu barażowym. Ograły w nim Kazachstan aż 12:0. To właśnie podopieczne Carli Ward uchodzą za faworytki rywalizacji z ekipą Niny Patalon. Pierwszy mecz odbędzie się na Polsat Plus Arenie w Gdańsku, rewanż cztery dni później na Aviva Stadium w Dublinie.

Skomplikowana misja

Nawet jeśli koleżanki Roberta Lewandowskiego po fachu sprawią niespodziankę i pokonają Irlandki, mogą nie wywalczyć bezpośredniego awansu na mundial. Wszystko przez to, że z baraży w strefie UEFA do turnieju w Brazylii dostanie się tylko siedem reprezentacji, a par w tym etapie kwalifikacji jest osiem. Najsłabszy ze zwycięzców play-offów zawalczy o bilety na światowy czempionat w lutowym barażu z drużyną z innego kontynentu. Skąd wiadomo, który zespół nim będzie? Zadecyduje o tym ranking sporządzony na podstawie wyników tegorocznej Ligi Narodów. Niestety, w niej Polki się nie popisały. Zajęły ostatnie miejsce w swojej grupie, a w zbiorczej tabeli – dopiero czternaste. W efekcie, jeśli w pozostałych siedmiu parach barażowych zwycięży wyżej notowana drużyna, to właśnie Biało-Czerwone, w przypadku wyeliminowania Irlandii, staną się tą ósmą, która musi ograć jeszcze jednego rywala, by pojechać na mundial. Baraż interkontynentalny zostanie rozegrany w lutym, a drużyna z Europy zagra w nim z ekipą z innego kontynentu. Brzmi jak wielkie wyzwanie? Droga do MŚ faktycznie jest kręta i wyboista, ale czekająca na końcu nagroda z pewnością zrekompensuje podjęty trud. **TJ**

FOT. materiały prasowe

SKOKI NARCIARSKIE
• ZAWODY PUCHARU ŚWIATA W RUCE

Próba w Finlandii

KONKURS INDYWIDUALNY SO 28.11 godz. 16.30, ND 29.11 godz. 14.20 TVN

Po rywalizacji w Lillehammer pora na dwa konkursy w Ruce. W ubiegłym sezonie sport przegrał tu z naturą. Z powodu silnego wiatru udało się rozegrać tylko jedną serię. Oby teraz pogoda była bardziej łaskawa dla Kacpra Tomasiaka i spółki. To właśnie on był najlepszy z Polaków przed rokiem – zajął osiemnaste miejsce. Oprócz niego w Finlandii wystąpią prawdopodobnie Klemens Joniak, Maciej Kot, Dawid Kubacki, Paweł Wąsek i Jakub Wolny. Do tej pory Polacy dziesięciokrotnie stawali na podium zawodów PŚ na skoczni Rukatunturi – jako ostatni dokonał tego Piotr Żyła w 2022 roku. Oby ten bilans uległ poprawie po najbliższych konkursach. Byłby to znakomity prognostyk przed zaplanowanymi na 5 i 6 grudnia zawodami w Wiśle. **TJ**



Anże Lanišek wygrał w Ruce już trzy konkursy PŚ.

Paweł Wąsek to srebrny medalista olimpijski w duecie z Kacprem Tomasiakiem.

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN
• LOTTO SUPERLIGA

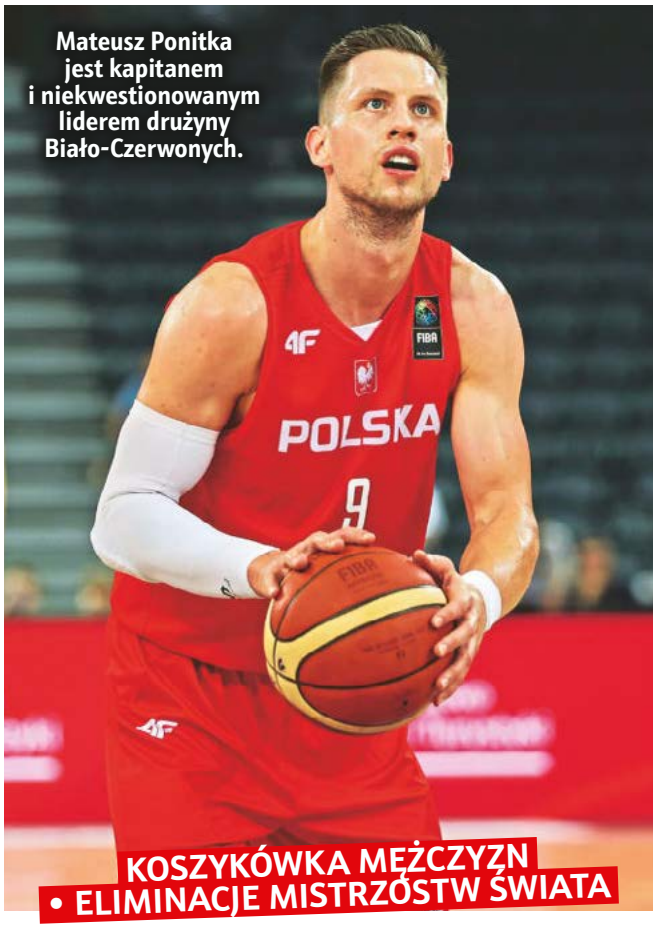
Starcie rodzimych potęg

INDUSTRIA KIELCE – ORLEN WISŁA PŁOCK ND 29.11 godz. 15.00 POLSAT SPORT 2

W Hali Legionów mistrz Polski podejmie wicemistrza w wielkim hicie jedenastej kolejki LOTTO Superligi. Oba zespoły idą przez krajowe rozgrywki jak burza i najprawdopodobniej przystąpią do tego pojedynku, mając na koncie komplet zwycięstw. Bezpośrednie starcie wyłoni lidera tabeli po rundzie jesiennej. Oba kluby mają sobie wiele do udowodnienia. Gospodarze pod wodzą Krzysztofa Lijewskiego wciąż pamiętają sierpniową porażkę z Nafciarzami w meczu o Superpuchar Polski (24:27) w Łodzi. Z kolei dowodzeni przez Xaviego Sabate Płoczczanie nie zapomnieli przegranego finału poprzedniej odsłony mistrzostw kraju. **TJ**



Mitja Janc (z prawej) ma kontrakt z Wisłą do 2030 roku. Théo Monar opuści Industrię już po tym sezonie.



Mateusz Ponitka jest kapitanem i niekwestionowanym liderem drużyny Biało-Czerwonych.

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN
• ELIMINACJE MISTRZOSTW ŚWIATA

Postawić kropkę nad i

POLSKA – CHORWACJA PT 27.11 godz. 20.35, NIEMCY – POLSKA PO 30.11 godz. 19.20 TVP SPORT

W teorii Biało-Czerwoni znajdują się na autostradzie do przyszłorocznego mundialu w Katarze. Wszystko wskazuje na to, że do upragnionego awansu wystarczy im tylko jedno zwycięstwo w czterech meczach, które zostały im do rozegrania w kwalifikacjach. Dotychczas reprezentacja Polski dwukrotnie wystąpiła w mistrzostwach globu – w 1967 roku w Urugwaju zajęła piąte miejsce, a w 2019 roku w Chinach – ósme. Nasi koszykarze rozpoczną listopadowe granie spotkaniem z Chorwacją w Gliwicach, którego stawką będzie pierwsze miejsce w grupie K. Potem udadzą się do Frankfurtu nad Menem, gdzie spróbują zrewanżować się Niemcom za sierpniową porażkę 94:96 po dogrywce. W gronie szesnastu wybrańców Igora Milicicia zabrakło Jordana Loyda, który był ostatnio ważną częścią drużyny narodowej. Tym razem selekcjoner postawił na Jerricka Hardinga. W kadrze znalazło się też ośmiu zawodników z rodzimej PGE Basket Ligi. Być może szansę debiutu otrzyma 21-letni Krzysztof Kempa z Dzików Warszawa. **TJ**



Johannes Thiemann zdobył dla reprezentacji Niemiec 14 pkt w poprzednim spotkaniu z Polską.

KALENDARZ SPORTOWY

PIŁKA NOŻNA

PT Betclic 2. Liga TVP Sport
17.55 Mecz: GKS Tychy – Chojniczanka Chojnice

PT PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
17.55 Mecz: Raków – Piast Gliwice

PT (P) 2. liga niemiecka Eleven Sports 3
18.25 Mecz: 1. FC Heidenheim – 1. FC Nürnberg

PT (P) Liga niemiecka Eleven Sports 2
20.20 Mecz: Werder Brema – Borussia Mönchengladbach

PT PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport; CANAL+ Sport 3
20.25 Mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock

PT (P) Liga włoska Eleven Sports 1
20.40 Mecz: Venezia – Bologna

PT Liga angielska CANAL+ Extra 1
20.55 Mecz: Nottingham Forest FC – Chelsea FC

SO (P) 2. liga niemiecka Eleven Sports 3
12.55 Mecz: Dynamo Drezno – FC St. Pauli

SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
14.40 Mecz: Widzew – Zagłębie

SO Liga niemiecka Eleven Sports 2
15.20 Mecz: Hamburger SV – FC Bayern Monachium

SO Betclic 1. Liga TVP 3
15.25 Mecz: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów

SO Liga angielska CANAL+ Extra 1
15.55 Mecz: Manchester United FC – Brentford FC

SO Liga hiszpańska CANAL+ Sport
16.10 Mecz: Malaga – Athletic

SO Betclic 1. Liga TVP Sport
16.55 Mecz: Arka – Ruch Chorzów

SO (P) Liga francuska Eleven Sports 4
17.10 Mecz: Angers – RC Lens

SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
17.25 Mecz: Śląsk – GKS Katowice

SO (P) Liga angielska CANAL+ Extra 1
18.25 Mecz: Ipswich Town FC – Aston Villa FC

SO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
20.10 Mecz: Wisła Kraków – Motor

SO (P) Liga włoska Eleven Sports 2
20.40 Mecz: Inter – Genoa CFC

SO Liga francuska Eleven Sports 3
20.40 Mecz: PSG – FC Lorient

ND (P) Liga włoska Eleven Sports 2
12.25 Mecz: Udinese – Fiorentina

ND Liga angielska CANAL+ Extra 1
12.55 Mecz: Everton – Liverpool

ND (P) 2. liga niemiecka Eleven Sports 4
13.25 Mecz: 1. FC Magdeburg – FC Energie Cottbus

ND Betclic 1. Liga TVP Polonia; TVP Sport
14.15 Mecz: ŁKS – Lechia Gdańsk

ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
14.40 Mecz: Lech Poznań – Pogoń



ND Liga angielska CANAL+ Extra 5
14.55 Mecz: Sunderland AFC – Tottenham Hotspur FC

ND (P) Liga włoska Eleven Sports 2
14.55 Mecz: US Sassuolo – Napoli

ND Betclic 2. Liga TVP 3
15.25 Mecz: Resovia – Znicz

ND (P) Liga hiszpańska CANAL+ Sport
16.10 Mecz: RC Deportivo La Coruna – FC Barcelona

ND (P) Liga francuska Eleven Sports 3
17.10 Mecz: Toulouse FC – Stade Rennais FC

ND Liga angielska CANAL+ Extra 1
17.25 Mecz: Arsenal FC – Manchester City FC

ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3; TVP Sport
17.25 Mecz: Legia – Wieczysta

ND (P) Liga włoska Eleven Sports 2
17.55 Mecz: AS Roma – AC Monza

ND Liga niemiecka Eleven Sports 3
19.20 Mecz: Borussia Dortmund – Bayer 04 Leverkusen

ND PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3
20.10 Mecz: Jagiellonia – Radomiak

ND Liga włoska Eleven Sports 2
20.40 Mecz: Como 1907 – Juventus

ND (P) Liga portugalska Eleven Sports 1
21.25 Mecz: FC Porto – Sporting CP

PO Betclic 1. Liga TVP Sport
17.10 Mecz: Miedź Legnica – Polonia Bytom

PO (P) Liga włoska Eleven Sports 1
18.25 Mecz: US Lecce – Atalanta BC

PO PKO BP Ekstraklasa CANAL+ Sport 3; CANAL+ Sport 5
18.55 Mecz: Korona – Cracovia

PO Liga włoska Eleven Sports 1
20.40 Mecz: Cagliari – AC Milan

PO (P) Liga angielska CANAL+ Extra 7
21.00 Mecz: Aston Villa – Everton

PO (P) Liga portugalska Eleven Sports 2
21.10 Mecz: Benfica – Famalicao

WT (P) Puchar Niemiec Eleven Sports 2
20.40 Mecz 1/8 finału: Borussia M'gladbach – Darmstadt 98

WT Puchar Niemiec Eleven Sports 1; TVP Sport
20.40 Mecz 1/8 finału: FC Bayern Monachium – Hertha BSC

WT (P) Puchar Włoch Polsat Sport 1
20.55 Mecz 1/8 finału: Inter Mediolan – Genoa CFC

ŚR STS Puchar Polski TVP Sport
11.55 Mecz 1/8 finału: Siarka Tarnobrzeg – Stal Rzeszów

ŚR STS Puchar Polski TVP Sport
17.10 Mecz 1/8 finału: Odra Opole – Ruch Chorzów

ŚR Puchar Niemiec Eleven Sports 2
17.55 Mecz 1/8 finału: Bayer 04 Leverkusen – RB Lipsk

ŚR STS Puchar Polski TVP Sport
20.25 Mecz 1/8 finału: Polonia Warszawa – Raków

ŚR Liga angielska CANAL+ Extra 4
21.10 Mecz: Brentford – Arsenal

ŚR Liga angielska CANAL+ Extra 6
21.10 Mecz: Chelsea FC – Crystal Palace FC

ŚR Liga angielska CANAL+ Extra 3
21.10 Mecz: Liverpool FC – Sunderland AFC

ŚR Liga angielska CANAL+ Extra 5
21.10 Mecz: Manchester City FC – Leeds United FC

ŚR Liga angielska CANAL+ Extra 1
21.10 Mecz: Newcastle United FC – Manchester United FC

CZ STS Puchar Polski TVP Sport
11.55 Mecz 1/8 finału: Górnik Łęczna – Wisła Płock

CZ STS Puchar Polski TVP Sport
16.55 Mecz 1/8 finału: Termalica Nieciecza – Jagiellonia

CZ Liga angielska CANAL+ Extra 1
21.10 Mecz: Tottenham Hotspur FC – Fulham FC

BIEGI NARCIARSKIE

PT (P) PŚ w Ruce Eurosport 1
10.15 Bieg na 10 km stylem klasycznym kobiet

PT (P) PŚ w Ruce Eurosport 1
12.50 Bieg na 10 km stylem klasycznym mężczyzn

SO (P) PŚ w Ruce Eurosport 1
8.40 Kwalifikacje do biegów sprinterskich stylem klasycznym kobiet i mężczyzn

SO (P) PŚ w Ruce Eurosport 1
11.05 Biegi sprinterskie stylem klasycznym kobiet i mężczyzn

ND (P) PŚ w Ruce Eurosport 2
9.45 Bieg na 20 km stylem dowolnym mężczyzn

ND (P) PŚ w Ruce Eurosport 2
11.55 Bieg na 20 km stylem dowolnym kobiet

BOKS

SO PZB Suzuki Boxing Night 44 w Poznaniu TVP Sport
19.05 Mecz: Polska – Armenia

SO Mirra Rocky Boxing Night Andrzejki w Sopocie Super Polsat
20.00 K. Meyna – V. Ramirez

FORMUŁA 1

PT GP Kataru Eleven Sports 1
14.25 1. sesja treningowa

PT GP Kataru Eleven Sports 1
17.55 2. sesja treningowa

SO GP Kataru Eleven Sports 1
15.25 3. sesja treningowa

SO GP Kataru Eleven Sports 1
18.55 Wesja kwalifikacyjna

ND GP Kataru Eleven Sports 1
16.55 Wyścig

GOLF

CZ Hero World Challenge Eurosport 2
19.30 1. runda

HOKEJ

SO NHL TVP Sport
22.05 Mecz: Vegas Golden Knights – Montreal Canadiens

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

PT Eliminacje MŚ TVP Sport
20.35 Mecz: Polska – Chorwacja

PT NBA TVP Sport
1.00 Mecz: New York Knicks – Miami Heat

SO NBA Eurosport 3
23.00 Mecz: Washington Wizards – Orlando Magic

ND NBA TVP Sport
22.00 Mecz: San Antonio Spurs – Boston Celtics

(P) – możliwy występ Polaków

– polskie rozgrywki ligowe i reprezentacja Polski

PO **Eliminacje MŚ** TVP Sport
19.20 Mecz: Niemcy – Polska

PO **NBA** Eurosport 3
1.30 Mecz: Houston Rockets – Los Angeles Lakers

WT **NBA** Eurosport 3
2.00 Mecz: Chicago Bulls – New York Knicks

WT **NBA** Eurosport 3
5.00 Mecz: Golden State Warriors – Utah Jazz

ŁYŻWIARSTWO FIGUROWE

PT **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 1; Eurosport 4; Polsat Sport 1
6.35 Program krótki par sportowych

PT **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 1; Eurosport 4; Polsat Sport 1
8.15 Program krótki solistek

PT **NHK Trophy w Tokio** Polsat Sport 1
10.35 Taniec rytmiczny

PT **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 2; Eurosport 4; Polsat Sport 1
11.00 Program krótki solistów

PT **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 4; Polsat Sport 1
4.00 Taniec dowolny

SO **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 4; Polsat Sport 1
6.00 Program dowolny par sportowych

SO **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 2; Eurosport 4; Polsat Sport 1
8.30 Program dowolny solistek

SO **NHK Trophy w Tokio** Eurosport 2; Eurosport 4; Polsat Sport 2
11.30 Program dowolny solistów

NARCIARSTWO ALPEJSKIE

SO (P) **Puchar Świata w Killington** Eurosport 3
15.30 Slalom gigant kobiet



SO **Zawody PŚ w Copper Mountain** Eurosport 1
19.30 Supergigant mężczyzn

ND (P) **Puchar Świata w Killington** Eurosport 3
16.30 1. przejazd slalomu kobiet

ND **Zawody PŚ w Copper Mountain** Eurosport 1
17.45 1. przejazd slalomu giganta mężczyzn

ND (P) **Puchar Świata w Killington** Eurosport 1
19.30 2. przejazd slalomu kobiet

ND **Zawody PŚ w Copper Mountain** Eurosport 1
20.45 2. przejazd slalomu giganta mężczyzn

CZ **Zawody Pucharu Świata w Beaver Creek** Eurosport 1
18.45 Zjazd mężczyzn

PIŁKA NOŻNA KOBIET

WT **Eliminacje Mistrzostw Świata** TVP Sport
17.55 Mecz barażowy: Polska – Irlandia

PIŁKA RĘCZNA KOBIET

CZ **ME 2026** Eurosport 3
17.20 Mecz grupy A: Słowenia – Islandia

CZ **ME 2026** Eurosport 3
19.50 Mecz grupy A: Węgry – Czarnogóra

PIŁKA RĘCZNA MĘŻCZYZN

SO **LOTTO Superliga** Polsat Sport 2
18.00 Mecz: PGE Wybrzeże Gdańsk – REBUD KPR Ostrovia Ostrów Wielkopolski

ND **LOTTO Superliga** Polsat Sport 2
15.00 Mecz: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock

WT **Liga Europy** Polsat Sport 1
18.35 Mecz: PGE Wybrzeże Gdańsk – VfL Gummersbach

ŚR **Liga Mistrzów** Polsat Sport 2
18.35 Mecz: GOG Handbold – Industria Kielce

CZ **Liga Mistrzów** Polsat Sport 3
18.35 Mecz: Füchse Berlin – Paris Saint-Germain HB

CZ **Liga Mistrzów** Polsat Sport 3
20.35 Mecz: Aalborg Handbold – ORLEN Wisła Płock

SIATKÓWKA KOBIET

PT **TAURON Liga Kobiet** Polsat Sport 1
17.20 Mecz: ITA Tools Stal Mielec – NETLAND MKS Kalisz

PT **TAURON Liga Kobiet** Polsat Sport 1
20.20 Mecz: ŁKS Commercecon Łódź – #VolleyWrocław

ND **TAURON Liga Kobiet** Polsat Sport 1
17.50 Mecz: MOYA Radomka Radom – UNI Opole

ND **TAURON Liga Kobiet** Polsat Sport 1
20.20 Mecz: KS DevelopRes Rzeszów – Pałac Bydgoszcz

WT **Liga Mistrzyń** Polsat Sport 2
18.45 Mecz: Volley Mulhouse Alsace – VakifBank SK

ŚR **Liga Mistrzyń** Polsat Sport 2
20.15 Mecz: Igor Gorgonzola Novara – KS DevelopRes Rzeszów



CZ **Liga Mistrzyń** Polsat Sport 2
17.45 Mecz: CSO Voluntari 2005 – PGE Budowlani Łódź

CZ **TAURON Liga Kobiet** Polsat Sport 2
20.20 Mecz: Metalkas Pałac Bydgoszcz – MOYA Radomka Radom

SIATKÓWKA MĘŻCZYZN

SO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
11.50 Mecz: Ślepsk Malow Suwałki – PGE GieK Skra Bełchatów

SO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
14.45 Mecz: Neonet Norwid Częstochowa – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle

SO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
17.50 Mecz: Cuprum Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn

SO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
20.20 Mecz: Jastrzębie Barkom – Bogdanka LUK Lublin

ND **TAURON Liga** Polsat Sport 1
14.45 Mecz: Podziemia Kredowe ChKS Chełm – Aluron CMC Warta Zawiercie

PO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
17.20 Mecz: Asseco Resovia Rzeszów – GKS Katowice

PO **TAURON Liga** Polsat Sport 1
20.20 Mecz: PGE Projekt Warszawa – Energa Trefl Gdańsk

ŚR **TAURON Liga** Polsat Sport 1
17.20 Mecz: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Podziemia Kredowe ChKS Chełm

ŚR **TAURON Liga** Polsat Sport 1
20.20 Mecz: Skra Bełchatów – Cuprum Stilon Gorzów

CZ **TAURON Liga** Polsat Sport 1
17.00 Mecz: AZS Olsztyn – Ślepsk Malow Suwałki

SKOKI NARCIARSKIE

PT (P) **PŚ w Ruce** Eurosport 1
17.15 Kwalifikacje

SO (P) **PŚ w Ruce** TVN; Eurosport 1
16.30 1.i 2. seria

ND (P) **PŚ w Ruce** Eurosport 1
12.45 Kwalifikacje

ND (P) **PŚ w Ruce** TVN; Eurosport 1
14.20 1. i 2. seria

SNOOKER

SO **Turniej UK Championship** Eurosport 2
14.15 1. dzień

SO **Turniej UK Championship** Eurosport 2
20.00 1. dzień

ND **Turniej UK Championship** Eurosport 2
14.00 2. dzień

ND **Turniej UK Championship** Eurosport 2
20.00 2. dzień

PO **Turniej UK Championship** Eurosport 1
14.00 3. dzień

PO **Turniej UK Championship** Eurosport 1
20.00 3. dzień

WT **Turniej UK Championship** Eurosport 1
14.00 4. dzień

WT **Turniej UK Championship** Eurosport 1
20.00 4. dzień

ŚR **Turniej UK Championship** Eurosport 1
14.00 5. dzień

ŚR **Turniej UK Championship** Eurosport 1
20.00 5. dzień

CZ **Turniej UK Championship** Eurosport 1
14.00 6. dzień

CZ **Turniej UK Championship** Eurosport 1
20.30 6. dzień

TENIS

PT **Puchar Davisa** Polsat Sport 2
16.00 Mecz półfinałowy

SO **Puchar Davisa** Polsat Sport 3
12.00 Mecz półfinałowy

ND **Puchar Davisa** Polsat Sport 3
15.00 Mecz finałowy

Historia jednego serialu



DALEKO OD SZOSY

Matka Leszka (Irena Hrehorowicz) nie widziała przyszłości dla związku Ani i Leszka.



Bronka, najładniejsza dziewczyna we wsi, musiała pogodzić się z porażką...

Wielka siła marzeń

Już 11 grudnia minie pół wieku od premiery pierwszego odcinka „Daleko od szosy" – serialu, który wciąż przypomina, że marzenia się spełniają. Ale do ich realizacji konieczne są determinacja i... miłość!

DALEKO OD SZOSY
PT 27.11 godz. 16.35
TVP KULTURA

Scenariusz tego serialu napisało życie. A dokładniej – życiowe perypetie Lechosława Ucińskiego. Opisał je w szkolnym wypracowaniu, a jego nauczyciel w technikum uznał tekst za wyjątkowo interesujący. Traf chciał, że tym nauczycielem był Henryk Czarnecki, pisarz i autor słuchowisk radiowych. Docenił siłę historii i umieścił ją w książce „Profesor na drodze". Wkrótce trafił na nią reżyser Zbigniew Chmielewski, który uznał, że to materiał na serial. Scenariusz napisał wspólnie z Czarneckim, a o konsultację poprosił Lechosława Ucińskiego.

Najważniejsza fryzura

Zdjęcia do serialu ruszyły w połowie stycznia 1976 roku, a premierę pierwszego odcinka zaplanowano na grudzień. Trzeba przyznać, że jak na ówczesne warunki, „Daleko od szosy" było produkcją realizowaną z dużym rozmachem – 208 większych obiektów zdjęciowych, częste zmiany planów, nawet kilka razy dziennie. Zanim jednak padł pierwszy klaps, reżyser musiał znaleźć odtwórców głównych postaci. Na trop kandydata do roli Leszka Góreckiego wpadł w czasie kręcenia serialu „Dyrektorzy" – w jednym z odcinków Krzysztof Stroiński zagrał niewielki epizod. Na propozycję Chmielewskiego przystał chętnie, choć sporo osób przestrzegało go przed zaszufladkowaniem. Stroiński postanowił jednak zaryzykować – wiedziony ciekawością i chęcią zmierzenia się z kimś, kto nie był do niego podobny. – Mój charakter nie całkiem przystaje do osobowości, którą miałem stworzyć, ale chyba o tę konfrontację chodziło reżyserowi! – powiedział w jednym z wywiadów.



Po raz pierwszy Lechosław Uciński i Krzysztof Stroiński spotkali się w czasie realizacji serialu. Po latach wrócili wspomnieniami do wydarzeń z planu.

Rolę Bronki, jednej z ważnych kobiet w życiu Leszka, powierzono 23-letniej Sławomirze Łozińskiej. Aktorka wspominała, że największym wyzwaniem okazało się wymyślenie… odpowiedniej fryzury. – Pamiętam, że siedziałam kilka godzin w wytwórni w Łodzi, oglądaliśmy różne żurnale i gazety w poszukiwaniu inspiracji. W końcu poprzyczepialiśmy wszystkie dopinki ze sztucznych włosów i powychodziły nam z nich śmieszne koki. Wiedzieliśmy, że już mamy tę postać! – opowiadała. W drugą kobietę, z którą Leszka połączyło głębokie uczucie, wcieliła się Irena Szewczyk. Rolę dostała dzięki udanym zdjęciom próbnym. Była podekscytowana udziałem w produkcji, ale też pełna obaw. W końcu miała „stanąć w szranki" z Bronką – miała pojawić się w trzecim odcinku i aktorka bała się, że widzowie, którzy już przywiązali się do postaci Sławomiry Łozińskiej, nie polubią jej Ani. Czas pokazał, że znalazła wielbicieli.

Przez pół Polski

Lechosław Uciński wiele lat życia spędził w Łodzi, dlatego to tam nakręcono sporą część zdjęć. W serialu „zagrały" m.in. dworzec Łódź Kaliska, gmach Wydziału Chemii Uniwersytetu Łódzkiego i Muzeum Sztuki. Sceny z rodzinnych stron Leszka powstawały natomiast niedaleko wsi Lipiny. Aby ukazać koleje losów Góreckiego, ekipa dotarła również do Chorzowa, Warszawy, Ciechocinka i Rudy Śląskiej... Według badań serial cieszył się popularnością porównywalną do tej, jaką osiągały filmy sensacyjne. Wielu Polaków, którzy wyruszyli ze wsi do miasta w poszukiwaniu lepszej przyszłości, utożsamiało się z Leszkiem, dlatego jego historia tak ich poruszyła…

HANNA MIŁKOWSKA

FOT. Forum, East News, arch. prywatne

Przyjaźń na straty?

PIERWSZA MIŁOŚĆ PT 27.11 godz. 18.00 POLSAT

Wszyscy będą zszokowani zachowaniem Maćka (Yan Polovnikov), który przyznał się do nękania Julki (Dąbrówka Kruk). Kinga (Aleksandra Zienkiewicz) będzie próbowała usprawiedliwić syna, czym doprowadzi Marysię (Aneta Zając) do szału. Pokłócone przyjaciółki nie będą potrafiły już ze sobą rozmawiać. Na domiar złego w domu Stańczuków zjawi się policja, a nad Maćkiem zawiśnie widmo poprawczaka, jeśli Julka potwierdzi zgłoszenie o nękaniu! Kinga, pewna, że to Marysia nasłała służby, w gniewie zerwie z nią kontakt na zawsze! Tymczasem chłopak nie będzie mógł znieść wyrzutów sumienia i postanowi sam sobie wymierzyć odpowiednią karę... **PM**



Kinga i Janek zrobią wszystko, by chłopak uniknął kłopotów, nawet kosztem przyjaźni z Marysią.

Julka nie spodziewała się, że jej tajemniczym dręczycielem jest Maciek!

Finał sezonu



W odbiciu porwanej prokurator uczestniczą też antyterroryści.

GLINIARZE. ŚLĄSK

Uprowadzenie Justyny

GLINIARZE. ŚLĄSK PT 27.11 godz. 16.55 POLSAT

Prokurator Furman (Agnieszka Wagner) zostaje uprowadzona tuż po wyjściu z sądu! Natychmiast rusza śledztwo w tej sprawie. Funkcjonariusze analizują zawodową przeszłość Justyny, uważnie szukając potencjalnego motywu sprawców. Tymczasem porywacze niespodziewanie kontaktują się z inspektorem Rychlikiem (Zbigniew Stryj). Stawiają mu ultimatum – jeśli chce ocalić byłą żonę, musi być gotów podjąć ryzyko... Gutek (Marek Chudziński) i Kowalski (Mateusz Goławski) dość szybko orientują się, że komendant nie mówi swoim ludziom wszystkiego. Wpadają na trop kryjówki porywaczy. Ich działania przesądzą o losie całego zespołu... **HM**

MŁODE GLINY

Im dalej w las...

MŁODE GLINY PT 27.11 godz. 15.45 TVN

Dochodzi do kolejnej strzelaniny – tym razem w podmiejskim zajeździe. Zamaskowany napastnik zabija 42-letnią kobietę, a jej córkę ciężko rani. Policja w pierwszej kolejności przeszukuje las, do którego uciekł sprawca. Jednocześnie Muszyńska, Dec (Anna Dereszowska Robert Koszucki) i ich ludzie rozpoczynają śledztwo. Wśród podejrzanych są m.in. mężczyzna, z którym zmarła od lat pozostawała w konflikcie, oraz jej bliski przyjaciel. Okazuje się też, że – wbrew wcześniejszym zapewnieniom – mąż ofiary wcale nie przebywa obecnie na platformie wiertniczej w Norwegii. Tropów ciągle przybywa, a czasu na rozwiązanie zagadki jest coraz mniej. **JK**



Finał sezonu

Cała komenda zaangażuje się w śledztwo.

TVP 1

4.55 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.10 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026
5.35 Reporterzy – magazyn reporterów
5.45 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026
6.10 Akacjowa 38 (991) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Agape blisko Ciebie – mag. religijny, Polska 2023-2025
8.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
8.10 Pogoda Info
8.25 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulin., Polska 2026
9.05 Ranczo 6 (68) – serial obyczajowy, Polska 2012
10.00 Komisarz Alex 2 (21) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 Ojciec Mateusz 26 (333) – serial kryminalny, Pol. 2021
12.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: **Zwierzęta 3** (10-ost.): Płazy – serial dokumentalny, Australia 2023
14.00 Splątane losy (97) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
15.10 Reporterzy – magazyn reporterów
15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 Dziedzictwo (1080) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.05 Klan (4785) – telenowela, Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (1008) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026



20.30 KRYMINALNY
Pociąg widmo (4)
Hud obmyśla szokujący plan zatrzymania pociągu, narażając pasażerów na katastrofę. Tymczasem Abby (Alexandra Roach, zdj.) odkrywa, że skala zagrożenia jest znacznie większa, niż wszyscy zakładali. Stara się przekonać Joego, by kontynuował z nią współpracę. **55 min**



22.00 DRAM. OBYCZ.
Różyczka 2
Europosłanka odkrywa mroczną historię rodziny. Wikła się w rozgrywkę, w której kluczową rolę odegrają agent (Jacek Braciak), polityk (Janusz Gajos) i szukający odkupienia były kapitan SB Roman Rożek (Robert Więckiewicz), który był niegdyś kochankiem jej matki, Kamili (Magdalena Boczarska, zdj.). **115 min**

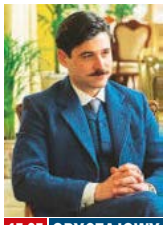
20.10 Sport, Pogoda
20.30 Pociąg widmo (4) – krym., Wlk. Bryt. 2024 (patrz obok)
21.25 Powrót na Ranczo – cykl felietonów, Polska 2026
22.00 Okruchy losu: **Różyczka 2**
FILM – dramat obyczajowy, Polska 2023, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Magdalena Boczarska, Janusz Gajos, Robert Więckiewicz (patrz obok)
23.55 Za dziesięć minut północ
FILM – thriller, USA 1983, reż. J. Lee Thompson, wyk. Charles Bronson, Andrew Stevens, Gene Davis, Lisa Eilbacher (patrz obok)
1.45 Skazany na bluesa
FILM – dramat biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński
3.30 Szukając cudów
FILM – dramat obyczajowy, Wielka Brytania/Australia 2020, reż. Paul Mains ▶ **5.00**



23.55 THRILLER
Za dziesięć minut północ
W Los Angeles grasuje morderca, którego celem są kobiety. Sprawą zajmuje się policjant Leo Kessler (Charles Bronson, zdj.). Zaczyna na własną rękę tropić zbrodniarza. **110 min**

TVP 2

4.35 Na dobre i na złe (983): Ktoś spał w moim łóżeczku – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 M jak miłość (1890) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 Anna Dymna – spotkajmy się: Mariola Popińska – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3449) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026
7.55 Pytanie na śniadanie
11.45 Operacja zdrowie (94) – magazyn medyczny, Polska 2026
12.30 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026
13.15 Panna młoda (259) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque – teleturniej, Polska
14.35 Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Ekipa doktora Banacha jedzie na zawody strongmanów, gdzie dochodzi do groźnego wypadku. Dwie osoby zostają ranne. Gdy jeden z pacjentów trafia do Leśnej Góry, Bocian wpada w panikę. **30 min**
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (529) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024 (patrz obok)
16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (260) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Wzruszony Cihan wsłuchuje się w bicie serca dziecka Hancer. Beyza tymczasem ponagla prawniczkę, chcąc jak najszybciej dopiąć sprawy formalne. **55 min**
18.15 Va banque – teleturniej, Polska
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3449) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 Domowe patenty 3 (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



15.05 OBYCZAJOWY
La Promesa – pałac tajemnic (529)
Manuel (Arturo Sancho, zdj.) przyznaje, że jest związany z Janą. Alonso próbuje odwieść syna od planów ślubu ze służącą, jednak on dla miłości deklaruje gotowość rezygnacji z tytułu i przywilejów. Narzeczonych wspierają Catalina, Martina i Curro. **55 min**



20.40 ROZRYWKA
Kocham Cię, Polsko! (12)
W tym odcinku naprzeciwko siebie znów stają mocne zespoły. Drużynę Miśka Koterskiego reprezentują Wiktoria Gąsiewska, Mateusz Pawłowski (wszyscy na zdj.) i Emilia Dankwa, a ekipę Łukasza Kadziewicza tworzą Monika Kwiatkowska, Sebastian Stankiewicz oraz Anna Iberszer. **95 min**

20.05 Barwy szczęścia (3450) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.40 Kocham Cię, Polsko! (12) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza 2 (11) – talk-show
23.15 COMA RE-START – wywiad, Polska 2025 (patrz obok)
0.00 To jest grane (113) – program muzyczny, Polska 2026
0.35 Syn (3, 4) – serial obyczajowy, USA 2017
2.15 Książę z innej bajki
FILM – komedia romantyczna, USA/Kanada 2023, reż. Rich Newey, wyk. Em Haine, Wern Lee, Cecilia Deacon
3.45 Serial
4.35 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2019 ▶ **5.05**



23.15 WYWIAD
COMA RE-START
Zespół wraca na scenę, by zagrać największy koncert w swojej historii, w Łodzi. W ekskluzywnym wywiadzie Gabi Drzewiecka rozmawia z Piotrem Roguckim (zdj.) o przygotowaniach do występu. **45 min**

POLSAT

4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.00 halo tu polsat – magazyn, Polska 2026
11.40 Na ratunek 112 (942): Pisarka – serial paradokumentalny, Polska 2024
Klara to autorka romansów erotycznych. Ukrywa swoją tożsamość, obawiając się zwłaszcza reakcji matki. Znajoma ze studiów zaczyna ją szantażować. Mąż pisarki postanawia zawiadomić o sprawie policję. **40 min**
12.20 Gliniarze. Śląsk (62): Wszystko... będzie... dobrze – serial kryminalny, Polska 2026
13.20 Gliniarze (1068, 1069): Pomocna dłoń; Krew za krew – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.30 Wydarzenia 24
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1278-ost.): CBP – serial paradokumentalny, Polska 2026
Na policjantce Majce ciąży zarzut przekroczenia obrony koniecznej i zabójstwa. Kobieta ma dość uciekania – wraca do Polski, by oczyścić swoje imię. Olgierd i Krzysiek angażują się w pomoc. Muszą działać dyskretnie. **60 min**
16.55 Gliniarze. Śląsk (63-ost.): Idę po ciebie – serial kryminalny, Polska 2026
Gutek i Kowalski odkrywają, że komendant Rychlik nie jest szczery ze swoimi podwładnymi w sprawie porwania pani prokurator. Niebawem następuje przełom w śledztwie, który wpływa na los całego zespołu. **65 min**
18.00 Pierwsza miłość (4296) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
18.50 Wydarzenia
19.17 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, Pogoda



18.00 OBYCZAJOWY
Pierwsza miłość (4296)
Policjanci informują Kingę (Aleksandra Zienkiewicz, zdj.) i Janka (Maciej Mikołajczyk, zdj.), że Maćkowi grozi poprawczak, jeśli Julka potwierdzi zarzut nękania. Para szuka pomysłów, by chronić chłopca. Gdy Eliza zostaje zaatakowana, nagle zjawia się Świder. **50 min**



19.55 ROZRYWKA
LEGO Masters. W drodze (3)
Tym razem drużyny pasjonatów klocków zawitają do Warszawy, gdzie podejmą nowe wyzwanie. Z małych elementów stworzą imponującą konstrukcję związaną z określonym tematem. Nad rywalizacją czuwa Maciej Zakościelny (zdj.). Gościnnie pojawi się Adam Zdrójkowski. **65 min**

19.55 LEGO Masters. W drodze (3) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
21.00 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii
FILM – film fantasy, Nowa Zelandia/USA 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, Martin Freeman, Richard Armitage, Ken Stott (patrz obok)
Ostatnia część filmowej adaptacji powieści J.R.R. Tolkiena, wyreżyserowana przez laureata trzech Oscarów Petera Jacksona. W tym roku otrzymał on Honorową Złotą Palmę podczas MFF w Cannes. **220 min**
0.40 Uprowadzona 3
FILM – film sensacyjny, Francja/Hiszpania/USA 2014
2.55 Nasz nowy dom (342) – reality show, Polska 2025
4.00 Kabaretowa Ekstraklasa (106) – program rozrywkowy, Polska 2017



21.00 FANTASY
Hobbit: Bitwa Pięciu Armii
Po śmierci Smauga Bilbo (Martin Freeman, zdj.), krasnolud Thorin (Richard Armitage) i ich kompani odzyskują Erebor. Złoto ukryte we wnętrzu Samotnej Góry prowokuje konflikt. **220 min**

▶ – godzina zakończenia programu
PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1546) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 **Kuchenne rewolucje** (8) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
11.25 **Kuchenne rewolucje** (1, 2) – program rozrywkowy, Pol.
13.40 **Ukryta prawda** (1722, 1723) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Emilia, pracująca w telefonie zaufania, po rozmowie z 17-letnią Leną zapobiega jej próbie samobójczej. Poruszona losem dziewczyny, zaprzyjaźnia się z nią, mimo obaw męża, Kacpra. Wkrótce Lena wyznaje, że padła ofiarą gwałtu. **125 min**
15.45 **Młode gliny** (89) – serial kryminalny, Polska 2026
W zajeździe wybucha strzelanina. Ginie 42-letnia Justyna Burska, a jej 20-letnia córka zostaje ciężko ranna. Policjanci rozpoczynają obławę. Wśród podejrzanych jest Sylwester, od lat skonfliktowany z Burskimi, oraz dentysta, który był blisko z Justyną. **65min**
16.50 **Szpital św. Anny** (97) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na SOR trafia 13-latek z głębokimi ranami stóp. Istnieje ryzyko przecięcia ścięgien, więc konieczna może być operacja. W tym czasie ratownicy Wojtka jadą do mężczyzny po wieczorze kawalerskim, który zasłabł i jest przykuty kajdankami do łóżka. **65 min**
17.55 **Detektywi** (162) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
19.00 **Fakty**
19.30 **Sport**
19.35 **Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich** (3) – program sportowy, Polska 2026
19.40 **Pogoda**
19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów



17.55 FAB.-DOKUM.

Detektywi (162)
Śledczy poszukują Zosi na prośbę jej ojca. Zarówno on, jak i narzeczony zaginionej są przekonani, że dziewczyna nie uciekła z domu. Wychodzi na jaw, że z sejfu zniknęły pieniądze oraz listy od jej matki. Maciej Dębosz (zdj.) odkrywa, że partner Zosi spotyka się z inną kobietą. **65 min**



20.00 SENSACYJNY

Spectre
James Bond (Daniel Craig, zdj.) dostaje zagadkową wiadomość, która dotyczy jego przeszłości. Trafia do Meksyku, a potem Rzymu, gdzie poznaje wdowę po gangsterze, Lucię (Monica Bellucci, zdj.). Tak dowiaduje się o zbrodniczej organizacji. Chce ją zniszczyć. Liczy na pomoc córki dawnego wroga, Madeleine. **195 min**

20.00 FILM **Spectre** – film sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2015, reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz, Léa Seydoux, Ralph Fiennes (patrz obok)
23.15 FILM **Wdowy** – dramat kryminalny, Wielka Brytania/USA 2018, reż. Steve McQueen, wyk. Viola Davis, Liam Neeson, Jon Bernthal, Manuel Garcia-Rulfo (patrz obok)
1.45 **Kuba Wojewódzki** (13) – talk-show, Polska 2026
3.00 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.20 **Młode gliny** (64) – serial kryminalny, Polska 2026
4.25 **Jak to jest zrobione?** (14) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2018
4.55 **Zamieszkać na plaży 6** (7) – program rozrywk., USA 2019



23.15 DRAM. KRYM.

Wdowy
Veronica, Alice (Elizabeth Debicki, zdj.) i Linda (Michelle Rodriguez) po śmierci mężów odkrywają, że byli oni zamieszani w nielegalną działalność. By zwrócić pieniądze gangsterowi, przygotowują napad. **150 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (14, 15): Dla pieniędzy; Bilet w jedną stronę – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (6, 7): Przyjaciele; Zaciemnienie – serial sensacyjny, Niemcy 2013
10.00 **Zaklinaczka duchów 4** (82) – serial fantasy, USA 2009
11.00 **Kotka** (82) – telenowela, Meksyk 2014
Lorenza wyznaje Pablowi, że Virginia jest córką jej siostry, która zmarła przy porodzie. Charachas przekonuje Ritę, że Ines nie powinna uciekać z więzienia, lecz postarać się o dobrego obrońcę. **60 min**
12.00 **Mój grzech** (19) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
Lucrecia pyta Juliana o Lorenę. Odkrywa, że była ona jego narzeczoną. Carmelo odwozi Renatę do domu. Lucrecia widzi ich pocałunek. Justina wyznaje ojcu Matiasowi, że od lat jest kochanką Gabina. **60 min**
13.00 **Wspaniałe stulecie** (55) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 **Rodzinny interes** (48): Opętana – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 13** (672, 673) – serial obyczajowy, Polska 2023
17.00 **Rodzinny interes** (49): Zacząć od nowa – serial obyczajowy, Polska 2019
Klaudia włącza się w zbiórkę pieniędzy na terapię odwykową dla młodej narkomanki. Jednak po jakimś czasie zaczyna podejrzewać, że inicjatywa nie jest uczciwa. Bronek cierpi po zawodzie miłosnym. **60 min**
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1042, 1043) – serial obyczajowy, Polska 2026
Łucja zmaga się z agorafobią i traumą po śmierci rodziców. Od dziesięciu lat jest zamknięta w domu. Gdy końcu pojawia się w lombardzie, jest wyraźnie przerażona, co budzi podejrzenia Andżeliki. **120 min**



20.00 SENSACYJNY

Czarny pies
Kierowca ciężarówki Jack Crews (Patrick Swayze, zdj.) po wyjściu z więzienia pracuje jako mechanik. Szef proponuje mu kurs za 10 tys. dolarów. Gdy były skazaniec odkrywa, że przewozi broń, postanawia się wycofać z intratnego zlecenia. Wówczas jego żona i córka zostają porwane. **115 min**



21.55 SENSACYJNY

Rambo 3
Weteran wojny w Wietnamie, John Rambo (Sylvester Stallone, zdj.), przebywa w Tajlandii. Odnajduje go tu przyjaciel, Trautman (Richard Crenna). Chce on, by John wyruszył z misją do Afganistanu. Ten odmawia. Gdy wkrótce Trautman dostaje się do radzieckiej niewoli, Rambo rusza mu na ratunek. **125 min**

20.00 FILM **Czarny pies** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Francja 1998, reż. Kevin Hooks, wyk. Patrick Swayze, Meat Loaf, Randy Travis, Gabriel Casseus (patrz obok)
21.55 FILM **Rambo 3** – film sensacyjny, USA 1988, reż. Peter MacDonald, wyk. Sylvester Stallone, Richard Crenna, Marc de Jonge (patrz obok)
Kolejna część przygód słynnego komandosa kosztowała 63 miliony dolarów. **125 min**
0.00 FILM **Piekielna pułapka** – film katastroficzny, USA 2023, reż. Peter Facinelli, wyk. Peter Facinelli, Fiona Dourif, Asher Angel, Lance Henriksen (patrz obok)
1.30 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1068) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.25 **Zobacz to!**



0.00 KATASTROF.

Piekielna pułapka
Kalifornia. Dave Laughlin (Peter Facinelli, zdj.), jego ciężarna żona, syn oraz ojciec mieszkają w domu w lesie. Rodzina szybko zdaje sobie sprawę, że czeka ich pełna niebezpieczeństw walka o życie. **90 min**

TVN 7

DVB T2

5.15 **Ten moment** (46) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.50 **Żony Podlasia** (9) – serial dokumentalny, Polska 2024
6.45 **Szkoła** (610, 611) – serial paradokumentalny, Polska 2018
8.40 **Ukryta prawda** (1439, 1644, 1645) – serial paradokumentalny, Polska
11.45 **W-11 – Wydział Śledczy** (839-841) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok)
13.50 **Detektywi** (380): Uwięziona – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
W parku dochodzi do serii eksplozji. W tym samym czasie w okolicy znika młoda kobieta, więc Maciej Dębosz i Maja Korczyk angażują się w poszukiwania. Zaginiona jest modelką. **65 min**
14.55 **Szpital św. Anny** (183) – serial obyczajowy, Polska 2026
Rogowski przyjmuje kobietę z podejrzeniem zatorowości. Badania nie pokazują skrzepu, a stan pacjentki się pogarsza. Lekarze z trudem ściągają do szpitala jej męża. Dyrektor zwalnia Daniela. **60 min**
15.55 **Ukryta prawda** (1234) – serial paradokumentalny, Polska 2021
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (2, 3) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Marian jest podejrzany o pobicie i kradzież kuponu uprawniającego do odbioru wygranej w wysokości 3 mln złotych. Oskarżony wpadł w szał, gdy dowiedział się, że żona ma romans. **120 min**
19.00 **Ukryta prawda** (1482) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Magda niepokoi się zachowaniem swojej matki, Alicji, która po stracie męża pogrążyła się w smutku oraz marazmie. W dodatku została okradziona przez poznanego w internecie kochanka. **60 min**



11.45 FAB.-DOKUM.

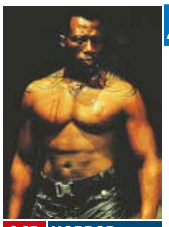
W-11 – Wydział Śledczy (839-841)
Joanna Czechowska (zdj.) i Sebastian Wątroba prowadzą śledztwo w sprawie śmierci piętnastolatki, której zwłoki znaleziono na obrzeżach miasta. Ustalają, że wracająca z dyskoteki dziewczyna została zgwałcona. Podejrzany o zbrodnię jest uczeń. **125 min**



20.00 KOMEDIA

Nigdy w życiu!
Judyta (Danuta Stenka, zdj.) rozstaje się z niewiernym mężem (Jan Frycz). Pod wpływem przyjaciółki, Uli (Joanna Brodzik), decyduje się zbudować dom pod Warszawą. Wkrótce poznaje Adama (Artur Żmijewski, zdj.), w którym zakochuje się z wzajemnością. W jej życiu pojawia się również tajemniczy Leon. **135 min**

20.00 FILM **Nigdy w życiu!** – komedia romantyczna, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Danuta Stenka, Artur Żmijewski, Joanna Brodzik, Joanna Jabłczyńska (patrz obok)
22.15 FILM **Na bank się uda** – komedia kryminalna, Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski
0.25 FILM **Blade: Wieczny łowca** – horror, USA 1998, reż. Stephen Norrington, wyk. Wesley Snipes, Stephen Dorff, Kris Kristofferson, N'Bushe Wright (patrz obok)
2.50 **Prawdziwy horror 3** (5) – serial dokumentalny, USA 2016
4.00 **Fachowcy** (18) – serial paradokumentalny, Polska 2017
4.35 **Dorota was urządzi!** (7) – pr. rozrywk., Polska 2015



0.25 HORROR

Blade: Wieczny łowca
Nieśmiertelny półwampir (Wesley Snipes, zdj.) musi chronić ludzi przed pobratymcami. Krwiopijca Deacon (Stephen Dorff) planuje bowiem przejąć władzę nad światem. **145 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

12.30 **Rączka gotuje** – mag.
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Niebezpieczne związki**
14.20 **Niezwykłe miejsca**
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Dlaczego krowa...**
19.45 **Kryminalna siódemka**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – mag.
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.20 **Pierwsza Druga w Trójce** – mag. piłkarski
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**
1.40 **Dziedzictwo** (946)
2.30 **Niebezpieczne związki**
3.20 **Program informacyjny 19.30**
3.50 **Prywatne życie zwierząt 14** – przyrod.

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

TVP POLONIA

12.00 **Serwis Info** – pr. inform.
12.10 **M jak miłość** (1948, 1949) – obycz., Pol.
13.50 **Polonia 24 Tygodnik**
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **Korona Gór Polski**
15.40 **Piękne przyprawiONÁ 4** (1) – magazyn kulin.
16.00 **Profesor Michałowski. Droga do Faras** – dok.
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Wybieram Polskę** (11)
18.45 **Panorama**
19.20 **Niezwykłe miejsca**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (9, 10) – serial sensacyjny, USA
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (135) – reality show, Polska 2025
8.55 **Policjantki i Policjanci** (771-773) – serial obycz.
11.55 **Na ratunek 112** (960, 961) – serial paradokumentalny, Polska
12.55 **Trudne sprawy** (895-897) – paradok., Pol.
16.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (443, 494) – reality show, Polska
18.00 **Policjantki i Policjanci** (1499, 1500) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **A na obiad...** (12) – magazyn kulinarny

PULS 2

11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** – serial anim.
12.00 **Lwia Straż** – serial anim.
13.00 **Nowe przygody Kubusia Puchatka**
13.35 **Smerfy** – serial anim.
14.00 **Baranek Shaun 6**
14.35 **Marta mówi 2** – anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** – anim.
16.00 **Koci domek Gabi**
17.00 **Fineasz i Ferb** – anim.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1062)

TVP ROZRYWKA

5.50 **Zakochaj się w Polsce** (50, 51) – magazyn
6.50 **Gra słów. Krzyżówka** – telet., Polska 2019-2026
7.20 **Okrasa łamie przepisy**
8.25 **Familiada** – teleturniej
9.00 **Va banque** – teleturniej
9.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Makłowicz w podróży**
10.50 **Postaw na milion**
12.40 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Zmiennicy** (4) – kom.
14.25 **Pan Mama** (36, 37) – serial kom., Polska 2025
15.35 **Do śmiechu!** (85, 86) – rozr., Polska 2024-2026
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny

TTV HD

7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 14** (10, 11)
8.30 **Kartoteka 11** (12, 13)
10.35 **Detektywi** (218, 219)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (15)
13.35 **Zakup w ciemno 8** (12)
14.35 **Nic do zgłoszenia 5** (6)
15.35 **Złomowisko PL 10** (14)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, Sport**
17.05 **Usterka 15** (10)
17.40 **Zakup w ciemno 5** (5)
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (11)
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Życie na kredycie 9** (25, 26) – reality show, Pol.
21.05 **Zakup w ciemno extra** (18) – reality show, Polska
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (292)

Lekarz mówi Seyran, że leczenie może zwiększyć jej szanse na zajście w ciążę, ale też przyczynić się do nawrotu choroby. Ferit i Suna zastawiają rezydencję. **60 min**

OBYCZAJOWY



20.25 Na dobre i na złe (996)

Jakubek przerywa pracę. Jest przekonany, że ma zawał. Oliwia zostaje sama. Musi podjąć się ryzykownej operacji kobiety z urazem wątroby. Blanka kłóci się z Mariem. **55 min**

ROZRYWKA



20.20 Gwiazdy Kabaretu (194, 193) – Polska 2026

Podsumowanie sezonu i przypomnienie najzabawniejszych występów. W programie pojawią się m.in. Kabaret Czesuaf (zdj.), Zdolni i Skromni, a także Świerszczychrząszcz. **130 min**

SENSACYJNY



21.00 Wasabi: Hubert zawodowiec – Francja/Japonia 2001

Francuski policjant Hubert Fiorentini (Jean Reno, zdj.) leci do Tokio na pogrzeb byłej kochanki. Odkrywa, że ma z nią córkę Yumi (Ryoko Hirosue, zdj.), której życiu grozi niebezpieczeństwo. **120 min**

TELETURNIEJ



19.45 Jaka to melodia?

W każdym odcinku udział bierze troje zawodników. Ich zadaniem jest rozpoznanie prezentowanych fragmentów utworów i podanie ich prawidłowych tytułów. Prowadzi Robert Janowski (zdj.). **45 min**

DOKUMENT



22.00 Kochaj albo wróć (2)

Małgorzata wybiera suknię ślubną. Rozmawia z przyjaciółką na temat swojego związku z Mohamedem. Emin gości w Brennej, gdzie poznaje lokalne zwyczaje i inne polskie tradycje. **60 min**

22.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**
1.40 **Dziedzictwo** (946)
2.30 **Niebezpieczne związki**
3.20 **Program informacyjny 19.30**
3.50 **Prywatne życie zwierząt 14** – przyrod.

21.20 **Na sygnale** (684, 685)
22.15 **Szansa na sukces. Opole 2027** (11)
23.15 **Panorama**
23.45 **Zmiennicy** (13) – kom.
0.45 **Dziennik regionów**
1.00 **Rodzinka.pl** (308) – kom.
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
2.05 **Sport, Pogoda**
2.15 **Ranczo 4** (47) – obycz.

22.30 **Lot 93 z Newark**
FILM – dramat sensacyjny, USA 2006
0.20 **Opowiem ci o zbrodni 2** (4-7) – dok.
2.20 **Love Island. Wyspa miłości** (9) – reality show
3.25 **Lubię disco!** (308) – muz.
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

23.00 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**
1.40 **Dziedzictwo** (946)
2.30 **Niebezpieczne związki**
3.20 **Program informacyjny 19.30**
3.50 **Prywatne życie zwierząt 14** – przyrod.

23.00 **Wasabi: Hubert zawodowiec** – Francja/Japonia 2001
FILM
Francuski policjant Hubert Fiorentini (Jean Reno, zdj.) leci do Tokio na pogrzeb byłej kochanki. Odkrywa, że ma z nią córkę Yumi (Ryoko Hirosue, zdj.), której życiu grozi niebezpieczeństwo. **120 min**

23.00 **Jaka to melodia?**
W każdym odcinku udział bierze troje zawodników. Ich zadaniem jest rozpoznanie prezentowanych fragmentów utworów i podanie ich prawidłowych tytułów. Prowadzi Robert Janowski (zdj.). **45 min**

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (11) – pr. rozrywk., Pol. 2023
0.00 **Nasi w mundurach 4** (8) – reality show, Pol. 2026
1.00 **Diabelnie boskie 2** (10, 11) – reality show, Pol.
1.55 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (25, 26) – obycz.
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (554) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 17.00 Strefa otwarta 17.25 Wojownicy czasu 18.00 Przystanek Kultura 18.20 Z Koronkiewiczem przez Podlasie 18.30 Obiektyw 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Bez kantów 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.20 Pilna sprawa 21.30 Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.00 Filmowe kujawsko-pomorskie 17.30 Klub Kultura 18.15 Słowo daję! 18.30 Zbliżenia 19.00 Rozmowa dnia 19.20 Woda bydgoska 21.00 Rozmowa dnia 21.20 Ekspert ZUS odpowiada 21.30 Zbliżenia 21.45 Sport, Pogoda

GDAŃSK 17.30 Do brzegu 17.50 Polacy na morze 18.15 Czyżewskiego 42 18.30 Panorama 19.00 Zawodowcy 21.00 Tedë jo 21.15 Czyżewskiego 42 21.30 Panorama

KATOWICE 16.47 Dzień z bliska 17.40 Chodźmy do teatru 18.00 Papyn pyto 18.15 Protokół rozbieżności 18.30 Aktualności 18.55 Pogoda, Sport 19.10 Nie daj się zaskoczyć 21.15 Protokół rozbieżności 21.30 Aktualności

KRAKÓW 16.48 Bohaterowie małych ojczyzn 17.10 Msza święta dla chorych 18.00 Etno Małopolska 18.30 Kronika 18.55 Tematy dnia 19.16 Turystyczna jazda 21.02 Wykrywacz kłamstw 21.30 Kronika 21.45 Tematy dnia

LUBLIN 16.50 Miłego popołudnia 17.55 Turystyczna Marka Roztocze 18.10 Reportaż w TVP Lublin 18.30 Panorama lubelska 19.00 Magazyn sportowy 19.15 Scena jest Twoja 21.02 Zdarzenia 21.15 Gość „Panoramy" 21.30 Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.10 Reportaż 17.45 Wykrywacz kłamstw 18.05 Za szybą 18.15 Konkretnie 18.30 Łódzkie wiadomości dnia 18.50 Sport, Pogoda 19.00 Ostatni mistrzowie 21.00 Zapraszamy do nas 21.30 Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.00 Wspólne popołudnie 17.30 Teleskop 17.44 Wspólne popołudnie 18.30 Teleskop 18.45 TalentAsy Senior 21.02 Wykrywacz kłamstw 21.22 Litera | Sztuka 21.30 Teleskop

RZESZÓW 17.02 Kalejdoskop filmowy 17.10 Msza święta dla chorych 18.01 Popołudnie z TVP 3 Rzeszów 18.30 Aktualności 19.00 Rusz się człowieku 19.13 Podkarpackie tablice i inskrypcje 21.00 Wykrywacz kłamstw 21.30 Aktualności

SZCZECIN 17.30 Misja Przyroda! 17.45 Gwiazdorska kuchnia Ani 18.15 Witaj w klubie 18.30 Kronika 18.52 Lena na Kaukazie 19.16 Pracownia reportażu 21.00 Odnaleźć zaginione 21.30 Kronika 21.50 Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.01 Dobrego dnia 17.27 Dobrze napisana historia 17.45 Pora na seniora 18.00 Zawsze na temat 18.30 Kurier Warszawy i Mazowsza 19.04 Reagujemy 21.00 Zawsze na temat 21.30 Kurier Warszawy i Mazowsza 21.51 Wiadomości sportowe

WROCŁAW 17.15 Z Unią na Ty 17.31 Dobra Energia 17.54 Przyszłość jest teraz 18.08 Magazyn kulturze 18.30 Fakty 18.58 Rozmowa „Faktów" 19.16 W swoim czasie 21.02 Magazyn ku kulturze 21.16 Rozmowa „Faktów" 21.30 Fakty

TVP HD

8.55 **Ojciec Mateusz 12** (155, 156) – krym., Pol. 2014
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (936, 937)
12.25 **Ojciec Mateusz 17** (219)
13.20 **Komisarz Alex 13** (164)
14.15 **Ranczo 4** (52) – obycz., Pol.
15.15 **Ranczo 5** (53) – obycz., Pol.
16.05 **Domowe patenty 3**
16.10 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (41) – talk-show
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 5** (68)
19.20 **Ranczo 8** (101) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (294, 295)
21.25 **Ojciec Mateusz 35** (457)
22.20 **Grease** – musical, USA
FILM 1978, reż. Randal Kleiser
0.20 **Stawka większa niż życie** (5, 6) – wojenny, Pol.

TVP KULTURA

12.10 **Isaac Asimov. List do przyszłości** – film dok.
13.15 **Pejzaż bez Ciebie**
14.35 **Chce się żyć** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 2013
16.35 **Daleko od szosy** (1) – serial obyczajowy, Polska 1976
18.05 **Tygodnik kulturalny**
18.50 **Pamiętniki Sherlocka Holmesa** (6) – serial kryminalny
20.00 **Wieczór kinomana**
20.05 **Łowca androidów** – film
FILM s.f., USA/Hongkong 1982
22.15 **PitBull** (12) – serial sens.
23.15 **Czwartkowy klub filmowy** – magazyn filmowy
23.20 **Tramwaj zwany pożądaniem** – dramat psychologiczny, USA 1951

ANTENA HD

10.35 **Zakazana miłość** (33, 34)
12.35 **Polska. Największe dylematy** – program publicyst.
13.35 **Wojny kontenerowe 2** (4) – serial dokumentalny
14.05 **Złapać przemytnika** (33)
15.05 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (6)
16.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3** (4, 5) – reality show, USA
18.00 **77 TV 5** (30, 17) – rozr., Pol.
20.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Toulouse** – film kryminalny, Francja 2021
22.00 **Morderstwa we Francji**
FILM **– Angouleme** – film kryminalny, Francja 2021
0.05 **Okno na mordercę**
FILM – thriller, Australia 2022
1.45 **Ludzkość: Historia nas wszystkich** (4) – dok., USA

TV 6

6.00 **Więzienie** (148, 149) – dok.
6.55 **Policjantki i Policjanci** (907, 908) – serial obycz.
8.55 **48h. Zaginieni** (87-91) – serial kryminalny, Polska
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1299) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (244, 245) – serial kryminalny, Polska
16.00 **Strażnik Teksasu** (16, 17, 11, 12) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (89, 90) – krym., USA
22.00 **Kości** (231, 232) – krym.
23.55 **Zamiana ciał** – komedia,
FILM USA 2011, reż. David Dobkin
2.15 **Cobra Kai** (48) – przyg.
3.05 **Krejzi patrol** (12) – krym.
3.40 **Kochane pieniądze** (8, 9) – serial paradok., Pol. 2021
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

11.55 **London Kills** (3) – krym.
12.55 **Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi** (8, 9) – krym.
15.00 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (6) – krym.
16.00 **Tajemnice Brokenwood 2** (3) – krym.
17.55 **Morderstwa w Midsomer 18** (2) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (2) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 **Zaginiona** (3) – serial krym.
22.00 **Detektyw z Chelsea 4** (2)
23.00 **Luther 2** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2011
0.10 **Happy Valley 3** (2) – krym.

ROMANCE TV

13.20 **Käthe i ja: Córeczka**
FILM **tatusia** – dramat obyczajowy, Niemcy 2020
15.15 **Inga Lindström:**
FILM **Skok w szczęście** – film obyczajowy, Niemcy 2005
17.00 **Lena Lorenz: Rodzice dla**
FILM **mojego dziecka** – dramat obyczajowy, Niemcy 2021
18.55 **Śledztwo prowadzi Watzmann** (36) – krym.
20.00 **Statek marzeń – Coco**
FILM **Island** – obycz., Niem. 2022
21.55 **Toni – akuszer. Władza**
FILM **i ciąża** – obycz., Niem. 2023
23.50 **Śledztwo prowadzi Watzmann** (36) – krym.
0.55 **Statek marzeń – Coco**
FILM **Island** – obycz., Niem. 2022

COMEDY CENTRAL

9.55 **Przyjaciele** (11-14) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 9** (11-16) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 12** (7-10)
16.30 **Przyjaciele** (15-18) – kom.
18.25 **The Office PL 2** (1, 2)
19.35 **Duchy** (1, 2) – serial fantasy
20.35 **Teoria wielkiego podrywu 8** (7-9) – kom.
22.00 **Miasteczko South Park 29** (6)
22.30 **The Office PL 4** (5) – kom.
23.05 **Comedy Club 3** (4, 5)
0.05 **Miasteczko South Park 15** (12, 13)
1.00 **Pracoholicy 4** (13) – kom.
1.30 **Pracoholicy 5** (1) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (19, 20) – program rozrywk.

TVN FABUŁA

9.50 **Młode gliny** (60) – krym.
10.55 **Magda M. 2** (15) – obycz.
11.55 **Prawo Agaty 3** (7, 8)
13.55 **Młode gliny** (61) – krym.
14.55 **Detektywi** (734, 735)
16.05 **Na Wspólnej** (188, 189) – serial obycz., Polska 2003
17.10 **Top 100: filmy wszech czasów** (6) – pr. rozr., Pol.
17.50 **Seriaale Top 5** – pr. kult.
17.55 **OSS 117** – komedia,
FILM Francja/Belgia 2006
20.00 **Odważna** – thriller, USA/
FILM Australia 2007
22.45 **Godzilla i Kong:**
FILM **Nowe imperium** – film przygodowy, USA 2024
1.00 **Strzelec** – dramat
FILM sensacyjny, USA 2007

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (5)
6.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
8.00 **Robert Makłowicz** (145, 150) – mag. kulin.
9.50 **Komisarz Rex 5** (5, 6) – krym., Niemcy/Austria
11.55 **Vera 6** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2015, wyk. Brenda Blethyn, Jon Morrison
13.55 **Katastrofy w przestworzach** (3) – serial dokum., Kanada
18.05 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (5, 6) – reality show, Kanada 2014
19.10 **Aukcja w ciemno 3** (5, 6) – serial dokum., USA
22.40 **Człowiek mafii** FILM – film sensacyjny, USA 2015, wyk. Gina Carano, Robert De Niro
0.35 **Boże Ciało** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2019
3.00 **W pustyni i w puszczy** FILM – film przygodowy, Polska 2001, wyk. Karolina Sawka
5.40 **Przez ciebie, po tobie** – film krótkometraż., Pol.

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Pielęgniarki** (40) – serial paradokumentalny, Polska
7.30 **Na ratunek 112** (889, 890) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (290-292) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1251) – serial paradokumentalny
12.35 **Więzienie** (158-161) – serial dokumentalny, Pol.
14.30 **Świat według Kiepskich** (56-60) – kom.
17.00 **Komisarz Mama** (2) – serial kryminalny, Polska
18.00 **Dlaczego ja?** (1312, 1313) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 **Gliniarze** (1097, 1027) – serial paradokum., Pol.
21.30 **Ranczo 6** (77, 78) – Pol. Lucy przysiada się do pikietujących, którzy po zmroku rozgrzewają się alkoholem. Częstują również panią wójt. Kontroler z kuratorium przygotowuje raport. Kusy próbuje ratować szkołę. **110 min**
23.20 **Ojciec Mateusz 3** (44) – serial kryminalny, Polska
0.20 **Gra z Cieniem 2** (25) – serial kryminalny, Polska
1.15 **Trzeci oficer** (13) – sens.
2.10 **Glina** (1) – serial kryminalny, Polska 2003
3.05 **Wojenne dziewczyny 4** (43) – serial hist., Pol. 2021
3.55 **Klan** (1551) – telen., Pol.
4.25 **Zaraz wracam 3** (177) – obycz., Polska 2026

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (203, 204)
6.30 **Na sygnale** (586, 587)
7.40 **Ojciec Mateusz 11** (136)
8.35 **Komisarz Alex 14** (167)
9.25 **Rodzinka.pl** (205) – kom.
10.00 **Klan** (1551) – telen., Pol.
10.40 **Ranczo 6** (73) – obycz.
11.30 **Rodzinka.pl** (323, 324)
12.35 **Na sygnale** (961)
13.10 **Rodzinka.pl** (292) – kom.
13.50 **Ojciec Mateusz 3** (41, 42) – krym., Pol. 2010
15.40 **Komisarz Alex 14** (168)
16.30 **Na sygnale** (588, 589)
17.40 **Ranczo 6** (75, 76) – obycz.
19.25 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
19.35 **Ojciec Mateusz 3** (43) – serial kryminalny, Polska
20.30 **Ojciec Mateusz 11** (137)

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes 2** (3) – rozr.
6.45 **Podróże kapitana Klipera** (3, 4) – anim.
7.05 **Bolek i Lolek** (3-5) – serial animowany
7.40 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.50 **Polska z góry. Nad wodą 2** (1, 2) – serial dok.
8.50 **Moja** – film krótkometr.
9.20 **Ada! To nie wypada!** FILM – komedia, 1936
11.00 **Potop Redivivus** FILM – film historyczny, 2014
15.05 **Diabeł** – film krótkometr.
15.40 **Co lubią tygrysy** FILM – komedia obycz., 1989, wyk. Wojciech Pokora
17.20 **Pogranicze w ogniu** (17, 18) – serial sensacyjny
20.05 **Młode wilki** – 1995, FILM reż. Jarosław Żamojda Maturzysta Robert (Piotr Szwedes, zdj.), skuszony perspektywą łatwego zarobku, przyłącza się do gangu złodziei aut. Wkrótce bierze udział w pierwszej akcji. Wpada w tarapaty. **120 min**
22.05 **Młode wilki 1/2** FILM – film sensacyjny, 1997
0.05 **Trick** – komedia FILM sensacyjna, 2010
2.15 **Pokaż, kotku, co masz w środku** – kom., 2011
4.20 **Widzisz?** – film krótkometrażowy, 2025
4.55 **Patrzę w niebo** – film krótkometrażowy, 2025
5.35 **Fuck them all**

AXN

6.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 6** (23, 24) – krym., USA/Kan.
7.30 **Agenci NCIS 13** (22, 23) – serial kryminalny, USA
9.20 **Castle 4** (8, 9) – krym.
11.15 **Detektyw Monk 2** (1, 2) – serial kryminalny, USA
13.10 **Agenci NCIS 13** (24) – serial kryminalny, USA
14.10 **Agenci NCIS 14** (1) – serial sensacyjny, USA 2016, wyk. Mark Harmon, David McCallum
15.10 **Zabójcza broń** (4, 5) – serial sensacyjny, USA
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (20, 21) – serial kryminalny
19.05 **Castle 4** (10, 11) – krym.
21.05 **Iluzja 2** – Francja/USA/ FILM Hongkong 2016 Daniel (Jesse Eisenberg, zdj.) i jego koledzy przyjmują kolejne zlecenie. Tym razem muszą wykraść czip, który umożliwia deszyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. **150 min**
23.35 **Olimp w ogniu** – thriller, FILM USA 2013, wyk. Gerard Butler, Aaron Eckhart
1.55 **Castle 4** (10, 11) – serial kryminalny, USA
3.50 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (20) – serial kryminalny
4.50 **FBI: Most Wanted 2** (13) – serial kryminalny, USA
5.35 **Blok promocyjny AXN**

CANAL+ PREMIUM

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
6.05 **Wszyscy święci** – film FILM obyczajowy, Polska 2002
7.25 **Każda mała rzecz** – dok.
9.00 **Kiler-ów 2-óch** FILM – komedia, Polska 1999
10.55 **Arco** – anim., Francja/ FILM USA/Wielka Brytania 2025
12.25 **Premierowa jazda**
12.40 **Długi weekend** – film FILM obyczajowy, Polska 2004
13.55 **Naturalna dzikość serca** – dok., Norwegia
15.20 **Bałtyk** – film dok., Pol.
16.25 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dramat obycz., Fr. 2024
18.05 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.10 **Trzej muszkieterowie** FILM – kostium., Niem./Francja/ Wielka Brytania 2011

KOMEDIA SF



20.00 **Seksmisja** – Polska 1983, FILM reż. Juliusz Machulski
Maks (Jerzy Stuhr, zdj.) i Albert (Olgierd Łukaszewicz, zdj.) zostają poddani hibernacji. W tym czasie wybucha wojna nuklearna. Śmiałkowie budzą się w świecie opanowanym przez kobiety. **160 min**

THRILLER



22.00 **Zmowa milczenia** FILM – Francja 2003
Lekarz jezuita (Gérard Depardieu, zdj.) pomaga w wyjaśnieniu przyczyn tajemniczej choroby zakonnicy (Élodie Bouchez, zdj.). Okazuje się, że siostrę bliźniaczkę dziewczyny dręczą koszmary. **110 min**
23.50 **Kung-fu szał** – komedia FILM sensacyjna, Chiny/ Hongkong/USA 2004
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (497, 498)
4.00 **Strzelnica Navala** (7)
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (139) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

OBYCZAJOWY



SENSACYJNY



THRILLER



SERIAL GROZY



21.30 **Ranczo 6** (77, 78) – Pol. Lucy przysiada się do pikietujących, którzy po zmroku rozgrzewają się alkoholem. Częstują również panią wójt. Kontroler z kuratorium przygotowuje raport. Kusy próbuje ratować szkołę. **110 min**
23.20 **Ojciec Mateusz 3** (44) – serial kryminalny, Polska
0.20 **Gra z Cieniem 2** (25) – serial kryminalny, Polska
1.15 **Trzeci oficer** (13) – sens.
2.10 **Glina** (1) – serial kryminalny, Polska 2003
3.05 **Wojenne dziewczyny 4** (43) – serial hist., Pol. 2021
3.55 **Klan** (1551) – telen., Pol.
4.25 **Zaraz wracam 3** (177) – obycz., Polska 2026

20.05 **Młode wilki** – 1995, FILM reż. Jarosław Żamojda Maturzysta Robert (Piotr Szwedes, zdj.), skuszony perspektywą łatwego zarobku, przyłącza się do gangu złodziei aut. Wkrótce bierze udział w pierwszej akcji. Wpada w tarapaty. **120 min**
22.05 **Młode wilki 1/2** FILM – film sensacyjny, 1997
0.05 **Trick** – komedia FILM sensacyjna, 2010
2.15 **Pokaż, kotku, co masz w środku** – kom., 2011
4.20 **Widzisz?** – film krótkometrażowy, 2025
4.55 **Patrzę w niebo** – film krótkometrażowy, 2025
5.35 **Fuck them all**

21.05 **Iluzja 2** – Francja/USA/ FILM Hongkong 2016 Daniel (Jesse Eisenberg, zdj.) i jego koledzy przyjmują kolejne zlecenie. Tym razem muszą wykraść czip, który umożliwia deszyfrację każdego systemu komputerowego na świecie. **150 min**
23.35 **Olimp w ogniu** – thriller, FILM USA 2013, wyk. Gerard Butler, Aaron Eckhart
1.55 **Castle 4** (10, 11) – serial kryminalny, USA
3.50 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (20) – serial kryminalny
4.50 **FBI: Most Wanted 2** (13) – serial kryminalny, USA
5.35 **Blok promocyjny AXN**

20.00 **Yellowjackets 4** (1) Nadchodzi czas powrotu do domu. Wieczorem ekipa staje przed trudną próbą. Dzieje się to znacznie wcześniej, niż ktokolwiek mógłby sobie wyobrazić. **60 min**
21.00 **The Office PL 6** (7, 8) – serial kom., Polska 2026
21.55 **Desperat** – dramat FILM sensacyjny, USA 2025
23.45 **Wierny ogrodnik** FILM – thriller, Wielka Brytania/ Niemcy 2005
1.50 **Bałkańska vendetta 2** FILM – film sensacyjny, USA/ Włochy/Hongkong 2024

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

13 ULICA

6.30 **Niewidomy detektyw** (2)
8.20 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (12, 13)
10.15 **Bez śladu 6** (13, 14) – krym.
12.05 **Kapitan Marleau 5** (3)
14.05 **Niewidomy detektyw** (3)
16.05 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (14, 15)
18.05 **Bez śladu 6** (15, 16) – krym.
19.55 **Kapitan Marleau 5** (4) – serial kryminalny, Fr. 2020
22.00 **Tajemnice Ainsley** FILM **McGregor: Sprawa dla zegarmistrza** – dramat kryminalny, USA 2026
0.00 **Uwięziona moc** – film s.f., FILM USA 2022, wyk. Bruce Willis
2.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (12, 13) – serial sensacyjny, USA
4.05 **Niewidomy detektyw** (2)

POLSAT FILM

6.00 **Jedziemy na ryby!** (43)
6.55 **Na ratunek 112** (881) – serial paradok., Pol. 2024
7.25 **Poirot** (9) – krym., Wlk. Bryt.
8.30 **Przyjaciółki** (141, 142)
10.30 **Świat według Kiepskich** (1, 2, 199, 200, 84, 85, 38)
14.40 **Dlaczego nie!** – komedia FILM romantyczna, Polska 2007
16.45 **S.W.A.T.: Miasto w ogniu** FILM – film sensacyjny, USA 2011
18.35 **Kowboje i obcy** – film s.f., FILM USA 2011, wyk. Daniel Craig
21.00 **Kingsman: Złoty krąg** FILM – komedia sensacyjna, Wielka Brytania/USA 2017
23.55 **Bad Boys** – komedia FILM sensacyjna, USA 1995
2.25 **Fala zbrodni** (54) – sens.
3.25 **Ślad** (7, 8) – serial krym.
5.20 **Na ratunek 112** (522)

HBO

10.20 **A potem się zobaczy** FILM – komedia, Włochy 2025
11.55 **Na planie 23** (48) – mag.
12.25 **Sypiając z innymi** FILM – komediodramat, USA 2015
14.05 **All American 8** (13) – serial obyczajowy, USA 2026
14.50 **Wolfgang** – dramat FILM obyczajowy, Hiszpania 2025
16.40 **Hacks 5** (7, 8) – serial kom.
17.55 **Kaskader** – komedia FILM sensacyjna, USA 2024
20.00 **Normal** – thriller, FILM Kanada/USA 2025
21.30 **Gran Torino** – dramat FILM sensacyjny, USA/Niem. 2008
23.25 **Mroczny Rycerz powstaje** – film sens., FILM USA/Wielka Brytania 2012
2.05 **Abigail** – horror, FILM USA/Irlandia 2024

WARNER TV

6.30 **Prawo Agaty 6** (9-11)
9.25 **Tropiciele** (3) – serial krym.
9.55 **Cudotwórcy 3** (10) – kom.
10.25 **Teraz albo nigdy! 3** (2-5)
14.20 **Tropiciele** (5) – serial krym.
14.50 **Cudotwórcy 3** (10) – kom.
15.20 **Prawo Agaty 6** (4-6)
18.15 **Kopciuszek. W rytmie miłości** – komedia romantyczna, USA 2011
20.00 **Przyjemniaczek** FILM – komedia sens., Hongkong/ Australia/USA 1997
21.55 **Powrót Batmana** – film FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 1992
0.25 **Duch** – horror, USA 1982, FILM wyk. JoBeth Williams
2.40 **Szczęściarz** – dramat FILM obyczajowy, USA 2012
4.40 **Bodyguard** – film FILM kryminalny, USA 1948

ALE KINO+

10.55 **The Office PL** (3, 4) – kom.
12.05 **Niezwykłe miejsce na śmierć** (3) – serial krym.
14.10 **Bestia 3** (3, 4) – krym., Kan.
16.15 **Ocalona** – thriller, FILM Wielka Brytania/USA 2015
18.15 **Niezwykłe miejsce na śmierć** (4) – serial krym.
20.15 **Largo Winch 3: Cena pieniądza** – film FILM przygodowy, Fr./Belgia 2024
22.15 **Ukojenie** – thriller, USA FILM 2015, wyk. Anthony Hopkins
0.20 **Dom Glassów** – dramat FILM sensacyjny, USA 2001
2.40 **Król** (3) – serial sensacyjny
3.55 **Pierwszy taniec w chmurach**
4.20 **Nagie Oko** – krótkometraż.
4.50 **Fiber** – film krótkometraż.
5.10 **Belfer 3** (3) – serial krym.

CANAL+ FILM

14.30 **Niania w Nowym Jorku** FILM – kom. romant., USA 2007
16.10 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** FILM – film fantasy, USA 2012, wyk. Kristen Stewart
18.05 **Niemożliwe** – dram. katastrof., Hiszpania/USA 2012
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Quebonafide: Północ/ Południe** FILM – musical, Polska 2025, wyk. Kuba Grabowski
21.10 **Zabójca** – film sensacyjny, FILM USA 2007, wyk. Jet Li
22.50 **Fanatyczka** FILM – horror, Kanada 2024
0.35 **Zabójcza orka** – horror, FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2026
2.00 **Wiarołom** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2021

SCIFI

6.00 **Arcadia 2** (1) – serial s.f.
7.00 **Zagubiona tożsamość 2** (6, 7) – s.f., Kan. 2011-2012
9.00 **iZombie 5** (10, 11) – serial grozy, USA 2019
11.00 **Grimm 2** (11-14) – fantasy
15.00 **iZombie 5** (12, 13) – serial grozy, USA 2019
17.00 **Grimm 2** (15-18) – serial fantasy, USA 2012-2013
21.00 **Green Hornet** – komedia FILM sensacyjna, USA 2011
23.25 **Star Trek** – film s.f., USA/ FILM Niemcy 2009
2.05 **Zagubiona tożsamość 2** (7) – s.f., Kanada 2011-2012
3.00 **iZombie 5** (9, 10) – serial grozy, USA 2019
5.00 **Arcadia 2** (1) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

5.00 **Śmieszniej nie będzie 2** (8, 9) – rozr., Wielka Brytania
6.00 **Czarodziejki 8** (12-15)
9.25 **Policyjna grupa pościgowa 16** (10) – dok.
10.35 **Gliniarz z Beverly Hills 3** FILM – komedia sens., USA 1994
13.00 **Czarodziejki 8** (16, 17)
14.50 **W ciemność. Star Trek** FILM – film s.f., USA 2013
17.25 **Star Trek: W nieznane** FILM – film s.f., USA/Hongkong/ Chiny 2016, wyk. Chris Pine
20.00 **Szeregowiec Ryan** FILM – dram. wojenny, USA 1998
23.30 **Wiking** – film fantasy, FILM Chiny/USA/Wlk. Bryt. 2022
2.20 **Gorączka** – film FILM sensacyjny, USA 1995

FX

10.00 **Agenci NCIS** (23) – sens.
10.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (18) – krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (23, 24) – krym., USA
13.45 **Castle** (12) – serial krym.
14.40 **Lucyfer** (14) – serial krym.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (4, 5) – s.f.
19.15 **FBI 5** (14) – krym., USA 2022
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (7) – krym.
21.05 **Zabójcze umysły 12** (8) – serial krym., USA/Kanada
22.00 **CIA** (8) – serial sensacyjny
22.55 **Z archiwum X** (5) – s.f.
23.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

9.50 **Vera 10** (2) – serial krym.
11.50 **Zbrodnie w Grantchester 7** (4) – krym., Wlk. Bryt.
12.50 **Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (12)
15.00 **Strażnik Teksasu 9** (11, 12) – serial sensacyjny
17.05 **Vera 10** (3) – serial krym.
18.55 **Zbrodnie w Grantchester 7** (5) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 **Nieśmiertelny** – film FILM fantasy, USA/Wlk. Bryt. 1986
22.35 **Nieśmiertelny 2. Nowe życie** – film fantasy, Fr./ FILM Wlk. Bryt./Argentyna 1991
0.50 **Nieśmiertelny 3:** FILM **Czarnoksiężnik** – film fantasy, Kanada/Francja/ Wielka Brytania 1994

CANAL+ SERIALE

9.50 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace** (7, 8)
10.50 **Naruto 7** (15-17) – anime
12.20 **To nie jest zagadka kryminalna** (3, 4) – krym.
14.20 **Hollywood Buzz** – mag.
14.55 **13 posterunek 2** (25-27) – serial komediowy, Polska
16.40 **To jest żużel** (7-9) – dok.
18.25 **The Office PL 3** (4-6) – serial komediowy, Polska
20.00 **Wartownicy** (3, 4) – serial wojenny, Francja 2023
21.35 **Minuta ciszy** (1, 2) – obycz.
23.40 **Trigger Point: Stan zagrożenia 2** (1, 2) – sens.
1.30 **Sortownia** (1-4) – serial psychologiczny, Polska 2023
5.00 **Miasta rytm** (11) – dok.

CANAL+ 360

13.00 **Porzucone konstrukcje** (3) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 8** (8) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (3) – dok.
16.00 **Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3** (6) – serial dokum.
17.00 **Lotnisko na Alasce 6** (2)
18.00 **Okręty wojenne** (2) – dok.
19.00 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 8** (6) – dok.
19.50 **Lotnisko na Alasce 6** (3)
20.50 **Z archiwów historii** (2)
21.55 **13 posterunek 2** (34, 35)
23.00 **Porzucone konstrukcje** (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (2)

PIĄTEK 27 listopada

WSCH. SŁ. 07.23 | Imieniny: Dominika, Radosława, Żanety
ZACH. SŁ. 15.39

TeleTydzień

TLC

6.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
8.00 **Jak zostać amiszem**
9.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
10.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
12.00 **Wspólne życie XXL**
14.00 **Cztery żony i mąż**
15.00 Premiera: **Mali ludzie, wielka rodzina 4**
16.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
17.00 **Salon sukien ślubnych** – pr. rozrywk., USA 2017
18.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
20.00 **Kamera, akcja, wpadka!** – pr. rozr., USA



21.00 Premiera: **Wiza na miłość: ostatnia szansa 3** – reality show
22.00 Premiera: **Wiza na miłość: ostatnia szansa. Między sporami 3** – reality show
23.00 **Dr Pryszczylla 5:** Skóra zombie – serial dokum.
0.00 **Moje koszmarne stopy**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (114, 115) – pr. rozrywk., Pol. 2020
6.55 **Przyjaciółki** (117, 118) – serial obycz., Pol. 2017
8.55 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (11, 12) – reality show, Pol.
11.55 **Śmierć pod palmami** (41, 42) – serial kryminalny
14.10 **Bogaty dom – biedny dom** (117, 118) – reality show, Polska 2024
16.05 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (13) – reality show, Pol. 2014
17.35 **Nasz nowy dom** (352, 353) – reality show



20.00 **Kolacja w ciemno** (35, 36) – program rozrywkowy, Polska 2023
22.00 **Gry małżeńskie** (221, 198, 199) – reality show, Polska
1.05 **Więzienie kobiet** (5-8) – serial dokum., Pol. 2022
3.00 **Zdrady** (159-161) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

5.15 **Tu jest pięknie** (7) – rozr.
5.50 **Jestem z Polski** (3) – serial dokum., Pol. 2020
6.45 **Zgłoś remont: spełniamy marzenia** (5)
7.45 **Dzień Dobry TVN** – mag.
11.25 **Bitwa o gości** (6)
12.25 **Ugotowani** (4)
13.30 **Kuchenne rewolucje** (3, 9) – pr. rozrywk., Polska
15.35 **Dziewczyny z wypiekami** (5) – mag.
16.05 **Japonia na talerzu** – film dokumentalny, Pol.
17.10 **Teraz one** (9) – rozr., Pol.
17.45 **Kuchenne rewolucje** (5, 10, 11) – pr. rozr., Polska



20.50 **Love the Look** (9) – mag.
21.50 **Jestem z Polski 18** (9)
22.50 **Jestem z Polski 15** (17)
23.50 **EuroPOLKI studentki** (10) – pr. rozr., Pol. 2024
0.45 **Down the road** (4) – dok.
1.45 **Tu jest pięknie** (2) – rozr.
2.30 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (4) – mag.
3.10 **Dieta czy cud?** (10)

DISCOVERY CHANNEL

10.00 **Budowa na końcu świata 6**
11.00 **Klan z Alaski:** W gruzach
12.00 **Celnicy na straży Szwecji 2** (3)
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa** (2)
15.00 **Złomowisko PL** (2)
16.00 **Poszukiwacze przeklętego złota 5**
17.00 **Gwiezdne bitwy:** Wielki sen
18.00 **Porty** (1)
19.00 **Złomowisko PL** (1)
20.00 **W oku cyklonu:** W szponach tornada



21.00 **Przystanek Bieszczady** (3)
22.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22**
23.00 **Alaska w budowie 8**
0.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (5)
1.00 **Zoom na architekturę**
2.00 **Euro Truckersi 4** (1)
3.00 Premiera: **Łowcy staroci**

TVP HISTORIA

8.35 **Flesz historii** (789)
9.10 **Encyklopedia II wojny światowej**
9.35 **Polskie 100 lat**
10.05 **Saga prastarej puszczy**
11.10 **Wszystkie kolory świata**
12.05 **Triest – miasto o wielu przydomkach** – film dok.
13.00 **Kennedy, Sinatra i mafia** (2-ost.) – film dok.
14.00 **Zmiennicy** (3) – kom.
15.00 **Sensacje XX wieku**
17.25 **Wojenne dziewczyny 5** (65) – serial hist., Pol. 2022
18.15 **Wojownicy czasu** (120)
18.55 **Zipser** – film dok., Pol.



20.00 **Ferrari** – dramat biograf., FILM USA/Wlk. Bryt./Wł. 2023
22.15 **Sensacje XX wieku** – program historyczny
23.10 **Król** (3) – sens., Pol. 2020
0.20 **Encyklopedia II wojny światowej:** Berchtesgaden – dok.
0.45 **Wojenne dziewczyny 5** (65) – serial hist., Pol. 2022

FOKUS TV

6.05 **48h. Zaginieni** (62)
7.00 **Było sobie życie** (25, 26)
8.00 **Był sobie człowiek** (1, 2) – serial animowany
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (31, 32) – serial dok., USA
11.00 **Gwiazdy lombardu** (2)
12.00 **Poszukiwacze historii** (11, 12)
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** – dok., Wlk. Bryt.
15.00 **Przygody poszukiwaczy złota** (6) – serial dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka 3** (12, 13) – serial dok., USA
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (9, 10)



20.00 **Celtowie – historia nieznana** (1) – film dok.
21.00 **Tajemnice piramid** (4) – serial dok., Francja 2019
22.00 **Pearl Harbor – świat w ogniu, część 1** – dok.
23.00 **Pearl Harbor – świat w ogniu, część 2** – dok.
0.00 **Czy twój smartfon cię szpieguje?** – film dokum.

METRO

10.25 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (560, 561)
12.25 **Szkoła** (696) – paradok., Pol.
13.25 **Brzydula** (217, 218) – kom.
14.35 **Damy i wieśniaczki. Za granicą 2** (9) – serial fab.-dok.
15.35 **Druga szansa 3** (11) – obycz.
16.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
18.05 **Złomowisko PL 8** – dok.
19.05 **Kartoteka 10** (10) – fab.-dok.
20.10 **Akademia policyjna 3:** FILM **Ponowne szkolenie** – komedia, USA 1986
22.00 **Jack Reacher** FILM – film sensacyjny, USA 2012
0.30 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** – serial dok.
1.30 **Szpital** (978) – paradok., Pol.
2.30 **Szkoła** (703) – paradok., Pol.

ZOOM

6.10 **MacGyver** (11, 12) – sens.
8.10 **Strażnik Teksasu 5** (10, 11)
10.05 **Kobra – oddział specjalny 23** (5, 6) – sens.
12.20 **FBI 5** (4, 5) – serial kryminalny
14.20 **Bitwa o palety 2**
15.25 **Wojny magazynowe: Kanada 2** – reality show, Kan.
16.45 **Sensacje XX wieku** – hist.
19.00 **Kobra – oddział specjalny 25** (14, 15) – sens.
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 2** (3, 4)
23.00 **Magia nagości. Polska 4**
0.05 **Milf manor – mamuśki rządzą 2** – reality show, USA
1.10 **Magia nagości. Włochy 3**
2.00 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
5.20 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

10.55 **Makłowicz w drodze**
12.05 **Symon gotuje w domu**
13.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** – telet. kulin.
14.15 **Mistrzostwa w świątecznych wypiekach** – reality show
16.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.15 **Włoski turniej smaku: Apulia** – reality show
19.15 **Wiejskie włoskie gotowanie** – magazyn kulin.
20.50 **Antonia Lofaso: śledztwo od kuchni** – pr. rozrywk.
21.55 **Nieprawdopodobne: Święto Dziękczynienia**
22.55 **Co jest w lodówce**
23.55 **Człowiek, ogień i wyżerka**
1.25 **Budżetowe wyzwanie**

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Jak działa wszechświat?**
11.00 **Niemiecka budowlanka**
13.00 **Kosmiczna mapa skarbów**
15.00 **Jak działa wszechświat?:** Nowe zagrożenie: apokalipsa asteroidów; Misja na kometę
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Poszukiwacze dinozaurów:** Mamy czaszkę!; Nanotyran czy tyranozaur? – serial dokum.
23.00 **Tesla: Niebezpieczny umysł:** Superbroń; Geniusz i buntownik – serial dokum.
1.00 **Jak działa wszechświat?**
5.00 **Kosmiczna mapa skarbów**

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.05 **Potężne królowe Egiptu**
12.00 **UFO: Przełomowe śledztwa**
13.00 **Starożytne konstrukcje**
15.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**
16.00 **Najdziwniejsze przedmioty**
17.00 **Burzliwa historia Tudorów**
18.00 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu**
19.05 **Hitler i jego świta** (1) – dok.
20.00 **Katastrofa w przestworzach**
21.00 **W obliczu zagłady**
23.00 **Wojna koreańska** (1) – dok.
0.05 **Al-Kaida: Przed 11 września** (3) – film dokum.

BBC EARTH

10.30 **Życie na pustkowiu** – dok.
11.25 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 7** – serial dokum.
12.25 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
13.25 **Mroźna planeta** – dok.
14.30 **W okowach mrozu 10**
15.35 **Życie na pustkowiu** – dok.
16.30 **Attenborough i olbrzymi dinozaur z Patagonii** – dok.
17.40 **Mroźna planeta** – dok.
18.45 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Dziki połów: nieznane wody** – serial dokumentalny
20.55 **W okowach mrozu 2** – dok.
22.55 **Zabójcza pogoda 5** – dok.
1.00 **Mroźna planeta** – dok.
1.55 **Życie na pustkowiu** – dok.

WP

9.55 **Pogoda**
10.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
11.00 **Wariaci za kierownicą 7**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6** (2)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4** – serial dokum.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
16.55 **Pogoda**
17.00 **Inspektor Vera 2** (2) – krym.
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4**
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 16**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 12**
23.50 **Mistrzowie Kabaretu 4**
0.50 **Mistrzowie Kabaretu 14**
1.50 **Mistrzowie Kabaretu 3**

NOWA TV

8.30 **Więzienie** – serial dokum.
10.00 **Ojciec Brown 4** (39, 40)
12.00 **Śmierć pod palmami 5** (8)
13.00 **Śmierć pod palmami 6** (1)
14.00 **Świat według Kiepskich** (511, 512) – serial kom., Polska
15.00 **Świat według Bundych 3** (51-56) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (14) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (126, 27, 28)
21.00 **Zdrady** (110) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (60, 61, 105) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Daleko od noszy** (23, 24)
5.00 **Pod lupą MIGACZ 2**

HGTV HOME & GARDEN

11.55 **Włoszki wymiatają!** – dok.
12.35 **Uratuj swój ogród 8** – mag.
13.35 **Patent na dom** – pr. rozr.
14.35 **Mieszkanie na miarę**
16.30 **Polowanie na ogród 8**
17.40 **Polowanie na ogród 9**
18.15 **Poukładani 2** – pr. rozrywk.
19.15 **Weekendowa metamorfoza 6** – pr. rozr.
21.05 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
22.05 **Zgłoś remont – spełniamy marzenia** – pr. rozrywk.
23.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 6**
0.00 **House Hunters – Poszukiwacze domów 7**
1.05 **Kupujemy dom na plaży 28** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Nowe życie na Bahamach**
8.05 **Walka o bagaż** – serial dok.
10.10 **Kulinarne podróże z Guyem Fierim** – mag.
12.15 **Szokujące potrawy** – dok.
14.20 **Człowiek kontra jedzenie**
14.55 **Niezwykłe Stany Prokopa**
17.00 **Tropicielki rodzinnych historii** – serial dokum.
19.00 **Pojedynki Eda Stafforda** – serial dokumentalny
21.05 **Nagi instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
0.05 **Kobieta na krańcu świata**
0.40 **Szokujące potrawy** – dok.
2.40 **Tropicielki rodzinnych historii** – serial dokum.
4.40 **Dziwaczne potrawy** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 **Kalahari: podziemne życie pustyni** – film dokumentalny
9.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Planeta ptaków** – film dok.
13.00 **Nilgiri: błękitne góry Indii**
14.00 **Królestwo białego wilka** (3) – film dokumentalny, USA
15.00 **Drapieżnik kontra ofiara**
16.00 **Olśniewająca Ameryka**
17.00 **Niezwykły dr Pol**
19.00 **Walki zwierząt**
20.00 **Delta rzeki Okawango**
22.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Nilgiri: błękitne góry Indii**
3.00 **Królestwo białego wilka** (3) – film dokumentalny, USA
4.00 **Drapieżnik kontra ofiara**
5.00 **Dzika przyroda Europy** (1)

POLSAT VIASAT HISTORY

10.10 **Adolf Hitler: Zrozumieć dyktatora:** Tajemnice Hitlera
11.15 **Pompeje: Nowe wykopaliska**
16.30 **Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej**
17.35 **Projekt Manhattan: w kolorze** – dok., Wlk. Bryt.
18.35 **Wielkie metropolie starożytności**
19.50 **Kleopatra: tajemnicza władczyni**
21.00 **Zakazana historia 7**
22.05 **Ramzes: władca Egiptu**
23.05 **Tajemnice machiny wojennej nazistów**
0.10 **Pompeje: Nowe wykopaliska**

CANAL+ KUCHNIA

16.30 **Ekoporady z Julią Oleś 3**
16.32 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 3** – mag.
16.40 **Ekoporady z Julią Oleś 3**
16.45 **Jamie Oliver: jedz na zdrowie** – serial dokum.
17.45 **Jamie: święta z wyprzedzeniem** – mag.
18.40 **Eva Longoria: w poszukiwaniu francuskich smaków**
19.45 **M jak mięso 11** – mag. kulin.
20.20 **Jamie: dania w 20 minut**
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6** – dok.
23.40 **Planeta słodyczy** – dok.

CANAL+ DOMO HD

12.10 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** – serial dokum.
14.05 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** – serial dokum.
15.00 **Najlepszy dom w okolicy** – serial dokumentalny
16.00 **Daleko od miasta 17** – dok.
17.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** – serial dokum.
18.00 **Ucieczka na wieś 24** – dok.
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 11** – dok.
21.00 **Najlepszy dom w okolicy**
22.00 **Wielkie projekty: transformacje** – serial dok.

SUPER POLSAT

11.00 **Pokochaj lub sprzedaj**
11.55 **Świat według Kiepskich** (430-432) – serial kom., Polska
13.30 **Farma** – reality show, Polska
14.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** – reality show, Pol.
16.05 **Ninja Warrior Polska**
17.55 **Świat według Kiepskich** (489) – serial komediowy, Pol.
18.25 **SuperMarket Chef**
19.00 **Rolniczki** – serial dokum.
21.00 **Wojna o planetę małp** FILM – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017
23.55 **Bez urazy** – komedia, FILM USA 2023

TVP KOBIETA

13.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** – talk-show
14.00 **Lecę za miłością** – magazyn
14.30 **Blisko – rozmowy z Aleksandrą Piotrowską**
15.00 **Rodzinka.pl** (324) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 23** (291, 292) – serial kryminalny
17.20 **Niebezpieczne drogi**
18.30 **Tak to leciało!** – telet. muz.
19.30 **Panna młoda** (59) – obycz.
20.30 **Złoty chłopak** (286) – obycz.
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (370) – serial obycz.
22.30 **Paryż może poczekać** FILM – kom. obycz., Jap./USA 2016

PLANETE+

11.25 **Zielony ląd biegunów**
12.30 **Niezwykłe podróże koleją 9** – serial dokum.
13.40 **Afryka z góry:** Botswana
14.45 **360° Świat bez granic**
15.50 **Na targach świata 2**
17.00 **Włochy z góry** – serial dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.40 **Wytwórz i wyślij** – dok.
19.45 **Zaginiona świątynia Artemidy** – film dokumentalny
20.50 **My, budowniczowie nowej Czechosłowacji**
22.00 **Prost** – serial dokumentalny
23.10 **Planeta Seks** – serial dok.
0.15 **Miasta rytm:** Olsztyn – dok.

TVP DOKUMENT

13.00 **Wenecja, miasto wyrosłe z bagien** – film dok., Fr. 2024
14.00 **San Diego – najdzikszе miasto Ameryki** – film dok.
15.00 **Królestwo mokradeł**
16.00 **Szczepionki i ludzie** – dok.
17.05 **Orlando – światowa stolica rozrywki** – film dok.
18.05 **Lokalsi:** Mama Krysia; Piotr
19.10 **Depresja mon amour (Janusz Głowacki)** – dok.
20.15 **Ludzie z mikroplastiku** – film dokum., Wlk. Bryt./USA
21.25 **W krainie pszczoły miodnej** – film dokumentalny
22.30 **Pasja według Agnieszki**

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

- 10.05 **Piłka nożna:** Puchar Portugalii – mecz 4. rundy: FC Porto – USC Paredes
- 12.10 **Piłka nożna:** Liga Narodów – podsumowanie występu Polaków
- 13.15 **Kamerą TVP Sport**
- 14.15 **Piłka nożna:** Liga Mistrzów UEFA – skróty
- 16.05 **Biathlon:** Zawody PŚ w Kontiolahti – bieg indywidualny kobiet **(live)**
- 17.55 **Piłka nożna:** Betclic 2. Liga – mecz: GKS Tychy – Chojniczanka **(live)**
- 18.50 **Sylwetka – Hubert Hurkacz**



- 20.00 **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Polska – Chorwacja **(live)**
- 23.15 **Sportowy wieczór**
- 23.45 **Biathlon:** PŚ w Kontiolahti
- 1.00 **Koszykówka mężczyzn:** NBA – mecz: Knicks – Miami Heat **(live)**

EUROSPORT 1

- 11.50 **Kombinacja norweska:** Zawody Pucharu Świata w Ruce – konkurs skoków **(live)**
- 12.50 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce – 10 km stylem klasycznym mężczyzn **(live)**
- 14.30 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce – 10 km stylem klasycznym kobiet
- 15.20 **Kombinacja norweska:** Zawody PŚ w Ruce – bieg na 7,5 km **(live)**
- 16.00 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Obergurglu – slalom kobiet



- 16.45 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce **(live)**
- 18.45 **Narciarstwo dowolne:** PŚ w Innsbrucku **(live)**
- 20.20 **Racing on the Edge**
- 20.50 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
- 22.00 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
- 23.30 **Racing on the Edge**

POLSAT SPORT 1

- 8.15 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – program krótki solistek **(live)**
- 10.35 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – taniec rytmiczny **(live)**
- 11.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – program krótki solistów **(live)**
- 13.35 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
- 16.00 **7. strefa** – mag. siatkarski
- 17.20 **Siatkówka kobiet:** TAURON Liga Kobiet: Stal Mielec – MKS Kalisz **(live)**



- 20.20 **Siatkówka kobiet:** TAURON Liga Kobiet: ŁKS – #VolleyWrocław **(live)**
- 23.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
- 1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
- 4.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – taniec dowolny **(live)**

TVP ABC

- 7.30 **Świnka Peppa 3**
- 7.40 **Przygody Misia Paddingtona 2**
- 8.05 **Sir Mysz**
- 8.20 **Heidi**
- 8.40 **Małe i duże przygody Miffy**
- 9.00 **Stacyjkowo**
- 9.30 **Domisie**
- 10.00 **Ugotuj nam bajkę**
- 10.20 **Bolek i Lolek w Europie**
- 10.45 **Reksio**
- 11.05 **Wegezaury**
- 11.35 **Pszczółka Maja**
- 12.00 **Strażak Sam 14**
- 12.25 **Domisie**



- 12.55 **Kocie kalamburki**
- 13.00 **Zaczarowany świat...**
- 13.25 **Oktonauci 3**
- 13.50 **Frycek – mały Chopin**
- 14.05 **Ernest i Celestyna**
- 14.35 **Lupin wśród bajek**
- 14.45 **Olí i Luna**
- 15.15 **Al-chemik**
- 15.35 **Księga Ksiąg**
- 16.05 **Krecio**

MINIMINI+

- 5.05 **Bardzo małe stworzonka**
- 6.10 **Dora poznaje świat 8**
- 7.33 **Kicia Kocia 2**
- 8.30 **Chmurka i Burza**
- 9.05 **Bing**
- 10.00 **Pszczółka Maja 2**
- 11.06 **Staś da radę**
- 11.55 **Psi Patrol**
- 12.50 **Moje urodziny**
- 13.00 **Psi Patrol 2**
- 14.00 **Basia**
- 15.10 **Kicia Kocia**
- 15.55 **44 Koty 2**
- 17.20 **Staś i fajna Babcia**
- 17.50 **Moje urodziny**
- 17.57 **Staś i fajna Babcia**



- 18.15 **Sylvanian Families**
- 18.40 **Dora poznaje świat 8**
- 19.35 **Kicia Kocia**
- 20.25 **Mały Charlie**
- 21.36 **Zouk 2**
- 22.04 **Trojaczki**
- 22.45 **Zouk 2**
- 22.56 **Polly Pocket 6**
- 23.07 **Zouk 2**
- 23.24 **Przyjaciel pies**

TVN 24

- 8.35 **Strefa kibica – zima** – magazyn sportowy
- 9.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
- 10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
- 11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
- 12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
- 14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
- 15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
- 16.00 **Fakty po południu** – inf.
- 18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
- 19.15 **Serwis informacyjny**
- 19.25 **Fakty po Faktach** – inf.



- 20.00 **Bez kitu** – pr. publicyst.
- 21.00 **Polska i świat**
- 22.00 **Szkło kontaktowe**
- 23.00 **Dzień po dniu**
- 23.42 **Strefa kibica – zima kroniki**
- 0.00 **Fakty po Faktach** – inf.
- 0.50 **Bez kitu** – pr. publicyst.
- 1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
- 2.45 **Nowa Maja w ogrodzie**

CANAL+ SPORT

- 11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Płock – Legia Warszawa
- 13.45 **Premier League: The Big Interview** (15)
- 14.25 **Premier League Stories** (14)
- 15.00 **Premier League Review**
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Betis
- 18.15 **LaLiga Highlights**
- 18.55 **Champions Pack**
- 20.00 **Super Piątek**
- 20.25 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock **(live)**
- 22.30 **Super Piątek**
- 23.05 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 180

EUROSPORT 2

- 12.30 **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfaście
- 14.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Obergurglu
- 15.15 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Lillehammer
- 16.00 **Snooker:** Turniej British Open
- 17.05 **Tadej Pogacar: Anatomy of a Goat**
- 18.05 **Kolarstwo przełajowe:** PŚ w Ostrawie **(live)**
- 19.25 **Cycling Show**
- 19.35 **Kolarstwo przełajowe:** PŚ w Ostrawie **(live)**
- 21.05 **Biegi górskie:** Podsumowanie sezonu
- 22.05 **Jeździectwo:** Zawody PŚ w Los Angeles
- 23.05 **Narciarstwo dowolne**

POLSAT SPORT 2

- 8.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: Paris Saint-Germain HB – ORLEN Wisła Płock
- 10.00 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu – monobob **(live)**
- 11.30 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu – monobob **(live)**
- 13.00 **Skeleton:** PŚ w Altenbergu – 1. przejazd mężczyzn **(live)**
- 16.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
- 18.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
- 20.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
- 23.00 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu
- 1.00 **Sporty walki:** NOC MMA 12: Koszalin: Łukasz Parobiec – Rafał Jaszczuk 07.03.2026

NICKELODEON

- 8.50 **Harmidom 3**
- 10.10 **SpongeBob Kanciastoporty 16**
- 11.30 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
- 11.50 **Grzmotomocni: Tajniacy**
- 12.20 **Niebezpieczny Oddział 3**
- 12.50 **Niebezpieczny Henryk**
- 13.20 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
- 14.20 **Harmidom 2**
- 15.40 **Harmidom 5**
- 16.00 **Marsuplilamki**
- 17.30 **Harmidom 10**
- 18.25 **Harmidom 4**
- 19.00 **Niebezpieczny Henryk 4**
- 19.55 **Niebezpieczny Oddział 2**
- 20.25 **Grzmotomocni 3**
- 21.25 **iCarly**

TELETOON+

- 8.19 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
- 8.45 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
- 9.22 **Było sobie życie**
- 9.51 **Ki i Hi w Królestwie Pandy**
- 10.21 **Angelo rządzi**
- 10.51 **Siostry 3**
- 11.25 **Polly Pocket 6**
- 12.18 **Charlotte i trzy muszkieterki**
- 12.47 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
- 13.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
- 13.40 **Polly Pocket 6**
- 14.23 **Dinuś i Lusia**
- 14.50 **Siostry 2**
- 15.20 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

- 16.00 **Dzień w godzinę**
- 16.45 **Trochę kultury**
- 17.00 **Teleexpress**
- 17.15 **Teleexpress Extra**
- 17.35 **Panorama**
- 17.42 **Wykrywacz kłamstw**
- 18.00 **Panorama**
- 18.30 **Forum**
- 19.15 **Trochę kultury**
- 19.30 **Program informacyjny 19.30**
- 20.18 **Kłamstwo nie przejdzie**
- 21.00 **Kwiatki polskie**
- 21.45 **Panorama**
- 22.10 **Oko na świat**
- 22.30 **Program informacyjny 19.30**
- 22.45 **112. Magazyn kryminalny**
- 23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

- 10.30 **Tenis:** Turniej WTA Finals w Indian Wells
- 12.45 **Tenis:** Turniej WTA Finals w Indian Wells
- 15.00 **Tenis:** Turniej WTA Finals w Indian Wells
- 17.15 **Tenis:** Turniej WTA Finals w Indian Wells
- 19.30 **8 wspaniałych** (2)
- 20.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: UD Levante – Racing Santander **(live)**
- 23.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Dubaju – mecz finałowy mężczyzn
- 1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Radomiak Radom – Wisła Kraków

ELEVEN SPORTS 1

- 11.20 **Podróż do świata Calcio**
- 11.55 **Formuła 2:** Grand Prix Kataru – sesja treningowa **(live)**
- 13.10 **Inside Serie A** (13)
- 13.50 **F2: Chasing the Dream**
- 14.10 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – 1. sesja treningowa **(live)**
- 15.55 **Formuła 2:** Grand Prix Kataru – sesja kwalifikacyjna **(live)**
- 17.05 **GP Confidential**
- 17.40 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – 2. sesja treningowa **(live)**
- 19.25 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – 1. sesja treningowa
- 20.40 **Piłka nożna:** Liga włoska: Venezia FC – Bologna **(live)**
- 23.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – 2. sesja treningowa

POLSAT SPORT 3

- 11.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń – mecz: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace
- 13.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń: KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC
- 15.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: Paris Saint-Germain HB – ORLEN Wisła Płock
- 18.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń – mecz: UNI Opole – Volley Mulhouse Alsace
- 23.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM: Dinamo – Industria Kielce
- 1.00 **Sporty walki:** One Punch w Ostrowcu Świętokrzyskim – walka: Adrian Gunia – Rafael Hudson 05.04.2024

NICK JR.

- 8.20 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
- 8.50 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
- 9.40 **Pan Krokodyl**
- 10.35 **Świnka Peppa 3**
- 10.50 **Santiago z mórz**
- 11.15 **Dora 3**
- 11.45 **Zwierzęce zagadki**
- 12.20 **Rubble i jego ekipa**
- 13.00 **Psi Patrol 7**
- 13.40 **Świnka Peppa 5**
- 13.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
- 14.25 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
- 14.45 **Barbapapa i jego rodzinka 2**

DISNEY JUNIOR

- 8.00 **Spidey i superkumple 4**
- 8.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2**
- 9.00 **Klub Myszki Miki Plus**
- 10.00 **Blue**
- 11.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
- 11.30 **Psia Brygada**
- 12.00 **Spidey i superkumple 4**
- 12.30 **Blue 2**
- 13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
- 14.00 **Superkoty 3**
- 14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
- 15.00 **Iron Man i super ekipa**
- 15.30 **Spidey i superkumple 3**
- 16.00 **Blue 2**
- 17.00 **Klub Myszki Miki Plus**

POLSAT NEWS

- 8.00 **Nowy dzień**
- 10.00 **W rytmie dnia**
- 12.50 **Wydarzenia 12:50**
- 13.30 **W rytmie dnia**
- 15.30 **Sport**
- 15.50 **Wydarzenia 15:50**
- 16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
- 18.00 **Najważniejsze pytania**
- 19.15 **Gość „Wydarzeń"**
- 19.50 **Debata Gozdyry**
- 21.50 **Wydarzenia wieczorne**
- 22.30 **Dzień na świecie**
- 23.30 **Obraz dnia**
- 0.00 **Najważniejsze pytania**
- 1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**
- 2.40 **Wydarzenia wieczorne**

CANAL+ SPORT 5

- 10.15 **LaLiga Show**
- 11.00 **Wysoki Pressing**
- 12.45 **Ekstrapaka**
- 14.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
- 18.15 **1 na 1 Extra**
- 18.55 **Premier League: The Big Interview** (15)
- 19.30 **LaLiga Show**
- 20.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
- 0.20 **Boks:** Walka o pasy IBF World, IBO World i WBC World w Cardiff – waga półśrednia: Lauren Price – Michaela Kotaskova

ELEVEN SPORTS 2

- 12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia M'gladbach – BVB
- 14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: SS Lazio – US Lecce
- 16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – 1. FC Köln
- 18.00 **Formuła 1:** GP Las Vegas
- 20.20 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – Borussia M'gladbach **(live)**
- 22.40 **Podróż do świata Calcio**
- 23.15 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny
- 0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Stade Brestois 29 – Paris FC

POLSAT PLAY

- 6.00 **Budowlańcy**
- 6.30 **Kołowrotek**
- 7.00 **Gwiazdy lombardu**
- 11.00 **Hardkorowy lombard**
- 14.00 **Polacy za granicą**
- 16.00 **Złomiarze**
- 18.05 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
- 20.05 **Chłopaki do wzięcia** – serial dokumentalny
- 22.00 **Zawód glina** – serial dokumentalny
- 23.05 **Łowca pedofilów**
- 1.05 **Więzienie**
- 2.05 **Złomiarze**
- 3.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

- 11.15 **Wojny samochodowe**
- 12.15 **Naprawy nie do naprawy**
- 13.00 **Zawodowi handlarze**
- 14.30 **Wojny samochodowe**
- 16.30 **Jeździć, obserwować**
- 18.00 **Raport Turbo**
- 18.15 **Mobilni mechanicy**
- 19.45 **Naprawy nie do naprawy**
- 20.30 **Z drugiej ręki**
- 22.00 **Raport Turbo**
- 22.15 **Zawodowi handlarze**
- 23.00 **Polski supersamochód**
- 23.45 **Ciężarówką przez Malezję**
- 0.45 **Naprawy nie do naprawy**
- 1.30 **Zawodowi handlarze**

TVS

- 5.30 **Pasmo ciekawostek**
- 6.00 **Telesprzedaż**
- 10.05 **Dzisiaj w regionie**
- 10.20 **Ekowizja**
- 10.50 **Wochenblatt TV**
- 11.10 **Dzisiaj w regionie**
- 11.25 **Muzyczne dzień dobry**
- 12.50 **Klachy i Lachy**
- 14.30 **Hansi Hinterseer zaprasza**
- 16.55 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
- 18.00 **Koncert życzeń**
- 19.05 **Koncert w TVS**
- 21.05 **Koncert w TVS**
- 22.55 **Szlagierowa lista**
- 0.55 **Program muzyczny**

TV TRWAM

- 18.05 **Informacje dnia**
- 18.15 **Westerplatte młodych**
- 19.00 **Warto zauważyć... w mijającym tygodniu**
- 19.30 **Historie Starego Testamentu**
- 19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
- 20.00 **Informacje dnia**
- 20.20 **Różaniec**
- 20.50 **Myśląc Ojczyzna**
- 21.00 **Apel Jasnogórski**
- 21.20 **Informacje dnia**
- 21.40 **Polski punkt widzenia**
- 22.00 **Miasteczko na rozdrożu**
- 22.50 **Poznań bez serca**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

GERARD BUTLER

Gerry na każdą okazję

Z wykształcenia jest prawnikiem, ale w wieku 25 lat postawił na aktorstwo. Na planie swojego pierwszego filmu uratował topiące się dziecko i nabawił się hipotermii... Trudne początki go nie zniechęciły i dziś Gerard Butler co chwila gości na naszych ekranach.

➔ ŚWIAT W OGNIU SO 28.11 godz. 21.50 TV PULS



OLIMP W OGNIU (2013), LONDYN W OGNIU (2016)

Komu nie dość Banninga, tego samego wieczoru może obejrzeć też jego wcześniejsze przygody. AXN przypomni w sobotę aż dwie części przeboju z Butlerem oraz z Aaronem Eckhartem w roli prezydenta.

➔ SO 28.11 godz. 20.00 I godz. 22.25 AXN

300 (2006)

Wielu zna go przede wszystkim jako króla Leonidasa. Ale to nie jedyna postać historyczna, w którą się wcielał! Grał m.in. tytułową rolę w serialu o Attyli, wodzu Hunów, oraz rzymskiego polityka Tullusa Aufidiusa w ekranizacji szekspirowskiego „Koriolana".

➔ NETFLIX



WYSOKA FALA (2012)

W dramacie biograficznym o Frostym Heesonie udzielał lekcji życia i sportów wodnych. Aktor zamiłowanie do surfowania przypłacił groźnym wypadkiem i uzależnieniem od leków... które sam szybko zauważył i z którym skutecznie zawalczył na odwyku.

➔ POLSAT BOX GO



UPIÓR W OPERZE (2004)

W głośnym musicalu pokazał, że potrafi też zaśpiewać – i to dostojnym barytonem (w przeszłości występował zresztą w zespole rockowym). Niestety, jego szkocki akcent nie wszystkim pasował do roli nieszczęśliwego geniusza z podziemi paryskiej opery.

ŚWIAT W OGNIU (2019)

Jako Mike Banning, agent Secret Service, chroni prezydenta i zapobiega eskalacji światowych konfliktów. To już trzeci film o pełnych akcji, strzelanin i wybuchów losach Banninga. Powstały też dwa seriale z cyklu „W ogniu" (już bez Butlera) – najnowszy, „Apollo w ogniu", premierę miał tej jesieni.



JAK WYTRESOWAĆ SMOKA (2010)

Anglojęzyczna publiczność słyszała go jako Stoika Ważkiego. Rolę powtórzył w aktorskiej wersji filmu z 2025 roku, która została zadedykowana pamięci jego niedawno zmarłej matki.

➔ NETFLIX, PRIME VIDEO, SKYSHOWTIME

Fot.: East News, materiały prasowe


Boscy zastanawiają się, z którego syna są najbardziej dumni.

RODZINKA.PL

Wybór iście boski

RODZINKA.PL SO 28.11 godz. 20.00 TVP 2

Natalia (Małgorzata Kożuchowska) i Ludwik (Tomasz Karolak) organizują w domu wielki ranking rodzicielski. Chcą wybrać najlepszego syna, ale szybko przekonują się, że nie będzie to łatwe zadanie. Każdy z młodych Boskich ma mocne strony i coś wyjątkowego, czym może się pochwalić. Jeden coraz pewniej porusza się na giełdzie i zarabia krocie, a drugi z powodzeniem rozwija kulinarny wideoblog. Trzeci z pełnym przekonaniem planuje przejąć władzę nad światem i, co więcej, doskonale wie, jakie kroki trzeba podjąć, by mieć na to szansę! Jak porównać tak różne ambicje i wskazać tego, który zasługuje na miano najlepszego syna? Rodzice mają wyjątkowo trudny wybór. **MJ**

HISTORIA POLSKIEGO HIP-HOPU. ROZDZIAŁ III OSTATNI

Rap symfonicznie

HISTORIA POLSKIEGO HIP-HOPU. ROZDZIAŁ III OSTATNI SO 28.11 godz. 22.00 POLSAT

Kompozytor, dyrygent i producent muzyczny Radzimir Dębski, na całym świecie znany też jako JIMEK, podjął się nie lada wyzwania! Postanowił połączyć hip-hop z brzmieniem orkiestry symfonicznej, pokazać dawne przeboje w nowych aranżacjach, a przy okazji zbliżyć do siebie kilka pokoleń – zarówno na scenie, jak i na widowni. Zwieńczeniem projektu „Historia polskiego hip-hopu" był koncert z udziałem największych polskich gwiazd. Publiczność mogła zobaczyć to widowisko na żywo we wrześniu na warszawskim Lotnisku Bemowo. Teraz taką okazję mają i telewidzowie. **JK**


Wcześniej JIMEK współtworzył m.in. muzykę do „Rancza" i czołówkę „Wiadomości".


W listopadzie mija dokładnie 25 lat od światowej premiery „Kamienia filozoficznego"!

HARRY POTTER I KAMIEŃ FILOZOFICZNY

Jak kalendarz adwentowy

HARRY POTTER I KAMIEŃ FILOZOFICZNY SO 28.11 godz. 19.45 TVN

Za oknem mróz i wiatr, miło więc zajrzeć do Hogwartu, gdzie czekają na nas starzy przyjaciele, wokół rozbrzmiewa muzyka Johna Williamsa, a stoły zdają się same zapełniać jedzeniem. No i gdzie każda przygoda kończy się szczęśliwie. Nic dziwnego, że rodzinnymi, cotygodniowymi seansami filmów o Harrym Potterze w wielu domach odlicza się czas do Gwiazdki – w tym roku to zarazem odliczanie do nowej, serialowej adaptacji (premiera 25 grudnia)! Nim ją jednak obejrzymy, możemy przypomnieć sobie młodego czarodzieja z czasów, gdy grał go Daniel Radcliffe. Następne części co sobotę w TVN. **JK**

THE BEATLES NA STADIONIE SHEA

Apogeum beatlemanii

THE BEATLES NA STADIONIE SHEA: TAMTE SŁOWA, TAMTEN DZIEŃ SO 28.11 godz. 20.10 TVP DOKUMENT

Był 15 sierpnia 1965 roku, kiedy zespół The Beatles po raz kolejny w swojej karierze dokonał rewolucji – jako pierwsza grupa muzyczna w historii wystąpił na stadionie sportowym! Na Shea Stadium w Nowym Jorku przyszło ponad 55 tys. fanów, którzy w ekstazie uczestniczyli w jednym z ostatnich koncertów amerykańskiej trasy Beatlesów. Zagrali wtedy 12 piosenek, a sam koncert trwał ok. 30 minut. Po latach John Lennon nazwał go jednym z najważniejszych momentów w jego życiu. Dla twórców filmu koncert stał się pretekstem do opowiedzenia o najważniejszych wydarzeniach 1965 roku. **EGP**


Fani tak głośno krzyczeli, że zagłuszali muzykę.

Fot.: TVP, TVN/Warner Bros, AKPA, Forum

TVP 1

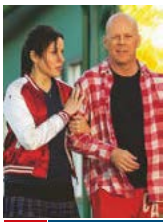
5.05 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.25 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026
5.45 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026
6.20 Balans bieli – program religijny, Polska 2025
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.40 Rok w ogrodzie (1193)
8.05 Rok w ogrodzie extra (466)
8.20 Pełnosprawni (680) – magazyn dla niepełnosprawnych
9.05 Ranczo 6 (69): Wiatr w żaglach – serial obyczajowy, Polska 2012
10.00 Komisarz Alex 2 (22) – serial kryminalny, Polska 2012
10.55 Dobre strony: Masza Wągrocka i Wiktor Waligóra – cykl felietonów, Polska 2026
11.20 Ojciec Mateusz 26 (334): Niewinna – serial kryminalny, Polska 2021
12.05 Domowe patenty 3 (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
12.15 Między pokoleniami (4) – cykl dokumentalny, Polska 2026
12.45 Gwiazdy w południe:
FILM **Ostatnia walka Apacza** – western, USA 1954, reż. Robert Aldrich
14.15 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa – cykl felietonów, Polska 2026
14.25 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny, Polska
15.00 Rolnik szuka żony 13 (11) – telenowela dokumentalna, Polska 2026
16.00 Zaraz wracam 3 (180, 181) – serial obyczajowy, Polska 2026
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.30 Ojciec Mateusz 36 (462): Paragraf 130 – serial kryminalny, Polska 2026
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026



20.25 KRYMINALNY

Komisarz Alex 26 (332)

Gnie 64-letni proboszcz Stanisław Lachota. Dębiec (Karol Dziuba, zdj.) z ekipą ustalają, że był powszechnie lubiany i prawie nie miał wrogów – poza 42-letnim Gerardem. Gdy policja chce przesłuchać podejrzanego, okazuje się, że mężczyzna zaginął. **60 min**



21.25 SENSACYJNY

Red 2

Po odejściu z CIA Frank Moses (Bruce Willis, zdj.) wiedzie spokojne życie z Sarah (Mary-Louise Parker, zdj.). Służby specjalne dostają informację, że on i jego dawni koledzy planują zamach z użyciem bomby nuklearnej. Były agent wraz z kompanami próbuje oczyścić się z zarzutów i odnaleźć głowicę przed wrogami. **125 min**

20

20.05 Sport, Pogoda
20.25 Komisarz Alex 26 (332): Złoty cielec – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
21.25 Hit na sobotę: **Red 2**
FILM – film sensacyjny, USA/Francja/Kanada 2013, reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker, Helen Mirren (patrz obok)
23.30 Klasyka kina: **Maratończyk**
FILM – thriller, USA 1976, reż. John Schlesinger, wyk. Dustin Hoffman, Laurence Olivier, Roy Scheider, William Devane (patrz obok)
1.40 Różyczka 2 – dramat
FILM obyczajowy, Polska 2023, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Magdalena Boczarska
3.30 Jaka to melodia? – teleturniej muz. ▶ 4.50



23.30 THRILLER

Maratończyk

Studiujący historię biegacz Thomas (Dustin Hoffman, zdj.) chce oczyścić imię swojego ojca. Nie wie, że jego brat (Roy Scheider) jest tajnym agentem tropiącym nazistowskiego zbrodniarza. **130 min**

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3446, 3447) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1959) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026
7.55 Pytanie na śniadanie
11.25 Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2 (8) – magazyn kulinarny, Polska 2026
12.05 W poszukiwaniu dobrego filmu – magazyn, Polska 2024-2026
Katarzyna Borowiecka i Piotr Czerkawski rozmawiają o filmie, który w danym tygodniu wchodzi do kin. W każdym odcinku prezentują także wywiad z obiecującym debiutantem sztuki aktorskiej bądź reżyserskiej. **35 min**
12.40 Informacje kulturalne
13.05 Panna młoda (260) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026
15.10 Szansa na sukces. Opole 2027 (12): Finał – widowisko, Polska 2026
O tym, kto weźmie udział w konkursie Debiuty podczas 64. festiwalu w Opolu, zdecydują widzowie biorący udział w głosowaniu SMS-owym. Na scenie ponownie zaprezentują się zwycięzcy dotychczasowych odcinków. **125 min**
17.15 Panna młoda (261) – serial obyczajowy, Turcja 2024 (patrz obok)
18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej, Polska 2026
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (324): Awans – serial komediowy, Polska 2026
Maria, ku zaskoczeniu Natalii, otwarcie opowiada o tym, jak wygląda seks po pięćdziesiątce. Magda wraca do pracy po urlopie macierzyńskim. Okazuje się, że nowa niania podejrzanie dobrze zna mieszkanie młodych rodziców. **35 min**



17.15 OBYCZAJOWY

Panna młoda (261)

Cihan (Cenay Türksever, zdj.) decyduje się poślubić Hancer (Talya Çelebi, zdj.). Ona jest przekonana, że planuje ożenić się z inną. Sinem źle znosi wizytę mężczyzny, który stara się o jej rękę. Engin i Beren próbują zdobyć od Gülsüm informacje o okolicznościach śmierci Yasemin. **60 min**



20.00 KOMEDIOWY

Rodzinka.pl (325)

Natalia (Małgorzata Kożuchowska, zdj.) i Ludwik urządzają w domu ranking rodzicielski i próbują wybrać najlepszego syna. Zadanie wcale nie jest proste. Każdy z młodych Boskich ma mocne argumenty. Jeden gra na giełdzie i zarabia tysiące, drugi rozwija kulinarny wideoblog, a trzeci snuje plany przejęcia władzy nad światem. **30 min**

20.00 Rodzinka.pl (325): Degustacja – serial kom., Polska 2026 (patrz obok)
20.30 The Voice of Poland 17 (17): Live – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
23.30 Postaw na milion – teleturniej, Polska
0.30 Baby boom, czyli Kogel Mogel 5 – komedia, Polska 2024, reż. Anna Wieczur Aga (Aleksandra Hamkało) zachodzi w ciążę. Przyjście na świat Kuby będzie wyzwaniem dla jej związku. Marcinowi nie jest łatwo odnaleźć się w roli ojca. Niebawem mężczyzna znika. **95 min**
2.05 Kanał tajemnic – film
FILM kryminalny, Francja/Belgia 2020, reż. Julien Zidi
3.50 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2019 ▶ 4.20



20.30 WIDOWISKO

The Voice of Poland 17 (17)

W półfinale do 8 wokalistów z drużyn Edyty Bartosiewicz czy Kuby Badacha dołączą szczęśliwcy z ekipy Ani Karwan. Prowadzą Paulina Chylewska i Maciej Musiał (oboje na zdj.). **180 min**

POLSAT

4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.00 halo tu polsat – magazyn, Polska 2026
9.55 Nasz nowy dom (385) – reality show, Polska 2026
Ekipa Elżbiety Romanowskiej sprawdza, jak zmieniło się życie rodzin biorących udział w programie. Widzowie poznają dalszy ciąg poruszających historii. Nie zabraknie wspomnień, anegdot i niespodzianek. Darek Stolarz wcieli się w Mikołaja. **70 min**
11.05 Pokochaj lub sprzedaj (3) – program rozrywk., Pol. 2026
12.20 Pingwiny z Madagaskaru
FILM – film animowany, USA 2014, reż. Eric Darnell
Skipper, Kowalski, Rico oraz Szeregowy muszą stawić czoło genetykowi Oktawiuszowi Mackiewiczowi, któremu marzy się kontrola nad Ziemią. Pingwini agenci łączą siły z organizacją Północny Wiatr. By powstrzymać wroga, przemierzają pół świata. Odwiedzają m.in. Wenecję. **110 min**
14.10 Piksele – komedia,
FILM USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, wyk. Adam Sandler, Kevin James, Michelle Monaghan, Peter Dinklage (patrz obok)
Łączące pokolenia kino, przywołujące klasyczne gry komputerowe. Odtwórca głównej roli, Adam Sandler, jest również producentem filmu. Za kamerą stanął Chris Columbus, reżyser m.in. „Kevina samego w domu". **140 min**
16.30 Awantura o kasę – teleturniej, Polska 2026
17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (16) – program rozrywkowy, Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy – program publicystyczny, Polska
19.30 Sport, Pogoda



14.10 KOMEDIA

Piksele

Amerykanie wysyłają w kosmos kapsułę z rzeczami, mającymi pomóc w nawiązaniu kontaktu z innymi formami życia. Kosmici traktują to jako wypowiedzenie wojny i zaczynają inwazję. Do walki z nimi staje grupa śmiałków pod wodzą montera telewizji Sama (Adam Sandler, zdj.). **140 min**



19.55 ROZRYWKA

Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni (185)

Robert Górski i Robert Korólczyk (obaj na zdj.) zaprasza na skecze nawiązujące do codzienności. Udowodnią, że polityka to niewyczerpane źródło satyry. Widzowie zobaczą zabawne scenki z życia rodzinnego, a także kolejną odsłonę „Mafii" czy „Fachowców". **125 min**

19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i Moralni (185) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
22.00 Koncert JIMEK/ Orkiestra/Goście – Historia polskiego hip-hopu. Rozdział III ostatni (1, 2-ost.) – Polska 2026 (patrz obok)
0.35 Bez skrupułów
FILM **Toma Clancy'ego** – thriller, USA/Niemcy 2021, reż. Stefano Sollima
Agenci FSB zabijają żonę Johna (Michael B. Jordan). Ten rusza tropem winnych. **135 min**
2.50 Świat według Kiepskich (430, 431): Con amore; Królowa balu – serial komediowy, Polska 2013
4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (65) – program rozrywkowy, Polska 2017



22.00 KONCERT

Koncert JIMEK/ Orkiestra/ Goście...

Radzimir Dębski (zdj.) prezentuje finałową odsłonę projektu „Historia polskiego hip-hopu". Widowisko łączy rap z orkiestrą symfoniczną. Wystąpią m.in. Abradab i O.S.T.R. **155 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów

5.55 Ukryta prawda (1547) – serial paradokumentalny, Polska 2023
W lombardzie, w którym zatrudniona jest Ula, dochodzi do napadu. Policja przesłuchuje kobietę i jej szefową, które były wówczas na zmianie. Kilka godzin później Ula znajduje u partnera broń i pieniądze. Podejrzewa go o dokonanie rabunku. **55 min**

6.50 Kuchenne rewolucje (9) – program rozrywk., Pol. 2024

7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn

11.30 Na Wspólnej (4316-4319) – serial obyczajowy, Polska 2026
Weronika nie pamięta Kalskiego ani ataku, ale wciąż chce pomagać Ewelinie. Neurolog nakazuje jej odpoczynek. Greg na przesłuchaniu kłamie, że Roztocka sama upadła, a jego obrońca Zakościelny przekonuje, że lekarz nie mógł nikogo skrzywdzić. **155 min**

14.05 MasterChef (11) – program rozrywkowy, Polska 2026
Półfinał w Argentynie wchodzi w kluczową fazę. Uczestnicy gotują pod coraz większą presją. Trafiają do restauracji Zonda Cocina de Paisaje, gdzie mierzą się z lokalnymi produktami oraz nowoczesnym podejściem do argentyńskiej tradycji. **115 min**

16.00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**

16.30 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – 1. seria **(live)** (patrz obok)

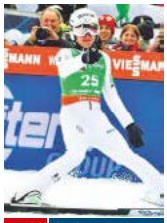
17.30 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**

17.40 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – 2. seria **(live)**

18.35 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**

19.00 Fakty

19.30 Sport, Pogoda



16.30 SPORT

Zawody Pucharu Świata w Ruce

W ubiegłym sezonie pogoda spłatała figla organizatorom zawodów w Ruce. Odbył się tylko jeden, do tego niepełny konkurs, który wygrał Anže Lanišek (zdj.). Najlepszy z Polaków, Kacper Tomasiak, był osiemnasty. Komu tym razem dopisze szczęście? **150 min**



19.45 PRZYGODOWY

Harry Potter i kamień filozoficzny

11-letni Harry Potter (Daniel Radcliffe, zdj.) dowiaduje się, że jest synem pary czarodziei, których zabił lord Voldemort. Rozpoczyna naukę w szkole magii, Hogwarcie. Wraz z nowymi przyjaciółmi, Hermioną (Emma Watson) i Ronem (Rupert Grint, zdj.), chce poznać tajemnicę kamienia filozoficznego. **200 min**

19.45 FILM Harry Potter i kamień filozoficzny – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2001, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Emma Watson, Rupert Grint, Richard Harris (patrz obok)

23.05 FILM Blade: Wieczny łowca 2 – horror, USA/Niemcy 2002, reż. Guillermo del Toro, wyk. Wesley Snipes, Kris Kristofferson, Ron Perlman, Leonor Varela (patrz obok)

1.30 FILM Smętarz dla zwierzaków: Początki – horror, USA 2023, reż. Lindsey Anderson Beer

3.10 Uwaga! – magazyn reporterów

3.30 Młode gliny (65) – serial kryminalny, Polska 2026

4.30 Jak to jest zrobione? (15) – serial dok., Wielka Brytania

5.00 Zamieszkać na plaży 6 (8) – program rozrywk., USA 2019



23.05 HORROR

Blade: Wieczny łowca 2

Półwampir Blade (Wesley Snipes, zdj.) walczy z nową rasą krwiopijców, która stanowi zagrożenie dla ludzi i jego pobratymców. Musi zawrzeć nieoczekiwany sojusz z dawnym wrogiem. **145 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (3-5) – serial sensacyjny, Niemcy 2013
Semir i Ben są świadkami zabójstwa kobiety. Policjanci ruszają w pościg za sprawcą, ale morderca ucieka. **180 min**

9.00 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026
Podsumowanie kluczowych wydarzeń minionego tygodnia z kraju i ze świata. Anna Bogusiewicz wyjaśnia, jak wpływają na codzienne życie Polaków, co pozwala lepiej zrozumieć bieżącą sytuację. **25 min**

9.25 Boso przez świat: Bieda – cykl reportaży, Polska 2009
Prowadzący podziwia z ekipą w Wenezueli palafitos, domki zbudowane na palach wbitych w wodę. Osady te zamieszkane są przez najuboższych. Słowo bieda ma tam niekoniecznie złe konotacje. **35 min**

10.00 Lombard. Życie pod zastaw 12 (659) – serial obyczajowy, Polska 2023
Klara jest w związku z hydraulikiem Antkiem. Były partner, menadżer Oliwier, próbuje ją odzyskać. Anka, przetrzymywana przez zamaskowanych napastników, ma do zrealizowania pewną misję. **60 min**

11.00 Lombard. Życie pod zastaw 13 (667, 669, 671, 673) – serial obyczajowy, Polska 2023
Dariusz Bieliński bardzo dba o swoją rodzinę, ale sytuacja w jego wsi sprawia, że łatwo traci nad sobą panowanie. Okolicę terroryzuje recydywista Władek. Nawet policja obawia się interweniować. **240 min**

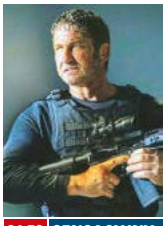
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1039-1043) – serial obyczajowy, Polska 2026
Jan został skazany za zabójstwo żony. W więzieniu wikła się w romanse z dwiema kobietami. Podczas przepustki dowiaduje się, że obie zaszły z nim w ciążę. Kochanki łączą siły i planują zemstę. Malina i Zygfryd biorą ślub. **300 min**



20.00 SENSACYJNY

John Rambo

Tajlandia. Do weterana wojny wietnamskiej, Johna Rambo (Sylvester Stallone, zdj.), zgłaszają się misjonarze z prośbą o pomoc w przedostaniu się do nękanej wojną Birmy. Wkrótce John dowiaduje się, że przybysze trafili w ręce żołnierzy birmańskich. Chce ich uwolnić. **110 min**



21.50 SENSACYJNY

Świat w ogniu

Prezydent USA Trumbull (Morgan Freeman) pada ofiarą zamachu, z którego ledwo uchodzi z życiem. W wyniku spisku oskarżony o zorganizowanie ataku zostaje agent Mike Banning (Gerard Butler, zdj.). Mężczyzna próbuje dowieść swojej niewinności. Odkrywa, że przestępcy przygotowują kolejną zbrodnię. **135 min**

20.00 FILM Soboty z Rambo: John Rambo – film sensacyjny, USA/Niemcy 2008, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Julie Benz, Paul Schulze, Graham McTavish (patrz obok)
Julie Benz została wybrana do roli Sarah po udziale w serialu „Dexter", który uwielbiał Sylvester Stallone. **110 min**

21.50 FILM Świat w ogniu – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Frederick Schmidt, Danny Huston (patrz obok)

0.05 FILM Wykonać wyrok – film sensacyjny, Kanada/USA 1990, reż. Deran Sarafian, wyk. Jean-Claude Van Damme, Robert Guillaume, Cynthia Gibb (patrz obok)

2.00 Zobacz to!



0.05 SENSACYJNY

Wykonać wyrok

Detektyw Louis Burke (Jean-Claude Van Damme, zdj.) przenika do więzienia, by znaleźć tam zabójcę skazańców. Tymczasem do zakładu karnego trafia psychopata, którego wcześniej aresztował. **115 min**

TVN 7

DVB T2

5.20 Szkoła (612) – serial paradokumentalny, Polska 2018

6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 4 (14) – program rozrywkowy, USA 2020

7.15 Nowe Zwariowane Melodie 3 (8, 9) – serial animowany, USA 2019

7.45 FILM Footloose – film muzyczny, USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Andie MacDowell, Dennis Quaid
Wychowany w Bostonie Ren (Kenny Wormald) przeprowadza się do konserwatywnej miejscowości Bomont. Dowiaduje się, że pastor Moore (Dennis Quaid) zakazał słuchania głośnej muzyki i tańców. Przeciwstawia się temu zarządzeniu – chce urządzić bal maturalny i zaprosić na niego córkę duchownego. **135 min**

10.00 Unboxing – wielkie otwarcie (5) – program rozrywkowy, Polska 2026

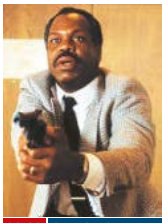
10.35 Ukryta prawda (1636) – serial paradokumentalny, Polska 2024

11.35 Mówię Wam 5 (15) – program kulturalny, Polska 2026

12.50 Ukryta prawda (1637, 1638) – serial paradokumentalny, Polska 2024

14.55 Szpital św. Anny (140, 141) – serial obyczajowy, Polska 2026
Kaja prowadzi konsultacje kolejnego pacjenta ze stażystami. Natalia forsuje własną diagnozę. Stan mężczyzny nagle się pogarsza. Maciek zabiera Kasię na oglądanie domu na sprzedaż. Dochodzi do wypadku. **125 min**

17.00 Detektywi (335-337) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Do Anny Potaczek i Pawła Drawicza zgłasza się małżeństwo. Ojciec kobiety zniknął bez śladu. Klientka dopiero niedawno nawiązała z nim kontakt i pożyczyła mu dziesięć tysięcy złotych. **180 min**



20.00 SENSACYJNY

Zabójcza broń 2

Murtaugh (Danny Glover, zdj.) i jego nieobliczalny kompan Riggs (Mel Gibson) mają chronić świadka koronnego, byłego księgowego mafii Getza (Joe Pesci). Twierdzi on, że ludzie z konsulatu RPA prowadzą handel narkotykami. Detektywi chcą przerwać ten proceder. **145 min**



22.25 FANTASY

Władca Pierścieni. Pierścienie władzy 2 (4)

Elrond i Galadriela (Morfydd Clark, zdj.) udają się do Eregionu. Po drodze czeka ich starcie z upiorami. Wkrótce elfka zostaje schwytana przez Adara. Nieznajomy poznaje swoje przeznaczenie. Nori i Poppy spotykają społeczność niziołków mieszkających w kanionie. **85 min**

20.00 FILM Zabójcza broń 2 – film sensacyjny, USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci, Patsy Kensit (patrz obok)

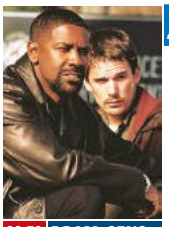
22.25 Władca Pierścieni. Pierścienie władzy 2 (4) – serial fantasy, USA 2024 (patrz obok)

23.50 FILM Dzień próby – dramat sensacyjny, USA/Australia 2001, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Ethan Hawke, Scott Glenn, Tom Berenger (patrz obok)

2.25 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (10) – program rozrywkowy, Polska 2026

3.25 Prawdziwy horror 3 (6) – serial dokumentalny, USA 2016

4.25 Fachowcy (19) – serial paradokumentalny, Pol. 2017



23.50 DRAM. SENS.

Dzień próby

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

TVP 3

7.45 **Agropogoda Info** – inf.
7.48 **Serwis Info Poranek**
8.05 **Kryminalna siódemka**
8.25 **Telenowyny** (11) – mag.
9.00 **Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem**
9.25 **Telekurier** – mag., Polska
9.50 **Magiczne Podhale z Sebastianem Karpielem-Bułecką 2** (3)
10.25 **Lecę za miłością** (18)
11.00 **Fascynujące migracje** (3) – serial dokum., Francja
12.05 **Sanatoria**
12.35 **Rączka gotuje** – mag.
13.10 **Regiony na TAK** – mag.
13.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.25 **Betclic 1. Liga:** Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów **(live)**

Ekipa z Podkarpacia całkiem dobrze spisuje się w tym sezonie na wyjeździe – przegrała dotąd tylko trzy spotkania. Teraz sprawdzi formę z Termalicą. **125 min**

17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów**
20.15 **Regiony na TAK** – mag.
20.30 **O milimetr** – magazyn
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Kryminalna siódemka**
23.00 **O milimetr** – magazyn
23.30 **Regiony na TAK** – mag.

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

TVP POLONIA

12.05 **Awantura o Basię** (6, 7)
13.15 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (78)
13.45 **Na dobre i na złe** (996)
14.40 **Na sygnale** (684, 685)
15.35 **Okrasa łamie przepisy**
16.05 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (11)
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1950)
18.20 **Czterdziestolatek** (3)
19.10 **63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.05 **Sport, Pogoda**
20.20 **Archiwista 2** (6, 7) – Pol.

Linka rozpięta między drzewami odcina głowę motocykliście. Hania i Jacek rozpoczynają śledztwo. Ofiarą jest notowany wielokrotnie oszust. Jacek i Mikos zajmują się jeszcze inną sprawą. **100 min**

22.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (46) – talk-show
22.50 **Stawka większa niż życie** (13) – wojenny, Pol.
23.50 **Malicki & Laskowik. The Best of** (5)
0.20 **Kabaretowe Naj** – rozr.
0.40 **M jak miłość** (1950)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
2.00 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (466) – reality show, Polska 2025
7.00 **Galileo** (1180, 1181) – pr. popularnonaukowy
9.05 **#Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
9.30 **A na obiad...** (12) – magazyn kulinarny
9.35 **Galileo** (1182, 1228, 1229) – program popularnonaukowy
12.45 **Karate Kid 4: Mistrz i uczennica** – film przygodowy, USA 1994, wyk. Pat Morita
14.55 **Policjantki i Policjanci** (1486-1490) – obycz., Pol.
20.00 **A na deser...** (22) – magazyn kulinarny
20.10 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1088-1091) – Polska 2026

Kłos oraz Kalicka przesłuchują Wilczyńską, która ujawnia nowe fakty o porywaczu. Trop prowadzi do Zaremby. U mężczyzny stróże prawa znajdują rzeczy zaginionego Kobylańskiego. **250 min**

0.20 **Gwiazdy Kabaretu** (192, 191) – rozr., Pol. 2026
2.20 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
3.25 **Lubię disco!** (309) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny, Polska
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

PULS 2

7.35 **Pingwiny z Madagaskaru 2** – serial anim.
8.40 **Futrzaki ruszają na ratunek** – film animowany, Rosja 2018
10.05 **Dwanaście prac Asteriksa** – film animowany, Francja 1976
11.55 **Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby** (6-8)
13.45 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (2, 3) – pr. rozr., Pol. 2023
15.45 **Dwie siostry i pies** – baśń film., Niemcy 2022
17.15 **Roszpunka i powrót sokołów** – baśń filmowa, Czechy/Niemcy 2023
19.00 **Asterix Gal** – film anim., Francja/Belgia 1967
20.35 **Wielkie kino** – USA 2007, reż. Jason Friedberg

Dzięki tajemniczemu przejściu sierota Edward (Kal Penn, zdj.) i jego rodzeństwo przedostają się do krainy wiecznej zimy. Muszą wyzwolić ją spod władzy okrutnej królowej. **95 min**

22.10 **Rycerz króla Artura** – film przygodowy, USA 1995, wyk. Sean Connery, Richard Gere
1.00 **Dzielnica strachu** (9, 10) – serial kryminalny, Polska
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 8** (361, 362) – serial obycz., Pol. 2021
5.00 **Kręcimy z gwiazdami 2** (1) – pr. rozr., Polska 2012

TVP ROZRYWKA

9.00 **Kiedyś to było...** – mag.
9.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Tańcząca ze światem – Oman** (5) – magazyn
10.50 **Szansa na sukces. Opole 2027** (9)
11.55 **To jest grane** (113)
12.25 **Prywatne życie zwierząt 15** (2) – przyrod.
13.00 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (46) – talk-show
14.00 **Postaw na milion**
15.45 **Moje przeboje** (22)
16.20 **Jeden z dziesięciu**
17.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.10 **Domowe patenty 3** (6)
18.20 **Szansa na sukces. Opole 2027** (10)
19.25 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (11)
20.30 Życie to kabaret: **Historia literatury według Kabaretu Moralnego Niepokoju** (1, 2) – Pol.

Kolejny program tematyczny stołecznej grupy. Show składa się z kilkunastu skeczy, które są parodiami, pastiszami lub swobodnymi wariacjami na temat wybitnych dzieł polskiej literatury. **125 min**

22.35 **Postaw na milion**
23.35 **Jaka to melodia?**
0.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.00 **Kabaret. Super Show Dwójki 2** (21) – rozr., Pol.
2.55 **Do śmiechu!** (87, 39)
4.45 **Malicki & Laskowik. The Best of** (12)
5.10 **Okrasa łamie przepisy**

TTV HD

10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (12)
11.05 **Nic do zgłoszenia 2** (1)
12.05 **Zakup w ciemno extra 3** (7) – reality show
12.35 **Zakup w ciemno 8** (10-12) – reality show, Pol.
15.45 **Express, Pogoda** – inf.
16.05 **Idź na całość 3** (12)
17.05 **Usterka 15** (11)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, Sport**
18.10 **Zakup w ciemno extra 3** (6) – reality show
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 10** (9) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.00 **Zakup w ciemno 7** (12)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (12)
22.00 **Nasi w mundurach 4** (9)

Uczestnicy przechodzą wymagające szkolenie bojowe pod czujnym okiem byłych żołnierzy GROM i kadry wojsk specjalnych. To dla nich próba męskości, charakteru i zdyscyplinowania. **60 min**

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (10) – pr. rozrywk., Pol. 2025
0.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (13) – pr. rozrywk., Pol. 2026
1.20 **Diabelnie boskie 2** (12)
1.50 **Zapukaj do moich drzwi** (156) – telenowela
2.50 **Drugie serce** (12) – telen.
3.55 **Detektywi** (214) – serial fab.-dokum., Polska 2025

PIŁKA NOŻNA



KRYMINALNY



KRYMINALNY



KOMEDIA PRZYGODOWA



ROZRYWKA



REALITY SHOW



TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.30** Klub seniora **17.40** Trzcina, ryby i grzyby **18.00** Poczytalnia **18.10** Ze zdrowiem na Ty **18.20** Migaj z nami **18.30** Obiektyw **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Świadkowie czasu **19.20** Słownik polsko@polski **19.45** Łowcy pasjonatów **21.00** Kwartet **21.30** Obiektyw **21.50** Sport

BYDGOSZCZ **17.30** Bliżej nieba **18.00** Uwierz w sport **18.30** Zbliżenia **19.00** Agroregion **19.30** Pokochaj Grudziądz **19.45** Spotkania z ekologią **21.00** Raport naukowy **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.30** Drogi wolności **18.00** Reportaż TVP Gdańsk **18.30** Panorama **19.00** Do brzegu **21.00** Reportaż TVP Gdańsk **21.31** Panorama **21.43** Pogoda

KATOWICE **17.31** Misja interwencja **18.00** Rączka gotuje **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Zdarzyło się **19.26** Godka bez granic **19.41** Wykrywacz kłamstw **21.00** Schlesien Journal **21.15** Ziołowa apteka **21.30** Aktualności

KRAKÓW **17.35** Zdrowie dla Ciebie **17.45** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **18.00** Kulturalnie mówiąc **18.30** Kronika **18.55** Kronika kulturalna **19.10** Moja rola **19.25** Turystyczna jazda **19.35** Dziedzictwo wsi oczami kobiet **21.00** Makłowicz w podróży **21.30** Kronika

LUBLIN **14.45** Reportaż w TVP Lublin **17.30** Tydzień w polityce **18.10** Zawód leśnik **18.30** Panorama lubelska **19.00** Film dokumentalny **21.02** Witaj w klubie **21.10** Kwadrans samorządowy **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **17.30** Kulturalnie po Łodzi i regionie **17.45** RODowity działkowiec **18.00** ABC pacjenta **18.19** Teatr Wielki zza kulis **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Świat na cztery łapy **19.15** Wesołe lata Telewizji Kraków **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **21.50** Za szybą

POZNAŃ **17.31** Teleskop. Tydzień **17.59** Ewa i jej goście **18.30** Teleskop **18.50** Medycyna i ty **19.05** Pociąg do Wielkopolski **19.25** kultura.poznan.pl **19.46** Dzień z TVP 3 Poznań **21.01** Dzień z TVP 3 Poznań **21.31** Teleskop **21.50** Wiadomości sportowe

RZESZÓW **17.30** Kwartet **18.00** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.00** Magazyn kultury **19.29** Koncert **21.00** Kulturalnie mówiąc **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.35** Pracownia reportażu **17.46** Niedzialkowskiego 24a **18.30** Kronika **18.55** Z indeksem w ręku **19.15** Misja Przyroda! **19.30** Dobry tytuł **21.00** Dzień z życia artysty **21.30** Kronika **21.50** Wokół nas

WARSZAWA **17.30** Dobrego dnia z gwiazdą **18.00** Informacje z Mazowsza **18.15** To był tydzień **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **18.55** Stefa sportu **19.33** Reagujemy **21.00** Mazowieckie zabytki z duszą **21.16** Spacerowym okiem **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **21.49** Wiadomości sportowe

WROCŁAW **17.31** Polityka bez uniku – debata polityczna **18.30** Fakty **19.04** W imadle **19.18** W swoim czasie **19.38** Magazyn ku kulturze **21.03** Drogi wiary **21.30** Fakty

TVP HD

6.55 **Ranczo 9** (113) – obycz.
7.55 **Rodzinka.pl** (221, 222)
8.55 **Ojciec Mateusz 12** (157, 158) – krym., Pol. 2014
10.45 **Czy wiesz, że?** (118) – dok.
11.20 **Na sygnale** (938, 939)
12.25 **Ojciec Mateusz 17** (220)
13.20 **Komisarz Alex 14** (165)
14.15 **Ranczo 5** (54, 55) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 5** (69)
19.20 **Ranczo 8** (102-104)
22.20 **Tylko strzelaj** – film sensacyjny, USA 2007
23.55 **Stawka większa niż życie** (7, 8) – wojenny, Pol.
2.10 **Angielski pacjent** – melodramat, USA/Wielka Brytania/Włochy 1996

BBC FIRST

10.30 **Morderstwa w Midsomer 9** (14, 15) – serial krym., Wlk. Bryt.
12.35 **Ojciec Brown 5** (5-7)
15.35 **Shakespeare i Hathaway: prywatni detektywi 4** (7, 8) – krym.
17.35 **Z pamiętnika położnej 13** (6) – obycz.
18.45 **Śmierć z dala od palm 4** (5) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (3) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 **Zbrodnie na Szetlandach 2** (2) – serial krym.
22.20 **Milczący świadek 27** (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2024
0.40 **Zaginiona** (3) – serial krym.
1.35 **Koroner 2** (9) – serial krym.

TVP KULTURA

11.55 **Wydarzenie aktualne**
12.30 **Nasze marzenia** – dok., Fr.
14.15 **Dzień z życia artysty** (18)
14.55 **Niespotykanie spokojny człowiek** – komedia obyczajowa, Polska 1975
16.10 **Czterdziestolatek** (15)
17.25 **Tamte lata, tamte dni**
18.05 **Jutrzenka** – dramat obycz., Francja/Włochy 1955
20.00 **Happy-Go-Lucky, czyli co nas uszczęśliwia** – kom., Wielka Brytania 2008
22.10 **Polskie Evergreeny. Ladies' Jazz Festival Gdynia 2024** – koncert
23.30 **Wieczór kinomana**
23.40 **Łowca androidów** – film s.f., USA/Hongkong 1982
1.40 **Wydarzenie aktualne**
2.10 **PitBull** (12) – serial sens.

ROMANCE TV

14.05 **Statek marzeń – Nusantara** – film obyczajowy, Niemcy 2024
16.05 **Twój idealny rok** – kom. romant., Niemcy 2024
18.00 **Krawcowa z Madrytu** (7, 8) – serial obycz., Hiszp.
20.00 **Weiss & Morales** (4) – serial krym., Niem./Hiszp.
21.55 **Wydział zabójstw Stambuł: Kamienni wojownicy** – film kryminalny, Niemcy 2010
23.50 **Rzeka życia: Ponowne spotkanie nad Dunajem** – melodramat, Niemcy/Austria 2014
1.45 **Weiss & Morales** (4)
3.40 **Grzechy i grzeszki** (6, 7)

ANTENA HD

8.00 **Co Polak potrafi na drodze? 2** (11, 13)
10.00 **Australijscy poszukiwacze złota 4** (11-13) – dok., Australia
13.00 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (1-5) – serial dok., Australia
18.00 **77 TV 5** (21) – pr. rozr., Pol.
19.00 **77 TV 6** (14) – pr. rozr., Pol.
20.00 **Morderstwa we Francji – Marie-Galante** – film kryminalny, Francja 2021
22.00 **Alex Hugo – górski detektyw** (2) – serial krym.
0.05 **Helen nie żyje** – komediodramat, USA 2023
1.45 **Hiroszima: 75 lat później**
3.20 **Polska przyszłości – nasze dylematy** – publ.
4.40 **77 TV 3** (12) – pr. rozr., Pol.

COMEDY CENTRAL

6.00 **The Office PL** (5-8) – kom.
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 4** (13-24) – kom.
13.40 **Przyjaciele 10** (17) – kom.
14.40 **Przyjaciele** (1, 2) – kom.
15.40 **The Office PL 5** (1, 2)
16.45 **Krokodyl Dundee** – kom. przyg., Australia 1986
18.50 **Jaś Fasola** (7, 8) – kom.
20.00 **Wybuchowa para** – komedia sens., USA 2010
22.15 **The Office PL 4** (6) – kom.
22.55 **Comedy Club 3** (6, 7)
0.00 **Miasteczko South Park 15** (4-7) – serial animowany dla dorosłych
2.00 **Pracoholicy 4** (5-8) – kom.
4.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (11-14) – program rozrywk.

TV 6

6.00 **Jeźdźcy smoków: Na końcu świata** – anim.
7.30 **Klopsiki i inne zjawiska**
FILM **pogodowe** – film animowany, USA 2009
9.10 **Grinch: Świąt nie będzie** – film familijny, USA/Niemcy 2000, reż. Ron Howard
11.30 **Cobra Kai** (50, 1-3) – przyg.
14.20 **Strażnik Teksasu** (2, 3)
16.20 **Columbo** (16, 17) – krym.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (91, 92) – krym., USA
22.00 **Kości** (233, 234) – krym.
23.55 **Detonator** – film sens., USA/Rumunia 2006
2.00 **Krejzi patrol** (13) – krym.
2.30 **Kochane pieniądze** (10-12) – serial paradokum.
5.35 **SuperLudzie Extra** – mag.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN FABUŁA

10.45 **Narodziny** – film religijny, USA 2006
12.55 **Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć** – film fantasy, Wlk. Bryt./USA 2016
15.45 **Lassie. Nowe przygody** – film familijny, Niem. 2023
17.45 **Godzilla kontra Kong** – film s.f., Australia/Indie/Kanada 2021
20.00 **Teściowie** – komedia, Polska 2021
21.45 **Mortal Kombat** – film sensacyjny, USA 2021
0.15 **Na własną rękę** – film sensacyjny, USA 2002
2.30 **Seriaale Top 5** – pr. kult.
2.40 **Zawieruchy przepis na kino** (18) – pr. rozr., Pol.

STOPKLATKA

6.00 **Komisarz Rex 12** (6-8) – serial kryminalny, Włochy 2011
10.00 **Hudson i Rex 7** (4, 5) – serial kryminalny, Kan.
12.00 **Vera 6** (2) – serial krym., Wielka Brytania 2015
14.00 **Beethoven: Świąteczna przygoda** – film familijny, USA/Kanada 2011, wyk. Kyle Massey, Munro Chambers
15.55 **Alfa** – film przygodowy, USA/Kanada/Chiny 2018, wyk. Kodi Smit-McPhee, Jóhannes Haukur Jóhannesson
17.55 **Stawka większa niż życie** (11, 12) – serial wojenny, Polska

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Bogaty dom – biedny dom** (121) – reality show, Polska 2025
7.30 **Sekrety rodziny** (223) – serial paradokumentalny, Polska 2021
8.30 **Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny
9.00 **Dlaczego ja?** (1493-1497) – serial paradokumentalny, Polska
14.00 **Zawód glina** (10-12) – serial dokumentalny, Pol.
17.00 **Nasz nowy dom** (380) – reality show, Polska 2026
18.10 **Sekrety rodziny** (49, 50) – serial paradokumentalny, Polska 2018

TVP SERIALE

5.20 **Na sygnale** (951, 952) – serial fabularno-dokum.
6.25 **Zmiennicy** (5) – serial komediowy, Polska 1986
7.30 **Na sygnale** (953-957) – serial fabularno-dokum.
10.20 **Ranczo 6** (71) – serial obyczajowy, Polska 2012
11.15 **Na dobre i na złe** (1005) – serial obycz., Pol. 2026
12.15 **Rodzinka.pl** (323, 324) – serial kom., Polska 2026
13.35 **Ojciec Mateusz 3** (35, 36) – krym., Pol. 2010
15.30 **Komisarz Alex 26** (331) – serial kryminalny, Polska
16.30 **Ranczo 6** (72) – serial obyczajowy, Polska 2012
17.30 **Zmiennicy** (6) – serial komediowy, Polska 1986

KINO POLSKA

6.00 **Och! Kabaret 4** (3, 4) – program rozrywk., 2024
7.50 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
8.00 **Końce i początki** – film krótkometrażowy, 2024
8.25 **Wagary** – krótkometraż.
9.00 **Sportowiec mimo woli** – komedia, 1939, wyk. Aleksander Żabczyński
10.35 **Za duży na bajki** – film familijny, 2022, wyk. Maciej Karaś
12.50 **Szatan z siódmej klasy** – film przygodowy, 1960
15.25 **Kogel-mogel** – komedia obyczajowa, 1988
17.40 **Miś** – komedia, 1981, wyk. Stanisław Tym, Barbara Burska

AXN

6.20 **Dzień Świstaka** – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray
8.05 **Rekrut: FBI** (18) – serial kryminalny, USA 2022-2023
9.05 **FBI: Most Wanted 5** (13) – serial kryminalny, USA 2020
10.05 **Detektyw Monk** (6-10) – serial kryminalny, USA 2002
15.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (1-5) – serial kryminalny, USA/Kanada 2006
Po występie cyrkowców zostają znalezione zwłoki kobiety. Ekipa Grissoma bada sprawę. **295 min**

CANAL+ PREMIUM

6.05 **Fuks** – komedia
sensacyjna, Polska 1999
7.30 **Co ukrywa Elon Musk?**
9.00 **Kawałek po kawałku**
– anim., USA/Dania 2024
10.35 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
10.50 **Niania w Nowym Jorku**
– kom. romant., USA 2007
12.35 **Pod gwiaździstym niebem** – komedia romantyczna, USA 2025
14.15 **Piękna łąka kwietna**
14.45 **Ocaleni** – thriller, USA/Kanada 2008
16.15 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011
18.10 **Niemożliwe** – dramat katastroficzny, Hiszpania/USA 2012

THRILLER



20.00 Szczęki – USA 1975, reż. Steven Spielberg

U wybrzeży Amity Island pojawia się rekin ludojad. Grupa śmiałków, Quint (Robert Shaw, zdj.), Hooper (Richard Dreyfuss, zdj.) i Brody (Roy Scheider, zdj.), próbuje rozprawić się z potworem. **160 min**

22.40 **The November Man** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2014, wyk. Pierce Brosnan
0.50 **Drogówka** – dramat kryminalny, Polska 2013, wyk. Bartłomiej Topa
3.30 **Kamienie na szaniec** – dramat wojenny, Polska 2014, wyk. Tomasz Ziętek, Marcel Sabat

KOMEDIA SENSACYJNA



20.10 Kung-fu szał – Chiny/Hongkong/USA 2004

Lata 40. W Szanghaju działa kilka grup przestępczych. O przyjęcie do jednej z nich starają się złodziej Sing (Stephen Chow, zdj.) i Bone (Chi Chung Lam, zdj.). Wkrótce dostają pierwsze zlecenie. **135 min**

22.25 **Siostry** – komedia, USA 2015, wyk. Amy Poehler
0.45 **Metro strachu** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2009
2.55 **Wydarzenia**
3.35 **Ewa gotuje** (499) – mag.
4.05 **SuperLudzie** (7, 8) – dok.
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (140) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

WOJENNY



18.35 Stawka większa niż życie (13) – Polska 1968

Niemiecki agent Johann Streit zgłasza się do brytyjskiego wywiadu. Przekazuje dane o zakładach w Arnswalde produkujących nową broń – promienie J. Dowiaduje się o tym Hans Kloss. **70 min**

19.45 **Ojciec Mateusz 3** (37-39) – krym., Pol. 2010
22.30 **Ranczo 6** (73, 74) – obycz.
0.15 **Komisarz Alex 26** (331) – serial kryminalny, Polska
1.10 **Ojciec Mateusz 36** (461) – krym., Polska 2026
2.05 **Ekstradycja 2** (2) – sens.
3.10 **Glina** (1) – serial kryminalny, Polska 2003
4.05 **Rodzinka.pl** (192, 193)

BIOGRAFICZNY



20.00 Oficer i szpieg – Włochy/Francja 2019, reż. Roman Polański

Rok 1894. Francuski oficer Dreyfus (Louis Garrel, zdj.) trafia do obozu karnego na Wyspie Diabelskiej. Szef wywiadu Picquart chce ujawnić, że padł on ofiarą spisku. Rycząc własną karierę. **170 min**

22.50 **Ekstradycja 2** (1, 2) – serial sensacyjny, 1996
1.20 **Legiony** – film historyczny, 2019, wyk. Sebastian Fabijański, Wiktoria Wolańska
4.20 **Przepraszam, czy tu bija?** – film sensacyjny, 1976, wyk. Zdzisław Rychter, Jerzy Kulej

THRILLER



20.00 Olimp w ogniu – USA 2013, reż. Antoine Fuqua

Prezydent USA (Aaron Eckhart, zdj.) zostaje zakładnikiem terrorystów. Do walki z nimi rusza były agent Banning (Gerard Butler, zdj.), który po tragedii został odsunięty od obowiązków. **145 min**

22.25 **Londyn w ogniu** – film sensacyjny, Wlk. Bryt./USA/Bułgaria 2016
0.15 **Sahara** – film przyg., USA/Hiszpania/Niemcy 2005
2.50 **Wykiwać klawisza** – kom. obycz., USA 2005, wyk. Adam Sandler
5.05 **FBI: International** (12) – serial kryminalny, USA
5.45 **Blok promocyjny AXN**

THRILLER



20.00 Pomoc domowa – USA 2025, reż. Paul Feig

Millie (Sydney Sweeney, zdj.) podejmuje pracę w rezydencji bogatej pary, Niny i Andrew. Z czasem poznaje mroczne tajemnice skrywane za idealną fasadą. **135 min**

22.15 **Wrogowie publiczni** – film gangsterski, USA 2009, wyk. Johnny Depp
0.30 **7 snajperów** – thriller, Australia/Wielka Brytania/USA 2026
2.00 **Ich bronią były kamery: Od plaż Normandii do Dachau**

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

13 ULICA

7.50 **Bez śladu 6** (7-11) – krym.
12.35 **Morderstwa na Gwadelupie** – film kryminalny, Francja 2023
14.40 **Kapitan Marleau 4** (2)
16.40 **Kapitan Marleau 5** (1)
18.45 **Astrid i Raphaëlle 5** (1, 2)
21.00 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar 2** (3) – serial kryminalny, Kan.
22.00 **Morderstwo w Sainte Baume** – krym., Fr. 2022
0.00 **Komornik** – film sens., USA/Wielka Brytania 2018
2.05 **Tajemnice Ainsley McGregor: Sprawa dla zegarmistrza** – dramat kryminalny, USA 2026
4.05 **Na granicy: Bóg bankructwa** – film kryminalny, Niemcy 2023

POLSAT FILM

9.55 **Dawno, dawno temu w Idolu** – film animowany
10.15 **Świętastyczne kolędowanie** – film anim.
10.20 **Babe, świnka z klasą** – film familijny, Australia/USA 1995
12.15 **Moja dziewczyna 2** – komedia, USA 1994
14.20 **Hidalgo – Ocean Ognia** – przyg., USA/Maroko 2004
16.55 **Epoka lodowcowa** – anim., USA/Fr./Kan. 2002
18.40 **Więzień labiryntu** – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014
21.00 **Najmro** – komedia, Polska 2021, wyk. Dawid Ogrodnik
23.00 **Wszystkie stare noże** – thriller, USA 2022
1.10 **Ślad** (3, 4) – serial krym.

HBO

12.20 **Duża ryba** – komediodramat, USA 2003
14.25 **Ostatnia sesja w Paryżu** – thriller, Francja 2025
16.10 **Uncharted** – film przyg., USA/Hiszpania 2022
18.05 **Jack pogromca olbrzymów** – film fantasy, USA 2013, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson
20.00 **Borg/McEnroe. Między odwagą a szaleństwem** – dramat biograf., Szwecja/Dania/Finlandia 2017
21.45 **Wybryk** – komedia kryminalna, USA 2025
23.15 **Wcielenie** – horror, Wielka Brytania 2024
0.50 **MaXXXine** – thriller, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2024

WARNER TV

9.15 **Rodzinne rewolucje** – komedia, USA 2014
11.40 **Raport Pelikana** – film sensacyjny, USA 1993
14.35 **Superman 2: Wersja reżyserska Richarda Donnera** – film przyg., Wlk. Bryt./USA 2006
17.35 **Wiecznie młody** – dramat obyczajowy, USA 1992
19.40 **Święta w Connecticut** – komedia, USA 1992, wyk. Dyan Cannon
21.40 **Wywiad z wampirem** – horror, USA 1994, wyk. Tom Cruise, Brad Pitt
0.00 **Hannibal 3** (1, 2) – krym.
1.45 **Powrót Batmana** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 1992
4.15 **Stacja zachód** – western, USA 1948, wyk. Dick Powell

ALE KINO+

9.10 **Bracia ze stali** – dramat biograf., USA/Wlk. Bryt. 2023
11.50 **Sprawa nierozwiązana** (1-5) – serial krym., Kanada
14.20 **Ocalona** – thriller, Wielka Brytania/USA 2015
16.20 **Terapia dla par** – komediodramat, Hiszpania 2023, wyk. Malena Alterio
18.10 **Grantchester 11** (7, 8-ost.)
20.10 **Plan ucieczki** – thriller, USA 2013
22.25 **Morderstwo na 3. piętrze** – komedia kryminalna, Francja 2026
0.40 **Pokusa** – thriller, USA 2012, wyk. Matthew McConaughey
2.55 **Król** (4) – serial sensacyjny
4.20 **Wspaniałe kilka minut**
5.05 **Belfer 3** (4) – serial krym.

CANAL+ FILM

12.35 **Sigourney Weaver. Ikona kina akcji** – film dokum.
13.30 **Zgred** – dramat obyczajowy, Polska 2025
14.55 **Kiedy nadchodzi jesień** – dram. obycz., Francja 2024
16.35 **Thelma** – komedia, Szwajcaria/USA 2024, wyk. June Squibb
18.10 **Nowa fala** – dramat biograficzny, Fr./USA 2025
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Pogłoski** – horror kom., Kanada/Niem./Węgry 2024
21.40 **Krytyk** – thriller, Wielka Brytania/USA 2023
23.20 **Zawód: Szpieg** – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
1.25 **Bad Man** – komedia sensacyjna, USA 2025

SCIFI

6.00 **Grimm** (21, 22) – serial fantasy, USA 2012
7.50 **Grimm 2** (1-6) – fantasy
13.30 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (7, 8) – serial s.f.
15.30 **Star Trek** – film s.f., USA/Niemcy 2009
18.10 **W ciemność: Star Trek** – film s.f., USA 2013, wyk. Chris Pine, Zachary Quinto
21.00 **Aeon Flux** – film s.f., USA 2005, wyk. Charlize Theron, Marton Csokas
22.55 **Push** – thriller s.f., USA/Kan./Wielka Brytania 2009
1.10 **Zagubiona tożsamość** (11-13) – serial s.f., Kanada
4.10 **Zagubiona tożsamość 2** (1, 2) – s.f., Kan. 2011-2012

PARAMOUNT NETWORK

9.05 **Guru miłości** – komedia romantyczna, USA/Niemcy/Wielka Brytania 2008
11.00 **BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016
13.30 **Mali agenci** – film przygodowy, USA 2001
15.30 **Marzyciel** – dram. biograf., USA/Wielka Brytania 2004
17.50 **Dirty dancing** – film muzyczny, USA 1987
20.00 **Zaginione miasto** – film przygodowy, USA 2022
22.25 **Ciche miejsce** – horror, USA 2018, wyk. Emily Blunt
0.00 **Na fali** – film sensacyjny, USA 1991, wyk. Patrick Swayze, Keanu Reeves

FX

8.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (3, 4)
10.45 **Z archiwum X** (1-3) – s.f.
13.30 **CIA** (8) – serial sensacyjny
14.25 **Faceci w czerni 3** – komedia s.f., USA 2012
16.35 **Królestwo niebieskie** – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005
19.35 **Terminator: Genisys** – film sens., USA/Kan. 2015
22.00 **Rambo: Pierwsza krew** – film sensacyjny, USA 1982
0.00 **Resident Evil: Zagłada** – horror, Francja/Australia/Niemcy 2007
1.50 **Rywale** (3) – serial obycz.
3.00 **Agenci NCIS** (23) – sens.
4.00 **Tropiciel** (16) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

6.05 **Strażnik Teksasu 9** (3-7)
10.55 **Vera 9** (2) – krym., Wlk. Bryt.
12.55 **Quigley na antypodach** – western, USA/Australia 1990, wyk. Tom Selleck
15.35 **BFG: Bardzo Fajny Gigant** – film familijny, USA/Indie 2016
18.05 **Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas** – komedia, USA 2000
20.00 **Czas patriotów** – film sensacyjny, USA 1992
22.35 **American Beauty** – dramat obycz., USA 1999
1.00 **Hellboy** – horror s.f., USA 2004, wyk. Ron Perlman
3.50 **Łowca błyskawic** – film sensacyjny, USA 1999

CANAL+ SERIALE

9.50 **Cat's Eyes** (1, 2) – przyg.
12.00 **Baleary: Cztery piękne siostry** (1, 2) – serial dok.
13.55 **Łapu capu Extra** (11)
14.30 **Naruto 7** (21-23) – anime
16.00 **Mały Grand Hotel** (7)
16.15 **The Office PL 2** (4-6)
17.50 **Cat's Eyes** (3, 4) – przyg.
20.00 **S.W.A.T. 2** (23) – serial sens.
20.45 **S.W.A.T. 3** (1) – serial sens.
21.35 **Coldwater** (1, 2) – krym.
23.25 **Spartakus: Krew i piach** (13) – serial historyczny, USA
0.25 **Spartakus: Bogowie areny** (1) – serial hist., USA
1.20 **Sortownia** (5-8) – serial psychologiczny, Polska 2023
4.50 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
5.00 **Miasta rytm** (3) – dok., Pol.

CANAL+ 360

13.00 **Supersamoloty bojowe** (2) – serial dokumentalny
14.00 **Niepokonany: droga na Denali** – film dok., 2024
16.00 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (2) – serial dok.
17.00 **Klopp: transfer stulecia**
18.00 **Neymar: brazylijski numer jeden** – film dok.
18.55 **Co poszło nie tak 5** (5)
20.00 **Na krawędzi możliwości** (7, 8) – serial dokumentalny
21.05 **II wojna światowa w kolorze: największe bitwy** (1) – serial dok., 2021
22.00 **Porzucona Ameryka 3** (2)
23.00 **W trasie z Normanem Reedusem** (2) – serial dok.
0.00 **Furioza** (3) – serial sens.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

SOBOTA 28 listopada

WSCH. SŁ. 07.25 | ZACH. SŁ. 15.38 | Imieniny: Grzegorza, Stefana, Zdzisławy

TeleTydzień

TLC

6.00 **Salon sukien ślubnych**
8.00 **Wspólne życie XXL 2**
9.00 **Rubiales vs Hermoso – pocałunek Pucharu Świata** (2) – film dokum.
10.00 **Kilogramy do szczęścia 2**
11.00 **Siostry wielkiej wagi 7** (7) – serial dokumentalny
12.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie**
16.00 **Kiedy dzieci mają dzieci:** To znowu ja!; Pięć pokoleń nastoletnich rodziców – serial dokum.
18.00 **Zaginieni 5:** Żona żołnierza; Ostatni sezon



20.00 Premiera: **Wiza na miłość: na odwrót 8** (4) – reality show, USA
22.00 Premiera: **Cztery żony i mąż 14** (5)
23.00 **Dr Pryszczylla 5**
0.00 **Moje koszmarne stopy**
1.00 **Wiza na miłość: na odwrót 8** (4)
3.00 **Cztery żony i mąż 14** (5)

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (116-118) – pr. rozrywk., Polska
7.30 **Bogaty dom – biedny dom** (119, 120, 162) – reality show, Polska
10.30 **Nasz nowy dom** (340)
11.30 **Ewa gotuje** (579) – mag.
12.00 **Shopping Queens. Królowe Zakupów** (99, 100) – pr. rozr., Polska
14.05 **Kelnerki** (5, 6) – dok., Pol.
15.00 **Kolacja w ciemno** (5-7) – pr. rozrywk., Polska
18.00 **Nasz nowy dom** (289, 290) – reality show
20.00 **Doktor uśmiech** (7, 8) – pr. rozrywk., Pol. 2026



21.00 **Bogaty dom – biedny dom** (165) – reality show
22.05 **Więzienie kobiet** (158, 159) – serial dokum.
23.00 **Gry małżeńskie** (200, 201) – reality show
1.05 **Więzienie kobiet** (9-12) – serial dokum., Polska
3.00 **Zdrady** (162-164) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

6.35 **Kulisy sławy EXTRA 8** (1) – program rozrywkowy
7.10 **Dziewczyny z wypiekami** (3) – mag.
7.45 **Dzień Dobry TVN** – mag.
11.25 **Kuchenne rewolucje** (4) – pr. rozr., Polska 2025
12.25 **Jestem z Polski 18** (9)
13.25 **Jestem z Polski 15** (9)
14.25 **Ostre cięcie 13** (9) – rozr.
15.25 **Ostre cięcie** (6) – pr. rozr.
16.00 **Nowa Szelągowska** (1)
17.00 **Zgłoś remont: spełniamy marzenia** (6)
18.00 **Poukładani 2** (7) – rozr.
19.00 **Kuchenne rewolucje** (4, 5) – pr. rozr., Pol. 2018



21.05 **Teraz one** (9) – rozr., Pol.
21.40 **Top Model** (13)
23.15 **Love the Look** (9) – mag.
0.15 **Seks bez tajemnic** (1) O – serial dok., Pol. 2015
1.15 **Zagadki seksualności** (1) – serial dokumentalny
1.55 **Tu jest pięknie** (3) – rozr.
2.40 **Wiem, co jem i wiem, co kupuję** (5, 8) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 **Gorączka złota 17**
10.00 **Gorączka złota 16**
11.00 **Celnicy na straży Danii**
12.00 **Kroniki policyjne: Szwecja 2**
13.00 **Złomowisko PL 6** (13, 14)
15.00 **Celnicy na straży Niemiec** (2)
16.00 **Przystanek Bieszczady** (3)
17.00 **Wyzwanie: przetrwanie**
18.00 **Człowiek kontra niedźwiedź**
19.00 **Fani czterech kółek: w trasie 3**



21.00 **Najniebezpieczniejszy zawód świata 22**
22.00 **Alaska w budowie 8**
23.00 **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Nowi badacze UFO** (6)
1.00 **NASA – archiwum tajemnic 4**
2.00 **Łowcy staroci** (16, 17)
4.00 **Gorączka złota: Australia 3** (1)

TVP HISTORIA DVB T2

10.50 **Wszystkie kolory świata**
11.50 **Świat w filiżance herbaty** (4) – serial dok.
12.55 **Era przyrody** (3) – dok.
14.00 **Ex Libris** – magazyn
14.30 **U Pana Boga za miedzą** FILM – komedia, Polska 2009
16.25 **Tajemnica J-23**
16.40 **Jeden dzień w Warszawie. ABBA w Polsce** – reportaż
17.30 **Daleko od szosy** (3) – serial obycz., Pol. 1976
18.55 **Obłoki śmierci. Bolimów 1915**
20.10 **Zbrodnie sprzed lat** (2)



21.05 **Zaklinacz deszczu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 1997
23.25 **Ferrari** – dramat biograf., FILM USA/Wlk. Bryt./Wł. 2023
1.45 **Historia w postaciach zapisana:** Szalona ucieczka Ludwika XVI
3.40 **Daleko od szosy** (3) – serial obycz., Pol. 1976

FOKUS TV DVB T2

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **48h. Zaginieni** (2) – krym.
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (18, 19) – serial dokum.
9.00 **Epoka lodowcowa – mroźna planeta** (1, 2)
11.00 **Niezwykłe pociągi** (5, 6)
13.00 **Rolnicy. Podlasie** (19-21) – serial dok., Pol.
16.00 **Najpiękniejsze domy na wsi** (4) – serial dok.
17.00 **Nowe tajemnice Trójkąta Bermudzkiego** – dok., Kan./Wlk. Bryt.
18.00 **Pompeje: Życie w rzymskim mieście** (3) – film dok., Wlk. Bryt.



19.00 Premiera: **Jak to wyjaśnić?** (17) – dok.
20.00 **Największe śledztwa CBŚP** (7, 8)
22.00 **Pogromcy mafii** (7, 8)
0.00 Premiera: **Najgorsze więzienia świata** (3, 4)
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (40-43) – serial dok., Pol.
5.00 **Kołowrotek** (6, 7) – mag.

METRO

6.50 **Gorączka złota 14** – dok.
8.45 **Klan z Alaski** – serial dokum.
11.55 **Złomowisko PL 6** – dok.
13.55 **Makłowicz w drodze 3**
14.30 **Makłowicz w drodze 2**
15.15 **Farma Clarksona 3** – dok.
16.15 **Azja Express** – reality show
17.55 **Kryminalni 4** (13) – krym.
19.00 **Kryminalni** (1) – krym., Pol.
20.10 **Król życia** – komediodra- FILM mat, Polska 2015
22.15 **Detektywi. Na zlecenie 2** (25) – serial fabularno-dokum.
23.00 **Koszykówka mężczyzn:** NBA: Orlando Magic – Wizards
1.20 **Kuba Wojewódzki**
2.25 **Szkoła** (704) – paradok., Pol.
3.25 **Nowa Maja w ogrodzie 4**
4.35 **Szpital** (979) – paradok., Pol.

ZOOM

8.00 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** – magazyn kulin.
9.35 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
12.50 **Sensacje XX wieku** – hist.
15.00 **Hallo Szpicbródka,** FILM **czyli ostatni występ króla kasiarzy** – komedia kryminalna, Polska 1978
17.20 **O włos od śmierci** – pr. rozr.
18.50 **Gang Olsena wpada** FILM **w szał** – komedia sensacyjna, Dania 1976, wyk. Ove Sprogoe
21.00 **Och, Karol** – komedia FILM obyczajowa, Polska 1985
23.00 **Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2** – rozr., Hol. 2018
0.00 **Magia nagości. Polska**
1.05 **Magia nagości** – pr. rozr.

FOOD NETWORK

8.50 **Gwiazdy od kuchni** – rozr.
9.55 **MasterChef** – pr. rozrywk.
11.25 **Antonia Lofaso: śledztwo od kuchni** – pr. rozrywk.
12.25 **Kuchnia jak u mamy** – mag.
13.35 **Wiejskie włoskie gotowanie** – magazyn kulin.
14.40 **Molly gotuje na farmie**
15.45 **Kobieta na Dzikim Zachodzie** – magazyn kulin.
16.50 **Gotuj jak Włoch!** – mag.
17.55 **100 kucharzy** – reality show
19.00 **Odkrycia Magdy Gessler**
20.40 **Kulinarne podróże Magdy Gessler** (2) – film dok., Pol.
21.30 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
23.40 **Sklepowy turniej Guya**
1.45 **Słodkie świąteczne starcie 4** – magazyn kulin.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Autostrada spotkań z UFO**
8.00 **Zoom na architekturę**
10.00 **Jak to jest zrobione?**
10.30 **Jak to jest zrobione? 25**
12.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15**
14.00 **Tajemnice lądowania na Księżycu**
16.00 **Autostrada spotkań z UFO**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
20.00 **Największe paranormalne zagadki**
22.00 **Klątwa Trójkąta Bermudzkiego**
0.00 **Na tropie legendarnych potworów:** Wendigo; Yeti
2.00 **Przypadki z archiwum 10**
4.00 **Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15**

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 **Największe katastrofy budowlane**
10.00 **Katastrofa w przestworzach**
16.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy: Chaos**
18.00 **Najdziwniejsze przedmioty**
19.00 **Ukryte pod miastami**
20.00 **David Blaine: Świat pełen wyzwań**
21.00 **Procesy czarownic: Prawdziwe historie** (2)
22.00 **Szlakiem przeklętych miejsc:** Atlantyda – dok.
23.00 **Miłość w sieci oszustów**
0.20 **Strzegąc granic**
0.55 **W obliczu zagłady**
1.55 **Wyprawa na dno**

BBC EARTH

10.15 **Attenborough i olbrzymi dinozaur z Patagonii** – dok.
11.25 **Amerykańskie Południe**
12.30 **W okowach mrozu 6** – dok.
15.35 **Planeta Ziemia 3** – dok.
17.40 **Dziki połów: nieznane wody** – serial dokumentalny
18.35 **Pewnego razu w kosmosie** – serial dokum.
19.45 **Układ Słoneczny** – dok.
20.55 **Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em**
22.10 **W okowach mrozu 2** – dok.
23.10 **Attenborough i olbrzymi dinozaur z Patagonii** – dok.
0.20 **Jenningsowie kontra Alzheimer** – dok., Wlk. Bryt.
1.35 **Chirurdzy: kwestia życia i śmierci 3** – serial dokum.

WP DVB T2

11.10 **Wariaci za kierownicą 7**
12.10 **Pokochaj lub sprzedaj Quebec** – reality show, Kan.
13.05 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4**
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver:** Linda and Cory
15.00 **Policjanci w akcji 2** (3)
16.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2**
16.55 **Pogoda**
17.00 **Policjanci z sąsiedztwa 2**
21.00 **Strażacy z sąsiedztwa 3**
21.50 **Pogoda**
22.00 **Impreza z mistrzami kabaretu** – program rozrywk., Pol.
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**

NOWA TV DVB T2

6.55 **Wehikuł czasu**
7.30 **Interwencja – taka jest Polska** (587) – mag.
8.20 **Frieren. U kresu drogi** (9, 10) – serial anime, Jap. 2023
9.30 **Dragon Ball Super** (112-114) – serial anime, Jap.
11.00 **Nowa Rewia Kabaretowa**
15.00 **Miodowe lata** (51-55)
19.00 **Śmierć pod palmami 5** (5-8) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
23.00 **Śmierć pod palmami 6** (1)
0.00 **Ślad** (95) – serial kryminalny
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Daleko od noszy** (25, 26)
5.00 **Pod lupą MIGACZ 2**

HGTV HOME & GARDEN

10.45 **Uratuj swój ogród 8** – mag.
11.45 **Uchwycić dom 2** – pr. rozr.
12.45 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
13.40 **Zgłoś remont – spełniamy marzenia** – pr. rozrywk.
14.40 **Poukładani 2** – pr. rozrywk.
15.40 **Polowanie na ogród 8**
16.45 **Polowanie na ogród 7**
17.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów 10** – pr. rozrywk.
18.25 **House Hunters – Poszukiwacze domów 5**
19.00 **Weekendowa metamorfoza** – pr. rozrywk.
21.50 **Mieszkanie na miarę**
23.45 **Wymarzona wiejska posiadłość** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Andrzej Bargiel – Śnieżna Pantera** – serial dokum.
8.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
10.10 **Niezwykłe Stany Prokopa**
12.15 **Baseny z rozmachem**
14.20 **Ciężarówką przez Stany**
15.55 **Człowiek kontra jedzenie**
18.00 **Dziwaczne potrawy: smakowite miasta** – dok.
20.05 **Nagi instynkt przetrwania** – serial dokumentalny
22.10 **Sprawa dla medium i detektywa** – serial dokum.
0.15 **Górskie potwory** – dok.
2.20 **Śladami Wielkiej Stopy** – serial dokumentalny
5.25 **Człowiek kontra jedzenie**

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

10.00 **Wspaniałe Filipiny**
11.00 **Oko w oko z dziką naturą**
12.00 **Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy**
13.00 **Afrykańska rzeka widmo**
14.00 **Sekretne życie pszczół:** Ul
15.00 **Australijskie maluchy**
17.00 **Pieśń lasu deszczowego**
18.00 **Życie w Karpatach:** Jesień
19.00 **Najdziwniejsze cuda ewolucji:** Podziemne potwory – serial dokum.
20.00 **Europa z powietrza**
21.00 **Walki zwierząt**
22.00 **Królestwo drapieżników**
23.00 **Europa z powietrza:** Belgia
0.00 **Niezwykły dr Pol**
1.00 **Niezwykły dr Pol** (1) – fab.

POLSAT VIASAT HISTORY

6.20 **Tajne bazy nazistów 3**
9.00 **Naziści: korzenie zła**
11.50 **Geografia wojny: II wojna światowa**
14.00 **Norymberga: proces stulecia** (1, 2) – film dok., Fr.
16.05 **Wojny faraonów**
18.35 **Kleopatra: tajemnicza władczyni**
21.00 **Geografia wojny: II wojna światowa**
23.15 **Naziści, U-booty i bitwa o Atlantyk** (1) – film dokum.
0.30 **II wojna światowa: cena imperium**
4.10 **Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej**
5.00 **Zakazana historia 7**

CANAL+ KUCHNIA

15.00 **M jak mięso 11** – mag. kulin.
16.00 **Jamie: dania w 20 minut**
17.05 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** – mag.
18.05 **Wyjątkowe smaki miast**
19.05 **Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 3** – mag.
19.20 **Gotuj sprytnie ze Strzelczykiem** – mag. kulin.
19.50 **Poza Bali: podróż do serca Indonezji** – serial dokum.
20.50 **Włoska uczta** – serial dok.
21.55 **James Martin: hiszpańska przygoda 2** – serial dokum.
22.45 **M jak mięso 11** – mag. kulin.

CANAL+ DOMO HD

15.20 **Gardeners' World 15**
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 10** – mag.
17.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** – mag.
17.30 **Room Service. Hotele od kuchni 2** – serial dokum.
18.00 **Kuchenna demolka Marty Czerkies** – serial dokum.
18.30 **Daleko od miasta 17** – dok.
19.00 **Dom w miesiąc 2** – dok.
20.00 **Generalna odbudowa** – serial dokumentalny
21.00 **Wielkie projekty 24** – dok.
22.00 **Wielkie projekty: Australia 11** – serial dokum.

SUPER POLSAT DVB T2

9.30 **Były sobie Ameryki** (1)
12.55 **Artur ratuje Gwiazdkę** FILM – anim., Wlk. Bryt./USA 2011
11.55 **Świat według Kiepskich** (416, 421, 424, 428, 432, 417)
16.00 **Złomiarze** – serial dokum.
17.00 **Pokochaj lub sprzedaj**
18.00 **Świat według Kiepskich** (421, 425) – serial komediowy
19.00 **Kolacja w ciemno** – pr. rozr.
20.00 **Boks:** Mirra Rocky Boxing Night Andrzejki w Sopocie **(live)**
0.00 **Bad Boys for Life** – komedia FILM sens., USA/Meksyk 2020
2.35 **Kolacja w ciemno** – pr. rozr.

TVP KOBIETA DVB T2

13.00 **Szansa na sukces. Opole 2027** – widowisko
14.00 **Rodzinka.pl** (228, 229)
15.00 **Tańcząca ze światem – Malta** – magazyn
15.30 **Ojciec Mateusz 23** (293, 294) – serial kryminalny
17.25 **Podróżnik** – magazyn turyst.
17.50 **Czy wiesz, że?** – serial dok.
18.30 **Army Days Kielce 2026 – Koncert galowy**
19.30 **Panna młoda** (60) – obycz.
20.30 **Złoty chłopak** (287) – obycz.
21.30 **Davos, wojna szpiegów** (4)
22.30 **Uziemieni** – komedia, FILM Francja/Belgia 2013

PLANETE+

13.05 **Polska z góry. Nad wodą 3**
13.35 **Krajobrazy świata** – dok.
14.45 **W obronie rodziny** – dok.
15.50 **Bucket – historia pewnego Iwiątka** – dok.
17.00 **Lamparty z Parku Yala na Sri Lance** – film dokum.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.40 **Polska z góry. Naj... w Polsce 2** – serial dokum.
19.40 **Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda** – film dokum.
20.50 **Johnny Depp. Wieczny buntownik** – film dokum.
22.00 **Karl Lagerfeld. Objawienie** – serial dokum.

TVP DOKUMENT

13.00 **Lena na Kaukazie**
13.30 **Pociąg do Polski**
14.00 **Fascynujące migracje**
15.00 **Abruzja – klejnot Włoch. Dzika Natura** (2-ost.) – dok.
16.05 **Misja SolarStratos** – dok.
17.10 **Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em**
18.00 **Lokalsi:** Agnieszka; Marta
19.00 **Kino Muranów** – film dok.
20.10 **The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień** – film dokum.
21.45 **Camp Century – zimna wojna pod lodem** – dok.
22.45 **Pasja według Agnieszki**

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

8.45 **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje MŚ: Polska – Chorwacja
10.45 **Koszykówka mężczyzn:** NBA: New York Knicks – Miami Heat
12.45 **Biathlon:** Zawody PŚ w Kontiolahti – pojedyncza sztafeta mieszana **(live)**
14.25 **Kamerą TVP Sport**
14.50 **Biathlon:** Zawody PŚ w Kontiolahti – sztafeta mieszana **(live)**
16.55 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga: Arka Gdynia – Ruch Chorzów **(live)**



19.05 **Boks:** PZB Suzuki Boxing Night 44 w Poznaniu – mecz: Polska – Armenia **(live)**
22.05 **Hokej:** NHL – 1. tercja meczu: Vegas Golden Knights – Canadiens **(live)**
22.55 **Sportowy wieczór**
23.05 **Hokej:** NHL: Vegas Golden Knights – Canadiens **(live)**

EUROSPORT 1

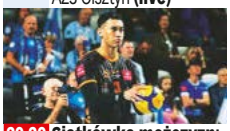
11.05 **Biegi narciarskie:** PŚ w Ruce – sprint stylem klasycznym **(live)**
13.00 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Obergurglu – slalom mężczyzn
13.30 **Skoki narciarskie kobiet:** Zawody PŚ w Hinzenbachu **(live)**
15.00 **Skoki narciarskie:** PŚ w Lillehammer – konkurs drużyn mieszanych
16.00 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce **(live)**
18.30 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom gigant kobiet **(live)**



19.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Copper Mountain – supergigant mężczyzn **(live)**
21.45 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce – sprint stylem klasycznym kobiet i mężczyzn
23.00 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce

POLSAT SPORT 1

10.00 **Magazyn Polskiego Sportu** – magazyn sportowy
11.00 **Magazyn**
11.50 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: Ślepsk Malow Suwałki – PGE GieK Skra Bełchatów **(live)**
14.45 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga – mecz: Neonet Norwid Częstochowa – ZAKSA Kędzierzyn-Koźle **(live)**
17.50 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn **(live)**



20.20 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: Jastrzębie Barkom – Bogdanka LUK Lublin **(live)**
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
3.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC

8.05 **Sir Mysz**
8.20 **Heidi**
8.40 **Małe i duże przygody Miffy**
9.00 **Stacyjkowo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
10.20 **Bolek i Lolek w Europie**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 14**
12.25 **Domisie**
13.05 **Hulahoo**
13.25 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**



14.05 **Ernest i Celestyna**
14.35 **Lupin wśród bajek**
14.45 **Oli i Luna**
15.15 **Zwierzaki Czytaki**
15.35 **Księga Ksiąg**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**

MINIMINI+

6.40 **Staś i fajna Babcia**
7.20 **Staś da radę**
7.58 **Kicia Kocia**
8.20 **Kicia Kocia 2**
8.30 **Dora i przyjaciele 2**
9.22 **Chmurka i Burza**
9.45 **Edzio i Lusia**
10.51 **Basia 2**
11.20 **Marta mówi**
11.50 **Mały Charlie**
12.55 **Baranek Shaun**
13.40 **Pszczółka Maja 2**
13.55 **Moje urodziny**
14.01 **Pszczółka Maja 2**
14.40 **44 Koty**
15.28 **Kicia Kocia 2**
16.05 **Jeżyk Happy**



16.56 **Blaze i megamaszyny**
17.55 **Dora poznaje świat 7**
19.16 **Psi Patrol**
20.40 **Smerfy**
21.05 **Kołysanka**
21.31 **Pola i Piotruś**
22.18 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
22.46 **Tulipop 2**
23.52 **Trojaczki**

TVN 24

6.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
8.35 **Strefa kibica – zima** – magazyn sportowy
9.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.30 **Ranking Mazura**
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Dwie strony** – pr. inform.
19.05 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – inf.



20.00 **Superwizjer** – mag.
21.00 **Ranking Mazura**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.43 **Strefa kibica – zima kroniki**
0.00 **Fakty po Faktach** – inf.
0.40 **Superwizjer** – mag.

CANAL+ SPORT

13.10 **Premier League: The Big Interview**
13.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Levante – Racing Santander
16.10 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Malaga CF – Athletic **(live)**
18.15 **Premier League Stories** (14)
18.50 **Boks:** Walka o pasy IBF World, IBO World i WBC World w Cardiff
20.00 **Jazda o złoto. na podsłuchu 2** (1, 2)
22.00 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 180
23.05 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Betis – Rayo
1.15 **Premier League: The Big Interview**

EUROSPORT 2

12.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – program dowolny solistów **(live)**
13.25 **Narciarstwo dowolne:** Zawody Pucharu Świata w Innsbrucku – big air
14.15 **Snooker:** Turniej UK Championship – 1. dzień **(live)**
17.30 **Kolarstwo:** Podsumowanie sezonu mężczyzn
19.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 1. dzień
20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 1. dzień **(live)**
23.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom gigant kobiet

POLSAT SPORT 2

13.25 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio – ceremonia **(live)**
14.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
15.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń: KS DevelopRes Rzeszów – Dresdner SC
18.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga – mecz: Wybrzeże – Ostrovia **(live)**
20.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
20.50 **Piłka nożna:** Copa Libertadores – mecz finałowy: SE Palmeiras – Estudiantes De La Plata **(live)**
23.00 **Tenis:** Puchar Davisa
1.00 **Sporty walki**

NICKELODEON

8.55 **SpongeBob Kanciastoporty 9**
10.00 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
10.20 **SpongeBob Kanciastoporty 10**
10.50 **Harmidom 5**
11.50 **Grzmotomocni 3**
12.50 **Grzmotomocni: Tajniacy 2**
13.20 **Niebezpieczny Henryk 3**
14.20 **Harmidom 5**
15.20 **Harmidom 6**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show 5**
16.30 **Patryk Rozgwiazda Show 4**
17.50 **SpongeBob Kanciastoporty 11**

TELETOON+

8.21 **Angelo rządzi**
8.51 **Siostry 2**
10.20 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
11.44 **Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**
12.31 **Osmar**
13.04 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.57 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
14.52 **Siostry 3**
15.32 **Za moich czasów**
16.15 **Harmidom 4**
17.06 **Polly Pocket 6**
17.25 **Charlotte i trzy muszkieterki**
17.54 **Siostry 2**
18.03 **Harmidom 4**

TVP INFO

14.30 **Serwis Info Dzień**
15.10 **Salonowiec**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Sprawdzamy**
18.00 **Panorama**
18.20 **Teleplotki**
18.30 **Kiedyś to było...**
19.00 **Serwis Info Wieczór**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.15 **Co ludzie powiedzą?**
21.00 **100 pytań do...**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na Wschód**
22.30 **Serwis Info Wieczór**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

10.40 **Padel:** Turniej Premier Padel w Walencji – mecz finałowy mężczyzn
13.25 **Padel:** Turniej Premier Padel w Maladze – finał mężczyzn
14.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Pretorii – finał mężczyzn
17.25 **Padel:** Turniej Premier Padel w Londynie – finał mężczyzn
19.50 **Padel:** Turniej Premier Padel w Paryżu – finał mężczyzn
22.25 **8 wspaniałych** (3)
23.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco **(live)**
0.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco **(live)**
2.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco **(live)**

ELEVEN SPORTS 1

12.55 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Hertha BSC – Karlsruher SC **(live)**
15.10 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – 3. sesja treningowa **(live)**
17.10 **Formuła 2:** Grand Prix Kataru – sprint **(live)**
18.15 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – sesja kwalifikacyjna **(live)**
21.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – sesja kwalifikacyjna
22.40 **Wywiad z Miroslavem Klose**
23.00 **Eleven Gol**
0.10 **Podróż do świata Calcio**
0.50 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny

POLSAT SPORT 3

8.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy
10.00 **Skeleton:** PŚ w Altenbergu – 1. i 2. przejazd kobiet **(live)**
12.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
14.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
16.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy **(live)**
18.00 **Skeleton:** PŚ w Altenbergu – drużyny mieszane **(live)**
20.30 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy
23.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

8.20 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl**
10.35 **Świnka Peppa 4**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora 3**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.20 **Rubble i jego ekipa**
12.50 **Psi Patrol 3**
13.40 **Świnka Peppa 5**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.25 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Barbapapa i jego rodzinka 2**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Klub Myszki Miki Plus**
8.30 **Spidey i superkumple 3**
9.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
9.30 **Klub Myszki Miki Plus**
10.00 **Blue 3**
11.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2**
11.30 **Superkoty 3**
12.00 **Spidey i superkumple 3**
12.30 **Iron Man i super ekipa**
13.00 **RoboGobo 2**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Disney Junior Ariel**
14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2**
15.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**

POLSAT NEWS

11.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Czysta Polska**
17.00 **W rytmie dnia**
18.35 **Debata polityczna**
19.15 **Prezydenci i premierzy**
19.50 **Dobry wieczór, Polsko**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Wydarzenia 24**
0.00 **Polsat News ujawnia**
0.45 **Wydarzenia wieczorne**
1.20 **Cztery strony mediów Kutyny**
2.20 **Pogromcy mafii**

CANAL+ SPORT 5

8.20 **Żużel:** PGE Ekstraliga
11.15 **Champions Pack**
12.30 **Premier League Preview**
13.15 **1 na 1 Extra**
14.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
18.15 **Premier League Stories** (14)
18.50 **Champions Pack**
20.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
0.15 **Liga+**
1.30 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
3.55 **Ligomistrzowe historie** (5)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Bundesliga Clubs**
12.20 **Inside Serie A** (13)
12.55 **Piłka nożna:** 2. liga niemiecka – mecz: Holstein Kiel – FC Kaiserslautern **(live)**
15.20 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Hamburger SV – FC Bayern Monachium **(live)**
17.55 **Piłka nożna:** Liga włoska: Torino FC – SS Lazio **(live)**
20.00 **Historie Serie A**
20.40 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa **(live)**
23.00 **Podróż do świata Calcio**
23.40 **Najszybsze gole Bundesligi**

POLSAT PLAY

9.05 **Poszukiwacze historii**
10.00 **Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej**
12.20 **Druga wojna światowa w liczbach**
14.25 **Hitlerowska machina śmierci**
15.35 **Tajna historia XX wieku**
16.00 **Zawód glina**
17.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi**
21.05 **Wakacje z Bałtykiem**
22.00 **Polacy za granicą**
0.05 **Łowca pedofilów**
1.10 **Więzienie**

TVN TURBO

10.15 **Naprawy nie do naprawy**
11.00 **Ciężarówką przez Malezję**
12.00 **Po raz trzeci. Sprzedane!**
12.45 **Kupione, zrobione, sprzedane**
13.45 **Wojny samochodowe**
15.45 **Polski supersamochód**
16.30 **Z drugiej ręki**
17.15 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Zawodowi handlarze**
18.45 **Co tu się odjechało?**
19.15 **Mobilni mechanicy**
20.40 **Zawodowi handlarze**
22.10 **Jeździć, obserwować**
23.40 **The Grand Tour**

TVS

7.40 **Koncert życzeń**
9.30 **Muzyczne dzień dobry**
10.05 **Przy muzyce po Śląsku**
11.00 **Klachy i Lachy**
11.20 **Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka**
12.30 **Przy muzyce po Śląsku**
13.30 **Klachy i Lachy**
14.00 **Szlagierowa lista**
16.00 **Koncert życzeń**
17.45 **Przy muzyce po Śląsku**
18.25 **Śląska karuzela**
19.55 **Hansi Hinterseer zaprasza**
22.05 **Koncert w TVS**
23.45 **Szlagierowa lista**
1.40 **Program muzyczny**

TV TRWAM

17.30 **Przełamując bariery**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Manna z Nieba**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Warto być ojcem**
22.15 **Głos serca**
23.00 **Odpowiedzialni za Kościół**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Karierę rozpoczęła jeszcze w czasie studiów na Królewskiej Akademii Sztuk Pięknych św. Ferdynanda w Madrycie – od szkoły kuchni. Teraz marzy, by otworzyć własną.



Finał edycji

W finale w jury obok Magdy Gessler, Michela Morana, Pascala Brodnickiego i Przemysława Klimy zasiądzie Beata Śniechowska, pierwsza polska szefowa kuchni, której restauracja zdobyła gwiazdką Michelin.



W „Kuchennych rewolucjach" od lat przemierza Polskę, by ratować upadające restauracje. Ostatni odcinek 33. sezonu już 3.12 w TVN!

MASTERCHEF • MAGDA GESSLER

Sukces rodzi się z pasji

Nigdy nie marzyła o karierze w telewizji. Chciała po prostu gotować i uczyć innych, jak robić to dobrze. Dziś jest ikoną programów kulinarnych, w tym „MasterChefa", którego jubileuszowa edycja właśnie dobiega końca.

MASTERCHEF ND 29.11 godz. 19.45 TVN

Przed nami finał 15. edycji „MasterChefa". Przez kolejne sezony zmieniali się uczestnicy i nieco skład jurorski. A jak przez ten czas zmieniła się Magda Gessler?

Zawsze jestem konkretna i zdecydowana – w tym, co chcę zjeść i czego oczekuję od uczestników. Być może czasami jestem za ostra, ale wynika to z potencjału, jaki w nich widzę i chcę wydobyć. Myślę, że poklepywanie po plecach czasem pomaga, ale też przeszkadza. Staram się motywować, dodawać skrzydeł i być szczera. Myślę, że to mobilizuje uczestników do wyjścia ze strefy komfortu i kreatywnego myślenia. W kuchni to ważne, by stale podnosić sobie poprzeczkę. Podkreślam jednak – nigdy nie chcę nikogo stresować, bo wtedy wychodzi stres, a nie prawda o uczestnikach. A to ich charakter, temperament i umiejętności powinny się ujawnić. Kto okaże się diamentem tej edycji, przekonamy się już 29 listopada.

Co jest dziś dla Pani największym źródłem inspiracji w gastronomii?

Świat, który wciąż odkrywam. Niektórzy szefowie kuchni. Ogromną inspiracją jest dla mnie mój kolega z jurorskiej ławki w „MasterChefie" Przemek Klima. Mój syn, Tadeusz Müller. Moimi autorytetami są przede wszystkim szefowie kuchni baskijskiej: Juan Mari Arzak, Pedro Subijana, a także Ferran Adrià z Katalonii. Ewidentnie Hiszpania jest natchnieniem cały czas, bo tam materia prima, czyli produkt jest najlepszy, jaki znam.

W programie „Magda gotuje internet" wspominała Pani młodzieńcze lata spędzone na Kubie. Jak one wpłynęły na Pani charakter i kuchnię?

Kiedy przeprowadziliśmy się tam ze względu na pracę mojego ojca, korespondenta Polskiej Agencji Prasowej, byłam dzieckiem. A wpłynęło na mnie wszystko, bo tam była pełna wolność. Pełna gama kolorów i smaków. Były ogrody pełne owoców i zapachów. nieprawdopodobne kwiaty, wszędzie gardenie, lilie amerykańskie. Czułam się jak w raju. Pierwszy raz jadłam tuńczyka, który na początku mi nie smakował, bo był za tłusty. Razem z rodzicami łowiłam w morzu wszystko to, co dziś jest u nas na ladach w „MasterChefie". I homary, i całe ławice ryb w różnych kolorach. To było jak bajka, jak marzenie.

W Hiszpanii studiowała Pani malarstwo. Dziś czuje się Pani bardziej artystką czy restauratorką?

Czuję się i artystką, i restauratorką. Dekoracje w „Kuchennych rewolucjach" są sterowane przeze mnie, przeze mnie wymyślane – łącznie z szyldami, z grafiką. Odpowiadam za całą estetykę programu, tychże zmian w restauracjach. Że nie wspomnę o lokalach, które prowadzę pod własnym nazwiskiem. Tworzenie to moja pasja. Nie traktuję tego jak pracy. Nawet do mody, do kolorów podchodzę jak do sztuki. Dla mnie ogromne znaczenie mają detale i sposób, w jaki coś nosimy. Wszystko jest kwestią podejścia, otwartości, czerpania przyjemności z życia, miłości do świata i ludzi – i to wszystko jest we mnie.

Czy sukces wciąż Panią motywuje, czy czasem już męczy?

Nie zależy mi na samym sukcesie, chcę robić to, co kocham. Jeśli przy okazji pojawia się sukces, jest to konsekwencją mojej pracy. Ale nigdy w życiu nie myślałam o programie telewizyjnym – myślałam tylko o tym, żeby gotować i uczyć ludzi smaków. To jest moją największą pasją. A że wyszło z tego to, co wyszło, bardzo mnie zaskoczyło, bo zupełnie się tego nie spodziewałam.

ROZM. BOGUMIŁA DEKA

Fot.: TVN

DANCING WITH THE STARS. TANIEC Z GWIAZDAMI

Kryształowa Kula czeka!

TANIEC Z GWIAZDAMI ND 29.11 godz. 19.55 POLSAT

Na ten moment czekamy z wielkimi emocjami. W finale zmierzą się trzy pary, a każda z nich ma skrytą nadzieję na wygraną! Ostatni odcinek poprowadzi, tak jak zawsze, Krzysztof Ibisz, który jest związany z „Tańcem z gwiazdami" od początku emisji programu w Polsacie, czyli od 2014 roku. Oznacza to, że pod względem stażu ustępuje jedynie Iwonie Pavlović, czyli „Czarnej Mambie", która od pierwszej edycji zasiada w jury. Już wkrótce dowiemy się, w czyje ręce trafi wymarzone trofeum uczestników tanecznego show, czyli Kryształowa Kula! Oprócz niej na zwycięzców czeka też 200 tysięcy złotych dla gwiazdy oraz 100 tysięcy złotych dla jej partnera lub partnerki. **MJ**





DIABLO

Pięści idą w ruch

DIABLO ND 29.11 godz. 20.00 TV PULS

Kris Chaney (Scott Adkins) wyszedł z więzienia, ale nie zamierza prowadzić spokojnego życia. Przybywa do Kolumbii, by dotrzymać obietnicy złożonej umierającej kobiecie. Porywa jej córkę Elisę (Alanna De La Rossa), chcąc wyrwać ją ze szponów bezwzględnego ojca, narkotykowego barona. Ten wysyła za nimi armię zbirów, na czele z psychopatycznym zabójcą El Corvo (Marko Zaror). Pomysł na „Diablo" narodził się na planie „Johna Wicka 4", gdzie Adkins i Zaror razem występowali. Postanowili stworzyć film, w którym znowu mogliby zmierzyć się ze sobą. Adkins przyznał, że podczas kręcenia finałowego pojedynku był tak wyczerpany, iż łapały go bolesne skurcze mięśni. **MAM**

ROLNIK SZUKA ŻONY

Co z tą miłością?

ROLNIK SZUKA ŻONY 13 ND 29.11 godz. 20.25 TVP 1

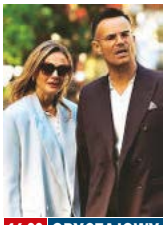
To już ostatni odcinek tego sezonu. Po dwóch miesiącach przerwy Marta Manowska ponownie spotka się z bohaterami 13. edycji programu. Napięcie sięga zenitu – nie zabraknie wzruszeń, szczerych wyznań i powrotów do momentów, które wciąż budzą silne emocje. Uczestnicy zdradzą, co wydarzyło się w ich życiu po zniknięciu kamer, a widzowie wreszcie poznają odpowiedź na najważniejsze pytanie: czy komuś w tej edycji udało się odnaleźć prawdziwą miłość? Tego nie wiemy, ale jedno jest pewne – niektórymi deklaracjami uczestników będziemy mocno zaskoczeni... Tym razem finałowy odcinek nagrywany był w Hotelu Krasicki w Lidzbarku Warmińskim. **EGP**



Fot.: AKPA (2), TVP, TV Puls

TVP 1

5.00 **Sprawdzamy** – magazyn, Polska 2024-2026
5.25 **Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
6.20 **Słownik polsko@polski** (703)
6.50 **Słowo na niedzielę**
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
8.00 **Tydzień** – magazyn rolniczy, Polska
8.30 **Polskie parki narodowe** – serial dokumentalny, Polska
9.00 **U Pana Boga w ogródku** (12-ost.) – serial komediowy, Polska 2008
9.55 **Ojciec Mateusz 26** (335): Nowicjusz – serial kryminalny, Polska 2021
10.55 **Komisarz Alex 26** (332): Złoty cielec – serial kryminalny, Polska 2026
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.45 **Taize. Dom serca** (9) – cykl reportaży, Polska 2026
13.10 BBC w Jedynce: **Dzika Skandynawia** (2/3) – film dokum., Wielka Brytania 2023
14.05 **Opowieści o niedźwiedziu** – serial dokumentalny, Polska 2024
14.25 **Rolnik szuka żony. Odwiedziny** (11) – program rozrywkowy, Polska 2026
14.45 **Alternatywy 4** (4) – serial komediowy, Polska 1983
16.00 **Zaraz wracam 3** (182, 183) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.35 **Daję słowo – Maciej Orłoś 2** (51): Prof. Jerzy Bralczyk – talk-show
18.25 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa** – cykl felietonów, Polska 2026
18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



16.00 OBYCZAJOWY

Zaraz wracam 3 (182, 183)

Po przesłuchaniu w CBŚ Karolina (Małgorzata Socha, zdj.) żąda od Jana (Mikołaj Krawczyk, zdj.), by zerwał kontakt z matką. Filar informuje Krystynę, że przestaje jej pomagać. Wiktoria wpada w panikę, gdyż ciężarna Zuza nie wróciła na noc i piła alkohol. **60 min**



20.25 TELEN. DOKUM.

Rolnik szuka żony 13 (12)

Marta Manowska (zdj.) ponownie spotka się z uczestnikami tej edycji. Opowiedzą oni o tym, co wydarzyło się w ich życiu po zakończeniu nagrań, a widzowie wreszcie dowiedzą się, czy Justynie, Mariuszowi, Wiktorowi, Karolowi oraz Łukaszowi udało się odnaleźć prawdziwą miłość. **60 min**

20

20.05 **Sport, Pogoda**
20.25 **Rolnik szuka żony 13** (12) – telenowela dokumentalna, Polska 2026 (patrz obok)
21.25 **Rolnik szuka żony. Odwiedziny** (12) – program rozrywkowy, Polska 2026
21.50 Zakochana Jedynka: FILM **Miłość w Nowym Jorku** – melodramat, USA 2000, reż. Joan Chen, wyk. Richard Gere, Winona Ryder, Anthony LaPaglia, Elaine Stritch (patrz obok)
23.45 **Red 2** – film sensacyjny, FILM USA/Francja/Kanada 2013, reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker
1.45 **Ostatnia walka Apacza** FILM – western, USA 1954, reż. Robert Aldrich
3.15 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz. ▶ 4.05



21.50 MELODRAMAT

Miłość w Nowym Jorku

50-letni Will (Richard Gere, zdj.) prowadzi życie playboya. Nawiązuje romans ze sporo młodszą Charlotte (Winona Ryder, zdj.). Dziewczyna wyznaje mu, że został jej rok życia. **115 min**

TVP 2

4.40 **Barwy szczęścia** (3448-3450) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 **M jak miłość** (1960) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
10.30 **Domowe patenty 3** (6) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
10.35 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** (79) – magazyn kulturalny, Polska 2026
Prowadząca w rozmowie z językoznawcą poruszy tematy związane z mową codzienną, idiomami czy debatą publiczną. W programie znajdą się zarówno elementy edukacyjne, jak i rozrywkowe. **35 min**
11.10 **The Voice of Poland 17** (17): Live – widowisko, Polska 2026
14.00 **Familiada** – teleturniej
14.35 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
15.10 **Szansa na sukces. Opole 2026 2** (5): Kasia Stankiewicz – widowisko, Polska 2026 (patrz obok)
16.10 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (12) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
17.15 **Tak to leciało!** – teleturniej muzyczny, Polska 2026
Uczestnicy uzupełniają luki w tekstach przebojów. Im więcej wyśpiewają, tym więcej wygrywają. Do wyboru mają 9 kategorii oraz hit za 100 tysięcy złotych. Prowadzi Kacper Kuszewski. **60 min**
18.15 **Omnibus – szybcy i mądrzy** – teleturniej, Polska 2026
Rywalizacja, w której najważniejszy jest czas: poprawne odpowiedzi przynoszą dodatkowe cenne sekundy, błędne z kolei je odbierają. Nad przebiegiem zabawy czuwa aktor Krzysztof Czeczot. **55 min**
19.10 **Kocham Cię, Polsko!** (12) – pr. rozrywk., Polska 2026



15.10 WIDOWISKO

Szansa na sukces. Opole 2026 2 (5)

Umiejętności początkujących wokalistów oceni tym razem Kasia Stankiewicz (zdj.). Artystka zaczynała karierę w zespole Varius Manx. Ma na swoim koncie takie solowe hity jak „Do dna", „700 nocy" czy „Za każdym razem". **60 min**

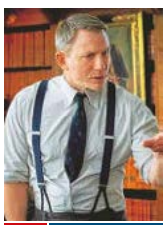


16.10 ROZRYWKA

Europa da się lubić – nowe pokolenie (12)

W każdym odcinku sześcioro uczestników z różnych krajów, którzy związali swoje życie z Polską, bierze udział w pełnych humoru konkurencjach testujących wiedzę, błyskotliwość i refleks. Całość uzupełniają materiały z europejskich ulic. Prowadzi Katarzyna Zielińska (zdj.). **65 min**

20.45 Gwiazdy w akcji: **Na noże** FILM – komedia kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson, wyk. Daniel Craig, Chris Evans, Ana de Armas, Jamie Lee Curtis (patrz obok) Reżyser czerpał inspirację z ekranizacji opowiadań Agathy Christie. Napisany przez niego scenariusz był nominowany do Oscara. W obsadzie plejada gwiazd. **135 min**
23.00 **Kwiatki polskie duże** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
0.00 **Dzień z życia artysty** (18): Stanisław Baj – talk-show
0.40 **Matylda** (7) – serial kostiumowy, Polska 2024
1.35 **Syn** (3, 4) – serial obyczajowy, USA 2017
3.15 **Baby boom, czyli Kogel Mogel 5** FILM – kom., Pol. 2024, reż. Anna Wieczur ▶ 4.40



20.45 KOM. KRYM.

Na noże

Autor kryminałów zostaje znaleziony martwy w swojej posiadłości. Jego córka Linda i inni krewni liczą na spadek. Detektyw Blanc (Daniel Craig, zdj.) poznaje rodzinne zależności oraz konflikty. **135 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.00 **halo tu polsat** – magazyn, Polska 2026
10.45 **Ewa gotuje** (588) – magazyn kulinarny, Polska 2026
Wykorzystując szwedzką pochodnię, prowadząca przyrządza kaszubskie plince, czyli placki ziemniaczane, z sosem śledziowym. W kuchni powstanie keks na słono z dodatkiem m.in. oliwek i szynki, a także kopytka dyniowe z serem feta. **40 min**
11.25 **Rybki z ferajny** FILM – film animowany, USA 2004, reż. Bibo Bergeron
Mieszkaniec rafy koralowej, Oscar, marzy o sławie. Przypadkowo zostaje uznany za bohatera. Pomaga mu pozornie groźny rekin – wegetarianin Lenny. Wkrótce oszust musi naprawdę zmierzyć się z drapieżnikami. Jego przeciwnikami są mafiosi. **100 min**
13.05 **Jak wytresować smoka 3** FILM – film animowany, USA/Japonia 2019, reż. Dean DeBlois
Grimmel, przywódca kłusowników, atakuje Berk. Czkawka postanawia opuścić wyspę, by odnaleźć mityczne królestwo. W tym czasie wróg wikingów chce zorganizować szturm, wykorzystując swoją tajną broń, smoczycę z gatunku biała furia. **140 min**
15.25 **LEGO Masters. W drodze** (3) – program rozrywkowy, Polska 2026
16.30 **Awantura o kasę** – teleturniej, Polska 2026
17.40 **Hitster. Muzyczna gra przebojów** (17) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Sport, Pogoda**
19.35 **Być Gwiazdą** (13) – magazyn kulturalny, Polska 2026



17.40 ROZRYWKA

Hitster. Muzyczna gra przebojów (17)

Gwiazdy z partnerami, przyjaciółmi i bliskimi rozwiązują zagadki muzyczne. Muszą odgadnąć, z którego roku pochodzą największe hity. Ich wspomnienia okażą się równie ważne, jak znajomość przebojów. Prowadzą Ida Nowakowska i Piotr Kędzierski (oboje na zdj.). **70 min**



19.55 ROZRYWKA

Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami (195)

Długo oczekiwany finał rywalizacji o Kryształową Kulę. Po trwających wiele tygodni zmaganiach oraz sztafecie rumby najlepsze pary zaprezentują swoje popisowe choreografie. Być może znajdą się wśród nich aktorka Izabela Kuna oraz Michał Bartkiewicz (oboje na zdj.). **180 min**

19.55 **Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami** (195-ost.) – program rozrywk., Polska 2026 (patrz obok)
22.55 **Spadkobiercy** FILM – komediodramat, USA 2011, reż. Alexander Payne, wyk. George Clooney, Shailene Woodley, Amara Miller, Patricia Hastie (patrz obok)
Adaptacja powieści Kaui Hart Hemming to kolejne nastrojowe dzieło Alexandra Payne'a, twórcy „Wyborów", „Schmidta" i „Bezdroży". Film był nominowany do Oscara w pięciu kategoriach. Otrzymał statuetkę za scenariusz adaptowany. **160 min**
1.35 **Ted** – komedia, USA 2012, FILM reż. Seth MacFarlane
3.50 **Kabaretowa Ekstraklasa** (101) – program rozrywkowy, Polska 2017



22.55 KOMEDIODRAM.

Spadkobiercy

Żona Matta (George Clooney, zdj.) zapada w śpiączkę. Mężczyzna musi teraz samodzielnie zająć się córkami, którym dotychczas nie poświęcał wiele czasu. Odkrywa, że w przeszłości partnerka go zdradzała. **160 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.50 Uwaga! – magazyn reporterów
6.10 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywk., Pol. 2024
7.10 Magda gotuje internet (4) – magazyn kulinarny, Polska 2026
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.30 Unboxing – wielkie otwarcie (6) – program rozrywkowy, Polska 2026
12.05 Co za tydzień – magazyn kulturalny, Polska 2026
12.50 Kuchenne rewolucje (13) – program rozrywk., Pol. 2026
W podlaskich Żerczycach Łukasz prowadzi pizzerię Kukuryykuu. Sprawia wrażenie zagubionego. Magda Gessler widzi, że potrzebne są radykalne działania. **70 min**
14.00 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**
14.20 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – 1. seria **(live)** (patrz obok)
15.20 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**
15.30 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – 2. seria **(live)**
16.20 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Ruce – studio **(live)**
16.45 Asterix podbija Amerykę FILM – film animowany, Niemcy/Francja 1994, reż. Gerhard Hahn
Juliusz Cezar rozkazuje porwać Panoramiksa i wywieźć go na koniec świata. Przyjaciele druida, Asterix i Obelix, ruszają w pościg. Docierają do Ameryki. **105 min**
18.30 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (1) – program rozrywkowy, Polska 2026
Marcin Prokop leci na Alaskę, by poznać historie jej rdzennych mieszkańców. Spotyka Karmen z plemienia Yupik, która dorastała w trudnych warunkach. **30 min**
19.00 Fakty
19.30 Sport, Pogoda



14.20 SPORT
Zawody Pucharu Świata w Ruce
W ubiegłym roku na skoczni Rukatunturi karty rozdawał wiatr. Swoją szansę wykorzystał Ren Nikaido (zdj.), zdobywając drugie miejsce. W tym roku Japończyk też jest w gronie faworytów obok Domena Prevca, Daniela Tschofeniga czy Stefana Krafta. **145 min**



19.45 ROZRYWKA
MasterChef (12)
W odcinku finałowym do jurorów, w tym Przemysława Klimy (zdj.), dołącza gość specjalny: Beata Śniechowska, pierwsza polska szefowa kuchni, której restauracja została wyróżniona gwiazdką Michelin. Zawodnicy mierzą się z kaczką w pięciu polskich smakach, a potem przygotowują menu degustacyjne. **110 min**

19.45 MasterChef (12-ost.) – program rozrywkowy, Polska 2026 (patrz obok)
21.35 Harry Potter i Komnata Tajemnic FILM – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, Richard Griffiths (patrz obok)
1.05 Robin Hood: Początek FILM – film przygodowy, USA/Hongkong/Chorwacja 2018, reż. Otto Bathurst, wyk. Taron Egerton, Jamie Foxx
3.30 Superwizjer – magazyn reporterów
4.05 Uwaga! – magazyn reporterów
4.20 Down the road 4 (6) – serial dokumentalny, Polska 2026
5.15 Zamieszkać na plaży 6 (9) – program rozrywkowy, USA 2019



21.35 PRZYGODOWY
Harry Potter i Komnata Tajemnic
W kolejnym roku szkolnym na ścianie Hogwartu pojawia się złowieszczy napis. Harry (Daniel Radcliffe, zdj.) i jego przyjaciele stawiają razem czoło mrocznej sile. **210 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Polska 2026
6.35 Kobra – oddział specjalny (7): Zaciemnienie – serial sensacyjny, Niemcy 2013
7.35 Don Matteo: Boski detektyw 13 (17, 18): Odwaga, by wierzyć, część 1; Odwaga, by wierzyć, część 2 – serial kryminalny, Włochy 2022
9.40 Rodzinny interes (45, 46): Rozstania; Zakazany taniec – serial obyczajowy, Polska 2019
11.35 Szklanką po łapkach FILM – komedia, USA 1996, reż. Rick Friedberg
Podczas próby ujęcia szalonego generała ginie ukochana Steele'a (Leslie Nielsen). Piętnaście lat później ten sam przestępca porywa jej córkę. Teraz zamierza on przejąć władzę nad całym światem. **110 min**
13.25 Need for Speed FILM – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, reż. Scott Waugh
Tobey Marshall (Aaron Paul), kierowca rajdowy, wychodzi na wolność po odbyciu kary za przestępstwo, w które wrobił go wspólnik. Aby się zemścić, zaczyna startować w nielegalnych wyścigach. **150 min**
15.55 Blondynka w koszarach FILM – komedia, USA 2008, reż. Steve Miner
Na rozpieszczoną aktorkę Megan (Jessica Simpson) spada seria nieszczęść. Kobieta wstępuje do armii. Musi poradzić sobie w trudnych warunkach bazy wojskowej oraz sprostać rywalizacji z szeregową. **120 min**
17.55 Niemożliwe – dramat FILM katastroficzny, Hiszpania/USA 2012, reż. Juan Antonio Bayona, wyk. Naomi Watts, Ewan McGregor, Tom Holland, Samuel Joslin (patrz obok)
Oparty na autentycznych wydarzeniach z 2004 r. dramat twórcy mrocznego „Sierocińca". Tom Holland zadebiutował na dużym ekranie. **125 min**



17.55 DRAMAT
Niemożliwe
Rok 2004. Henry (Ewan McGregor, zdj.), jego żona oraz synowie spędzają Boże Narodzenie w Tajlandii. Drugiego dnia świąt od strony morza nadchodzi fala tsunami i zmiata wszystko z powierzchni ziemi. Rozdzieleni członkowie rodziny zaczynają wzajemne poszukiwania. **125 min**



20.00 SENSACYJNY
Diablo
Były skazaniec Kris Chaney (Scott Adkins, zdj.) przybywa do Kolumbii, by wypełnić obietnicę dana matce Elisy (Alanna De La Rossa) i uratować ją przed ojcem, mafiosem Vincentem (Lucho Velasco). Kris, świetnie wyszkolony wojownik, staje do walki z psychopatycznym zabójcą El Corvo (Marko Zaror) i kolumbijskim półświatkiem. **120 min**

20.00 Niedziela z gwiazdami: FILM **Diablo** – film sensacyjny, Kolumbia/USA 2025, reż. Ernesto Díaz Espinoza, wyk. Scott Adkins, Marko Zaror, Alanna De La Rossa, Diana Hoyos (patrz obok)
22.00 Terminator 2: Dzień sądu FILM – film s.f., USA/Francja 1991, reż. James Cameron, wyk. Arnold Schwarzenegger, Linda Hamilton, Edward Furlong, Robert Patrick (patrz obok)
Arnold Schwarzenegger bryluje w nagrodzonej czterema Oscarami kontynuacji hitu. Wyliczono, że za każde słowo wypowiedziane w tym filmie otrzymał honorarium w wysokości ok. 21 tys. dol. **175 min**
0.55 Syberia – film kryminalny, FILM Kanada/USA 2018, reż. Matthew Ross
3.00 Zobacz to!



22.00 FILM SF
Terminator 2: Dzień sądu
Przysłany z przyszłości cyborg ma zlikwidować dziesięcioletniego syna Sarah Connor (Linda Hamilton). Sojusznikiem chłopca zostaje robot T-800 (Arnold Schwarzenegger, zdj.). **175 min**

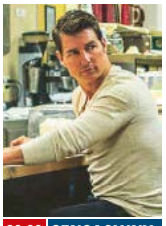
TVN 7

DVB T2

5.00 Szkoła (613) – serial paradokumentalny, Polska 2018
5.55 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 4 (15) – program rozrywkowy, USA 2020
6.50 Nowe Zwariowane Melodie 3 (10, 11) – serial animowany, USA 2019
7.20 Gremliny 2 FILM – horror komediowy, USA 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, John Glover
W wieżowcu na Manhattanie, w tajnym laboratorium doktora Cathetera (Christopher Lee), trwają badania nad nowym pokoleniem psotnych istot, które są jeszcze groźniejsze od poprzedników. Billy (Zach Galligan) i Kate chcą je powstrzymać przed zniszczeniem miasta. **125 min**
9.25 Top Model (13) – reality show, Polska 2026
11.05 Ukryta prawda (1639-1642) – serial paradokumentalny, Polska 2024
15.10 Szpital św. Anny (142, 143) – serial obyczajowy, Polska 2026
17.10 Detektywi (338): Piramida kłamstw – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Paweł Drawicz spotyka żonę kolegi ze szkoły policyjnej. Wkrótce wychodzi na jaw, że mężczyznę zamordowano. Analiza jego telefonu ujawnia tajemniczą korespondencję z nieznajomą, której miał przekazać pieniądze. **60 min**
18.10 Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski FILM – komedia, USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith, David Graf, Michael Winslow (patrz obok)
Ostatni film z cieszącego się popularnością cyklu, w którym w rolę Careya Mahoneya wcielił się Steve Guttenberg. Na dużym ekranie zadebiutował młody David Spade, znany później z licznych komedii. **110 min**



18.10 KOMEDIA
Akademia policyjna 4: Patrol obywatelski
Lassard (George Gaynes, zdj.), przełożony Mahoneya (Steve Guttenberg) i jego kolegów, powołuje patrole obywatelskie. Zaprasza szefów policji z innych krajów, by zaprezentować ten pomysł. Nie wie, że w mieście zapanował chaos. **110 min**



20.00 SENSACYJNY
Jack Reacher: Nigdy nie wracaj
Dowodząca jednostką dochodzeniową major Susan Turner (Cobie Smulders) pada ofiarą niesłusznych oskarżeń o zdradę kraju. Jack Reacher (Tom Cruise, zdj.) postanawia pomóc koleżance. Chce znaleźć dowody jej niewinności. Podczas prywatnego śledztwa wpada na trop spisku. **160 min**

20.00 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj FILM – film sensacyjny, USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise, Cobie Smulders, Aldis Hodge, Danika Yarosh (patrz obok)
22.40 Miasto złodziei FILM – dramat kryminalny, USA 2010, reż. Ben Affleck, wyk. Ben Affleck, Rebecca Hall, Jon Hamm, Jeremy Renner (patrz obok)
Scenariusz opiera się na powieści Chucka Hogana. Produkcja jest drugim filmem wyreżyserowanym przez Bena Afflecka. **145 min**
1.05 Dziewczyna moich koszmarów FILM – komedia romantyczna, USA 2007, reż. Bobby Farrelly
3.30 Fachowcy (20) – serial paradok., Pol. 2017
4.15 Dorota was urządzi! (8) – program rozrywk., Pol. 2015



22.40 DRAM. KRYM.
Miasto złodziei
Zmagająca się z traumą po uprowadzeniu Claire (Rebecca Hall) znajduje miłość. Nie zdaje sobie sprawy, że wybranek, Doug (Ben Affleck, zdj.), to jeden z przestępców, który wziął ją na zakładniczkę. **145 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

7.30 **Serwis Info Poranek**
7.35 **Polska o poranku** – inf.
7.40 **Pogoda Info**
7.45 **Polska o poranku** – inf.
8.05 **Kryminalna siódemka**
8.35 **Regiony na TAK** – mag.
8.55 **Wiek to tylko liczba**
9.25 **Rok w ogrodzie** – mag.
9.55 **Sanatoria**
10.30 **Tydzień** – mag. rolniczy
11.00 **Transmisja mszy świętej**
12.00 **Całkiem niezła historia**
12.25 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – mag.
13.00 **Piosenka dla Ciebie**
14.00 **Rączka gotuje** – mag.
14.30 **Program lokalny**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny

TVP POLONIA

11.25 **Makłowicz w podróży**
11.55 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem** – magazyn
12.50 **Słowo na niedzielę**
13.00 **Transmisja mszy świętej**
14.15 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **(live)**
17.00 **Teleexpress**
17.25 **M jak miłość** (1951)
18.20 **Do śmiechu!** (62) – rozr.
19.10 **Laskowik & Malicki**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.05 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (467) – reality show, Polska 2025
6.55 **Najdziwniejsze domy świata** (3) – serial dokum.
8.00 **Największy pies świata** – dok., Wlk. Bryt.
9.00 **A na deser...** (22) – mag.
9.15 **Galileo** (1230, 1231) – pr. popularnonaukowy
11.15 **Mini Galileo** (31, 215) – pr. popularnonaukowy
11.55 **Powrót do przyszłości 2** – kom. s.f., USA 1989
14.20 **Godzilla** – film s.f., USA/Japonia 1998
17.05 **Lot 93 z Newark** – dramat sens., USA 2006
19.00 **Uroczysko** (235, 236) – serial kryminalny, Polska

PULS 2

7.00 **Taki jest świat 11** – program informacyjny
7.25 **Aukcja w ciemno 3** (17-19) – serial dok., USA
8.55 **Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (1-3) – dok.
10.35 **Hibernatus** – komedia, Francja/Włochy 1969
12.20 **Gamoń** – kom., Francja/Włochy/Hiszpania 1965
14.40 **Najpiękniejsze baśnie: Kapryśny książę** – baśń filmowa, Czechy 2022
16.40 **Najpiękniejsze baśnie: Zaczarowany nos** – baśń filmowa, Niemcy/Czechy 2021
18.45 **Duch w butelce** – baśń filmowa, Niemcy 2021

TVP ROZRYWKA

9.30 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Tańcząca ze światem – Malta** (1) – magazyn
10.50 **Szansa na sukces. Opole 2027** (10)
11.55 **Postaw na milion**
13.45 **Prywatne życie zwierząt 15** (3) – przyrod.
14.15 **Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2** (4) – mag.
14.55 **Tak to leciało!**
15.45 **Moje przeboje** (23)
16.20 **Jeden z dziesięciu**
17.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.15 **Szansa na sukces. Opole 2027** (11)
19.20 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (12) – pr. rozr., Pol. 2025
20.00 **Jaka to melodia?**

TTV HD

10.05 **Idź na całość 3** (11)
11.05 **Zakup w ciemno extra 3** (8) – reality show
11.35 **Zakup w ciemno 8** (9)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (11)
13.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (13)
14.45 **Nasi w mundurach 4** (9)
15.45 **Express, Pogoda** – inf.
16.05 **Idź na całość 3** (12)
17.10 **Życie na kredycie 9** (25)
17.45 **Express** – pr. inform.
18.00 **Pogoda, Sport**
18.10 **Życie na kredycie 9** (26)
18.45 **Damy i wieśniaczki. PL 12** (4) – fab.-dok., Pol.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.00 **Zakup w ciemno 8** (10)
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (13)

PIŁKA NOŻNA



15.25 Betclic 2. Liga: Resovia – Znicz Pruszków **(live)**

Gospodarze chcieliby zrewanżować się rywalom za porażkę 0:1 z inauguracji sezonu. Znicz jednak spisuje się świetnie, więc nie będzie to łatwe zadanie. **125 min**

17.30 **Program lokalny**
20.00 **Dziennik regionów**
20.15 **Całkiem niezła historia**
20.30 **Sanatoria**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – mag.
23.00 **Kościół z bliska** – mag.
23.30 **Całkiem niezła historia**

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

KRYMINALNY



20.20 Komisarz Alex 24 (305)

Pożar domu, w którym ginie kobieta, okazuje się próbą zatarcia śladów morderstwa. Gustaw i inni policjanci podejrzewają o zbrodnię byłego męża ofiary. Monika wątpi w jego winę. **55 min**

21.15 **Planeta singli** – komedia romantyczna, Polska 2016
23.30 **Gabi Drzewiecka zaprasza 2** (9)
0.25 **Muzeum Polskiej Piosenki** (118) – rozr., Pol.
0.40 **M jak miłość** (1951)
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
2.00 **Sport, Pogoda**
2.10 **Archiwista 2** (6, 7)

KRYMINALNY



20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (205-208) – Polska 2026

Funkcjonariusze znajdują przed domem Larkina zwłoki siedmiu osób. Ofiary były powiązane z terminalem, służbą celną i Barabaszem. Gangster traci kluczowych ludzi i może nie zrealizować transportu. **240 min**

0.00 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
1.00 **Nieznane zdjęcia Hitlera** (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.
3.10 **SuperLudzie Extra** (31)
3.25 **Lubię disco!** (310) – muz.
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

SENSACYJNY



20.00 Akt odwagi – USA 2012, reż. Mike McCoy

Komandos Rorke (Rorke Denver, zdj.) ma odbić zakładniczkę z rąk terrorystów. Misja staje się dla niego i podległych mu żołnierzy próbą charakteru. **125 min**

22.05 **Wojna Harta** – dramat wojenny, USA 2002, wyk. Bruce Willis, Colin Farrell
0.30 **Dzielnica strachu 4** (139, 140) – serial krym.
2.25 **Niesamowite!** (15) – serial dokumentalny, Pol.
3.05 **Lombard. Życie pod zastaw 7** (356, 358) – serial obycz., Pol. 2020
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (263) – obycz.

ROZRYWKA



21.00 Kocham Cię, Polsko! (10) – Polska

Dwie drużyny rywalizują w półżartobliwej atmosferze, sprawdzając swoją wiedzę o naszym kraju. Tym razem zobaczymy m.in. Tomasza Iwana czy Mariusza Czerkawskiego (obaj na zdj.). **85 min**

22.25 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
22.40 **Postaw na milion**
0.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
1.55 **Kabaret. Super Show Dwójki 2** (22) – rozr., Pol.
2.55 **Do śmiechu!** (88, 40)
4.45 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (13) – pr. rozr., Pol. 2025
5.10 **Okrasa łamie przepisy**

DOKUMENT



22.00 Żony Podlasia 3 (1) – Pol.

Aldona chce się zdrowo odżywiać. Kupuje szklarnię, jednak jej rozłożenie okazuje się trudniejsze niż myślała. Karolina wprowadza się do nowego domu, który może urządzić po swojemu. **60 min**

23.00 **Ciężarówką przez pół świata** (4) – pr. rozr., Pol.
0.00 **11 września: dni, które wstrząsnęły światem** (1) – serial dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Down the road 4** (12) – serial dokumentalny, Pol.
2.00 **SOS. Ekipy w akcji** (51, 52) – serial paradok.
3.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (555) – serial fabularno-dokum.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **14.40** Przystanek Kultura **17.30** Panorama litewska **17.40** Blisko siebie. Magazyn ukraiński **17.50** U źródeł wiary **18.30** Obiektyw **18.45** Sport, Pogoda **19.00** Żyjący Kościół **19.25** Tydzień białoruski **19.50** Zdrowiem na Ty **20.57** Reportaż **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **15.30** Magazyn nakielski **15.45** Prosto z lasu **16.00** Eko-opcja **16.15** Spotkania z ekologią **16.30** Agroregion **17.00** Złote lata – senior show **17.45** Jeszcze dzień z życia **18.00** Po oklaskach **18.30** Zbliżenia **18.55** A to historia **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **15.30** Wiatrak **16.00** Modrzejewska **17.00** Do brzegu **17.30** Świat nie jest taki zły **18.00** Droga **18.30** Panorama **18.55** Cały ten sport **21.30** Panorama

KATOWICE **17.30** Credo **18.00** Dej pozór **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Aktualności extra **21.30** Aktualności

KRAKÓW **14.44** Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **17.30** Z górnej półki Telewizji Kraków **18.00** Kronika **18.30** Kronika **18.52** Bliżej polityki **19.07** Bohaterowie małych ojczyzn **19.20** Technikon ESA **21.30** Kronika

LUBLIN **14.30** Panorama lubelska **17.30** Kulturalnie mówiąc **18.00** Strefa otwarta **18.30** Panorama lubelska **19.05** Scena jest Twoja **19.18** Film dokumentalny **21.00** Reportaż w TVP Lublin **21.30** Panorama lubelska **21.45** Magazyn sportowy

ŁÓDŹ **17.00** Aktywni seniorzy **17.10** Czytanie puszczy **17.45** Filmowa jesień w TVP 3 Łódź **18.15** Kawałek fajnego świata **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.05** Opowieści Ryszarda Bonisławskiego **21.30** Łódzkie wiadomości dnia **21.51** Skarby Łodzi

POZNAŃ **17.30** Teleskop. Tydzień **17.45** TalentAsy Senior **18.30** Teleskop **18.50** Ścieżkami historii. Wielkopolskie muzea **19.03** Latanie to pestka **21.02** Seans dla każdego **21.31** Teleskop **21.50** Wiadomości sportowe

RZESZÓW **16.45** Z życia regionu **17.00** Moda na język polski **17.30** Dokument w TVP Rzeszów **18.15** Podkarpacka scena przebojów **18.30** Aktualności **18.58** Sportowe wydarzenia **21.00** Czytanie puszczy **21.31** Aktualności

SZCZECIN **17.35** Arka **18.00** Łódź Kultury **18.30** Kronika **18.52** Przegląd tygodnia **19.06** Z indeksem w ręku **19.20** Barka **19.45** Podlaskie w polskim filmie **21.00** Wyższa Szkoła Jazdy **21.30** Kronika **21.50** Wokół nas

WARSZAWA **17.30** Nagroda Historyczna im. Kazimierza Moczarskiego **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **19.00** To był tydzień **19.15** Mazowieckie zabytki z duszą **19.32** Filmowe spotkania **19.45** Lekcja pamięci **21.00** Tacy byliśmy **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **21.49** Wiadomości sportowe

WROCŁAW **17.30** Kawa czy herbata? **18.30** Fakty **18.59** Kawa czy herbata? **19.46** Magazyn Dolnośląski **21.00** Fakty sport **21.31** Fakty

TVP HD

7.55 **Rodzinka.pl** (223, 224)
8.55 **Ojciec Mateusz 12** (159, 160) – krym., Pol. 2014
10.45 **Czy wiesz, że?** (119) – dok.
11.20 **Na sygnale** (940, 941)
12.25 **Ojciec Mateusz 17** (221)
13.20 **Komisarz Alex 14** (166)
14.15 **Ranczo 5** (56, 57) – obycz.
16.10 **Postaw na milion** – telet.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 6** (70)
19.20 **Ranczo 9** (105-107)
22.20 **Rajska jabłoń** – dramat obyczajowy, Polska 1985
0.20 **U Pana Boga w Królowym Moście** (9, 10) – serial obycz., Polska
2.20 **Grease** – musical, USA 1978, reż. Randal Kleiser
4.20 **Zakochaj się w Polsce**

TVP KULTURA

11.00 **Pan wzywał, milordzie?** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
12.05 **Dziób w dziób**
13.05 **Cyd** – dramat historyczny, USA/Włochy 1961
16.10 **Czterdziestolatek** (16)
17.15 **Niedziela z...** – pr. kult.
18.10 **Violetta – taka jestem**
19.15 **Violetta Villas śpiewa dla zakochanych**
20.00 **Lucie Aubrac** – dramat wojenny, Francja 1997
22.10 **Porozmawiajmy szczerze** – magazyn kult.
22.50 **Niebezpieczne życie Paula Gauguina** – dok.
0.00 **Bestie wokół nas** – anim.
0.10 **Zasoby ludzkie**
0.14 **Schody** – film anim., Pol.
0.30 **Muse: Drones World Tour** – koncert, Wlk. Bryt.

ANTENA HD

9.15 **Atlantyda odnaleziona** (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
11.05 **Polska przyszłości – nasze dylematy** – publ.
12.00 **Co Polak potrafi na drodze? 2** (14) – pr. rozr.
13.00 **Kryminalny duet** (3, 4) – serial kryminalny, Fr. 2021
15.25 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 8** (7, 8) – serial kryminalny, Fr.
17.55 **77 TV 6** (14) – pr. rozr., Pol.
19.00 **77 TV 5** (22) – pr. rozr., Pol.
20.00 **Morderstwa we Francji – Collioure** – film kryminalny, Francja 2015
22.05 **Kryminalny duet** (9, 10)
0.25 **Aileen Wuornos: Ulubiona morderczyni Ameryki** – thriller, USA 2021, reż. Daniel Farrands

TV 6

6.00 **Columbo** (16, 17) – krym.
9.35 **Poirot** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2006
11.50 **Władcy umysłów** – thriller, USA 2011, reż. George Nolfi
14.00 **Policjantki i Policjanci** (311-314) – obycz., Pol. 2017
18.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sensacyjny, USA
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (93, 94) – krym., USA
22.00 **Kości** (235, 236) – serial kryminalny, USA 2017
0.00 **Cudzoziemiec** – film sensacyjny, USA/Pol. 2003
2.00 **Krejzi patrol** (14) – krym.
2.35 **Kochane pieniądze** (13-15) – serial paradokum.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

10.35 **Sanditon 2** (1) – serial kostiumowy, Wielka Brytania 2022
11.40 **Co ludzie powiedzą? 2** (1-3) – serial kom., Wlk. Bryt.
13.35 **Morderstwa w Midsomer 9** (16) – krym.
14.35 **Morderstwa w Midsomer 10** (1-3) – serial kryminalny
17.50 **Z pamiętnika położnej 13** (7) – obycz.
18.55 **Ulica nadziei** (5) – krym.
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (4) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 **Śledztwa siostry Bonifacji 4** (5) – krym.
22.00 **Dobijasz mnie** (4-6)
1.00 **Happy Valley 3** (2) – krym.

ROMANCE TV

12.15 **Lato na Lazurowym Wybrzeżu** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024
14.05 **Weiss & Morales** (3) – serial krym., Niem./Hiszp.
16.00 **Lilly Schönauer: A potem była miłość** – film obycz., Niemcy/Austria 2008
17.55 **Zwierzyniec doktor Mertens** (89, 90) – obycz.
20.00 **Romans w powietrzu** – film obycz., USA 2020
21.55 **Świąteczny azyl** – film obyczajowy, Kanada 2022
23.45 **Käthe i ja: Powrót do życia** – dramat obyczajowy, Niemcy 2020
1.40 **Romans w powietrzu** – film obycz., USA 2020

COMEDY CENTRAL

7.50 **The Office PL 2** (1) – serial komediowy, Polska 2022
8.30 **Teoria wielkiego podrywu 5** (1-12) – kom.
13.30 **Przyjaciele** (7-12) – kom.
16.35 **Krokodyl Dundee 2** – komedia przygodowa, USA/Australia 1988
18.50 **Jaś Fasola** (8, 9) – kom.
20.00 **Ilu miałaś facetów?** – kom. romant., USA 2011
22.10 **The Office PL 5** (1, 2)
23.25 **Comedy Club 3** (8, 9)
0.30 **Miasteczko South Park 15** (9-11)
2.00 **Pracoholicy 4** (9-12)
4.00 **Śmieszniej nie będzie 5** (17-20) – program rozrywk.

TVN FABUŁA

10.20 **Bella i Sebastian 3** – film familijny, Francja 2017
12.05 **Stowarzyszenie Wędrujących Dżinsów** – komedia, USA 2005
14.40 **Złoto dla zuchwałych** – komedia wojenna, USA/Jugosławia 1970
17.45 **Godzilla i Kong: Nowe imperium** – film przygodowy, USA 2024
20.00 **Teściowie 2** – komedia, Polska 2023
22.00 **Jak przeżyć święta** – komedia romantyczna, USA 2004, reż. Mike Mitchell
0.15 **Wojna światów** – thriller s.f., USA 2005
2.30 **Seriaale Top 5** – pr. kult.

STOPKLATKA

6.00 **Komisarz Rex 12** (8-11) – serial kryminalny, Włochy 2011
10.00 **Hudson i Rex 7** (6-8) – serial kryminalny, Kanada 2024
13.00 **Komisarz Montalbano** (35) – serial kryminalny, Włochy 2020
15.35 **Ucieczka z Pretorii** FILM – thriller, Australia/Niemcy/RPA 2020
Dwóch skazanych na więzienie działaczy przeciw apartheidowi opracowuje brawurowy plan odzyskania wolności. **125 min**
17.40 **Czterej pancerni i pies** (1, 2) – serial wojenny, Polska 1966

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Sekrety rodziny** (224) – serial paradokumentalny, Polska 2021
7.30 **Z klimatem i z pasją** – program publicystyczny
8.00 **Sekrety rodziny** (225) – serial paradokumentalny, Polska 2021
9.00 **Trudne sprawy** (1243-1247) – serial paradokumentalny, Polska
14.00 **Zawód glina** (1-3) – serial dokumentalny, Pol. 2026
17.00 **Nasz nowy dom** (277) – reality show, Polska 2023
18.10 **Sekrety rodziny** (51, 52) – serial paradokumentalny, Polska 2018

TVP SERIALE

5.40 **Zmiennicy** (6) – serial komediowy, Polska 1986
6.50 **Na sygnale** (958-961) – serial fabularno-dokum.
9.10 **Stawka większa niż życie** (12, 13) – serial wojenny, Polska 1968
11.25 **07 zgłoś się** (2, 3) – serial kryminalny, Polska 1976
13.35 **Ojciec Mateusz 3** (38, 39) – serial krym., Polska 2010
15.25 **Komisarz Alex 26** (332) – serial kryminalny, Polska
16.30 **Ranczo 6** (75) – serial obyczajowy, Polska 2012
17.30 **07 zgłoś się** (4, 5) – serial kryminalny, Polska
19.45 **Ojciec Mateusz 36** (462) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Och! Kabaret 4** (5, 6) – program rozrywk., 2024
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
8.00 **Milion za Laurę** FILM – komedia, 1971
10.00 **Dziewczyna** FILM **szuka miłości** – film obyczajowy, 1938
11.40 **Poszukiwany, poszukiwana** – komedia, 1972
13.35 **Rozmowy kontrolowane** FILM – komedia, 1991
15.40 **Tam i z powrotem** FILM – film obyczajowy, 2001, wyk. Janusz Gajos
17.50 **Orzeł. Ostatni patrol** FILM – dramat wojenny, 2022, wyk. Tomasz Ziętek

AXN

6.30 **Oficer Blart w Las Vegas** FILM – komedia sensacyjna, USA 2015, wyk. Kevin James, Raini Rodriguez
8.10 **Agenci NCIS 20** (10) – serial sensacyjny, USA 2022
9.10 **Walker: Strażnik Teksasu 3** (14) – serial kryminalny, USA 2022
10.05 **Detektyw Monk** (11-13) – serial kryminalny, USA 2002
13.05 **Detektyw Monk 2** (1, 2) – serial kryminalny, USA
15.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (6-10) – serial kryminalny, USA/Kanada 2006

CANAL+ PREMIUM

6.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
6.15 **Fleak. Futrzak i ja** – film FILM animowany, Finlandia/Francja/Polska 2025
7.35 **Zwierzaki na ratunek** FILM – anim., Kanada/USA 2024
9.00 **Zmiennokształtni 2** FILM – film familijny, Niemcy 2026, wyk. Emile Cherif
10.40 **Cudowne dni** – komedia PREMIERA FILM przygodowa, Kanada/Nowa Zelandia 2026
12.25 **Listy do Julii** – komedia FILM romantyczna, USA 2010
14.10 **The Office PL 6** (7, 8)
15.10 **Kopnięci w czasie** FILM – komedia, Fr./Belgia 2025
16.55 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – wstęp do meczu

KOMEDIA



20.00 Złe mamuśki 2: FILM Jak przetrwać święta – USA/Chiny 2017
Kiki (Kristen Bell, zdj.), Amy (Mila Kunis, zdj.) i Carla (Kathryn Hahn, zdj.) nie zamierzają grać ról idealnych gospodyń oraz ulegać świątecznej presji. Ich plany burzą jednak niezapowiedziani goście. **125 min**
22.05 **Na układy nie ma rady** FILM – komedia, Polska 2017
23.55 **Komedia małżeńska** FILM – kom. obycz., Pol. 1993
2.05 **Prywatne śledztwo** FILM – dram. sens., Polska 1986
4.30 **Falenicka Atlantyda** – film dokumentalny, Pol.
5.40 **Szumy i fonie** – film krótkometraż., Pol.

SENSACYJNY



20.10 Metro strachu – USA/FILM Wielka Brytania 2009
Bandyci biorą pasażerów nowojorskiego metra na zakładników. Zdegradowany dyrektor, obecnie dyspozytor ruchu Walter Garber (Denzel Washington, zdj.), musi udaremnić ich plany. **140 min**
22.30 **Snajper 3** – film FILM sensacyjny, USA 2004
0.10 **Bracia** (8) – serial obycz.
1.20 **Wydarzenia**
2.00 **Świat według Kiepskich** (35) – kom.
2.30 **SuperLudzie** (9) – dok.
3.05 **JesteśmyDlaDzieci**
3.35 **Oblicza Ameryki** – mag.
4.00 **Piotr Rubik: Koncert Wielkanocny** (2)

KRYMINALNY



20.40 Ojciec Mateusz 3 (40, 41) – Polska 2010
Zostaje zamordowany Jakub Gold, jeden z kandydatów na burmistrza. Był przedstawicielem mniejszości żydowskiej i miłośnikiem ekologii. W policyjne śledztwo angażuje się ksiądz Mateusz. **110 min**
22.30 **Ranczo 6** (76, 77) – obycz.
0.20 **Rodzinka.pl** (324, 325) – serial kom., Polska 2026
1.30 **Korona królów. Jagiellonowie** (50, 51) – telenowela hist., Polska
2.25 **Krucjata 2. Znak bliźniąt** (2) – krym., Pol.
3.15 **Londyńczycy 2** (9) – serial obycz., Pol. 2009
4.05 **Czas honoru** (8)

DRAMAT PRZYGODOWY



20.00 Niepokonani – USA/FILM Polska/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2010
Syberia, 1940 rok. Grupie więźniów udaje się przedostać poza bramy obozu. Uciekinierzy postanawiają dostać się do Indii. Czeka ich liczące tysiące kilometrów mordercza przeprawa ku wolności. **170 min**
22.50 **Tama** – etiuda filmowa, 2024
23.30 **Dzień świra** FILM – komediodramat, 2002, wyk. Marek Kondrat
Polonista Adaś Miauczyński próbuje przetrwać kolejny dzień pełen porażek. Z każdą godziną jego frustracja rośnie. **105 min**

SENSACYJNY



20.00 Londyn w ogniu FILM – Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016
Terroryści atakują Londyn w czasie pogrzebu premiera Wielkiej Brytanii. Były agent Mike Banning (Gerard Butler, zdj.) musi chronić ważnych polityków, w tym prezydenta USA Ashera. **120 min**
22.00 **Świat w ogniu** – film FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Portugalia 2019
0.15 **Adrenalina** – film sens., FILM USA/Wielka Brytania 2006
2.10 **Dzień Świstaka** FILM – komedia, USA 1993
4.10 **Agenci NCIS: Hawaje** (11, 12) – serial kryminalny
5.55 **Blok promocyjny AXN**

PIŁKA NOŻNA



17.25 PKO BP Ekstraklasa: Legia – Wieczysta Kraków
W listopadzie ostatni zespół Ekstraklasy, Wieczysta, przejął Jacek Zieliński. Ma on utrzymać drużynę w elicie. Czy uda mu się zapunktować w starciu z Legią? **130 min**
19.35 **Liga+ Extra** – mag.
21.25 **Samotnik** – thriller, Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 2026
23.10 **Przyjmij/odrzuć** FILM – thriller, USA 2025
0.45 **Protector** – dramat FILM sensacyjny, USA 2025
2.20 **Wielka Warszawska** FILM – dram. sens., Polska 2025

CANAL+ M1 W CANAL+ 1 emisja każdego programu rozpoczyna się godzinę później niż w CANAL+

13 ULICA

6.35 **Follow** (5) – serial sens., Fr.
7.30 **Bez śladu 6** (12-16) – serial kryminalny, USA 2008
11.55 **Kapitan Marleau 5** (2-4) – serial kryminalny, Fr. 2020
18.00 **Kasandra 10** (3) – serial kryminalny, Francja 2026
20.00 **Zabójstwo w Périgord** FILM **Vert** – dramat kryminalny, Francja 2024
22.00 **Zabójstwo w Balagne** FILM – dramat kryminalny, Francja 2025
0.00 **Morderstwa** FILM **w Cornouaille** – film kryminalny, Francja 2018
2.10 **Morderstwo w Sainte** FILM **Baume** – film kryminalny, Francja 2022
4.10 **Niewidomy detektyw** (2) – krym., Austria/Niem. 2019

POLSAT FILM

8.00 **Sąsiedzi** (30) – serial anim.
8.15 **Byli sobie wynalazcy** (13-15) – serial animowany
9.55 **Jeźdźcy smoków na końcu świata** (25, 26)
10.55 **Kung Fu Panda: Święta, święta i Po** – film anim.
11.30 **Pada Shrek** – film anim.
12.00 **Epoka lodowcowa** FILM – anim., USA/Fr./Kan. 2002
13.40 **Ace Ventura: Zew natury** FILM – komedia, USA 1995
15.40 **Kowboje i obcy** – film s.f., FILM USA 2011, wyk. Daniel Craig
18.00 **Robin Hood: Książę** FILM **złodziei** – przyg., USA 1991
21.00 **Bad Boys** – komedia FILM sensacyjna, USA 1995
23.30 **Futro z misia** – komedia FILM sensacyjna, Polska 2019
1.40 **Ślad** (6) – serial kryminalny

HBO

10.50 **Eleanor Wspaniała** FILM – dramat obycz., USA 2025
12.30 **Fantastyczny Pan Lis** FILM – anim., USA/Wlk. Bryt. 2009
13.55 **Żywiciel rodziny** FILM – komedia, USA 2026
15.35 **La Grazia** – dramat FILM obyczajowy, Włochy 2025
17.45 **Bohemian Rhapsody** FILM – dramat biograficzny, Wielka Brytania/USA 2018
20.00 **Po polowaniu** – dramat FILM kryminalny, USA/Wł. 2025
22.15 **Batman** – film FILM sensacyjny, USA 2022
1.05 **Dotyk** – melodramat, FILM Islandia/Wlk. Bryt. 2024
3.00 **Pozłacany wiek 4** (5) – serial kostium., USA 2026
4.00 **W dzikim galopie** FILM – dramat obycz., USA 2024

WARNER TV

8.35 **Święta w Connecticut** FILM – komedia, USA 1992
10.35 **Niezwykłe Święta** FILM **Dolly Parton** – dramat biograficzny, USA 2016
12.25 **Miłość jak narkotyk** FILM – kom. romant., USA 1997
14.25 **Raport Pelikana** – film FILM sensacyjny, USA 1993
17.20 **Superman 2** – przyg., Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 1980
20.00 **Prezent pod choinkę 2** FILM – komedia, USA/Kan. 2012
21.40 **Co się wydarzyło** FILM **w Madison County** – melodramat, USA 1995
0.20 **Tecumseh, ostatni** FILM **wojownik** – western, USA 1995, wyk. Jesse Borrego
2.15 **Firewall** – thriller, FILM USA/Australia 2006

ALE KINO+

6.30 **Polska z góry 2** (11) – dok.
7.00 **Czarna woda** – film krótkometraż., Pol. 2023
7.25 **Grantchester 11** (7, 8-ost.) – serial krym., Wlk. Bryt.
9.30 **Storm** – dramat FILM psycholog., Norwegia 2022
11.20 **Sprawa nierozwiązana** (6-10) – serial krym., Kanada
13.50 **Pies przed sądem** – kom. FILM obycz., Szwajcaria/Fr. 2024
15.30 **Pęknięte lustro** – film FILM kryminalny, Wlk. Bryt. 1980
17.40 **P.S. Kocham Cię** FILM – melodramat, USA 2007
20.10 **Crá. Torfowiska** (1-6) – serial krym., Irl./Wlk. Bryt.
2.15 **Król** (5) – serial sensacyjny
3.40 **Żurek** – film obyczajowy, FILM Polska 2003
5.10 **Belfer 3** (5) – serial krym.

CANAL+ FILM

13.20 **Arco** – film animowany, Fr./FILM USA/Wielka Brytania 2025
14.45 **Trzej muszkieterowie** FILM – film kostium., Niem./Francja/Wlk. Bryt. 2011
16.35 **Brat** – film obyczajowy, FILM Polska 2025
18.15 **Peacock** – thriller, FILM USA 2010, wyk. Cillian Murphy, Ellen Page
19.45 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Bracia pod ostrzałem** FILM – film sensacyjny, Kolumbia/USA/Wielka Brytania 2026
21.40 **The Killer** – thriller, USA/FILM Kanada/Korea Płd. 2024
23.40 **Opancerzeni** – film FILM sensacyjny, USA 2024
1.15 **Niedoszła panna młoda** FILM – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2024

SCIFI

6.00 **Grimm 2** (9-16) – fantasy
13.55 **The Ark 3** (5, 6) – serial s.f.
15.55 **Star Trek: W nieznane** FILM – film s.f., USA/Hongkong/Chiny 2016, wyk. Chris Pine
18.35 **Saga „Zmierzch":** FILM **Przed świtem. Część 1** – film fantasy, USA 2011, wyk. Kristen Stewart
21.00 **Saga „Zmierzch":** FILM **Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson
23.25 **Chappie** – film s.f., USA/FILM Meksyk 2015, wyk. Sharlto Copley, Dev Patel
1.55 **Zagubiona tożsamość 2** (3-6) – s.f., Kan. 2011-2012

PARAMOUNT NETWORK

8.00 **Mali agenci** – film FILM przygodowy, USA 2001
9.55 **Marzyciel** – dram. biograf., FILM USA/Wielka Brytania 2004
12.05 **Dirty dancing** FILM – film muzyczny, USA 1987
14.25 **Zaginione miasto** – film FILM przygodowy, USA 2022
16.50 **Wielki Gatsby** FILM – melodramat, USA 1974
20.00 **Dungeons & Dragons:** FILM **Złodziejski honor** – film przygodowy, USA/Kanada/Wielka Brytania 2023
23.00 **Ciche miejsce 2** – horror, FILM USA 2020, wyk. Emily Blunt, Millicent Simmonds
0.50 **Eurotrip** – komedia FILM przyg., USA/Czechy 2004

FX

7.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (19-21) – serial krym.
9.50 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (5-7)
12.35 **Z archiwum X** (4, 5) – s.f.
14.25 **Królestwo niebieskie** FILM – dramat historyczny, USA/Hiszp./Wlk. Bryt. 2005
17.25 **Faceci w czerni 3** FILM – komedia s.f., USA 2012
19.35 **xXx** – film sensacyjny, FILM USA 2002, wyk. Vin Diesel
22.00 **Rambo 2** – film FILM sensacyjny, USA 1985
0.00 **Tulsa King** (6) – serial krym.
0.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (17, 18) – krym.
2.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (22, 23) – krym., USA

FILMBOX+ ONE

6.05 **Strażnik Teksasu 9** (8-12) – serial sensacyjny, USA
10.55 **Vera 9** (3) – krym., Wlk. Bryt.
12.55 **Seksmisja** FILM – komedia s.f., Polska 1983
15.35 **Bridget Jones 3** FILM – komedia romantyczna, Irl./Wlk. Bryt./Francja 2016
18.05 **Jumper** – film przygodowy, FILM USA/Kanada 2008
20.00 **John Wick 4** – film sens., FILM USA/Niemcy 2023
23.35 **Czas patriotów** – film FILM sensacyjny, USA 1992, wyk. Harrison Ford, Anne Archer
2.05 **Ucieczka z Alcatraz** FILM – film sensacyjny, USA 1979, wyk. Clint Eastwood
4.40 **Bonanza** – serial obycz.

CANAL+ SERIALE

9.50 **Naruto 7** (21-23) – anime
11.20 **Dzika fauna śródziemnomorska** (2)
12.20 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
12.45 **The Office PL 3** (4-6)
14.30 **Naruto 7** (24-26) – anime
16.00 **Polska z góry. Zamki, dworki, pałace** (1-3) – dok.
17.25 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
17.30 **True Beauty** (6) – obycz.
18.45 **Lovely Runner** (6) – obycz.
19.50 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **S.W.A.T. 3** (2, 3) – sens.
21.30 **Król** (1, 2) – sens., Pol. 2020
0.00 **Brygada** (1, 2) – serial sens.
1.55 **Algorytm miłości** (1-5) – serial komediowy, Polska
4.45 **Mały Grand Hotel** (7)
5.05 **Miasta rytm** (8) – dok., Pol.

CANAL+ 360

12.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
14.45 **Futbolowa gorączka. Bitwa o Premier League** (2) – serial dokum., Wlk. Bryt.
15.45 **Na krawędzi możliwości** (9, 10) – serial dokumentalny
17.00 **Koleją przez świat 6** (4)
18.00 **Na straży** (3, 4) – dok.
19.00 **Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2** (3)
20.00 **Montana: na dzikiej północy** (4) – serial dok.
21.10 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (2) – serial dok.
22.00 **Kiler** – komedia FILM sensacyjna, Polska 1997
23.55 **Na straży** (4) – serial dok.

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

NIEDZIELA 29 listopada

WSCH. SŁ. 07.27 | ZACH. SŁ. 15.38 | Imieniny: Błażeja, Dionizego, Fryderyka

TeleTydzień

TLC

6.00 Salon sukien ślubnych
8.00 Kamera, akcja, wpadka! – pr. rozr., USA
9.00 Wiza na miłość: na odwrót 8 (4)
11.00 Cztery żony i mąż 14 (5)
12.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie
15.00 Wiza na miłość 5 (1)
16.00 Szczęście nie zna wagi 2
18.00 Dom wygrany na loterii 12: Kalifornijskie marzenia; Bez kredytu w Atlancie; Dla syna, z miłością; Dom i podróże – serial dokum.



20.00 Premiera: Mad Pooper: kto to zrobił? (1) – dok.
21.00 Premiera: Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (6)
22.00 Premiera: Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami 2 (6)
23.00 Dr Pryszczylla 5

POLSAT CAFÉ

6.00 Demakijaż (119-121)
7.30 Drugie życie sukni ślubnej (30) – rozr., Pol.
8.00 Bogaty dom – biedny dom (121) – reality show
9.00 SuperMarket Chef (7, 8)
10.00 Rolniczki (34) – dok., Pol.
11.00 Ambulans (12) – dok.
12.00 Bogaty dom – biedny dom (122, 123)
14.00 Nasz nowy dom (291)
15.05 Więzienie kobiet (17-20) – serial dok., Pol.
17.00 Bogaty dom – biedny dom (124) – reality show
18.00 Nasz nowy dom (292, 293) – reality show



20.00 Bogate dzieciaki bez kasy (9) – reality show
21.00 Gry małżeńskie (221)
22.00 Kolacja w ciemno (37)
23.00 Gry małżeńskie (202, 203) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (13-16) – serial dok., Pol.
3.00 Zdrady (165-167) – serial paradokumentalny, Pol.

TVN STYLE

5.10 MasterChef (11) – rozr.
6.45 Zgłoś remont: spełniamy marzenia (6)
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.30 Ostre cięcie 13 (10)
12.30 Jestem z Polski 18 (10) – serial dokum., Pol. 2026
13.35 Jestem z Polski 16 (33) – serial dokum., Pol. 2025
14.35 Jestem z Polski 14 (1, 2) – serial dokum., Pol. 2024
16.40 Bitwa o gości (7) – reality show, Pol. 2026
17.45 Nowa Szelągowska (2) – pr. rozrywk., Pol. 2026
18.45 Kuchenne rewolucje (12, 13) – pr. rozr., Polska



20.45 Ostre cięcie 13 (10)
21.50 Szalone Tokio – dok.
23.05 Jestem z Polski (1)
0.10 Niezwykłe Stany Prokopa (3) – rozr., Pol.
1.10 Zagadki seksualności (2) – serial dokumentalny
1.45 Tu jest pięknie (4) – rozr.
2.30 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (6, 9) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Złomowisko PL 6 (13, 14)
11.00 Lotnisko (3)
12.00 Przystanek Bieszczady (3)
13.00 Premiera: Wyzwanie: przetrwanie
14.00 Gorączka złota 17
15.00 Premiera: Alaska w budowie 8
16.00 Budowa na końcu świata 8
17.00 Celnicy na straży Niemiec (2)
18.00 Celnicy na straży Danii
19.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2



20.00 Gorączka złota 16
21.00 Gorączka złota 17
22.00 Alaska w budowie 8
23.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2
0.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (5)
1.00 Sekretne życie kasyna w Las Vegas (4)
2.00 Królowie asfaltu 9 (12)

TVP HISTORIA

10.55 Wszystkie kolory świata: Iran. Skarby Persji
11.55 Saga prastarej puszczy
13.00 Raj na Ziemi. Dziewicza planeta (3)
14.00 Flesz historii (789)
14.30 Ranczo Wilkowyje
FILM – komedia, Polska 2007
16.05 Tajemnice kultowych seriali (3)
16.55 Starożytne mocarstwa (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
17.55 Daleko od szosy (4)
19.15 Kennedy, Sinatra i mafia (2-ost.) – film dok.
20.15 W kręgu Hitlera (2)
21.15 Polskie 100 lat



21.45 Król (3) – sens., Pol. 2020
22.55 Zaklinacz deszczu
FILM – dramat sensacyjny, USA/Niemcy 1997
1.05 Zeldowicz. Teoria spalania i detonacji
1.55 Daleko od szosy (4)
3.15 Boża podszewka 2 (5)
4.10 Wszystkie kolory świata (12)

FOKUS TV

9.00 Z klimatem i z pasją
10.00 Świat z góry. Izrael (1)
11.00 Świat z góry. Jedwabny Szlak (1)
12.00 Wojny magazynowe (12-15) – reality show, USA
14.00 Gwiazdy lombardu 25 (10) – reality show, USA
15.00 Poszukiwacze złota w Australii (3, 4) – dok.
17.00 Rolnicy. Podlasie (45-48) – serial dok., Pol.
21.00 Podglądacze przyrody 2 (8): Żółwie błotne – serial dokum.
21.30 Podglądacze przyrody (1): Krótik europejski – dok.



22.00 Trumpowie. Pozłacana dynastia – film dok., Fr.
23.00 Poza kontrolą: Tragedia Fukushimy
0.00 Kataklizmy, które wstrząsnęły światem (8) – dok., USA/Czechy
1.00 Rolnicy. Podlasie (44-47) – serial dok., Pol.
5.00 Kołowrotek (8, 9) – mag.

METRO

5.50 Gorączka złota 14 – dok.
7.40 Klan z Alaski – serial dokum.
9.45 Ekspres polarny – film
FILM anim., USA/Australia 2004
11.50 Narodziny
FILM – film religijny, USA 2006
14.00 Makłowicz w drodze 2
14.35 39 i pół (8, 9) – serial kom.
16.45 Kryminalni (2, 3, 1) – krym.
20.00 Wallander (13) – serial krym.
22.05 Chyłka – Inwigilacja (5, 6) – serial kryminalny, Pol. 2021
23.55 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 – serial dok.
0.55 Szpital (980) – paradok., Pol.
1.55 Szkoła (705) – paradok., Pol.
2.55 Nowa Maja w ogrodzie 4 – magazyn ogrodniczy
4.30 Szpital (980) – paradok., Pol.

ZOOM

9.30 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
11.40 Sensacje XX wieku – hist.
13.45 Nie lubię poniedziałku
FILM – komedia obycz., Pol. 1971
15.55 Dynamo: Więcej niż magia
16.55 Gordon Ramsay – wyższy poziom gotowania 4
18.55 Gang Olsena znowu
FILM w akcji – komedia sensacyjna, Dania 1977
21.00 Kogel-mogel – komedia
FILM obyczajowa, Polska 1988
23.05 Magia nagości. Czechy i Słowacja – pr. rozrywk.
0.30 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 – rozr., Hol. 2018
1.35 Magia nagości 5 – pr. rozr.
2.55 Kabaretowe przeboje

FOOD NETWORK

7.10 Co nas truje – pr. rozrywk.
7.55 Kuchnia dla odważnych
8.55 Zamiana szefów kuchni
9.55 Wiem, co jem 4 – mag.
12.15 Wiem, co jem – mag.
12.45 100 kucharzy – reality show
13.45 Kuchenne rewolucje – rozr.
15.50 Gotuj jak Włoch! – mag.
17.00 Sexy kuchnia Magdy Gessler – magazyn kulinarny
18.10 MasterChef – pr. rozrywk.
19.35 Posiekani – teleturniej kulin.
20.35 100 kucharzy – reality show
22.10 Ostra kuchnia Pepper
22.45 Antonia Lofaso: śledztwo od kuchni – pr. rozrywk.
23.45 Perfekcyjni gospodarze 9
1.55 Makaron, ogród i fantazja
3.55 Sklepowy turniej Guya

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Zoom na architekturę
10.00 Jak to jest zrobione? 25
12.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15
14.00 Pogromca mitów w akcji
16.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
20.00 Megaprojekty generała Franco – serial dokum.
21.00 Wyprawa w nieznane 9
22.00 Pojedynki wizjonerów: Daly kontra Clark – serial dok.
23.00 Tesla: Niebezpieczny umysł: Geniusz i buntownik
0.00 Tajemnice lądowania na Księżycu
2.00 Autostrada spotkań z UFO
4.00 Zwykłe rzeczy, niezwykłe wynalazki 15

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy
11.00 Kosmiczne horyzonty
12.00 Ikony lotnictwa: Harrier
13.00 Superfabryki – serial dok.
14.00 Górnicy z Chile: wyścig z czasem (3) – film dokum.
15.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic: Upadek Kleopatry
16.00 Megażywioły
17.00 Hitler i jego świta (2) – dok.
18.00 Odkopać historię
20.00 Potwory: Prawda i mity
21.00 Megażywioły
22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy
23.00 Operacja transport
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

BBC EARTH

9.40 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em
11.00 Attenborough i morski smok – film dok., Wlk. Bryt.
12.10 W okowach mrozu 7 – dok.
13.15 Dziki połów: nieznane wody – serial dokumentalny
14.20 Dzika Wielka Brytania
16.35 Życie na pustkowiu 6
18.40 Szlakiem wulkanów – dok.
19.45 Zielona planeta – serial dok.
20.55 Attenborough i morski smok – film dok., Wlk. Bryt.
22.05 W okowach mrozu 2 – dok.
23.05 Na krawędzi katastrofy
0.05 Fenomeny współczesnego życia – serial dokum.
1.15 Zabójcza pogoda 6 – dok.
2.00 W okowach mrozu 8 – dok.

WP

11.10 Pogromca tajemnic 2
12.05 Niepojęte: Strefa tajemnic wszechświata – serial dok.
13.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver: Daniel and Rod
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec – reality show, Kan.
15.00 Strażacy z sąsiedztwa 3
16.00 Policjanci z sąsiedztwa 3
16.55 Pogoda
17.00 Policjanci z sąsiedztwa 3
20.00 Policjanci w akcji 2 (4)
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 3
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu 15
23.00 Mistrzowie Kabaretu 12
0.00 Mistrzowie Kabaretu 16
1.00 Mistrzowie Kabaretu 13

NOWA TV

8.20 Frieren. U kresu drogi (11, 12) – serial anime, Japonia
9.30 Dragon Ball Super (115-117) – serial anime, Jap.
11.00 Nowa Rewia Kabaretowa
14.00 Kabaret na dobry wieczór. Paranienormalni Show
16.00 Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących
18.00 Kabaretowa Dynastia
19.00 Ojciec Brown 4 (36-40) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
0.00 Zdrady (17) – paradok., Pol.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu
4.00 Daleko od noszy (27, 28)
5.00 Pod lupą MIGACZ 2

HGTV HOME & GARDEN

8.05 Uratuj swój ogród 8 – mag.
9.05 Nowa Maja w ogrodzie 6
11.05 Polowanie na ogród 5
12.05 Polowanie na ogród 8
12.40 Uchwycić dom 2 – pr. rozr.
13.40 Letnia chata na lata 11
15.45 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
16.40 Zgłoś remont – spełniamy marzenia – pr. rozrywk.
17.40 Weekendowa metamorfoza 2 – pr. rozr.
19.40 House Hunters – Poszukiwacze domów 5
21.20 Dorota inspiruje
22.20 Poukładani 2 – pr. rozrywk.
23.20 Podzieleni projektami
1.20 Nowa Maja w ogrodzie 3
2.20 Nowa Maja w ogrodzie 6

TRAVEL CHANNEL

6.00 Kamperem przez świat
7.05 Tajemnice mrocznych wód – serial dokumentalny
8.05 Smakuj świat z Pascalem
10.15 Człowiek kontra jedzenie
10.50 Baseny z rozmachem
14.00 Człowiek kontra jedzenie
16.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
18.15 Ciężarówką przez Stany – program rozrywkowy
21.15 Pomocy! W moim domu straszy (1, 2) – serial grozy
23.20 Ambasady luksusu – rozr.
1.20 W co wierzą Osbournowie – reality show
4.25 Hotelowe rewolucje – dok.
5.25 Królowie basenów – rozr.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

12.00 Weterynarze z Nebraski
13.00 Dzika Japonia
14.00 Pustynny szlak przetrwania – film dokum.
15.00 Afryka: Dom dzikiej przyrody
16.00 Kalahari: podziemne życie pustyni – film dokumentalny
17.00 Wulkaniczne wyspy Indonezji: Królestwo waranów
18.00 Krokodyle z Karaibów
19.00 Podejrzane na safari
20.00 Europa z powietrza: Belgia
21.00 Dzika konfrontacja
22.00 Zimowe królestwo
23.00 Dzika Japonia
0.00 Najdziwniejsze zwierzęta Ameryki Południowej

POLSAT VIASAT HISTORY

7.05 Faraonowie: nie tylko piramidy
9.10 Ramzes: władca Egiptu
15.15 Przywódcy III Rzeszy
19.55 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze – dok.
21.00 Prawdziwa historia Drakuli – film dokumentalny
22.10 Poszukiwacze zaginionych faraonów
0.05 1945: dni, które zmieniły świat: Koniec Trzeciej Rzeszy; Kapitulacja Japonii – dok.
2.00 II wojna światowa: ostatnie miesiące – dok.
3.35 Projekt Manhattan: w kolorze – dok., Wlk. Bryt.
4.25 Statua Wolności – film dok.

CANAL+ KUCHNIA

14.30 Proste smaki – serial dok.
14.55 Dzień dobry, obiad – mag.
15.20 Bosacka rusza w Polskę
15.50 M jak mięso 11 – mag. kulin.
16.25 Włoska uczta – serial dok.
17.35 Gotuj taniej z Jamiem
18.30 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień
18.55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 3 – mag.
19.25 Gotuj sprytnie ze Strzelczykiem – mag. kulin.
20.15 M jak mięso 11 – mag. kulin.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11
23.45 Świat szefów kuchni

CANAL+ DOMO HD

12.20 Ucieczka na wieś 25 – dok.
14.15 Wielkie projekty 24 – dok.
15.15 Kuchenna demolka Marty Czerkies – serial dokum.
16.15 W mieście czy na wsi?
17.15 Adres: rezydencje marzeń – serial dokumentalny
18.10 Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 10 – mag.
18.35 Daleko od miasta 17 – dok.
19.05 Ucieczka na wieś 23 – dok.
21.00 Kupiliśmy sobie zamek 10
22.00 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo
23.00 Generalna odbudowa 2
0.00 Cudotwórcy – pod presją

SUPER POLSAT

11.00 Ania z Zielonego Wzgórza
FILM – film obyczajowy, Kan. 2016
12.50 Słyszeliście o Morganach?
FILM – komedia romant., USA 2009
15.00 Wojna o planetę małp
FILM – film s.f., USA/Kanada/Nowa Zelandia 2017
18.00 Pokochaj lub sprzedaj
19.00 Randka w ciemno – pr. rozr.
21.00 Zawód: Szpieg – dramat
FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
23.40 Desperado – film
FILM sensacyjny, USA/Meksyk 1995
1.50 Backdoor. Wyjście awaryjne (9) – serial kom.

TVP KOBIETA

12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Kwiaty na warsztat 2
12.55 Tak to leciało! – telet. muz.
14.00 Rodzinka.pl (230, 231)
15.00 Pociąg do Polski
15.30 Ojciec Mateusz 23 (295, 296) – serial kryminalny
17.20 Podróżnik – magazyn turyst.
17.50 Czy wiesz, że? – serial dok.
18.30 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 – talk-show
19.30 Panna młoda (61) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (288) – obycz.
21.30 Davos, wojna szpiegów (5)
22.30 Skarbiec – dramat
FILM kryminalny, USA 2016

PLANETE+

12.30 Na targach świata 2
13.05 Polska z góry. Nad wodą 3
13.35 Krajobrazy świata – dok.
14.40 Łaty i pręgi – film dokum.
15.45 Lamparty z Parku Yala na Sri Lance – film dokum.
16.50 Ratując gepardy – film dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 Polska z góry. Naj... w Polsce 2 – serial dokum.
19.45 Karl Lagerfeld. Objawienie – serial dokum.
20.45 Prost – serial dokumentalny
22.00 Clint Eastwood. Ostatnia legenda – film dokumentalny
23.10 CTRL+SEKS+ŚMIERĆ (3)

TVP DOKUMENT

14.05 Normandia między oceanem a niebem – dok.
15.10 Lis, który uratował wyspę
16.10 Bogactwo dźwięków przyrody – film dokum., Fr.
17.10 Weekendowe wypady z Greggiem Wallace'em
18.05 Wspólna sprawa – dok.
18.35 Casting – film dokumentalny
19.00 Sean Penn, amerykański wichrzyciel – film dok., Fr.
20.05 Molly kontra algorytmy
21.40 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
21.50 She – film dok., Wł./Francja
22.55 Tamte lata, tamte dni

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT
DVB T2

5.50 **Sportowy wieczór**
6.20 **Boks:** PZB Suzuki Boxing Night 44 w Poznaniu – mecz: Polska – Armenia
8.40 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Stal Rzeszów
10.55 **Rozmowy na medal plus** – magazyn sportowy
12.00 **NBA Action** – mag.
12.35 **Biathlon:** Zawody PŚ w Kontiolahti – sprint mężczyzn **(live)**
14.25 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: ŁKS Łódź – Lechia Gdańsk **(live)**



17.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Wieczysta Kraków **(live)**
20.15 **Biathlon:** Zawody PŚ w Kontiolahti
21.35 **Sportowy wieczór**
22.00 **Koszykówka:** NBA: Spurs – Celtics **(live)**
0.45 **Piłka nożna:** Legia Warszawa – Wieczysta

EUROSPORT 1

12.00 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce – kwalifikacje **(live)**
14.20 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce **(live)**
16.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington
17.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain – supergigant mężczyzn
17.45 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn **(live)**
19.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom kobiet **(live)**



20.45 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody Pucharu Świata w Copper Mountain – 2. przejazd slalomu giganta mężczyzn **(live)**
22.15 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce – kwalifikacje
23.00 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce

POLSAT SPORT 1

5.05 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio **(live)**
8.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
11.00 **Cafe Futbol** – magazyn piłkarski
12.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
14.45 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga – mecz: Podziemia Kredowe ChKS Chełm – Aluron CMC Warta Zawiercie **(live)**
17.50 **Siatkówka kobiet:** TAURON Liga Kobiet – mecz: MOYA Radomka Radom – UNI Opole **(live)**



20.20 **Siatkówka kobiet:** TAURON Liga Kobiet: KS DevelopRes Rzeszów – Pałac Bydgoszcz **(live)**
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
3.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC
DVB T2

10.05 **Bajnutki – bajki piaskiem i dźwiękiem pisane**
10.20 **Bolek i Lolek w Europie**
10.30 **Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie**
10.45 **Reksio**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 9**
12.10 **Strażak Sam 15**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zwierzaki Czytaki**
13.25 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**
14.05 **Ernest i Celestyna**



14.35 **Lupin wśród bajek**
14.45 **Oli i Luna**
15.15 **Ugotuj nam bajkę**
15.35 **Księga Ksiąg**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Super Wings: Strażnicy Świata**

MINIMINI+

5.40 **Wygibajki 2**
6.05 **Moje urodziny**
6.40 **Staś i fajna Babcia**
7.20 **Staś da radę**
7.58 **Kicia Kocia 2**
8.30 **Dora i przyjaciele 2**
9.22 **Chmurka i Burza**
9.45 **Edzio i Lusia**
10.51 **Basia 2**
11.20 **Marta mówi**
11.50 **Mały Charlie**
12.55 **Baranek Shaun**
13.40 **Pszczółka Maja 2**
13.55 **Moje urodziny**
14.01 **Pszczółka Maja 2**
14.40 **44 Koty**
15.28 **Kicia Kocia 2**



16.05 **Jeżyk Happy**
16.56 **Blaze i megamaszyny**
17.55 **Dora poznaje świat 7**
19.16 **Psi Patrol**
20.40 **Smerfy**
21.05 **Kołysanka**
21.31 **Pola i Piotruś**
22.18 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
22.46 **Tulipop 2**

TVN 24

8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
8.35 **Strefa kibica – zima**
9.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.45 **Kawa na ławę** – mag.
11.55 **Loża prasowa** – pr. publ.
12.50 **Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
18.30 **Ranking Mazura**
19.10 **Serwis informacyjny**
19.25 **Fakty po Faktach** – inf.



20.00 **W kuluarach**
21.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
23.43 **Strefa kibica – zima kroniki**
0.00 **Fakty po Faktach** – inf.
0.50 **Kawa na ławę** – mag.
2.05 **Nowa Maja w ogrodzie**

CANAL+ SPORT

8.20 **Liga+**
9.30 **Wysoki Pressing**
11.00 **Byłem królem** (2)
11.50 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt CF – CD Alaves
13.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – CA Osasuna **(live)**
16.10 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – FC Barcelona **(live)**
18.25 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Villarreal CF **(live)**
20.55 **Jazda o złoto. na podsłuchu 2** (1, 2)
23.00 **Sport+**
0.05 **Hola LaLiga**

EUROSPORT 2

13.00 **Biegi narciarskie:** PŚ w Ruce – bieg na 20 km stylem dowolnym mężczyzn
13.45 **The Power of Olympics**
14.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 2. dzień **(live)**
17.30 **Saneczkarstwo:** Zawody PŚ w Winterbergu – 2. przejazd jedynek mężczyzn i kobiet
18.30 **Biegi narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
19.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 2. dzień
20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 2. dzień **(live)**
23.30 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
0.00 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Imoli

POLSAT SPORT 2

8.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska
10.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga – mecz: PGE Wybrzeże Gdańsk – Ostrovia
12.30 **Piłka nożna:** Copa Libertadores – finał: SE Palmeiras – Estudiantes De La Plata
14.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga: Industria Kielce – Wisła Płock **(live)**
17.30 **Atleci**
18.40 **Piłka nożna:** Liga holenderska: PSV Eindhoven – Go Ahead Eagles **(live)**
21.00 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu
23.00 **Short track:** Zawody World Tour w Szanghaju
1.00 **Sporty walki:** FEN

NICKELODEON

8.55 **SpongeBob Kanciastoporty 10**
10.00 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
10.20 **SpongeBob Kanciastoporty 10**
10.50 **Harmidom 5**
11.50 **Grzmotomocni 3**
12.50 **Grzmotomocni: Tajniacy 2**
13.20 **Niebezpieczny Henryk 3**
14.20 **Harmidom 5**
15.20 **Harmidom 6**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Patryk Rozgwiazda Show 5**
16.30 **Patryk Rozgwiazda Show 4**
16.50 **SpongeBob Kanciastoporty 12**

TELETOON+

8.34 **Harmidom**
9.55 **Barbie: Dreamhouse Adventures 2**
11.19 **Siostry 2**
12.46 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
14.07 **Siostry 3**
14.39 **Biuro detektywistyczne Lassego i Mai 2**
15.30 **Polly Pocket 6**
16.15 **Harmidom 4**
17.09 **Dinuś i Lusia**
17.25 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
17.50 **Charlotte i trzy muszkieterki**
18.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
18.40 **Polly Pocket 6**

TVP INFO
DVB T2

16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Sprawdzamy**
18.00 **Panorama**
18.20 **Teleplotki**
18.30 **Portfel Kowalskiego**
19.00 **Serwis Info Wieczór**
19.07 **Trochę kultury – wywiad**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.15 **Raport specjalny**
21.00 **Serwis Info Wieczór**
21.15 **Rozmowy (nie)wygodne**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Serwis Info Wieczór**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

8.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
10.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
12.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
15.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
17.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
19.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
22.00 **8 wspaniałych** (1)
23.00 **Hola LaLiga**
0.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn **(live)**

ELEVEN SPORTS 1

10.45 **Formuła 2:** GP Kataru – sprint
11.40 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – sesja kwalifikacyjna
12.55 **Formuła 2:** GP Kataru **(live)**
14.15 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – parada kierowców **(live)**
15.30 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – studio **(live)**
16.55 **Formuła 1:** GP Kataru **(live)**
19.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru – studio **(live)**
20.05 **Podróż do świata Calcio**
20.45 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – Sporting CP **(live)**
23.50 **Eleven Gol**
1.10 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
3.05 **Pierwszy tytuł Kloppa**

POLSAT SPORT 3

8.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz półfinałowy
10.00 **Bobsleje:** Zawody Pucharu Świata w Altenbergu
12.00 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu – dwójki kobiet **(live)**
15.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz finałowy **(live)**
17.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz finałowy **(live)**
19.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz finałowy **(live)**
21.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
23.00 **Piłka nożna:** Copa Libertadores – finał: Palmeiras – Estudiantes De La Plata
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

7.19 **Świnka Peppa 4**
8.20 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl**
10.35 **Świnka Peppa 4**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora 3**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.20 **Rubble i jego ekipa**
12.50 **Psi Patrol 3**
13.40 **Świnka Peppa 5**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.25 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Barbapapa i jego rodzinka 2**

DISNEY JUNIOR

7.00 **Blue 2**
8.00 **Klub Myszki Miki Plus**
8.30 **Spidey i superkumple 3**
9.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
9.30 **Klub Myszki Miki Plus**
10.00 **Blue 2**
11.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
11.30 **Superkoty 2**
12.00 **Spidey i superkumple 3**
12.30 **Iron Man i super ekipa**
13.00 **RoboGobo 2**
13.30 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
14.00 **Disney Junior Ariel**
14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**

POLSAT NEWS

11.00 **Polityczny WF z gościem**
12.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **W rytmie dnia**
17.30 **Z drugiej strony**
18.35 **Debata polityczna**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.40 **Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii**
21.00 **Polsat News ujawnia**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Czysta Polska**
0.40 **Wydarzenia wieczorne**

CANAL+ SPORT 5

8.55 **Premier League: The Big Interview** (15)
9.30 **Wysoki Pressing**
11.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Widzew Łódź – KGHM Zagłębie Lubin
13.30 **Turbokozak**
14.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
18.15 **Wysoki Pressing**
20.00 **Dart:** PDC Players Championship Finals **(live)**
0.15 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 180
1.30 **Premier League: The Big Interview** (15)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Bundesliga Clubs**
12.25 **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Fiorentina **(live)**
14.55 **Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – SSC Napoli **(live)**
17.15 **Podróż do świata Calcio**
17.55 **Piłka nożna:** Liga włoska: AS Roma – AC Monza **(live)**
20.00 **Podróż do świata Calcio**
20.40 **Piłka nożna:** Liga włoska: Como 1907 – Juventus **(live)**
23.00 **Podróż do świata Calcio**
23.40 **Dramatyczne rzuty karne**
0.00 **Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – AS Monaco
2.00 **Bundesliga Clubs**

POLSAT PLAY

9.30 **Taaaka ryba**
10.00 **Jedziemy na ryby!**
12.05 **Chłopaki do wzięcia**
13.00 **Zawód glina**
14.00 **Samochodowi handlarze**
15.00 **Złomiarze**
16.00 **Polacy za granicą**
18.05 **Górale**
21.05 **Chłopaki do wzięcia**
22.00 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
22.30 **Łowca pedofilów**
23.00 **Zawód glina**
0.05 **Łowca pedofilów**
1.10 **Więzienie**
2.00 **Złomiarze**

TVN TURBO

12.30 **Jeździć, obserwować**
13.15 **Naprawy nie do naprawy**
14.00 **Zawodowi handlarze**
15.30 **Po raz trzeci. Sprzedane!**
16.15 **Kupione, zrobione, sprzedane**
17.15 **Ciężarówką przez Malezję**
18.15 **Raport końcowy**
18.40 **Mobilni mechanicy**
19.25 **Wojny samochodowe**
21.25 **Zawodowi handlarze**
22.10 **Kupione, zrobione, sprzedane**
23.10 **Jeździć, obserwować**
23.55 **Duda kontra Szafrański**

TVS

8.10 **Przy muzyce po Śląsku**
8.35 **Muzyczne dzień dobry**
9.30 **Przy muzyce po Śląsku**
10.50 **Klachy i Lachy**
11.20 **Muzyczne podróże Karoliny Treli**
12.20 **Hansi Hinterseer zaprasza**
14.30 **Śląska karuzela**
16.00 **Koncert życzeń**
17.50 **Szlagierowa lista**
19.45 **Koncert w TVS**
21.50 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Tkanina z marzeń** – film obyczajowy, Niem. 2021
23.35 **Śląska karuzela**
1.20 **Program kulinarny**

TV TRWAM
DVB T2

17.30 **Sól ziemi**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Baśniowy teatr lalek**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.45 **Stan bezpieczeństwa państwa**
22.00 **Mocni Jego mocą**
22.30 **Muzyczne chwile**
22.45 **Jak wygrać małżeństwo**
23.00 **Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Siostry padają ofiarą agresywnych nastolatków. Skopana Agnes trafia do szpitala.



Gdy Artur i Joanna okazują sobie czułość w miejscu publicznym, widzi ich Maria.



Rogowska decyduje się na rozwód, o czym powiadamia swojego syna prawnika.

M JAK MIŁOŚĆ

Podwójny dramat

Maria widzi, jak Artur trzyma za rękę kochankę, i ostatecznie decyduje się na rozwód. Tymczasem Basia i Agnes zostają brutalnie zaatakowane przez uciekinierów z poprawczaka.

M JAK MIŁOŚĆ PO 30.11 godz. 20.50 TVP 2

Gdy Barbara (Teresa Lipowska) źle się czuje, Agnes (Amanda Mincewicz) wzywa na pomoc Artura (Robert Moskwa). Seniorka okazuje zięciowi chłód, ale gdy widzi w jego oczach łzy, jest poruszona i w efekcie prosi później Marię (Małgorzata Pieńkowska), by dała niewiernemu mężowi ostatnią szansę – czym ta czuje się dotknięta. Z kolei Piotrek (Marcin Mroczek) informuje matkę przez telefon, że Budzyński (Krystian Wieczorek) jest gotowy złożyć w jej imieniu pozew o rozwód, radząc przy okazji, by jeszcze sprawę przemyślała.

Koniec złudzeń

Gdy Maria zastanawia się, czy wybaczyć mężowi zdradę, Joanna (Dominika Sakowicz) naciska na kochanka, by podjął decyzję w sprawie ich przyszłości. – Artur, ja tak dalej nie mogę. W szpitalu mijamy się, jakbyśmy się nie znali, potem dzwonisz… Musisz w końcu podjąć decyzję, co dalej. Nie chcę być dla ciebie tylko przystankiem, kimś, do kogo przychodzi się, kiedy jest źle – zaczyna rozmowę Dobrzańska. – Twoje małżeństwo się skończyło, ono już nie istnieje. Pytanie brzmi: co dalej? Co zrobisz teraz ze swoim i moim życiem? Bo jeśli nadal będziesz mnie przyciągał i odpychał, to mnie stracisz. I wtedy naprawdę zostaniesz sam – doda stanowczo lekarka. – Joasiu, przecież wiesz… Musisz to wiedzieć, że ja nie chcę, nie mogę cię stracić! – odpowie rozemocjonowany Rogowski. Rozmowa kończy się deklaracją, że odtąd oficjalnie już będą razem, i oboje wychodzą na ulicę w Gródku, trzymając się za ręce i okazując sobie czułość. Właśnie wtedy widzi ich... Maria! Rogowska po spotkaniu z mężem i Joanną jest zdruzgotana i traci resztkę złudzeń, że jej związek da się jeszcze uratować. Niemal od razu wysyła wiadomość do Piotra – z informacją, że jest zdecydowana na złożenie pozwu rozwodowego.

Ofiary podstępu

Tymczasem na komendzie Rafał (Jakub Kucner) przekazuje Natalii (Dominika Suchecka), że z poprawczaka w Gródku uciekło dwóch agresywnych nastolatków. Kilka godzin później zbiegowie atakują Basię (Karina Woźniak) i Agnes – gdy dziewczyny spotykają ich na trasie w lesie i chcą pomóc jednemu z chłopaków, który przekonująco udaje uraz nogi. Przestępcy najpierw okradają je z telefonów komórkowych, a później biorą kluczyki do auta. – Co jest?! Nie możecie zabrać nam samochodu! – krzyczy bezradnie Agnes. Przestępcy zainteresują się nie tylko rzeczami należącymi do sióstr, ale będą gotowi także porwać Basię. – Patrz na nią – taka ładna, a taka pyskata! – rzuca jeden z nich. – Super. Zabawisz się z nami? Widzę, że chcesz… – dodaje drugi.

Basia unika gwałtu tylko dzięki Agnes, która desperacko walczy z napastnikami. Jednak za swoją odwagę płaci wysoką cenę – bandyci w odwecie katują ją, wymierzając z całej siły kopniaki w plecy. Gdy poszkodowana trafia do szpitala, miejscowa policja rusza w pościg za sprawcami. Maria (Maria Pieńkowska) jedzie z Pawłem (Rafał Mroczek) zobaczyć pacjentkę i zawiadamia o zdarzeniu Artura (Robert Moskwa). W szpitalu czeka wszystkich druzgocąca wiadomość: Agnes doznała złamania kręgosłupa. Czy lekarka będzie mogła chodzić?

BOGUMIŁA DEKA

Fot.: MTL Maxfilm



Jerry O'Connell jako tajemniczy Mitch, który pod pozorem pomocy, realizuje swój plan.

INSTYNKT PRZETRWANIA • JERRY O'CONNELL

Wielbiciel pierogów

INSTYNKT PRZETRWANIA PO 30.11 godz. 20.50 TVN

Zamożna amerykańska rodzina Halseyów wybiera się na safari w Kenii. Wycieczka zamienia się w koszmar, gdy rozpędzony nosorożec niszczy ich dżipa, zmuszając bohaterów do wędrówki przez pustkowie. Niespodziewanie spotykają tajemniczego Mitcha. Początkowo mężczyzna wydaje się życzliwy i pomocny. Potem okazuje się, że skrywa sekret. W roli Mitcha Hanovera w filmie „Instynkt przetrwania" wystąpił Jerry O'Connell, prywatnie mąż Rebecci Romijn, grającej Lauren Halsey. Aktor z dumą mówi o swoich polskich korzeniach. Jego mama, Linda Witkowski, zaszczepiła w nim miłość do ojczyzny przodków i polskich dań. – Uwielbiam polskie pierogi! – podkreśla Jerry. **MJ**

WOJNA PELOPONESKA

Władza za wszelką cenę

WOJNA PELOPONESKA PO 30.11 godz. 20.55 TVP 1

Od tamtych wydarzeń minęło już ponad 2400 lat, ale świat wciąż popełnia te same błędy. Ateny i Sparta rozpoczynają walkę o dominację, która na 27 lat pogrąży Grecję w krwawej wojnie. Pycha przywódców ustąpi miejsca strachowi, a wiara w zwycięstwo – zwątpieniu. Wojna pochłonie tysiące istnień i doprowadzi do upadku potęgi Aten. Wawrzyniec Kostrzewski, sięgając po kronikę Tukidydesa, pokazuje, jak żądza władzy i polityczne ambicje prowadzą do katastrofy. W spektaklu Marcin Dorociński gra Peryklesa, Piotr Adamczyk – Nikiasa, Michał Czernecki – Kleona, a Maja Komorowska – Pytię. Po premierze, o godz. 22.25, widzów czeka rozmowa z twórcami spektaklu. **MAM**



Premiera

Nikias próbował powstrzymać rozlew krwi, ale został wciągnięty w wojnę.



Niepełnosprawność nie oznacza, że trzeba rezygnować ze swoich pragnień.

NASZE MARZENIA

Pokonując bariery

NASZE MARZENIA PO 30.11 godz. 11.30 TVP KULTURA

Poruszający dokument o dzieciach, które mimo niepełnosprawności nie rezygnują ze swoich pragnień, pasji i prawa do pełnego życia. Reżyser Pascal Plisson podąża za Xavierem z Rwandy, Charlesem z Kenii, Antonim z Brazylii, Maud z Francji oraz Nirmalą i Khendo z Nepalu, pokazując ich codzienne zmagania i determinację oraz wsparcie, jakie dostają od bliskich i otoczenia. Film obala stereotypy, przypominając, że niepełnosprawność nie przekreśla przyszłości człowieka. Twórca opowiada o swoich bohaterach bez patosu, z empatią i szacunkiem. I udowadnia, że miłość, edukacja włączająca, humor i wytrwałość w dążeniu do celu pozwalają przenosić góry. **MP**

CZAS HONORU

W konspiracji

CZAS HONORU PO 30.11 godz. 17.10 TVP HISTORIA

Wiosna 1941 roku. Pięciu polskich żołnierzy – major Czesław Konarski (Jan Englert), jego synowie Władek (Jan Wieczorkowski) i Michał (Jakub Wesołowski) oraz Janek (Antoni Pawlicki) i Bronek (Maciej Zakościelny) – kończy w Anglii szkolenie. Wkrótce mają zostać zrzuceni do okupowanej ojczyzny, by prowadzić akcje dywersyjne. Nie wiedzą, że jeden z konspiratorów, chcąc ocalić własną skórę, zdradził Niemcom miejsce planowanego zrzutu. Odcinek „Skok" otwiera opowieść o przyjaźni, miłości i odwadze wystawianych na wojenną próbę. Wojskowego drylu zaznali też aktorzy: przed zdjęciami ćwiczyli musztrę, obsługę broni i przechodzili trening kaskaderski. **MAM**



Gestapo szykuje zasadzkę. Czy cichociemni wpadną prosto w ręce wroga?

Od 1. odcinka

Fot.: TVP (2), Blue Sky Films, Eady East Prod

TVP 1 DVB T2

4.45 Sprawdzamy – magazyn, Polska 2024-2026
5.05 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026
5.20 Reporterzy – magazyn reporterów
5.35 Oko na świat – magazyn, Polska 2024-2026
5.55 Akacjowa 38 (992) – telenowela, Hiszpania 2018
6.45 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa – cykl felietonów, Polska 2026
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
7.30 Studio Raban – magazyn dla młodzieży, Polska
8.00 Serwis Info – pr. inf., Polska
8.10 Pogoda Info
8.35 Zaraz wracam 3 (180) – serial obyczajowy, Pol. 2026
9.10 Ranczo 6 (70) – serial obyczajowy, Polska 2012
10.05 Komisarz Alex 2 (23) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 Ojciec Mateusz 26 (336) – serial kryminalny, Pol. 2021
12.00 Serwis Info – pr. inf., Polska
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Rok w ogrodzie extra
12.55 BBC w Jedynce: **Dzika Skandynawia** (2/3) – film dokum., Wielka Brytania 2023
14.00 Splątane losy (98) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 Serwis Info – program informacyjny, Polska
15.10 Reporterzy – magazyn reporterów
15.35 Gra słów. Krzyżówka – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 Dziedzictwo (1081) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
18.05 Klan (4786) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
18.40 Akacjowa 38 (1009) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicystyczny, Polska 2026



18.05 TELENOWELA

Klan (4786)

Miłosz radzi się prawnika. Bożenka słyszy rozmowę męża z rodzicami. Uświadamia sobie, że może stracić dzieci. Z Poznania przyjeżdża matka Karola. Chce kupić mieszkanie w Warszawie. Chojnicki (Andrzej Grabarczyk, zdj.) obiecuje jej pomoc przy wyborze. **35 min**



20.55 TEATR TV

Wojna peloponeska

Spektakl na podstawie dzieła Tukidydesa. Trwająca 27 lat wojna spustoszyła niemal całą Grecję i zakończyła się upadkiem Aten. Opowieść łączy historię ze współczesnością, gdzie znów narasta niepokój spowodowany konfliktem mocarstw, walką o wpływy oraz dominację. **90 min**

20

20.10 Sport, Pogoda
20.30 Słoneczna. Poza ciszą (6) – serial obyczajowy, Pol. 2026
20.55 Teatr Telewizji: **Wojna peloponeska** – teatr TV, Pol. 2026, reż. Wawrzyniec Kostrzewski, wyk. Maja Komorowska, Marcin Dorociński, Piotr Adamczyk, Michał Czernecki (patrz obok)
22.25 Postscriptum: „Wojna peloponeska" – wywiad, Polska 2026
22.55 Świat bez fikcji: **Wolne sądy** – film dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
0.10 Balans bieli – program religijny, Polska 2023-2026
0.50 Maratończyk – thriller, USA
FILM 1976, reż. John Schlesinger
2.55 Film dokumentalny
4.00 Raport specjalny – magazyn, Polska 2024-2026 ▶ **4.45**



22.55 DOKUMENT

Wolne sądy

Twórcy filmu opowiadają o nieformalnej inicjatywie obywatelskiej grupy prawników. Powstała ona w celu przeprowadzenia działań na rzecz obrony praworządności i porządku konstytucyjnego. **75 min**

TVP 2 DVB T2

4.55 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1891) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 Rodzina (nie od) święta: Poranki dla zakochanych. Twoi rodzice w Twoim związku – magazyn religijny, Polska 2024
6.55 Barwy szczęścia (3450) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn, Polska 2026
7.55 Pytanie na śniadanie
11.50 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny, Polska
12.30 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026
13.15 Panna młoda (261) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque – teleturniej, Polska
14.35 Na sygnale (961): Widmo teściowej – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (530) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Marię dręczą wyrzuty sumienia, że to przez jej opowiadania markiza dowiedziała się o związku Jany z Manuelem. Tymczasem Catalina zwierza się Pelayowi w sprawie swojej relacji z Adrianem. **55 min**
16.00 Koło fortuny – teleturniej, Polska 2026
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (262) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Sila ukrywa Metina u Engina. Cihan jedzie do domu dziecka, gdzie spotyka się z Hancer. Proponuje jej małżeństwo. Mukadder przyłapuje Sinem na próbie ucieczki. **55 min**
18.15 Va banque – teleturniej, Polska
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3450) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 Domowe patenty 3 (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



20.50 OBYCZAJOWY

M jak miłość (1961)

Natalia ponownie ściera się z Hanią, która nieustannie prowokuje kłótnie. Karską czeka też trudna rozmowa z Adamem. Joanna naciska na Artura (Robert Moskwa, zdj.), by zdecydował o ich przyszłości. Basia i Agnes jadą do Gródka. Po drodze zostają napadnięci. **60 min**



21.50 FAB.-DOKUM.

Na sygnale (962, 963)

Julka odkrywa, że pojawiła się nowa terapia dla chorych z urazami kręgosłupa. Mówi o tym Gabrielowi (Kamil Wodka, zdj.). Vick dostaje pilne wezwanie do kościoła, gdzie trafia na zagadkowy przypadek zatrucia. Alek i Britney ruszają na pomoc rowerzyście rannemu po uderzeniu paczką, która spadła z drona. **65 min**

20.05 Barwy szczęścia (3451) – serial obyczajowy, Pol. 2026
20.40 Kulisy serialu „M jak miłość" – cykl fel., Polska
20.50 M jak miłość (1961) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
21.50 Na sygnale (962, 963) – serial fabularno-dokum., Polska 2026 (patrz obok)
22.55 Hotel Mumbaj – thriller,
FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2018, reż. Anthony Maras, wyk. Dev Patel, Armie Hammer, Nazanin Boniadi, Anupam Kher (patrz obok)
1.05 Francuska ruletka (1) – serial kryminalny, Francja/Belgia 2023, wyk. Michele Laroque, Yannick Choirat
2.00 Na noże – komedia
FILM kryminalna, USA 2019, reż. Rian Johnson
4.15 Serial ▶ **4.45**



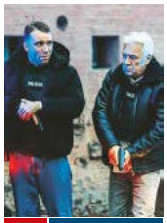
22.55 THRILLER

Hotel Mumbaj

Listopad 2008 roku. Indiami wstrząsa seria zamachów. Islamscy terroryści wdzierają się także do luksusowego hotelu Taj Mahal. Goście i pracownicy, m.in. Arjun (Dev Patel, zdj.), stają się ich zakładnikami. **130 min**

POLSAT DVB T2

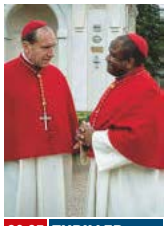
4.40 Disco Gramy – program muzyczny, Polska 2026
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.20 Trudne sprawy (1145) – serial paradokumentalny, Polska 2022
9.20 Dlaczego ja? (846-848) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Na parkingu samochód z Darią w środku zostaje przepchnięty przez dwóch mężczyzn. Pojazd dachuje. Nieznajoma oskarża ją o romans ze swoim mężem. Alina domyśla się, że macocha dopuściła się zdrady z szefem. **180 min**
12.20 Gliniarze (1070-1072) – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.30 Wydarzenia 24
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1153): Ofiara NN – serial paradokumentalny, Polska 2026
Mężczyzna zostaje śmiertelnie potrącony przez auto. Gdy policjanci próbują ustalić tożsamość ofiary, dochodzi do strzelaniny. Trop prowadzi do katastrofy kolejowej sprzed kilku miesięcy. **60 min**
16.55 Gliniarze. Śląsk (1): Czas zapłaty – serial kryminalny, Polska 2026, reż. Dariusz Wiktorowicz, wyk. Zbigniew Stryj, Agnieszka Wagner, Mateusz Goławski, Marek Chudziński (patrz obok)
18.00 Pierwsza miłość (4297) – serial obyczajowy, Polska 2026
Oskar czuje się wstrząśnięty po wydarzeniach na moście. Na wszystko zaczyna patrzeć inaczej. Ostro sprzeciwia się Karolowi. Melka wciąż ukrywa prawdę o tym, co usłyszała od lekarki. **50 min**
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, Pogoda
19.55 Milionerzy – teleturniej, Polska 2026



16.55 KRYMINALNY

Gliniarze. Śląsk (1)

Zostaje porwany 11-letni Janek Majcher, syn byłego prezesa kompanii górniczej. Śledztwo prowadzą aspirant sztabowy Robert Gucman i jego nowy partner, pochodzący ze Szczecina Igor Kowalski (Mateusz Goławski, zdj.). Ich współpraca okazuje się trudnym wyzwaniem. **65 min**



20.35 THRILLER

Konklawe

Kardynałowie zjeżdżają się do Rzymu, by wybrać nowego papieża. Thomas Lawrence (Ralph Fiennes, zdj.) ma czuwać nad przebiegiem konklawe. Gdy ujawnione zostają tajemnice, staje w obliczu dylematu, czy zachować bezstronność, czy też wbrew zasadom przechylić szalę zwycięstwa na jedną ze stron. **150 min**

20.35 Megahit: **Konklawe**
FILM – thriller, Wielka Brytania/USA 2024, reż. Edward Berger, wyk. Ralph Fiennes, Jacek Koman, Lucian Msamati, Stanley Tucci (patrz obok)
Adaptacja powieści Roberta Harrisa. Film nominowano do Oscara w ośmiu kategoriach. Ostatecznie złotą statuetkę odebrał scenarzysta Peter Straughan. **150 min**
23.05 Szakal – film sensacyjny,
FILM Niemcy/USA/Francja 1997, reż. Michael Caton-Jones, wyk. Bruce Willis, Richard Gere, Sidney Poitier, Diane Venora (patrz obok)
1.50 Old – horror, Japonia/
FILM USA/Chiny 2021, reż. M. Night Shyamalan
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa (65) – program rozrywkowy, Polska 2017



23.05 SENSACYJNY

Szakal

Zawodowy zabójca (Bruce Willis, zdj.) ma zlikwidować polityka na zlecenie bossa mafii. Aby go powstrzymać, FBI zmusza do współpracy byłego terrorystę, który jako jedyny zna twarz zamachowca. **165 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1548) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (10) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (3) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.30 Kuchenne rewolucje (13, 3) – program rozrywkowy, Polska
Magda Gessler udaje się tym razem na warszawski Mokotów, gdzie znajduje się niewielki Bar Mleczny. Lokal prowadzi Daniel. Choć lokalizacja wydaje się wymarzona, mężczyźnie tak naprawdę trudno zarobić na biznesie. **130 min**
13.40 Ukryta prawda (1724-1726) – serial paradokumentalny, Polska 2025
45-letnia Edyta próbuje poradzić sobie po śmierci męża. Odkrywa w jego komputerze intymne zdjęcia z przyjaciółką Anną. Ta przyznaje, że miała romans z mężczyzną. Na jaw wychodzą też kolejne tajemnice męża. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (98) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
17.55 Detektywi (163) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
W warsztacie samochodowym mężczyzna ulega wypadkowi. Właściciel biznesu podejrzewa, że to on był celem ataku. Prosi Annę Potaczek i jej kolegów o zidentyfikowanie sprawcy. Okazuje się, że poszkodowany był uzależniony od narkotyków. **65 min**
19.00 Fakty
19.35 Sport
19.40 Kroniki Pucharu Świata w skokach narciarskich (4) – program sportowy, Polska 2026
19.45 Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów



16.50 OBYCZAJOWY

Szpital św. Anny (98)
Stan dziecka Majki gwałtownie się pogarsza, więc doktor Bursztyn decyduje o cesarskim cięciu. Dziecko rodzi się w stanie krytycznym, a Majka trafia na kardiologię pod opiekę Łukasza (Jakub Świderski, zdj.). Daria odkrywa, że jej matka znów sięga po alkohol. **65 min**



20.50 DRAM. SENS.

Instynkt przetrwania
Lauren (Rebecca Romijn, zdj.) i Jack Halseyowie (Philip Winchester, zdj.) wybierają się na safari do Kenii. Towarzyszą im dzieci. Wyprawa zmienia się w koszmar, gdy zjeżdżają ze szlaku. Nie mają niezbędnego ekwipunku, a dookoła czyhają drapieżniki. Wkrótce na ich drodze staje tajemniczy Mitch. **135 min**

20.15 Na Wspólnej (4320) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Instynkt przetrwania FILM – dramat sensacyjny, Kenia/USA 2021, reż. M.J. Bassett, wyk. Rebecca Romijn, Philip Winchester, Isabel Bassett, Michael Johnston (patrz obok)
23.05 Ścigane FILM – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace, Sophie Nélisse, Indira Varma, Eoin Macken (patrz obok)
1.00 Freestyle FILM – dramat sensacyjny, Polska 2023, reż. Maciej Bochniak
2.50 Co za tydzień – mag., Polska
3.30 Uwaga! – mag. reporterów
3.50 Młode gliny (66) – krym.
4.50 Jak to jest zrobione? (17) – serial dok., Wielka Brytania
5.15 Zamieszkać na plaży 6 (14) – program rozrywk., USA 2019



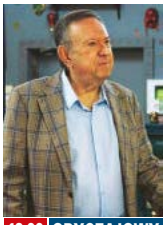
23.05 DRAM. SENS.

Ścigane
Świetnie wyszkolona agentka Sam Carlson (Noomi Rapace, zdj.) ochrania dziedziczkę fortuny, Zoe (Sophie Nélisse). Zadanie się komplikuje, gdy dochodzi do próby porwania jej podopiecznej. **115 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (15, 16): Bilet w jedną stronę; Niebezpieczna damulka – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8): Zaciemnienie; Zabójczy wybór – serial sensacyjny, Niemcy 2013
10.00 Zaklinaczka duchów 4 (83) – serial fantasy, USA 2009
11.00 Kotka (83) – telenowela, Meksyk 2014
Garabato odwiedza Ines w więzieniu i zapowiada jej, że będzie się uczył i zrobi wszystko, by ich syn miał lepsze życie. Ines uważa, że robi to dla Esmeraldy. Jednak on zapewnia ją, że to nieprawda. **60 min**
12.00 Mój grzech (20) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
Lucrecia widzi Juliana całującego Teresę. Postanawia wrócić do Oaxacy. Julian oświadcza publicznie, że Lucrecia jest jedyną kobietą w jego życiu. Z kolei Teresa wyznaje Lucrecii, że kocha Juliana. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (56) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 Rodzinny interes (49): Zacząć od nowa – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 13 (674, 675) – serial obyczajowy, Polska 2023
Maruszak opowiada w lombardzie o koledze, który zmaga się z arachnofobią. Ma pomysł, jak go wyleczyć. Klient kupuje drogi zegarek. Anka skądś kojarzy mężczyznę, o czym wspomina Kazimierzowi. **120 min**
17.00 Rodzinny interes (50): Randka w ciemno – serial obyczajowy, Polska 2019
Do salonu przychodzi Dominika. Okazuje się, że Klaudia była kiedyś jej sąsiadką. Ojciec dziewczyny zmarł, a jej matka nie radzi sobie finansowo. Fryzjerka postanawia wesprzeć dawną koleżankę. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1043, 1044) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)



18.00 OBYCZAJOWY

Lombard. Życie pod zastaw 19 (1043, 1044)
Klient restauracji znajduje w kotlecie mikroczip. Podejrzewa, że podano mu mięso z konia lub psa. Zamierza zniszczyć lokal i właścicielkę. Pracownicy Barskiego (Zbigniew Buczkowski, zdj.) zmagają się z prywatnymi problemami. **120 min**



20.00 DRAM. SENS.

Bóg zemsty
Laura (January Jones, zdj.) zostaje zgwałcona i skatowana. Tajemniczy Simon (Guy Pearce), członek tajnej organizacji wymierzającej sprawiedliwość, zawiera układ z jej mężem, Willem (Nicolas Cage, zdj.). Jego ludzie ukarzą bandytę, ale w zamian oczekują pomocy w przyszłości. Umowa ma wysoką cenę... **125 min**

20.00 Bóg zemsty FILM – dramat sensacyjny, USA 2011, reż. Roger Donaldson, wyk. Nicolas Cage, Guy Pearce, January Jones, Harold Perrineau (patrz obok)
22.05 Czarny pies FILM – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Francja 1998, reż. Kevin Hooks
23.55 Sposób na świętego FILM – komedia sensacyjna, Kanada/USA/Wielka Brytania 2020, reż. Ian Nelms, wyk. Mel Gibson, Walton Goggins, Marianne Jean-Baptiste, Chance Hurstfield (patrz obok)
2.00 Dzielnica strachu (3): Cicha woda – serial kryminalny, Polska 2021
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1039) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 Zobacz to!



23.55 KOM. SENS.

Sposób na świętego
Rozpieszczony Billy (Chance Hurstfield) zamiast prezentu znajduje pod choinką bryłę węgla . Wynajmuje płatnego zabójcę, który ma wytropić św. Mikołaja, czyli Chrisa (Mel Gibson, zdj.). **125 min**

TVN 7

DVB T2

5.15 Ten moment (47) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.50 Szkoła (614-616) – serial paradokumentalny, Polska 2018
8.40 Ukryta prawda (1440, 1646, 1647) – serial paradokumentalny, Polska
11.45 W-11 – Wydział Śledczy (842-844) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
Detektywi są świadkami wypadku. Poważnych obrażeń doznaje kobieta kierująca jednym z pojazdów. Ślady wskazują na próbę zabójstwa. Ktoś przeciął przewody hamulcowe w aucie. **125 min**
13.50 Detektywi (222): Blizna po papierosie – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
14.55 Szpital św. Anny (184) – serial obyczajowy, Polska 2026
Marta i Gośka dostają wezwanie do wypadku na polowaniu. Postrzelona w brzuch biegaczka trafia na SOR pod opiekę Mirka. Kaja musi zająć się osiemnastolatkiem, który zasłabł podczas treningu szachowego. **60 min**
15.55 Ukryta prawda (1235) – serial paradokumentalny, Polska 2021
Piotr zostaje szoferem wdowy. Julicie nie podoba się, że mąż odpowiada na każde wezwanie szefowej. Posądza go o zdradę. **65 min**
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (4, 5): Matka; Profesor – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019 (patrz obok)
19.00 Ukryta prawda (1483) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Jagoda pomaga 71-letniej Aldonie, która została okradziona. Niebawem seniorka proponuje kobiecie, żeby się do niej wprowadziła. Za wsparcie otrzyma mieszkanie w spadku. Po miesiącu emerytka jedzie do sanatorium, a jej towarzyszka robi imprezę. **60 min**



13.50 FAB.-DOKUM.

Detektywi (222)
Do Anny Potaczek (zdj.) oraz Macieja Dębosza zgłasza się kobieta zaniepokojona zniknięciem męża. Jego telefon w dniu zaginięcia logował się w okolicy domu nad rzeką, gdzie znajdują też samochód. Sąsiad ujawnia, że mężczyzna regularnie spotykał się z prostytutkami. **65 min**



17.00 FAB.-DOKUM.

Sędzia Anna Maria Wesołowska (4, 5)
Renata zostaje oskarżona o zabójstwo matki. Miała uderzyć ją dwukrotnie tłuczkiem do mięsa w głowę. Nie udzieliła pomocy oraz nie wezwała karetki. Przez długi czas mieszkała z nią i mężem w podwarszawskiej wsi.
W trakcie zeznań świadków wychodzą na jaw rodzinne tajemnice. **120 min**

20.00 Ocaleni FILM – dramat obyczajowy, Tajlandia/Irlandia 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny, Ekawat Niratvorapanya, Edward James, Nopadol Niyomka (patrz obok)
22.25 Harry Potter i kamień filozoficzny FILM – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2001, reż. Chris Columbus
Osierocony Harry (Daniel Radcliffe) dowiaduje się, że jest synem pary czarodziei. Dostaje zaproszenie do szkoły magii – Hogwartu. Poznaje tam przyjaciół. **175 min**
1.20 Annabelle FILM – horror, USA 2014, reż. John R. Leonetti
3.25 Mówię Wam 5 (15) – program kulturalny, Polska 2026
4.40 Dorota was urządzi! (9) – program rozrywk., Pol. 2015



20.00 DRAM. OBYCZ.

Ocaleni
Trener drużyny piłkarskiej wraz z podopiecznymi wybiera się na zwiedzanie jaskini. Zostają uwięzieni. Na miejscu pojawiają się m.in. nurkowie oraz amerykańscy komandosi, w tym Jim (Jim Warny, zdj.). **145 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.05 **Witaj w klubie** – cykl fel.
9.25 **Mikrokosmosy** – mag.
10.00 **Złoty chłopak** (292)
11.00 **Regiony na TAK** – mag.
11.30 **Sanatoria**
12.00 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – mag.
12.30 **Okrasa łamie przepisy**
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Między nami pokoleniami** – pr. muz.
14.10 **Całkiem niezła historia**
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Misja Przyroda!** (16)
19.45 **Kryminalna siódemka**

TVP POLONIA

11.40 **Notacje** – cykl dok., Pol.
12.00 **Serwis Info** – pr. inform.
12.10 **Blondynka 8** (93, 94)
13.50 **Zmiennicy** (13) – kom.
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **100 pytań do...**
16.00 **Pan Mama** (21) – kom.
16.30 **Barwy szczęścia** (3419)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Słownik polsko@polski** (704) – talk-show, Polska
18.45 **72 godziny na granicy**
19.15 **Opowieści o niedźwiedziu** – serial dokum., Pol.
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (11, 12) – serial sensacyjny, USA 1999
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (136) – reality show, Polska 2025
8.55 **Policjantki i Policjanci** (774-776) – serial obyczajowy, Polska 2020
11.55 **Na ratunek 112** (962, 963) – serial paradokumentalny, Polska 2024
12.55 **Trudne sprawy** (898-900) – serial paradokumentalny, Polska 2019
15.55 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (444, 495) – reality show, Polska

PULS 2

11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** – serial anim.
12.00 **Lwia Straż** – serial anim.
13.00 **Nowe przygody Kubusia Puchatka**
13.35 **Smerfy** – serial anim.
14.00 **Baranek Shaun 6**
14.35 **Marta mówi 2** – anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** – anim.
16.00 **Koci domek Gabi**
17.00 **Fineasz i Ferb** – anim.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1063)

TVP ROZRYWKA

7.15 **Okrasa łamie przepisy**
8.20 **Familiada** – teleturniej
8.50 **Va banque** – teleturniej
9.20 **Koło fortuny** – telet., Pol.
9.55 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
10.05 **Makłowicz w podróży**
11.00 **Postaw na milion**
12.45 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Zmiennicy** (5) – kom.
14.20 **Rodzinka.pl** (281-283)
15.55 **Kocham Cię, Polsko!** (10) – pr. rozr., Pol. 2026
17.15 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.35 **Okrasa łamie przepisy**
19.40 **Jaka to melodia?**
20.15 **Postaw na milion**

TTV HD

7.10 **Express** – pr. inform.
7.35 **DeFacto 14** (12, 13)
8.30 **Kartoteka 11** (14, 15)
10.35 **Detektywi** (220, 221)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (16)
13.35 **Zakup w ciemno 7** (13)
14.35 **Nic do zgłoszenia 5** (7)
15.35 **Złomowisko PL 10** (15)
16.45 **Express** – pr. inform.
16.58 **Pogoda, Sport**
17.05 **Ukryta prawda** (1700)
17.45 **Życie na kredycie 6** (5, 6) – reality show, Polska
18.40 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (12)
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 8** (13)
21.05 **Zakup w ciemno extra 3** (9) – reality show
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

PROGRAM INFORMACYJNY



20.00 Dziennik regionów
Reporterzy stacji zbierają najważniejsze informacje z ośrodków regionalnych. Dotyczą one wydarzeń politycznych, kulturalnych i gospodarczych. **13 min**

20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **Kryminalna siódemka**
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (293)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**
1.40 **Dziedzictwo** (947)

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

HISTORYCZNY



20.25 Wojenne dziewczyny 2 (16) – Polska 2018
W Warszawie Witek i Ewka idą do konspiracyjnego mieszkania, w którym mają się zatrzymać. Dziewczyna dowiaduje się, że żona właściciela jest w obozie w Auschwitz. **50 min**

21.15 **Dom** (12) – serial obycz.
23.00 **63. KFPP w Opolu – Debiuty** – koncert, Pol.
23.15 **Panorama**
23.45 **Polska. Co dalej?** – publ.
0.40 **Moda na język polski** (75) – magazyn
1.05 **Przez pamięć i zapomnienie** (13)
1.30 **Program informacyjny 19.30**

OBYCZAJOWY



17.55 Policjantki i Policjanci (1500, 1371) – Polska
Miłosz i Mikołaj badają sprawę zaginięcia dziecka. W szkole spotykają jego matkę, a nauczycielka pokazuje nagranie, gdzie zamaskowany mężczyzna wciąga chłopca do busa. **125 min**

20.00 **Uroczysko** (209, 210)
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (157) – krym.
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1040) – krym., Pol. 2026
23.05 **7 sekund** – film
FILM sensacyjny, Rumunia/Szwajcaria/Wlk. Bryt. 2005
1.10 **Opowiem ci o zbrodni** (1) – serial dok., Pol. 2018

KRYMINALNY



21.00 Dzielnica strachu 4 (140, 141) – Polska 2023
Ola Grodziec zostaje zawiadomiona, że w psiej budzie ukrywa się bezdomna. Jedzie na miejsce i usiłuje namówić ją, by opuściła kryjówkę. Lubecki szuka informacji na temat kobiety. **120 min**

23.00 **Wstydliwe choroby 6** (4, 5) – dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Dzielnica strachu 4** (139) – serial krym., Polska
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 3** (101) – obycz.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 8** (363) – obycz.
4.00 **Niesamowite!** (16, 17)
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (264) – obycz.

KOMEDIOWY



22.00 Rodzinka.pl (117, 118) – Polska 2013
Marek i Ludwik radzą Kacprowi, kiedy zapytać dziewczynę, czy chce iść na randkę. Natalia stara się być na czasie, by zaimponować synom. Ludwik nie chce kupić kwiatów żonie. **60 min**

23.00 **The Voice of Poland 17** (17) – widowisko, Polska
1.45 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.20 **Kabaretomaniacy** (46, 47) – pr. rozr., Polska
4.10 **Hity wszech czasów** (10) – magazyn muzyczny
5.05 **Prywatne życie zwierząt 5** (10) – przyrod.
5.25 **Prywatne życie zwierząt 6** (1) – przyrod.

ROZRYWKA



22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 25 (14)
Jakub Feliński, Krzysztof Ufnal i Konrad Mariański (wszyscy na zdj.) oglądają swoje ulubione programy. Okaże się, co ich irytuje, a co ekscytuje. Nie zabraknie okazji do śmiechu i wzruszeń. **80 min**

23.20 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (11) – pr. rozrywk., Pol. 2025
0.20 **Idź na całość 3** (13)
1.20 **Kochaj albo wróć** (2) – serial dokumentalny, Pol.
2.20 **Wyburzacze** (1, 2) – rozr.
3.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska 7** (3) – serial fabularno-dokum.
4.25 **Nauka jazdy 6** (13)

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.15** Wojewnicy czasu **17.45** Tamte lata, tamte dni **18.10** Ogród i nie tylko **18.20** Nasz Białystok jest EKO **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu" **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Rezonans polityczny **21.00** Tym żyje wieś **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.00** Desant **17.30** Studio polityka **18.15** Liga na skróty **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Razem dla regionu **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Eksport ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.30** Zawodowcy **17.50** Och, ta polityka **18.30** Panorama **19.00** Świat nie jest taki zły **21.00** Reportaż TVP Gdańsk **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **17.15** Dzień z bliska **18.00** Papyn pyto **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **19.10** Nie daj się zaskoczyć **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności

KRAKÓW **16.48** Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków **17.05** Pełnosprawni **17.30** Magazyn medyczny **17.45** Początek tygodnia **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.16** Nowohucka kronika filmowa **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.21** Bezbłędnie **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN **16.50** Miłego popołudnia **17.55** Turystyczna Marka Roztocze **18.10** Reportaż. Z lubelskiego **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **21.02** Przystań nad Biblią **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **17.15** Prosto z lasu **17.30** Agroexpress **17.45** Polityczna dogrywka **18.15** Reportaż **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Świat na cztery łapy **19.15** Kawałek fajnego świata **21.00** Słodko gorzka **21.15** Ostatni mistrzowie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **17.00** Włącz SPORT **17.30** Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **18.57** Poznań na zielono **19.06** Pociąg do Wielkopolski **19.19** Magazyn **21.01** Czytanie puszczy **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.00** Konkrety i opinie **18.00** Odkrywamy Podkarpackie **18.30** Aktualności **19.01** Sport – wydarzenia i komentarze **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.31** Aktualności

SZCZECIN **17.30** Przegląd tygodnia **17.45** Młodzi – mamy głos **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Pełnosprawni **21.00** Wokół nas **21.08** Barka **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **17.01** Dobrego dnia **17.45** Filmowe spotkania **18.00** Zawsze na temat **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **19.04** Reagujemy **21.00** Zawsze na temat **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **16.44** Fakty sport **17.20** Magazyn Dolnośląski **17.35** W imadle **17.48** Agro-Fakty **18.14** Szlachetne zdrowie **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów" **19.11** Przyszłość jest teraz **21.02** Dlaczego krowa... **21.16** Rozmowa „Faktów" **21.30** Fakty

TVP HD

12.25 **Ojciec Mateusz 17** (222)
13.20 **Komisarz Alex 14** (167)
14.05 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
14.15 **Ranczo 5** (58, 59) – obycz.
16.05 **Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
16.10 **Gwiazdorska kuchnia Ani 2** – magazyn kulinarny
16.40 **Tańcząca ze światem – Tunezja** – magazyn
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 6** (71)
19.20 **Ranczo 9** (108) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (320, 321)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (421)
22.20 **Morderstwa w Figeac**
FILM – film kryminalny, Fr. 2022
0.05 **Rajska jabłoń** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1985

TVP KULTURA

11.30 **Nasze marzenia** – dok., Fr.
13.10 **Kramarz** – dramat
FILM obyczajowy, Polska 1990
14.45 **Pan wzywał, milordzie?** (3) – serial kom., Wlk. Bryt.
15.45 **Przyjęcie na dziesięć**
FILM **osób plus trzy** – film obyczajowy, Polska 1973
16.50 **Daleko od szosy** (2)
18.20 **Dobry tytuł** – mag. kult.
18.55 **Rawhide 4** (106) – przyg.
20.00 **Valmont** – dram. kostium., Fr./Wlk. Bryt./USA 1989
22.25 **Lucie Aubrac** – dramat
FILM wojenny, Francja 1997
0.25 **Ukryta sieć**
FILM – thriller, Polska 2023
2.15 **Niebezpieczne życie Paula Gauguina** – dok.
3.25 **Dzień z życia artysty** (18)
3.55 **Dobry tytuł** – mag. kult.

ANTENA HD

8.35 **Legendy rocka** (2)
9.35 **Pokochaj lub sprzedaj – Finlandia 2** (9) – dok.
10.30 **Zakazana miłość** (34, 35)
12.35 **77 TV 4** (1) – pr. rozr., Polska
13.35 **Wojny kontenerowe 2** (5) – serial dokumentalny
14.05 **Złapać przemytnika** (34)
15.05 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (7)
16.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3** (6, 7) – reality show, USA
18.00 **77 TV 5** (20, 23) – rozr., Pol.
20.00 **Kryminalny duet 2** (21)
21.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 9** (3, 4) – serial kryminalny, Fr.
23.30 **Detektywi z Bordeaux 7** (15) – serial krym., Fr./Bel.
0.40 **Polska. Największe tajemnice 2** (6, 7) – pr. rozr.

TV 6

6.00 **Więzienie** (150, 151) – dok.
6.55 **Policjantki i Policjanci** (909, 910) – serial obycz.
8.55 **48h. Zaginieni** (92-96) – serial kryminalny, Polska
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1300) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (246, 247) – serial kryminalny, Polska
16.00 **Strażnik Teksasu** (18, 19, 13, 14) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (189, 190) – serial krym., USA/Kanada
22.00 **Mentalista 2** (38) – krym.
23.05 **Łowca pedofilów** (178-182) – serial dokum.
1.40 **Więzienie** (215-217, 170) – serial dokumentalny
3.35 **Septagon** (63, 64) – krym.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

11.50 **London Kills** (4) – krym.
12.50 **Shakespeare i Hathaway: Prywatni detektywi** (10) – krym.
13.50 **Śledztwa siostry Bonifacji 3** (7, 8) – krym.
15.55 **Tajemnice Brokenwood 2** (4) – krym.
17.55 **Morderstwa w Midsomer 18** (3)
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (5) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 **Zbrodnie Saint-Pierre 2** (8) – serial kryminalny, Kan.
22.00 **Zbrodnie na Szetlandach 2** (6) – serial krym.
23.20 **Agatha Christie: Tommy i Tuppence** (1) – krym.
0.20 **Tajemnice Majorki** (8)

ROMANCE TV

11.15 **Zwierzyniec doktor Mertens** (89, 90) – obycz.
13.20 **Inga Lindström:**
FILM **Weekend w Söderholm** – film obycz., Niemcy 2007
15.15 **Światła, kamera,**
FILM **romans** – komedia romantyczna, USA 2021
17.05 **Lena Lorenz: Kruche**
FILM **szczęście** – dramat obyczajowy, Niemcy 2021
19.00 **Górscy ratownicy** (135)
20.00 **Gniazdowanie**
FILM – komedia, Niemcy 2021
21.55 **Przepisy na miłość i zbrodnię** (9, 10) – krym.
23.50 **Górscy ratownicy** (135)
0.45 **Gniazdowanie**
FILM – komedia, Niemcy 2021

COMEDY CENTRAL

8.50 **The Office PL 2** (1, 2)
9.55 **Przyjaciele** (15-18) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 9** (17-22) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 12** (11-14)
16.30 **Przyjaciele** (19-22) – kom.
18.30 **The Office PL 2** (3, 4)
19.35 **Duchy** (3, 4) – serial fantasy
20.35 **Teoria wielkiego podrywu 8** (10, 11) – kom.
21.30 **The Office PL 5** (3, 4)
22.30 **Comedy Club 3** (9-11)
0.05 **Miasteczko South Park 15** (14)
0.30 **Miasteczko South Park 16** (1)
1.00 **Pracoholicy 5** (2, 3) – kom.
2.00 **Śmiesznie nie będzie 6** (1, 2) – rozr., Wielka Brytania

TVN FABUŁA

9.50 **Młode gliny** (61) – krym.
10.55 **Magda M. 3** (1) – serial obyczajowy, Polska 2006
11.55 **Prawo Agaty 3** (9, 10)
13.55 **Młode gliny** (62) – krym.
14.55 **Detektywi** (736, 737)
16.05 **Na Wspólnej** (190, 191)
17.10 **Seriaale: rozmowy 2**
18.05 **Bella i Sebastian 3** – film
FILM familijny, Francja 2017
20.00 **Starcie tytanów**
FILM – film fantasy, USA 2010
22.30 **Gniew tytanów** – film
FILM przyg., USA/Hiszpania 2012
0.30 **Kolekcjoner** – thriller,
FILM USA 1997, reż. Gary Fleder
2.50 **Dziewczyny z Hollywood** (3) – pr. rozr.

STOPKLATKA

- **6.00 Kabaretowe hity** (6) – pr. rozrywk., Pol. 2023
- **6.55 Wojciech Cejrowski – boso przez świat**
- **8.00 Robert Makłowicz** (144, 160) – mag. kulin.
- **9.50 Vera 5** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2015, wyk. Brenda Blethyn, Jon Morrison
- **11.55 MacGyver** (20, 21) – sens.
- **14.00 Katastrofy w przestworzach** (5, 3, 10, 1) – serial dokum.
- **18.00 Wojny magazynowe: Kanada** (29, 30) – reality show, Kanada 2013
- **19.05 Aukcja w ciemno 2** (7, 8) – serial dokum., USA

POLSAT 2

- **5.50 Wydarzenia**
- **6.30 Pielęgniarki** (41) – serial paradokumentalny, Polska
- **7.30 Na ratunek 112** (891, 892) – paradok., Pol.
- **8.30 Sekrety rodziny** (293-295) – paradok., Pol.
- **11.30 Trudne sprawy** (1252) – serial paradokumentalny
- **12.35 Więzienie** (162-165) – serial dokumentalny, Pol.
- **14.30 Świat według Kiepskich** (61-65) – kom.
- **17.00 Komisarz Mama** (3) – serial kryminalny, Polska
- **18.00 Dlaczego ja?** (1314, 1315) – serial paradokumentalny, Polska
- **20.00 Gliniarze** (1098, 1028) – serial paradokum., Pol.

TVP SERIALE

- **5.15 Rodzinka.pl** (204, 205)
- **6.05 Na sygnale** (586-588)
- **7.35 Ojciec Mateusz 11** (137)
- **8.25 Komisarz Alex 14** (168)
- **9.15 Rodzinka.pl** (206) – kom.
- **9.45 Klan** (1552) – telen., Pol.
- **10.10 Ranczo 6** (73, 74) – obycz.
- **11.45 M jak miłość** (1960)
- **12.35 Komisarz Alex 26** (332)
- **13.25 Ojciec Mateusz 3** (41-43) – krym., Pol. 2010
- **15.40 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
- **15.50 Komisarz Alex 14** (169)
- **16.40 Na sygnale** (589, 590)
- **17.40 Ranczo 6** (76, 77) – obycz.
- **19.25 Minuta dla Twojego bezpieczeństwa**
- **19.35 Ojciec Mateusz 3** (44)
- **20.30 Ojciec Mateusz 11** (138)

KINO POLSKA

- **6.00 Złoty interes 2** (4) – rozr.
- **6.50 Podróże kapitana Klipera** (5, 6) – anim.
- **7.10 Bolek i Lolek** (5, 6)
- **7.40 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- **7.50 Polska z góry. Nad wodą 2** (2, 3) – serial dok.
- **8.50 Książę** – film krótkometr.
- **9.00 Ostatnie dni** FILM – film wojenny, 1969
- **10.50 Komedia małżeńska** FILM – komedia obycz., 1993
- **12.55 Pieczone gołąbki** FILM – komedia, 1966
- **15.00 Kingsajz** – komedia, FILM 1987, wyk. Jerzy Stuhr, Jacek Chmielnik
- **17.20 Pogranicze w ogniu** (18, 19) – serial sensacyjny

AXN

- **6.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (1, 2) – krym., USA/Kanada
- **7.30 Agenci NCIS 13** (24)
- **8.20 Agenci NCIS 14** (1) – serial sensacyjny, USA 2016, wyk. Mark Harmon
- **9.10 Castle 4** (10, 11) – krym.
- **11.10 Detektyw Monk 2** (3, 4)
- **13.10 Agenci NCIS 14** (2, 3)
- **15.05 Zabójcza broń** (6, 7)
- **17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (22) – serial kryminalny
- **18.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012, wyk. Ted Danson, Elisabeth Shue

CANAL+ PREMIUM

- **6.15 Ida** – dramat obyczajowy, FILM Pol./Dania/Fr. 2013
- **7.35 Fukushima: atomowy koszmar** – film dokum.
- **9.05 Królowa chmur** – film FILM obyczajowy, Polska 2003
- **10.25 Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
- **10.40 Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dramat obycz., Fr. 2024
- **12.20 Kiler** – komedia FILM sensacyjna, Polska 1997
- **14.05 Larger than Life: Złota era boysbandów** – dok.
- **15.40 Nowa fala** – dramat FILM biograficzny, Fr./USA 2025
- **17.25 Wolna krowa**
- **17.55 Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
- **18.00 Saga „Zmierzch":** FILM **Zaćmienie** – film fantasy, USA 2010

KOMEDIA SENSACYJNA



20.00 Kuloodporni – USA 1996, FILM reż. Ernest R. Dickerson

Policjant Jack Carter (Damon Wayans, zdj.) w ramach śledztwa przenika w szeregi mafii. Udaje mu się zaprzyjaźnić z Archiem (Adam Sandler, zdj.), który wtajemnicza go w plany bossa. **110 min**

- **21.50 Incydent** – film sensacyjny, FILM USA 1997, wyk. Kurt Russell, Kathleen Quinlan
- **23.40 Ajlawju** FILM – komedia, Polska 1999
- **1.40 PitBull** – film FILM kryminalny, Polska 2005
- **3.50 Obława** – dramat FILM wojenny, Polska 2012
- **5.50 Kabaretowe hity** (19) – pr. rozrywk., Pol. 2023

DOKUMENT



21.55 Pogromcy mafii (9)

Walka z przestępczością zorganizowaną ukazana z perspektywy policjantów, prokuratorów i sędziów, którzy rozbijali gangi. Dokumentaliści przybliżają najbardziej znane sprawy kryminalne. **60 min**

- **22.55 Ślad** (66, 67) – krym., Pol.
- **0.55 Zdrady** (165) – paradok.
- **2.05 Wydarzenia**
- **2.45 Interwencja** – mag.
- **2.55 Ewa gotuje** (500) – mag.
- **3.30 Demakijaż** (97) – pr. rozr.
- **3.55 Strzelnica Renaty Mauer** (7) – pr. sportowy
- **5.10 Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (142) – serial dokum., Pol.
- **5.30 Telezakupy TV Okazje**

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 6 (78) – Polska 2012

Ksiądz chce rozwiązać konflikt społeczny. Organizuje wilkowyjski okrągły stół. Szybko odkrywa, że negocjacje między stronami będą trudne. Tymczasem Wioletka przygotowuje się do porodu. **55 min**

- **22.25 Ranczo 7** (79) – serial obyczajowy, Polska 2013
- **23.15 Ojciec Mateusz 4** (45) – serial krym., Pol. 2010
- **0.10 Na sygnale** (958-961) – serial fabularno-dokum.
- **2.05 SOR** (4-6) – serial obyczajowy, Polska 2026
- **4.00 Klan** (1552) – telen., Pol.
- **4.20 Rodzinka.pl** (323-325) – serial kom., Polska 2026

SENSACYJNY



20.00 Ekstradycja 2 (3, 4)

Szantażowana przez Nadieżdę Sabina podpisuje umowę na kredyt z Geobankiem, choć oznacza to dla niej bankructwo. Halski postanawia wykraść narkotyki z policyjnego skarbca. **150 min**

- **22.30 Wymyk** – dramat FILM obyczajowy, 2011
- **0.25 Zgorszenie publiczne** FILM – komedia romant., 2009
- **2.10 Bo we mnie jest seks** FILM – film biograf., 2021
- **4.40 Ranking naj polskiego kina** (3) – pr. rozrywk.
- **5.25 Te cholerne peonie** – etiuda filmowa, 2023
- **5.40 Końce i początki** – film krótkometrażowy, 2024

KRYMINALNY



19.05 Castle 4 (12, 13)

W wypożyczonym z ratusza aucie na siedzeniu pasażera zostają znalezione zwłoki kobiety. Agenci rozpoczynają śledztwo. Kapitan Gates martwi się, że podejrzenia padną na burmistrza. **120 min**

- **21.05 FBI: International** (16, 17) – serial kryminalny
- **22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 12** (22) – serial kryminalny
- **23.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012, wyk. Ted Danson, Elisabeth Shue
- **0.45 Castle 4** (12, 13) – krym.

SENSACYJNY



20.00 S.W.A.T. Exiles (5)

Zagraniczny dygnitarz staje się celem zamachowców. Hondo i jego ludzie podejmują działania, by zapobiec tragedii. Skrywane przez Malika tajemnice prowadzą do konfliktu w zespole. **50 min**

- **20.50 Mexicali. Ziemia bezprawia** FILM – dramat sensacyjny, USA 2026
- **22.30 Yellowjackets 4** (1) – serial grozy, USA 2026
- **23.30 Anioły wojny** – film FILM sens., USA/Bułgaria 2024
- **1.10 Fanatyczka** FILM – horror, Kanada 2024

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

13 ULICA

- **6.40 Niewidomy detektyw** (3) – krym., Austria/Niem. 2019
- **8.30 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (14, 15) – serial sensacyjny, USA
- **10.25 Bez śladu 6** (15, 16) – krym.
- **12.15 Kapitan Marleau 5** (4)
- **14.15 Niewidomy detektyw** (4)
- **16.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (16, 17) – serial sensacyjny, USA
- **18.10 Bez śladu 6** (17, 18) – krym.
- **20.00 Kapitan Marleau 6** (1) – serial kryminalny, Fr. 2020
- **22.00 Astrid i Raphaëlle 5** (3, 4) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
- **0.10 Kasandra 10** (3) – krym., Fr.
- **2.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (14, 15) – serial sensacyjny, USA
- **4.05 Niewidomy detektyw** (3)

POLSAT FILM

- **6.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (156-158)
- **7.30 Poirot** (10) – serial krym.
- **8.35 Przyjaciółki** (143, 144)
- **10.30 Świat według Kiepskich** (3, 4, 201, 207, 195) – kom.
- **13.45 Hidalgo – Ocean Ognia** FILM – przyg., USA/Maroko 2004
- **16.35 Więzień labiryntu** FILM – thriller, USA/Kanada/Wielka Brytania 2014
- **18.55 1000 lat po Ziemi** FILM – film s.f., USA 2013
- **21.00 Wszystkie stare noże** FILM – thriller, USA 2022
- **23.05 Looper – Pętla czasu** FILM – thriller s.f., USA/Chiny 2012
- **1.35 Ślad** (7, 8) – serial krym.
- **3.30 Fala zbrodni** (55, 56)
- **5.25 Na ratunek 112** (525)

HBO

- **11.30 Pierwsza sprawa** – dram. FILM obycz., Francja 2023
- **13.10 W skrócie** – komediodra- FILM mat, Niemcy 2024
- **14.55 Za duży na bajki 2** – film FILM familijny, Polska 2024
- **16.30 Piotruś Pan** – film familijny, FILM USA/Wielka Brytania 2003
- **18.20 Tak się poznaliśmy** FILM – kom. romant., USA 2023
- **20.00 Pozłacany wiek 4** (5) – kostium., USA 2026
- **21.00 Amerykański zakładnik** (5) – serial sensacyjny, USA
- **21.50 Koniec ulicy Dębowej** FILM – film s.f., USA/Kanada/Australia 2026
- **23.30 Normal** – thriller, FILM Kanada/USA 2025
- **1.00 Life** – horror s.f., USA 2017, FILM wyk. Jake Gyllenhaal

WARNER TV

- **6.00 Laboratorium Dextera** (9) – serial animowany, USA
- **6.10 Prawo Agaty 6** (11-13) – serial obycz., Polska 2014
- **9.05 Tropiciele** (5) – serial krym.
- **9.35 Teraz albo nigdy! 3** (4-7)
- **13.25 Cudotwórcy 3** (10) – kom.
- **13.55 Tropiciele** (3) – serial krym.
- **14.25 Prawo Agaty 6** (5-7)
- **17.20 Miłość jak narkotyk** FILM – kom. romant., USA 1997
- **19.20 Superman 2** – przyg., Wlk. FILM Bryt./USA/Kanada 1980
- **22.00 W sieci kłamstw** – film FILM sensacyjny, USA 2008, wyk. Leonardo DiCaprio
- **0.25 Wywiad z wampirem** FILM – horror, USA 1994
- **2.50 Duch** – horror, USA 1982, FILM wyk. JoBeth Williams
- **4.55 Z góry przepraszam** (1, 2)

ALE KINO+

- **6.30 Polska z góry 2** (12) – dok.
- **7.00 Wolna krowa** – film krótkometr., Polska 2023
- **7.40 Benek** – komediodramat, FILM Polska 2007
- **9.45 Przybieżeli**
- **10.20 The Office PL** (5, 6) – kom.
- **11.35 Niezwykłe miejsce na śmierć** (4) – serial krym.
- **13.30 Bestia 3** (5, 6) – krym., Kan.
- **15.30 Bracia ze stali** – dramat FILM biograf., USA/Wlk. Bryt. 2023
- **18.05 Detektyw Foyle** (1) – serial krym., Wlk. Bryt.
- **20.10 Szpieg** – thriller, Francja/ FILM Wielka Brytania/Niem. 2011
- **22.40 Paryż w ogniu. Paris Has Fallen** (7, 8) – serial sens.
- **0.45 Ciepło** – film krótkometraż.
- **1.00 Zakończenie (przerwa techniczna)**

CANAL+ FILM

- **10.45 Pan Tadeusz** – film FILM kostium., Pol./Francja 1999
- **13.15 Skok na milion** – komedia, FILM Francja/Belgia 2025
- **14.45 Cudowne życie** FILM – komediodramat, Francja/Kanada 2025
- **16.25 Niania w Nowym Jorku** FILM – kom. romant., USA 2007
- **18.05 Kopnięci w czasie** FILM – kom., Francja/Belgia 2025
- **19.45 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- **20.00 Lucky Strike** FILM – film wojenny, USA 2026
- **21.45 Jeniec wojenny** – film FILM sens., Filipiny/USA 2025
- **23.40 Miasteczko Shelby Oaks** FILM – horror, Belgia/USA 2024
- **1.10 Father Mother Sister** FILM **Brother** – komediodramat, Wlk. Bryt./USA/Włochy 2025

SCIFI

- **6.00 Arcadia 2** (2) – serial s.f.
- **6.55 Zagubiona tożsamość 2** (8, 9) – s.f., Kan. 2011-2012
- **8.50 iZombie 5** (12, 13) – serial grozy, USA 2019
- **10.50 Grimm 2** (15-18) – fantasy
- **14.50 Przygody Merlina** (1, 2) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
- **17.00 Grimm 2** (19-22) – fantasy
- **21.00 Terminator: Genisys** FILM – film sens., USA/Kan. 2015
- **23.45 Dzień Świstaka** FILM – komedia, USA 1993, wyk. Bill Murray
- **1.50 Zagubiona tożsamość 2** (9) – s.f., Kanada 2011-2012
- **2.50 iZombie 5** (12, 13) – serial grozy, USA 2019
- **4.55 Arcadia 2** (2) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

- **9.20 Policyjna grupa pościgowa 16** (11) – dok.
- **10.25 Star Trek** – film s.f., FILM USA/Niemcy 2009
- **13.00 Czarodziejki 8** (18, 19)
- **15.00 Pingwiny z Madagaskaru** (9) – serial animowany
- **15.30 Dirty dancing** FILM – film muzyczny, USA 1987
- **17.45 Ostatnie wakacje** FILM – komedia, USA 2006
- **20.00 Zmowa pierwszych żon** FILM – komedia, USA 1996
- **22.10 Pakt z diabłem** – film FILM krym., USA/Wlk. Bryt. 2015
- **0.30 Pretty Thing** – thriller FILM erotyczny, USA 2025
- **2.30 Eurotrip** – komedia FILM przyg., USA/Czechy 2004

FX

- **10.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** – serial krym.
- **11.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (1, 2) – serial krym.
- **13.45 Castle** (11) – serial krym.
- **14.40 Lucyfer** (15) – serial krym.
- **15.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3, 4) – serial krym.
- **17.25 Z archiwum X** (5, 6) – s.f.
- **19.15 FBI 5** (15) – krym., USA 2022
- **20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (8) – krym.
- **21.05 Zabójcze umysły 12** (9)
- **22.00 Tulsa King** (7) – serial krym.
- **22.55 Z archiwum X** (6) – s.f.
- **23.50 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3, 4) – serial krym.
- **1.40 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11)

FILMBOX+ ONE

- **9.50 Vera 10** (3) – serial krym.
- **11.50 Zbrodnie w Grantchester 7** (5) – krym., Wlk. Bryt.
- **12.50 Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (13) – serial krym., Fr./Szwajcaria
- **15.00 Strażnik Teksasu 9** (13, 14) – serial sensacyjny
- **17.05 Vera 10** (4) – serial krym.
- **18.55 Zbrodnie w Grantchester 7** (6) – krym., Wlk. Bryt.
- **20.00 Sierżant Bilko** FILM – komedia, USA 1996
- **22.00 Walkiria** – dram. wojenny, FILM Niemcy/USA/Wł. 2008
- **0.40 Ucieczka gangstera** FILM – film sens., USA/Jap. 1994
- **3.05 Nieuchwytny cel** – film FILM sensacyjny, USA 1993

CANAL+ SERIALE

- **9.50 Planeta Singli. Osiem historii** (7) – serial kom.
- **10.50 Naruto 7** (24-26) – anime
- **12.20 Mały Grand Hotel** (7)
- **12.35 W sercu dżungli. Orangutany z bliska** (1, 2)
- **14.30 Naruto 7** (21-23) – anime
- **16.00 Łapu capu Extra** (10)
- **16.35 Baleary: Cztery piękne siostry** (3, 4) – serial dok.
- **18.35 Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
- **18.40 Captain Tsubasa** (25-27)
- **20.00 Maria Antonina** (1, 2) – serial biograficzny, Francja
- **22.00 The Walking Dead: Dead City 3** (1, 2) – serial grozy
- **23.50 Miłość i seks w Dubaju** – film dok., Francja 2024
- **0.45 Premierowa jazda** – mag.

CANAL+ 360

- **13.00 Porzucone konstrukcje** (4) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- **14.00 Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (9) – dok.
- **15.00 Okręty wojenne** (4) – dok.
- **16.00 Złombol** (1) – serial dok.
- **17.00 Lotnisko na Alasce 6** (3)
- **17.55 Okręty wojenne** (3) – dok.
- **18.55 Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (7) – dok.
- **19.50 Lotnisko na Alasce 6** (4)
- **20.50 Na krawędzi możliwości** (9, 10) – serial dokumentalny
- **22.00 Na straży** (4) – serial dok.
- **22.30 13 posterunek 2** (36)
- **23.05 Porzucone konstrukcje** (5) – serial dokum., Wlk. Bryt.
- **0.00 Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (3)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji ○ – tylko dla dorosłych

PONIEDZIAŁEK 30 listopada

WSCH. SŁ. 07.28 | ZACH. SŁ. 15.37

Imieniny: Andrzeja, Anieli, Fryderyka

TeleTydzień

TLC

6.00 Wiza na miłość: na odwrót 4
8.00 Cztery żony i mąż 14 (5)
9.00 Siostry wielkiej wagi 3
10.00 Wiza na miłość: na odwrót 4
12.00 Wspólne życie XXL
14.00 Cztery żony i mąż
15.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 4
16.00 Siostry wielkiej wagi 3 – reality show, USA 2021
17.00 Salon sukien ślubnych – pr. rozrywk., USA 2017
18.00 Wiza na miłość: na odwrót 4 – reality show, USA 2023



20.00 Wiza na miłość – oczami bohaterów 7
21.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu 2 (6)
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami 2 (6)
23.00 Dr Pryszczylla 5: Wzgórza z tłuszczaka
0.00 Moje koszmarne stopy

POLSAT CAFÉ

6.00 Demakijaż (122, 123)
7.00 Przyjaciółki (119) – serial obyczajowy, Polska 2017
8.00 Doktor uśmiech (7, 8)
9.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (13, 14) – reality show, Pol.
11.55 Śmierć pod palmami (43, 44) – serial kryminalny
14.10 Bogaty dom – biedny dom (125, 126)
16.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (15)
17.35 Nasz nowy dom (354, 355) – reality show
20.00 Kolacja w ciemno (38) – pr. rozrywk., Pol. 2023



21.05 Więzienie kobiet (160, 161) – serial dokum.
22.00 Tajemnicze zaginięcia kobiet (9) – serial dok.
22.55 Gry małżeńskie (204, 205) – reality show
1.05 Więzienie kobiet (17-20) – serial dok., Pol.
3.00 Zdrady (168-170) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

5.00 Tu jest pięknie (8) – rozr.
5.40 Jestem z Polski (1) – serial dokum., Pol. 2020
6.35 Kulisy sławy EXTRA 8 (1) – program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień – mag.
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Jestem z Polski 14 (5) – serial dokum., Pol. 2024
12.20 Ugotowani (5)
13.25 Kuchenne rewolucje (6, 10) – pr. rozrywk., Pol.
15.35 Ugotowani (10) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
16.40 Poukładani 2 (7) – rozr.
17.40 Kuchenne rewolucje (6, 14, 1) – pr. rozr., Polska



20.50 Jestem z Polski 18 (10)
21.50 Jestem z Polski 15 (9)
22.50 Hotel Paradise 7 (4)
23.45 EuroPOLKI studentki (11) – pr. rozr., Pol. 2024
0.40 Pojedynek na podróże (4) – pr. rozr., Polska 2023
1.40 Tu jest pięknie (5) – rozr.
2.25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (7, 10) – mag.

DISCOVERY CHANNEL

10.00 Budowa na końcu świata 6
11.00 Klan z Alaski
12.00 Celnicy na straży Szwecji 2 (4)
13.00 Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa (3)
15.00 Złomowisko PL (3)
16.00 Kroniki policyjne: Szwecja 2
17.00 Celnicy na straży Danii: Przemyt narkotyków
18.00 Porty (2)
19.00 Złomowisko PL (2)
20.00 W oku cyklonu (2)



21.00 Celnicy na straży Niemiec (3)
22.00 Premiera: Celnicy na straży Danii
23.00 Premiera: Kroniki policyjne: Szwecja 2
0.00 W oku cyklonu
1.00 Zoom na architekturę
2.00 Euro Truckersi 4 (2)
3.00 Premiera: Łowcy staroci

TVP HISTORIA

6.50 Fake czy historia?
7.25 Było, nie minęło...
9.15 Encyklopedia II wojny światowej
9.40 Polskie 100 lat
10.10 Narodziny chirurgii (2)
11.05 Wszystkie kolory świata
12.00 Era przyrody (3) – dok.
13.00 Obłoki śmierci. Bolimów 1915
14.15 Zmiennicy (4) – kom.
15.20 Sensacje XX wieku
17.10 Czas honoru (1) – serial wojenny, Polska 2008, wyk. Maciej Zakościelny
18.10 Polskie bitwy – fab.-dok.



20.00 PitBull (8) – serial sens.
20.50 Upadek nazizmu 3 (1)
21.50 W kręgu Hitlera (2)
22.45 Sensacje XX wieku
0.35 Encyklopedia II wojny światowej
1.00 Czas honoru (1) – serial wojenny, Polska 2008, wyk. Maciej Zakościelny
1.55 PitBull (8) – serial sens.

FOKUS TV

7.00 Był sobie człowiek (1-4)
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (33, 34) – serial dok., USA
11.00 Gwiazdy lombardu (3)
12.00 Poszukiwacze historii (1, 2)
13.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (1, 2) – serial dok.
15.00 Przygody poszukiwaczy złota 2 (1) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (14, 15) – serial dok., USA
18.00 Rolnicy. Podlasie (11, 12) – serial dokum.
20.00 Galileo (11)
21.00 Militarny top 10 (8)



22.00 Dziwne oblicza wojny (5, 6) – serial dokum., Wielka Brytania 2019
0.00 Starożytni kosmici 9 (2) – serial dokum., USA 2016
1.00 Rolnicy. Podlasie (48-51) – serial dokumentalny, Pol. 2025
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

METRO

7.40 Szpital (328-330) – paradok.
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska (562, 563)
12.40 Szkoła (699) – paradok., Pol.
13.40 Fachowcy (1) – paradok.
14.25 Brzydula (219, 220) – kom.
15.35 Druga szansa 3 (12) – obycz.
16.45 The Floor – teleturniej, Pol.
18.00 Złomowisko PL 8 – dok.
19.00 Kartoteka 10 (11, 12) – serial fab.-dokum., Polska 2016
21.05 Kryminalni (2, 3) – krym.
23.15 Spartakus: Krew i piach (7)
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 – serial dok.
1.25 Szpital (981) – paradok., Pol.
2.25 Szkoła (706) – paradok., Pol.
3.25 Nowa Maja w ogrodzie 4
4.30 Szpital (981) – paradok., Pol.

ZOOM

6.10 MacGyver (12, 13) – sens.
8.10 Strażnik Teksasu 5 (11, 12) – serial sensacyjny, USA 1996
10.05 Kobra – oddział specjalny 23 (6, 7) – sens.
12.20 FBI 5 (5, 6) – serial kryminalny
14.20 Bitwa o palety 2
15.30 Wojny magazynowe: Kanada 2 – reality show, Kan.
16.50 Sensacje XX wieku – hist.
19.00 Kobra – oddział specjalny 25 (15, 16) – sens.
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 9 (16, 17) – krym., USA
23.00 Magia nagości. Hiszpania
0.05 Magia nagości. Finlandia
0.35 Adam szuka Ewy. Niemcy 3 – pr. rozr., Niemcy
2.55 I love kabaret – pr. rozr., Pol.

FOOD NETWORK

7.10 Kuchnia jak u mamy – mag.
8.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
9.15 Z gruntu zdrowo – mag.
11.30 Kulinarny rejs po Polsce
13.15 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 – telet. kulin.
14.15 Świąteczny sprawdzian Bobby'ego – magazyn kulin.
15.15 Antonia Lofaso: śledztwo od kuchni – pr. rozrywk.
16.15 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.20 Rozdrażnić tytanów 2
19.20 Makłowicz w drodze
20.55 Imperium z lukru: zimowe cuda – reality show
22.00 Akcja: Restauracja! 19
0.05 Człowiek, ogień i wyżerka
1.35 Posiekani – teleturniej kulin.
3.35 Apetyt na miłość – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?
8.00 Jak działa wszechświat?
11.00 Niemiecka budowlanka
13.00 Poszukiwacze dinozaurów
15.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Jak działa wszechświat?: Mroczny wszechświat; Ostatnie sekrety sondy Cassini
23.00 Gwiezdne bitwy: Zabójcze skały – serial dokumentalny
0.00 NASA – archiwum tajemnic 4: Tajemnicze sygnały kosmitów – serial dok.
1.00 Jak działa wszechświat?
4.00 Kosmiczna mapa skarbów: Niebezpieczne wody; Ruchomy cel – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
13.00 Katastrofa w przestworzach
15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
16.00 Katastrofa w przestworzach
21.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy
22.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny: Niedostateczna kontrola
23.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy: Pechowa awaria
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
1.00 Katastrofa w przestworzach

BBC EARTH

11.15 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 – serial dokum.
12.20 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
13.20 Mroźna planeta – dok.
14.25 W okowach mrozu 10
15.30 Życie na pustkowiu 2
16.30 Dziki połów: nieznane wody – serial dokumentalny
17.30 Mroźna planeta – dok.
18.35 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
19.45 Fenomeny współczesnego życia – serial dokum.
20.55 W okowach mrozu 2 – dok.
22.55 Dziki połów: nieznane wody – serial dokumentalny
23.55 Dzikie zakątki Ziemi z Simonem Reeve'em

WP

9.00 Tlit – program publicystyczny
9.50 Pogoda
10.00 Strażacy z sąsiedztwa 2
11.00 Wariaci za kierownicą 6
12.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (3)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4 – serial dokum.
16.00 Pokochaj lub sprzedaj 6
16.55 Pogoda
17.00 Inspektor Vera 2 (3) – krym.
19.00 Makłowicz w podróży
22.00 Pogoda
22.10 Mistrzowie Kabaretu 11
23.10 Mistrzowie Kabaretu 2
0.05 Mistrzowie Kabaretu 7
1.05 1, 2, 3... Kabaret! 4 – pr. rozr.
2.00 Mistrzowie Kabaretu 6

NOWA TV

8.30 Więzienie – serial dokum.
10.00 Ojciec Brown 4 (40, 41)
12.00 Śmierć pod palmami 6 (1, 2) – krym., Fr./Wlk. Bryt.
14.00 Świat według Kiepskich (513, 514) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych 3 (54-57) – serial komediowy
17.00 Świat według Bundych 4 (58, 59) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (15) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (29-31)
21.00 Zdrady (111) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (61, 62, 106) – krym., Pol.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu

HGTV HOME & GARDEN

10.55 Moje miasto, mój dom 7
11.55 Włoszki wymiatają! – dok.
12.40 Uratuj swój ogród 8 – mag.
13.35 Patent na dom – pr. rozr.
14.35 Mieszkanie na miarę 2
16.30 Polowanie na ogród 9
18.10 Uchwycić dom 2 – pr. rozr.
19.15 Weekendowa metamorfoza – pr. rozrywk.
20.15 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
21.10 Zgłoś remont – spełniamy marzenia – pr. rozrywk.
22.10 Polowanie na kuchnie
22.55 House Hunters – Poszukiwacze domów 7
1.00 Remonty Christiny 4 – rozr.
2.00 Kupujemy dom na plaży 28 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Międzynarodowi poszukiwacze domów
8.05 Jak to robią zwierzęta?
10.10 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
12.15 Budowa na końcu świata
14.15 Człowiek kontra jedzenie
14.50 Kulinarne podróże z Guyem Fierim – mag.
16.55 Dorwać komandosa – dok.
18.55 Szokujące potrawy – dok.
21.00 Sprawa dla medium i detektywa – serial dokum.
23.05 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.50 Budowa na końcu świata
2.45 Dorwać komandosa – dok.
4.50 Dziwaczne potrawy – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Bertie Gregory na biegunach – film dokum.
13.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji
14.00 Hipopotamy z Gabonu: nietypowi surferzy – dok.
15.00 Drapieżnik kontra ofiara
16.00 Olśniewająca Ameryka
17.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy
18.00 Niezwykły dr Pol
19.00 Walki zwierząt
20.00 Afryka: Dom dzikiej przyrody: Dżungla – dok.
21.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Morze Czerwone: magiczny ogród ewolucji

POLSAT VIASAT HISTORY

11.00 Tajemnice machiny wojennej nazistów
12.05 1776: niepodległość USA
14.05 Rewolucje, które zmieniły historię
16.20 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
17.30 Hiroszima: za kulisami
18.40 Wielkie metropolie starożytności
19.50 Tajemnica grobowca Kleopatry
21.00 Berlin 1936: olimpiada Hitlera w kolorze – dok.
22.05 Ramzes: władca Egiptu
23.05 Tajemnice machiny wojennej nazistów: Czołgi
0.05 1776: niepodległość USA

CANAL+ KUCHNIA

13.45 Jakubiak rozgryza Polskę
14.40 ABC gotowania – kuchnia hiszpańska – mag.
15.45 Dzień dobry, śniadanie
16.45 Jamie Oliver: jedz na zdrowie – serial dokum.
17.45 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.
18.40 Jelita vs mózg – mag. kulin.
19.05 Pasta i basta – mag. kulin.
19.15 Jelita vs mózg – mag. kulin.
19.45 M jak mięso 11 – mag. kulin.
20.20 Klejnoty Morza Śródziemnego: Sycylia
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 – dok.

CANAL+ DOMO HD

12.10 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 9 – serial dokum.
14.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
15.00 Najlepszy dom w okolicy
16.00 Kuchenna demolka Marty Czerkies – serial dokum.
17.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
18.00 Ucieczka na wieś 24 – dok.
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.
20.00 Daleko od miasta 11 – dok.
21.00 Najlepszy dom w okolicy
21.55 Wielkie projekty 24 – dok.
22.50 W mieście czy na wsi?

SUPER POLSAT

10.30 SuperMocni – mag.
11.30 Świat według Kiepskich (433-436) – serial kom., Polska
13.30 Farma – reality show, Polska
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 – reality show, Pol.
16.05 Ninja Warrior Polska
17.50 Pokochaj lub sprzedaj
18.55 Świat według Kiepskich (560, 561) – serial komediowy
19.55 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Słyszeliście o Morganach?
FILM – komedia romant., USA 2009
23.20 Królowa wojownik – dram.
FILM przyg., USA/RPA/Irl. 2023
1.55 48h. Zaginieni (39, 40)

TVP KOBIETA

12.30 Między pokoleniami
13.00 Na dobre i na złe (639)
13.55 Szansa na sukces. Opole 2027 – widowisko
15.00 Rodzinka.pl (128) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 23 (297, 298) – serial kryminalny
17.20 Boże Narodzenie w Longleat – dok., Wlk. Bryt.
18.30 Rolnik szuka żony 13
19.30 Panna młoda (62) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (289) – obycz.
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (371) – serial obycz.
22.30 Miłość i turbulencje
FILM – kom. romant., Francja 2013

PLANETE+

13.40 Podróż do wnętrza chmur
14.45 360° Świat bez granic
15.50 Średniowieczne serce Czech i Moraw – serial dok.
16.55 Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią (1) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.15 Polska z góry. Naj... w Polsce 3 – serial dokum.
19.05 Ekskluzywna szkoła dla lokajów – serial dokum.
19.40 Ostatni neandertalczyk
20.50 Byblos. Wielki port Fenicjan – film dokum.
22.00 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (1)

TVP DOKUMENT

12.35 Ludzie z mikroplastiku
13.40 Królestwo mrówek – dok.
14.40 Królestwo mokradeł
15.45 Owady. Czy czeka nas katastrofa? – film dokum.
16.35 Światynie świata
17.35 Wolne sądy – film dok., Pol.
18.30 Debata po filmie „Wolne sądy" – magazyn
19.30 Miałem farta – film dokum.
20.10 Jak pieniądz kształtował świat (1) – film dokumentalny
21.15 Krainy cudów natury
22.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.25 Ukryta wojna Chin – dok.

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

8.25 **Koszykówka mężczyzn:** NBA – mecz: Spurs – Boston Celtics
11.25 **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje MŚ – mecz: Hiszpania – Grecja
12.25 **Badminton:** PGE Polska Ekstraliga Badmintona: SKB Litpol-Malow Suwałki – Legia Warszawa **(live)**
15.05 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** – mag.
15.50 **Betclic 1. Liga magazyn** – magazyn piłkarski
17.10 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga: Miedź Legnica – Polonia Bytom **(live)**



19.20 **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Niemcy – Polska **(live)**
21.35 **GOL** – magazyn piłkarski
23.05 **Sportowy wieczór**
23.35 **Boks:** Gala w Tokio – podsumowanie
2.00 **Boks:** Gala w Las Vegas: J. Opetaia – B. Glanton

EUROSPORT 1

8.30 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
10.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn
11.00 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom kobiet
12.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 2. dzień
14.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 3. dzień **(live)**
17.30 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
19.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 3. dzień



20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 3. dzień **(live)**
23.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn
0.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom kobiet

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
8.30 **Magazyn Polskiego Sportu** – mag. sportowy
9.30 **Cafe Futbol** – mag.
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: Cuprum Stilon Gorzów – Energa Indykpol AZS Olsztyn
13.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
15.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
17.20 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga – mecz: Asseco Resovia Rzeszów – GKS Katowice **(live)**



20.20 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: PGE Projekt Warszawa – Energa Trefl Gdańsk **(live)**
23.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
0.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
2.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC

8.20 **Heidi**
8.40 **Małe i duże przygody Miffy**
9.00 **Stacyjkowo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
10.20 **Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie**
10.45 **Reksio**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.25 **Domisie**
13.00 **Figu Migu na planecie Czochras**
13.25 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**



14.05 **Bella i Sebastian**
14.35 **Lupin wśród bajek**
14.45 **Yakari**
14.55 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**
15.35 **Księga Ksiąg 2**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**

MINIMINI+

4.27 **Dzielny Lew Eryk 6**
4.32 **Dzielny Lew Eryk 4**
4.38 **Szmatkowe Królestwo**
5.05 **Bardzo małe stworzonka**
6.10 **Dora poznaje świat 8**
7.33 **Kicia Kocia 2**
8.30 **Chmurka i Burza**
9.05 **Bing**
10.00 **Pszczółka Maja 2**
11.06 **Staś da radę**
11.55 **Psi Patrol**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Psi Patrol 2**
14.00 **Basia 2**
15.10 **Kicia Kocia**
15.55 **44 Koty 2**



17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.57 **Staś i fajna Babcia**
18.40 **Dora poznaje świat 8**
19.35 **Kicia Kocia**
20.25 **Mały Charlie**
21.36 **Zouk 2**
22.04 **Trojaczki**
22.45 **Zouk 2**
23.07 **Polly Pocket 6**

TVN 24

8.35 **Strefa kibica – zima** – magazyn sportowy
9.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – inf.



20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.30 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.26 **Strefa kibica – zima kroniki**
0.45 **Fakty po Faktach** – inf.
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.

CANAL+ SPORT

6.00 **Wysoki Pressing**
7.45 **Sport+**
9.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – FC Barcelona
11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Wieczysta Kraków
13.40 **Sport+**
14.45 **Liga+ Extra**
16.45 **Wysoki Pressing**
18.30 **Sport+**
19.30 **Jej Wysokość Premier League**
20.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – FC Barcelona
23.05 **Ekstraklasa po godzinach**
0.05 **Ekstrapaka**

EUROSPORT 2

13.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
14.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
15.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
17.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn
18.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
19.00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
19.30 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
20.30 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
23.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce

POLSAT SPORT 2

6.00 **Tenis:** Puchar Davisa
8.30 **Tenis:** Puchar Davisa
11.00 **Cafe Futbol**
12.30 **Tenis:** Puchar Davisa
15.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga – mecz: PGE Wybrzeże Gdańsk – REBUD KPR Ostrovia Ostrów Wielkopolski
17.30 **Short track:** Zawody World Tour w Szanghaju
20.00 **Magazyn ligi holenderskiej**
20.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga – mecz: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
23.00 **Tenis:** Puchar Davisa
1.00 **Sporty walki:** FEN

NICKELODEON

8.50 **Harmidom 3**
10.10 **SpongeBob Kanciasto-porty 16**
11.30 **SpongeBob Kanciasto-porty 12**
11.50 **Grzmotomocni: Tajniacy**
12.20 **Niebezpieczny Oddział 3**
12.50 **Niebezpieczny Henryk**
14.20 **Harmidom 2**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Marsupilamki**
17.00 **Patryk Rozgwiazda Show**
17.30 **Harmidom 10**
17.55 **Harmidom 7**
18.25 **Harmidom 4**
19.00 **Niebezpieczny Henryk 4**
19.55 **Niebezpieczny Oddział 2**
20.25 **Grzmotomocni 3**
21.25 **iCarly**

TELETOON+

8.19 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
8.45 **Gadający Tom i przyjaciele 3**
9.22 **Było sobie życie**
9.51 **Ki i Hi w Królestwie Pandy**
10.21 **Angelo rządzi**
10.51 **Siostry 3**
11.25 **Polly Pocket 6**
12.18 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.47 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.40 **Polly Pocket 6**
14.23 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Siostry 2**
15.20 **Polly Pocket 6**

TVP INFO

14.50 **Serwis Info Dzień**
15.30 **Serwis Info Dzień**
15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Wolne sądy** – film dok., Pol.
18.34 **Debata po filmie „Wolne sądy"**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Bez retuszu**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

6.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
8.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
10.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet
12.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał mężczyzn
15.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
17.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
19.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet
21.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – mecz finałowy mężczyzn
0.00 **8 wspaniałych** (2)

ELEVEN SPORTS 1

11.00 **Bundesliga Clubs**
11.20 **Bundesliga Clubs**
11.40 **Bundesliga Clubs**
12.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: FC Porto – Sporting CP
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
16.00 **Ligue1** (12)
16.40 **Bundesliga** (11)
17.15 **Serie A** (13)
17.45 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
18.25 **Piłka nożna:** Liga włoska: US Lecce – Atalanta **(live)**
20.40 **Piłka nożna:** Liga włoska: Cagliari Calcio – Milan **(live)**
22.55 **Eleven Top Goals**
0.00 **Podróż do świata Calcio**
0.40 **Podróż do świata Calcio**

POLSAT SPORT 3

8.30 **Cafe Futbol**
10.00 **Magazyn Polskiego Sportu**
11.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
13.00 **Bobsleje:** Zawody Pucharu Świata w Altenbergu
15.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
17.30 **Piłka nożna:** Liga holenderska – mecz: PSV Eindhoven – Go Ahead Eagles
20.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
23.00 **Handball Arena**
0.00 **Tenis:** Puchar Davisa – finał
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

8.20 **Tim Rex wśród gwiazd**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl**
10.35 **Świnka Peppa 4**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora 3**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.20 **Rubble i jego ekipa**
12.50 **Psi Patrol 4**
13.40 **Świnka Peppa 5**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka**
14.25 **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka**
14.45 **Rogata ekipa**
15.15 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
16.30 **Dora 5**

DISNEY JUNIOR

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

POLSAT NEWS

8.00 **Nowy dzień**
10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Najważniejsze pytania**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Najważniejsze pytania**
1.25 **Punkt widzenia Jankowskiego**
2.40 **Wydarzenia wieczorne**

CANAL+ SPORT 5

8.30 **Wysoki Pressing**
10.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga
13.00 **Premier League Stories** (14)
13.45 **Premier League: The Big Interview** (15)
14.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga
17.15 **Hola LaLiga** – magazyn piłkarski
18.25 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Korona Kielce – Cracovia **(live)**
21.00 **Ekstraklasa po godzinach**
22.00 **Ekstrapaka**
23.15 **Jej Wysokość Premier League**

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Hamburger SV – FC Bayern Monachium
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa CFC
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: SC Freiburg – RB Lipsk
18.00 **Formuła 1**
20.00 **Wywiad Eleven**
20.30 **Podróż do świata Calcio**
21.10 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SL Benfica – FC Famalicao **(live)**
23.20 **Olympique Lyon – Między legendą a teraźniejszością** – film dokumentalny

POLSAT PLAY

6.00 **Budowlańcy**
6.30 **Kołowrotek**
7.05 **Gwiazdy lombardu**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze**
18.05 **Poszukiwacze historii** – serial dokumentalny
20.00 **Złomiarze**
22.00 **Samochodowi handlarze** – serial dokumentalny
0.05 **Łowca pedofilów** – serial dokumentalny
1.10 **Więzienie**
2.05 **Złomiarze**
3.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

11.15 **Wojny samochodowe**
12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Wojny samochodowe**
19.15 **Kupione, zrobione, sprzedane**
20.15 **Ciężarówką przez Malezję**
21.15 **Zawodowi handlarze**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.45 **Naprawy nie do naprawy**
1.10 **Zawodowi handlarze**

TVS

15.45 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Podwójna szansa** – melodramat, Niemcy 2016
21.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Rocznica** – melodramat, Niemcy 2025
23.40 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

17.00 **Świadkowie**
17.30 **Moja parafia**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Poznajemy Polskę**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca**
22.45 **Z wędką nad wodę w Polskę i świat**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Prywatnie jest człowiekiem poukładanym. Tę cechę przekazał Krystianowi z serialu „SOR", dostępnym w całości w Prime Video.

SOR • MAURYCY POPIEL

Serce kontra rozsądek

Lubi wcielać się w postacie, które pozwalają mu odkrywać nieznane światy. Nam opowiada o uczuciowych rozterkach Krystiana z serialu „SOR" i niezwykłych przygodach, jakie zapewnia mu aktorstwo.



M JAK MIŁOŚĆ (2026) Olek znalazł się w opałach! Na zdj. z Dariuszem Pickiem.

➔ WT 1.12 godz. 20.50 TVP 2



SOR (2026) Czy związek Krystiana i Katarzyny (Sonia Mietielica) przetrwa mimo obecności rywala na horyzoncie?

➔ SOR WT 1.12 godz. 21.50 TVP 2

Oglądamy Pana w roli lekarza w „M jak miłość", a w serialu „SOR" wciela się Pan w prokuratora. Brzmi to trochę groźnie...

Jeśli ktoś nie ma nic na sumieniu, prokurator jest łagodny jak baranek. Zajmuje się sprawami karnymi, więc dopóki nie łamiemy prawa, nie ma powodów do obaw. (śmiech)

A jaki jest Pański bohater, Krystian? Początkowo niewiele się o nim dowiadujemy.

Za to poznajemy Piotra, byłego partnera Kaśki. Krystian jest jego dokładnym przeciwieństwem. Piotr jest szalony, myśli niekonwencjonalnie, nie podporządkowuje się poleceniom i wszystko robi po swojemu. Mój bohater natomiast jest poukładany, grzeczny, praworządny i chciałby, żeby wszystko w jego życiu było od linijki. Stąd rozterki miłosne głównej bohaterki: czy woli stabilizację u boku Krystiana, czy szalonego Piotra?

Polubił Pan tego miłośnika porządku? Odnalazł Pan w nim coś z siebie?

Lubię każdą postać, którą gram. Tego wymaga mój zawód. Żeby wiarygodnie wcielić się w bohatera, pokazać jego zachowania, decyzje i to, co sobą reprezentuje, muszę sięgnąć do własnych cech i doświadczeń. Sam lubię porządek i jestem dość poukładany, więc użyczyłem Krystianowi tych cech, tyle że na potrzeby roli trochę je wyolbrzymiłem.

Czy podobne cechy ma Olek Chodakowski, któremu kibicują widzowie „M jak miłość"?

Olka oglądamy głównie w sytuacjach prywatnych. W pracy jest poukładany, natomiast w domu, za sprawą małżonki, różnie z tym bywa. Krystiana poznajemy w znacznie mniejszej liczbie scen. Akcja rozgrywa się na szpitalnym oddziale ratunkowym, więc trudno, żeby prokurator stale tam przesiadywał. Pojawia się w sprawach służbowych, które splatają się z jego życiem osobistym. Chciałby chronić swój związek, tymczasem jego partnerka pracuje u boku byłego ukochanego, w dodatku w warunkach, które wywołują ogromne emocje. To niebezpieczna sytuacja.

Podobno zazdrościł Pan kolegom szkolenia medycznego, które przeszli na potrzeby swoich ról?

Tak, bo w aktorstwie bardzo cenię możliwość doświadczania rzeczy, na które w innym zawodzie pewnie nie miałbym szans. Mogę chodzić po zamkniętej Marszałkowskiej o drugiej w nocy, grać w pałacu, który na co dzień zwiedza się z biletem, albo przejść szkolenie wojskowe. Fascynuje mnie poznawanie różnych światów i sposobów na życie, zwłaszcza gdy mogę choć na chwilę stać się ich częścią. Dlatego zazdroszczę kolegom przygotowania medycznego, dzięki któremu mogli lepiej zrozumieć przypadki przedstawione w serialu. Zdobywanie takich umiejętności jest dla nas świetną zabawą. Choć na ekranie pokazujemy silne, często negatywne emocje, sama praca nad tymi scenami bywa niezwykle ekscytująca.

Nie mogę nie zapytać, co czeka Olka.

U niego trudno o nudę! Niedawno posądzano go o spowodowanie śmierci Sowińskiego (Mikołaj Krawczyk). Teraz mój bohater nieco usunął się w cień, żeby zrobić miejsce Jakubowi (Krzysztof Kwiatkowski). Obecnie skupiamy się na jego problemach, ale wierzę, że kiedy te perypetie dobiegną końca, wrócimy do rodziny Chodakowskich. Tam zawsze dużo się dzieje.

Rozm. MACIEJ MISIORNY

Fot.: AKPA, Artrama, MTL Maxfilm



Koledzy z bazy będą pod wrażeniem zachowania byłego pacjenta Britney.

NA SYGNALE

Wyjątkowo wdzięczny pacjent

NA SYGNALE WT 1.12 godz. 22.30 TVP 2

Podczas kolejnego dyżuru Britney (Paulina Zwierz) pozna młodego finansistę Arka (Jakub Jaskólski). Okaże się, że przez przewlekły stres mężczyzna ma poważne problemy z sercem i ciśnieniem. Pierwsza pomoc udzielona przez Kowalczyk zrobi na nim takie wrażenie, że gdy tylko poczuje się lepiej, pojawi się w bazie w Leśnej Górze z bukietem kwiatów i... zaproszeniem na kolację. Wyraźnie oczarowany Britney biznesmen wyzna, że jest jej dłużnikiem. Doda, że nie tylko zarezerwował dla nich stolik w najlepszej restauracji, ale też zamówił kierowcę, mając nadzieję, że dziewczyna zgodzi się przyjąć zaproszenie. **JP**



Arek straci dla ratowniczki głowę.

MONT BLANC – GÓRA WYZWAŃ

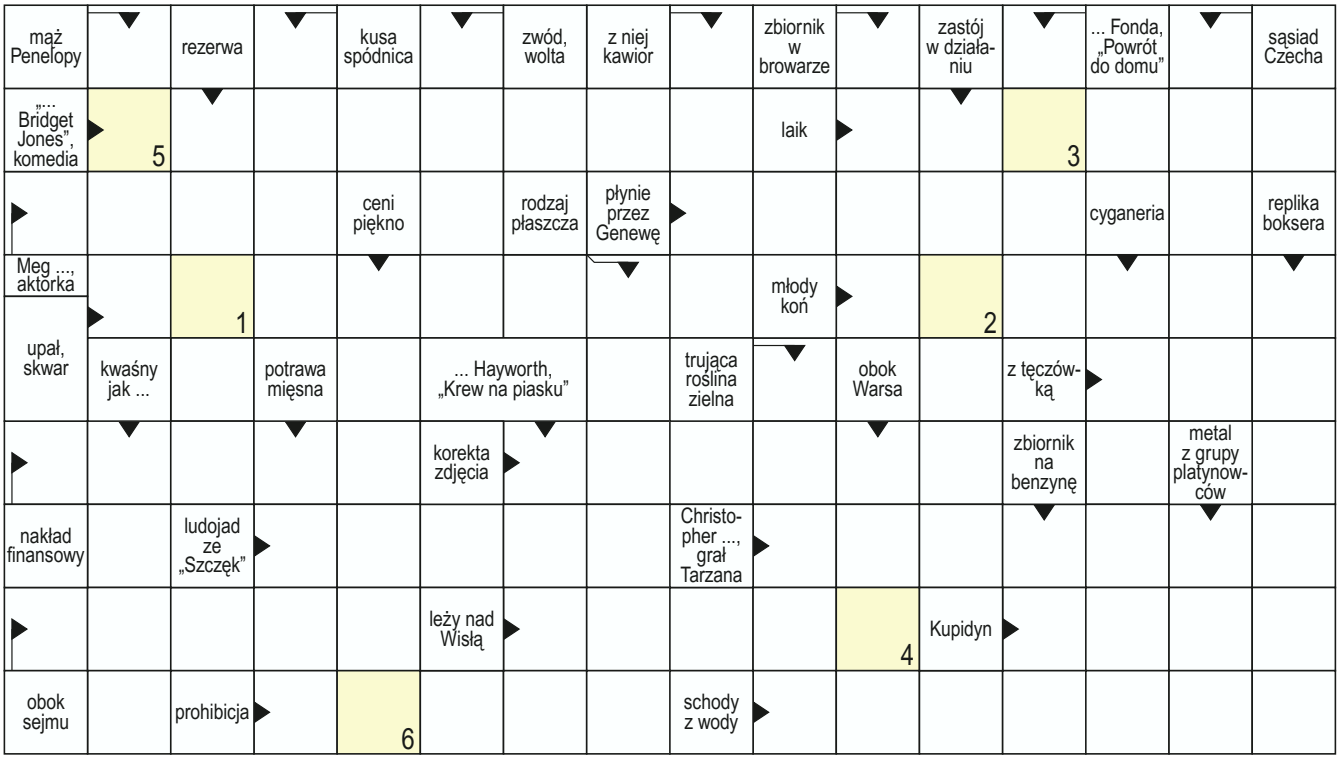
Ujarzmiony szczyt

MONT BLANC – GÓRA WYZWAŃ WT 1.12 godz. 13.20 TVP NAUKA

Masyw Mont Blanc, z najwyższym szczytem Alp, przeszedł spektakularną metamorfozę: z niedostępnego celu alpinistów stał się przestrzenią śmiałych przedsięwzięć inżynieryjnych oraz naukowych. Na przełomie XIX i XX wieku zaczął przyciągać nie tylko odważnych wspinaczy, lecz także konstruktorów i badaczy. W ciągu 50 lat powstały tu: linia kolejowa Montenvers, kolejka linowa na Aiguille du Midi oraz tunel pod Mont Blanc, łączący Francję z Włochami. Dokument pokazuje, jak zmieniło to oblicze regionu, otwierając wysokie partie Alp dla turystów, a zarazem przypomina o współczesnych wyzwaniach, zwłaszcza o cofaniu się wielkiego lodowca Mer de Glace. **MP**



Kolejka linowa na Aiguille du Midi, prowadząca w pobliże Mont Blanc, to symbol zmian w Alpach.



1	2	3	4	5	6

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Fot.: Artrama (2), Adobe Stock

TVP 1

4.55 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.10 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.35 **Reporterzy** – magazyn reporterów
5.45 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
6.05 **Akacjowa 38** (993) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Kościół z bliska** – magazyn religijny, Polska 2012-2026
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
8.10 **Pogoda info**
8.25 **Zaraz wracam 3** (181) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.05 **Ranczo 6** (71) – serial obyczajowy, Polska 2012
10.00 **Komisarz Alex 2** (24) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 **Ojciec Mateusz 26** (337) – serial kryminalny, Pol. 2021
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **Magazyn rolniczy**
13.05 Natura w Jedynce: **Dzikie korytarze** (1) – serial dokum., Fr. 2022 (patrz obok)
14.00 **Splątane losy** (99) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Reporterzy** – magazyn reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (1082) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Klan** (4787) – telenowela, Polska 2026
18.40 **Akacjowa 38** (1010) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



13.05 DOKUMENT

Dzikie korytarze (1)

W północno-zachodniej Namibii prywatyzacja ziem utrudnia migrację. Stawiane przez ludzi płoty i bariery odcinają zwierzętom dostęp do wody oraz pożywienia. Chociaż część przeszkód usunięto, wiele terenów pozostaje izolowanych. **55 min**



20.30 OBYCZAJOWY

Słoneczna. Poza ciszą (7)

Podczas biegania Lena zauważa zakapturzoną postać niszczącą plakaty kliniki. Rusza w pościg, ale sprawca ucieka. Postanawia go odnaleźć. Tymczasem działalność Aliny (Monika Krzywkowska, zdj.) w mediach społecznościowych nabiera rozpędu. Kobieta dostaje propozycję wywiadu. **35 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Słoneczna. Poza ciszą** (7) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
21.05 **Sekielski wieczorową porą** – program publicystyczny, Polska 2025-2026
22.10 Kino mocnych wrażeń: **Złoto pustyni** – film wojenny, USA 1999, reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Ice Cube, Mark Wahlberg (patrz obok)
0.10 **Miłość w Nowym Jorku** – melodramat, USA 2000, reż. Joan Chen, wyk. Richard Gere, Winona Ryder, Anthony LaPaglia, Elaine Stritch
2.00 **Spona** – film przygodowy, Polska 1998, reż. Waldemar Szarek
3.35 **Sekielski wieczorową porą** – program publicystyczny, Polska 2025-2026 ▶ 4.50



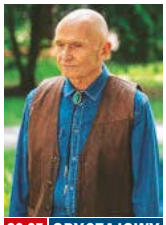
22.10 WOJENNY

Złoto pustyni

Rok 1991, Zatoka Perska. Major Archie Gates (George Clooney, zdj.) zdobywa informację o złocie ukrytym przez Saddama Husajna. Wraz z trzema kolegami wyrusza na poszukiwanie skarbu. **120 min**

TVP 2

5.00 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025
5.35 **M jak miłość** (1892) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.25 **Post filipowy** – reportaż, Polska 2026
6.55 **Barwy szczęścia** (3451) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.50 **Rosół polski** (37) – magazyn kulinarny, Polska 2026
12.30 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
13.15 **Panna młoda** (262) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (962): Czarna skrzynka – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (531) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Manuel zapewnia Janę, że poślubi ją mimo sprzeciwu rodziców i nie zamierza się wycofać. Tymczasem księżna naciska na Lopego, żeby zerwał z Verą. Matilde ujawnia Martinie swoją prawdziwą tożsamość. **55 min**
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (263) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Fadime nie żałuje, że naraziła Sinem na szykany ze strony Mukadder. Engin planuje wyposażyć Gülsüm w podsłuch, żeby zdobyć dowody obciążające Beyzę. Derya jest zadowolona ze współpracy z Cemilem. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3451) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 **Domowe patenty 3** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3452)

Emilka idzie na egzamin ósmoklasisty. Wierzy w świetny wynik. Tymczasem Emil wpada w panikę i boi się kompromitacji. Tolek (Marek Siudym, zdj.) spotyka się z Ireną i mediatorką. Jest gotów na konfrontację oraz walkę o uzyskanie rozwodu. **35 min**



21.50 OBYCZAJOWY

SOR (7)

Piotr domaga się od Kaśki (Sonia Mietielica, zdj.) uznania jego praw rodzicielskich do Milenki. Na podjeździe szpitala ktoś wyrzuca z samochodu ciężko rannego robotnika. Robi się coraz bardziej nerwowo, gdy słabnie Basia. Andrzej stwierdza u niej krwotok wewnętrzny spowodowany pęknięciem śledziony. **40 min**

20.05 **Barwy szczęścia** (3452) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
20.40 **Kulisy serialu „M jak miłość"** – cykl felietonów, Polska
20.50 **M jak miłość** (1962) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.50 **SOR** (7) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
22.30 **Na sygnale** (964) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
23.05 **80 milionów** – komedia FILM sensacyjna, Polska 2011, reż. Waldemar Krzystek, wyk. Krzysztof Czeczot, Wojciech Solarz, Maciej Makowski, Piotr Głowacki (patrz obok)
0.55 **Hotel Mumbaj** – thriller, FILM Australia/USA/Wielka Brytania 2018, reż. Anthony Maras
3.05 **Co się kryje pod katedrą Notre-Dame?** – dok., Francja
4.00 **Serial** ▶ 4.25



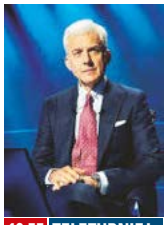
23.05 KOM. SENS.

80 milionów

Dolny Śląsk. Tuż przed stanem wojennym Władysław (Filip Bobek, zdj.) i inni działacze Solidarności wyprowadzają z banku 80 mln zł związkowych pieniędzy. Władze chcą je odzyskać. **115 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.20 **Trudne sprawy** (1146) – serial paradokumentalny, Polska 2022
9.20 **Dlaczego ja?** (849-851) – serial paradokumentalny, Polska 2018
12.20 **Gliniarze** (1073-1075) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Kurier zostaje uprowadzony, a następnie zamordowany. Olgierd i Krystian podejrzewają, że zabójstwo może być powiązane z jego przeszłością. Mężczyzna był bowiem skazany za nieumyślne spowodowanie śmierci. **190 min**
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1154): Złe miejsce i czas – serial paradokumentalny, Polska 2026
Zamaskowany nożownik rani kobietę. Aneta odnajduje odcisk jego palca na spince pokrzywdzonej. Okazuje się, że to Cienki, niebezpieczny recydywista, który dokonał ataku na zlecenie. **60 min**
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (2): Memento mori – serial kryminalny, Polska 2026
18.00 **Pierwsza miłość** (4298) – serial obyczajowy, Polska 2026
Szymon walczy z bólem. Gorczyca nie ukrywa, że jego choroba postępuje. Marta szykuje ukochanemu niespodziankę. W klinice trwa zacięta rywalizacja o miejsce na rezydenturze z chirurgii. Florek podstępem doprowadza do tego, że Filip spóźnia się na obchód, a sam zbiera pochwały. **50 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026 (patrz obok)



19.55 TELETURNIEJ

Milionerzy (172)

Hubert Urbański (zdj.) zaprasza do gry kolejnych uczestników, którzy spróbują spełnić marzenie o zdobyciu fortuny. Od nagrody głównej dzieli ich dwanaście pytań z różnych dziedzin. W przypadku wątpliwości mogą oni skorzystać z kół ratunkowych, np. pomocy prowadzącego. **40 min**



20.35 THRILLER

Bez litości 2

Były agent Robert McCall (Denzel Washington, zdj.) wiedzie spokojne życie na emeryturze. Pewnego dnia dowiaduje się o morderstwie przyjaciółki z wywiadu, Susan (Melissa Leo). Sprawców nie udało się ująć. Wstrząsająca informacja skłania go do działania. Chce znaleźć zabójców i wymierzyć sprawiedliwość. **150 min**

20.35 **Bez litości 2** – thriller, USA FILM 2018, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Bill Pullman, Melissa Leo (patrz obok)
Kontynuacja hitu z 2014 roku, opartego na serialu telewizyjnym. Kolejne, po „Dniu próby", spotkanie nagrodzonego za swój występ Oscarem aktora Denzela Washingtona i reżysera Antoine'a Fuqua. **150 min**
23.05 **Accident Man: Wakacje zabójcy** – film FILM sensacyjny, Wielka Brytania 2022, reż. George Kirby, wyk. Scott Adkins, Ray Stevenson, Perry Benson, Sarah Chang (patrz obok)
1.10 **21** – film sensacyjny, USA FILM 2008, reż. Robert Luketic
3.55 **Kabaretowa Ekstraklasa** (58) – program rozrywkowy, Polska 2017



23.05 SENSACYJNY

Accident Man: Wakacje zabójcy

Mike Fallon (Scott Adkins, zdj.), zawodowy morderca, zamieszkuje na Malcie. Zostaje zmuszony do chronienia syna szefowej mafii. Czeka go starcie z nieobliczalnymi ludźmi. **125 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

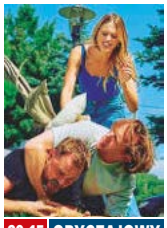
TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1549) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (11) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn (patrz obok)
11.20 Doradca smaku (23) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.30 Kuchenne rewolucje (2, 4) – program rozrywkowy, Pol. Cafe Elegancko znajduje się blisko centrum Szczecina. Wspierany przez matkę Kacper pragnął, by w jego lokalu było światowo. Kłopoty finansowe mają zły wpływ na relacje rodzinne. **130 min**
13.40 Ukryta prawda (1727-1729) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Sebastian rozwodzi się z Hanią, która go zdradzała. Odnawia kontakt z Moniką, licealną miłością, która pracuje w MOPS-ie. Okazuje się, że kobieta była uzależniona od narkotyków. Matka Sebastiana próbuje rozbić ich związek. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (99) – serial obyczajowy, Polska 2026
Dwa zespoły ratowników przyjeżdżają na miejsce rodzinnej tragedii. Rogowski i Wroński zajmują się mężczyzną z dusznościami. Strecker wzywa Orłowicz na rozmowę. Decyduje się zatrudnić rehabilitanta. **65 min**
17.55 Detektywi (164) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Kobieta prosi śledczych, aby ustalili, kto zabił jej narzeczonego. Policja podejrzewa właśnie klientkę biura. Dzień przed tragedią oskarżyła ona partnera o zdradę. Brakuje dowodów, że mężczyzna miał kochankę. **65 min**
19.00 Fakty
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów

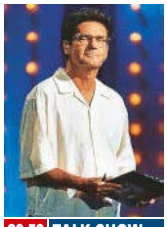


7.45 MAGAZYN
Dzień Dobry TVN
W porannym programie ponownie pojawiają się popularne cykle, m.in. „W miejskiej dżungli", „Do zobaczenia", „Mama El Dursi" oraz modowy cykl Kasi Sokołowskiej. Magazyn prowadzą m.in. Damian Michałowski oraz Paulina Krupińska-Karpiel (oboje na zdj.). **215 min**



20.15 OBYCZAJOWY
Na Wspólnej (4321)
Ula publikuje w internecie wyznanie o tym, co zrobił jej wykładowca. Kamil naciska na dziekana, by zawiesił Wysockiego. Na uczelni Hoffer wpada na Dexa. Daria (Patrycja Topajew, zdj.) wciąż myśli o rozmowie z 8-letnią Polą. Nie wie, że pogrążonym w żałobie ojcem dziewczynki jest Piotr (Stefan Pawłowski, zdj.). **35 min**

20.15 Na Wspólnej (4321) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
20.50 Kuba Wojewódzki (14) – talk-show, Polska 2026 (patrz obok)
22.05 Spectre – film sensacyjny, FILM Wielka Brytania/USA 2015, reż. Sam Mendes, wyk. Daniel Craig, Christoph Waltz
1.05 Superwizjer – magazyn reporterów
1.45 Uwaga! – magazyn reporterów
2.05 Młode gliny (67, 68) – serial kryminalny, Polska 2026
4.00 Jak to jest zrobione? (18) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2018
4.30 Zamieszkać na plaży 6 (10) – program rozrywkowy, USA 2019
5.00 Kto was tak urządził? – magazyn



20.50 TALK-SHOW
Kuba Wojewódzki (14)
Dziennikarz poprowadzi kolejne ciekawe, ale i kontrowersyjne rozmowy. Ostatnimi gośćmi u Kuby Wojewódzkiego (zdj.) byli satyryk Robert Górski oraz piosenkarz Michał Bajor. **70 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (16, 17): Niebezpieczna damulka; Florence Italy – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (8, 9): Zabójczy wybór; Zmartwychwstanie – część 1 – serial sensacyjny, Niemcy 2013
10.00 Zaklinaczka duchów 4 (84) – serial fantasy, USA 2009
11.00 Kotka (84) – telenowela, Meksyk 2014
Cichy oskarża Agustina o kradzież majątku i odebranie córki. Przekonuje, że motywem mężczyzny była obsesja na punkcie jego żony. Naczelnik wypytuje Tilica o jego sekrety. **60 min**
12.00 Mój grzech (21) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
Lucrecia mówi ojcu Matiasowi, że kocha Juliana. Duchowny zapewnia, że może liczyć na jego wsparcie. Z kolei Carmelo chce zawieźć konia dla Lucrecii. Renata udaje chorą, by opóźnić wyjazd do Oaxacy. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (57) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 Rodzinny interes (50): Randka w ciemno – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (312, 313) – serial obyczajowy, Polska 2020
Według znajomych Grzesiek i Iza uchodzą za idealne małżeństwo, ale to jednak pozory. W pewnym momencie konflikt rośnie do takiego stopnia, że mężczyzna przynosi do lombardu rzeczy żony. **120 min**
17.00 Rodzinny interes 2 (51): Komornik – serial obyczajowy, Polska 2019 (patrz obok)
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1044, 1045) – serial obyczajowy, Polska 2026
Biznesmen Zawisza ginie w wypadku samochodowym. Jego żona postanawia wyprzedać towar przygotowany do wysyłki za granicę. Przekonuje się, że mąż handlował przemycanym zza granicy złotem. **120 min**



17.00 OBYCZAJOWY
Rodzinny interes 2 (51)
Lokalni rolnicy przewożą traktor z zepsutym silnikiem. Naprawa jest pilna, ponieważ może on pomóc w zabezpieczeniu gospodarstw przed zalaniem. Bronek (Roman Szczeblewski, zdj.) i Dawid (Patryk Janas, zdj.) godzą się potraktować sprawę priorytetowo. **60 min**



20.00 THRILLER
Droga bez przebaczenia
Kierowca mafii ma przywieźć złodzieja przed oblicze szefowej (Rachel Griffiths, zdj.). Ktoś bowiem oskarżył go o to, że przywłaszczył sobie sporą sumę. Teraz musi za to zapłacić. Pasażer nie wie, że na końcu drogi czeka go egzekucja. Jego towarzysz, który wiezie go na pewną śmierć, ma wyrzuty sumienia. **125 min**

20.00 Droga bez przebaczenia FILM – thriller, Australia 2023, reż. Luke Sparke, wyk. Barry Pepper, Jamie Costa, Sam Neill, Zac Garred (patrz obok)
22.05 Bodyguard Zawodowiec FILM – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bułgaria 2017, reż. Patrick Hughes, wyk. Ryan Reynolds, Samuel L. Jackson, Gary Oldman, Salma Hayek (patrz obok)
Na potrzeby filmu Gary Oldman – wcielający się w białoruskiego dyktatora – nauczył się mówić po rosyjsku. **150 min**
0.35 Revolt – film sensacyjny, FILM USA 2017, reż. Joe Miale
2.20 Dzielnica strachu (4): Gra o życie – serial kryminalny, Polska 2021
3.15 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1040) – serial obyczajowy, Polska 2026



22.05 KOM. SENS.
Bodyguard Zawodowiec
Ochroniarz Michael (Ryan Reynolds, zdj.) ma strzec bezpieczeństwa świadka, który może obciążyć zeznaniami zbrodniarza wojennego. Ścigają ich zawodowi zabójcy oraz łowcy nagród. **150 min**

TVN 7

DVB T2

5.15 Ten moment (48) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.50 Szkoła (617-619) – serial paradokumentalny, Polska 2018
8.40 Ukryta prawda (1441, 1648, 1649) – serial paradokumentalny, Polska
11.45 W-11 – Wydział Śledczy (845-847) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok)
13.50 Detektywi (223) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
30-letnia Weronika straciła wzrok w wyniku wypadku w pracy. Utrzymuje, że ktoś włamuje się do jej domu i przestawia meble. Detektywi odkrywają konflikt z byłym szefem. Kolejny trop prowadzi do siostrzeńca. **65 min**
14.55 Szpital św. Anny (185) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na onkologii u młodej pacjentki pojawiają się duszności i ucisk w klatce piersiowej. Zyta i Paweł odwiedzają odnalezioną Michalinę. Lekarz prosi o rozwód. Tomek i Wojtek jadą do wypadku. **60 min**
15.55 Ukryta prawda (1236) – serial paradokumentalny, Polska 2021
Martyna zatrudnia Iwonę do sprzątania domu. Wkrótce razem z mężem Jakubem realizują fantazje dotyczące trójkąta erotycznego. Jakiś czas później mężczyzna żąda rozwodu. Chce bowiem ułożyć sobie życie z ciężarną kochanką. **65 min**
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (6, 7) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Na ławie oskarżonych zasiada pielęgniarka podejrzana o kradzież złotej bransoletki z rubinem. Biżuteria należała do pacjentki. Kobieta nie przyznaje się do winy. **120 min**
19.00 Ukryta prawda (1484) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)



11.45 FAB.-DOKUM.
W-11 – Wydział Śledczy (845-847)
Komisarze Joanna Czechowska i Sebastian Wątroba (zdj.) przyjmują zgłoszenie o śmiertelnym pobiciu mężczyzny, którego ciało znaleziono na obrzeżach miasta. Głównym podejrzanym jest bratanek ofiary. Wiadomo, że był skłócony ze swoim wujem. **125 min**



19.00 PARADOKUM.
Ukryta prawda (1484)
Darek po powrocie z pracy odkrywa, że żona zmieniła zamki w drzwiach. Wyrzuca też na korytarz jego rzeczy. Ponadto wręcza mu pendrive z dowodem zdrady, jakiej miał się dopuścić na wyjeździe służbowym. Szef pozwala mu tymczasowo pomieszkiwać w siedzibie firmy. **60 min**

20.00 Posejdon FILM – film katastroficzny, Japonia/USA 2006, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Kurt Russell, Josh Lucas, Richard Dreyfuss, Jacinda Barrett (patrz obok)
22.10 Harry Potter i Komnata Tajemnic FILM – film przygodowy, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002, reż. Chris Columbus
Młody czarodziej (Daniel Radcliffe) rozpoczyna kolejny rok nauki. Prof. Dumbledore (Richard Harris) ostrzega, że w murach akademii czai się zło, a na ścianie pojawia się budzący grozę napis. Harry i jego przyjaciele stają do walki z mrocznymi siłami. **195 min**
1.25 Matka O FILM – horror, USA 2017, reż. Darren Aronofsky
4.00 Prawdziwy horror 3 (7) – serial dokumentalny, USA 2016



20.00 KATASTROF.
Posejdon
W noc sylwestrową potężna fala przewraca liniowiec pasażerski. Ocalali szukają ratunku. Wśród nich jest Robert (Kurt Russell, zdj.), który stara się odnaleźć córkę, Jennifer (Emmy Rossum, zdj.). **130 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

9.30 **Post filipowy** – reportaż
10.00 **Złoty chłopak** (293)
11.00 **Rok w ogrodzie** – mag.
11.30 **Wiek to tylko liczba**
12.00 **O milimetr** – magazyn
12.30 **Rączka gotuje** – mag.
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Bez retuszu** – pr. publ.
14.20 **Poznaj region** – cykl fel.
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.00 **Gala – Nagroda Fundacji na rzecz Nauki Polskiej**
20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.

TVP POLONIA

7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.35 **Na tropach historii**
12.00 **Serwis Info** – pr. inform.
12.10 **Komisarz Alex 24** (305)
13.05 **Ranczo 4** (47) – obycz.
14.00 **Polska. Co dalej?** – publ.
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **Kulturalni** – magazyn
16.00 **Pan Mama** (22) – kom.
16.30 **Barwy szczęścia** (3420)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Oko na Wschód** – publ.
18.45 **Panorama**
19.20 **Niezwykłe miejsca**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (13, 14) – serial sensacyjny, USA 1999
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (137) – reality show, Polska 2025
8.55 **Policjantki i Policjanci** (777-779) – serial obyczajowy, Polska 2020
11.55 **Uroczysko** (1, 2) – serial krym., Polska 2023-2024
13.00 **Trudne sprawy** (901-903) – serial paradokumentalny, Polska
16.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (445, 496) – reality show, Polska
18.00 **Policjantki i Policjanci** (1372, 1373) – serial obyczajowy, Polska 2026

PULS 2

10.00 **Jeżyk i Przyjaciele**
10.35 **Basia** – serial animowany
11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** – serial anim.
12.00 **Lwia Straż** – serial anim.
13.00 **Nowe przygody Kubusia Puchatka**
13.35 **Smerfy** – serial anim.
14.00 **Baranek Shaun 6**
14.35 **Marta mówi 2** – anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** – anim.
16.00 **Koci domek Gabi**
17.00 **Fineasz i Ferb** – anim.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści**

TVP ROZRYWKA

5.50 **Zakochaj się w Polsce** (54, 55) – magazyn
6.55 **Gra słów. Krzyżówka**
7.25 **Okrasa łamie przepisy**
8.30 **Familiada** – teleturniej
9.00 **Va banque** – teleturniej
9.35 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.10 **Makłowicz w podróży**
10.50 **Postaw na milion**
12.35 **Familiada** – teleturniej
13.15 **Zmiennicy** (6) – kom.
14.15 **Rodzinka.pl** (283, 284) – serial kom., Polska 2020
15.25 **Rolnik szuka żony 13** (11) – telen. dok., Pol. 2026
16.25 **Kabaretomaniacy** (46)
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.40 **Okrasa łamie przepisy**
19.45 **Jaka to melodia?**

TTV HD

7.35 **DeFacto 14** (14, 15)
8.30 **Kartoteka 11** (14, 15)
10.35 **Detektywi** (222, 223)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (17)
13.35 **Zakup w ciemno 8** (13)
14.35 **Nic do ukrycia** (1) – dok.
15.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 18** (11)
16.45 **Express, Pogoda** – inf.
17.03 **Raport smogowy** – inf.
17.05 **Sport**
17.10 **Ukryta prawda** (1673)
17.45 **Życie na kredycie 6** (7, 8) – reality show, Polska
18.40 **Zony Podlasia** (1) – dok.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 8** (14)
21.05 **Zakup w ciemno extra 3** (10) – reality show
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN REPORTERÓW

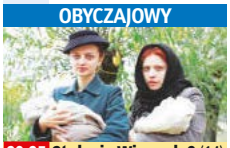


20.30 Telekurier – Polska
Reporterzy stacji ukazują sensacyjne zdarzenia, ludzkie dramaty i sukcesy. Przedstawiany problem komentuje również zaproszony do studia ekspert. **30 min**

21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (294) – serial obycz., Turcja 2022
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**
1.40 **Dziedzictwo** (948)
2.30 **Bez retuszu** – pr. publ.

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

OBYCZAJOWY



20.25 Stulecie Winnych 2 (14)
Początek drugiej wojny światowej. Antoni ginie w egzekucji. Mania zaczyna rodzić. Paweł, szukając lekarza, o mały włos nie wpada w ręce Niemców. Ratuje go Antek Jamroży. **55 min**

21.20 **Ojciec Mateusz 4** (46)
22.15 **Bł. ks. Michał Sopoćko – sługa Miłosierdzia**
23.15 **Panorama**
23.45 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
0.40 **Dziennik regionów**
1.00 **Pan Mama** (21) – kom.
1.30 **Program informacyjny 19.30**
1.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
2.05 **Sport, Pogoda**

KRYMINALNY



20.00 Uroczysko (211, 212)
Podczas treningu Joanny i Daniela w wybuchu ginie żona biznesmena. Filip i Marcin podejrzewają o zbrodnię wdowca. Przesłuchania konkurencji i sygnał od syna przedsiębiorcy rzucają nowe światło na sprawę. **65 min**

21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (158) – krym.
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1041) – krym., Pol. 2026
23.05 **Lot skazańców** – film
FILM sensacyjny, USA 1997
1.40 **Opowiem ci o zbrodni** (2) – serial dok., Pol. 2018
2.00 **Love Island. Wyspa miłości** (11)

OBYCZAJOWY



20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1064) – Pol.
Kinga Zawodnik szuka przenośnej drukarki, która jest jej potrzebna do kampanii społecznej. Rysiek chce zastawić biżuterię od matki, by kupić zestaw surwiwalowy. Następnie ucieka do lasu. **60 min**

21.00 **Dzielnica strachu 4** (141, 142) – serial krym.
23.00 **Wstydliwe choroby 6** (6, 7) – dok., Wlk. Bryt.
1.00 **Dzielnica strachu 4** (140) – serial krym., Polska
2.00 **Lombard. Życie pod zastaw 3** (102) – obycz.
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 8** (364, 365) – serial obycz., Pol. 2021

TELETURNIEJ



20.25 Postaw na milion
W grze bierze udział 2 bliskich sobie uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. Program prowadzi Łukasz Nowicki (zdj.). **105 min**

22.10 **Rodzinka.pl** (118) – kom.
22.45 **Tak to leciało!** – teleturniej muz., Polska
23.45 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (25) – rozr., Pol.
0.50 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.05 **Do śmiechu!** (87, 39) – rozr., Polska 2024-2026
3.50 **Hity wszech czasów** (11) – magazyn muzyczny
4.45 **Prywatne życie zwierząt 6** (2, 3)

FAB.-DOKUM.



22.00 Damy i wieśniaczki. PL 12 (5) – Polska
Miejscami zamienią się Ania z Katowic i Klaudia z Dzierżążna. Czeka je trudna próba przystosowania się do zupełnie nowych, nieznanych realiów. Obiema paniami targają silne emocje. **60 min**

23.00 **Kochaj albo wróć** (2) – serial dokumentalny, Pol.
0.00 **Nic do zgłoszenia 5** (4) – serial dokumentalny, Pol.
1.00 **Farma Clarksona 4** (1) – serial dokum., Wlk. Bryt.
2.00 **Osadzone. Blok F** (9, 10) – serial paradokumentalny
3.00 **Szpital** (945) – serial paradokumentalny, Polska
4.00 **Szkoła** (827) – paradok.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Rezonans polityczny **17.15** Ze zdrowiem na Ty **17.25** Historia mediów **17.50** Nie taki internet straszny **18.10** Przegląd suwalski **18.30** Obiektyw **18.54** Sport, Pogoda **21.00** Polacy na medal **21.20** Notacje **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.30** Na zdrowie **18.15** Miód nasz powszedni **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Kod bezpieczeństwa **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Eksport ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **16.45** Film dokumentalny **17.30** Wiatrak **17.55** Na 2 kontakty **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Droga **21.00** Zawodowcy **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **16.46** Rączka gotuje **17.12** Dzień z bliska **17.58** Pogoda, Sport **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności

KRAKÓW **16.46** Krzemionki 30. Przystanek reportaż **17.05** Wspólnota Skalnych **18.00** Nowohucka kronika filmowa **18.08** Horyzont wartości. Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **18.30** Kronika **19.16** Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków **21.02** Wykrywacz kłamstw **21.21** Bezbłędnie **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN **16.50** Miłego popołudnia **17.55** Naturalnie Lubelskie **18.10** Szlachetne zdrowie **18.30** Panorama lubelska **21.02** Studiuj w Lublinie **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **16.45** Polityczna dogrywka **17.15** ABC pacjenta **17.30** Teatr Wielki zza kulis **17.45** Pogotowie reporterskie zawsze z Wami **18.07** Za szybą **18.15** Strefa biznesu **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **21.00** Rowerem przez Pomorze Zachodnie **21.15** Agroexpress **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **16.44** Poza miastem – Europejska wieś **17.00** Wspólne popołudnie **17.30** Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie z seniorami **18.21** rAZem zmieniamy Wielkopolskę **18.30** Teleskop **21.02** Pociąg do Wielkopolski **21.18** Rozmowa dnia **21.30** Teleskop

RZESZÓW **16.45** Podkarpacka scena przebojów **17.00** Z życia regionu **17.30** Kwartet **18.00** Sport – wydarzenia i komentarze **18.30** Aktualności **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN **16.45** Blondynka 4 **17.35** Barberska dekada **18.30** Kronika **21.00** Wokół nas **21.08** Arka **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **16.45** Dobrego dnia **17.01** Dobrego dnia **17.31** Dobrego dnia **17.45** Informacje z Mazowsza **18.00** Zawsze na temat **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **21.00** Zawsze na temat **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **16.30** Fakty **16.44** Słownik polsko@polski **17.15** Prosto z lasu **17.29** Dlaczego krowa... **17.48** Kwartet **18.14** Pamięć Miasta **18.30** Fakty **21.02** Magazyn Dolnośląski **21.16** Rozmowa „Faktów" **21.30** Fakty

TVP HD

7.00 **Wichrowe wzgórze** (1)
7.55 **Rodzinka.pl** (227, 228)
8.55 **Ojciec Mateusz 13** (163, 164) – krym., Pol. 2015
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (944, 945)
12.25 **Ojciec Mateusz 17** (223)
13.20 **Komisarz Alex 14** (168)
14.15 **Ranczo 5** (60, 61) – obycz.
16.10 **Górna półka smaku**
16.40 **Między pokoleniami**
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 6** (72)
19.20 **Ranczo 9** (109) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (296, 297)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (422)
22.20 **Konflikt** (1, 2) – serial sens.
0.15 **Berlin Ku'damm 63** (3)
1.20 **Król** (6, 7) – sens., Pol. 2020
4.00 **Ranczo 9** (116) – obycz.

TVP KULTURA

11.05 **Kuba** – film dok., Pol. 2023
12.35 **Pan wzywał, milordzie?** (4) – serial kom., Wlk. Bryt.
13.40 **Cyd** – dramat historyczny, FILM USA/Włochy 1961
16.45 **Daleko od szosy** (3)
18.15 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – mag. film.
18.55 **Rawhide 4** (107) – przyg.
20.00 **Nic nie wiemy na pewno – jubileuszowy spektakl Teatru Ósmego Dnia**
21.15 **Prosta przyjaźń** FILM – komedia, Francja 2023
23.05 **Valmont** – dram. kostium., FILM Fr./Wlk. Bryt./USA 1989
1.25 **Chick Corea – w służbie muzyki** – film dokum., USA
3.05 **W poszukiwaniu dobrego filmu** – mag. film.
3.35 **Podróże z historią** (17)

ANTENA HD

8.40 **Legendy rocka** (6, 7)
9.35 **Pokochaj lub sprzedaj – Finlandia 2** (10) – dok.
10.35 **Zakazana miłość** (35, 36)
12.35 **77 TV 4** (7) – pr. rozr., Polska
13.35 **Wojny kontenerowe 2** (6) – serial dokumentalny
14.05 **Złapać przemytnika** (35)
15.05 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (8)
16.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3** (8, 9) – reality show, USA
18.00 **77 TV 5** (24, 25) – rozr., Pol.
20.00 **Kryminalny duet 2** (22)
21.05 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 9** (4, 5) – serial kryminalny, Fr.
23.30 **Detektywi z Bordeaux 7** (16) – serial krym., Fr./Bel.
0.35 **Polska. Największe dylematy** – program publicyst.

TV 6

6.00 **Więzienie** (152, 153) – dok.
6.55 **Policjantki i Policjanci** (911, 912) – serial obycz.
8.55 **48h. Zaginieni** (97-101)
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1301) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (248, 249)
16.00 **Strażnik Teksasu** (20, 21, 15, 16) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (191, 192) – serial krym., USA/Kanada
22.00 **Mentalista 2** (39) – krym.
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (812, 813)
1.00 **Kości** (231, 232) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (1) – serial przygodowy, USA 2018
3.35 **Septagon** (65, 66) – krym.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

14.30 **Morderstwa w Midsomer** (1) – krym.
15.20 **Detektyw z Chelsea** (1) – serial kryminalny, Wielka Brytania/USA 2021
16.15 **Tajemnice Brokenwood 3** (1) – krym.
18.00 **Morderstwa w Midsomer 18** (4)
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (6) – krym., Wielka Brytania/Francja 2015
21.00 **Agatha Christie: Tommy i Tuppence** (2) – krym.
22.00 **Tajemnice Majorki** (8) – krym., Wlk. Bryt./Fr./Niem.
23.00 **Detektyw z Chelsea 4** (8)
0.15 **Zbrodnie Saint-Pierre 2** (8) – serial kryminalny, Kan.

ROMANCE TV

13.15 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Pani Szczęście** – film obyczajowy, Niemcy 2026
15.05 **Dziewczyna na rowerze**
FILM – komedia romantyczna, USA/Niemcy/Francja 2013
17.05 **Górski lekarz** (1, 2) – serial obycz., Niemcy/Austria
19.00 **Górscy ratownicy** (136)
20.00 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Złamane serce** – film obycz., Austria/Niem. 2010
21.55 **Dora Heldt: Ucieczka**
FILM **ciotki Inge** – komedia romantyczna, Niemcy 2011
23.50 **Górscy ratownicy** (136)
0.45 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Złamane serce** – film obycz., Austria/Niem. 2010

COMEDY CENTRAL

9.55 **Przyjaciele** (19-22) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 4** (5-10) – kom.
14.30 **Dwóch i pół 12** (15, 16)
15.30 **Dwóch i pół** (1, 2) – kom.
16.30 **Przyjaciele** (23, 24) – kom.
17.30 **Przyjaciele 2** (1, 2) – kom.
18.30 **The Office PL 2** (5, 6)
19.35 **Duchy** (5, 6) – serial fantasy
20.35 **Teoria wielkiego podrywu 8** (12-14) – kom.
22.00 **The Office PL 4** (7, 8)
23.05 **Comedy Club 3** (12) – rozr.
23.35 **Comedy Club 4** (1) – rozr.
0.05 **Miasteczko South Park 16** (2, 3)
1.00 **Pracoholicy 5** (4, 5) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (3, 4) – rozr., Wielka Brytania

TVN FABUŁA

9.50 **Młode gliny** (62) – krym.
10.55 **Magda M. 3** (2) – obycz.
11.55 **Prawo Agaty 3** (11, 12)
13.55 **Młode gliny** (63) – krym.
14.55 **Detektywi** (738, 739)
16.05 **Na Wspólnej** (192, 193)
17.10 **Grażyna Torbicka zaprasza** – magazyn film.
17.50 **Jack Frost** – film familijny, FILM USA 1998, reż. Troy Miller
20.00 **Snake Eyes: Geneza G.I. FILM Joe** – film sens., USA 2021
22.40 **Jedyne prawdziwe FILM miłości** – obycz., USA 2023
0.35 **Jak przeżyć święta FILM** – kom. romant., USA 2004
2.30 **Magia kina** – program kult.
2.50 **Motywy filmowe** – mag.
3.05 **Szkoła** (816) – paradok.

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (7) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży
8.00 **Robert Makłowicz** (142, 152) – mag. kulin.
9.50 **Vera 5** (2) – serial krym., Wielka Brytania 2015
12.00 **MacGyver** (21, 22) – serial sens., USA/Kanada
14.00 **Katastrofy w przestworzach** (6, 4, 1) – serial dokum., Kanada 2013-2014
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (30, 31) – reality show, Kanada 2013
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (8, 9) – serial dokum., USA

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Pielęgniarki** (42) – serial paradokumentalny, Polska
7.30 **Na ratunek 112** (893, 894) – serial paradokumentalny, Polska
8.30 **Sekrety rodziny** (296-298) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1253) – serial paradokumentalny
12.35 **Więzienie** (166-169) – serial dokumentalny, Pol.
14.30 **Świat według Kiepskich** (66-70) – serial komediowy, Polska
17.00 **Komisarz Mama** (4) – serial kryminalny, Polska
18.00 **Dlaczego ja?** (1316, 1317) – serial paradokumentalny, Pol. 2024

TVP SERIALE

5.55 **Rodzinka.pl** (206) – kom.
6.30 **Na sygnale** (588, 589) – serial fabularno-dokum.
7.35 **Ojciec Mateusz 11** (138)
8.35 **Komisarz Alex 14** (169)
9.25 **Rodzinka.pl** (207) – kom.
10.00 **Klan** (1553) – telen., Pol.
11.00 **Ranczo 6** (75) – obycz.
11.45 **M jak miłość** (1961)
12.45 **Zaraz wracam 3** (178, 179) – serial obycz.
13.50 **Ojciec Mateusz 3** (43, 44) – krym., Pol. 2010
15.45 **Komisarz Alex 14** (170) – serial kryminalny, Polska
16.30 **Na sygnale** (590, 591) – serial fabularno-dokum.
17.40 **Ranczo 6** (77, 78) – obycz.
19.35 **Ojciec Mateusz 4** (45) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes 2** (5) – program rozrywkowy, 2023
6.50 **Polska z góry. Nad wodą 2** (3, 4) – serial dok.
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
8.00 **Stawiam na Tolka Banana** (1, 2) – obycz.
9.35 **Szaleństwa panny** FILM **Ewy** – film obyczajowy, 1984, wyk. Dorota Grzelak
11.40 **Nad Niemnem** FILM (1, 2-ost.) – film obyczajowy, 1986
15.45 **Papierowe** FILM **małżeństwo** – komedia obyczajowa, Polska/Wielka Brytania 1991
17.40 **Pogranicze w ogniu** (19, 20) – serial sensacyjny

AXN

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (3, 4) – serial kryminalny, USA/Kanada 2006
7.30 **Agenci NCIS 14** (2, 3) – serial sensacyjny, USA
9.15 **Castle 4** (12, 13) – serial kryminalny, USA 2012
11.10 **Detektyw Monk 2** (5, 6) – serial kryminalny, USA
13.10 **Agenci NCIS 14** (4, 5) – serial sensacyjny, USA
15.05 **Zabójcza broń** (8, 9) – serial sensacyjny, USA
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (2, 3) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012
19.05 **Castle 4** (14, 15) – serial kryminalny, USA 2012

CANAL+ PREMIUM

7.35 **Maria Callas. Nieznane lata** – film dokum., Grecja
9.20 **Benek** – komediodramat, Polska 2007
11.00 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
11.05 **An Evening With Elton John & Brandi Carlile**
12.00 **Nadzieja** – dramat sens., Polska/Niemcy 2006
13.40 **Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł** – film dokumentalny, USA
14.30 **Peacock** – thriller, USA 2010, wyk. Cillian Murphy
16.00 **Pod gwiaździstym niebem** – komedia romantyczna, USA 2025
17.40 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
17.45 **The Holiday** – komedia romantyczna, USA 2006

SENSACYJNY



20.00 Najlepsi z najlepszych FILM – USA 1989
Do drużyny taekwondo zostaje wybranych pięciu zawodników, którzy mają reprezentować USA. Wśród nich jest Tommy (Phillip Rhee, zdj.), który zmaga się z traumą po śmierci brata. **120 min**

22.00 **Zlecenie na śmierć** FILM – dramat sensacyjny, Kanada 2010, wyk. Dolph Lundgren
23.55 **Człowiek mafii** FILM – film sensacyjny, USA 2015, wyk. Gina Carano
1.55 **Konopielka** – komedia FILM obyczajowa, Polska 1981
4.00 **Juliusz** O FILM – komedia, Polska 2018

PARADOKUMENTALNY



20.00 Gliniarze (1099, 1029)
W czasie włamania do domu influencera zostaje zgwałcona jego siostra. Śledczy kierują podejrzenia na ludzi ze środowiska patostreamerów. Sprawa jest jednak bardziej skomplikowana. **120 min**

22.00 **Łowca pedofilów** (235)
23.00 **Ślad** (68, 69) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady** (166) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (501) – mag.
3.35 **Śluby gwiazd** (31) – rozr.
4.00 **Strzelnica Renaty Mauer** (7) – pr. sportowy
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (143) – serial dokum., Pol.

KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 11 (139)
Podopieczny Możejki trafia do szpitala z objawami zatrucia. Lekarz przyznaje, że to szesnasty taki przypadek w ostatnim czasie. Ksiądz Mateusz angażuje się w policyjne śledztwo. **60 min**

21.30 **Ranczo 7** (79, 80) – obycz.
23.25 **Ojciec Mateusz 4** (46) – serial kryminalny, Polska
0.20 **Na dobre i na złe** (1006) – serial obycz., Pol. 2026
1.20 **Czas honoru** (8, 9) – serial wojenny, Pol. 2008
3.00 **Wojenne dziewczyny 4** (43, 44) – hist., Pol. 2021
4.35 **Klan** (1553) – telen., Pol.
5.05 **Zaraz wracam 3** (178) – serial obycz., Pol. 2026

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Carte Blanche – 2015, FILM reż. Jacek Lusiński
Kacper (Andrzej Chyra, zdj.), 40-letni nauczyciel historii, zaczyna tracić wzrok. Ukrywa jednak przed przełożonymi problemy zdrowotne, by przygotować swoich uczniów do matury. **150 min**

22.30 **Mała wielka miłość** FILM – komedia romant., 2008
0.50 **Chemia** O – dramat FILM obyczajowy, 2015
3.20 **Nibylandek** O – film krótkometrażowy, 2026
3.40 **Widzisz?** O – film krótkometrażowy, 2025
4.15 **Zwolnieni z życia** O FILM – dramat obyczajowy, Polska/Francja 1992

KRYMINALNY



21.05 FBI: International (18, 19) – USA 2021
Amerykanin Daniel Spencer zostaje zamordowany w winiarni, którą prowadził we Francji razem z żoną. Trop wiedzie do organizacji, której członkowie są niechętni cudzoziemcom. **50 min**

22.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (2, 3) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012
0.45 **Castle 4** (14, 15) – serial kryminalny, USA 2012
2.40 **FBI: International** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2021
4.25 **FBI: Most Wanted 2** (15) – serial kryminalny, USA

DRAMAT OBYCZAJOWY



20.00 Młode matki PREMIERA FILM – Belgia/Francja 2025
Perla (Lucie Laruelle, zdj.), Jessica, Julie, Ariane i Naima znalazły schronienie w domu samotnej matki. Walczą z przeciwnościami losu, chcąc zapewnić swoim dzieciom lepszą przyszłość. **105 min**

21.45 **I Follow Rivers. Mam rzekę we krwi** – dok.
23.20 **Eksperyment: Odsiadka 2** (5)
0.10 **Amerykański gangster** FILM – film sens., USA 2007
2.45 **Wyrwa** – thriller, FILM Polska 2023

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

13 ULICA

8.25 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (16, 17)
10.20 **Bez śladu 6** (17, 18) – krym.
12.10 **Kapitan Marleau 6** (1)
14.15 **Niewidomy detektyw** (5)
16.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (18, 19)
18.10 **Bez śladu 7** (1, 2) – krym.
20.00 **Kapitan Marleau 3** (2) – serial kryminalny, Fr. 2019
22.00 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar 2** (4) – serial kryminalny, Kan.
23.00 **Człowiek w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2004
2.00 **Tajemnice Ainsley**
FILM **McGregor: Sprawa dla zegarmistrza** – dramat kryminalny, USA 2026
4.00 **Niewidomy detektyw** (4)

POLSAT FILM

6.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (159-161)
7.30 **Poirot** (1) – krym., Wlk. Bryt.
8.35 **Przyjaciółki** (145, 146)
10.30 **Świat według Kiepskich** (5, 6, 203, 204, 207) – kom.
13.50 **Jak rozpętałem** FILM **II wojnę światową** (1/3) – komedia, Polska 1969
15.40 **Robin Hood: Książę** FILM **złodziei** – przyg., USA 1991
18.35 **Jumanji: Przygoda** FILM **w dżungli** – film przyg., USA/Australia/Indie 2017
21.00 **Futro z misia** – komedia FILM sensacyjna, Polska 2019
23.05 **Parkingowy** – komedia FILM romantyczna, USA 2022
1.50 **48h. Zaginieni** (104)
2.50 **Fala zbrodni** (57, 58)
5.00 **Na ratunek 112** (525, 526)

HBO

14.05 **Kolejna zwyczajna** FILM **przysługa** – czarna komedia, USA 2025
16.05 **Wielka mała koza** FILM – film animowany, USA/Brazylia/Japonia 2026
17.45 **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 2019
20.00 **Hacks 5** (9, 10-ost.) – kom.
21.20 **Outlander: Krew z krwi** (8) – serial obycz., USA 2025
22.20 **Holland** FILM – thriller, USA 2025, wyk. Nicole Kidman, Gael García Bernal
0.05 **Martwe zło: Przebudzenie** FILM – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, wyk. Mirabai Pease
1.40 **Klika** – dramat obyczajowy, FILM USA 2026, wyk. Jay Dee

WARNER TV

6.10 **Cudotwórcy 2** (7) – kom.
6.40 **Prawo Agaty 6** (13)
7.35 **Prawo Agaty 7** (1, 2)
9.35 **Tropiciele** (3, 5) – krym.
10.40 **Teraz albo nigdy! 3** (6-9)
14.25 **Tropiciele** (3, 5) – krym.
15.25 **Prawo Agaty 6** (6-8)
18.30 **Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda** – komedia, USA 2003
20.10 **Święta w Connecticut** FILM – komedia, USA 1992
22.00 **4 Blocks 3** (1, 2) – krym.
0.05 **Przyjemniaczek** FILM – komedia sens., Hongkong/Australia/USA 1997
1.55 **Tecumseh, ostatni wojownik** FILM – western, USA 1995, wyk. Jesse Borrego
3.55 **To jest mój kraj** FILM – dramat wojenny, USA 1943

ALE KINO+

6.30 **Polska z góry 2** (13) – dok.
7.00 **Miss mokrego** FILM **podkoszulka** – komedia, Polska 2002
8.25 **Wszyscy święci** – film FILM obyczajowy, Polska 2002
10.00 **The Office PL** (7, 8) – kom.
11.20 **Detektyw Foyle** (1)
13.35 **Van der Valk 3** (1) – krym.
15.40 **W 80 dni dookoła świata** FILM – przyg., USA/Niem./Irl. 2004
18.05 **Detektyw Foyle** (2)
20.10 **Ścigani** – dramat FILM obyczajowy, USA 2009
22.35 **Martwych nie boli** FILM – western, USA/Dania/Meksyk 2023
1.15 **Ból i blask** – dramat FILM obyczajowy, Hiszpania 2019
3.40 **Król** (6) – serial sensacyjny
5.00 **Belfer 3** (6) – serial krym.

CANAL+ FILM

12.05 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
12.20 **Ida** – dramat obyczajowy, FILM Polska/Dania/Francja 2013
13.40 **Thelma** – komedia, FILM Szwajcaria/USA 2024
15.15 **Zgred** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2025
16.40 **Miss Potter** – dramat FILM biograf., USA/Wlk. Bryt. 2006
18.10 **Kiedy nadchodzi jesień** FILM – dram. obycz., Francja 2024
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Samotnik** – thriller, Wielka FILM Brytania/USA/Kanada 2026
21.45 **Stiller** – dramat obycz., FILM Szwajcaria/Niemcy 2025
23.20 **Rocznica** – thriller, FILM USA 2025, wyk. Diane Lane
1.10 **Nie ma duchów** FILM **w mieszkaniu na Dobrej** – film obyczajowy, Pol. 2025

SCIFI

6.00 **Arcadia 2** (3) – serial s.f.
6.55 **Zagubiona tożsamość 2** (10, 11) – serial s.f., Kanada
8.45 **Przygody Merlina** (1, 2) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
10.55 **Grimm 2** (19-22) – fantasy
14.50 **Przygody Merlina** (3, 4) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
17.00 **Grimm 3** (1-4) – serial fantasy, USA 2013-2014
21.00 **Push** – thriller s.f., USA/FILM Kan./Wielka Brytania 2009
23.15 **Green Hornet** – komedia FILM sensacyjna, USA 2011
1.40 **Zagubiona tożsamość 2** (11) – s.f., Kanada 2011-2012
2.40 **Przygody Merlina** (1, 2) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
4.50 **Arcadia 2** (3) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

9.20 **Policyjna grupa pościgowa 16** (12) – dok.
10.20 **W ciemność. Star Trek** FILM – film s.f., USA 2013
13.00 **Czarodziejki 8** (20, 21) – serial fantasy, USA 2006
14.55 **Pingwiny z Madagaskaru** (10, 11) – serial anim.
15.55 **Zmowa pierwszych żon** FILM – komedia, USA 1996
18.05 **Jeszcze pięć minut** – film FILM obyczajowy, USA/Kan. 2021
20.00 **Wojna światów** FILM – thriller s.f., USA 2005
22.30 **Ciche miejsce** – horror, FILM USA 2018, wyk. Emily Blunt
0.15 **Zrodzony w ogniu** FILM – dramat sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2013

FX

10.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (2) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (3, 4) – serial krym.
13.45 **Castle** (13) – serial krym.
14.40 **Lucyfer** (16) – serial krym.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (5, 6) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (6, 7) – s.f.
19.15 **FBI 5** (12) – krym., USA 2022
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9) – krym.
21.05 **Zabójcze umysły 12** (10)
22.00 **Zabójcze umysły** (3)
23.00 **Z archiwum X** (7) – s.f.
0.00 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (5, 6) – serial krym.
1.55 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (9) – krym.

FILMBOX+ ONE

9.50 **Vera 10** (4) – serial krym.
11.50 **Zbrodnie w Grantchester 7** (6) – krym., Wlk. Bryt.
12.50 **Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (14)
15.00 **Strażnik Teksasu 9** (15, 16) – serial sensacyjny
17.05 **Vera 11** (1) – serial krym.
18.55 **Zbrodnie w Grantchester 5** (1) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 **Suma wszystkich strachów** FILM – thriller, Niemcy/USA/Kanada 2002
22.45 **Strefa zrzutu** – film FILM sensacyjny, USA 1994
0.55 **Kontakt bezpośredni** FILM – sens., Niemcy/USA 2009
2.55 **Uciec, ale dokąd?** – film FILM sensacyjny, USA 1993

CANAL+ SERIALE

9.50 **Naruto 7** (15-17) – anime
11.25 **Mozart. Narodziny geniusza** (1) – film dokum.
12.35 **Planeta Singli. Osiem historii** (5, 6) – serial kom.
14.30 **Naruto 7** (18-20) – anime
16.00 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
16.10 **Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1-3) – serial komediowy, Fr.
18.05 **Samoloty bojowe III Rzeszy** (5, 6) – dok.
20.05 **Król i zdobywca** (1, 2) – serial historyczny
21.45 **Pieniądze i krew** (1, 2)
23.40 **Czarne stokrotki** (1, 2)
1.45 **Żmijowisko** (1-4) – krym.
5.10 **Miasta rytm: Zrabowane dzieła sztuki** (1) – dok.

CANAL+ 360

12.35 **Na straży** (4) – serial dok.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (5) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 8** (10) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (5) – dok.
16.00 **Złombol** (2) – serial dok.
17.00 **Lotnisko na Alasce 6** (4)
17.55 **Okręty wojenne** (4) – dok.
18.55 **Zhołowani: ciężarówki w opałach 8** (8) – dok.
19.50 **Lotnisko na Alasce 6** (5)
20.50 **Z archiwów historii** (3)
21.55 **13 posterunek 2** (37, 38) – serial komediowy, Polska
23.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (4)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji O – tylko dla dorosłych

TLC

6.00 Wiza na miłość: na odwrót 4
8.00 Siostry wielkiej wagi 3
10.00 Wiza na miłość: na odwrót 4
12.00 Przyjaźń wielkiej wagi
14.00 Cztery żony i mąż
15.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 4
16.00 Siostry wielkiej wagi 3
17.00 Salon sukien ślubnych
18.00 Wiza na miłość: na odwrót 4
20.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
21.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia 2 – reality show



22.00 Wspólne życie XXL
23.00 Dr Pryszczylla 5
0.00 Moje koszmarne stopy (29): Dziecko kosmitów
1.00 Historie wielkiej wagi: Brazylia – reality show
2.00 Wspólne życie XXL
4.00 Cztery żony i mąż
5.00 Mali ludzie, wielka rodzina 4

POLSAT CAFÉ

6.00 Demakijaż (124, 125) – pr. rozrywk., Pol. 2021
7.00 Przyjaciółki (120, 121) – serial obycz., Pol. 2017
9.00 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (16, 17) – reality show, Polska 2014
12.00 Śmierć pod palmami (49, 50) – serial krym., Wielka Brytania/Francja
14.30 Bogaty dom – biedny dom (127, 128) – reality show, Polska 2025
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (18) – reality show, Pol. 2014



18.00 Nasz nowy dom (1, 2)
20.00 Kolacja w ciemno (39, 40) – pr. rozr., Polska
22.00 Bogaty dom – biedny dom (150) – reality show
23.00 Gry małżeńskie (206, 207) – reality show
1.00 Więzienie kobiet (21-24) – serial dok., Pol.
3.00 Zdrady (171-173)

TVN STYLE

5.15 Kobieta na krańcu świata (1) – serial dok.
5.45 Jakubiak – z miłości do lokalności (1, 2) – magazyn
6.45 Poukładani 2 (7) – rozr.
7.45 Dzień Dobry TVN – mag.
11.20 Jestem z Polski 15 (9) – serial dokum., Pol. 2025
12.20 Ugotowani (6) – program kulin.-rozrywk., Polska
13.25 Kuchenne rewolucje (7, 11) – pr. rozrywk., Pol.
15.35 Ugotowani (11) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
16.40 Kochaj albo wróć (6) – serial dokum., Pol. 2026



18.45 Kuchenne rewolucje (2-4) – pr. rozr., Pol. 2018
20.50 Ostre cięcie 13 (10)
21.50 Teraz one (10) – rozr., Pol.
22.20 Love the Look (10-ost.)
23.20 Hotel Paradise 7 (5)
0.15 EuroPOLKI studentki (12-ost.) – pr. rozr., Polska
1.15 Do zobaczenia (1)
1.50 Tu jest pięknie (6) – rozr.

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Brudne skarby 2
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 2
10.00 Budowa na końcu świata 6
11.00 Klan z Alaski
12.00 Celnicy na straży Szwecji 2 (5)
13.00 Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa (4)
15.00 Złomowisko PL (4)
16.00 Poszukiwacze przeklętego złota 5
17.00 Nic do zgłoszenia (1)
18.00 Porty (3)



19.00 Złomowisko PL (3, 4)
21.00 Wyzwanie: przetrwanie
22.00 Alaska w budowie 8
23.00 Premiera: Bimbrownicy 15
0.00 Fani czterech kółek: w trasie
1.00 Zoom na architekturę
2.00 Euro Truckersi 4 (3)

TVP HISTORIA

9.40 Polskie 100 lat
10.20 Starożytne mocarstwa (5) – serial dok., Wlk. Bryt.
11.15 Szalenie odważna hrabina – film dok., Pol.
12.15 Raj na Ziemi. Dziewicza planeta (3)
13.10 Upadek nazizmu 3 (1)
14.10 Zmiennicy (5) – kom.
15.15 Sensacje XX wieku
17.05 Prasa donosi – cykl fel.
17.20 Czas honoru (2) – serial wojenny, Polska 2008
18.20 Odnaleźć zaginione (27) – serial dokumentalny
18.55 Tunka – film dok., Pol.
20.00 PitBull (9) – serial sens.



20.50 Lądowanie w Normandii, nieznane taśmy (1)
22.00 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (4)
23.00 Sensacje XX wieku
0.55 Encyklopedia II wojny światowej
1.25 PitBull (9) – serial sens.
2.15 Czas honoru (2)

FOKUS TV

6.05 48h. Zaginieni (64)
7.00 Był sobie człowiek (3-6)
8.55 Wehikuł czasu
9.00 Starożytni kosmici (35, 36) – serial dok., USA
11.00 Gwiazdy lombardu (4)
12.00 Poszukiwacze historii (3, 4)
13.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (3, 4)
15.00 Przygody poszukiwaczy złota 2 (2) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (16)
17.00 Dorwać tuńczyka (1)
18.00 Rolnicy. Podlasie (13, 14) – serial dokum.
20.00 Galileo (12)



21.00 Militarny top 10 (9) – serial dokum., Wlk. Bryt.
22.00 Dziwne oblicza wojny (1, 2) – dok., Wlk. Bryt.
0.00 Starożytni kosmici 9 (3) – serial dokum., USA 2016
1.00 Rolnicy. Podlasie (1-4) – serial dokum., Pol. 2026
5.00 Kołowrotek (12, 1) – magazyn wędkarski

METRO

7.40 Szpital (331-333) – paradok.
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska (564, 565)
12.40 Szkoła (700) – paradok., Pol.
13.40 Fachowcy (2) – paradok.
14.25 Brzydula (221, 222) – kom.
15.35 Druga szansa 3 (13) – obycz.
16.45 The Floor – teleturniej, Pol.
18.00 Złomowisko PL 8 – dok.
19.00 Kartoteka 10 (13, 14) – serial fab.-dokum., Polska 2016
21.05 Kryminalni (4, 5) – krym.
23.15 Spartakus: Krew i piach (8)
0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 – serial dok.
1.25 Szpital (982) – paradok., Pol.
2.25 Szkoła (707) – paradok., Pol.
3.25 Nowa Maja w ogrodzie 4
4.30 Szpital (982) – paradok., Pol.

ZOOM

8.15 Strażnik Teksasu 5 (12, 13)
10.15 Kobra – oddział specjalny 23 (7, 8) – sens.
12.25 FBI 5 (6, 7) – serial kryminalny
14.25 Bitwa o palety 2
15.30 Wojny magazynowe: Kanada 2 – reality show, Kan.
16.50 Sensacje XX wieku – hist.
19.00 Kobra – oddział specjalny 25 (16) – sens.
20.00 Kobra – oddział specjalny (1) – serial sensacyjny, Niemcy
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 9 (17, 18) – krym., USA
23.00 Magia nagości. Polska 5
0.15 Magia nagości. Hiszpania
1.20 Magia nagości 6 – pr. rozr.
2.30 Kabaretowe przeboje 3
5.45 I love kabaret EXTRA

FOOD NETWORK

8.20 Kuchenne rewolucje – rozr.
9.20 Wiem, co jem i wiem, co kupuję 6 – mag.
11.30 Dziewczyny z wypiekami
13.05 Dziecięce mistrzostwa wypieków 11 – telet. kulin.
14.05 Świąteczny sprawdzian Bobby'ego – magazyn kulin.
15.05 Imperium z lukru: zimowe cuda – reality show
16.05 Kuchenne rewolucje – rozr.
17.05 Jedzenie marzenie – mag.
17.45 MasterChef – pr. rozrywk.
19.10 Pyszne 25 – magazyn kulin.
20.50 Świąteczny sprawdzian Bobby'ego – magazyn kulin.
21.55 Turniej mistrzów kuchni
23.55 Człowiek, ogień i wyżerka
1.55 Posiekani – teleturniej kulin.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione?
8.00 Jak działa wszechświat?
11.00 Niemiecka budowlanka
13.00 Poszukiwacze dinozaurów
15.00 Jak działa wszechświat?
18.00 Jak to jest zrobione?
21.00 Pogromca mitów w akcji: Broń na hot dogi; Powietrzna walka myśliwców – serial dok.
23.00 W sieci eksperymentów: Dzikie umiejętności; Typowy podejrzany – serial dokum.
1.00 Jak działa wszechświat?: Następna supernowa; Tajemnicze życie neutrin; Fale grawitacyjne bez tajemnic
4.00 Kosmiczna mapa skarbów

NATIONAL GEOGRAPHIC

13.05 Katastrofa w przestworzach
15.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny
16.00 Najdziwniejsze przedmioty
17.00 Burzliwa historia Tudorów: Margaret Pole: Ostatnia z Plantagenetów
18.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu
19.05 Hitler i jego świta (2) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach: Norweski koszmar
21.00 II wojna światowa: Historia przed trybunałem
22.00 Wojna widziana z powietrza
23.00 W obliczu zagłady

BBC EARTH

10.25 Życie na pustkowiu 2
11.25 Skarby przeszłości i ich tajemnice 7 – serial dokum.
12.25 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
13.25 Mroźna planeta – dok.
14.30 W okowach mrozu 10
15.30 Życie na pustkowiu 2
16.30 Cywilizacje: rozkwit i upadek – serial dokum.
17.45 Mroźna planeta – dok.
18.45 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dokum.
19.45 Attenborough i morski smok – film dok., Wlk. Bryt.
20.55 W okowach mrozu 2 – dok.
22.55 Chirurdzy: kwestia życia i śmierci 3 – serial dokum.
0.25 Sekrety długowieczności

WP

11.00 Wariaci za kierownicą 6
12.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (4)
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4 – serial dokum.
15.00 Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver 4 – serial dok.
16.00 Pokochaj lub sprzedaj 6
16.50 Pogoda
17.00 Inspektor Vera 2 (4) – krym.
19.00 Makłowicz w podróży
20.00 Strażacy z sąsiedztwa 3
21.00 Policjanci w akcji 2 (4)
21.50 Pogoda
22.00 Mistrzowie Kabaretu
23.00 Mistrzowie Kabaretu 13
0.00 Mistrzowie Kabaretu 10
0.55 Mistrzowie Kabaretu 5

NOWA TV

8.30 Więzienie – serial dokum.
10.00 Ojciec Brown 4 (41, 42)
12.00 Śmierć pod palmami 6 (42, 43) – krym., Fr./Wlk. Bryt.
14.00 Świat według Kiepskich (515, 516) – serial kom., Polska
15.00 Świat według Bundych 3 (57) – serial komediowy, USA
15.30 Świat według Bundych 4 (58-62) – serial komediowy
18.00 Całkiem nowe lata miodowe (16) – serial kom.
18.30 Miodowe lata (32, 33, 35)
21.00 Zdrady (113) – paradok., Pol.
22.00 Ślad (62, 63, 107) – krym., Pol.
1.00 Łowca pedofilów – dok.
3.00 TV okazje
3.50 Wehikuł czasu

HGTV HOME & GARDEN

10.00 Polowanie na remont
11.00 Botched Homes – pr. rozr.
12.00 Jak mogliśmy kupić ten dom? 2 – program rozrywk.
14.00 Mieszkanie na miarę 2
15.55 Polowanie na ogród 9
18.10 Zgłoś remont – spełniamy marzenia – pr. rozrywk.
19.05 Zgłoś remont 11 – pr. rozr.
20.00 Dorota was urządzi! – rozr.
20.35 Nowa Szelągowska – rozr.
21.35 Poukładani 2 – pr. rozrywk.
22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 – program rozrywkowy
0.40 Remonty Christiny 4 – rozr.
1.40 Kupujemy dom na plaży 29 – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 Nowe życie na wyspie
8.05 Człowiek kontra jedzenie
10.10 Smakuj świat z Pascalem
10.45 Dom na czterech kółkach
12.15 Nowi badacze UFO – dok.
14.20 Człowiek kontra jedzenie
14.55 Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta – serial dok.
17.00 Święte miejsca – serial dok.
19.00 Budowa na końcu świata – serial dokumentalny
20.55 Nagi instynkt przetrwania – serial dokumentalny
23.00 Kobieta na krańcu świata – serial dokumentalny
0.45 Nowi badacze UFO – dok.
2.50 Święte miejsca – serial dok.
4.55 Dziwaczne potrawy – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

9.00 Niezwykły dr Pol
10.00 Rodzinny biznes doktora Pola
11.00 Niezwykły dr Pol
12.00 Planeta gadów – film dok.
13.00 Nadciąga wielka woda
14.00 Afrykańska rzeka widmo
15.00 Drapieżcy z raf koralowych – film dokum.
16.00 Dzika przyroda Europy (3)
17.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy
19.00 Walki zwierząt: Plan ataku
20.00 Afryka: Dom dzikiej przyrody: Witamy w Afryce
21.00 Niezwykły dr Pol (1, 2) – fab.
23.00 Niezwykły dr Pol
2.00 Nadciąga wielka woda

POLSAT VIASAT HISTORY

12.05 1776: niepodległość USA
14.10 Rewolucje, które zmieniły historię
16.30 Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej
17.35 Hiroszima: za kulisami – serial dokumentalny
18.50 Kryminologia starożytności
19.50 Tajemnica grobowca Kleopatry
21.00 Tatuażysta z Auschwitz: historia prawdziwa – dok.
22.05 Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid
23.15 Tajemnice machiny wojennej nazistów
0.20 1776: niepodległość USA

CANAL+ KUCHNIA

15.45 Dzień dobry, śniadanie
16.45 Jamie: Święta z wyprzedzeniem – mag.
17.45 Jamie Oliver: gotuj sezonowo – magazyn kulin.
18.40 Ziemia, ogień i smak – dok.
19.40 Pasta i basta – mag. kulin.
19.45 M jak mięso 10 – mag. kulin.
20.15 Bosacka rusza w Polskę
20.45 Proste smaki – serial dok.
21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 – dok.
22.03 Pasta i basta – mag. kulin.
22.05 Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6 – dok.
23.50 Javier Peña zjada świat

CANAL+ DOMO HD

13.05 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.
14.05 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
15.00 Najlepszy dom w okolicy
16.00 Daleko od miasta 17 – dok.
17.00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dokum.
18.00 Ucieczka na wieś 24 – dok.
19.00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10 – serial dokum.
20.00 Daleko od miasta 11 – dok.
21.00 Najlepszy dom w okolicy
21.55 Cudotwórcy – pod presją
22.50 Projekty marzeń – Nowa Zelandia – serial dokum.

SUPER POLSAT

10.00 Wydarzenia 24
10.30 SuperLudzie – serial dokum.
11.30 Świat według Kiepskich (437-440) – serial kom., Polska
13.30 Farma – reality show, Polska
14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 – reality show, Pol.
16.10 Ninja Warrior Polska
18.00 Świat według Kiepskich (490, 491, 562, 563) – kom.
20.00 Złomiarze – serial dokum.
21.00 Raj dla par – komedia
FILM romantyczna, USA 2009
23.15 Skąd wiesz?
FILM – komedia, USA 2010
1.55 48h. Zaginieni (41, 42)

TVP KOBIETA

13.00 Na dobre i na złe (640)
13.55 Kiedyś to było... – magazyn
14.30 Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2 – mag. kulin.
15.00 Rodzinka.pl (130) – kom.
15.30 Ojciec Mateusz 23 (299, 300) – serial kryminalny
17.25 Podróżnicy – odkrywcy
18.30 Europa da się lubić – nowe pokolenie – pr. rozr.
19.30 Panna młoda (63) – obycz.
20.30 Złoty chłopak (290) – obycz.
21.30 La Promesa – pałac tajemnic (372) – serial obycz.
22.30 Kiedy zakwitną gwiazdy
FILM – film obyczajowy, Kan. 2018

PLANETE+

12.35 Niezwykłe podróże koleją 9 – serial dokum.
13.40 Podróż do wnętrza chmur
14.50 360° Świat bez granic
15.50 Średniowieczne serce Czech i Moraw – serial dok.
16.55 Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią (2) – dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 – dok.
18.40 Zaginiony lot MH370 – dok.
19.45 Wielka rewolucja RNA
20.50 Operacja Barbarossa (1)
22.00 Jak oligarchowie korumpują Zachód – dok.
23.10 Jak wygrać z Ku Klux Klanem – serial dokum.

TVP DOKUMENT

12.10 Saga prastarej puszczy
13.10 Jak pieniądz kształtował świat (2) – film dokumentalny
14.15 Narodziny motyla – dok., Fr.
15.15 Królestwo mokradeł
16.15 Sekrety piramid – dok.
17.10 Świątynie świata
18.15 Tatarzy polscy – telen. dok.
19.05 Buntowniczka nie z wyboru – film dokumentalny, Pol.
20.10 Jak pieniądz kształtował świat (2) – film dokumentalny
21.15 Krainy cudów natury
22.20 Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn
22.30 Paczka do Gruzji – film dok.

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

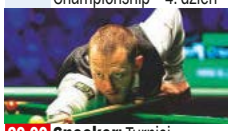
6.10 **Magazyn 2. ligi piłkarskiej** – mag.
6.45 **GOL** – magazyn piłkarski
8.20 **Betclic 1. Liga magazyn**
9.50 **Piłka nożna:** Betclic 1. Liga – mecz: Miedź Legnica – Polonia Bytom
11.55 **Piłka nożna:** STS PP: Avia – Górnik Zabrze **(live)**
14.00 **Kamerą TVP Sport**
14.30 **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje MŚ – mecz: Niemcy – Polska
16.30 **Piłka kobiet** – mag.
17.25 **Piłka nożna kobiet:** Eliminacje MŚ: Polska – Irlandia **(live)**



20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – 1/8 finału: Bayern – Hertha **(live)**
22.45 **Sportowy wieczór**
23.15 **Piłka nożna:** STS PP: Avia Świdnik – Górnik Zabrze
1.20 **Piłka nożna:** STS Puchar Polski – mecz 1/8 finału: Polonia Środa Wlkp. – Sokół Kleczew

EUROSPORT 1

12.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 4. dzień
14.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 4. dzień **(live)**
17.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn
18.15 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom kobiet
19.00 **FIA World Touring Car Cup:** Wyścig w Makau – podsumowanie
19.30 **Snooker:** Turniej UK Championship – 4. dzień



20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 4. dzień **(live)**
23.30 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
0.30 **Skoki narciarskie:** Zawody PŚ w Ruce
1.30 **Snooker:** Turniej UK Championship – 4. dzień

POLSAT SPORT 1

8.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
9.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
13.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
16.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
18.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska: PGE Wybrzeże Gdańsk – Gummersbach **(live)**
20.40 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska – studio **(live)**



20.55 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – mecz 1/8 finału: Inter Mediolan – Genoa CFC **(live)**
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
3.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC

9.00 **Stacyjkowo**
9.30 **Domisie**
10.00 **Figu Migu na planecie Czochras**
10.20 **Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie**
10.45 **Reksio**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 15**
12.25 **Domisie**
13.00 **Zagadki zwierzogromadki**
13.20 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**
14.05 **Bella i Sebastian**
14.35 **Lupin wśród bajek**



14.45 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**
15.35 **Księga Ksiąg 2**
16.05 **Krecio**
16.15 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Super Wings: Strażnicy Świata**

MINIMINI+

6.01 **Rybka MiniMini dodaje odwagi**
6.05 **Moje urodziny**
6.10 **Dora poznaje świat**
6.39 **Dora poznaje świat**
7.33 **Kicia Kocia**
7.40 **Kicia Kocia**
8.30 **Chmurka i Burza**
9.05 **Bing**
9.33 **Baranek Shaun**
10.00 **Pszczółka Maja 2**
11.06 **Staś da radę**
11.13 **Staś da radę**
11.55 **Psi Patrol**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Psi Patrol 2**
13.55 **Moje urodziny**



14.00 **Basia 2**
15.10 **Grand Banda**
15.55 **44 Koty 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.57 **Staś i fajna Babcia**
18.40 **Dora poznaje świat 8**
19.35 **Kicia Kocia 2**
20.25 **Mały Charlie**
21.36 **Zouk 2**

TVN 24

10.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – inf.
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.40 **Czarno na białym**



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

CANAL+ SPORT

11.00 **Football Office** (8)
12.35 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
15.00 **Ligomistrzowe historie** (1)
15.45 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Elche – Atletico
18.00 **LaLiga Highlights**
18.35 **Jazda o złoto. na podsłuchu 2** (2)
19.30 **Premier League Review**
20.30 **Premier League Netbusters**
21.00 **Liga+ Extra**
23.10 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 180
0.15 **Premier League Review**
1.20 **Premier League Netbusters**

EUROSPORT 2

13.30 **Biegi narciarskie:** PŚ w Ruce – 20 km stylem dowolnym mężczyzn i kobiet
15.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
16.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
17.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
19.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
20.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
21.00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
21.30 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
23.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain

POLSAT SPORT 2

11.00 **Piłka nożna:** Copa Libertadores – finał: SE Palmeiras – Estudiantes De La Plata
13.30 **Koszykówka mężczyzn:** PGE Basket Liga: Stal Ostrów Wlkp. – AMW Arka Gdynia
16.00 **Magazyn ligi holenderskiej**
16.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
18.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń: Volley Mulhouse Alsace – VakifBank **(live)**
21.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska – mecz: Wybrzeże – Gummersbach
23.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska

NICKELODEON

8.50 **Harmidom 3**
10.10 **SpongeBob Kanciastoporty 16**
11.30 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
11.50 **Grzmotomocni: Tajniacy**
12.20 **Niebezpieczny Oddział 3**
12.50 **Niebezpieczny Henryk**
13.20 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
14.20 **Harmidom 2**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Marsupilamki**
17.00 **Patryk Rozgwiazda Show**
17.30 **Harmidom 7**
18.25 **Harmidom 4**
19.00 **Niebezpieczny Henryk 4**
19.55 **Niebezpieczny Oddział 2**
20.25 **Grzmotomocni 3**

TELETOON+

8.19 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
8.45 **Gadający Tom i przyjaciele 5**
9.22 **Kung Fu Panda: Legenda o niezwykłości**
9.51 **Ki i Hi w Królestwie Pandy**
10.21 **Angelo rządzi**
10.51 **Siostry 3**
11.25 **Siostry 2**
12.18 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.47 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.40 **Siostry 2**
14.23 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Superpyra**

TVP INFO

15.30 **Serwis Info Dzień**
15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Trójkąt Polityczny**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

6.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet i finał mężczyzn
10.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
12.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
15.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
17.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
19.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet i finał mężczyzn
0.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

11.00 **Bundesliga Clubs**
11.20 **Bundesliga Clubs**
11.40 **Bundesliga Clubs**
12.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SL Benfica – Famalicao
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Torino FC – SS Lazio
18.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – FC Bayern Monachium
20.00 **Ligue 1 Show** (13)
20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: Bayern – Hertha **(live)**
22.50 **Podróż do świata Calcio**
23.25 **Podróż do świata Calcio**
0.00 **Historie Serie A**

POLSAT SPORT 3

6.00 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz finałowy
8.30 **Tenis:** Puchar Davisa – mecz finałowy
11.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
13.30 **Piłka nożna:** Liga włoska
16.00 **Bobsleje:** Zawody Pucharu Świata w Altenbergu
18.30 **Piłka nożna:** Liga holenderska
21.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
23.00 **Magazyn koszykarski**
0.00 **Bobsleje:** Zawody Pucharu Świata w Altenbergu
2.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

8.20 **Tim Rex wśród gwiazd**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.20 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl 2**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.20 **Rubble i jego ekipa 5**
12.50 **Psi Patrol**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
15.15 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
17.00 **Pan Krokodyl 2**
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka**
18.00 **Rubble i jego ekipa 5**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i super-kumple 5**
8.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
9.00 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
10.00 **Blue 3**
11.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Spidey i super-kumple 5**
12.30 **Blue 3**
13.30 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
14.00 **Superkoty**
14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i super-kumple 5**

POLSAT NEWS

10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**
1.25 **Punkt widzenia Szubartowicza**

CANAL+ SPORT 5

8.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga
11.00 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RC Deportivo La Coruna – FC Barcelona
13.15 **Ekstrapaka**
14.20 **Ekstraklasa po godzinach**
15.30 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga
18.10 **Football Office** (7)
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga
22.30 **LaLiga Highlights**
23.20 **Premier League Netbusters**
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Wisła Płock
2.30 **Ligomistrzowe historie** (3)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayer
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AS Roma – AC Monza
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: HSV – FC Bayern Monachium
17.55 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: Stuttgart – Dynamo Drezno **(live)**
20.05 **Podróż do świata Calcio**
20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Borussia M'gladbach – Darmstadt **(live)**
22.55 **Eleven Top Goals**
0.00 **Piłka nożna:** Paris Saint-Germain – FC Lorient

POLSAT PLAY

7.05 **Gwiazdy lombardu**
11.10 **Hardkorowy lombard**
14.10 **Polacy za granicą**
16.10 **Złomiarze**
18.15 **Poszukiwacze historii**
20.10 **1944: Czy alianci powinni byli zbombardować Auschwitz?** – film dokum.
21.35 **Tajna historia XX wieku**
22.00 **Poszukiwacze historii**
22.30 **Militarni**
23.00 **Więzienie**
0.10 **Łowca pedofilów**
1.10 **Więzienie**
2.05 **Złomiarze**
3.10 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Z drugiej ręki**
19.45 **Duda kontra Szafrański**
20.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
21.00 **Wojny samochodowe**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Naprawy nie do naprawy**
23.00 **Kupione, zrobione, sprzedane**
0.00 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Tajemnica wyspy kwiatów** – film obyczajowy, Niemcy 2018
21.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Sprzeciw w imię miłości** – melodramat, Niemcy 2026, reż. Marc Prill
23.40 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.30 **Każdy maluch to potrafi**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Solidarność – narodziny Wolności**
22.15 **Głos serca**
23.00 **Będziesz miłował** – dok.
0.00 **Słowo życia**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

REWOLWER I MELONIK • UMA THURMAN

Nie tylko Panna Młoda

Trudno uwierzyć, że w młodości cierpiała na dysmorfofobię. Nie znosiła swojego wysokiego wzrostu, dużych stóp, mówiła, że jej twarz przypomina pysk ryby. Mimo tych „mankamentów" została ikoną Hollywood.



Choć skończyła 56 lat, nadal zachwyca posągową urodą.



W filmowym remake'u brytyjskiego serialu z lat 60., „Rewolwer i melonik", z Ralphem Fiennesem grają tajnych agentów próbujących odkryć, kto sabotuje pewien projekt meteorologiczny.

Wokół Hollywood



W serialu „Dexter: Zmartwychwstanie" jako Charley – szefowa ochrony tajemniczego miliardera Leona Pratera.

➔ **REWOLWER I MELONIK ŚR 2.12 godz. 20.15 WARNER TV**

Po sukcesie „Pulp Fiction" i dwóch części „Kill Bill" opowiadających o zemście Panny Młodej, Uma Thurman postanowiła na dłuższy czas odejść od kina akcji. Nie chciała być obsadzana w rolach podobnych do tych, które tak bardzo spodobały się publiczności. Marzyła o zupełnie innym repertuarze i chciała udowodnić, że potrafi zachwycać także jako aktorka dramatyczna. I to się jej udało. Występy w filmach Larsa von Triera i świetna rola matki pogrążonej w depresji po śmierci córki w serialu „Chambers" pokazały, że stać ją na wiele. Do kina akcji wróciła w 2025 roku rolą w „Starej gwardii 2". Potem wcieliła się w demoniczną Devorę Kasimer w „Zabójczej poincie", a ostatnio możemy ją oglądać w serialu „Dexter: Zmartwychwstanie".

Marzyła o graniu

Zawsze była trochę inna. Już sam fakt, że jest córką pierwszego Amerykanina wyświęconego na buddyjskiego mnicha i skandynawskiej fotomodelki, która po zakończeniu kariery w modelingu została psychoterapeutką, sprawił, że wyróżniała się na tle rówieśników. Do tego ten wzrost – 181 cm – duże stopy i oryginalna uroda, której sama nie potrafiła zaakceptować. Rówieśnicy nie mieli dla niej litości. Uciekała więc w świat teatru. Brała udział w szkolnych przedstawieniach i szybko zauważono, że ma talent. Ale zanim zaproszono ją przed kamerę, trafiła na wybieg.

Dwukrotnie znalazła się na okładce brytyjskiego „Vogue'a" i wróżono jej wielką karierę w modelingu. Ale ona chciała grać. Zadebiutowała w wieku 17 lat w niezależnym dreszczowcu „Kiss Daddy Goodnight", a już rok później błyszczała w „Niebezpiecznych związkach" u boku Glenn Close i Johna Malkovicha! Potem przyszły kolejne propozycje, aż w końcu zwróciła uwagę samego Quentina Tarantino. To role w jego „Pulp Fiction" i „Kill Bill" zaprowadziły ją na szczyt. Niewiele jednak brakowało, by współpracę z reżyserem, który nazywał ją swoją muzą, przypłaciła życiem… Namówiona przez Tarantino, w jednym z ujęć usiadła za kierownicą starego kabrioletu i… wjechała w drzewo. Do dziś odczuwa skutki urazu kręgosłupa i kolan.

Burzliwe związki

Kariera aktorska przyniosła jej więcej radości niż rozczarowań. W życiu prywatnym już tak różowo nie było. Po raz pierwszy wyszła za mąż jako dwudziestolatka. Jej wybrankiem był starszy o dwanaście lat Gary Oldman. Niestety, już dwa lata później byli po rozwodzie. Brytyjczyk zmagał się z własnymi demonami, a Uma nie miała siły tego znosić. W 1996 roku, na planie „Gattaca – szok przyszłości", poznała Ethana Hawke'a i z miejsca straciła dla niego głowę. Wkrótce się pobrali, a na świat przyszły ich dzieci: Maya i Levon. Ponieważ oboje byli zapracowani, zatrudnili nianię. A ta spodobała się Ethanowi… Do rozwodu doszło w 2005 roku.

Potem był jeszcze burzliwy związek z finansistą Arpadem Bussonem, który zakończył się sądową batalią o wspólną córkę, Lunę. Od kilku lat Uma Thurman mieszka z dziećmi w Nowym Jorku i chyba z nikim się nie spotyka. Ale może jeszcze przyjdzie czas na wielką miłość?!

HANNA MIŁKOWSKA

FOT. East News (2), SkyShowtime



NA DOBRE I NA ZŁE

Dorwać gangstera

NA DOBRE I NA ZŁE
ŚR 2.12 godz. 20.50
TVP 2

Zuzie (Aurora Lipartowska) zacznie palić się grunt pod nogami. Gdy policjanci odkryją, że spotyka się potajemnie z Dawidem, człowiekiem z kryminalną przeszłością, nabiorą pewności, że to ona stoi za porwaniem Ninki. Radek aresztuje ją na oczach zaskoczonej Blanki (Pola Gonciarz). Przerażona Zuza wyzna, że uprowadziła dziecko na zlecenie Sergia, który chce zemścić się na Milewskich. Policjanci postanowią wykorzystać ją do przeprowadzenia prowokacji. Niestety, podczas obławy dojdzie do strzelaniny, w której ranni zostaną Radek i Zuza! Tymczasem Milewscy, świadomi, że Sergio nigdy nie zostawi ich w spokoju, postanowią uciec... **PM**

BLIZNA

Na tropie Pająka

BLIZNA ŚR 2.12 godz. 20.10 ALE KINO+

Genialny programista Simón (Juanlu González) ma szansę zarobić miliony, lecz w kontaktach z ludźmi radzi sobie znacznie gorzej niż z komputerami. Gdy poznaje w sieci Irinę (Milena Radulovic), wierzy, że szczęście nareszcie się do niego uśmiechnęło. Nie wie, że Ukrainka z blizną na twarzy szuka w Hiszpanii zemsty. Tropi Pająka – człowieka odpowiedzialnego za tragedię jej rodziny. Zakochany Simón wplątuje się w rozgrywkę z rosyjską mafią, walczy też o przyszłość swojej aplikacji. Miłość, kłamstwa i wielkie pieniądze napędzają thriller na podstawie powieści Juana Gómeza-Jurado. W roli Jakuba Sandersa, szefa technologicznego giganta, zobaczymy Macieja Stuhra. **MAM**



jadalnia na statku	niegdyś Tokio	grała Magdę Karwowską		imię twórcy psa Pluto	... kapustnik, motyl		trunek gronowy		niewiadoma / sklep z lekami	plac pełen kupców		zjawa		kłuje na łące	
			4	bójka, awantura						na wyższe stanowisko					
ssak z rzędu waleni							zwada o miedzę				7	zamieszanie		rybka akwariowa	
	2			grecka bogini świtu				groźny na morzu		Hugh ..., „Boska Florence”					
deseczka do krycia dachów	francuski kaszkiet		... Pitt, „Tajne przez poufne”	część długu		do mycia naczyń					zaleta, przymiot		1000 kg		z Samotraki
Stanley ..., reżyser							3	ozdoba sufitu						6	
monitor						zwiewny szal				1	... Collette, aktorka				
człowiek ubogi		córka Zeusa		5				zawarcie ślubu przez mężczyznę							
						szubrawiec					japoński alkohol				

1	2	3	4	5	6	7

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

Fot.: Artrama (2), Ale kino+

TVP 1

4.55 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.15 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.35 **Reporterzy** – magazyn reporterów
5.45 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
6.10 **Akacjowa 38** (994) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny, Pol. 2024
8.00 **Serwis Info** – pr. inf., Polska
8.10 **Pogoda Info**
8.35 **Zaraz wracam 3** (182) – serial obyczajowy, Pol. 2026
9.10 **Ranczo 6** (72): Przeciek kontrolowany – serial obyczajowy, Polska 2012 (patrz obok)
10.10 **Komisarz Alex 2** (25) – serial kryminalny, Polska 2012
11.05 **Ojciec Mateusz 26** (338) – serial kryminalny, Pol. 2021
12.00 **Serwis Info** – pr. inf., Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.35 **Magazyn rolniczy**
13.00 Natura w Jedynce: **Dzikie korytarze** (2) – serial dokumentalny, Francja 2022
14.00 **Splątane losy** (100) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Reporterzy** – magazyn reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (1083) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Klan** (4788) – telenowela, Polska 2026
18.40 **Akacjowa 38** (1011) – telenowela, Hiszpania 2018 (patrz obok)
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



9.10 OBYCZAJOWY

Ranczo 6 (72)

Więcławska i Hadziukowa próbują zatrudnić do ochrony domu weselnego Francescę. Obecność znającej tango Włoszki ubarwia imprezy. Lucy stara się rozwiązać problem bezpańskich psów. Kusy (Paweł Królikowski, zdj.) chce wprowadzić radykalne zmiany w lokalnej edukacji. **60 min**



18.40 TELENOWELA

Akacjowa 38 (1011)

Raul postanawia, że w końcu musi się zmienić. Wspiera Servanda w naprawie krzeseł, a także czyści piecyk na poddaszu, co sprawia ogromną radość jego matce, Carmen. Samuel (Juan Gareda, zdj.) zabrania księdzu Telmo rozmowy z Lucią, uniemożliwiając mu wyjaśnienie, że jej nie skrzywdził. **50 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Słoneczna. Poza ciszą** (8) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.05 Wieczór z gwiazdami:
FILM **Rocky 3** – dramat obycz., USA 1982, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Mr. T, Talia Shire, Burt Young (patrz obok)
22.55 **Sztafeta zmiany. Tour the Konstytucja** – film dokumentalny, Polska 2025
0.00 **Fin del Mundo?**
FILM – czarna komedia, Polska 2023, reż. Piotr Dumała, wyk. Stanisław Brudny, Helena Norowicz
1.30 **Morderstwa w Chartres**
FILM – film kryminalny, Francja 2025, reż. Sandrine Cohen
3.10 **Dzieci i ryby** – komedia
FILM obyczajowa, Polska 1996, reż. Jacek Bromski ▶ 4.50



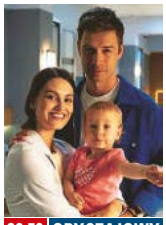
21.05 DRAM. OBYCZ.

Rocky 3

Po porażce na ringu z bezwzględnym Langiem (Mr. T) Balboa (Sylvester Stallone, zdj.) traci tytuł mistrzowski. Pomaga mu dawny rywal, Apollo Creed (Carl Weathers), pod którego okiem teraz trenuje. **110 min**

TVP 2

4.35 **Na dobre i na złe** (984): Kijem Wisły nie zawrócisz, proszę pana – serial obyczajowy, Polska 2026
5.35 **M jak miłość** (1893) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.25 **Pożyteczni.pl** – magazyn
6.50 **Barwy szczęścia** (3452) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.50 **Gwiazdorska kuchnia Ani 5** (58) – magazyn kulinarny, Polska 2026
Anna Strażyńska zabiera widzów do świata kulinarnych inspiracji i pokazuje, jak łączyć tradycję z nowoczesnością. Wyrusza do gwiazd, artystów i przyjaciół, którzy potrzebują wsparcia w kuchni. **40 min**
12.30 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
13.15 **Panna młoda** (263) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.10 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (963): Guru – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (532) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
15.50 **Domowe patenty 3** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (264) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Cihan kategorycznie zakazuje Hancer kontaktów z Melihem. Mukadder naciska na Nusreta, żądając, by pozbył się dziewczyny. Engin i Beren przekonują Gülsüm, by pomogła im w sprawie Beyzy. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3452) – serial obyczajowy, Polska 2026



20.50 OBYCZAJOWY

Na dobre i na złe (1007)

Policja ustala, że Zuza spotkała się z Dawidem Rapackim, mężczyzną z półświatka. Tymczasem Blanka (Pola Gonciarz, zdj.) i Mario (Marcin Korcz, zdj.) zabierają ze szpitala Ninę i potajemnie planują wyjazd z kraju, nie mówiąc o niczym nawet Tretterowi. **60 min**



21.50 FAB.-DOKUM.

Na sygnale (965)

Alek i Romek jadą na wezwanie do leśnego obozu, gdzie zastają dziewczynę z objawami zatrucia neurotoksyną. Po interwencjach Artur wpada z wizytą do Nowego. Britney (Paulina Zwierz, zdj.) nie kryje zaskoczenia, kiedy dowiaduje się, że Sonia (Natalia Rewieńska, zdj.) zaprosiła na kolację doktora Bociana. **30 min**

20.05 **Barwy szczęścia** (3453) – serial obyczajowy, Pol. 2026
20.40 **Przepis dnia** – magazyn kulinarny, Polska 2025
20.50 **Na dobre i na złe** (1007): Tyle samo prawd, ile kłamstw – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
21.50 **Na sygnale** (965) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
22.20 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
23.20 **Wszystko albo nic**
FILM – komedia romantyczna, Czechy/Słowacja/Polska 2017, reż. Marta Ferencová, wyk. Tatiana Pauhofová, Klára Issová, Michał Żebrowski, Lubo Kostelný (patrz obok)
1.20 **Peaky Blinders 5** (25) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
2.25 **Sen o Warszawie** – film dokumentalny, Polska ▶ 4.20



23.20 KOMEDIA

Wszystko albo nic

Linda (Tatiana Pauhofová, zdj.) prowadzi księgarnię. Pewnego dnia poznaje czarującego dewelopera Jakuba (Michał Żebrowski). Wkrótce wychodzi na jaw, że nie jest on tym, za kogo się podaje. **120 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.20 **Trudne sprawy** (1147) – serial paradokumentalny, Polska 2022
9.20 **Dlaczego ja?** (852-854) – serial paradokumentalny, Polska 2018
Dziwne, ryzykowne zachowanie Marcina wzbudza niepokój rodziny. Mężczyzna umyślnie doprowadza do stłuczki podczas egzaminu na prawo jazdy i trafia do szpitala. Tam jego córka dowiaduje się, że przemiana ojca to skutek zażywania sterydów. **180 min**
12.20 **Gliniarze** (1076-1078) – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1155): Ciepłe kraje – serial paradokumentalny, Polska 2026 (patrz obok)
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (3): Na wyciągnięcie ręki – serial kryminalny, Polska 2026
Nocą, przy autostradzie, dochodzi do strzelaniny. Policja znajduje ciężarówkę z ciałem kobiety. Ukrainiec ujawnia planowany transport metamfetaminy. Kowalski bada powiązania Pilarskiej z groźnym gangsterem. **65 min**
18.00 **Pierwsza miłość** (4299) – serial obyczajowy, Polska 2026
Eliza czuje, że zła passa mija. Prawnik przekazuje jej zaskakujące wieści z prokuratury, a Świder robi kobiecie niespodziankę. Kochański zaprasza Maję i Radka na kolację. Dochodzi do niezręcznej sytuacji. Lucynka wciąż przebywa na Podlasiu. **50 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



15.55 PARADOKUM.

Gliniarze (1155)

Uboga para zgłasza porwanie syna. Sprawcy żądają okupu, którego bliscy nie są w stanie zapłacić. Na jaw wychodzą fakty rzucające nowe światło na sytuację rodziny. Olgierd Mazur (Arkadiusz Krygier, zdj.) i inni policjanci zastanawiają się, dlaczego uprowadzono nastolatka. **60 min**



20.35 KOMEDIA

Baby boom, czyli Kogel Mogel 5

Świeżo upieczona doktorantka Agnieszka (Aleksandra Hamkało, zdj.) zachodzi w ciążę. Przyjście na świat małego Kuby będzie prawdziwym wyzwaniem dla jej związku. Marcinowi (Nikodem Rozbicki, zdj.) nie jest łatwo odnaleźć się w roli ojca. Niebawem przerażony mężczyzna znika. **105 min**

20.35 Komediowa środa: **Baby boom, czyli Kogel Mogel 5**
FILM – kom., Polska 2024, reż. Anna Wieczur, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało, Nikodem Rozbicki (patrz obok)
22.20 **Ted 2** – komedia, USA 2015,
FILM reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg, Amanda Seyfried, Jessica Barth, Patrick Stewart (patrz obok)
Kontynuacja komedii Setha MacFarlane'a. Twórca nie tylko ponownie zasiadł na krześle reżysera, ale też kolejny raz użyczył głosu tytułowemu bohaterowi. **155 min**
0.55 **Gorący towar**
FILM – komedia kryminalna, USA 2013, reż. Paul Feig
3.30 **Nasz nowy dom** (343) – reality show, Polska 2025



22.20 KOMEDIA

Ted 2

Pluszak pragnie mieć dziecko z Tam-Lynn (Jessica Barth). Wcześniej musi dowieść w sądzie, że jest pełnoprawnym członkiem społeczeństwa. Wspiera go przyjaciel John (Mark Wahlberg). **155 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1550) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (12) – program rozrywk., Pol. 2024
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (36) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.30 Kuchenne rewolucje (3, 5) – program rozrywkowy, Pol. Jolanta i Vlado otworzyli w Tomaszowie Mazowieckim lokal Smaczne...go. Gości brakuje, być może z powodu tradycyjnych polskich obiadów w menu, które oferuje również konkurencja. **130 min**
13.40 Ukryta prawda (1730-1732) – serial paradokumentalny, Polska 2025 (patrz obok)
16.50 Szpital św. Anny (100) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na kardiologię trafia mężczyzna z objawami zawału. Kaja rozpoczyna zabieg udrożnienia tętnicy. Dochodzi do awarii prądu. W trakcie operacji, chemioterapii i na neonatologii gaśnie światło. Lekarki muszą działać natychmiast. **65 min**
17.55 Detektywi (166) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Marta zwraca się z prośbą do śledczych o odnalezienie męża. W trakcie dochodzenia Jakub Kwaśniewicz odkrywa w mieszkaniu list z pogróżkami. Trop prowadzi detektywów do firmy, której logo widniało na kopercie. **65 min**
19.00 Fakty
19.35 „Top Model" – przed finałem (1) – program rozrywkowy, Polska 2026
19.40 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów



13.40 PARADOKUM.

Ukryta prawda (1730-1732)
Judyta, pracownica banku i żona Krzysztofa, czuje się przytłoczona monotonią codzienności. Podczas wyjścia z przyjaciółką Anetą zaczyna flirtować z młodszym od siebie barmanem Erykiem. Wkrótce postanawia nawiązać z mężczyzną bliższy kontakt. **190 min**



20.50 REALITY SHOW

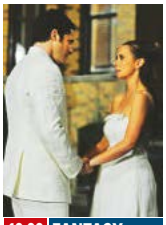
Top Model (14-ost.)
Uczestnicy stają w finale przed ostatnim poważnym wyzwaniem. **95 min**



TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (17, 18): Florence Italy; Francuski numer – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (9, 10): Zmartwychwstanie – część 1; Zmartwychwstanie – część 2 – serial sensacyjny, Niemcy 2013
10.00 Zaklinaczka duchów 4 (85) – serial fantasy, USA 2009 (patrz obok)
11.00 Kotka (85) – telenowela, Meksyk 2014
12.00 Mój grzech (22) – serial obyczajowy, Meksyk 2009
Renata musi zostać na obserwacji w szpitalu. Rosario nie wierzy w jej próbę samobójczą. Gabino dowiaduje się o spowiedzi Justiny. Potwierdza jej słowa u ojca Matiasa. **60 min**
13.00 Wspaniałe stulecie (58) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 Rodzinny interes 2 (51): Komornik – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (314, 315) – serial obyczajowy, Polska 2020
17.00 Rodzinny interes 2 (52): Historyczny dzień – serial obyczajowy, Polska 2019
Aktorzy z planu kręconego nieopodal filmu historycznego przybywają do warsztatu. Proszą o naprawienie motocykla z czasów II wojny. Wkrótce okazuje się, że zaginął artysta grający rolę Niemca. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1045, 1010) – serial obyczajowy, Polska 2026
Eleonora, śpiewaczka operowa, zatrzymuje się u Barskich przed koncertem. Jej próby głosu wywołują zamieszanie. Antek, były pięściarz, dostaje szansę na powrót, gdy spotyka dawnego trenera. **120 min**



10.00 FANTASY

Zaklinaczka duchów 4 (85)
Ciężarna Melinda (Jennifer Love Hewitt, zdj.) przygotowuje się do ślubu. Kobieta martwi się o bezpieczeństwo swojego nienarodzonego dziecka, gdy zaczynają ją dręczyć koszmary senne. Wkrótce też nawiedza ją tajemniczy duch dziewczynki. **60 min**



20.00 SENSACYJNY

Nocny łowca
Emerytowany sędzia Cooper (Ben Kingsley) i detektyw Marshall (Henry Cavill, zdj.) zatrzymują seryjnego mordercę. Aresztowanie psychopaty nie oznacza jednak końca tej sprawy. **120 min**

TVN 7

DVB T2

5.15 Ten moment (49) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.50 Szkoła (620-622) – serial paradokumentalny, Polska 2018
8.40 Ukryta prawda (1442, 1650, 1651) – serial paradokumentalny, Polska
11.45 W-11 – Wydział Śledczy (848-850) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
Anna Potaczek i Maciej Dębosz prowadzą śledztwo dotyczące morderstwa kierowcy. Początkowo policja łączy tę zbrodnię z serią ataków na taksówkarzy... **125 min**
13.50 Detektywi (224) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Jakub Nowacki i Paweł Drawicz poszukują szesnastoletniej Kai. Niebawem ktoś włamuje się do pokoju zaginionej dziewczyny i kradnie jej laptop. Przyjaciółka nie przyznaje się do rozpoznania włamywacza. **65 min**
14.55 Szpital św. Anny (186) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
15.55 Ukryta prawda (1237) – serial paradokumentalny, Polska 2021
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (8, 9): Wielka miłość; Ksiądz – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019 (patrz obok)
19.00 Ukryta prawda (1485) – serial paradokumentalny, Polska 2023
Marta i jej mąż są właścicielami gospodarstwa. Mężczyzna nie może pracować, ponieważ nadwyrężył sobie kręgosłup. Między nim a 17-letnią córką Mileną ciągle dochodzi do kłótni. Ojciec uważa, że dziewczyna powinna zająć się nauką. **60 min**



14.55 OBYCZAJOWY

Szpital św. Anny (186)
W bazie pogotowia lotniczego Marta, Gośka i Sokół otrzymują wezwanie do mężczyzn zaskoczonych burzą na szlaku w Ojcowie. Jeden zostaje rażony piorunem, drugi spada ze skał. W szpitalu Wroński (Jakub Świderski, zdj.) mierzy się z cięciami budżetu. **60 min**



17.00 FAB.-DOKUM.

Sędzia Anna Maria Wesołowska (8, 9)
Krystian jest oskarżony o doprowadzenie 14-letniej Moniki do obcowania płciowego. Zarówno on, jak i jego partnerka utrzymują, że chcą być razem. **120 min**

REKLAMA

Reutter
W APTEKACH I ZIELARNIACH
NA PROBLEMY GARDŁOWE DLA CAŁEJ RODZINY – DOBRY WYBÓR!

20.10 „Top Model" – przed finałem (2) – program rozrywkowy, Polska 2026
20.15 Na Wspólnej (4322) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Top Model (14-ost.) – reality show, Pol. 2026 (patrz obok)
22.35 Jestem legendą FILM – film s.f., USA/Australia 2007, reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, Alice Braga, Charlie Tahan, Salli Richardson, Willow Smith, Darrell Foster (patrz obok)
0.50 Szpital św. Anny (130, 131) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.45 Uwaga! – magazyn reporterów
3.05 Młode gliny (69, 70) – serial kryminalny, Polska 2026
5.05 Jak to jest zrobione? (19) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2018



22.35 FILM SF

Jestem legendą
Mieszkańcy Nowego Jorku zostają zarażeni wirusem, który zmienia ich w krwiożercze bestie. Naukowiec Robert Neville (Will Smith, zdj.) jako jedyny jest odporny na infekcję. Poszukuje szczepionki. **135 min**

20.00 Nocny łowca – FILM film sensacyjny, Kanada/USA 2018, reż. David Raymond, wyk. Henry Cavill, Brendan Fletcher, Alexandra Daddario, Ben Kingsley (patrz obok)
22.00 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia FILM – dramat s.f., USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid, Taylor St. Clair (patrz obok)
1.00 Dorwać gringo FILM – dramat sensacyjny, USA 2012, reż. Adrian Grunberg
3.00 Dzielnica strachu (6): Decyzja życia – serial kryminalny, Polska 2021
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1041) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Dzielnica strachu (9) – serial kryminalny, Pol. 2021



22.00 DRAMAT SF

Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia
Mija rok od czasu, kiedy Katniss (Jennifer Lawrence, zdj.) i Peeta (Josh Hutcherson) wygrali krwawy turniej. Teraz zostają zmuszeni do ponownej walki o życie. **180 min**

20.00 Na bank się uda – komedia FILM kryminalna, Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel, Lech Dyblik, Adam Ferency, Maciej Stuhr (patrz obok)
22.20 Jack Reacher: Nigdy nie wracaj FILM – film sensacyjny, USA/Chiny 2016, reż. Edward Zwick
0.50 Głupcy O FILM – dramat obyczajowy, Polska/Rumunia/Niemcy 2022, reż. Tomasz Wasilewski
Marlena (Dorota Kolak) żyje w pozornie udanym związku. Kiedy przejmuje opiekę nad ciężko chorym synem, życie pary się rozpada. **145 min**
3.15 Prawdziwy horror 3 (8) – serial dokumentalny, USA 2016
4.15 Fachowcy 2 (2) – paradok., Polska 2018



20.00 KOM. KRYM.

Na bank się uda
Eryk (Marian Dziędziel, zdj.) i dwaj inni seniorzy napadają na bank. Policja ustala jednak, że nic nie zginęło. Prokurator (Maciej Stuhr) ściąga do pomocy w dochodzeniu zresocjalizowanego hakera. **140 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

TVP 3

8.05 **Reporterzy** – mag.
8.25 **Kryminalna siódemka**
8.40 **Wykrywacz kłamstw**
9.05 **Witaj w klubie** – cykl fel.
9.30 **Jedzenie ma znaczenie**
10.00 **Złoty chłopak** (294)
11.00 **Zielnik regionalny**
11.30 **Lecę za miłością** (18)
12.00 **Telekurier** – mag., Polska
12.30 **Górna półka smaku**
13.00 **Agrobiznes** – mag.
13.30 **Daję słowo – Maciej Orłoś** – talk-show
14.30 **Program informacyjny 14.30**
15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bożego** – pr. religijny
15.20 **Serwis Info Dzień** – inf.
15.30 **Program lokalny**
19.30 **Całkiem niezła historia**

TVP POLONIA

14.05 **Turystyczna jazda**
14.25 **Kiedyś to było...** – mag.
15.00 **Serwis Info** – pr. inform.
15.10 **Vito odkrywa Polskę** (3) – cykl reportaży, Polska
15.40 **Przez pamięć i zapomnienie** (13)
16.05 **Moda na język polski** (75) – magazyn
16.30 **Barwy szczęścia** (3421)
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Gra słów. Krzyżówka**
17.50 **Teleexpress Extra** – inf.
18.15 **Polki w Gruzji** – reportaż
18.45 **Panorama**
19.20 **Niezwykłe miejsca**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – pr. publ.
20.10 **Sport, Pogoda**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu** (15, 16) – serial sensacyjny
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (138) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (780-782) – serial obycz.
11.55 **Uroczysko** (3, 4) – serial krym., Polska 2023-2024
13.00 **Trudne sprawy** (904-906) – paradok., Pol.
16.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (446, 497) – reality show, Polska
18.00 **Policjantki i Policjanci** (1374, 1375) – obycz., Pol.
20.00 **Uroczysko** (213, 214) – serial kryminalny, Polska
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (159) – serial kryminalny, Polska 2026

PULS 2

11.10 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
11.35 **Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27** – serial anim.
12.00 **Lwia Straż** – serial anim.
13.00 **Nowe przygody Kubusia Puchatka**
13.35 **Smerfy** – serial anim.
14.00 **Baranek Shaun 6**
14.35 **Marta mówi 2** – anim.
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6** – anim.
16.00 **Koci domek Gabi**
17.00 **Fineasz i Ferb** – anim.
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru 2** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści**
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 19** (1065)

TVP ROZRYWKA

5.40 **Zakochaj się w Polsce** (55, 56) – magazyn
6.45 **Gra słów. Krzyżówka** – telet., Polska 2019-2026
7.15 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
8.20 **Familiada** – teleturniej
8.50 **Va banque** – teleturniej
9.25 **Koło fortuny** – telet., Pol.
10.00 **Makłowicz w podróży**
10.40 **Postaw na milion**
12.30 **Familiada** – teleturniej
13.05 **Zmiennicy** (7) – kom.
14.05 **Rodzinka.pl** (284) – kom.
14.35 **The Voice of Poland 17** (17) – widowisko, Polska
17.25 **Va banque** – teleturniej
18.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
18.40 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny

TTV HD

7.35 **DeFacto 14** (16, 17)
8.30 **Kartoteka** (1, 2)
10.35 **Detektywi** (224, 225)
12.35 **Zakup w ciemno 3** (18)
13.35 **Zakup w ciemno 8** (14)
14.35 **Nic do ukrycia** (2) – dok.
15.35 **Gogglebox. Przed telewizorem 23** (4)
16.45 **Express, Pogoda** – inf.
17.03 **Raport smogowy** – inf.
17.05 **Sport**
17.10 **Ukryta prawda** (1682)
17.45 **Życie na kredycie 6** (9, 10) – reality show, Pol.
18.40 **Żony Podlasia** (2) – dok.
19.45 **Express, Pogoda** – inf.
20.05 **Zakup w ciemno 8** (15)
21.05 **Zakup w ciemno extra 3** (11) – reality show
21.45 **Express, Pogoda** – inf.

MAGAZYN



19.45 Kryminalna siódemka
W programie prezentowane są głośne sprawy kryminalne. Widzowie zobaczą brawurowe akcje policji, zagadkowe procesy oraz widowiskowe pościgi. **15 min**

20.00 **Dziennik regionów**
20.13 **Gość Regionów** – publ.
20.30 **Telekurier** – mag., Polska
21.00 **Program lokalny**
22.00 **Dziennik regionów**
22.30 **Złoty chłopak** (295)
23.30 **Kryminalna siódemka**
23.55 **Panorama**
0.25 **Program informacyjny 19.30**
1.15 **Dziennik regionów**

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

OBYCZAJOWY



20.25 Cisza nad rozlewiskiem (5, 6) – Polska 2014
Róża chce poznać tajemnicę Mirki. Wykrada Maciejowi klucze do jej mieszkania i udaje się na miejsce. Marysia i Krzysztof przygotowują dom przed narodzinami dziecka. **105 min**

22.10 **Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.
22.45 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of** (12) – pr. rozr., Pol. 2025
23.15 **Panorama**
23.45 **Sekielski wieczorową porą** – program publicyst.
0.40 **Dziennik regionów** – program informacyjny
1.00 **Pan Mama** (22) – kom.

KRYMINALNY



22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1042) – Polska 2026
Załoga znajduje zwłoki opiekunki zaginionych dzieci. Ukamienowano ją w lesie. Paulina i Jagiełło wyjaśniają zabójstwo bogatego dewelopera. Trop prowadzi do klubu hazardowego, gdzie miał długi. **60 min**

23.05 **Hanna** – thriller, USA/
FILM Wlk. Bryt./Niemcy 2011
1.35 **Opowiem ci o zbrodni** (3) – serial dok., Pol. 2018
2.00 **Love Island. Wyspa miłości** (12)
3.25 **Lubię disco!** (311) – muz.
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

THRILLER



21.00 Pasażer – USA/Aruba
FILM 2002, reż. Bob Misiorowski
Agent Kristoff (Jean-Claude Van Damme, zdj.) eskortuje kobietę, która przewozi próbkę śmiertelnego wirusa. Podróżują pociągiem. Skład zostaje zaatakowany przez grupę terrorystów. **115 min**

22.55 **Zabójca** – sens.,
FILM Korea Południowa 2022
1.00 **Lombard. Życie pod zastaw 3** (103, 142) – serial obycz., Pol. 2018
3.00 **Lombard. Życie pod zastaw 8** (366, 367) – serial obycz., Pol. 2021
5.00 **Lombard. Życie pod zastaw 6** (266) – serial obyczajowy, Polska 2020

KULINARNY



19.10 Okrasa łamie przepisy
Prowadzący przygotuje filety z okonia morskiego podane z sosem z roszponki, jabłek i orzechów. Następnie zrobi makrelę z sosem z jabłek, młodych cebulek i buraczków. **35 min**

19.45 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
20.25 **Postaw na milion**
22.10 **Rodzinka.pl** (119) – kom.
22.45 **Rolnik szuka żony 13** (12) – telen. dok., Pol. 2026
23.55 **Kabaret. Super Show Dwójki 3** (26) – rozr., Pol.
1.00 **Koło fortuny** – telet., Pol.
2.15 **Do śmiechu!** (88, 40)
4.05 **Hity wszech czasów** (12) – magazyn muzyczny

ROZRYWKA



22.00 Ciężarówką przez pół świata (5) – Polska
Dawid Andres (zdj.) w drodze do Stambułu odwiedza Batumi. Miasto zaskakuje go nowoczesną zabudową i kasynami. Po przekroczeniu granicy kierowca rusza wzdłuż wybrzeża. **60 min**

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 25** (14) – pr. rozrywk., Pol. 2026
0.20 **Fachowcy** (17) – serial paradokumentalny, Pol.
1.05 **Nasi w mundurach 4** (9)
2.05 **Dobra robota** (2) – dok.
3.05 **Detektywi. Na zlecenie 4** (8, 9) – serial fab.-dok., Polska 2018
4.30 **Dobra robota 3** (5)

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK **17.10** Telenowiny **17.35** Moda na język polski **18.00** Grajmy swoje **18.10** Panorama łomżyńska **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu" **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Polacy na medal **21.00** Przegląd suwalski **21.20** Gość „Obiektywu" **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ **17.30** Samorządni **18.15** Pokochaj Grudziądz **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Wilczy apetyt **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK **17.30** W ogrodzie i zagrodzie **17.50** Raport gospodarczy **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Droga **21.00** Tedëjo **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE **17.18** Dzień z bliska **18.00** Papyn pyto **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności

KRAKÓW **16.46** Prosto z lasu **17.05** Kadry z przeszłości. Archiwum TVP Kraków **17.20** Dyro **17.50** Technikon ESA **18.00** Ekspert ZUS odpowiada **18.09** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.16** Spichlerz smaków **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.21** Bezbłędnie **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN **16.50** Miłego popołudnia **17.55** Zdarzenia **18.10** Murale w mieście zaklęte **18.30** Panorama lubelska **19.00** Magazyn sportowy **19.15** Okiem kierowcy **21.02** NAuKA **21.15** Gość „Panoramy" **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ **17.06** Bezpieczne Łódzkie **17.15** Łódź światłoczuła **17.30** Strefa biznesu **17.45** Samorządni **18.15** Ale to już było **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Szlakiem filmowej Łodzi **19.20** W archiwach **21.00** Na wschód od Łodzi **21.15** Ostatni mistrzowie **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ **17.29** Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **19.00** Rozmowa dnia **19.14** Reportaż TVP Poznań **21.02** Opowieści stąd **21.18** Nasz sportowy fyrtel **21.30** Teleskop

RZESZÓW **17.30** Zakamarki przeszłości **17.56** Dokument w TVP Rzeszów **18.30** Aktualności **18.59** Kwartet **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN **17.30** Prywatne życie zwierząt **18.00** Natura bez granic 2 **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Świat na cztery łapy **21.00** Wokół nas **21.14** Blisko siebie. Magazyn ukraiński **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA **17.01** Dobrego dnia **17.31** Dobrego dnia **17.45** Lekcja pamięci **18.00** Zawsze na temat **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **19.04** Reagujemy **21.00** Zawsze na temat **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW **17.15** Magazyn Dolnośląski **17.29** Przyszłość jest teraz **17.47** Region dialogu **18.02** Region ma głos **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów" **19.11** Szlachetne zdrowie **21.02** Pamięć Miasta **21.16** Rozmowa „Faktów" **21.30** Fakty

TVP HD

8.55 **Ojciec Mateusz 13** (165, 166) – krym., Pol. 2015
10.45 **Gra słów. Krzyżówka**
11.20 **Na sygnale** (946, 947)
12.25 **Ojciec Mateusz 17** (224)
13.20 **Komisarz Alex 14** (169)
14.15 **Ranczo 5** (62, 63) – obycz.
16.10 **Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2** – mag. kulin.
16.40 **Operacja zdrowie** – mag.
17.10 **Okrasa łamie przepisy**
17.45 **Makłowicz w podróży**
18.20 **Ojciec Mateusz 6** (73)
19.20 **Ranczo 9** (110) – obycz.
20.10 **Rodzinka.pl** (298, 299)
21.25 **Ojciec Mateusz 33** (423)
22.20 **Donnie Brasco** – film
FILM kryminalny, USA 1997
0.40 **Morderstwa w Figeac**
FILM – film kryminalny, Fr. 2022
2.25 **Między pokoleniami**

TVP KULTURA

11.55 **Chick Corea – w służbie muzyki** – film dokum., USA
13.40 **Czterdziestolatek** (15)
15.00 **Braciszek** – film obyczajo-
FILM wy, Polska 2007
16.50 **Daleko od szosy** (4)
18.15 **Kolekcja** – cykl felietonów
18.30 **Informacje kulturalne**
18.55 **Rawhide 4** (108) – przyg.
20.00 **Zupa nic** – komediodra-
FILM mat, Polska 2021
21.40 **Wstęp do spektaklu**
21.50 **What the Body Does Not Remember** – widowisko
22.55 **Zniknąć bez śladu** – dok.
0.25 **Prosta przyjaźń**
FILM – komedia, Francja 2023
2.05 **Koty to dranie** – film
FILM obyczajowy, Polska 1978
3.10 **Porozmawiajmy szczerze** – magazyn kult.

ANTENA HD

9.35 **Pokochaj lub sprzedaj – Finlandia 3** (1) – dok.
10.35 **Zakazana miłość** (36, 37)
12.35 **77 TV 4** (8) – pr. rozr., Polska
13.35 **Wojny kontenerowe 2** (7) – serial dokumentalny
14.05 **Złapać przemytnika** (36)
15.05 **Australijscy poszukiwacze złota 5** (9)
16.05 **Klątwa Wyspy Dębów 3** (10, 11) – reality show, USA
18.00 **77 TV 5** (26, 28) – rozr., Pol.
20.00 **Kryminalny duet 3** (23)
21.10 **Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 9** (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
23.30 **Detektywi z Nicei 8** (1) – serial kryminalny, Francja 2014
0.45 **Co Polak potrafi na drodze? 2** (4, 5) – rozr.

TV 6

6.00 **Więzienie** (154, 155) – dok.
6.55 **Policjantki i Policjanci** (913, 914) – serial obycz.
8.55 **48h. Zaginieni** (102-106) – serial kryminalny, Polska
13.55 **Policjantki i Policjanci** (1302) – serial obycz., Polska
14.55 **Uroczysko** (250, 251)
16.00 **Strażnik Teksasu** (22, 23, 17, 18) – serial sens.
20.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (193, 194) – serial krym., USA/Kanada
22.00 **Mentalista 2** (40) – krym.
23.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (814, 815) – serial kryminalny, Polska
1.00 **Kości** (233, 234) – krym.
3.00 **Cobra Kai** (2) – serial przyg.
3.35 **Septagon** (67, 68) – krym.
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

BBC FIRST

10.40 **Ojciec Brown 13** (4, 5)
12.40 **London Kills 2** (1) – krym.
13.40 **Tajemnice Majorki** (2)
14.30 **Morderstwa w Midsomer** (2) – krym.
15.20 **Detektyw z Chelsea** (2)
16.15 **Tajemnice Brokenwood 3** (2) – krym.
18.00 **Morderstwa w Midsomer 18** (5)
19.55 **Śmierć pod palmami 4** (7) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 **Morderstwa w Midsomer 26** (1) – serial krym., Wlk. Bryt.
22.45 **Agatha Christie: Tommy i Tuppence** (2) – krym.
23.45 **Ludwig** (2) – serial krym.
0.50 **McDonald i Dodds** (2)

ROMANCE TV

9.20 **Zakonnica i komisarz**
FILM – kom. krym., Niemcy 2006
11.15 **Toni – akuszer.**
FILM **Ucieczka z gniazda** – komedia, Niemcy 2021
13.05 **Rosamunde Pilcher:**
FILM **Kiedy cię odnajdę** – film obyczajowy, Niemcy 2023
15.00 **O, mamma mia!**
FILM – komedia, Niemcy 2012
17.05 **Górski lekarz** (3, 4)
19.00 **Górscy ratownicy** (137)
20.00 **Kryminał z Bolzano** – film
FILM kryminalny, Niemcy 2019
21.55 **Przepisy na miłość i zbrodnię** (9, 10) – krym.
23.50 **Górscy ratownicy** (137)
0.50 **Kryminał z Bolzano** – film
FILM kryminalny, Niemcy 2019

COMEDY CENTRAL

8.55 **The Office PL 2** (5, 6)
9.55 **Przyjaciele** (23, 24) – kom.
10.55 **Przyjaciele 2** (1, 2) – kom.
11.55 **Teoria wielkiego podrywu 4** (11-16) – kom.
14.30 **Dwóch i pół** (3-6) – kom.
16.30 **Przyjaciele 2** (3-6) – kom.
18.30 **The Office PL 2** (7, 8)
19.35 **Duchy** (7, 8) – serial fantasy
20.35 **Teoria wielkiego podrywu 8** (15-17) – kom.
22.00 **The Office PL 4** (9, 10) – serial komediowy, Polska
23.05 **Comedy Club 4** (2, 3)
0.05 **Miasteczko South Park 16** (4, 5)
1.00 **Pracoholicy 5** (6, 7) – kom.
2.00 **Śmieszniej nie będzie 6** (5, 6) – pr. rozr., Wlk. Bryt.

TVN FABUŁA

9.50 **Młode gliny** (63) – krym.
10.55 **Magda M. 3** (3) – obycz.
11.55 **Prawo Agaty 3** (13)
12.55 **Prawo Agaty 4** (1) – obycz.
13.55 **Młode gliny** (64) – krym.
14.55 **Detektywi** (740, 741)
16.05 **Na Wspólnej** (194, 195) – serial obycz., Polska 2003
17.10 **Magia kina** – program kult.
17.35 **Motywy filmowe** – mag.
17.50 **Starcie tytanów**
FILM – film fantasy, USA 2010
20.00 **Godziny szczytu**
FILM – komedia sens., USA 1998
22.10 **Godziny szczytu 2**
FILM – komedia sens., USA 2001
0.00 **Złoto dla zuchwałych**
FILM – komedia wojenna, USA/Jugosławia 1970

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (8) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży
8.00 **Robert Makłowicz** (136, 145) – mag. kulin.
9.50 **Vera 5** (3) – serial krym., Wielka Brytania 2015
12.00 **MacGyver** (22, 1) – serial sensacyjny, USA/Kanada
14.00 **Katastrofy w przestworzach** (7, 5, 2, 3) – serial dokum.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (32, 33) – reality show, Kanada 2013
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (10, 11) – serial dokum., USA 2012-2013

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Pielęgniarki** (43) – serial paradokumentalny, Polska
7.30 **Na ratunek 112** (895, 896) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (299-301) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1254) – serial paradokumentalny
12.35 **Więzienie** (170-173) – serial dokumentalny, Pol.
14.30 **Świat według Kiepskich** (71-75) – kom.
17.00 **Komisarz Mama** (5) – serial kryminalny, Polska
18.00 **Dlaczego ja?** (1318, 1319) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 **Gliniarze** (1100, 1030) – serial paradokum., Pol.

TVP SERIALE

5.55 **Rodzinka.pl** (207) – kom.
6.30 **Na sygnale** (589, 590)
7.35 **Ojciec Mateusz 11** (139)
8.30 **Komisarz Alex 14** (170)
9.20 **Rodzinka.pl** (208) – kom.
9.55 **Klan** (1554) – telen., Pol.
10.40 **Ranczo 6** (76) – obycz.
11.30 **Na dobre i na złe** (1006)
12.30 **Zaraz wracam 3** (180, 181) – serial obycz.
13.40 **Ojciec Mateusz 3** (44)
14.40 **Ojciec Mateusz 4** (45)
15.40 **Komisarz Alex 14** (171)
16.30 **Na sygnale** (591, 592)
17.35 **Ranczo 6** (78) – obycz.
18.35 **Ranczo 7** (79) – obycz.
19.30 **Ojciec Mateusz 4** (46) – serial kryminalny, Polska
20.30 **Ojciec Mateusz 11** (140) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes 2** (6) – rozr.
6.50 **Polska z góry. Nad wodą 2** (4, 5) – serial dok.
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.55 **Stawiam na Tolka Banana** (2, 3) – obycz.
9.35 **Syn szczęścia** – film krótkometrażowy, 2024
9.50 **Gdzie jest generał?** FILM – komedia wojenna, 1963, wyk. Jerzy Turek
11.55 **Quo vadis** (1, 2-ost.) FILM – dramat historyczny, 2001, wyk. Paweł Deląg
15.45 **Ostatnie dni** FILM – film wojenny, 1969, wyk. Wacław Kowalski
17.20 **Pogranicze w ogniu** (20, 21) – serial sensacyjny

AXN

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (5, 6) – serial kryminalny, USA/Kanada 2006
7.30 **Agenci NCIS 14** (4, 5) – serial sensacyjny, USA 2016
9.20 **Castle 4** (14, 15) – serial kryminalny, USA 2012
11.10 **Detektyw Monk 2** (7, 8) – serial kryminalny, USA
13.10 **Agenci NCIS 14** (6, 7) – serial sensacyjny, USA
15.05 **Zabójcza broń** (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2016
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (4, 5) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012

CANAL+ PREMIUM

8.40 **Miss mokrego podkoszulka** FILM – komedia, Polska 2002
9.40 **Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl**
11.50 **Królowa chmur** – film FILM obyczajowy, Polska 2003
13.10 **Co ukrywa Elon Musk?**
14.40 **Juno** – komediodramat, FILM USA/Kanada 2007
16.15 **Miss Potter** – dramat FILM biograficzny, USA/Wielka Brytania 2006
17.45 **Call me Iala**
18.10 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
18.15 **Pompeje** – film katastrof., FILM Kanada/Niemcy/USA 2014
20.00 **Everest** – film katastrof., FILM Wielka Brytania/USA/Islandia 2015

SENSACYJNY



20.00 Snajper – USA/Peru FILM 1993, reż. Luis Llosa

Były sierżant piechoty morskiej Thomas Beckett (Tom Berenger, zdj.) jedzie do Panamy, by zlikwidować generała Alvareza. Pomaga mu niedoświadczony agent Richard Miller (Billy Zane, zdj.). **125 min**

22.05 **Klient** – dramat FILM sensacyjny, USA 1994, wyk. Susan Sarandon
0.40 **Nieśmiertelny III: Czarnoksiężnik** FILM – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994
2.50 **W pustyni i w puszczy** FILM – film przyg., Polska 2001
5.30 **Leben** – film krótkometraż., Pol. 2023

DOKUMENT



22.00 Zawód glina (9)

Kamery towarzyszą funkcjonariuszom podczas patroli i działań operacyjnych. Rejestrują interwencje, pościgi i dramatyczne chwile, gdy decyzje trzeba podjąć w ułamku sekundy. **60 min**

23.00 **Ślad** (70, 71) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady** (167) – serial paradokumentalny, Polska
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (502) – magazyn kulinarny
3.30 **Atleci** – mag. sportowy
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (144) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

OBYCZAJOWY



21.30 Ranczo 7 (80, 81)

Stan zdrowia proboszcza pogarsza się. Michałowa obawia się, że ksiądz już nie wyzdrowieje. Wezółowi udaje się postawić diagnozę. Kozioł prosi go jednak, żeby nie mówił nic gospodyni. **115 min**

23.25 **Ojciec Mateusz 4** (47) – serial kryminalny, Polska
0.20 **Ojciec Mateusz 36** (462) – serial kryminalny, Polska
1.20 **Krucjata 2. Znak bliźniąt** (2, 3) – serial kryminalny, Polska 2024
2.50 **Wojenne dziewczyny 4** (44, 45) – hist., Pol. 2021
4.25 **Klan** (1554) – telen., Pol.
4.55 **Zaraz wracam 3** (179) – serial obycz., Pol. 2026

THRILLER



20.00 Wróg doskonały – Fr./FILM Hiszpania/Niem. 2020

Paryż. Architekt Jeremiasz (Tomasz Kot, zdj.) w drodze na lotnisko poznaje Holenderkę Texel. Tajemnicza dziewczyna wciąga go w pułapkę i zmusza do konfrontacji z przeszłością. **110 min**

21.50 **Niepokonani** FILM – dramat przygodowy, USA/Polska/ZEA 2010, wyk. Colin Farrell
0.45 **Milioner** – film FILM obyczajowy, 1977, wyk. Janusz Gajos, Ewa Ziętek
2.55 **Co lubią tygrysy** – kom. FILM obycz., 1989
4.45 **Pod mocnym Smarzolem** – dok.

KRYMINALNY



19.05 Castle 4 (16, 17)

Richard i Kate pracują nad sprawą dotyczącą bezpieczeństwa kraju. Ustalają, że w CIA działa szpieg, który winę za skutki operacji Pandora chce zrzucić na byłego agenta Thomasa Gage'a. **120 min**

21.05 **FBI: International** (20, 21) – serial kryminalny
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (4, 5) – krym., USA/Kanada
0.45 **Castle 4** (16, 17) – krym.
2.40 **FBI: International** (20, 21) – serial kryminalny
4.30 **FBI: Most Wanted 2** (1) – serial kryminalny, USA 2020, wyk. Roxy Sternberg
5.15 **Blok promocyjny AXN**

REALITY SHOW



22.00 Eksperyment: Odsiadka 2 (6) – Polska

Kasix przekonuje się, że jeden ruch wystarczy, by zawieść zaufanie grupy. Marta Linkiewicz podejmuje ryzykowną decyzję. Ten krok się jej nie opłaci... **50 min**

22.50 **Piep*zyć Mickiewicza 3** FILM – obycz., Pol. 2026
0.25 **Barry Seal: Król przemytu** FILM – film biograf., USA/Japonia/Kan. 2017
2.15 **Dobry chłopiec** – obycz., FILM Pol./Wielka Brytania 2025
4.05 **Kiler-ów 2-óch** FILM – komedia, Polska 1999

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

13 ULICA

6.35 **Niewidomy detektyw** (5) – krym., Austria/Niem. 2021
8.25 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (18, 19) – serial sensacyjny, USA
10.20 **Bez śladu 7** (1, 2) – krym.
12.10 **Kapitan Marleau 3** (2)
14.15 **Niewidomy detektyw** (6)
16.15 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (20) – sens.
17.15 **Chicago P.D. 11** (1) – krym.
18.10 **Bez śladu 7** (3, 4) – krym.
20.00 **Kapitan Marleau 3** (3) – serial kryminalny, Fr. 2019
22.00 **Kasandra 10** (4) – krym., Fr.
0.00 **Astrid i Raphaëlle 5** (3, 4) – krym., Fr./Bel./Szwajcaria
2.10 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (18, 19) – serial sensacyjny, USA
4.05 **Niewidomy detektyw** (5)

POLSAT FILM

6.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (162-164)
7.25 **Poirot** (2) – krym., Wlk. Bryt.
8.35 **Przyjaciółki** (147, 148)
10.30 **Świat według Kiepskich** (7, 8, 205, 206, 3) – kom.
13.25 **Ogniem i mieczem** – film FILM historyczny, Polska 1999
17.00 **1000 lat po Ziemi** FILM – film s.f., USA 2013
19.20 **Opancerzony** – film FILM sensacyjny, USA 2009
21.00 **Looper – Pętla czasu** – thriller s.f., FILM USA/Chiny 2012
23.20 **Przykładny obywatel** FILM – thriller, Wielka Brytania/Norwegia/Kanada 2019
1.55 **48h. Zaginieni** (106)
2.55 **Ślad** (9, 10) – serial krym.
4.55 **Na ratunek 112** (526, 527)

HBO

10.55 **Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** FILM – film sensacyjny, USA/Japonia 2019
13.10 **Happy Feet: Tupot małych stóp** FILM – film animowany, Australia/USA 2006
14.55 **Happy Feet: Tupot małych stóp 2** FILM – film animowany, Australia 2011
16.35 **Makbet** – dram. obycz., FILM Wlk. Bryt./Francja/USA 2015
18.25 **Karate Kid: Legendy** FILM – film przyg., USA/Kan. 2025
20.00 **Po polowaniu** – dramat FILM kryminalny, USA/Wł. 2025
22.15 **Panna młoda!** FILM – horror, USA 2026
0.20 **Ciche miejsce** – horror, FILM USA 2018, wyk. Emily Blunt
1.50 **W dzikim galopie** FILM – dramat obycz., USA 2024

WARNER TV

6.55 **Prawo Agaty 7** (2-4)
9.50 **Poniedziałki na chirurgii** (1) – serial obycz., USA 2013
10.50 **Teraz albo nigdy! 3** (8-11)
14.35 **Poniedziałki na chirurgii** (1) – serial obycz., USA 2013
15.30 **Prawo Agaty 6** (7-9)
18.35 **Prezent pod choinkę 2** FILM – komedia, USA/Kan. 2012
20.15 **Rewolwer i melonik** FILM – film sensacyjny, USA 1998
22.00 **Słaby punkt** FILM – thriller, USA/Niemcy 2007
0.10 **Powrót Batmana** – film FILM sens., USA/Wlk. Bryt. 1992
2.40 **Przyjemniaczek** FILM – komedia sens., Hongkong/Australia/USA 1997
4.30 **Z góry przepraszam** (3, 4)
5.35 **Chojrak – tchórzliwy pies** – serial animowany

ALE KINO+

6.30 **Polska z góry 3** (1) – dok.
7.00 **Ciepło** – film krótkometraż.
7.25 **Wszyscy święci** – film FILM obyczajowy, Polska 2002
9.00 **Długi weekend** – film FILM obyczajowy, Polska 2004
10.30 **The Office PL** (9, 10)
11.45 **Detektyw Foyle** (2)
13.55 **Van der Valk 3** (2) – krym.
16.00 **Był sobie chłopiec** FILM – komediodramat, Niemcy/USA/Francja 2002
18.05 **Detektyw Foyle** (3) – serial krym., Wlk. Bryt.
20.10 **Blizna** (1, 2) – serial sens.
22.35 **Anatomia zemsty** FILM – komedia krym., USA 2013
0.45 **Koniec lata** (1, 2) – krym.
3.10 **Król** (7) – serial sensacyjny
4.30 **Warsaw Story**
5.05 **Belfer 3** (7) – serial krym.

CANAL+ FILM

12.40 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
12.45 **Brat** – film obyczajowy, FILM Polska 2025
14.20 **Nowa fala** – dramat FILM biograficzny, Fr./USA 2025
16.05 **Cudowne życie** FILM – komediodramat, Francja/Kanada 2025
17.45 **Hollywood Buzz** – mag.
18.10 **Trzej muszkieterowie** FILM – kostium., Niem./Francja/Wielka Brytania 2011
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Piep*zyć walentynki** FILM – komediodramat, USA 2026
21.35 **Dobry chłopiec** – obycz., FILM Polska/Wielka Brytania 2025
23.20 **The Wasp** – thriller, Wlk. FILM Bryt./USA/Finlandia 2024
0.55 **Romería** – dramat biograf., FILM Hiszpania/Niemcy 2025

SCIFI

6.00 **Arcadia 2** (4) – serial s.f.
6.55 **Zagubiona tożsamość 2** (12, 13) – serial s.f., Kanada
8.45 **Przygody Merlina** (3, 4) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
10.55 **Grimm 3** (1-4) – fantasy
14.50 **Przygody Merlina** (5, 6) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
17.00 **Grimm 3** (5-8) – fantasy
21.00 **Bibliotekarze: Nowy rozdział** (9, 10) – serial s.f.
23.00 **Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2** FILM – film fantasy, USA 2012
1.25 **Zagubiona tożsamość 2** (13) – s.f., Kanada 2011-2012
2.25 **Przygody Merlina** (3, 4) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
4.35 **Arcadia 2** (4) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

9.20 **Policyjna grupa pościgowa 16** (13) – dok.
10.25 **Star Trek: W nieznane** FILM – film s.f., USA/Hongkong/Chiny 2016, wyk. Chris Pine
13.00 **Czarodziejki 8** (21, 22)
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (12, 13) – serial anim.
16.00 **Świąteczne spotkanie klasowe** FILM – komedia romant., Kanada/USA 2022
18.00 **Czarodziejki** (1, 2) – serial fantasy, USA 1998
20.00 **Bogowie Egiptu** – przyg., FILM USA/Australia/Chiny 2016
22.35 **Ciche miejsce 2** – horror, FILM USA 2020, wyk. Emily Blunt
0.25 **Wiking** – film fantasy, FILM Chiny/USA/Wlk. Bryt. 2022

FX

10.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (1) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (5, 6) – serial krym.
13.45 **Castle** (14) – serial krym.
14.40 **Lucyfer** (17) – serial krym.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (7, 8) – s.f.
19.15 **FBI 5** (16) – krym., USA 2022
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (10)
21.05 **Zabójcze umysły 12** (11)
22.00 **Matlock 2** (15) – krym.
22.55 **Z archiwum X** (8) – s.f.
23.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
1.40 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (10)

FILMBOX+ ONE

9.50 **Vera 11** (1) – serial krym.
11.50 **Zbrodnie w Grantchester 5** (1) – krym., Wlk. Bryt.
12.50 **Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (15) – serial krym., Fr./Szwajcaria
15.00 **Strażnik Teksasu 9** (17, 18) – serial sensacyjny
17.05 **Vera 11** (2) – serial krym.
18.55 **Zbrodnie w Grantchester 5** (2) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 **Czułe słówka** – dramat FILM obyczajowy, USA 1983
22.50 **Niewygodny świadek** FILM – dramat sens., USA 1990
0.55 **3:10 do Yumy** FILM – western, USA 2007
3.45 **Dziki cel** – komedia sens., FILM Fr./Wielka Brytania 2010

CANAL+ SERIALE

9.50 **Wszystkie kolory świata** (7) – serial dokumentalny, Fr.
10.45 **Naruto 7** (21-26) – anime
13.50 **Premierowa jazda** – mag.
14.10 **Samoloty bojowe III Rzeszy** (5, 6) – dok.
16.10 **Making of CANAL+** – magazyn filmowy
16.20 **To nie jest zagadka kryminalna** (5, 6) – krym.
18.20 **The Office PL 2** (7-9) – serial komediowy, Polska
20.00 **Klangor 2** (7, 8) – serial kryminalny, Polska 2025
21.40 **Rodziny takie jak nasza** (1, 2) – serial obyczajowy
23.30 **Scarlet Hill** (1, 2) – krym.
1.30 **Żmijowisko** (5-7) – krym.
4.10 **Miasta rytm** (3, 9) – dok.

CANAL+ 360

12.00 **Kolacja z Gavinem Rossdale'em** (3) – serial dok.
13.00 **Porzucone konstrukcje** (6) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (11) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (6) – dok.
16.00 **Złombol** (3) – serial dok.
17.00 **Lotnisko na Alasce 6** (5)
17.55 **Okręty wojenne** (5) – dok.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (9) – dok.
19.50 **Lotnisko na Alasce 6** (6)
20.50 **Z archiwów historii** (4)
21.55 **13 posterunek 2** (39, 40)
23.00 **Porzucone konstrukcje** (7) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (5)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji – tylko dla dorosłych

ŚRODA 2 grudnia

WSCH. SŁ. 07.31 | ZACH. SŁ. 15.36 | Imieniny: Aurelii, Balbiny, Pauliny

TeleTydzień

TLC

6.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
8.00 **Wspólne życie XXL**
9.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
10.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
12.00 **Przyjaźń wielkiej wagi**
14.00 **Cztery żony i mąż**
15.00 Premiera: **Mali ludzie, wielka rodzina 4**
16.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
17.00 **Salon sukien ślubnych**
18.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
20.00 **Ekstremalne choroby**
21.00 **Transplantacja: drugie życie**



22.00 **Moje paranoje**
23.00 **Dr Pyszczylla 5**
0.00 **Moje koszmarne stopy**
1.00 **Ekstremalne choroby**
2.00 **Transplantacja: drugie życie**
3.00 **Moje paranoje**
4.00 **Cztery żony i mąż**
5.00 **Mali ludzie, wielka rodzina 4**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (126, 127)
7.00 **Przyjaciółki** (122, 135) – serial obyczajowy, Pol.
9.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (19, 20) – reality show, Pol.
12.00 **Śmierć pod palmami** (51, 52) – serial kryminalny
14.30 **SuperMarket Chef** (1, 2)
15.30 **Bogaty dom – biedny dom** (129) – reality show
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (21)
18.00 **Nasz nowy dom** (3, 4) – reality show, Pol. 2013
20.00 **Kolacja w ciemno** (41, 42) – pr. rozr., Polska



22.00 **Rolniczki** (35) – serial dokumentalny, Pol. 2026
23.00 **Gry małżeńskie** (208, 210) – reality show, Polska 2026
1.00 **Więzienie kobiet** (25-28) – serial dokumentalny, Pol. 2023
3.00 **Zdrady** (174-176) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

5.15 **Kobieta na krańcu świata** (2) – serial dok.
5.45 **Jakubiak – z miłości do lokalności** (3, 4)
6.45 **Nowa Szelągowska** (2)
7.45 **Dzień Dobry TVN** – mag.
11.20 **Jestem z Polski 14** (1) – serial dokum., Pol. 2024
12.20 **Ugotowani** (7)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (8, 12) – pr. rozrywk., Pol.
15.35 **Ugotowani** (12-ost.)
16.40 **Zgłoś remont: spełniamy marzenia** (6) – pr. rozrywk., Pol. 2026
17.40 **Kuchenne rewolucje** (5-7) – pr. rozr., Pol. 2018



20.50 **Nowa Szelągowska** (2)
21.50 **Jestem z Polski 14** (2)
22.50 **Hotel Paradise 7** (6)
23.45 **EuroPOLKI studentki** (1) – pr. rozr., Polska 2023
0.45 **Do zobaczenia** (2, 3)
1.50 **Tu jest pięknie** (7) – rozr.
2.35 **Nieoczywiste miejsca** (2) – serial dok., Pol. 2020
3.10 **Wyjątkowe domy** (2)

DISCOVERY CHANNEL

10.00 **Budowa na końcu świata 6:** Dom na pustyni w Utah
11.00 **Złoto drwali** (1)
12.00 **Celnicy na straży Szwecji 2** (6)
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa**
15.00 **Złomowisko PL 2** (1)
16.00 **Poszukiwacze przeklętego złota 5:** Złote schody
17.00 **Nic do zgłoszenia** (2)
18.00 **Porty** (4)
19.00 **Złomowisko PL 6** (14)
20.00 **Złomowisko PL 7** (1, 2)



22.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz:** Tornado roku
23.00 Premiera: **Sekretne życie kasyna w Las Vegas** (6)
0.00 **Fani czterech kółek: w trasie**
1.00 **Zoom na architekturę**
2.00 **Euro Truckersi 4** (4)
3.00 Premiera: **Łowcy staroci**

TVP HISTORIA

9.20 **Encyklopedia II wojny światowej**
9.45 **Polskie 100 lat**
10.15 **Zalana dolina** – film dok.
11.15 **Tajemnice samolotów prezydenckich** – dok.
12.15 **Wszystkie kolory świata**
13.15 **Największe mity w historii Ameryki** (1)
14.10 **Zmiennicy** (6) – kom.
15.10 **Sensacje XX wieku**
17.20 **Czas honoru** (3)
18.25 **Fake czy historia?**
19.15 **Pod znakiem orła, pod znakiem Gryfa** – dok.
20.00 **PitBull** (10) – serial sens.



20.55 **Nieznana wojna na Północy** (4) – dok.
21.55 **Wojny Rosji** (1)
23.00 **Sensacje XX wieku**
0.50 **Encyklopedia II wojny światowej**
1.20 **PitBull** (10) – serial sens.
2.10 **Czas honoru** (3)
3.00 **Złote jabłko** – film dok.
3.55 **Saga prastarej puszczy**

FOKUS TV

6.00 **Wehikuł czasu**
6.05 **48h. Zaginieni** (65) – serial kryminalny, Polska
7.00 **Był sobie człowiek** (5-8) – serial anim., Fr. 1979
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (37, 38) – serial dok., USA
11.00 **Gwiazdy lombardu** (5)
12.00 **Poszukiwacze historii** (5, 6)
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (5, 6)
15.00 **Przygody poszukiwaczy złota 2** (3) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (2, 3) – serial dokum., USA 2012



18.00 **Rolnicy. Podlasie** (15, 16) – serial dokum.
20.00 **Galileo** (13)
21.00 **Militarny top 10** (10) – serial dokum., Wlk. Bryt.
22.00 **Dziwne oblicza wojny** (3, 4) – dok., Wlk. Bryt.
0.00 **Starożytni kosmici 9** (4)
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (5-8)
5.00 **Kołowrotek** (2, 3) – mag.

METRO

7.40 **Szpital** (334-336) – paradok.
10.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (566, 567)
12.40 **Szkoła** (701) – paradok., Pol.
13.40 **Fachowcy** (3) – paradok.
14.25 **Brzydula** (223, 224) – kom.
15.35 **Druga szansa 4** (1) – obycz.
16.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
18.00 **Złomowisko PL 8** – dok.
19.00 **Kartoteka 10** (15, 16) – serial fab.-dokum., Polska 2016
21.05 **Kryminalni** (6, 7) – krym.
23.15 **Spartakus: Krew i piach** (9)
0.15 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** – serial dok.
1.20 **Szpital** (983) – paradok., Pol.
2.20 **Szkoła** (708) – paradok., Pol.
3.15 **Nowa Maja w ogrodzie 4**
4.20 **Szpital** (983) – paradok., Pol.

ZOOM

6.15 **MacGyver** (14, 15) – sens.
8.15 **Strażnik Teksasu 5** (13, 14)
10.15 **Kobra – oddział specjalny 23** (8, 9) – sens.
12.25 **FBI 5** (7, 8) – serial kryminalny
14.25 **Bitwa o palety 2**
15.30 **Wojny magazynowe: Kanada 2** – reality show, Kan.
16.50 **Sensacje XX wieku** – hist.
19.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2) – serial sens., Niemcy
21.05 **CSI: Kryminalne zagadki Miami 9** (18, 19) – krym., USA
23.00 **Milf manor – mamuśki rządzą 2** – reality show, USA
0.00 **Magia nagości. Finlandia**
0.40 **Magia nagości. Dania**
1.20 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
5.40 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

8.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
9.15 **Molly gotuje na farmie**
10.55 **Rodzinne przepisy Joanny**
13.10 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** – telet. kulin.
14.10 **Świąteczny sprawdzian Bobby'ego 3** – mag. kulin.
15.10 **Świąteczny sprawdzian Bobby'ego** – magazyn kulin.
16.15 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.15 **Patent na święta 4** – rozr.
17.45 **Półwysep słodyczy** – dok.
19.05 **Perfekcyjni gospodarze 9** – serial dokumentalny
21.10 **Bobby Flay: na linii ognia**
22.15 **24/24** – maraton kulinarny
0.20 **Człowiek, ogień i wyżerka**
1.50 **Posiekani** – teleturniej kulin.
3.50 **Apetyt na miłość** – pr. rozr.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Jak działa wszechświat?**
11.00 **Niemiecka budowlanka**
13.00 **Poszukiwacze dinozaurów**
15.00 **Jak działa wszechświat?**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Na tropie legendarnych potworów:** Bestia z Bray Road; Chupacabra – dok.
23.00 **Przypadki z archiwum 10:** Tajemnica Jaskini Mamuciej; UFO na Mount Adams – dok.
1.00 **Jak działa wszechświat?:** Podróż do czarnej dziury; Tajemnice kosmicznej sieci
4.00 **Kosmiczna mapa skarbów:** Wrak na mieliźnie; Skarb i tragedia – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 **UFO: Przełomowe śledztwa**
12.55 **Złapać przemytnika**
14.55 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**
15.55 **Najdziwniejsze przedmioty**
16.55 **Burzliwa historia Tudorów:** Maria I Stuart
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu**
19.00 **Normandia '44: Inwazja** (1)
20.00 **Katastrofa w przestworzach:** Podejście w ulewie
21.00 **Operacja transport**
22.05 **Megażywioły**
23.00 **Uwaga, katastrofa!**
0.00 **Katastrofa w przestworzach**

BBC EARTH

11.25 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 7** – serial dokum.
12.25 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
13.25 **Mroźna planeta** – dok.
14.30 **W okowach mrozu 10**
15.30 **Życie na pustkowiu 2**
16.35 **Pociągiem przez starożytny Egipt** – dok.
17.35 **Mroźna planeta 2** – dok.
18.45 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Imperium brytyjskie** – dok.
20.55 **W okowach mrozu 2** – dok.
22.55 **Pociągiem przez starożytny Egipt** – dok.
23.55 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 2** – serial dokum.
1.00 **Mroźna planeta 2** – dok.

WP

9.50 **Pogoda**
10.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
11.00 **Wariaci za kierownicą 6**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (1)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4** – serial dokum.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
16.50 **Pogoda**
17.00 **Inspektor Vera 3** (1) – krym.
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4**
21.55 **Pogoda**
22.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 8**
23.55 **Przebojowe kabarety**
1.00 **Mistrzowie Kabaretu 15**
1.55 **Mistrzowie Kabaretu 10**

NOWA TV

8.30 **Więzienie** – serial dokum.
10.00 **Ojciec Brown 4** (42, 43)
12.00 **Śmierć pod palmami 6** (43, 44) – krym., Fr./Wlk. Bryt.
14.00 **Świat według Kiepskich** (517, 518) – serial kom., Polska
15.00 **Świat według Bundych 4** (60-65) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (17) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (36-38)
21.00 **Zdrady** (114) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (63, 64, 108) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Daleko od noszy** (33, 34)
5.00 **Pod lupą MIGACZ 2**

HGTV HOME & GARDEN

8.00 **Na dobrych fundamentach 4** – program rozrywk.
9.55 **Wymarzona wiejska posiadłość 2** – serial dokum.
11.55 **Mieszkaj bez kredytu 2**
13.55 **Mieszkanie na miarę**
15.55 **Polowanie na ogród** – rozr.
18.15 **Zgłoś remont 11** – pr. rozr.
19.10 **Zgłoś remont – spełniamy marzenia** – pr. rozrywk.
20.10 **Poukładani 2** – pr. rozrywk.
21.10 **Nowa Szelągowska** – rozr.
22.10 **Artyści od remontów**
22.40 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8**
0.45 **Remonty Christiny 4** – rozr.
1.45 **Kupujemy dom na plaży 2** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Nowe życie na Karaibach**
7.05 **Dziwaczne potrawy: Smakowite miasta** – serial dok.
8.05 **Andy Bates i uliczne przysmaki Ameryki** – mag.
10.10 **Kobieta na krańcu świata**
12.25 **Ciężarówką przez Stany**
14.45 **Smakuj świat z Pascalem**
15.15 **Dom na czterech kółkach**
16.50 **Zoltan – król wilków**
18.50 **Nowi badacze UFO** – dok.
20.55 **Bimbrownicy** – serial dok.
23.05 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
0.50 **Zoltan – król wilków** – reality show
2.50 **Bimbrownicy** – serial dok.
4.55 **Dziwaczne potrawy** – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 **Australijskie maluchy**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
10.00 **Rodzinny biznes doktora Pola**
11.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Planeta naczelnych** – dok.
13.00 **Nadciąga wielka woda**
14.00 **Afrykańska rzeka widmo**
15.00 **Zabójcze szerszenie Azji**
16.00 **Dzikie szlaki Europy**
17.00 **Niezwykły dr Pol**
19.00 **Walki zwierząt**
20.00 **Afryka: Dom dzikiej przyrody**
21.00 **Niezwykły dr Pol** (3, 4) – fab.
23.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Nadciąga wielka woda**
3.00 **Afrykańska rzeka widmo**

POLSAT VIASAT HISTORY

12.20 **1776: niepodległość USA**
14.20 **Rewolucje, które zmieniły historię**
16.35 **Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej**
17.40 **Projekt Manhattan: w kolorze** – dok., Wlk. Bryt.
18.50 **Kryminologia starożytności:** Kleopatra
19.50 **Tajemnica grobowca Kleopatry**
21.00 **Informator z Oświęcimia** – film dok., Francja 2021
22.10 **Grobowce Egiptu: Imhotep, twórca piramid**
23.20 **Tajemnice machiny wojennej nazistów**
0.20 **1776: niepodległość USA**

CANAL+ KUCHNIA

13.45 **Jakubiak rozgryza Polskę**
14.10 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** – magazyn kulin.
14.40 **ABC gotowania – kuchnia hiszpańska** – mag.
15.45 **Dzień dobry, śniadanie**
16.45 **Jamie: święta z wyprzedzeniem** – mag.
17.45 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** – magazyn kulin.
18.40 **Ziemia, ogień i smak** – dok.
19.40 **Pasta i basta** – mag. kulin.
19.45 **M jak mięso 10** – mag. kulin.
20.15 **Top Chef 22** – reality show
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6** – dok.

CANAL+ DOMO HD

15.00 **Najlepszy dom w okolicy** – serial dokumentalny
16.00 **Room Service. Hotele od kuchni 2** – serial dokum.
17.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** – serial dokum.
18.00 **Ucieczka na wieś 24** – dok.
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 12** – dok.
21.00 **Najlepszy dom w okolicy**
22.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 10** – mag.
22.30 **Daleko od miasta 17** – dok.
22.55 **Room Service. Hotele od kuchni 2** – serial dokum.

SUPER POLSAT

11.30 **Świat według Kiepskich** (441-444) – serial kom., Polska
13.30 **Farma** – reality show, Polska
14.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** – reality show, Pol.
15.55 **Ninja Warrior Polska**
17.50 **Świat według Kiepskich** (492, 493, 564, 565) – kom.
20.00 **Złomiarze** – serial dokum.
21.00 **Snajper: Ostatni bój** FILM – sens., USA/Wlk. Bryt. 2025
23.05 **Zawód: Szpieg** – dramat FILM sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Niemcy 2001
1.40 **Świat według Kiepskich** (407) – serial komediowy, Pol.

TVP KOBIETA

12.45 **Przepis dnia** – mag. kulin.
13.00 **Na dobre i na złe** (641)
14.00 **Tańcząca ze światem – Malta** – magazyn
14.30 **Rosół polski** – mag. kulin.
15.00 **Rodzinka.pl** (131) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 23** (301, 302) – serial kryminalny
17.20 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.30 **Sanatorium miłości 8**
19.30 **Panna młoda** (64) – obycz.
20.30 **Złoty chłopak** (291) – obycz.
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (373) – serial obycz.
22.30 **Minghun** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2023

PLANETE+

12.35 **Niezwykłe podróże koleją 10:** Austria – dok.
13.40 **Podróż do wnętrza chmur**
14.50 **360° Świat bez granic**
15.50 **Średniowieczne serce Czech i Moraw** – serial dok.
16.55 **Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią** (3) – dok.
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.40 **Zaginiony lot MH370** – dok.
19.45 **O wolny Tybet. Głosy wygnanych** – film dokum.
20.50 **Operacja Barbarossa** (2) – film dokumentalny
22.00 **Jak oligarchowie korumpują Zachód** – dok.

TVP DOKUMENT

14.15 **Islandia, królestwo maskonurów** – film dokum.
15.15 **Wielka naturalna bariera** (1/3) – film dokum., Australia
16.15 **Sekrety piramid** – dok.
17.10 **Świątynie świata**
18.15 **Tatarzy polscy** – telen. dok.
19.05 **Był taki człowiek... Jerzy Bińczycki** – film dok., Pol.
20.10 **Jak pieniądz kształtował świat** (3) – film dokumentalny
21.20 **Krainy cudów natury**
22.20 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.30 **Zbyt ciasny system** – dok.
23.35 **Niebezpieczne drogi**

▶ – godzina zakończenia programu O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

7.00 **Kamerą TVP Sport**
7.45 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: Bayern – Hertha BSC
9.50 **Piłka nożna kobiet:** Eliminacje MŚ: Polska – Irlandia
11.55 **Piłka nożna:** STS Puchar Polski: Siarka Tarnobrzeg – Stal Rzeszów **(live)**
14.05 **Kamerą TVP Sport**
14.25 **Pełnosprawni**
14.55 **Piłka nożna:** STS PP: GKS Tychy – Chrobry **(live)**
17.10 **Piłka nożna:** STS PP – 1/8 finału: Odra Opole – Ruch Chorzów **(live)**



20.25 **Piłka nożna:** STS PP – 1/8 finału: Polonia Warszawa – Raków **(live)**
23.30 **Sportowy wieczór**
0.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Eintracht – BVB
2.05 **Piłka nożna:** STS PP: Siarka – Stal Rzeszów
4.10 **Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

EUROSPORT 1

11.00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce – bieg na 20 km stylem dowolnym mężczyzn
12.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 5. dzień
14.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 5. dzień **(live)**
17.30 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain – supergigant mężczyzn
18.15 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom gigant kobiet
19.00 **Żeglarstwo:** SailGP Abu Zabi



20.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 5. dzień **(live)**
23.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Copper Mountain – slalom gigant mężczyzn
0.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Killington – slalom kobiet

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
13.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
16.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
17.20 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga – mecz: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle – Podziemia Kredowe ChKS Chełm **(live)**



20.20 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga: PGE GiEK Skra Bełchatów – Cuprum Stilon Gorzów **(live)**
23.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
3.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC

9.30 **Domisie**
10.00 **Zagadki zwierzogromadki**
10.20 **Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie**
10.45 **Reksio**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 15**
12.25 **Domisie**
13.00 **Cześć, czy mogę Cię zjeść?**
13.20 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**
14.05 **Bella i Sebastian**
14.35 **Lupin wśród bajek**
14.45 **Yakari**



15.15 **Al-chemik**
15.35 **Księga Ksiąg 2**
16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.30 **Super Wings: Strażnicy Świata**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**

MINIMINI+

5.04 **Szmatkowe Królestwo**
5.36 **Moja przyjaciółka Maisy**
6.10 **Dora poznaje świat**
7.33 **Kicia Kocia**
8.30 **Chmurka i Burza**
9.05 **Bing**
9.33 **Baranek Shaun**
10.00 **Pszczółka Maja 2**
11.06 **Staś da radę**
11.55 **Psi Patrol**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Psi Patrol 2**
13.28 **Psi Patrol**
14.00 **Basia 2**
14.41 **Basia**
15.10 **Grand Banda**



15.55 **44 Koty 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.57 **Staś i fajna Babcia**
18.40 **Dora poznaje świat 8**
19.35 **Kicia Kocia 2**
20.25 **Mały Charlie**
21.36 **Zouk 2**
22.04 **Trojaczki**
22.45 **Dinuś i Lusia**

TVN 24

10.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – program informacyjny
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.



20.40 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach** – inf.
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie**
3.10 **Akademia ogrodnika**

CANAL+ SPORT

11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Pogoń Szczecin
13.45 **Premier League Netbusters**
14.30 **Premier League Review**
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Getafe CF
17.55 **Hola LaLiga** – magazyn piłkarski
18.55 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska **(live)**
21.00 **Premier League Stories** (15)
21.30 **Football Office** (8)
23.10 **Jazda o złoto. na podsłuchu 2** (1, 2)
1.20 **LaLiga Highlights**

EUROSPORT 2

13.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
14.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
15.00 **Biegi narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
15.30 **Biegi narciarskie:** PŚ w Ruce – 20 km stylem dowolnym mężczyzn i kobiet
17.00 **FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans
19.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
21.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
22.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
23.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce

POLSAT SPORT 2

8.30 **Piłka nożna:** Liga holenderska
11.00 **Piłka nożna:** Liga holenderska
13.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń – mecz: Volley Mulhouse Alsace – VakifBank
15.30 **Magazyn koszykarski**
16.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska – mecz: Wybrzeże – Gummersbach
18.35 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: GOG – Industria **(live)**
20.15 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń – mecz: Novara – KS DevelopRes Rzeszów **(live)**
23.00 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – 1/8 finału: Inter – Genoa CFC
1.00 **Sporty walki:** FEN

NICKELODEON

8.50 **Harmidom 3**
10.10 **SpongeBob Kanciastoporty 16**
10.40 **SpongeBob Kanciastoporty 17**
11.30 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
11.50 **Grzmotomocni: Tajniacy**
12.20 **Niebezpieczny Oddział 3**
12.50 **Niebezpieczny Henryk**
13.20 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
14.20 **Harmidom 2**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Marsupilamki**
17.30 **Harmidom 7**
18.25 **Harmidom 4**
19.00 **Niebezpieczny Henryk 4**
19.55 **Niebezpieczny Oddział 2**

TELETOON+

8.19 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
8.45 **Gadający Tom i przyjaciele 5**
9.22 **Kung Fu Panda: Legenda o niezwykłości**
9.51 **Ki i Hi w Królestwie Pandy**
10.21 **Angelo rządzi**
10.51 **Siostry 3**
11.25 **Siostry 2**
12.18 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.47 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.40 **Siostry 2**
14.23 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Superpyra**

TVP INFO

15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

8.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
10.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
12.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – mecz finałowy kobiet i mecz finałowy mężczyzn
17.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
19.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
21.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
0.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

11.00 **Bundesliga Clubs**
11.20 **Bundesliga Clubs**
11.40 **Bundesliga Clubs**
12.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska: Porto – Sporting
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska: Inter Mediolan – Genoa CFC
18.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – 1/8 finału: Bayern – Hertha
20.00 **Full Impact Serie A** (13)
20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: Eintracht – Borussia Dortmund **(live)**
22.50 **Bundesliga Special Show** (9)
23.25 **Ligue 1 Show** (13)
0.00 **Eleven Top Goals**

POLSAT SPORT 3

6.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
8.30 **Bobsleje:** Zawody Pucharu Świata w Altenbergu
11.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LOTTO Superliga: Industria Kielce – ORLEN Wisła Płock
13.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska: PGE Wybrzeże Gdańsk – Gummersbach
15.30 **Bobsleje:** PŚ w Altenbergu
18.00 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
20.55 **Piłka nożna:** Puchar Włoch: Como – US Cremonese **(live)**
23.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: GOG – Industria Kielce
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

8.20 **Tim Rex wśród gwiazd**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.20 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl 2**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.20 **Rubble i jego ekipa 5**
12.50 **Psi Patrol**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
15.15 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
17.00 **Pan Krokodyl 2**
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka**
18.30 **Psi Patrol 3**

DISNEY JUNIOR

8.00 **Spidey i superkumple 4**
8.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2**
9.00 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
10.00 **Blue 3**
11.00 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii 2**
11.30 **Psia Brygada**
12.00 **Spidey i superkumple 4**
12.30 **Blue 3**
13.30 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
14.00 **Superkoty**
14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 4**

POLSAT NEWS

10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**
1.25 **Punkt widzenia Szubartowicza**

CANAL+ SPORT 5

6.00 **Liga+ Extra**
8.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga
11.00 **Hola LaLiga**
12.10 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga
15.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Pogoń Szczecin
17.15 **Żużel:** PGE Ekstraliga
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga
22.45 **Premier League Stories** (15)
23.25 **LaLiga Highlights**
0.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Motor Lublin
2.30 **Ligomistrzowe historie** (2)

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: VfB Stuttgart – Dynamo Drezno
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Como – Juventus FC
16.00 **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayer
17.55 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Bayer – Lipsk **(live)**
20.10 **Wywiad Eleven**
20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – mecz 1/8 finału: VfL Bochum – FC Augsburg **(live)**
22.55 **Podróż do świata Calcio**
23.30 **Bundesliga Clubs**
23.45 **Bundesliga Clubs**

POLSAT PLAY

6.00 **Budowlańcy**
6.30 **Kołowrotek**
7.10 **Gwiazdy lombardu**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze**
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.00 **Zawód glina**
21.00 **Złomiarze**
22.00 **Więzienie**
23.00 **Zawód glina**
0.10 **Łowca pedofilów**
1.10 **Więzienie**
2.05 **Złomiarze**
3.10 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

11.15 **Wojny samochodowe**
12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Zawodowi handlarze**
19.00 **Naprawy nie do naprawy**
19.45 **Co tu się odjechało?**
20.15 **Jeździć, obserwować**
21.00 **Wojny samochodowe**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Z drugiej ręki**
23.00 **Po raz trzeci. Sprzedane!**
23.45 **Duda kontra Szafrański**
0.30 **Naprawy nie do naprawy**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Zakochana w kamerdynerze** – dramat obyczajowy, Niemcy 2024
21.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Po burzy nadchodzi miłość** – film obyczajowy, Niemcy 2019
23.40 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.30 **Rozmowy o edukacji**
17.00 **Po stronie prawdy**
18.05 **Informacje dnia**
18.15 **Rozmowy niedokończone**
19.20 **Odnaleźć siebie**
19.30 **Bóg z nami**
19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Myśląc Ojczyzna**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Przetrwaliśmy**
22.30 **Droga do świętości**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej



Ten deszczowy dzień na zawsze zmienił życie Jenny.



Rodzice Jenny (Alfred Molina i Cara Seymour) także ulegli urokowi Davida.



Jenny imponował świat, w jakim obracał się David.



Lynn Barber (urodzona w 1944 r.) to wielokrotnie nagradzana dziennikarka m.in. „The Sunday Times" i „The Observer".

BYŁA SOBIE DZIEWCZYNA

Bolesna edukacja

Ona była młoda i niedoświadczona, on starszy, obyty i nią zainteresowany. Szykował się romans jak z bajki. Ale nie doczekał się szczęśliwego zakończenia.

BYŁA SOBIE DZIEWCZYNA
CZ 3.12 godz. 20.10
ALE KINO+

Twickenham, rok 1961. Szesnastoletnia Jenny (Carey Mulligan) jest świetną uczennicą, która marzy o studiach w Oksfordzie. Pewnego dnia poznaje starszego od siebie Davida (Peter Sarsgaard). Mężczyzna imponuje jej obyciem, kulturą, pieniędzmi i fascynującymi znajomymi. Wkrótce nawiązują romans. Ku jej zaskoczeniu David podbija także serca jej surowych rodziców, którzy nie kryją radości, kiedy mężczyzna się jej oświadcza. Jenny, początkowo sceptyczna, przyjmuje pierścionek i rezygnuje z dalszej nauki. Wkrótce jednak poznaje pilnie strzeżone tajemnice narzeczonego…

Chłopak marzeń

Scenariusz filmu napisał Nick Hornby (stąd tytuł nawiązujący do jego powieści „Był sobie chłopiec") na podstawie autobiograficznego opowiadania Lynn Barber. Brytyjska dziennikarka opisała w nim romans ze starszym o prawie 20 lat Alanem Greenem, który rozgrywał się na początku lat 60. Jako szesnastolatka była zafascynowana egzystencjalizmem i francuską kulturą, chciała być wyrafinowana i światowa. Marzyło jej się lepsze życie. Pewnego dnia stała na przystanku w deszczu, kiedy podjechał do niej drogi samochód, a za kierownicą siedział Green. Zaproponował, że ją podwiezie. Zgodziła się, a kiedy się żegnali, zapytał, czy umówiłaby się z nim na kawę. „Moje życie mogłoby potoczyć się inaczej, gdybym po prostu powiedziała »nie«. Ale nie byłam aż tak niegrzeczna" – napisała.

Była nim zachwycona. Zapraszał ją na koncerty, na kolacje do drogich restauracji i wycieczki poza miasto – a z czasem także poza Anglię. Otworzył przed nią świat, do którego wcześniej nie miała dostepu. Była zachwycona, tylko czasami zastanawiała się, czym tak naprawdę zajmuje się Alan i skąd ma pieniądze. Umiejętnie unikał odpowiedzi, a ona nie naciskała, bo tak było jej wygodnie. Do momentu, kiedy przez przypadek dowiedziała się, co tak naprawdę ukrywa.

Po zerwaniu zaręczyn wróciła do nauki, dostała się na Oksford, wyszła szczęśliwie za mąż i zrobiła karierę jako dziennikarka. Ale dwa lata spędzone z Alanem zmieniły ją na zawsze. Doceniła to, co jej dał – obycie i orientację w świecie sztuki, które później przydały jej się w życiu. Cena jednak była wysoka. „Nauczyłam się nie ufać ludziom; nauczyłam się nie wierzyć w to, co mówią, ale obserwować, co robią; nauczyłam się podejrzewać, że każdy jest zdolny do życia w kłamstwie" – wyznała w opowiadaniu.

Jaki sukces?

Sprzedając prawa do ekranizacji swojej historii, Lynn Barber zastrzegła sobie prawo do wglądu w pracę Hornby'ego. Nie mogła jednak ingerować w scenariusz. Zmieniono w nim imiona głównych bohaterów i skrócono całą historię. Do roli Jenny zaangażowano 22-letnią wtedy Carey Mulligan, dla której była to pierwsza główna rola w karierze. Dostała za nią zresztą nominację do Oscara. Co ciekawe, grający Davida Peter Skarsgaard, choć był już w branży od 15 lat, także po raz pierwszy dostał główną rolę. Razem stworzyli duet, który ogląda się z prawdziwą przyjemnością. A jednak po nakręceniu filmu oboje nie wierzyli w jego sukces. Niesłusznie. „Była sobie dziewczyna" nie tylko sprawdziła się w kinach, ale też dostała trzy nominacje do Oscara – oprócz tej dla Mulligan, także do najlepszego filmu i za scenariusz! **EGP**

Na faktach

FOT. Ale Kino+ (3), Getty Images

KUCHENNE REWOLUCJE

Indyjskie smaki



Jaki pomysł na gdański lokal ma Magda Gessler?

W finałowym odcinku 33. sezonu na pomoc czeka restauracja w Gdańsku.

KUCHENNE REWOLUCJE
CZ 3.12 godz. 20.50 TVN

Na koniec tego sezonu razem z ekipą „Kuchennych rewolucji" wyruszymy do Gdańska. W chętnie odwiedzanej przez turystów części miasta, na Wyspie Spichrzów, działa restauracja Smaki Indii, którą prowadzi Ranjit. Zainwestował w lokal aż 2,5 mln złotych. Niestety, mimo dużych nakładów finansowych lokal nie prosperuje tak, jak powinien. Co więcej, generuje potężne straty. Zadłużenie sięga już pół miliona złotych! Z tego powodu właściciel stracił zapał, a przede wszystkim nadzieję. Zupełnie nie ma pomysłu, jak przyciągnąć gości do swojej wymarzonej restauracji. Czy Magdzie Gessler uda się wyprowadzić jego lokal na prostą i sprawić, że zyska on nowy kierunek? **MJ**



Ksiądz Mateusz i Natalia przyjmują pod swój dach zagubioną dziewczynę.

OJCIEC MATEUSZ

Dziewczyna z lasu

OJCIEC MATEUSZ CZ 3.12 godz. 20.30 TVP 1

Przed nami ostatni premierowy odcinek „Ojca Mateusza" tej jesieni. Jego tytuł to „Dziewczyna z lasu". Sandomierscy policjanci prowadzą dochodzenie w sprawie śmierci współwłaściciela miejscowej siłowni Piotra Siarczyńskiego, znanego z bójek i rozbojów. Odkrywają, że morderca zadał mu cztery ciosy nożem. W międzyczasie na plebanię dociera poturbowana i posiniaczona kobieta. Prosi ks. Mateusza i gosposię Natalię, by nie wzywali pogotowia czy policji. Wkrótce prowadzący śledztwo policjanci znajdują na siłowni nagranie z monitoringu, na którym widać bójkę Siarczyńskiego z niejakim „Bułą". Szybko okazuje się, że ma to związek z dziewczyną ukrywającą się na plebanii. **MJ**

KSIĄŻĘ I AKTORECZKA

Koszmar na planie

KSIĄŻĘ I AKTORECZKA
CZ 3.12 godz. 20.05
TVP KULTURA

Kiedy sir Laurence Olivier zgodził się, by w filmie o księciu małego państewka zakochanym w wodewilowej aktoreczce zagrała Marilyn Monroe, nawet w najgorszych snach nie przypuszczał, co go czeka. Witał ją w Anglii z honorami i z entuzjazmem myślał o ich współpracy. Ta jednak szybko okazała się koszmarem. Monroe często była pod wpływem leków i alkoholu, zapominała swoje kwestie i notorycznie spóźniała się na plan, przez co dochodziło między nimi do konfliktów. A jednak, gdy Olivier obejrzał gotowy film, przyznał, że z przyjemnością patrzył na nią na ekranie. Docenił jej niepowtarzalny urok i komediowy talent. **EGP**



– Kiedy grała, pokazywała coś, co przypominało aktorski geniusz – ocenił talent Marilyn sir Olivier.

Fot.: TVN (2), TVP, East News

TVP 1

4.55 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst., Pol. 2025-2026
5.15 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026
5.35 **Reporterzy** – magazyn reporterów
5.45 **Oko na świat** – magazyn, Polska 2024-2026
6.10 **Akacjowa 38** (995) – telenowela, Hiszpania 2018
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze**
7.30 **Pełnia wiary** – magazyn religijny
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
8.10 **Pogoda info**
8.35 **Zaraz wracam 3** (183) – serial obyczajowy, Polska 2026
9.10 **Ranczo 6** (73) – serial obyczajowy, Polska 2012
10.05 **Komisarz Alex 2** (26) – serial kryminalny, Polska 2012
11.00 **Ojciec Mateusz 26** (339) – serial kryminalny, Pol. 2021
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.35 **Magazyn rolniczy**
13.00 Natura w Jedynce: **Dzikie korytarze** (3) – serial dokumentalny, Francja 2022
14.00 **Splątane losy** (101) – serial obyczajowy, Turcja 2024
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny, Polska
15.10 **Reporterzy** – magazyn reporterów
15.35 **Gra słów. Krzyżówka** – teleturniej, Polska 2019-2026
16.00 **Dziedzictwo** (1084) – serial obyczajowy, Turcja 2020
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muzyczny
18.05 **Klan** (4789) – telenowela, Polska 2026 (patrz obok)
18.40 **Akacjowa 38** (1012) – telenowela, Hiszpania 2018
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicystyczny, Polska 2026



18.05 TELENOWELA

Klan (4789)

Dżesika chce jak najszybciej ruszyć z nagrywaniem vloga w nowym wnętrzu. Miłosz (Konrad Darocha, zdj.) odreagowuje stres na planie zdjęciowym, a po pracy idzie na karate. Borys i Norbert (Jakub Świderski, zdj.) namawiają go na piątkowy wypad do klubu. **35 min**



20.30 KRYMINALNY

Ojciec Mateusz 36 (463)

Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie śmierci współwłaściciela siłowni, znanego z uczestnictwa w rozbojach. Mężczyzna został cztery razy ugodzony nożem. Tymczasem do księdza (Artur Żmijewski, zdj.) przybywa poturbowana kobieta. Prosi, by nie powiadamiać pogotowia i policji. **55 min**

20 20.10 **Sport, Pogoda**
20.30 **Ojciec Mateusz 36** (463): Dziewczyna z lasu – serial kryminalny, Polska 2026 (patrz obok)
21.25 **Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
22.30 **Klangor** (4, 5) – serial kryminalny, Polska 2021 (patrz obok)
Rafał namawia do współpracy więźnia, który kontaktuje go ze swoim człowiekiem na zewnątrz. **110 min**
0.20 **Złoto pustyni**
FILM – film wojenny, USA 1999, reż. David O. Russell, wyk. George Clooney, Ice Cube
2.15 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
3.15 **Sprawa dla reportera** – pr. Elżbiety Jaworowicz
4.30 **Notacje** – cykl dokumentalny, Polska 2007 ▶ 4.40



22.30 KRYMINALNY

Klangor (4, 5)

Policja znajduje na barce ubrania Gabi. Są tam również narkotyki i ślady krwi. Rafał (Arkadiusz Jakubik, zdj.) nie wierzy, by jego córka mogła popełnić samobójstwo. Na jaw wychodzą nowe fakty. **110 min**

TVP 2

4.35 **Na dobre i na złe** (985): Darmowa porada prawna – serial obyczajowy, Polska 2026
5.30 **M jak miłość** (1894) – serial obyczajowy, Polska 2025
6.20 **Operacja zdrowie** (94) – magazyn medyczny, Polska 2026
6.55 **Barwy szczęścia** (3453) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn, Polska 2026
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.50 **Jedzenie ma znaczenie** (38) – magazyn kulinarny, Polska 2026 (patrz obok)
12.30 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
13.15 **Panna młoda** (264) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** – teleturniej, Polska
14.35 **Na sygnale** (964): Daj sobie szansę – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (533) – serial obyczajowy, Hiszpania 2024
Curro nie potrafi uwolnić się od poczucia winy po śmierci Paca. Petra ujawnia Santosowi to, co podsłuchała o okolicznościach odejścia jego matki. Wkrótce sierżant Burdina aresztuje Manuela. **55 min**
16.00 **Koło fortuny** – teleturniej, Polska 2026
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (265) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Hancer zapewnia Cihana, że nie będzie już więcej spotykać się z Melihem. Rozmowa Engina z Beren wzbudza w Sili zazdrość. **55 min**
18.15 **Va banque** – teleturniej, Polska
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3453) – serial obyczajowy, Polska 2026
19.55 **Domowe patenty 3** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2026



11.50 KULINARNY

Jedzenie ma znaczenie (38)

Autorzy wraz z ekspertami z sprawdzają, jak dieta może spowolnić proces starzenia. Analizują składniki kluczowe dla utrzymania zdrowych kości i mięśni oraz wyjaśniają, dlaczego po trzydziestce organizm zaczyna tracić wapń i jakie może to mieć konsekwencje. **40 min**



20.05 OBYCZAJOWY

Barwy szczęścia (3454)

Stański (Lesław Żurek, zdj.) uświadamia żonie, że nie zgodził się na jej powrót do hotelu. Kasia martwi się o Ksawerego, który ucieka do miasta i spędza czas z kolegami mającymi ryzykowne pomysły. Natalia mówi Majakowi, gdzie może znajdować się nóż użyty w ataku na Michała. **35 min**

20.05 **Barwy szczęścia** (3454) – serial obyczajowy, Polska 2026 (patrz obok)
20.40 **Postaw na milion** – teleturniej, Polska
21.40 **Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2** (9) – magazyn kulinarny, Polska (patrz obok)
22.20 **SOR** (7) – serial obyczajowy, Polska 2026
23.00 **Rodzinka.pl** (325) – serial komediowy, Polska 2026
23.30 **Europa da się lubić – nowe pokolenie** (12) – pr. rozrywk., Polska 2026
0.30 **Peaky Blinders 5** (26) – serial kryminalny, Wielka Brytania 2019
1.40 **80 milionów** – komedia
FILM sensacyjna, Polska 2011, reż. Waldemar Krzystek
3.30 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2018
4.00 **Serial** ▶ 4.25



21.40 KULINARNY

Super Gary. Gotuj z Bosacką! 2 (9)

Katarzyna Bosacka (zdj.) odwiedza polskie rodziny i pomaga im zmienić nawyki żywieniowe. Pokazuje, że jedzenie to styl życia wpływający na zdrowie, dlatego uczy, jak kupować mądrze. **40 min**

POLSAT

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny, Polska 2026
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.20 **Trudne sprawy** (1148) – serial paradokumentalny, Polska 2022
9.20 **Dlaczego ja?** (855, 856): 28-latka mieszka z małym dzieckiem w samochodzie; Tajemniczy motocyklista sieje niepokój w rodzinie – serial paradokumentalny, Polska 2018
11.20 **Dlaczego ja?** (857): 10-latek wozi matkę samochodem – serial paradokumentalny, Polska 2018 (patrz obok)
12.20 **Gliniarze** (1079-1081) – serial paradokumentalny, Polska 2025
15.30 **Wydarzenia 24**
15.50 **Pogoda**
15.55 **Gliniarze** (1156): Dlaczego nie? – serial paradokumentalny, Polska 2026
Emerytowany wychowawca zakładu karnego zostaje znaleziony martwy w swoim domu. Detektywi odkrywają, że utrzymywał relacje z byłymi wychowankami. **60 min**
16.55 **Gliniarze. Śląsk** (4): Szafir – serial kryminalny, Polska 2026
Śledztwo w sprawie gwałtu kieruje się ku lokalnym narkomanom. Dwa incydenty wywołują brzemienny w skutkach konflikt między Martą a Piterem. **65 min**
18.00 **Pierwsza miłość** (4300) – serial obyczajowy, Polska 2026
Maurycy martwi się brakiem kontaktu z Lucynką i Bronką. Rusza na Podlasie. Na miejscu zastaje roztrzęsionego Zdzicha. Wychodzi na jaw, że ukochana zaczęła rodzić. **50 min**
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
19.30 **Sport, Pogoda**
19.55 **Milionerzy** – teleturniej, Polska 2026



11.20 PARADOKUM.

Dlaczego ja? (857)

Grzegorz Malec od 10 lat jest szczęśliwym mężem Wiktorii. Matka mężczyzny, która nigdy nie przepadała za synową, traci do niej cierpliwość. Twierdzi, że kobieta jest z nim tylko dla jego majątku. Wkrótce Grzegorz zwraca uwagę służb. Okazuje się, że oszukał wiele osób. **60 min**



20.30 REALITY SHOW

Nasz nowy dom (386-ost.)

Druga odsłona spotkań ekipy z rodzinami biorącymi udział w programie. Elżbieta Romanowska (zdj.) i fachowcy odwiedzają odmienione domy w różnych zakątkach Polski oraz ich gospodarzy. Mają okazję sprawdzić, czy remont faktycznie okazał się początkiem lepszego życia domowników. **80 min**

20.30 **Nasz nowy dom** (386-ost.) – reality show, Polska 2026 (patrz obok)
W świątecznej atmosferze nie zabraknie wzruszających wspomnień. Dariusz Wardziak, znany jako Darek Stolarz, ponownie wcieli się w rolę Świętego Mikołaja. **80 min**
21.50 **Anioły i demony** – thriller,
FILM USA 2009, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks, Ewan McGregor, Stellan Skarsgard (patrz obok)
W gronie kandydatów na stanowisko reżysera był Clint Eastwood. Ron Howard jednak zobowiązał się do objęcia tej funkcji w kontrakcie. **180 min**
0.50 **Siostry** – komediodramat,
FILM USA 2005, reż. Curtis Hanson
3.40 **Kabaretowa Ekstraklasa** (112) – program rozrywkowy, Polska 2017



21.50 THRILLER

Anioły i demony

Profesor Langdon (Tom Hanks, zdj.) usiłuje pokrzyżować przestępcze plany członków sekty iluminatów. Zamierzają oni wysadzić w powietrze Watykan, w którym właśnie odbywają się obrady konklawe. **180 min**

▶ – godzina zakończenia programu

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji

TVN

DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1551) – serial paradokumentalny, Polska 2023
6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywk., Pol. 2025
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.20 Doradca smaku (26) – magazyn kulinarny, Polska 2026
11.30 Kuchenne rewolucje (4, 6) – program rozrywkowy, Pol.
Ekipa odwiedza Puławy. Niedaleko centrum mieści się restauracja Cudnie. Lokal prowadzą Karolina i Damian. Sala świeci pustkami, dziennie zjawia się tam średnio pięciu gości. Para musi więc co miesiąc dopłacać do interesu. **130 min**
13.40 Ukryta prawda (1733-1735) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Beata i Grażyna, rozwiedzione przyjaciółki po pięćdziesiątce, decydują się wspólnie zamieszkać i żyć na własnych zasadach. Ich spokój zakłóca Wojciech. Jego urok sprawia, że kobiety zaczynają rywalizować o jego względy. **190 min**
16.50 Szpital św. Anny (101) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na SOR trafia 35-latka po przeszczepie serca. Jej stan szybko się pogarsza. Nowa fizjoterapeutka, niewidoma Nina, wzbudza podziw Sergiusza. Krzysztof wie, że jest ojcem dziecka Darii. Chce sprostać sytuacji. **65 min**
17.55 Detektywi (167) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Śledczy badają sprawę zniknięcia Aurelii. Policja i rodzina kobiety uznali, że popełniła samobójstwo, choć jej ciała nie odnaleziono. Katarzyna Kowalik i Roman Łabaj wpadają na trop handlarzy żywym towarem. **65 min**
19.00 Fakty
19.35 Sport, Pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów (patrz obok)



19.55 MAGAZYN

Uwaga!
Ryszard Cebula (zdj.) wraz z zespołem reporterów porusza trudne sprawy zwykłych ludzi, walcząc o sprawiedliwość. W jednym z ostatnich odcinków dziennikarze zajęli się kwestią zaginionej Emilii Koprowskiej, której ciało zostało odkryte w okolicach jeziora Kopań. **20 min**



20.50 ROZRYWKA

Kuchenne rewolucje (14)
Na Wyspie Spichrzów w Gdańsku Ranjit prowadzi lokal Smaki Indii, w który zainwestował 2,5 miliona złotych. Mimo atrakcyjnej lokalizacji restauracja nie przyciąga gości i przynosi duże straty. Właściciel prosi o pomoc Magdę Gessler (zdj.), która próbuje znaleźć przyczyny niepowodzeń. **70 min**

20.15 Na Wspólnej (4323) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.50 Kuchenne rewolucje (14) – pr. rozr., Polska (patrz obok)
22.00 Dwa tygodnie na miłość FILM – komedia romantyczna, USA/Australia 2002, reż. Marc Lawrence, wyk. Sandra Bullock, Hugh Grant, Alicia Witt, Dana Ivey (patrz obok)
0.00 Zbliżenie. Mówię Wam podcast (8) – pr. rozr., Polska
1.00 Szpital św. Anny (132) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.10 Uwaga! – magazyn reporterów
2.30 Młode gliny (71) – serial kryminalny, Polska 2026
3.30 Down the road 4 (7) – serial dokumentalny, Polska 2026
4.30 Jak to jest zrobione? (20) – serial dok., Wielka Brytania
5.05 Zamieszkać na plaży 6 (12) – program rozrywk., USA 2019



22.00 KOMEDIA

Dwa tygodnie na miłość
Prawniczka Lucy (Sandra Bullock, zdj.), zmęczona kaprysami szefa George'a (Hugh Grant, zdj.), składa wymówienie. Perspektywa rozstania uświadamia obojgu, co do siebie czują. **130 min**

TV PULS

DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (18, 19): Francuski numer; Ustawka – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (10, 11): Zmartwychwstanie cz.2; Dziennikarka – serial sensacyjny, Niemcy
10.00 Zaklinaczka duchów 5 (86) – serial fantasy, USA 2009-2010
Melinda rodzi syna. Odkrywa, że Aiden tak jak ona potrafi porozumiewać się z duchami zmarłych osób. Mimo wszystko usiłuje zapewnić mu normalne dzieciństwo. Uczy go, jak radzić sobie z darem. **60 min**
11.00 Kotka (86) – telenowela, Meksyk 2014 (patrz obok)
12.00 Mój grzech (23) – serial obyczajowy, Meksyk 2009 (patrz obok)
13.00 Wspaniałe stulecie (59) – serial kostiumowy, Turcja 2013-2014
14.00 Rodzinny interes 2 (52): Historyczny dzień – serial obyczajowy, Polska 2019
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 7 (316, 317) – serial obyczajowy, Polska 2020
Eduardo kocha swoją partnerkę, ale nie może jej poślubić. Wciąż ma żonę. Do lombardu przychodzi Ignac, aby kupić tablet. Niestety jego karta bankowa nie działa. **120 min**
17.00 Rodzinny interes 2 (53): Bezpieczny układ – serial obyczajowy, Polska 2019
Katarzyna marzy o dziecku, jednak jej mąż jest bezpłodny. Poznany w salonie Jakub jest gotów zostać dawcą nasienia. Paulina prosi mechaników, by naprawili wybitą przez złodzieja szybę. **60 min**
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1010, 1011) – serial obyczajowy, Polska 2026
Babula musi wyjaśnić sprawę śmierci uczestnika nielegalnych walk. Mariusz szuka Igorka. Przyniesiony do lombardu wariograf wzbudza zainteresowanie Lolka. **120 min**



11.00 TELENOWELA

Kotka (86)
Lorenza przekonuje Giselę, że powinna wykorzystać swoją chorobę do szantażu emocjonalnego, wtedy Pablo jej nie zostawi. Ojciec Rivas mówi Esmeraldzie (Maite Perroni, zdj.), że Pablo przyszedł do kościoła by modlić się o przebaczenie za cierpienie, którego miał jej przysporzyć. **60 min**



12.00 OBYCZAJOWY

Mój grzech (23)
Renata i Rosario (Daniela Castro, zdj.) zamierzają rozdzielić Lucrecię i Juliana. Justina rozgłasza w miasteczku, że Matías sypia ze swoją siostrzenicą. Caramelo wyznaje ojcu, że Renata chciała się przez niego zabić. Mężczyzna tłumaczy mu, że dziewczynę interesują jedynie jego pieniądze. Julian zaś spotyka się z Manuelem. **60 min**

20.00 Infiltrator – film sensacyjny, FILM USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie/Wielka Brytania 2013, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Dwayne Johnson, Barry Pepper, Jon Bernthal, Susan Sarandon (patrz obok)
22.10 Tajny informator FILM – film sensacyjny, USA 2023, reż. Michael Oblowitz
0.00 Wykonać wyrok – film FILM sensacyjny, Kanada/USA 1990, reż. Deran Sarafian
2.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1042) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.00 Dzielnica strachu (7) – serial kryminalny, Pol. 2021
3.55 Menu na miarę (2) – program kulinarny, Pol. 2011
4.35 Taki jest świat 11 – program informacyjny, Pol.
5.00 Dzielnica strachu (10) – serial kryminalny, Pol. 2021



20.00 SENSACYJNY

Infiltrator
Przedsiębiorca John (Dwayne Johnson, zdj.), by uchronić przed karą więzienia swojego syna (Rafi Gavron), zawiera układ z prokuraturą. Ma przeniknąć w szeregi przestępców i zdobyć cenne informacje. **130 min**

TVN 7

DVB T2

5.15 Ten moment (50) – serial paradokumentalny, Polska 2015-2016
5.50 Szkoła (623-625) – serial paradokumentalny, Polska 2018
8.40 Ukryta prawda (1443, 1652, 1653) – serial paradokumentalny, Polska
11.45 W-11 – Wydział Śledczy (851-853) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011 (patrz obok)
Anna Potaczek i Maciej Dębosz poszukują upośledzonej umysłowo dziewczyny. Niebawem zostają znalezione jej zwłoki. Ślady wskazują na gwałt. Matka uważa, że sprawcą zbrodni jest sąsiad. **125 min**
13.50 Detektywi (225) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Klient martwi się o kobietę, którą poznał za pomocą aplikacji randkowej. Po kilku spotkaniach nagle zniknęła. Katarzyna Kowalik i Jakub Nowacki rozpoczynają poszukiwania. Trop wiedzie ich do stadniny Ages. **65 min**
14.55 Szpital św. Anny (187) – serial obyczajowy, Polska 2026
Na SOR trafia 63-letni mężczyzna, który stracił przytomność. Badania ujawniają guza w sercu. Tomek stresuje się zbliżającym ślubem. Wspierający go Wojtek słyszy od kolegi, że Kaja rozstała się z Wiktorem. **60 min**
15.55 Ukryta prawda (1238) – serial paradokumentalny, Polska 2021-2022
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (10, 11) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019
Klara jest oskarżona o spowodowanie wypadku pod wpływem alkoholu i ucieczkę. Pierwsza rozprawa zostaje odroczona, gdyż ofiara umiera w szpitalu w wyniku odniesionych obrażeń. **120 min**
19.00 Ukryta prawda (1486) – serial paradokumentalny, Polska 2023 (patrz obok)



11.45 FAB.-DOKUM.

W-11 – Wydział Śledczy (851-853)
Joanna Czechowska i Sebastian Wątroba (oboje na zdj.) prowadzą śledztwo w sprawie śmierci kobiety, którą zamordowano we własnym mieszkaniu. Komisarze kierują podejrzenia w stronę męża. Wiadomo, że kłócił się o pieniądze na leczenie syna. **125 min**



19.00 PARADOKUM.

Ukryta prawda (1486)
Ilona prowadzi dom seniora razem z bratem, który dużo imprezuje. Krewni jednej z pensjonariuszek dostrzegają, że staruszka dziwnie się zachowuje. Testy wykazują obecność narkotyków. Bliscy zabierają ją z ośrodka, a rodzeństwu grozi pozew. Wkrótce ktoś opisuje całe zdarzenie w internecie. **60 min**

20.00 Och, Karol – komedia FILM obyczajowa, Polska 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński, Dorota Kamińska, Danuta Kowalska, Jolanta Nowak (patrz obok)
W 2011 roku powstał remake. Jana Piechocińskiego zastąpił Piotr Adamczyk. **135 min**
22.15 Nigdy w życiu! – komedia FILM romantyczna, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski
0.30 Zabójcza broń 2 FILM – film sensacyjny, USA 1989, reż. Richard Donner
2.55 Prawdziwy horror 3 (9) – serial dokumentalny, USA 2016
3.55 Fachowcy 2 (3) – serial paradokumentalny, Polska 2018
4.30 Usterka 11 (15) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2019



20.00 KOM. OBYCZ.

Och, Karol
Architekt Karol (Jan Piechociński, zdj.) jest podrywaczem. Żona wybacza mu romanse, ale inne partnerki oczekują wierności. W końcu zastaje on w domu cztery panie, które chcą dać playboyowi nauczkę. **135 min**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

CZWARTEK 3 grudnia

TVP 3

11.50 Niezwykłe miejsca
12.00 Telekurier – mag., Polska
12.30 Okrasa łamie przepisy
13.00 Agrobiznes – mag.
13.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
14.20 Poznaj region – cykl fel.
14.30 Program informacyjny 14.30
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień – inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Z indeksem w ręku
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.13 Gość Regionów – publ.
20.30 Telekurier – mag., Polska
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów

OBYCZAJOWY



22.30 Złoty chłopak (296)
Ferit znajduje ochroniarza, który ujawnia, kto zamienił kamienie. Seyran przygotowuje się na spotkanie z inwestorami i zaprasza Wielką Panią na kolację. **60 min**

23.30 Kryminalna siódemka
23.55 Panorama
0.25 Program informacyjny 19.30
1.15 Dziennik regionów
1.40 Dziedzictwo (950)
2.30 Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz – publ.
3.20 Program informacyjny 19.30
3.50 Jedzenie ma znaczenie

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

TVP POLONIA

14.45 Słowo daję! – magazyn
15.00 Serwis Info – pr. inform.
15.10 Zakochaj się w Polsce (266) – magazyn
15.35 Słownik polsko@polski (704) – talk-show, Polska
16.00 Tamte lata, tamte dni
16.30 Barwy szczęścia (3422) – serial obycz., Pol. 2026
17.00 Teleexpress
17.20 Gra słów. Krzyżówka
17.50 Teleexpress Extra – inf.
18.15 Tańcząca ze światem – Jordania (4) – magazyn
18.45 Panorama
19.20 Niezwykłe miejsca
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – pr. publ.
20.10 Sport, Pogoda

OBYCZAJOWY



20.25 Ranczo 4 (48) – Pol. 2009
Sfera budżetowa wsi, reprezentowana przez nauczycieli szkoły i doktora Wezóła żąda podniesienia płac. Przywódcą strajkujących zostaje Witebski. Powstaje gminna telewizja internetowa. **55 min**

21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Ekstradycja 3 (3) – sens.
23.20 Panorama
23.50 Tajemnica „Gwiaździstej eskadry” – film dok.
1.10 Dziennik regionów
1.30 Program informacyjny 19.30
1.55 Pytanie dnia – pr. publ.
2.05 Sport, Pogoda
2.15 Ojciec Mateusz 27 (353, 354) – serial krym.

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (17, 18) – serial sensacyjny
7.55 Bogaty dom – biedny dom (139) – reality show, Polska 2025
8.55 Policjantki i Policjanci (783-785) – serial obyczajowy, Polska 2020
11.55 Uroczysko (5, 6) – serial krym., Polska 2023-2024
12.55 Trudne sprawy (907-909) – serial paradok.
16.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (447, 498) – reality show, Polska
18.00 Policjantki i Policjanci (1376, 1377) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Uroczysko (215, 216) – serial kryminalny, Polska

KRYMINALNY



21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (160)
W dokach dochodzi do zamachów, w których ginie osiem osób. Berg i Pietras trafiają na podejrzanych z bronią, zapalnikami i zdjęciami kryjówek gangu, co wskazuje na plan likwidacji grupy. **65 min**

22.10 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1043) – krym., Pol. 2026
23.10 Glass – thriller, USA/Chiny
FILM 2019, wyk. James McAvoy
1.55 Love Island. Wyspa miłości (13) – reality show, Wielka Brytania
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (10) – dok.
3.25 Lubię disco! (312) – muz.

PULS 2

11.35 Tomek i przyjaciele: Naprzód lokomotywy! 27 – serial anim.
12.00 Lwia Straż – serial anim.
13.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka
13.35 Smerfy – serial anim.
14.00 Baranek Shaun 6
14.35 Marta mówi 2 – anim.
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 6 – anim.
15.35 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot 4 – anim.
16.00 Koci domek Gabi
17.00 Fineasz i Ferb – anim.
18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 – serial anim.
19.00 Kacze opowieści
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 19 (1066)

DRAMAT SENSACYJNY



21.00 Champion – USA/Niemcy
FILM 2002, reż. Walter Hill
Pięściarz George (Ving Rhames, zdj.) trafia do zakładu karnego, w którym przebywa skazaniec uchodzący za najlepszego boksera wśród więźniów. Mężczyźni spotykają się na ringu. **120 min**

23.00 Piekielna noc
FILM – thriller, USA 2007, wyk. Big Daddy Kane
0.30 Dzielnica strachu 4 (141, 142) – serial krym.
2.50 Lombard. Życie pod zastaw 3 (104) – obycz.
3.55 Lombard. Życie pod zastaw 8 (368) – obycz.
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 6 (267) – obycz.

TVP ROZRYWKA

5.50 Zakochaj się w Polsce (56, 57) – magazyn
6.50 Gra słów. Krzyżówka – telet., Polska 2019-2026
7.20 Okrasa łamie przepisy
8.25 Familiada – teleturniej
9.00 Va banque – teleturniej
9.35 Koło fortuny – telet., Pol.
10.10 Makłowicz w podróży
10.50 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Zmiennicy (8) – kom.
14.20 Pan Mama (38, 39) – serial kom., Polska 2025
15.35 Europa da się lubić – nowe pokolenie (11) – pr. rozrywk., Pol. 2026
16.35 Kabaretomaniacy (47) – pr. rozrywk., Pol. 2019
17.25 Va banque – teleturniej

TELETURNIEJ



18.00 Koło fortuny – Pol.
Uczestnicy programu kręcą kołem, a następnie typują litery, które według nich mogą znajdować się w haśle. Ten, kto odgadnie je jako pierwszy, zatrzymuje wygraną w rundzie. **40 min**

18.40 Okrasa łamie przepisy
19.45 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny
20.25 Do śmiechu! (89, 41)
22.15 Malicki & Laskowik. The Best of (1)
22.50 Postaw na milion
0.40 Koło fortuny – telet., Pol.
1.55 Malicki & Laskowik. The Best of (12)
2.30 Kabaretomaniacy (44, 45) – pr. rozr., Polska

TTV HD

5.00 Złomowisko PL 10 (15)
6.00 24 godziny – mag. inf.
7.05 Sport
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 14 (18, 19)
8.30 Kartoteka (3, 4) – serial fab.-dokum., Polska 2011
10.35 Detektywi (226, 227)
12.35 Zakup w ciemno 3 (19)
13.35 Zakup w ciemno 8 (15)
14.35 Nic do ukrycia (3) – dok.
15.35 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (5)
16.45 Express, Pogoda – inf.
17.03 Raport smogowy – inf.
17.05 Sport
17.10 Nauka jazdy 6 (23)
17.40 Idź na całość 3 (12)
18.40 Żony Podlasia (3) – dok.
19.45 Express, Pogoda – inf.

REALITY SHOW



20.05 Zakup w ciemno 8 (16)
Dzisiejsza licytacja przyciągnie handlarzy przygotowanych na duże wydatki. W znacznych ilościach czeka na nich nietypowy towar z likwidacji. Okaże się, kto podejmie ryzyko. **60 min**

21.05 Zakup w ciemno extra 3 (12) – reality show
21.45 Express, Pogoda – inf.
22.00 Życie na kredycie 9 (27, 28) – reality show, Pol.
23.00 Damy i wieśniaczki. PL 12 (5) – fab.-dok., Pol.
0.00 Detektywi (218, 219)
2.00 Dobra robota 3 (6) – dok.
2.35 11 września: dni, które wstrząsnęły światem (1) – serial dok., Wlk. Bryt.

TVP 3 PROGRAMY LOKALNE

BIAŁYSTOK 16.55 Rozrywka retro **17.15** Słownik polsko@polski **17.40** Prywatne życie zwierząt **18.05** Życie po **18.15** Turbo Podlasie **18.30** Obiektyw **18.50** Gość „Obiektywu” **19.00** Sport, Pogoda **19.10** Pilna sprawa **19.20** Białostocka szkoła reportażu **21.00** Panorama łomżyńska **21.20** Gość „Obiektywu” **21.30** Obiektyw

BYDGOSZCZ 17.30 Biznes to biznes **18.15** Spotkania z ekologią **18.30** Zbliżenia **19.00** Rozmowa dnia **19.20** Woda bydgoska **21.00** Rozmowa dnia **21.20** Ekspert ZUS odpowiada **21.30** Zbliżenia **21.45** Sport, Pogoda

GDAŃSK 17.30 Reportaż TVP Gdańsk **17.50** Pin do kultury **18.15** Czyżewskiego 42 **18.30** Panorama **19.00** Wiatrak **21.00** Na 2 kontakty **21.15** Czyżewskiego 42 **21.30** Panorama

KATOWICE 17.16 Zdarzyło się **17.31** Papyn pyto **17.45** Mikrokosmosy **18.15** Protokół rozbieżności **18.30** Aktualności **18.55** Pogoda, Sport **21.15** Protokół rozbieżności **21.30** Aktualności **21.51** Sport

KRAKÓW 17.05 Prosto z lasu **17.20** Turystyczna jazda **17.35** U siebie **18.10** Magazyn medyczny **18.30** Kronika **18.55** Tematy dnia **19.18** Kronika kulturalna **21.03** Wykrywacz kłamstw **21.21** Bezbłędnie **21.30** Kronika **21.45** Tematy dnia

LUBLIN 17.55 Historie niezapisane **18.10** Agrowieści **18.30** Panorama lubelska **18.59** Halo, seniorzy! **21.02** Nie taki internet straszny **21.15** Gość „Panoramy” **21.30** Panorama lubelska

ŁÓDŹ 17.15 Teatr Wielki zza kulis **17.30** Reportaż **17.45** Sport po łódzku **18.15** Na wschód od Łodzi **18.30** Łódzkie wiadomości dnia **18.50** Sport, Pogoda **19.00** Kulturalnie po Łodzi i regionie **19.15** Świat na cztery łapy **21.00** Zapraszamy do nas **21.30** Łódzkie wiadomości dnia

POZNAŃ 17.30 Teleskop **17.45** Wspólne popołudnie **18.30** Teleskop **18.54** Rozmowa dnia **19.05** Wiek to tylko liczba **21.02** Wykrywacz kłamstw **21.30** Teleskop

RZESZÓW 17.30 Świat na cztery łapy **17.45** Rzeszowskie lekcje architektury **18.00** Ostatni mistrzowie **18.13** Z życia regionu **18.30** Aktualności **18.58** Z życia regionu **19.15** Stacja Rzeszów Główny **21.00** Wykrywacz kłamstw **21.30** Aktualności

SZCZECIN 17.30 Raport naukowy **17.53** Całkiem niezła historia **18.05** Pełnosprawni **18.30** Kronika **18.52** Wokół nas **19.00** Polskie ślady **21.00** Wokół nas **21.08** Z indeksem w ręku **21.20** Idzie weekend **21.30** Kronika **21.50** Rozmowa dnia

WARSZAWA 17.01 Dobrego dnia **17.37** Skarby Kół Gospodyń Wiejskich. Przepis na bliskość **18.00** Zawsze na temat **18.30** Kurier Warszawy i Mazowsza **19.04** Reagujemy **21.00** Zawsze na temat **21.30** Kurier Warszawy i Mazowsza

WROCŁAW 17.14 Szlachetne zdrowie **17.34** Świat na cztery łapy **17.48** Pamięć Miasta **18.02** Interwencja **18.30** Fakty **18.58** Rozmowa „Faktów” **19.11** Prosto z lasu **21.02** W swoim czasie **21.16** Rozmowa „Faktów” **21.30** Fakty

TVP HD

10.45 Gra słów. Krzyżówka
11.20 Na sygnale (948, 949)
12.25 Ojciec Mateusz 17 (225)
13.20 Komisarz Alex 14 (170)
14.15 Ranczo 5 (64, 65) – obycz.
16.10 Tańcząca ze światem – Tunezja – magazyn
16.40 Pociąg do Polski (5) – dok.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 6 (74)
19.20 Ranczo 9 (111) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (300, 301)
21.25 Komisarz Alex 26 (321)
22.20 Obietnica – dramat
FILM kryminalny, USA 2001
0.25 Zabójstwo Jessego
FILM **Jamesa przez tchórzliwego Roberta Forda** – western, USA/Kan./Wielka Brytania 2007

BBC FIRST

10.40 Ojciec Brown 13 (6, 7)
12.40 London Kills 2 (2) – krym.
13.40 Tajemnice Majorki (3)
14.30 Morderstwa w Midsomer (3) – krym.
15.20 Detektyw z Chelsea (3)
16.15 Tajemnice Brokenwood 3 (3) – krym.
18.00 Morderstwa w Midsomer 18 (6) – serial krym., Wlk. Bryt.
19.55 Śmierć pod palmami 4 (8) – krym., Wlk. Bryt./Fr.
21.00 Na niebieskich światłach (5, 6) – krym.
23.10 Zaginiona (3) – serial krym.
0.15 Koroner 2 (10) – krym.
1.10 Śmierć pod palmami 4 (8) – krym., Wlk. Bryt./Fr.

TVP KULTURA

10.30 Braciszek – film obyczajowy, Polska 2007
12.20 Reżyserzy (5) – serial dok.
13.20 Czterdziestolatek (16)
14.25 Stan posiadania – dramat
FILM psychologiczny, Polska 1989
16.20 Daleko od szosy (5)
17.40 Którędy po sztukę – mag.
17.45 Tuż obok. O rzeźbie w przestrzeni publicznej (5) – cykl dok.
18.05 Kulturalni – magazyn kult.
18.55 Rawhide 4 (109) – przyg.
20.00 Czwartkowy klub filmowy – magazyn filmowy
20.05 Książę i aktoreczka
FILM – komedia romantyczna, Wielka Brytania/USA 1957
22.15 Hala odlotów – talk-show
23.15 Zupa nic – komediodramat, Polska 2021
FILM

ROMANCE TV

11.25 Lato w Amsterdamie
FILM – melodramat, Niemcy 2014
13.20 Kryminał z Bolzano
FILM **– W pułapce** – film kryminalny, Niemcy 2017
15.15 Lato we Włoszech – film
FILM obyczajowy, Niemcy 2025
17.05 Górski lekarz (5, 6) – serial obycz., Niemcy/Austria
19.00 Górscy ratownicy (138)
20.00 Inga Lindström: Decyzja
FILM **podjęta nad rzeką** – film obyczajowy, Niemcy 2005
21.50 Dr Nice – Złamane serca
FILM – film obycz., Niemcy 2024
23.45 Górscy ratownicy (138)
0.45 Inga Lindström: Decyzja
FILM **podjęta nad rzeką** – film obyczajowy, Niemcy 2005

ANTENA HD

10.35 Zakazana miłość (37, 38)
12.30 77 TV 4 (9) – pr. rozr., Polska
13.35 Wojny kontenerowe 2 (8) – serial dokumentalny
14.05 Złapać przemytnika (37)
15.05 Australijscy poszukiwacze złota 5 (10) – serial dok., Australia
16.05 Klątwa Wyspy Dębów 3 (12, 14) – reality show, USA
18.00 77 TV 5 (29) – pr. rozr., Pol.
19.00 77 TV 6 (1) – pr. rozr., Polska
20.00 Kryminalny duet 3 (24)
21.05 Detektyw Candice: Niezawodny instynkt 9 (6, 7) – serial kryminalny, Fr.
23.30 Sprawa Iwony Wieczorek (2) – film dok.
0.35 Atlantyda odnaleziona (1) – film dokum., Wlk. Bryt.
2.35 Celnicy 3 (2-4) – serial dok.

COMEDY CENTRAL

8.55 The Office PL 2 (7, 8)
9.55 Przyjaciele 2 (3-6) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 4 (17-22) – kom.
14.30 Dwóch i pół (7-10) – kom.
16.30 Przyjaciele 2 (7-10) – kom.
18.30 The Office PL 2 (9, 10)
19.35 Duchy (9, 10) – fantasy
20.35 Teoria wielkiego podrywu 8 (18-20) – kom.
22.00 The Office PL 4 (11, 12)
23.05 Comedy Club 4 (4, 5)
0.05 Miasteczko South Park 16 (6, 7)
1.00 Pracoholicy 5 (8, 9) – kom.
2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (7, 8) – rozr., Wielka Brytania
3.00 Miasteczko South Park 16 (3-5)

TV 6

6.00 Więzienie (156, 157) – dok.
6.55 Policjantki i Policjanci (915, 916) – serial obycz.
8.55 48h. Zaginieni (107-111) – serial kryminalny, Polska
13.55 Policjantki i Policjanci (1303) – serial obycz., Polska
14.55 Uroczysko (252, 253) – serial kryminalny, Polska
16.00 Strażnik Teksasu (24, 25, 19, 20) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (99, 100) – serial kryminalny, USA 2006
22.00 Mentalista 2 (41) – krym.
23.00 Boski żigolo w Europie
FILM – komedia, USA 2005, reż. Mike Bigelow
0.40 Kości (235, 236) – krym.
2.40 Septagon (69-71) – krym.
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN FABUŁA

9.50 Młode gliny (64) – krym.
10.55 Magda M. 3 (4) – obycz.
11.55 Prawo Agaty 4 (2, 3)
13.55 Młode gliny (65) – krym.
14.55 Detektywi (742, 743)
16.05 Na Wspólnej (196, 197)
17.10 Grażyna Torbicka zaprasza 2 – magazyn film.
17.55 Gniew tytanów – film
FILM przyg., USA/Hiszpania 2012
20.00 Diuna – film s.f., Kanada/
FILM Norwegia/USA 2021
23.15 Odważna – thriller, USA/
FILM Australia 2007
1.45 Jak Boss – komedia, USA
FILM 2020, reż. Miguel Arteta
3.20 Alfabet filmowy – mag.
3.25 Andrzej Sołtysik przedstawia – mag. film.

STOPKLATKA

6.00 **Kabaretowe hity** (5) – pr. rozrywk., Pol. 2023
6.55 **Wojciech Cejrowski – boso przez świat** – cykl reportaży
8.00 **Robert Makłowicz** (150, 161) – mag. kulin.
9.50 **Vera 5** (4) – serial krym., Wielka Brytania 2015
12.00 **MacGyver** (1, 2) – serial sensacyjny, USA/Kanada
14.00 **Katastrofy w przestworzach** (8, 6, 3) – serial dok., Kan.
18.00 **Wojny magazynowe: Kanada** (34, 35) – reality show, Kanada 2013
19.10 **Aukcja w ciemno 2** (12, 13) – serial dokum., USA 2012-2013

POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**
6.30 **Pielęgniarki** (44) – serial paradokumentalny, Polska
7.30 **Na ratunek 112** (897, 898) – paradok., Pol.
8.30 **Sekrety rodziny** (302-304) – paradok., Pol.
11.30 **Trudne sprawy** (1255) – serial paradokumentalny
12.35 **Więzienie** (174-177) – serial dokumentalny, Pol.
14.30 **Świat według Kiepskich** (76-80) – kom.
17.00 **Komisarz Mama** (6) – serial kryminalny, Polska
18.00 **Dlaczego ja?** (1320, 1321) – serial paradokumentalny, Polska
20.00 **Gliniarze** (1101, 1031) – serial paradokum., Pol.

TVP SERIALE

5.25 **Rodzinka.pl** (207, 208) – serial kom., Polska 2017
6.30 **Na sygnale** (590, 591)
7.35 **Ojciec Mateusz 11** (140)
8.35 **Komisarz Alex 14** (171)
9.25 **Rodzinka.pl** (209) – kom.
9.55 **Klan** (1555) – telen., Pol.
10.40 **Ranczo 6** (77) – obycz.
11.25 **Ojciec Mateusz 36** (462)
12.25 **Na sygnale** (964)
13.00 **Rodzinka.pl** (293) – kom.
13.35 **Ojciec Mateusz 4** (45, 46) – krym., Pol. 2010
15.35 **Komisarz Alex 14** (172) – serial kryminalny, Polska
16.25 **Na sygnale** (592, 593) – serial fabularno-dokum.
17.35 **Ranczo 7** (79, 80) – obycz.
19.30 **Ojciec Mateusz 4** (47) – serial kryminalny, Polska

KINO POLSKA

6.00 **Złoty interes 2** (7) – program rozrywkowy, 2023
6.50 **Polska z góry. Nad wodą 2** (5, 6) – serial dok.
7.45 **Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
7.55 **Stawiam na Tolka Banana** (3, 4) – obycz.
9.30 **Nibylandex** – film krótkometrażowy, 2026
9.55 **Pieczone gołąbki** FILM – komedia, 1966, wyk. Adam Mularczyk
11.55 **Ada! To nie wypada!** FILM – komedia, 1936, wyk. Loda Niemirzanka
13.55 **Pan Wołodyjowski** FILM – film historyczny, 1968
17.15 **Pogranicze w ogniu** (21, 22) – serial sensacyjny

AXN

6.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 7** (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kanada 2006
7.30 **Agenci NCIS 14** (6, 7) – serial sensacyjny, USA
9.15 **Castle 4** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2012
11.10 **Detektyw Monk 2** (9, 10) – serial kryminalny
13.10 **Agenci NCIS 14** (8, 9) – serial sensacyjny, USA
15.10 **Zabójcza broń** (12, 13) – serial sensacyjny, USA
17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (6, 7) – serial kryminalny, USA/Kanada 2012
19.05 **Castle 4** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2012

CANAL+ PREMIUM

7.40 **Girl Climber. Wspinaczka** – film dok.
9.05 **Moje pieczone** FILM **kurczaki** – film obyczajowy, Polska 2002
10.10 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
10.15 **Arco** – anim., Francja/ FILM USA/Wielka Brytania 2025
11.45 **Pan Tadeusz** – film FILM kostiumowy, Pol./Fr. 1999
14.15 **Balony** – film krótkometr.
14.45 **Niemożliwe** FILM – dramat katastroficzny, Hiszpania/USA 2012
16.35 **Hollywood Buzz** – mag.
17.05 **Łapu capu** – pr. rozr., Pol.
17.10 **Trzej muszkieterowie** FILM – kostium., Niem./Francja/ Wielka Brytania 2011
19.00 **The Office PL 6** (7, 8)

THRILLER



20.00 Zaraz wracam – USA/ FILM Kanada/Niemcy 2008

Della (Kim Basinger, zdj.), wracając z centrum handlowego, naraża się czterem bandytom. Ucieka, ale przestępcy ruszają jej tropem. Kobieta robi wszystko, by nie wpaść w ręce prześladowców. **110 min**

21.50 **Seksmisja** – komedia s.f., FILM Polska 1983, wyk. Jerzy Stuhr, Olgierd Łukaszewicz
0.30 **Kamienie na szaniec** FILM – dramat wojenny, Polska 2014, wyk. Tomasz Ziętek
2.50 **Wałęsa. Człowiek** FILM **z nadziei** O – film biograficzny, Polska 2013
5.45 **Zakalec** – film krótkometrażowy, Polska 2024

OBYCZAJOWY



22.00 Bracia (9) – Polska 2023

Piotr wyprowadza się do matki. Kryzysowa sytuacja zbliża go do Adama. Wszyscy bracia spotykają się na jachcie ojca. Odreagowują stres alkoholem, prowadząc rozmowy do rana. **60 min**

23.00 **Ślad** (72, 73) – krym., Pol.
1.00 **Zdrady** (168) – paradok.
2.05 **Wydarzenia**
2.45 **Interwencja** – mag.
3.00 **Ewa gotuje** (503, 504) – magazyn kulinarny
4.00 **SuperLudzie** (10, 13) – serial dokumentalny, Pol.
5.10 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (145) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

KRYMINALNY



20.25 Komisarz Alex 26 (332) – Polska 2026

Ginie proboszcz Stanisław Lachota. Funkcjonariusze ustalają, że miał konflikt z 42-letnim Gerardem. Gdy policja chce przesłuchać podejrzanego, okazuje się, że mężczyzna zaginął. **60 min**

21.30 **Ranczo 7** (81, 82) – obycz.
23.25 **Ojciec Mateusz 4** (48) – serial kryminalny, Polska
0.15 **SOR** (6, 7) – serial obycz.
1.40 **Ekstradycja 2** (3, 4) – serial sensacyjny, Polska
3.35 **Wojenne dziewczyny 4** (46) – serial hist., Pol. 2021
4.20 **Klan** (1555) – telen., Pol.
4.45 **Zaraz wracam 3** (180) – serial obycz., Pol. 2026

KOMEDIA



20.00 Miś – 1981, reż. FILM Stanisław Bareja

Prezes Ochódzki (Stanisław Tym, zdj.) stara się dotrzeć do banku w Londynie przed byłą żoną. Ma zniszczony paszport, więc usiłuje znaleźć sobowtóra, by wykorzystać jego dokumenty. **155 min**

22.35 **7 uczuć** – komediodram., FILM 2018, wyk. Michał Koterski, Katarzyna Figura
0.55 **Wyjazd integracyjny** FILM O – komedia obycz., 2011
2.55 **Obcy musi fruwać** FILM – komediodramat, Polska/Niemcy 1993
5.00 **High Life** O – film krótkometrażowy, 2024
5.30 **Tama** – etiuda film., 2024

KRYMINALNY



21.05 FBI: International (1)

Agent specjalny Scott Forrester wraz ze swoim zespołem jedzie do Chorwacji. Ekipa prowadzi tam poszukiwania amerykańskiego zbiega, śledztwo jednak szybko się komplikuje. **55 min**

22.00 **FBI: International 2** (2) – serial kryminalny, USA
23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 13** (6, 7) – krym., USA/Kanada
0.45 **Castle 4** (18, 19) – krym.
2.40 **FBI: International** (1) – serial kryminalny, USA 2021, wyk. Luke Kleintank
3.35 **FBI: International 2** (2)
4.25 **FBI: Most Wanted 2** (2)
5.10 **Blok promocyjny AXN**

SENSACYJNY



20.00 Strefa uderzenia – USA PREMIERA 2026, reż. LeeAnne Bauer FILM

Kalifornię pustoszy atak atomowy. Cywilizacja upada. Grupa ludzi, którzy przebywali w tym czasie w schronie, rozpoczyna walkę o przetrwanie. **80 min**

21.20 **Ekspedycja XD** – kom.
22.15 **S.W.A.T. Exiles** (5) – sens.
23.05 **Piła 3** O – thriller, FILM USA 2006, wyk. Tobin Bell
0.50 **Klucz do koszmaru** FILM – horror, USA/Niemcy 2005, wyk. Kate Hudson
2.35 **Trzy miłości** O – thriller FILM erotyczny, Polska 2025

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

13 ULICA

6.40 **Niewidomy detektyw** (6) – krym., Austria/Niem. 2022
8.30 **Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (20) – sens.
9.30 **Chicago P.D. 11** (1) – krym.
10.25 **Bez śladu 7** (3, 4) – krym.
12.15 **Kapitan Marleau 3** (3)
14.15 **Niewidomy detektyw** (7)
16.15 **Chicago P.D. 11** (2, 3) – serial kryminalny, USA
18.10 **Bez śladu 7** (5, 6) – krym.
20.00 **Kapitan Marleau 6** (4) – serial kryminalny, Fr. 2020
22.00 **Zaginiona dziewczyna** FILM – thriller, USA 2014
1.00 **Prawo i porządek Toronto: Zbrodniczy zamiar 2** (4) – serial kryminalny, Kan.
2.00 **Morderstwo w Sainte** FILM **Baume** – krym., Fr. 2022
4.00 **Niewidomy detektyw** (6)

POLSAT FILM

6.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu** (165-167)
7.30 **Poirot** (3) – krym., Wlk. Bryt.
8.35 **Przyjaciółki** (149, 150) – serial obycz., Polska 2019
10.30 **Świat według Kiepskich** (9, 10, 207, 208, 89, 50)
14.20 **Dawid i elfy** – film FILM familijny, Polska/USA 2021
16.30 **Jumanji: Przygoda** FILM **w dżungli** – film przyg., USA/Australia/Indie 2017
18.50 **Nie kłam, kochanie** FILM – kom. romant., Polska 2008
21.00 **Parkingowy** – komedia FILM romantyczna, USA 2022
23.40 **Napad** – dramat FILM kryminalny, Polska 2024
2.00 **Fala zbrodni** (56) – sens.
3.00 **Ślad** (11, 12) – serial krym.
5.00 **Na ratunek 112** (527, 528)

HBO

10.45 **Karate Kid: Legendy** FILM – film przyg., USA/Kan. 2025
12.20 **Noc przed świętami** FILM **w Krainie Czarów** – anim., Wlk. Bryt. 2024
13.45 **Po prostu uwierz** FILM – dramat obycz., USA 2024
15.30 **Horton słyszy Ktosia** FILM – film animowany, USA 2008
16.55 **Blue Moon** – dramat FILM biograficzny, USA/Irl. 2025
18.35 **Królewskie święta** FILM – kom. romant., USA 2023
20.00 **Wielki Gatsby** FILM – melodramat, Australia/USA 2013
22.20 **Najlżejszy dotyk** – dok.
23.20 **Oni cię zabiją** – horror FILM komediowy, USA 2026
0.55 **Przepiękne!** FILM – komediodramat, Pol. 2025

WARNER TV

6.10 **Cudotwórcy 2** (8) – kom.
6.35 **Prawo Agaty 7** (4-6)
9.35 **Poniedziałki na chirurgii** (2) – serial obycz., USA 2013
10.30 **Teraz albo nigdy! 3** (10, 11) – obycz., Pol. 2009
12.25 **Teraz albo nigdy! 4** (1, 2)
14.20 **Poniedziałki na chirurgii** (2) – serial obycz., USA 2013
15.15 **Prawo Agaty 6** (8-10)
18.15 **Psy i koty 3: Łapa w łapę** FILM – komedia sens., USA 2020
19.55 **Wiecznie młody** – dramat FILM obyczajowy, USA 1992
22.00 **Mad Max** FILM – film s.f., Australia 1979
23.55 **W sieci kłamstw** – film FILM sensacyjny, USA 2008
2.25 **Wywiad z wampirem** FILM – horror, USA 1994
4.45 **Z góry przepraszam** (5, 6)

ALE KINO+

7.00 **Moje pieczone kurczaki** FILM – film obyczajowy, Pol. 2002
8.25 **Królowa chmur** – film FILM obyczajowy, Polska 2003
10.00 **The Office PL** (11, 12-ost.)
11.20 **Detektyw Foyle** (3)
13.30 **Van der Valk 3** (3-ost.)
15.35 **Stan gry** – dram. krym., FILM USA/Wlk. Bryt./Francja 2009
18.05 **Detektyw Foyle** (4)
20.10 **Była sobie dziewczyna** FILM – film obyczajowy, Wielka Brytania/USA 2009
22.15 **Carte Blanche** – dramat FILM obyczajowy, Polska 2015
0.35 **Igrając z ogniem** – thriller, FILM Francja/Belgia 2023
2.20 **Król** (8-ost.) – serial sens.
3.55 **Moje miasto** – film FILM obyczajowy, Polska 2002
5.05 **Belfer 3** (8-ost.) – krym.

CANAL+ FILM

9.45 **Chopin, Chopin!** – dramat FILM biograficzny, Polska 2025
11.55 **Kawałek po kawałku** FILM – anim., USA/Dania 2024
13.30 **Thelma** – komedia, FILM Szwajcaria/USA 2024
15.05 **Skok na milion** – komedia, FILM Francja/Belgia 2025
16.35 **Kopnięci w czasie** FILM – kom., Francja/Belgia 2025
18.15 **Extrawurst** FILM – komedia, Niemcy 2026
19.55 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
20.00 **Piep*zyć Mickiewicza 3** FILM – film obyczajowy, Pol. 2026
21.35 **Dreams** – melodramat, FILM Meksyk/USA 2025
23.10 **Gigant** – dram. biograf., FILM Wielka Brytania/USA 2025
1.00 **Wujowy dwór** – komedia, FILM Wielka Brytania/USA 2025

SCIFI

6.00 **Arcadia 2** (5) – serial s.f.
6.55 **Zagubiona tożsamość 2** (14, 15) – serial s.f., Kanada
8.45 **Przygody Merlina** (5, 6) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
10.55 **Grimm 3** (5-8) – fantasy
14.50 **Przygody Merlina** (7, 8) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
17.00 **Grimm 3** (9-12) – serial fantasy, USA 2013-2014
21.00 **The Ark 3** (7, 8) – serial s.f.
23.00 **Aeon Flux** – film s.f., FILM USA 2005, wyk. Charlize Theron, Marton Csokas
0.55 **Zagubiona tożsamość 2** (14, 15) – serial s.f., Kanada
2.50 **Przygody Merlina** (5, 6) – serial fantasy, Wlk. Bryt.
5.00 **Arcadia 2** (5) – serial s.f.

PARAMOUNT NETWORK

9.20 **Pingwiny z Madagaskaru** (14) – serial animowany
9.50 **Wielki Gatsby** FILM – melodramat, USA 1974
13.00 **Czarodziejki** (1, 2) – serial fantasy, USA 1998
15.00 **Pingwiny z Madagaskaru** (15) – serial animowany
15.30 **Oto święta** – komedia FILM romant., Wlk. Bryt. 2022
18.00 **Czarodziejki** (3, 4) – serial fantasy, USA 1998
20.00 **Tomb Raider** – film FILM przyg., Wlk. Bryt./USA 2018, wyk. Alicia Vikander
22.30 **American Psycho** FILM – thriller, USA/Kanada 2000
0.25 **Grindhouse: Death** FILM **Proof** – thriller, USA 2007

FX

9.00 **FBI 5** (16) – krym., USA 2022
9.55 **Agenci NCIS** (4) – sens.
10.55 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** (2) – serial krym.
11.50 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (7, 8) – serial krym.
13.45 **Castle** (15) – serial krym.
14.40 **Lucyfer** (18) – serial krym.
15.35 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (9, 10) – serial krym.
17.25 **Z archiwum X** (8, 9) – s.f.
19.15 **FBI 5** (17) – krym., USA 2022
20.10 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (11)
21.05 **Zabójcze umysły 12** (12)
22.00 **Rywale** (4) – serial obycz.
23.10 **Z archiwum X** (9) – s.f.
0.15 **CSI: Kryminalne zagadki Miami** (9, 10) – serial krym.

FILMBOX+ ONE

9.50 **Vera 11** (2) – serial krym.
11.50 **Zbrodnie w Grantchester 5** (2) – krym., Wlk. Bryt.
12.50 **Agatha Christie: Kryminalne zagadki** (16)
15.00 **Strażnik Teksasu 9** (19, 20) – serial sensacyjny
17.05 **Vera 11** (3) – serial krym.
18.55 **Zbrodnie w Grantchester 5** (3) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 **Gentleman z rewolwerem** FILM – komediodramat, USA/Wielka Brytania 2018
22.00 **Czarny deszcz** – dramat FILM sensacyjny, USA 1989
0.45 **Łowca błyskawic** – film FILM sensacyjny, USA 1999
2.50 **Konwój** – film sensacyjny, FILM USA 1978

CANAL+ SERIALE

9.50 **Wszystkie kolory świata** (8) – serial dokumentalny, Fr.
10.50 **Naruto 7** (24-26) – anime
12.25 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
12.40 **Planeta Singli. Osiem historii** (3, 4) – serial kom.
14.30 **Byłem królem** (5, 6) – dok.
16.30 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
16.35 **Captain Tsubasa** (25-27)
17.50 **Łapu capu** – rozr., Pol. 2026
18.15 **13 posterunek 2** (28-30)
20.00 **True Beauty** (6) – obycz.
21.15 **Lovely Runner** (6) – obycz.
22.25 **Kontyngent** (1, 2) – serial wojenny, Szwecja 2025
23.55 **Nie zostawiaj mnie** (1, 2) – serial kryminalny, Wł. 2022
1.50 **Polityka** (1-4) – obycz., Pol.
5.10 **Miasta rytm** (4) – dok., Pol.

CANAL+ 360

13.00 **Porzucone konstrukcje** (7) – serial dokum., Wlk. Bryt.
14.00 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (12) – dok.
15.00 **Okręty wojenne** (7) – dok.
16.00 **Złombol** (4) – serial dok.
17.00 **Lotnisko na Alasce 6** (6) – serial dokumentalny, USA
17.55 **Okręty wojenne** (6) – dok.
18.55 **Zholowani: ciężarówki w opałach 8** (10) – dok.
19.50 **Lotnisko na Alasce 6** (7)
20.50 **Z archiwów historii** (5)
21.55 **13 posterunek 2** (41, 42) – serial komediowy, Polska
23.00 **Porzucone konstrukcje** (8) – serial dokum., Wlk. Bryt.
0.00 **Najniebezpieczniejsze miejsca na świecie** (6)

PREMIERA – pierwszy raz w telewizji O – tylko dla dorosłych

TLC

6.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
8.00 **Siostry wielkiej wagi 7**
9.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
10.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
12.00 **Przyjaźń wielkiej wagi**
14.00 **Cztery żony i mąż**
15.00 Premiera: **Mali ludzie, wielka rodzina 4**
16.00 **Siostry wielkiej wagi 3**
17.00 **Salon sukien ślubnych**
18.00 **Wiza na miłość: na odwrót 4**
20.00 Premiera: **Wspólne życie XXL 2** (11)
21.00 **Jak zostać amiszem**



22.00 Premiera: **Siostry wielkiej wagi 7**
23.00 **Dr Pryszczylla 5:** Balony pod oczami – serial dok.
0.00 **Moje koszmarne stopy**
1.00 **Wspólne życie XXL 2** (11) – reality show, USA
2.00 **Jak zostać amiszem**
3.00 **Siostry wielkiej wagi 7**
4.00 **Cztery żony i mąż**

POLSAT CAFÉ

6.00 **Demakijaż** (128, 129)
7.00 **Przyjaciółki** (136, 137) – serial obycz., Pol. 2018
9.00 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (22, 23) – reality show, Pol.
12.00 **Śmierć pod palmami** (53, 54) – serial kryminalny
14.30 **Bogaty dom – biedny dom** (130, 131)
16.30 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia** (24) – reality show, Pol. 2015
18.00 **Nasz nowy dom** (5, 6) – reality show, Pol. 2013
20.00 **Kolacja w ciemno** (43, 45) – pr. rozr., Polska



22.00 **Ambulans** (13) – serial dokumentalny, Pol. 2026
23.00 **Gry małżeńskie** (211, 212) – reality show, Polska 2026
1.00 **Więzienie kobiet** (29-32) – serial dokumentalny, Pol. 2023
3.00 **Zdrady** (177-179) – serial paradokumentalny, Polska

TVN STYLE

5.15 **Kobieta na krańcu świata** (3) – serial dok.
5.45 **Jakubiak – z miłości do lokalności** (5, 6)
6.45 **Love the Look** (10-ost.)
7.45 **Dzień Dobry TVN** – mag.
11.20 **Jestem z Polski 14** (2) – serial dokum., Pol. 2024
12.20 **Ugotowani** (8)
13.25 **Kuchenne rewolucje** (9, 13) – pr. rozrywk., Pol.
15.35 **Ugotowani** (1) – program kulin.-rozrywk., Polska
16.40 **Ostre cięcie 13** (10) – pr. rozrywk., Pol. 2026
17.40 **Kuchenne rewolucje** (8-10) – pr. rozr., Pol. 2018



20.50 **Zgłoś remont: spełniamy marzenia** (6)
21.50 **Jestem z Polski 14** (1)
22.50 **Hotel Paradise 7** (7)
23.45 **Kochaj albo wróć** (7)
0.45 **Do zobaczenia** (4, 5)
1.50 **Tu jest pięknie** (9) – rozr.
2.35 **Nieoczywiste miejsca** (3) – serial dok., Pol. 2020
3.10 **Wyjątkowe domy** (3)

DISCOVERY CHANNEL

10.00 **Budowa na końcu świata 6**
11.00 **Złoto drwali**
12.00 **Celnicy na straży Szwecji 2** (7)
13.00 **Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa** (6)
15.00 **Złomowisko PL 2** (2)
16.00 **Fani czterech kółek: w trasie 3:** Japonia: Honda NSX
17.00 **Nic do zgłoszenia** (3)
18.00 **Porty** (5)
19.00 **Złomowisko PL 8** (1)
20.00 **W oku cyklonu** (3): Huragan na pół hrabstwa



21.00 Premiera: **Gorączka złota 17:** Rivers Of Gold
22.00 Premiera: **Łowcy opali 9**
23.00 Premiera: **Akta ekspedycji 2**
0.00 **Fani czterech kółek: w trasie** (3)
1.00 **Zoom na architekturę**
2.00 **Euro Truckersi 4** (5)
3.00 Premiera: **Łowcy staroci**

TVP HISTORIA

6.55 **Flesz historii** (789)
7.20 **Było, nie minęło...**
9.25 **Encyklopedia II wojny światowej**
9.55 **Polskie 100 lat**
10.30 **Wszystkie kolory świata:** Iran. Skarby Persji
11.30 **Ex Libris** – magazyn
11.55 **Świat w filiżance herbaty** (5) – serial dok.
12.50 **Nieznana wojna na Północy** (4) – dok.
14.10 **Zmiennicy** (7) – kom.
15.15 **Sensacje XX wieku**
17.20 **Czas honoru** (4)
18.30 **Gdańsk 1939** – film dok.
19.30 **Flesz historii** (790)



20.00 **PitBull** (11) – serial sens.
20.50 **Zbrodnie sprzed lat** (4)
21.40 **To był lipiec 1945** – dok.
22.40 **Sensacje XX wieku**
0.30 **Encyklopedia II wojny światowej:** Mołotow
1.00 **PitBull** (11) – serial sens.
1.50 **Czas honoru** (4)
2.45 **Zablokować most**
3.40 **Saga prastarej puszczy**

FOKUS TV

6.05 **48h. Zaginieni** (66)
7.00 **Był sobie człowiek** (7-10) – serial animowany
8.55 **Wehikuł czasu**
9.00 **Starożytni kosmici** (39, 1) – serial dok., USA
11.00 **Gwiazdy lombardu** (6)
12.00 **Poszukiwacze historii** (7, 8)
13.00 **Wielkie konstrukcje III Rzeszy** (1, 2) – serial dok.
15.00 **Przygody poszukiwaczy złota 2** (4) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (4, 5)
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (17, 18) – serial dokum.
20.00 **Galileo** (14)



21.00 **Poszukiwacze historii** (6-9)
23.00 Premiera: **Zakochana w Hitlerze** – film dokum.
0.00 **Starożytni kosmici 9** (5) – serial dokum., USA 2016
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (9-12) – serial dokum., Pol. 2026
5.00 **Kołowrotek** (4, 5) – magazyn wędkarski

METRO

7.40 **Szpital** (337-339) – paradok.
10.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (568, 569)
12.40 **Szkoła** (702) – paradok., Pol.
13.40 **Fachowcy** (4) – paradok.
14.25 **Brzydula** (225, 226) – kom.
15.35 **Druga szansa 4** (2) – obycz.
16.45 **The Floor** – teleturniej, Pol.
18.00 **Złomowisko PL 8** – dok.
19.00 **Kartoteka 10** (17, 18) – serial fab.-dokum., Polska 2016
21.05 **Kryminalni** (8, 9) – krym.
23.15 **Kuba Wojewódzki**
0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4** – serial dok.
1.20 **Szpital** (984) – paradok., Pol.
2.20 **Szkoła** (709) – paradok., Pol.
3.15 **Nowa Maja w ogrodzie 4**
4.20 **Szpital** (984) – paradok., Pol.

ZOOM

8.15 **Strażnik Teksasu 5** (14, 15)
10.05 **Kobra – oddział specjalny 23** (9, 10) – sens.
12.25 **FBI 5** (8, 9) – serial kryminalny
14.30 **Bitwa o palety 2**
15.35 **Wojny magazynowe: Kanada 2** – reality show, Kan.
16.55 **Sensacje XX wieku** – hist.
19.00 **Kobra – oddział specjalny** (2, 3) – serial sens., Niemcy
21.00 **CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 2** (4, 5)
23.05 **Magia nagości. Czechy i Słowacja** – pr. rozrywk.
0.25 **Magia nagości. Polska 5**
1.30 **Magia nagości. Norwegia 3** – pr. rozrywk.
2.20 **I love kabaret** – pr. rozr., Pol.
5.45 **I love kabaret EXTRA**

FOOD NETWORK

12.05 **Makłowicz w Polsce**
13.15 **Dziecięce mistrzostwa wypieków 11** – telet. kulin.
14.20 **Świąteczny sprawdzian Bobby'ego 3** – mag. kulin.
15.20 **Bobby Flay: na linii ognia**
16.25 **Kuchenne rewolucje** – rozr.
17.25 **Magda gotuje internet**
18.30 **Makłowicz w drodze**
19.40 **Selena Gomez: Świąteczne smaki** – mag.
20.45 **Mistrzostwa w świątecznych wypiekach** – reality show
22.50 **Antonia Lofaso: śledztwo od kuchni** – pr. rozrywk.
23.55 **Człowiek, ogień i wyżerka**
0.55 **Człowiek, ogień i wyżerka 6** – magazyn kulin.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 **Jak to jest zrobione?**
8.00 **Jak działa wszechświat?**
11.00 **Niemiecka budowlanka**
12.00 **Inżynieria ekstremalna:** Podniebny park Singapuru
13.00 **Szyfry i spiski 2**
15.00 **Jak działa wszechświat?**
18.00 **Jak to jest zrobione?**
21.00 **Jak to jest zrobione? 25:** Schody spiralne, chleb typu pita; Solarne lampy uliczne, lalki; Szklane posągi, zwojnice; Obrazy ryb, gliniane cele do strzelania – serial dokum.
23.00 **Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16**
1.00 **Jak działa wszechświat?**
4.00 **Kosmiczna mapa skarbów**

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 **UFO: Przełomowe śledztwa**
12.55 **Starożytne konstrukcje**
14.55 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**
15.55 **Najdziwniejsze przedmioty**
16.55 **Ukryte pod miastami**
17.55 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu**
19.00 **Normandia '44: Inwazja** (2)
20.00 **Katastrofa w przestworzach:** Błąd w obliczeniach
21.00 **Morskie megamaszyny**
22.00 **Makro inżynieria**
23.05 **Największe katastrofy budowlane**
0.00 **Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny**

BBC EARTH

10.30 **Życie na pustkowiu 2**
11.30 **Skarby przeszłości i ich tajemnice 7** – serial dokum.
12.30 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
13.30 **Mroźna planeta 2** – dok.
14.35 **W okowach mrozu 10**
15.35 **Życie na pustkowiu 2**
16.35 **Fenomeny współczesnego życia** – serial dokum.
17.45 **Mroźna planeta 2** – dok.
18.50 **Najpiękniejsze trasy spacerowe** – serial dokum.
19.45 **Na krawędzi katastrofy**
20.55 **W okowach mrozu 2** – dok.
22.55 **Życie z PTSD** – film dokum.
0.00 **Chirurdzy: kwestia życia i śmierci 3** – serial dokum.
1.25 **Mroźna planeta 2** – dok.

WP

10.00 **Strażacy z sąsiedztwa 2**
11.00 **Wariaci za kierownicą 6**
12.00 **Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 7** (2)
14.00 **Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 4** – serial dokum.
16.00 **Pokochaj lub sprzedaj 6**
16.50 **Pogoda**
17.00 **Inspektor Vera 3** (2) – krym.
19.00 **Makłowicz w podróży**
20.00 **Policjanci z sąsiedztwa 4**
21.50 **Pogoda**
22.00 **Perypetie małżeńskie z mistrzami kabaretu**
23.00 **Mistrzowie Kabaretu 15**
0.00 **Mistrzowie Kabaretu 9**
0.55 **Mistrzowie Kabaretu 17**
2.00 **Mistrzowie Kabaretu 14**

NOWA TV

8.30 **Więzienie** – serial dokum.
10.00 **Ojciec Brown 4** (43, 44)
12.00 **Śmierć pod palmami 6** (44, 45) – krym., Fr./Wlk. Bryt.
14.00 **Świat według Kiepskich** (519, 520) – serial kom., Polska
15.00 **Świat według Bundych 4** (63-68) – serial komediowy
18.00 **Całkiem nowe lata miodowe** (1) – serial kom.
18.30 **Miodowe lata** (39, 41, 42)
21.00 **Zdrady** (115) – paradok., Pol.
22.00 **Ślad** (64, 65, 109) – krym., Pol.
1.00 **Łowca pedofilów** – dok.
3.00 **TV okazje**
3.50 **Wehikuł czasu**
4.00 **Daleko od noszy** (35, 36)
5.00 **Pod lupą** – magazyn

HGTV HOME & GARDEN

8.55 **Polowanie na remont**
9.55 **Jak mogliśmy kupić ten dom? 2** – program rozrywk.
11.55 **Wymarzona wiejska posiadłość 2** – serial dokum.
13.55 **Mieszkanie na miarę**
15.50 **Polowanie na ogród 2**
18.10 **Szybki dom** – reality show
19.15 **Weekendowa metamorfoza** – pr. rozrywk.
21.00 **Dorota was urządzi!** – rozr.
21.35 **Poukładani 2** – pr. rozrywk.
22.30 **House Hunters – Poszukiwacze domów 8** – program rozrywkowy
0.35 **Remonty Christiny 4** – rozr.
1.35 **Kupujemy dom na plaży 29** – serial dokum.

TRAVEL CHANNEL

6.00 **Nowe życie w Meksyku**
8.05 **Kobieta na krańcu świata**
10.25 **Niezwykłe Stany Prokopa**
12.30 **Pojedynki Eda Stafforda**
14.35 **Człowiek kontra jedzenie**
15.10 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
17.30 **Baseny z rozmachem** – reality show
19.30 **Ciężarówką przez Stany** – program rozrywkowy
21.50 **Duchy Morgan City** – dok.
23.55 **Kobieta na krańcu świata** – serial dokumentalny
1.40 **Pojedynki Eda Stafforda** – serial dokumentalny
3.40 **Baseny z rozmachem** – reality show

NATIONAL GEOGRAPHIC WILD

8.00 **Australijskie maluchy**
9.00 **Niezwykły dr Pol**
10.00 **Rodzinny biznes doktora Pola**
11.00 **Niezwykły dr Pol**
12.00 **Królestwo małp** (1) – dok.
13.00 **Wspaniałe Filipiny**
14.00 **Afrykańska rzeka widmo**
15.00 **Królestwo krokodyli: Grumeti i Mara** – film dok.
16.00 **Dzikie szlaki Europy**
17.00 **Niezwykły dr Pol**
19.00 **Walki zwierząt:** Siła i spryt
20.00 **Pieśń lasu deszczowego**
21.00 **Niezwykły dr Pol** (5, 6) – fab.
23.00 **Niezwykły dr Pol**
2.00 **Wspaniałe Filipiny**
3.00 **Afrykańska rzeka widmo**

POLSAT VIASAT HISTORY

10.50 **Tajemnice machiny wojennej nazistów**
11.55 **Historia Troi** – serial dokum.
14.15 **Wojny faraonów**
16.35 **Czołg: najważniejsza broń II wojny światowej**
17.45 **Naziści: kosmiczny wyścig** – film dokumentalny
18.50 **Kryminologia starożytności:** Czyngis-chan
19.50 **Tajemnica grobowca Kleopatry**
21.00 **Ruch oporu: Żydzi przeciwko nazistom** – dok.
23.05 **Czarni faraonowie** – dok.
0.15 **Nazistowskie pola śmierci** – film dokumentalny
1.20 **Historia Troi** – serial dokum.

CANAL+ KUCHNIA

13.45 **Jakubiak rozgryza Polskę 2** – magazyn kulin.
14.40 **ABC gotowania – kuchnia hiszpańska** – mag.
15.45 **Dzień dobry, śniadanie**
16.45 **Jamie Oliver: gotuj sezonowo** – magazyn kulin.
18.40 **Ziemia, ogień i smak** – dok.
19.40 **Pasta i basta** – mag. kulin.
19.45 **Kucharskiego pomysł na kuchnię** – mag.
20.15 **Jamie Oliver: 5 składników po śródziemnomorsku** – mag.
21.15 **Anthony Bourdain – miejsca nieznane 6** – dok.

CANAL+ DOMO HD

14.05 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** – serial dokum.
15.00 **Najlepszy dom w okolicy**
16.00 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 10** – mag.
16.30 **Tomasz Pągowski. Remont u Ciebie 9** – mag.
17.00 **Pomocy! Kupiliśmy wioskę** – serial dokum.
18.00 **Ucieczka na wieś 24** – dok.
19.00 **Wielkie projekty: Nowa Zelandia 10** – serial dokum.
20.00 **Daleko od miasta 12** – dok.
21.00 **Najlepszy dom w okolicy**
21.55 **Gardeners' World 14**
23.05 **Pokochaj swój ogród 13**

SUPER POLSAT

10.30 **SuperLudzie 2** – serial dok.
11.30 **Świat według Kiepskich** (353-356) – serial kom., Polska
13.30 **Farma** – reality show, Polska
14.25 **Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6** – reality show, Pol.
15.55 **Ninja Warrior Polska**
17.55 **Świat według Kiepskich** (494, 495, 566, 567) – kom.
20.00 **Złomiarze** – serial dokum.
21.00 **Ryzykanci** – dramat
FILM sensacyjny, USA 1997
22.55 **Monster Hunter** – film
FILM sens., Chiny/Jap./Kanada 2020
1.05 **Świat według Kiepskich** (408, 409) – serial komediowy

TVP KOBIETA

14.00 **Gwiazdorska kuchnia Ani 3** – magazyn kulinarny
14.30 **Operacja zdrowie** – mag.
15.00 **Rodzinka.pl** (132) – kom.
15.30 **Ojciec Mateusz 23** (303)
16.30 **Ojciec Mateusz 24** (304)
17.20 **Podróżnicy – odkrywcy**
18.30 **Żona dla Polaka. Toronto**
19.30 **Panna młoda** (65) – obycz.
20.30 **Złoty chłopak** (292) – obycz.
21.30 **La Promesa – pałac tajemnic** (374) – serial obycz.
22.30 **Bilet na Księżyc** – film
FILM obyczajowy, Polska 2013
0.35 **Królowe mafii:** Enrica C
1.30 **Czarna śmierć** (5) – obycz.

PLANETE+

12.35 **Niezwykłe podróże koleją 10:** Dania – serial dok.
13.40 **Podróż do wnętrza chmur**
14.50 **360° Świat bez granic**
15.50 **Średniowieczne serce Czech i Moraw** – serial dok.
16.55 **Zaginiona świątynia Artemidy** – film dokumentalny
18.00 **Dokąd dzisiaj? 4** – dok.
18.40 **Zaginiony lot MH370** – dok.
19.40 **Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki?** – film dokum.
20.50 **System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła**
22.00 **Jak oligarchowie korumpują Zachód** – dok.

TVP DOKUMENT

15.15 **Wielka naturalna bariera** (2/3) – film dokum., Australia
16.20 **Ssaki. Życie przed dinozaurami** – film dokum.
17.20 **Świątynie świata**
18.20 **Tatarzy polscy** – telen. dok.
19.15 **Człowiek ze złotym obiektywem – Marek Karewicz** – film dok., Pol.
20.10 **Jak pieniądz kształtował świat** (4) – film dokumentalny
21.15 **Potoki, jeziora i wodospady Vorarlbergu**
22.10 **Barbara Włodarczyk zaprasza** – magazyn
22.15 **Kobieta w Kabulu** – dok., Fr.

▶ – godzina zakończenia programu
O – tylko dla dorosłych

TVP SPORT

5.35 **Sportowy wieczór**
6.00 **Jeździectwo:** Cavaliada Tour w Warszawie – Grand Prix
7.45 **Piłka nożna:** STS PP: GKS Tychy – Chrobry Głogów
9.50 **Piłka nożna:** STS PP: Odra – Ruch Chorzów
11.55 **Piłka nożna:** STS PP – 1/8 finału: Górnik Łęczna – Wisła Płock **(live)**
14.05 **Kamerą TVP Sport**
14.25 **Piłka nożna:** STS Puchar Polski: Polonia Warszawa – Raków Częstochowa
16.30 **Piłka nożna:** STS Puchar Polski – studio **(live)**



16.55 **Piłka nożna:** STS Puchar Polski – mecz 1/8 finału: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Jagiellonia Białystok **(live)**
19.40 **Ring TVP Sport** – mag.
20.40 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – 1/8 finału: Eintracht Frankfurt – BVB
22.45 **Sportowy wieczór**

EUROSPORT 1

11.00 **Żeglarstwo:** SailGP Abu Zabi
12.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 6. dzień
14.00 **Snooker:** Turniej UK Championship – 6. dzień **(live)**
17.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody Pucharu Świata w Copper Mountain – 2. przejazd slalomu giganta mężczyzn
18.00 **Sporty zimowe**
18.45 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody Pucharu Świata w Beaver Creek – zjazd mężczyzn **(live)**



20.30 **Snooker:** Turniej UK Championship – 6. dzień **(live)**
23.30 **Jeździectwo:** Zawody PŚ w Madrycie
0.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Beaver Creek – zjazd mężczyzn
1.30 **Snooker:** Turniej UK Championship – 6. dzień

POLSAT SPORT 1

6.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
8.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
11.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
13.30 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
W jednym ze spotkań 9. kolejki zmierzyły się ze sobą Stilon Gorzów i Indykpol AZS Olsztyn. Ostatni mecz tych drużyn w Gorzowie padł łupem AZS-u, który pokonał przeciwników w trzech partiach.
16.00 **Magazyn**



17.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga – mecz: AZS Olsztyn – Ślepsk **(live)**
19.30 **Siatkówka mężczyzn:** MŚ – Polska 2027 – losowanie **(live)**
22.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga
1.00 **Siatkówka mężczyzn:** TAURON Liga

TVP ABC

9.30 **Domisie**
10.00 **Zwierzaki Czytaki**
10.20 **Zabawy Bolka i Lolka**
10.45 **Reksio**
11.05 **Wegezaury**
11.35 **Pszczółka Maja**
12.00 **Strażak Sam 15**
12.25 **Domisie**
13.00 **Szkoła z Kleksem Bystrzakiem**
13.20 **Oktonauci 3**
13.50 **Frycek – mały Chopin**
14.05 **Bella i Sebastian**
14.35 **Lupin wśród bajek**
14.45 **Yakari**
15.15 **Al-chemik**
15.35 **Księga Ksiąg 2**



16.05 **Krecio**
16.35 **Tygrysek Percy i jego opowieści**
17.05 **Dino Ranczo**
17.15 **Dino Ranczo**
17.30 **Super Wings: Strażnicy Świata**
18.00 **Nowe przygody Piotrusia Pana**
18.25 **The Garfield Show**

MINIMINI+

6.10 **Dora poznaje świat**
7.33 **Kicia Kocia**
7.40 **Kicia Kocia 2**
8.30 **Chmurka i Burza**
9.05 **Bing**
9.33 **Baranek Shaun**
10.00 **Pszczółka Maja 2**
11.06 **Staś da radę**
11.55 **Psi Patrol 3**
12.50 **Moje urodziny**
13.00 **Psi Patrol**
14.00 **Basia**
15.10 **Grand Banda**
15.55 **44 Koty 2**
17.20 **Staś i fajna Babcia**
17.50 **Moje urodziny**
17.57 **Staś i fajna Babcia**



18.40 **Dora poznaje świat 8**
19.35 **Kicia Kocia 2**
20.04 **Kicia Kocia**
20.25 **Mały Charlie**
21.36 **Zouk 2**
22.04 **Trojaczki**
22.45 **Dinuś i Lusia**
23.24 **Przyjaciel pies**
0.17 **Szmatkowe Królestwo**
0.43 **Dzielny Lew Eryk 5**

TVN 24

8.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
12.30 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
16.00 **Fakty po południu** – inf.
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.



19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – inf.
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.40 **Czarno na białym**
21.00 **Polska i świat**
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu**
0.25 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach** – inf.
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.

CANAL+ SPORT

11.20 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Śląsk Wrocław – GKS Katowice
13.45 **Premier League Stories** (15)
14.30 **Hola LaLiga**
15.40 **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Sociedad – Real Madryt CF
18.00 **Ekstraklasa po godzinach**
19.15 **LaLiga Highlights**
20.00 **Premier League: The Big Interview** (16)
20.30 **LaLiga Show**
21.00 **Jazda o złoto. na podsłuchu 2** (1, 2)
23.15 **Hola LaLiga**
0.20 **Sporty walki:** ONE Friday Fights 180

EUROSPORT 2

13.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
14.00 **Skoki narciarskie:** Zawody Pucharu Świata w Ruce
15.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Copper Mountain
16.00 **Narciarstwo alpejskie:** PŚ w Killington – slalom kobiet
17.00 **Biegi narciarskie:** PŚ w Ruce – 20 km stylem dowolnym mężczyzn i kobiet
18.30 **Jeździectwo:** PŚ w Madrycie
19.30 **Golf:** Hero World Challenge – 1. runda **(live)**
22.30 **Narciarstwo alpejskie:** Zawody PŚ w Beaver Creek – zjazd mężczyzn
0.00 **FIA WEC:** Wyścig 6-godzinny w Fuji

POLSAT SPORT 2

8.30 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: GOG – Industria Kielce
11.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Europejska – mecz: PGE Wybrzeże Gdańsk – Vfl Gummersbach
13.30 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń
15.30 **Piłka nożna:** Puchar Włoch: Como 1907 – US Cremonese
17.45 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń: CSO Voluntari 2005 – PGE Budowlani Łódź **(live)**
20.20 **Siatkówka kobiet:** TAURON Liga Kobiet: Metalkas Pałac Bydgoszcz – Radomka **(live)**
23.00 **Piłka nożna:** Puchar Włoch – mecz 1/8 finału
1.00 **Sporty walki:** FEN

NICKELODEON

8.50 **Harmidom 3**
10.10 **SpongeBob Kanciastoporty 17**
11.30 **SpongeBob Kanciastoporty 12**
11.50 **Grzmotomocni: Tajniacy**
12.20 **Niebezpieczny Oddział 3**
12.50 **Niebezpieczny Henryk**
13.20 **SpongeBob Kanciastoporty 13**
14.20 **Harmidom 2**
15.40 **Harmidom 5**
16.00 **Marsuplilamki**
17.30 **Harmidom 7**
18.25 **Harmidom 4**
19.00 **Niebezpieczny Henryk 4**
19.55 **Niebezpieczny Oddział 2**
20.25 **Grzmotomocni 3**
21.25 **iCarly**

TELETOON+

8.19 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
8.45 **Gadający Tom i przyjaciele 5**
9.22 **Kung Fu Panda: Legenda o niezwykłości**
9.51 **Ki i Hi w Królestwie Pandy**
10.21 **Angelo rządzi**
10.51 **Siostry 3**
11.25 **Siostry 2**
12.18 **Charlotte i trzy muszkieterki**
12.47 **Kumple z dżungli – na ratunek!**
13.14 **Kumple z dżungli na ratunek! 3**
13.40 **Siostry 2**
14.23 **Dinuś i Lusia**
14.50 **Superpyra**

TVP INFO

15.30 **Serwis Info Dzień**
15.45 **Panorama**
16.00 **Dzień w godzinę**
17.00 **Teleexpress**
17.15 **Teleexpress Extra**
17.35 **Panorama**
17.42 **Wykrywacz kłamstw**
18.00 **Panorama**
18.30 **Kontrapunkt**
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.18 **Niebezpieczne związki**
21.00 **Kwiatki polskie**
21.45 **Panorama**
22.10 **Oko na świat**
22.30 **Program informacyjny 19.30**
22.45 **112. Magazyn kryminalny**
23.00 **Wydarzy się jutro**

CANAL+ SPORT 2

6.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet i finał mężczyzn
10.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
12.45 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
15.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
17.15 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
19.30 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco – finał kobiet i finał mężczyzn
0.00 **Padel:** Turniej Premier Padel w Acapulco
2.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa

ELEVEN SPORTS 1

11.40 **Bundesliga Clubs**
12.00 **Piłka nożna:** Liga portugalska – mecz: SL Benfica – Famalicao
14.00 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
16.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: AS Roma – AC Monza
18.00 **Full Impact Serie A** (13)
18.40 **Ligue 1 Show** (13)
19.10 **Wywiad z Miroslavem Klose**
19.25 **Inside Serie A** (14)
20.00 **Bundesliga Weekly** (15)
20.40 **Formuła 1:** Grand Prix Kataru
22.45 **Ligue 1 Preview** (13)
23.20 **Bundesliga Special Show** (9)
0.00 **Podróż do świata Calcio**

POLSAT SPORT 3

8.30 **Łyżwiarstwo figurowe:** NHK Trophy w Tokio
11.00 **Magazyn sportowy**
11.30 **Piłka nożna:** Puchar Włoch: Como 1907 – US Cremonese
14.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: GOG – Industria Kielce
16.00 **Siatkówka kobiet:** Liga Mistrzyń – mecz: Novara – KS DevelopRes Rzeszów
18.35 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM: Füchse Berlin – PSG **(live)**
20.35 **Piłka ręczna mężczyzn:** Liga Mistrzów – mecz: Aalborg Handbold – Wisła Płock **(live)**
23.00 **Piłka ręczna mężczyzn:** LM – mecz: GOG – Industria Kielce
1.00 **Sporty walki:** Babilon MMA

NICK JR.

7.35 **Świnka Peppa 7**
8.20 **Tim Rex wśród gwiazd**
8.50 **Barbapapa i jego rodzinka**
9.20 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
9.40 **Pan Krokodyl 2**
10.50 **Santiago z mórz**
11.15 **Dora**
11.45 **Zwierzęce zagadki**
12.50 **Psi Patrol**
13.55 **Barbapapa i jego rodzinka 2**
14.45 **Barbapapa i jego rodzinka**
15.15 **Wszyscy razem, śladem Blue! 3**
17.00 **Pan Krokodyl 2**
17.30 **Barbapapa i jego rodzinka**
18.30 **Psi Patrol 3**

DISNEY JUNIOR

7.00 **Blue 2**
8.00 **Spidey i superkumple 4**
8.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
9.00 **Klub Przyjaciół Myszki Miki+ 2**
9.30 **Klub Myszki Miki Plus**
10.00 **Blue 2**
10.30 **RoboGobo**
12.30 **Blue 2**
13.30 **Klub Myszki Miki Plus**
14.00 **Superkoty**
14.30 **Jej Wysokość Zosia: Królewska Szkoła Magii**
15.00 **Iron Man i super ekipa**
15.30 **Spidey i superkumple 4**
16.00 **Blue 2**
17.00 **Klub Myszki Miki Plus**

POLSAT NEWS

10.00 **W rytmie dnia**
12.50 **Wydarzenia 12:50**
13.30 **W rytmie dnia**
15.30 **Sport**
15.50 **Wydarzenia 15:50**
16.30 **Punkt widzenia Jankowskiego**
18.00 **Punkt widzenia Szubartowicza**
19.15 **Gość „Wydarzeń"**
19.50 **Debata Gozdyry**
21.50 **Wydarzenia wieczorne**
22.30 **Dzień na świecie**
23.30 **Obraz dnia**
0.00 **Punkt widzenia Jankowskiego**
1.25 **Punkt widzenia Szubartowicza**

CANAL+ SPORT 5

11.10 **Premier League Stories** (15)
11.45 **Premier League Netbusters**
12.30 **Football Office** (8)
14.10 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Wieczysta
16.30 **LaLiga Highlights**
17.15 **Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga
20.00 **Żużel:** PGE Ekstraliga
22.45 **Premier League: The Big Interview** (16)
23.25 **LaLiga Show**
0.00 **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Wisła Kraków – Motor Lublin

ELEVEN SPORTS 2

12.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Eintracht – BVB
14.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Cagliari Calcio – Milan
16.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – 1/8 finału: Bayern – Hertha
18.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec: Eintracht – BVB
20.00 **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Como – Juventus FC
22.00 **Podróż do świata Calcio**
22.40 **Bundesliga Weekly** (15)
23.15 **Ligue 1 Show** (13)
23.45 **Wywiad Eleven**
0.00 **Piłka nożna:** Puchar Niemiec – 1/8 finału: Bayern – Hertha

POLSAT PLAY

6.30 **Kołowrotek**
7.10 **Gwiazdy lombardu**
11.00 **Hardkorowy lombard**
14.00 **Polacy za granicą**
16.00 **Złomiarze**
18.05 **Poszukiwacze historii**
20.05 **Drwale i inne opowieści Bieszczadu**
22.00 **Górale**
22.30 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi**
23.00 **Polacy za granicą**
0.05 **Łowca pedofilów**
1.10 **Więzienie**
2.05 **Złomiarze**
3.05 **Starożytni kosmici**

TVN TURBO

12.15 **Naprawy nie do naprawy**
13.00 **Zawodowi handlarze**
14.30 **Wojny samochodowe**
16.30 **Jeździć, obserwować**
18.00 **Raport Turbo**
18.15 **Po raz trzeci. Sprzedane!**
19.00 **Ciężarówką przez Malezję**
20.00 **Co tu się odjechało?**
20.30 **Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia**
21.00 **Kupione, zrobione, sprzedane**
22.00 **Raport Turbo**
22.15 **Jeździć, obserwować**
23.00 **Wojny samochodowe**

TVS

16.50 **Wydział kryminalny Kitzbühel**
17.50 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**
18.50 **Doktor Kleist – lekarz rodzinny**
19.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Narzeczona mojego brata** – melodramat, Niemcy 2019
21.55 Kino TVS: **Rosamunde**
FILM **Pilcher: Pralinki na śniadanie** – film obyczajowy, Niemcy 2019
23.40 **Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział**

TV TRWAM

16.10 **Z wędką nad wodę w Polsce i świat**
16.35 **Sól ziemi**
17.00 **Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu**
19.25 **Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia"**
20.00 **Informacje dnia**
20.20 **Różaniec**
20.50 **Głos Polski**
21.00 **Apel Jasnogórski**
21.20 **Informacje dnia**
21.40 **Polski punkt widzenia**
22.00 **Głos serca**
22.45 **Kamienie wołać będą**

DVB T DVB T2 – stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej





PEŁNA HIGIENA

Kostkę-balsam przechowuj z dala od wody i źródeł ciepła w pudełeczku. Do przechowywania kostek mydeł, szamponów i odżywek służą specjalne, często aluminiowe, puszki. Są też przewiewne woreczki np. lniane. Nie trzymaj takich produktów pod prysznicem lub na wannie.

MODNIE I EKOLOGICZNIE

Pielęgnacja w kostce

To wygoda, dbałość o środowisko i... nasze portfele. Tak podane kosmetyki są praktyczne w użyciu i zwykle bardziej wydajne niż te tradycyjne. Wypróbuj, bo warto!

Do ich wyprodukowania potrzeba mniej wody niż do wytworzenia ich płynnego zamiennika. Dlatego tak cenią je ci, którym troska o środowisko leży na sercu. Konkretne korzyści dają też skórze. Sprzyjają tej alergicznej i dojrzałej, bo zawierają mniej konserwantów i emulgatorów. Są też idealne na podróż.

Balsamy do ciała

- Wykonane są głównie z tłuszczów i wosków, więc potrafią dłużej się wchłaniać, są jednak idealne dla suchej skóry. Mają często dużą zawartość witamin oraz dodatki ujędrniające, przeciwcellulitowe czy zmniejszające rozstępy. Niektóre delikatnie rozgrzewają.
- Kostka lekko topi się podczas masowania, pod wpływem temperatury ciała. Najlepiej więc stosuj ją zaraz po kąpieli.

Szampony i odżywki

- Z łatwością dobierzesz szampon w kostce do swoich włosów. Są te do włosów suchych, farbowanych, stymulujące je do wzrostu. Za to kostki-odżywki zwykle przeznaczone są do każdego rodzaju włosów. Ułatwiają rozczesywanie i zmniejszają elektryzowanie się pasm.
- By użyć takiego szamponu, zmocz kostkę i włosy, a potem przejedź nią po pasmach lub rozetrzyj w dłoniach, aby uzyskać pianę. Wmasuj w skórę głowy i włosy. Spłucz. Kostkę-odżywkę zwilż, a potem pocieraj nią dłonie do utworzenia się na nich filmu. Rozprowadź na włosach, spłucz.

W stylu masażera

- Mydło w kostce z wypustkami i zatopionymi w nim drobinkami złuszczającymi (np. Korres) lub gąbką loofah (np. Lorient) nie tylko oczyszcza skórę. Dba o jej ujędrnienie i pomaga zwalczyć cellulit. Zadziała też jak peeling.
- Używaj go jak zwykłego mydła w kostce. Stroną z wypustkami mocniej pocieraj skórę, tam gdzie chcesz ją wygładzić.

NA PÓŁCE

Nocny lifting



Regenerujący krem liftingujący, Apis Natural Cosmetics, wspomaga naturalne procesy odnowy skóry. Zawiera PDRN z czerwonych mikroalg oraz peptydy.

• ok. 40 zł (50 ml)

Zadbane skórki



Odżywczy olejek do skórek Barbie, Néonail, ma w składzie oleje: ze słodkich migdałów i i orzechów makadamia. Od pierwszej aplikacji wygładza, zmiękcza i nawilża naskórek wokół paznokci.

• ok. 25 zł (6,5 ml)

Z siłą nawilżania



Nawilżająca odżywka do włosów Cica Labo, Kerasys, służy pasmom zniszczonym i osłabionym. Wspiera też regenerację skóry głowy. Z m.in. wąkrotą azjatycką i gliceryną.

• ok. 65 zł (750 ml)

Gładko pod oczami



Biomimetyczny ujędrniający krem pod oczy PRO Pept, evrēe, poprawia elastyczność skóry. Zmniejsza widoczność zmarszczek i cienie w tej części twarzy.

• ok. 40 zł (15 ml)

Łagodna koloryzacja



Koloryzacja pielęgnacyjna Casting Crème Gloss, L'Oréal Paris, to półtrwała farba do włosów bez amoniaku. Pokrywa siwe pasma i nadaje blask do 32 myć.

• ok. 36 zł (1 opak.)

FOT. Adobe Stock, mat. prasowe



KOLAGENCITO

Jakość oparta na doświadczeniu

Wzbogać swój codzienny jadłospis w kolagen i witaminę C.

KolagenCito to produkt wzbogacony stworzony przez niemiecką firmę Reutter – producenta z ponad 110-letnią tradycją i doświadczeniem. Produkt powstał dzięki wiedzy doświadczonych ekspertów oraz nowoczesnym, wysokiej jakości procesom produkcyjnym, które gwarantują właściwy standard wykonania.

KolagenCito jest produktem opatentowanym. Masz pewność, że wybierasz oryginalny produkt pochodzący od renomowanego producenta. Ponad 110-letnie doświadczenie firmy Reutter sprawia, że marka od pokoleń cieszy się zaufaniem konsumentów.

Zawarta w produkcie witamina C pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania kości, chrząstki, dziąseł, skóry oraz naczyń krwionośnych. Dodatkowo pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego i w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

KolagenCito to doskonały wybór dla osób po 25. roku życia, które chcą świadomie dbać o swoją codzienną dietę i wybierają sprawdzone produkty. Do 3 pastylek do ssania dziennie – to wygodny sposób na wzbogacenie codziennej diety w kolagen i witaminę C.

Szukaj KolagenCito w aptekach oraz sklepach zielarskich i wybierz oryginalny produkt marki Reutter – od producenta z ponad 110-letnią tradycją.



Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL ul. Dąbrowskiego 5 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

WARTO TO WIEDZIEĆ

Co podnosi kortyzol

Hormon ten może wzrastać nie tylko z powodu stresujących sytuacji. Niewinne codzienne nawyki także mają wpływ na jego poziom w organizmie.



Aby obniżyć poziom kortyzolu, warto sięgać po owoce i warzywa zawierające witaminę C, np. po paprykę, brokuły, kapustę kiszoną, porzeczki, kiwi.

Z TELEFONEM W DŁONI

Przeglądanie internetu w telefonie nawet kilka razy w ciągu godziny to silny bodziec stymulujący mózg. Szybki przepływ informacji, często sensacyjnych, oraz emocje, które temu towarzyszą skutkują wyrzutem kortyzolu. Dodatkowo scrollowanie wieczorem to niepotrzebna dawka niebieskiego światła, które stymuluje uwalnianie hormonu. Warto ograniczyć czas spędzany online, np. maksymalnie do godziny w ciągu dnia, a w weekendy robić cyfrowy detoks z dala od telefonu.

Jeśli czujesz ciągłe napięcie, niepokój, nie możesz się skoncentrować, masz problemy z wagą, przyczyną może być zbyt wysoki poziom kortyzolu – hormonu stresu. Naturalnie najwyższe jego stężenie jest rano, kiedy mobilizuje do działania. Z upływem dnia powinien spadać, a wieczorem być najniższy, dzięki czemu organizm się regeneruje. Czasem jednak wysoki kortyzol utrzymuje się przez cały dzień. To sprawia, że ciało jest w ciągłym trybie alarmowym, co prowadzi do różnych problemów zdrowotnych.

Pomijanie śniadań

● To najważniejszy posiłek dnia, regulujący biologiczny zegar. Pożywne śniadanie staje się sygnałem dla układu hormonalnego, że organizm jest bezpieczny, co pozwala na stopniowy spadek kortyzolu w kolejnych godzinach dnia.

Słone przekąski

● Badania wykazały, że codzienny nadmiar słonych przekąsek czy mocne dosalanie potraw może stresować organizm. Duża ilość sodu w diecie aktywuje oś podwzgórze-przysadka-nadnercza (HPA), co stymuluje nadnercza do uwalniania hormonu stresu. Niech chipsy, krakersy i inne produkty z dużą zawartością sodu zostaną w sklepie!

Niska aktywność

● Najbezpieczniejszy i najzdrowszy ruch to ten regularny, w umiarkowanym tempie (przyspiesza oddech i bicie serca, ale pozwala na swobodne prowadzenie rozmowy), np. marsz z kijkami, rekreacyjna jazda na rowerze, spokojne pływanie. Właśnie takie tempo pomaga minimalizować napięcie nerwowe. Siedzący tryb życia natomiast zaburza gospodarkę hormonalną, m.in. wydzielanie kortyzolu, co nasila stres. Brak aktywności fizycznej lub niski jej poziom powoduje brak „ujścia" dla emocji. Wtedy energia i hormony kumulują się w ciele.

NA PÓŁCE

Cukierki od serca

Cukierki Głogowe firmy Reutter wspierają funkcjonowanie układu sercowo-naczyniowego. Zawierają nie sok, lecz wysokiej jakości ekstrakt z głogu. Do kupienia w aptekach i zielarniach.



• ok. 11 zł (50 g)

Ochrona przed cukrzycą

Skandynawski Zuccarin zmniejsza wchłanianie węglowodanów i pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi. Wspomaga odchudzanie. Z morwą białą i chromem. Do kupienia na newnordic.pl



• ok. 50 zł (60 tabl.)

Dla zmęczonych

Herbata Gojnik marki Astron jest bogatym źródłem składników mineralnych, m.in. żelaza, cynku, miedzi. Sprzyja regeneracji sił fizycznych i psychicznych. Wspiera układ immunologiczny i oczyszcza organizm.



• ok. 14 zł (50 g)

Arnika i minerały

Maść z kurkumą, nagietkiem i olejem CBD 5 proc. wspomaga regenerację naskórka i łagodzi zaczerwienienia. Wzbogacona o ekstrakt z arniki i minerały wody leczniczej.



• ok. 24 zł (80 ml)

Dla suchej skóry

Nowa dermoemulsja myjąca Poldermin Hydro to sześć składników pielęgnacyjnych: β-glukan, hialuronian sodu, betaina, ksylitol, trehaloza i alantoina. Do skóry suchej, bardzo suchej i wrażliwej.



• ok. 45 zł (opak.)

FOT. Adobe Stock (4), arch/123RF/Picsel, mat. prasowe

TWOJA ZIOŁOWA APTECZKA

Przy kaszlu

Mikstura z podbiału powleka drogi oddechowe i zabezpiecza je przed podrażnieniem. Może też przynieść ulgę przy dolegliwościach spowodowanych nieżytem gardła i oskrzeli, a nawet przy astmie. Czarny bez sprawdzi się w inhalacji.

- Łyżkę suszonych kwiatów i liści podbiału zalej szklanką letniej wody, przykryj i gotuj 3 minuty; przecedź. Pij 5 razy dziennie po ¼ szklanki.
- 3 łyżki suszonych kwiatów bzu czarnego zalej 3 szklankami wrzątku i trzmaj pod przykryciem 15 min. Napar przecedź, podgrzej i wlej do miski. Wdychaj ciepłe opary przez 10 min. Rób taką inhalację 2 razy dziennie.





CZY TO PRAWDA, ŻE...

Najlepszy twardy materac?

Kiedyś tak sądzono, jednak najnowsze analizy pokazują, że to nie do końca prawda.

- Badacze przestudiowali 47 badań dotyczących wpływu materacy na komfort snu oraz dolegliwości kręgosłupa. Uzyskane przez nich dane pokazały, że u większości osób najlepiej sprawdzają się materace o średniej twardości. W części analizowanych badań takie podłoże wiązało się też z mniejszym nasileniem bólu dolnego odcinka pleców, a także ze złagodzeniem porannej sztywności.
- W innym badaniu zaobserwowano, że na materacu o średniej twardości uczestnicy eksperymentu zasypiali szybciej niż na miękkim.

GDY ODDECH JEST NIEŚWIEŻY

Pora na higienię języka

Nieprzyjemna woń oddechu ma zwykle swoje źródło na języku. Choć z pozoru gładki, jest on pokryty drobnymi brodawkami, rowkami i zagłębieniami, w których zatrzymują się złuszczone komórki nabłonka, resztki jedzenia oraz drobnoustroje. Spora ich część gromadzi się w tylnej części języka, bliżej gardła.

Prosty test

Czystą łyżeczką przesuń po grzbiecie języka od najdalszego miejsca, do którego uda ci się dosięgnąć bez odruchu wymiotnego. Po kilku sekundach powąchaj zebrany osad. Jeśli ma niemiły zapach, przyczyną może być próchnica, choroba dziąseł albo niewłaściwa higiena jamy ustnej. Pomocna rada: test łyżeczki dobrze jest wykonać w ciągu dnia, a nie rano, po przebudzeniu – podczas snu spada wydzielanie śliny, do tego wiele osób oddycha przez usta, co dodatkowo wysusza jamę ustną. Bakterie mają wtedy swobodę działania i wytwarzają przykry zapach. Nieprzyjemna woń znika po śniadaniu i umyciu zębów.

Nie odświeżaj, tylko oczyszczaj

Język można delikatnie oczyścić włosiem szczoteczki przy szczotkowaniu zębów. Można też kupić model z drobną tarką po drugiej stronie główki lub zaopatrzyć się w specjalną skrobaczkę. Samo czyszczenie powinno zająć kilkanaście sekund – to kilka wprawnych ruchów wybranym narzędziem. Najlepiej to robić razem z porannym i wieczornym myciem zębów, a potem przepłukać usta.



Oczyszczanie języka wykonujemy po jego grzbiecie od gardła do czubka, próbując delikatnie zgarnąć nalot, nie podrażniając delikatnych brodawek.

MATERIAŁ POWSTAŁ W RAMACH AKCJI MEDIA PRZECIW DEZINFORMACJI



Najlepszą bronią jest krytyczne myślenie. Jeśli coś wywołuje skrajne emocje (złość, panika, euforia), to może być kłamstwem, czyli dezinformacją.

Nie dajmy się oszukiwać

Dezinformacja to zmanipulowane informacje, rozpowszechniane, żeby wywołać chaos, wprowadzić w błąd. Ktoś z tego czerpie zyski, a my na tym tracimy.

Wiadomość opublikowana w mediach społecznościowych dociera do miliona osób w kilka godzin, jeśli to wyjątkowa sensacja – w godzinę. Z badań wynika, że jeszcze szybciej rozchodzą się informacje fałszywe. Są aż 6 razy szybsze niż prawda! Dlaczego tak się dzieje?

Gra na emocjach

- Fałszywe wiadomości, czyli celowa dezinformacja, mają wywoływać zaskoczenie, szok, strach i w ten sposób skłonić nas do kliknięcia „udostępnij”. Dodatkowo algorytmy platform (Facebooka, TikToka, X czy Instagrama) „lubią” emocje. Posty, które je wywołują, są promowane, więc rozchodzą błyskawicznie. Nic dziwnego, że jesteśmy bombardowani kłamstwami.

Polowanie na uwagę

- Rodzajem dezinformacji są tzw. clickbaity. To nagłówki publikacji wprowadzające w błąd. Treść artykułu czy wpisu dotyczy czegoś innego, niż wskazuje tytuł lub zdjęcie. Zwykle w takich nagłówkach dostajemy obietnicę informacji, której w tekście nie ma lub jest szczątkowa.
- Wiele clickbaitów ma nas przestraszyć i spowodować, żebyśmy kliknęli i przeczytali. Jeśli nagłówek zawiera słowa „przerażający”, „dramatyczny”, „szokujący”, z dużym prawdopodobieństwem jest to właśnie tego typu dezinformacja.

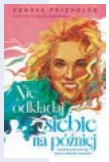
Kradzież pieniędzy

- Dezinformacją posługują się też zwykli oszuści. Wprowadzają nas w błąd po to, żebyśmy podali im swoje dane lub wpłacili pieniądze np. na fałszywy fundusz inwestycyjny dający rzekomo krociowe zyski.
- Szczególnie groźna jest dezinformacja medyczna. Posługują się nią współcześni szarlatani. Podważają metody stosowane przez oficjalną medycynę, a jednocześnie podsuwają ciężko chorym ludziom swoje „skuteczne” metody. Wyłudzają od nich ogromne pieniądze, do reszty rujnując ich zdrowie.

NA PÓŁCE

Nie odkładaj siebie na później

KAROLINA TUCHALSKA-SIERMIŃSKA



Praktyczny poradnik o tym, jak zatroszczyć się o siebie i zrobić pierwszy krok w stronę życia na własnych zasadach. Autorka łączy współczesną wiedzę psychologiczną z przykładami z gabinetu psychologicznego i praktycznymi ćwiczeniami.

Wyd. Media Rodzina

Cesarzowa Piotra

KRISTINA SABALIAUSKAITE



Drugi tom międzynarodowego bestsellera opowiadającego historię Katarzyny I, pierwszej cesarzowej Rosji, nazywanej Kopciuszkiem XVIII wieku. Opowieść o miłości, zdradzie, walce o władzę i kobiecie, która musiała zapłacić wysoką cenę za swoją pozycję. **Wyd. Literackie**

Za ścianą

ALICJA SINICKA



Aurelia kupuje dom od Konrada Zalewskiego. Nie wie, że dwa lata wcześniej zginęła w nim tragicznie jego żona. Wkrótce zaczyna podejrzewać, że kobieta nie zginęła w wypadku. Tymczasem między Aurelią a Konradem rodzi się uczucie. **Wyd. W.A.B.**

MARGARET MITCHELL „PRZEMINĘŁO Z WIATREM”

Wielkie miłości Scarlett



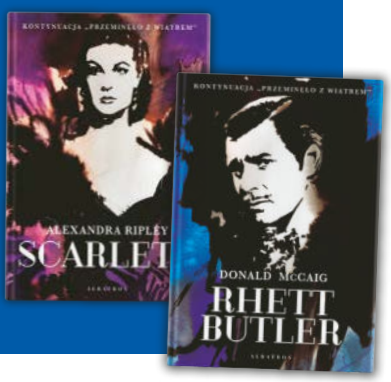
Scarlett O'Hara, rozpieszczona córka plantatora bawełny, piękna, uparta i pewna siebie, zakochuje się w Ashleyu Wilkesie. Ten jednak poślubia inną. Wkrótce na jej drodze pojawia się Rhett Butler – inteligentny i cyniczny mężczyzna, który potrafi przeciwstawić się jej charakterowi. Gdy wybucha wojna secesyjna, Scarlett musi walczyć o ocalenie rodzinnego majątku. Z beztroskiej dziewczyny stopniowo zmienia się w silną, dojrzałą kobietę.

Wydawnictwo Albatros

Margaret Mitchell

Amerykańska pisarka i dziennikarka nad swoją najsłynniejszą powieścią pracowała dziesięć lat. Książka ukazała się w 1936 roku i okazała się ogromnym sukcesem. Na jej podstawie powstał film z Vivien Leigh i Clarkiem Gable'em.

Powieść doczekała się kontynuacji autoryzowanych przez spadkobierców Margaret Mitchell. Donald McCaig w „Rhett Butler” opisał wcześniejsze losy ukochanego Scarlett, a Alexandra Ripley w „Scarlett” przedstawiła jej dalsze losy po rozstaniu z Rhettem.



FOT. Adobe Stock, mat. prasowe



DOKUMENTACJA MEDYCZNA

Gdy zwierzę choruje

Każdy gabinet czy klinika weterynaryjna musi prowadzić dokumentację leczenia zwierzęcia: zapisy przebiegu wizyt, wyniki badań, podane leki. Zgodnie z art. 25 ust. 1 ustawy z 18 grudnia 2003 r. o zakładach leczniczych dla zwierząt ma obowiązek przechowywać ją przez 3 lata. Właściciel (opiekun) zwierzęcia ma prawo tę dokumentację otrzymać. Nie musi tłumaczyć, do czego jest potrzebna, czy chodzi o zmianę lekarza, czy o skonsultowanie przebiegu leczenia. Może poprosić o wydanie kopii lub przesłanie jej do innej placówki. W razie gdyby lecznica odmówiła, można złożyć skargę do izby lekarsko-weterynaryjnej, która nadzoruje pracę lekarzy weterynarii.

W KANCELARII NOTARIALNEJ

PESEL bez dopłaty

Przy podpisywaniu aktu notarialnego dowiedziałaś się, że musisz dodatkowo zapłacić za sprawdzenie, czy twój PESEL jest zastrzeżony? Nie zgadzaj się na taką opłatę. Przy określonych czynnościach notariusz ma obowiązek sprawdzić status numeru PESEL, ale powinien to zrobić bezpłatnie. Jeśli kancelaria chce pobrać za to dodatkowe pieniądze, poproś o wskazanie podstawy prawnej takiej opłaty. Jeśli mimo wszystko zostanie ona pobrana, zażądaj rachunku z wyszczególnioną opłatą. Zachowaj go – będzie potrzebny, jeśli zechcesz domagać się zwrotu pieniędzy. Masz do tego prawo nawet wtedy, gdy umowa została podpisana już dawno.



Fot.: Adobe Stock

REKLAMA

SIŁA NATURY.
PROSTO ZE SKAŁY.

Zacznij dzień z uczuciem świeżości,
które zostaje z Tobą na dłużej.

Super Deo to naturalny dezodorant ze skały – prosty, elegancki, uniwersalny. Bezzapachowy, dla Niej i dla Niego.

Mała forma, która staje się częścią Twojego codziennego rytuału.



DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

Reutter – ponad 100 lat zaufania. Dostępny w aptekach i zielarniach.

Producent: Reutter GmbH Dystrybutor: P.P.H.U. IZAKPOL, ul. Dąbrowskiego 5, 96-300 Żyrardów, izakpol@go2.pl

PRZYDATNE W DOMU



Wystarczy podgrzać

Mexican Chicken (Kurczak z ryżem po meksykańsku) to mrożone danie gotowe z ryżem, warzywami i kawałkami kurczaka – szybkie do przygotowania na patelni. Co istotne, nie zostały do niego dodane barwniki, aromaty i wzmacniacze smaku.

FRoSTA, ok. 9,99 zł/450 g

Efektowny dodatek

Pąki kwiatowe kaparu ciernistego zanurzone w oleju rzepakowym z dodatkiem soli, octu i przypraw. Olej łagodzi ich naturalną, cierpko-kwaśną i słoną nutę, nadając im delikatny, bardziej wykwintny smak. Sprawdzają się do sałatek, ryb, mięs i zapiekanek



OLE!, ok. 9,45 zł/ 212 ml

Smacznie chrupią

Prażynki 3D Chrup o smaku fromage charakteryzują się przestrzenną, napowietrzoną formą. To chrupiąca przekąska o wyraźnie serowym aromacie i efektownym kształcie – dobra do podania solo albo z ulubionym dipem.



Chrup, około 4,39 zł/ 110 g



Mięsne kąski w sosie

Małe, niepozorne kawałki otulone gęstym sosem to ten rodzaj dania, który rozgrzewa od pierwszej łyżki i pysznie syci na długo.

Żeby zrobić idealny sos, najpierw mocno obsmaż mięso partiami – to daje mu smak i kolor. Jeśli ma być on naprawdę gęsty, odparuj go chwilę bez przykrywki albo na końcu dodaj odrobinę zimnej wody wymieszanej z mąką lub skrobią.

Potrawka drobiowa

SKŁADNIKI: ● **800 g ziemniaków** ● **1 por** ● **250 g brązowych pieczarek** ● **500 g filetów z kurczaka** ● **3 łyżki masła** ● **250 ml bulionu** ● **200 g śmietany 30%** ● **1/2 pęczka natki** ● **2 łyżeczki soku z cytryny** ● **sól** ● **pieprz**

PRZYGOTOWANIE:

1. Ziemniaki obierz, pokrój i ugotuj w wodzie z solą. Por oczyść, umyj. Przekrój go wzdłuż na pół i posiekaj. Pieczarki oczyść, pokrój na cząstki. Mięso osusz, pokrój na nieduże kawałki.
2. Na dużej patelni rozgrzej masło. Smaż kurczaka 6-7 minut, aż się zezłoci. Dodaj pieczarki i smaż jeszcze 2-3 minuty. Dorzuć por, smaż 2 minuty. Wlej bulion i śmietanę. Dopraw solą i pieprzem. Przykryj i gotuj na małym płomieniu ok. 8 minut.
3. Posiekaj listki natki. Dodaj do potrawki z sokiem z cytryny. Gotuj 5 minut. Dopraw. Podaj z ziemniakami.

Czas przygotowania: 35 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: łatwy

Kociołek z wołowiną

SKŁADNIKI: ● **600 g wołowiny na zrazy** ● **50 g wędzonego boczku w plastrach** ● **2 cebule** ● **500 g kapusty włoskiej** ● **1/2 pęczka włoszczyzny** ● **1 czerwona papryka** ● **100 ml passaty pomidorowej** ● **100 g śmietany 30%** ● **świeży tymianek** ● **2 listki laurowe** ● **sól** ● **pieprz** ● **słodka papryka**

PRZYGOTOWANIE:

1. Wołowinę pokrój w cienkie paski. Kapustę oczyść, poszatkuj. Obrane cebule pokrój w piórka. Włoszczyznę i paprykę oczyść, pokrój na kawałki.
2. Boczek wysmaż w garnku, wyjmij. Na tłuszcz wrzuć mięso, smaż 8 minut, dopraw, wyjmij. Do garnka włóż cebulę, kapustę, włoszczyznę i paprykę. Duś 10 minut. Dołóż mięso, boczek i listki laurowe. Wlej 800 ml wody, przykryj. Gotuj na małym płomieniu ok. 75 minut. Wlej passatę i śmietanę, gotuj 15 minut. Dopraw papryką, tymiankiem, solą i pieprzem.



Czas przygotowania: 135 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni

FOT. House of Food, mat. prasowe

Filet z indyka z cebulką

SKŁADNIKI: ● **4 cebule** ● **600 g filetu z indyka** ● **1 kg ziemniaków** ● **1-2 łyżeczki koncentratu pomidorowego** ● **300 g śmietany 36%** ● **2 garści rukoli** ● **po 2 łyżki masła i mleka** ● **olej** ● **sól** ● **pieprz** ● **słodka papryka**

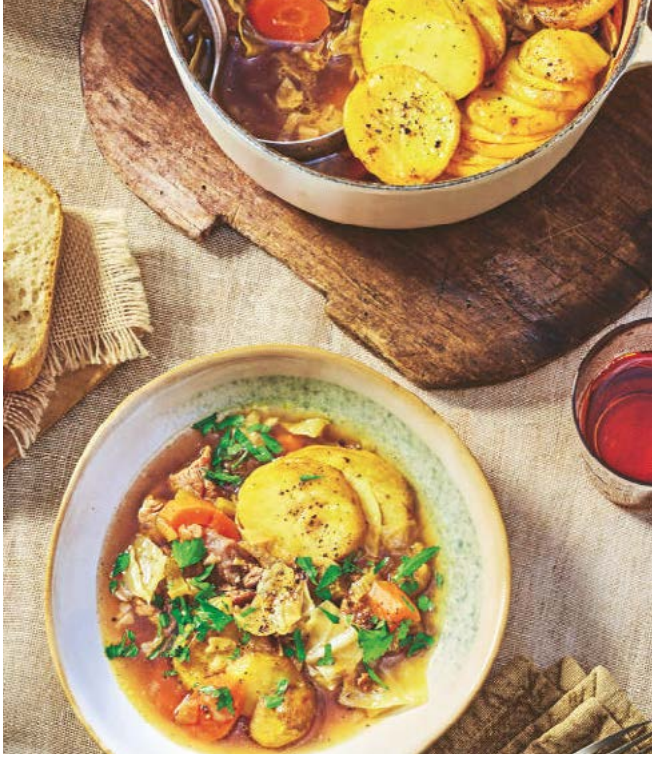
PRZYGOTOWANIE:

1. Ziemniaki obierz, pokrój i ugotuj w wodzie z solą. Obrane cebule pokrój w talarki, podziel na krążki. Filet z indyka osusz, potnij w paski. Na dużej patelni rozgrzej 2 łyżki oleju. Włóż mięso i smaż, obracając, 5-8 minut. Przypraw solą, pieprzem i słodką papryką, zdejmij z patelni.

2. Na ten sam tłuszcz wrzuć cebulę i zeszklij. Dodaj mięso i koncentrat. Wlej śmietanę, wymieszaj i gotuj 2-3 minuty, aż sos zgęstnieje. Przypraw do smaku. Ziemniaki odlej, utłucz z masłem i mlekiem na piure. Wmieszaj do niego pokrojoną rukolę. Podaj z mięsem w sosie.

Czas przygotowania: 40 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: łatwy





Irlandzki gulasz

SKŁADNIKI: ● **600 g łopatki wieprzowej** ● **2 cebule** ● **3 łodygi selera naciowego** ● **3 marchewki** ● **800 g ziemniaków** ● **600 g kapusty** ● **800 ml bulionu** ● **1 listek laurowy** ● **2 łyżki masła** ● **olej** ● **sól** ● **pieprz**

PRZYGOTOWANIE:

1. Mięso pokrój w kostkę. Cebule obierz i posiekaj. Seler pokrój. Marchewki i ziemniaki obierz, pokrój w plasterki.

2. W żaroodpornym garnku rozgrzej 2 łyżki oleju. Obsmaż mięso, dopraw, wyjmij. Dodaj łyżkę oleju, cebulę, seler i marchew. Smaż 5 minut. Kapustę oczyść, pokrój. Połowę rozłóż na warzywach. Włóż mięso, wlej bulion i dodaj liść laurowy. Przykryj resztą kapusty, zagotuj. Na wierzchu rozłóż ziemniaki. Oprósz solą i pieprzem, obłóż masłem. Duś 80 minut w 180°C. Odkryj, dopiecz 10 minut.

Czas przygotowania: 100 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni

Curry ze schabem

SKŁADNIKI: ● **600 g schabu** ● **1 cebula** ● **2 ząbki czosnku** ● **1 chili** ● **1 cm imbiru** ● **750 g batatów** ● **1 puszka mleka kokosowego** ● **sól** ● **1 puszka ciecierzycy** ● **3 łyżki oleju** ● **1 i 1/2 łyżki curry** ● **po 3 gałązki kolendry i mięty** ● **pieprz** ● **chipsy kokosowe**

PRZYGOTOWANIE:

1. Schab pokrój na kawałki. Cebulę i czosnek obierz, posiekaj. Oczyść chili, pokrój w krążki. Imbir oskrob i zetrzyj drobno. Bataty obierz, pokrój w kostkę. W garnku rozgrzej olej. Wrzuć mięso i obsmaż, obracając. Dopraw solą i pieprzem. Dodaj cebulę, czosnek, chili i imbir, podsmaż. Oprósz curry. Dodaj bataty, mleko kokosowe i 750 ml wody. Zagotuj i duś na małym płomieniu 15-20 minut.

2. Ciecierzycę osącz. Dodaj do curry. Krótko podgrzej i przypraw. Posyp posiekanymi ziołami i uprażonymi chipsami.

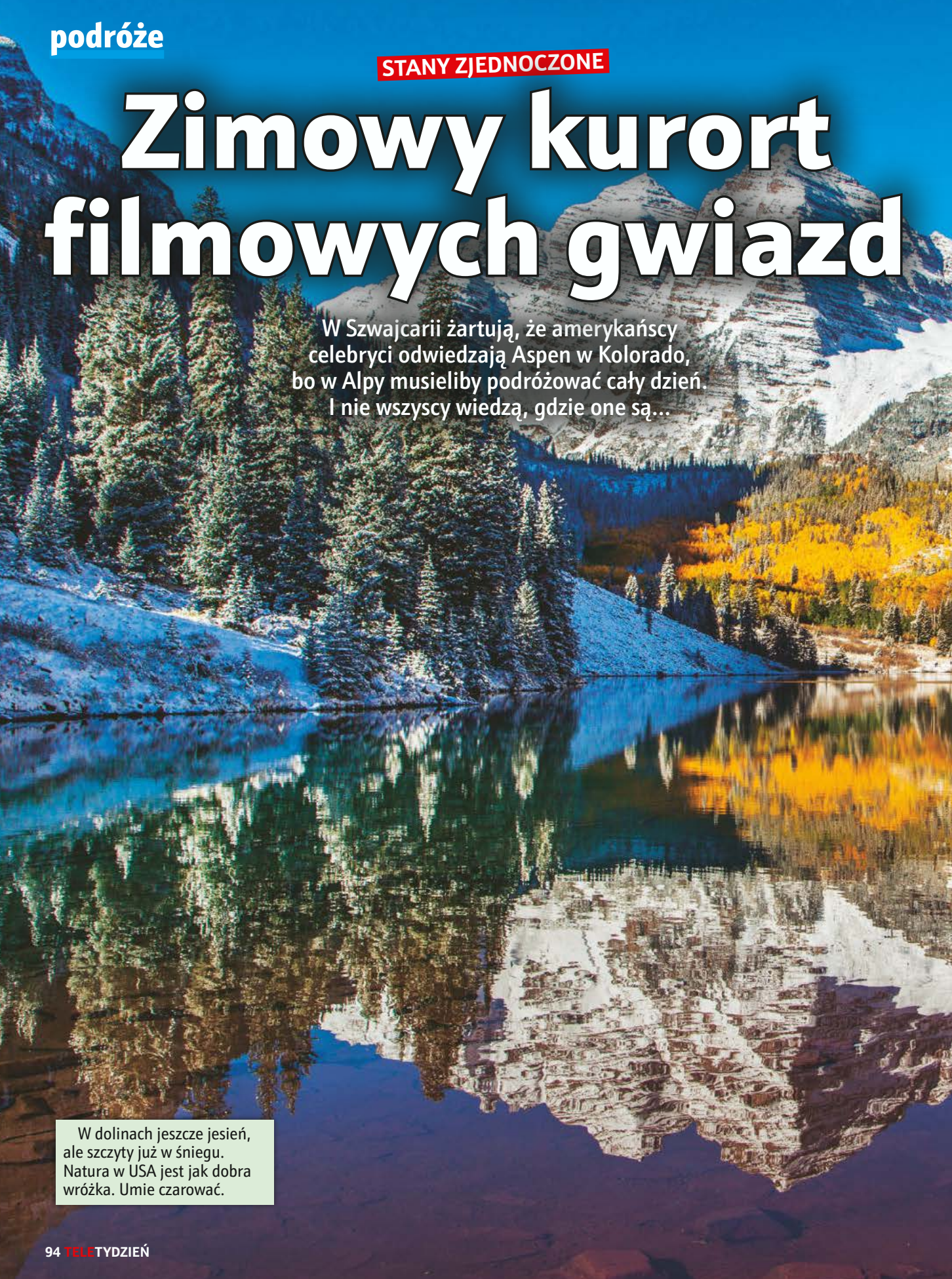
Czas przygotowania: 45 minut
Porcje: 4
Stopień trudności: średni



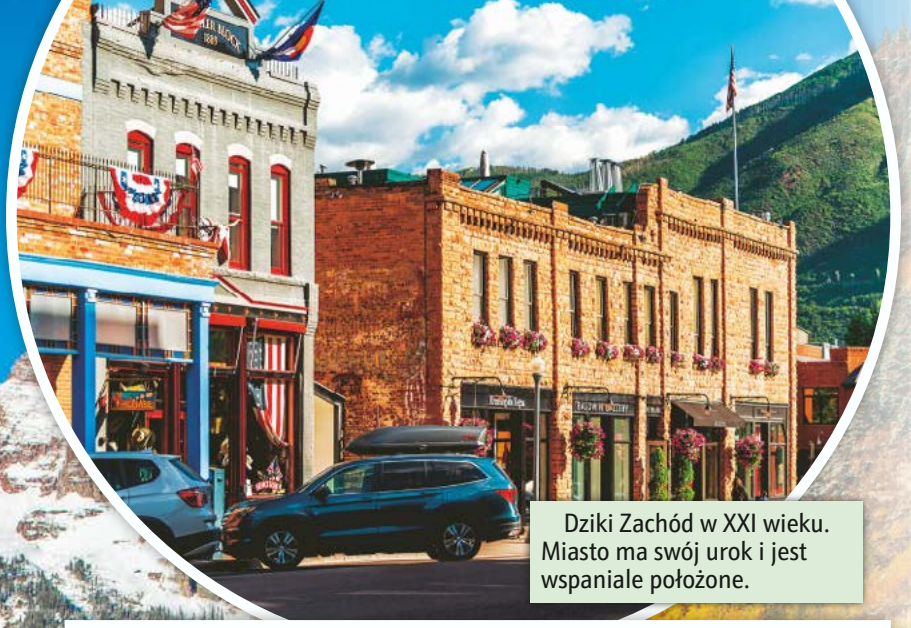
STANY ZJEDNOCZONE

Zimowy kurort filmowych gwiazd

W Szwajcarii żartują, że amerykańscy celebryci odwiedzają Aspen w Kolorado, bo w Alpy musieliby podróżować cały dzień. I nie wszyscy wiedzą, gdzie one są...



W dolinach jeszcze jesień, ale szczyty już w śniegu. Natura w USA jest jak dobra wróżka. Umie czarować.



Dziki Zachód w XXI wieku. Miasto ma swój urok i jest wspaniale położone.



Wycieczka w Rocky Mountains jest już trochę męcząca, ale dla takich miejsc – warto.



O dziwo, łatwo tu znaleźć miejsca odludne i samotnie cieszyć się cudną chwilą.

To tylko pewna złośliwość, bo… Rocky Mountain są piękne, przyroda dzika i to bardziej niż w Europie. Ba, poziom usług turystycznych na bardzo wysokim poziomie. I wszystko naj...

Najbardziej znanym kurortem jest tam właśnie Aspen, miasteczko, które trochę udaje amerykańskie metropolie. Leży wysoko w Górach Skalistych, w dolinie otoczonej czterema ośrodkami narciarskimi. Zimą okolice wyglądają jak pocztówka, a latem zamieniają się w raj dla wędrowców i rowerzystów.

Niezwykłość Aspen bierze się z mieszanki dzikiej przyrody za rogatkami i znakomitej infrastruktury. Chodzi o to, by ktoś z Beverly Hills czuł się tu, w środku gór, jak w Beverly Hills. Proste? Tak, choć zupełnie obce naszej mentalności.

Z górki na pazurki

Dla narciarzy są tu cztery różne (wszech)światy. Trasa Aspen Mountain (Ajax) jest najbardziej „kultowa", stroma i techniczna – dla pewnych siebie i z oszałamiającymi widokami.

Aspen Highlands przyciąga fanów mocniejszych wrażeń, Buttermilk jest przyjazny dla początkujących, a przy okazji znany z imprez i zawodów freestyle. Snowmass to dobre miejsce dla rodzin.

Coś na ząb i zmęczenie

W Aspen łatwo o dobrą kuchnię. Od fast foodów po eleganckie i drogie restauracje, gdzie niezbędna jest rezerwacja stolika. Tu dostaniemy wszystko: zupę, ramen, pizzę, burgera albo stek. Wiele osób gustuje w górskich klasykach. Np. fondue (szwajcarskie!), daniach z dziczyzny i potrawach z lokalną wołowiną. Są nawet (o dziwo!) lokale wegetariańskie, bo akurat tu życie „fit" jest w modzie, en vogue.

Zawdzięczamy to gwiazdom i celebrytom. Bo to ich zimowy amerykański sen. Aspen daje im to, czego rzadko doświadczają: prywatność i luksus blisko natury. To miejsce „na uboczu", ale z jakością usług jak w metropolii.

Są eleganckie hotele, ekskluzywne butiki, jest dyskrecja. Do tego dochodzi prestiż, bo Aspen to symbol. I mogą tu przyjechać amerykańscy Kowalscy czyli państwo Smith. Też poczują się jak gwiazdy!

PAWEŁ ZAPAŁA

Fot.: Adobe Stock

czy pamiętasz, że... 27 listopada – 3 grudnia

30.11.1874 – URODZIŁA SIĘ LUCY MAUD MONTGOMERY

Sukces z nutą goryczy



Ania Shirley, bohaterka jej cyklu powieści, jest znana na całym świecie. Wcale się na to nie zapowiadało, ponieważ „Anię z Zielonego Wzgórza", odrzuciły wszystkie wydawnictwa, do których Montgomery wysłała manuskrypt. I na tym mogło się skończyć, bo autorka umieściła go w szufladzie. A jednak Ania nie dawała jej spokoju – po kilku latach pisarka wprowadziła poprawki i spróbowała jeszcze raz. Opłaciło się, wydawnictwo z Bostonu zaakceptowało powieść i podpisało umowę na kolejne części. Niestety, autorka z biegiem lat traciła serce do swojego literackiego dziecka. Uważała je za błogosławieństwo i przekleństwo.

29.11.1976 – PREMIERA FILMU „TRĘDOWATA"

Atak i obrona

Po premierze tej adaptacji powieści Heleny Mniszkówny na Jerzego Hoffmana spadły gromy krytyków. W obronie reżysera stanął Andrzej Wajda, który przyznał, że sam chciał ekranizować „Trędowatą", ale... nie miał odwagi. „Wiemy, po co takie filmy się robi, chodzi o to, żeby widz przychodził na nie z przyjemnością, i w danym przypadku uważam, że się nie zawiedzie" – podkreślał.



W SKRÓCIE

27.11.1940 – w San Francisco urodził się Bruce Lee.
28.11.1967 – w warszawskiej FSO na Żeraniu wyprodukowano pierwszego Fiata 125p.
29.11.1899 – założono piłkarski klub FC Barcelona.
30.11.1993 – premiera filmu „Lista Schindlera" w reżyserii Stevena Spielberga.
1.12.1989 – odbyło się pierwsze w historii spotkanie przywódcy ZSRR Michaiła Gorbaczowa i zwierzchnika Kościoła rzymskokatolickiego, papieża Jana Pawła II.
2.12.1804 – Napoleon Bonaparte został koronowany na cesarza Francuzów.
3.12.1923 – w Czarnkowie urodził się Adam Słodowy, autor popularnego programu telewizyjnego „Zrób to sam".

HOROSKOP Od 27 listopada do 3 grudnia 2026

BARAN 21.3-20.4

Mroźne wieczory sprzyjają świętym planom rodzinnych spotkań. Możesz zaskoczyć bliskich śmiałym pomysłem. Weź sprawy w swoje ręce. Okaże się, że to ty rozgrzewasz atmosferę.

BYK 21.4-21.5

Spokojny rytm tygodnia pomoże ci uporządkować dom i myśli. Może warto odłożyć drobne oszczędności na małą przyjemność. Zadbaj o wygodę, ale nie rezygnuj z ruchu. Komfort i zdrowie mogą iść w parze.

BLIŹNIĘTA 22.5-21.6

Czas w końcu pomyśleć nad spotkaniem ze starym znajomym. Krótki spacer po pracy zawsze pomoże odświeżyć głowę. Może to właśnie wtedy zaskoczysz siebie nowym pomysłem na zimowe hobby.

RAK 22.6-22.7

Wieczory przy ciepłej herbacie sprzyjają wspomnieniom i planowaniu świątecznych niespodzianek. Dom stanie się bezpieczną przystanią. Podziel się czułością z bliskimi. Twoja troska to dla nich największy prezent.

LEW 23.7-23.8

Czy zauważasz, jak inni liczą na twoją energię? W pracy możesz błysnąć pomysłem, który ułatwi życie całemu zespołowi. Nie bój się mówić o swoich sukcesach. Poczujesz, że nadal jesteś liderem własnej sceny.

PANNA 24.8-23.9

To dobry tydzień, by przyjrzeć się zdrowym nawykom. Spróbuj dodać do dnia kilka prostych ćwiczeń. Ciało odwdzięczy się lepszym snem. Jeśli zauważasz spadek sił, zwolnij tempo i daj sobie prawo do odpoczynku.

WAGA 24.9-23.10

Chłodne dni zachęcą do domowych seansów filmowych z bliskimi. Małe spory wygasną szybciej, niż myślisz. Zadbaj o ciepłą atmosferę przy stole. Odkryjesz, że harmonia w domu dodaje ci najwięcej sił.

SKORPION 24.10-23.11

Ten tydzień może przynieść niespodziewane wyznanie lub ważną rozmowę. Nie uciekaj od szczerości. Pomyśl nad tym, co naprawdę cię wzrusza. W głębi serca znajdziesz odwagę, by otworzyć się na nowe uczucia.

STRZELEC 24.11-22.12

Czy wiesz, że mała wycieczka za miasto może odmienić nastrój na cały tydzień? Zimowy krajobraz doda ci lekkości. Zaproponuj bliskim wspólny wypad. Zrozumiesz, że przygoda wcale nie musi być daleko.

KOZIOROŻEC 23.12-20.1

W pracy lub w domowych obowiązkach pojawi się zadanie wymagające dyscypliny. Ustal priorytety i trzymaj się planu, a ktoś to doceni. Pod koniec tygodnia znajdziesz chwilę tylko i wyłącznie dla siebie.

WODNIK 21.1-19.2

Czas na nietypowy pomysł na przygotowanie się do świąt. Możesz wprowadzić nową tradycję w rodzinie. Zaskoczysz innych kreatywnością. Poczujesz, że nawet drobna zmiana potrafi odświeżyć nastrój.

RYBY 20.2-20.3

Zaufaj intuicji, ale absolutnie nie spiesz się z decyzjami. Ciepłe emocje dodadzą ci skrzydeł. Samotne Ryby mogą poznać kogoś interesującego online. Pamiętaj jednak o szaliku, rękawiczkach i ciepłej czapce.

Fot.: East News

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

Bauer Media Group

TeleTydzień PBC

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

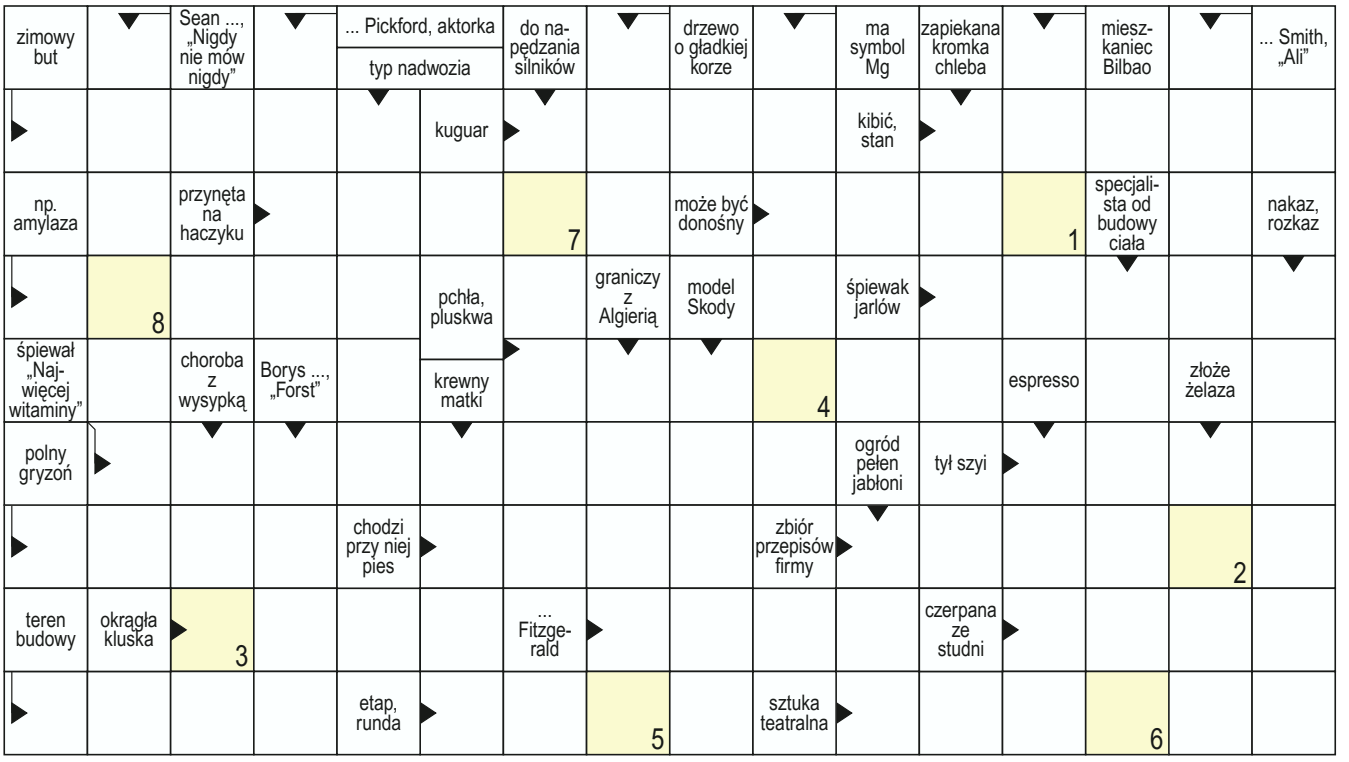
Redaktor naczelna: Marta Lubartowska **Redaktor zarządzająca:** Magdalena Adamcio **Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca:** Anita Nawrocka **Planner:** Adam Piosik **Koordynator:** Dorota Skalska **Redaktorzy:** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek **Hub Poradniki: Red. zarządzająca:** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor:** Robert Latek **Lider:** Mirosław Orzechowski **Koordynator:** Marcin Makarewicz **Graficy:** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider:** Agata Zasada **Koordynatorzy:** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy:** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat:** Aleksandra Kominek **Serwis TV:** AKPA Polska Press **Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j. Zarząd: Prezes Zarządu:** Tomasz Namysł **Członkowie Zarządu:** Andrzej Choynowski, Marek Lasota **Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego:** Marek Lasota **Dyrektor produkcji:** Piotr Orełko **Publisher/Wydawca:** Justyna Hałas **Biuro Reklamy:** ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa **Dyrektor Biura Reklamy:** Izabela Sarnecka **Dyrektor Segmentu Pism Telewizyjnych:** Aneta Rym-Gałka, Aneta.Rym@bauer.pl, www.bauer.pl/reklama/ **Dyrektor Sprzedaży Prasy:** Piotr Ludwicki **Druk:** Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o., Sp. j.

Copyright: Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o., Sp. j., Warszawa. Wydawnictwo jest członkiem Polskiej Izby Wydawców. Tele Tydzień jest objęty badaniami Polskich Badań Czytelnictwa. Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe oraz za zmiany w programie telewizyjnym wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po innej cenie niż wydrukowana na okładce, jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową

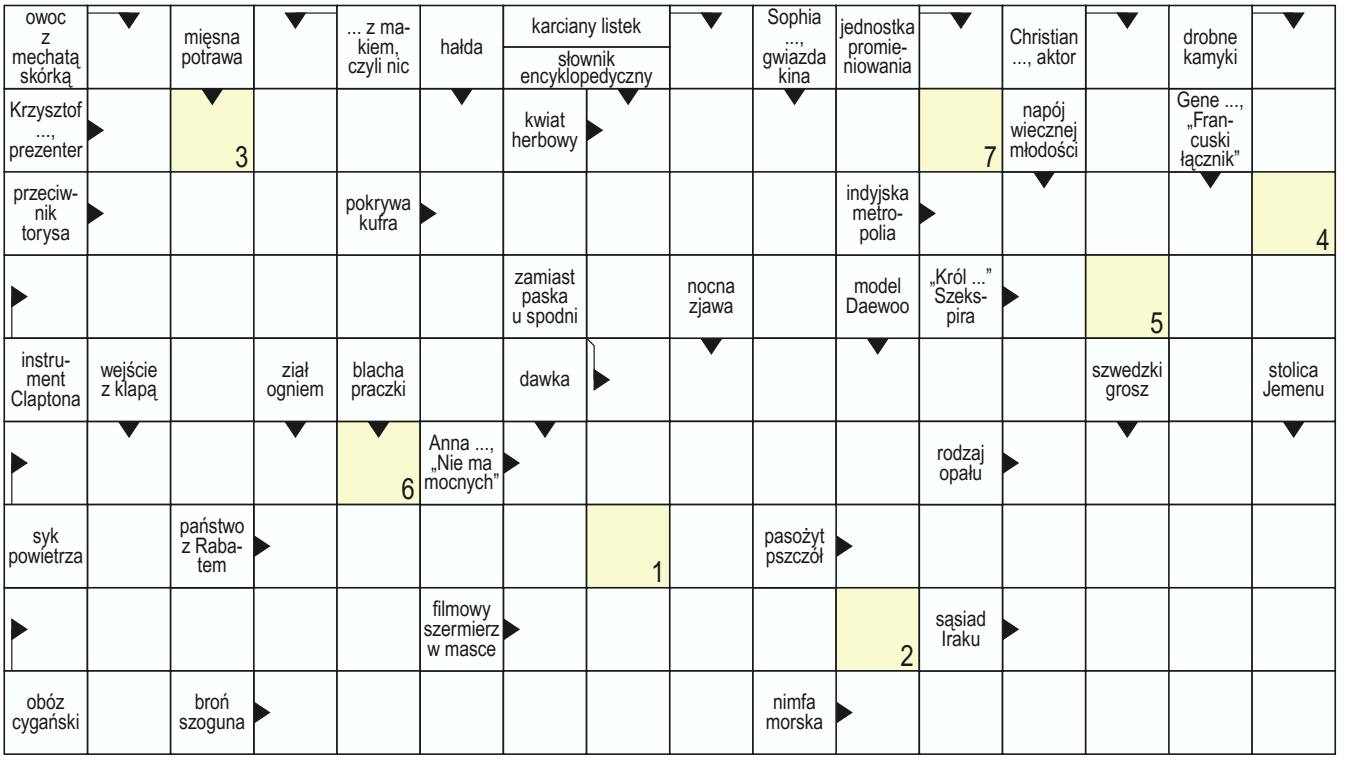
Prenumerata krajowa i zagraniczna: czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

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

Fotorealistyczne obrazy w tym wydaniu, które zostały wygenerowane lub zmodyfikowane przy użyciu sztucznej inteligencji, oznaczamy następującym symbolem:



Wpisz rozwiązanie



Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

krzyżówka



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Wpisz rozwiązanie

CHWILA NA RELAKS

PODARUJ BLISKIM
JBL NA ŚWIĘTA



ZESKANUJ KOD
ABY UZYSKAĆ
WIĘCEJ INFORMACJI

24 bogato zdobione medale pamiątkowe tworzące zachwycającą kolekcję

Stulecie wprowadzenia złotego – symbolu polskiej niepodległości

Platerowane czystym złotem (próby 999/1000)

Bez zobowiązań do dalszych zakupów!





Rewers każdego z 24 medali jest taki sam (średnica ok. 33 mm) Waga medalu: 14,6 g

- **Piękne i wysmakowane kolorowe tampondruki**
- **Edycja limitowana – tylko 5000 zestawów medali na całym świecie**
- **Wysoka jakość mennicza – znakomicie nieobiegowa**
- **Kolekcja dostępna wyłącznie w Mennica-Numizmaty**



BEZPŁATNIE!
W prezencie dla Ciebie:

Przydatny zestaw narzędzi

- Śrubokręt z 5 wymiennymi końcówkami
- Scyzoryk z 5 przydatnymi funkcjami
- Mocna latarka LED oraz karabińczyk
- W solidnym zamykanym na suwak etui, które pomaga utrzymać porządek

Razem z kolekcją otrzymasz:

Elegancką kasetkę na numizmaty

- idealną do przechowywania Twojej cennej kolekcji



Mennica-Numizmaty, marka Eldora World AG. Administratorem danych osobowych i stroną umowy jest: Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Zadzwoń do nas, aby otrzymać kolekcję 24 platerowanych złotem medali „100 lat złotego” **(nr art. 904-207-6)** w 5 comiesięcznych nieoprocentowanych ratach po 199 zł lub w jednorazowej cenie 995 zł. Koszt pakowania i wysyłki tylko 14,95 zł.

Mam prawo do zwrotu kolekcji w ciągu 60 dni i nawet wtedy mogę zatrzymać otrzymany zestaw narzędzi! Płatność przy odbiorze przesyłki (za pobraniem). Średni czas realizacji zamówienia to 7-10 dni. Firma kurierska poinformuje Państwa SMS-em o dokładnym terminie dostawy i kwocie do zapłaty gotówką u kuriera.

Administratorem Twoich danych osobowych jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Twoje dane osobowe (imię, nazwisko, adres) przetwarzane są w celu wysłania materiałów promocyjnych dotyczących monet i medali (art. 6 ust. 1 lit. f) RODO). Jeżeli nie życzysz sobie ich otrzymywania, możesz zgłosić sprzeciw wobec przetwarzania Twoich danych w celach reklamowych, wysyłając go pocztą (na adres Mennica-Numizmaty, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek) lub e-mailem (na adres: bok@mennica-numizmaty.pl). Więcej informacji o sposobie przetwarzania danych osobowych znajdziesz na stronie www.mennica-numizmaty.pl/prywatnosc.

MENNICA NUMIZMATY

Mennica-Numizmaty • ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek
bok@mennica-numizmaty.pl

WAŻNE DANE:
Numer rezerwacji: 553B-07

Zamów szybko i wygodnie przez telefon:

22 211 65 99

Zadzwoń do nas już teraz, a otrzymasz dodatkowy PREZENT!

(Biuro Obsługi Klienta czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-17:00 oraz w soboty w godz. 9:00-15:00)
Stawka za połączenie z numerem stacjonarnym zgodna z taryfą operatora.

Obowiązują *Ogólne warunki handlowe* Mennica-Numizmaty, dostępne na stronie www.mennica-numizmaty.pl lub (na żądanie) na piśmie. Stroną umowy jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.