Wtorek
29.09.2026

| **6,00 ZŁ** w tym 5% VAT

Legnica | Lubin

panorama legnicka

www.legnica.naszemiasto.pl

Nr 39



FOT. KLAUDIA KORFANTY

FOTORELACJA

ANNA FENBY TAYLOR, WNUCZKA ZOFII KOSSAK, NA 70-LECIU SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 10 W LEGNICY

str. 10-11

SPORT/PIŁKA NOŻNA

Dawid Kroczek spieszy na ratunek. Po serii porażek piłkarze Miedzi mają nowego trenera

Władze klubu podpisały z nowym szkoleniowcem dwuletni kontrakt z opcją przedłużenia **str. 18**



FOT. MIEDŹ LEGNICA

LEGNICA



FOT. UM LEGNICA

Ratusz chce skończyć z reklamowym chaosem w mieście

Legnica dołączy do ponad 80 miast w Polsce, które mają swoje uchwały krajobrazowe **str. 3**

LEGNICA/ZAKACZAWIE

45 nowoczesnych mieszkań z windami i garażami budują na Kamiennej/Kościelnej **str. 4**

LEGNICA

Legniczanie domagają się zorganizowania całodobowej opieki weterynaryjnej. Trwa zbieranie podpisów pod petycją **str. 2**

SAMORZĄD

Legnicka Straż Miejska obchodziła 35-lecie działalności. Gratulacje i życzenia **str. 5**

Nr ISSN 1234-5393
Nr indeksu 272655

9 771234 539604 40

eprasa.pl c4282a378f

Legniczanie zbierają podpisy pod petycją w sprawie zorganizowania całodobowej opieki weterynaryjnej w mieście

Klaudia Korfanty
Legnica

Mieszkańcy domagają się zorganizowania całodobowej opieki weterynaryjnej dla zwierząt w Legnicy i kierują do Urzędu Miasta petycję.



FOT. JKAUDIA KORFANTY

Prezydent zapewnia, że jest miłośnikiem zwierząt, więc może tym razem poprze pomysł?

Brak 24-godzinnej opieki weterynaryjnej to ogromny problem właścicieli zwierząt m.in. w Legnicy. Dlatego powstała petycja w sprawie zapewnienia mieszkańcom Legnicy dostępu do całodobowej pomocy weterynaryjnej – 24 godziny na dobę, 7 dni w tygodniu. Pod petycją podpisało się już ponad 650 mieszkańców. - W nagłym przypadku liczy się czas. Zatrucie, wypadek, silny ból, krwotok, problemy z oddychaniem czy inne zagrożenie życia nie czekają do rana - wyjaśnia Monika Siergiej, autorka petycji.

Najważniejsze postulaty przedstawione w petycji to:

Chcemy, aby w Legnicy można było uzyskać pomoc dla zwierzęcia również w nocy.

Chcemy jasnej informacji, gdzie udać się w nagłym przypadku.

Chcemy, aby miasto rozważyło współpracę z lecznicami i organizację nocnych, weekendowych oraz świątecznych dyżurów.

Chcemy miasta przyjaznego nie tylko ludziom, ale również naszym zwierzętom.

Autorka petycji tłumaczy, że właścicielom zwierząt nie chodzi o nową lecznicę, ale zorganizowanie systemu dyżurów w obecnie działających klinikach lub jakiekolwiek inne rozwiązanie, które zapewni realną pomoc w nagłych sytuacjach.

Petycję można podpisać na stronie: Całodobowa opieka weterynaryjna w Legnicy

Interpelacja radnej nic nie wskórała

Petycjsa Moniki Siergiej to drugie podejście do rozwiązania problemu. W sierpniu tego roku radna Rady Miejskiej w Legnicy Jolanta Rabczenko poruszyła już problem braku dostępu do całodobowej opieki weterynaryjnej w mieście. W interpelacji zapytała władze miasta, czy planują uruchomić taką pomoc, powołując się na istniejący w LPGK system całodobowej opieki weterynaryjnej dla bezdomnych zwierząt poszkodowanym w wypadkach komunikacyjnych.

Podczas rozmowy z radnymi, w trakcie wyjazdowej komisji, przedstawiciel LPGK sygnalizował również zamiar utworzenia w Legnicy rozwiązania zapewniającego całodobową pomoc weterynaryjną. Czy miasto rozważa wsparcie tego przedsięwzięcia i współpracę z lokalnymi weterynarii? - pyta radna.

Odpowiedź od prezydenta nadeszła na początku września. Niestety była negatywna.

- W odniesieniu do interpelacji w zakresie funkcjonowania całodobowej pomocy weterynaryjnej dla zwierząt właścicielskich informuję, że Urząd Miasta nie ma wiedzy co do funkcjonowania takich placówek w mieście lub okolicach. Jednocześnie informuję, że wyżej wymienione działania nie stanowią zadań własnych gminy, wobec czego Miasto nie może finansować tego typu działalności - odpowiedział Maciej Kupaj, prezydent Legnicy.

Czy obecna petycja mieszkańców jest w stanie coś zmienić w tym zakresie?

Nie wiadomo. Pozostaje nam liczyć na reakcję miasta.

Całodobowe kliniki weterynaryjne na Dolnym Śląsku

Na Dolnym Śląsku jest kilka lecznic, które pracują całodobowo. Najbardziej znana wśród właścicieli psów i innych zwierzaków jest SKVet Klinika Weterynaryjna przy ul. Stabłowickiej 109B we Wrocławiu, która w nagłych wypadkach zapewnia dyżur przez całą noc, a także w weekendy czy święta.

Całodobowo funkcjonuje też lecznica Dolvet we Wrocławiu oraz Canis w Kamieńcu Wrocławskim, która zapewnia także opiekę wyjazdową.

Całodobową lecznicę dla zwierząt znajdziemy też w Jeleniej Górze - Erjot prowadzi dyżury nocne, ale jedynie od poniedziałku do piątku.

Niektóre przychodnie w regionie oferują opiekę w uzasadnionych nagłych sytuacjach, ale nie są to systematyczne dyżury i konieczna jest wcześniejsza konsultacja telefoniczna.

TEL. 573 845 562/PONIEDZIAŁKI I ŚRODY, GODZ. 14-18

Bezpłatny telefon porad prawnych dla dolnośląskich seniorów. Skorzystaj!

Aby skorzystać z bezpłatnej porady prawnej wystarczy zadzwonić pod nr 573 845 562, a po odsłuchaniu komunikatu wcisnąć cyfrę „1". Z Telefonicznego Punktu Porad Prawnych mogą korzystać osoby, które ukończyły 60. rok życia i mieszkają w woj. dolnośląskim. Dyżury - w poniedziałki i środy, w godz. 14-18. Celem Telefonicznego Punkt Porad Prawnych dla seniorów jest m.in. zapewnienie możliwości uzyskania porady osobom starszym, także seniorom, których nie stać na opłatę porady.

Zgłoś awarię/usterkę w mieście: (76) 729 99 95

Legnicki Telefon Pierwszego Kontaktu

Mieszkańcy Legnicy mogą zgłaszać usterki i awarie związane z infrastrukturą komunalną. Zgłosić można:
- uszkodzone latarnie;
- uszkodzone ławki;
- uszkodzone elementy placów zabaw;
dziury i ubytki w drogach;
- porzucone wraki pojazdów;
- rozrzucone śmieci;
- dzikie wysypiska.
Zgłoszenia będą przekazywane do odpowiednich służb.

WROCŁAW MA SWOJE KRASNALE, A LEGNICA BĘDZIE MIAŁA LWY!



FOT. KLAUDIA KORFANTY

Pod Centrum Witelona w Legnicy 25 września zaprezentowano nową atrakcję - rzeźbę lwa o imieniu Witelonek. Odsłonięcia dokonali prezydent Legnicy Maciej Kupaj, jego zastępca Aleksandra Krzeszewska oraz dyrektorzy: LCK - Marta Bilejczyk i Centrum Witelona - Arkadiusz Muła. Rzeźby mają z czasem stworzyć Szlak Legnickich Lwów. Witelonek jako naukowiec trzyma w jednej ręce pryzmat optyczny, a drugą podtrzymuje lupę i zwoje papieru. Autorem rzeźby jest Artur Wochniak, twórca m.in. wrocławskich krasnali i zielonogórskich bachusików. KK

panorama legnicka
Nakład do 1000 egz.
SZEF REDAKCJI LOKALNEJ: **Mateusz Różański, m.rozanski@gazeta.wroc.pl;** BIURO OGŁOSZEŃ: **Michał Jarema, tel. 514 800 870, michal.jarema@polskapress.pl;**
PRENUMERATA: **tel. 71 727 62 37;** DRUK: **Polska Press Oddział Poligrafia, 41-203 Sosnowiec Milowice, ul. Baczyńskiego 25a.** WYDAWCA **Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10.**
P.O. PREZES ZARZĄDU POLSKA PRESS GRUPY **Elżbieta Żuraw**. PREZES MAKROREGIONU **Robert Glinkowski**. PROJEKT GRAFICZNY **Tomasz Bocheński**
POLSKA PRESS GRUPA

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

eprasa.pl c4282a378f

LEGNICA RATUSZ PRZEDSTAWIŁ ZAŁOŻENIA UCHWAŁY KRAJOBRAZOWEJ. KONSULTACJE SPOŁECZNE - W 2027 ROKU

NIE dla billboardów na zabytkach i chaosu reklamowego w mieście

Klaudia Korfanty
Legnica

Władze pracują nad uchwałą krajobrazową. Opublikowano wstępne założenia. Uchwała dotyczy głównie zasad umieszczania reklam w przestrzeni miejskiej.

Uchwała krajobrazowa umożliwi regulowanie zasad umieszczania reklam, obiektów małej architektury oraz ogrodzeń na całym obszarze gminy. Do tej pory uchwały krajobrazowe wdrożono w 86 gminach. Legnica pracuje nad swoją.

W lipcu zakończył się I etap prac, w wyniku którego m.in. został opracowany raport z analizy i geoankiety oraz przygotowane zostały wstępne założenia do uchwały krajobrazowej. Obecnie trwa II etap, w ramach którego zostanie m.in. przygotowany projekt uchwały w sprawie zasad i warunków sytuowania obiektów małej architektury, tablic reklamowych i urządzeń reklamowych oraz ogrodzeń, ich gabarytów, standardów jakościowych oraz rodzajów materiałów budowlanych na terenie Legnicy. Dokument powinien zostać opracowany do 19.11.2026 - przekazał Jacek Baszczyk, zastępca prezydenta, w odpowiedzi na interpelację radnego Pawła Frosta w sprawie prac nad uchwałą krajobrazową.

W 2027 roku zorganizowane zostaną konsultacje społeczne.

Przykłady „dobrych" i „złych" reklam

Szczegółowy „Raport z analiz przestrzennych i społecznych. Identyfikacja problemów i proponowane rozwiązania" zawiera m.in. przykłady rozwiązań reklamowych na terenie miasta, które wzbogacają otoczenie, harmonizują z nim, tworzą dysharmonię lub wręcz degradują otoczenie. Umieściliśmy je w naszej galerii zdjęć (zobacz poniżej).

Geoankieta wśród mieszkańców

W maju opublikowano otwartą ankietę skierowaną do mieszkańców miasta składającą się z 14 pytań.

W badaniu geoankietowym dotyczącym chaosu reklamowego, ogrodzeń oraz elementów małej architektury wzięło udział 207 osób. Wyniki jednoznacznie wskazują, że mieszkańcy Legnicy dostrzegają problem nadmiernej liczby reklam i oczekują działań zmierzających do uporządkowania przestrzeni publicznej.

Respondenci negatywnie oceniali przede wszystkim billboardy, banery i szyldy umieszczane na ogrodzeniach, elewacjach budynków, balkonach oraz w rejonie głównych ulic i skrzyżowań. Szczególnie krytycznie postrzegano reklamy zlokalizowane na zabytkowych kamienicach oraz w ścisłym centrum miasta.

Zmiany mają objąć teren całej Legnicy, choć miasto ma zostać podzielone na części o różnych stopniach rygoru wprowadzonych zasad.

Wstępne założenia uchwały krajobrazowej

ZABYTKI

Zakaz umieszczania reklam w formie billboardów na zabytkach, ściana szczytowa pozostaje wolna.

Zakaz umieszczania reklam w formie billboardów wolnostojących na działkach zabudowanych budynkiem zabytkowym.

Zakaz montowania na elewacji zabytku lub jako wolnostojące:
- billboard,
- baner,
- kaseton.

Możliwe do zamontowania na elewacji zabytku lub jako wolnostojące:
- znaki przestrzenne,
- wyklejenie witryn w formie ażurowej,
- semafor,
- tabliczka na dystansach,
- tablica,
- semafor wolnostojący.

REKLAMY NA BUDYNKACH NIEZABYTKOWYCH

Zaleca się sytuowanie reklam na wszelkich budynkach na tzw. osiach - w liniach ustalających pas szyldowy.

W zabudowie zwartej (niezabytkowej) na ścianie szczytowej będzie mógł pojawić się jedynie mural reklamowy, z zastrzeżeniem, że produkt reklamowy może zająć max. 30% powierzchni ściany. Zakaz umieszczania billboardów.

W sytuacji, gdy na nieruchomości prowadzona jest więcej niż jedna działalność dopuszcza się umieszczenie reklam/tablic wyłącznie na jednym urządzeniu

OGRODZENIA

Uchwała dotyczy ogrodzeń sytuowanych od strony dróg publicznych. Planuje się zakaz stosowania prefabrykatów betonowych i innych materiałów o niskich walorach estetycznych, zakaz stosowania ostrych zakończeń oraz wprowadzenie zasady: im wyższe ogrodzenie tym wyższy stopień ażurowości przęsła. Ponadto nakaz utrzymywania ogrodzeń w dobrym stanie technicznym. Pełną treść dokumentów zamieszczono w BIP na stronie: Uchwała krajobrazowa

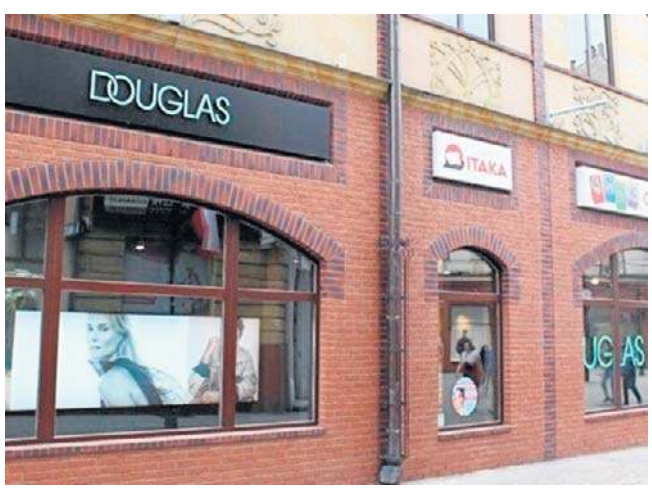






ZDJĘCIA UM LEGNICA

W górnym rzędzie przykłady dysharmonii z otoczeniem







W dolnym rzędzie przykłady harmonii z otoczeniem

eprasa.pl c4282a378f

Windy i garaże także na Zakaczawiu

Klaudia Korfanty
Legnica

Przy ul. Kamiennej i Kościelnej zostanie wybudowane osiedle wielorodzinne TBS,



WIZUALIZACJA UM LEGNICA

Legnica dostała na inwestycję 10 mln zł z Banku Gospodarstwa Krajowego



FOT. UM LEGNICA

Część zaniedbanego Zakaczawia zmieni swoje oblicze

Towarzystwo Budownictwa Społecznego (TBS) Kamienna Góra podpisało 21 września umowę z generalnym wykonawcą – firmą Agrobex Budowa sp. z o.o. z Poznania. Chodzi o realizację inwestycji przy ul. Kamiennej – Kościelnej. 21 września przekazano oficjalnie również plac budowy.

Wartość zawartego kontraktu na budowę zespołu wielorodzinnej zabudowy mieszkaniowej wraz z parkingami podziemnymi wynosi 23 782 764,45 zł brutto.

W ramach przedsięwzięcia powstanie:

- 45 lokali mieszkalnych (w tym 4 lokale NPS) o łącznej powierzchni mieszkalnej ok. 2 536,30 m2,
- pomieszczenia przynależne (komórki gospodarcze) do poszczególnych lokali,
- pomieszczenia techniczne, gospodarcze i wspólnego użytku,
- garaż podziemny wielostanowiskowy wbudowany w obiekt o powierzchni ok. 580,00 m2 (mieszczący 21 miejsc postojowych),
- zagospodarowanie terenu wraz z nasadzeniami, trawnikami, zielenią niską oraz elementami małej architektury.

W budynku zainstalowane zostaną odnawialne źródła energii oraz udogodnienia takie jak: pompa ciepła, panele fotowoltaiczne, ogrzewanie sufitowe (maty kapilarne), windy osobowe.

- Ta inwestycja dla miasta jest ważna z dwóch powodów. Po pierwsze jest budowana na terenie zdegradowanym, na terenie tzw. Zakaczawia. Ten obszar jest dla nas szczególnie ważny, żeby to budownictwo faktycznie ruszyło i liczymy, że z pomocą TBS uda się to zrealizować – podkreśla prezydent Legnicy Maciej Kupaj. – Po drugie to wypełnienie pewnej luki pomiędzy mieszkaniami komunalnymi, których standardy nie są najlepsze, a typowymi mieszkaniami deweloperskimi. Wiemy, że szczególnie młodzi ludzie mają problem z zakupem mieszkania, także budowa TBS-u w tym miejscu , mam nadzieję, zachęci młode rodziny do zamieszkania w Legnicy.

Przewidywany czas realizacji zadania to dwa lata.

Jednoczesnie 21 września rozpoczęto rekrutację do TBS-u. Wnioski są dostępne na stronie TBS Kamienna Góra. Wszyscy chętni proszeni są o kontakt bezpośrednio z TBS Kamienna Góra.

Nowy serial powstaje w Legnicy. W roli głównej wystąpi Piotr Witkowski

Klaudia Korfanty
Legnica

Powstaje serial kryminalny „Zwierzak" dla platformy SkyShowtime. W rolach głównych wystąpią znani aktorzy.

Fabuła serialu osadzona jest w latach 90. Opowiada o policjancie, który działał pod przykrywką, żeby rozpracować grupę przestępczą. Serial inspirowany jest wspomnieniami Jerzego Hybińskiego oraz książką Mateusza Baczyńskiego i Janusza Schwertnera.

W obsadzie serialu kryminalnego „Zwierzak" nie zabraknie gwiazd. W roli głównej wystąpi Piotr Witkowski. Na ekranie zobaczymy również m.in. Eryka Kulma, Vanessę Aleksander, Zofię Jastrzębską oraz Borysa Szyca.



FOT. PRZENMYSŁAW ŚWIDERSKI

Piotr Witkowski zagrał główną rolę m.in. w filmie „Mistrz"

Premiera serialu zaplanowana jest na rok 2027.

Filmowcy rozpoczęli pracę na terenie Legnicy 18 września. Na niedzielę, 27 września, zaplanowano kolejny, ostatni już dzień nagrywania scen w naszym mieście.

Skonfiskowali lewe e-papierosy

Klaudia Korfanty
Legnica

Policjanci zatrzymali 32-letniego mieszkańca Legnicy w związku z przechowywaniem przez niego ponad 13 tys. papierosów elektronicznych.

Praca operacyjna policjantów i celników doprowadziła do zabezpieczenia łącznie ponad 13 tysięcy jednorazowych papierosów elektronicznych bez polskich znaków akcyzy, które przeznaczone były do handlu na czarnym rynku. Wstępne wyliczenia wskazują, że straty Skarbu Państwa z tytułu uszczuplenia podatku akcyzowego i VAT mogą sięgać ponad 2 mln złotych. papierosy nie posiadały wymaganych oznaczeń i nie były legalnie dopuszczone do obrotu, co oznacza, że ich skład i pochodzenie nie dawały gwarancji jakości i bezpieczeństwa.

REKLAMA 0011587670

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej położonej w Legnicy przy ul. Wielogórskiej, obręb Przybków, działka nr 988/2 o powierzchni 0,1008 ha KW nr LE1L/00108285/4

Cena wywoławcza 190.000,00 zł + pod. VAT. Wadium 38.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 11.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-301.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

REKLAMA 0011587675

Prezydent Miasta Legnicy

głasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży na własność nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy ul. Pątnowskiej.
Przedmiotem oferty przetargowej jest działka nr 170/1 powierzchni 0,1188 ha, obręb Piekary Stare. KW LE1L/00041340/0.

Cena wywoławcza nieruchomości - 230.000,00 zł + podatek od towarów i usług VAT Wadium - 46.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 11.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-301.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

REKLAMA 0011587678

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy ul. Żółkiewskiego.
Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy ul. Żółkiewskiego, działka nr 859 obręb Bartniki o powierzchni 0,0598 ha LE1L/00109050/5.

Cena wywoławcza 410.000,00 zł + pod. VAT Wadium - 82.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 10.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300, pokój 315
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-301, pokój 313.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

eprasa.pl c4282a378f

Straż Miejska w Legnicy świętowała swoje 35-lecie



FOT. UMLEGNICA

Prezydent Maciej Kupaj podziękował funkcjonariuszom i pracownikom cywilnym Straży Miejskiej za ich zaangażowanie i pracę na rzecz Legnicy

Klaudia Korfanty
Legnica

W Sali Królewskiej w Akademii Rycerskiej 24 września odbyło się uroczyste spotkanie strażników miejskich z prezydentem miasta,

Uroczystość w Akademii Rycerskiej zorganizowano, by uczcić 35-lecie Straży Miejskiej w Legnicy. 16 maja 1991 roku na podstawie zarządzenia prezydenta Legnicy Tadeusza Pokrywki została utworzona Straż Miejska w Legnicy. Pierwszych pracowników przyjęto do pracy 3 czerwca 1991 roku w składzie 21 osób, którzy przeszli szkolenie teoretyczne i praktyczne, zakończone egzaminem.

1 lipca 1991 roku Legniczanie, po raz pierwszy, zobaczyli umundurowaną Straż Miejską na ulicach miasta.

Uczestników uroczystego spotkania w Akademii Rycerskiej powitał komendant Straży Miejskiej Mirosław Giedrojć.

Prezydent Maciej Kupaj podziękował strażnikom za codzienną służbę na rzecz bezpieczeństwa i porządku w naszym mieście.

- Składam serdeczne gratulacje wszystkim funkcjonariuszkom, funkcjonariuszom oraz pracownikom Straży Miejskiej w Legnicy. Dziękuję za Waszą codzienną pracę, zaangażowanie i gotowość do działania. Życzę Wam wielu sukcesów, satysfakcji z pełnionej służby oraz pomyślności w życiu zawodowym i osobistym. Wszystkiego dobrego na kolejne lata! - powiedział prezydent.

Pięciu komendantów

Przypomnijmy, że pierwszym komendantem legnickiej Straży Miejskiej był Ryszard Szychowski. Po jego odejściu pełniącym obowiązki komendanta był Andrzej Sobiegraj. Następnie komendantem SM został Andrzej Srzedziński.

Od 1 czerwca 2012 roku straznikom miejskim w Legnicy przewodxzi Mirosław Giedrojć.

CO ROBI STRAŻ MIEJSKA?

Służba SM ma przede wszystkich charakter kontrolny i polega na: kontroli stanu czystości ulic, placów, parków, ciągów ulicznych, a także budynków i ich posesji oraz dworców i przystanków PKP, PKS, MPK, TAXI oraz parkingów.
W okresie zimowym prawidłowości odśnieżania ulic i posesji, kontroli prawidłowości parkowania pojazdów mechanicznych na parkingach, ulicach i chodnikach, kontroli przestrzegania przepisów przez osoby trudniące się handlem naręcznym i obwoźnym, realizacji na bieżąco interwencji zgłaszanych w czasie służby do dyżurnego zmiany, jak również interwencji zgłaszanych bezpośrednio od mieszkańców miasta do patroli, doprowadzaniu osób nietrzeźwych do domu lub miejsc wyznaczonych przez samorząd, w okresie zimy doprowadzaniu osób bezdomnych do noclegowni, ale jedynie za ich zgodą, zgłaszaniu na bieżąco odpowiednim służbom zauważonych w czasie patrolu zagrożeń nieprawidłowości (awarii, nieprawidłowego zabezpieczenia miejsc, w których prowadzone są naprawy lub remonty drogowej budowlane, braku oświetlenia miejsc użyteczności publicznej, uszkodzonych lub niewidocznych znaków drogowych), udzielaniu wyczerpujących informacji lub porad zwracającym się do patroli mieszkańcom miasta, kontroli stanu reklam, witryn, wystaw sklepowych i obiektów usługowych oraz innych obiektów publicznych.
W czasie służby zabezpieczającej zadania straży polegają na zabezpieczaniu: uroczystości państwowych i samorządowych, imprez organizowanych lub współorganizowanych przez samorząd, imprez młodzieżowych (dyskoteki, studniówki, festyny itp.), miejsc przestępstwa lub katastrofy przed dostępem osób postronnych, asystowanie pracownikom ZGM, Zakładu Energetycznego przy wykonywaniu czynności służbowych (eksmisje, odłączenia dopływu prądu z uwagi na nie opłacane rachunków).
Źródło: SM w Legnicy

REKLAMA 0011587680

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej, położonej w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy Al. Czerwonych Maków, działka nr 614/10 o powierzchni 848 m², obręb Przybków. KW LE1L/00104580/4.

Cena wywoławcza 250.000,00 zł. + pod. VAT
Wadium - 50.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 12.00 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300,
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-301.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

REKLAMA 0011587682

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości niezabudowanej położonej w Legnicy przy ul. Fiołkowej 38.

Przedmiotem oferty przetargowej jest nieruchomość położona w Legnicy przy ul. Fiołkowej 38, działka nr 980 o powierzchni 687 m², obręb Przybków. KW LE1L/00104587/3.

Cena wywoławcza 215.000,00 zł. + pod. VAT
Wadium - 43.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 12.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300,
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-310.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica, Pl. Słowiański 8.

REKLAMA 0011587666

Prezydent Miasta Legnicy

ogłasza przetarg ustny nieograniczony dotyczący sprzedaży nieruchomości gruntowej położonej w Legnicy przy ul. Wielogórskiej - obręb Przybków, działka nr: 22/6 o powierzchni 0,1180 ha. KW nr LE1L/00105326/3

Cena wywoławcza 230.000,00 zł + pod. VAT.
Wadium 46.000,00 zł.

Przetarg odbędzie się 3.11.2026 r. o godz. 10.30 w Wydziale Aktywności Lokalnej i Promocji Miasta, Legnica, ul. Rynek 19.

Szczegółowych informacji na temat ww. nieruchomości udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami
- Ewa Zając, tel. 76/72-12-300
oraz organizacji przetargu
- Wioletta Mazur, tel. 76/72-12-301.

Ogłoszenie zamieszczono na www.legnica.eu, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Legnica.

eprasa.pl c4282a378f

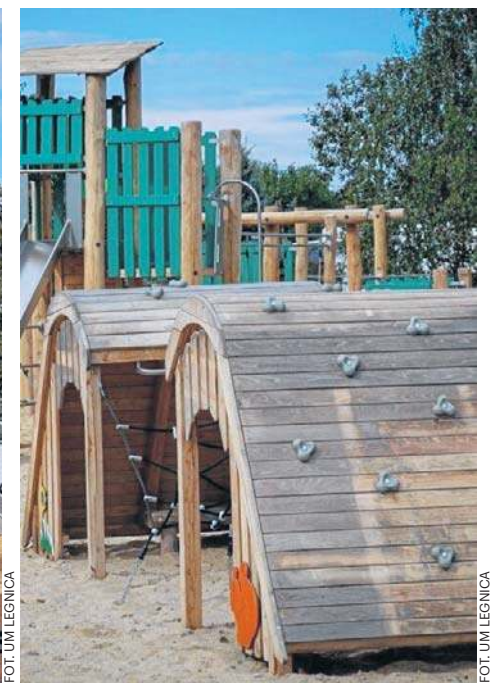
LEGNICA DOBIEGAJĄ KOŃCA PRACE NAD BEZPIECZNĄ NAWIERZCHNIĄ, OBRZEŻAMI, BUDOWĄ OGRODZENIA

Naturalny plac zabaw już niemal gotowy

Klaudia Korfanty
Legnica

Plac zabaw przy Fiołkowej powstaje w ramach Legnickiego Budżetu Obywatelskiego. Miejsce ma być przestrzenią rekreacyjną dla całych rodzin


FOT. UM LEGNICA


FOT. UM LEGNICA

Plac zabaw dla całych rodzin powstaje przy ulicy Fiołkowej. Budowa ma się zakończyć jeszcze we wrześniu

Zadanie pod nazwą „Chodź na Górkę – naturalny plac zabaw na Fiołkowej" ma na celu stworzenie nowoczesnej, bezpiecznej i zintegrowanej z otoczeniem przestrzeni rekreacyjnej dla mieszkańców. Prace inwestycyjne przy ulicy Fiołkowej, realizowane w ramach Legnickiego Budżetu Obywatelskiego, weszły w finalny etap i są już na ukończeniu.

- Obecnie na placu budowy trwają zaawansowane prace w ramach drugiego etapu. Wykonawca realizuje działania związane z docelowym zagospodarowaniem terenu - informuje Anna Lango z Urzędu Miasta Legnicy.

Trwa montaż urządzeń zabawowych. Wśród elementów, w które właśnie wyposażany jest plac, znajdują się m.in.: trampoliny ziemne, ślizgi na górkę (wersja tubowa oraz otwarta), wspinaczka linowa oraz domki ze wspinaczką, tunel i karuzela kubełkowa, bujaki (w tym jeden podwójny), wielofunkcyjny zestaw zabawowy.

Instalowana jest również tablica regulaminowa oraz dedykowany komplet wypoczynkowy.

Przestrzeń jest wyposażana w elementy małej architektury, w tym cztery ergonomiczne ławki z oparciami i podłokietnikami, dwustanowiskowe stojaki rowerowe oraz kosze na śmieci. Dobiegają końca również prace nad bezpieczną nawierzchnią, obrzeżami, budową ogrodzenia oraz nasadzeniami zieleni, co ostatecznie ukształtuje „naturalny" charakter placu.

- Przed oddaniem placu do użytku publicznego przeprowadzona zostanie rygorystyczna kontrola pomontażowa. Audyt ten musi wykonać niezależna jednostka, która nie brała udziału w procesie montażowym i nie odpowiada za ewentualne prace naprawcze - przekazuje Anna Lango.

Tylko dla dziewczynek. Rusza szkoła gimnastyki artystycznej

Klaudia Korfanty
Legnica

Centrum Gimnastyczne Olimpic rozpoczyna działalność w Legnicy. Pierwszy trening 2 października w Szkole Podstawowej nr 7.


FOT. CG OLIMPIC

Szkoła prowadzi zajęcia już w kilku miastach



Gimnastyka artystyczna to nie tylko sport...

Te zajęcia z gimnastyki artystycznej skierowane do dziewczynek w wieku przedszkolnym i szkolnym. Centrum Gimnastyczne Olimpic zaprasza na pierwszy trening gimnastyki artystycznej w Legnicy. Zajęcia skierowane są do dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym - zarówno tych, które dopiero chcą rozpocząć swoją przygodę ze sportem, jak i tych, które miały już kontakt z gimnastyką. Legnica to najnowsza lokalizacja CG Olimpic. Zajęcia prowadzone są już we Wrocławiu, Smolcu i w Kobierzycach.

Pierwszy trening w Legnicy odbędzie się w piątek 2 października o godzinie 17:00 w SP nr 7 przy ul. Polarnej 1. Zajęcia trwają 1 godzinę.

To idealna okazja, aby przyjść, poznać trenerkę, zobaczyć, jak wyglądają zajęcia i sprawdzić, czy gimnastyka artystyczna jest właśnie tym, czego szuka Twoje dziecko - przekazuje Hanna Kowal z CG Olimpic.

Gimnastyka artystyczna to zajęcia dla dziewczynek, które chcą aktywnie spędzać czas, rozwijać swoją sprawność fizyczną i jednocześnie poznać piękny, pełen gracji sport. Treningi łączą elementy gimnastyki, tańca, choreografii oraz ćwiczeń z przyborami gimnastycznymi.

Nie ma znaczenia, czy Twoje dziecko nigdy wcześniej nie trenowało gimnastyki - wszystkiego nauczymy od podstaw. Gimnastyka artystyczna to nie tylko sport - to również muzyka, ruch, dyscyplina, kreatywność i ogromna satysfakcja z każdego nowego elementu - przekazuje Hanna Kowal z CG Olimpic.

Podczas zajęć dzieci rozwijają gibkość, koordynację ruchową, równowagę, siłę, poczucie rytmu i świadomość własnego ciała. Ważną częścią treningu są również ćwiczenia rozciągające, elementy tańca oraz nauka prawidłowej techniki wykonywania poszczególnych elementów gimnastycznych.

Jak przygotować dziecko do treningu:

Strój: czarne body lub koszulka, przylegające legginsy.

Na nogach: białe skarpetki lub napalcówki.

Fryzura: włosy uczesane wysoko i dobrze spięte (gumką, spinkami), aby nie wpadały do oczu podczas ćwiczeń.

Obuwie: zmienne kapcie na salę.

Dodatkowo: każde dziecko powinno przynieść ze sobą butelkę wody.

eprasa.pl c4282a378f

Zabytkowy budynek gazowni wystawili na sprzedaż

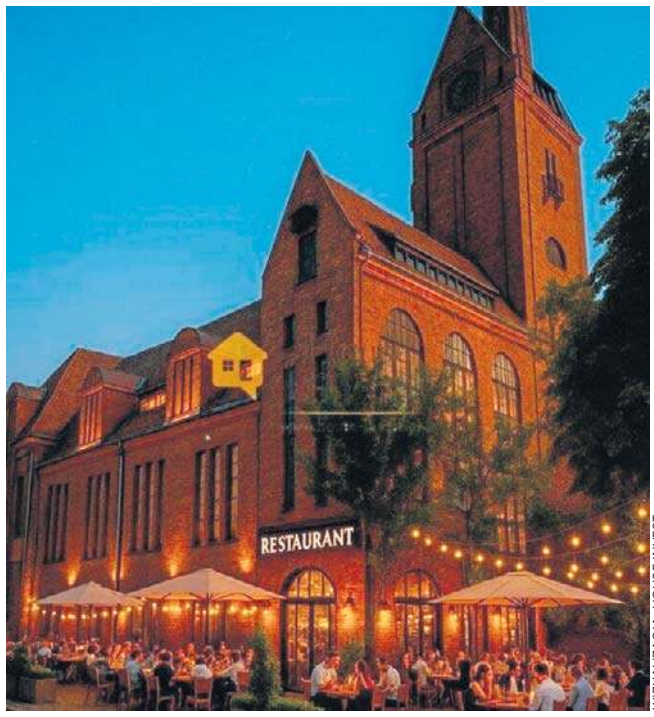
Klaudia Korfanty
Legnica

W dawnej gazowni przy ul. Ścinawskiej może powstać na przykład restauracja z hotelem. Obiekt ma duży potencjał.

Agencja nieruchomości House Invest Nieruchomości prowadzi sprzedaż zabytkowego budynku po dawnej gazowni przy ulicy Ścinawskiej w Legnicy. Ofertę sprzedaży zamieszczono na portalu gratka.pl.

Budynek prezentuje wczesny modernizm z elementami ekspresjonizmu i historyzmu (neogotyk, neoromanizm). Jego powstanie datuje się na ok. 1914 r. Jest to jeden z najbardziej charakterystycznych budynków Legnicy i wybitny przykład architektury wczesnego modernizmu. Składa się z wieży amoniakalnej, budynku głównego i nawy bocznej, w której obecnie działa ścianka wspinaczkowa. Obiekt wpisany jest w rejestr zabytków.

- To miejsce łączy industrialną surowość z wyjątkową elegancją, tworząc idealną atmosferę dla lokalu gastronomicznego, rozrywkowego, hotelowego z wyższej półki, restauracji eventowej, bistro z muzyką na żywo lub konceptu slow food - zachęca agencja nieruchomości.



WIZUALIZACJA HOUSE INVEST

Być może tak będzie wyglądać kiedyś gazownia...

Nawa środkowa ma powierzchnia użytkową 1582 mkw. Są dwa poziomy z antresolą. Duża przestrzeń daje możliwość wydzielenia stref (restauracyjnej, barowej, scenicznej). Zachowane są oryginalne elementy konstrukcyjne – ceglane ściany, stalowe belki, duże industrialne okna.

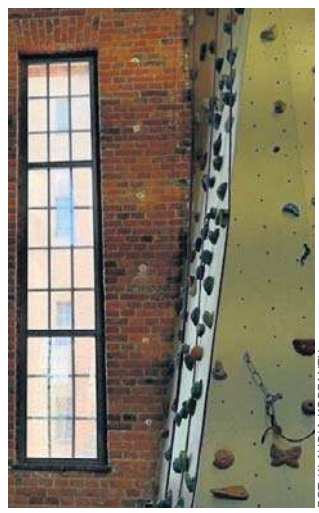
Wieża zegarowa: 745 mkw., siedem kondygnacji - przestrzeń idealna do adaptacji pod pokoje do wynajęcia lub prestiżowe biura.

Nawa boczna - ścianka wspinaczkowa: parter - szatnia, sala szkoleniowa, kotłownia, toalety. Piętro: ścianka wspinaczkowa z całą infrastrukturą.

Agencja podpowiada, że nawa boczna może być zagospodarowana np. na restaurację z hotelem, restaurację koncertową /jazz club, miejsce pod zamknięte imprezy, śluby, konferencje, kawiarnię bar, wine-bar, bistro z autorską kuchnią.


FOT. KLAUDIA KORFANRTY

Gazownia powstała około roku 1914


FOT. KLAUDIA KORFANRTY

W nawie bocznej funkcjonuje ścianka wspinaczkowa


WIZUALIZACJA

Wysokie okna nadają pomieszczeniu ciekawy charakter. Można sobie tu wyobrazić oryginalną restaurację

REKLAMA 0011587631

Legnicka Spółdzielnia Mieszkaniowa
ul. Gwiezdna 8, 59-220 Legnica

MASZ POMYSŁ NA BIZNES?

Legnicka Spółdzielnia Mieszkaniowa ma lokale użytkowe do wynajęcia!

- **ul. Wlk. Niedźwiedzicy 24 o pow. 123,6 m²**
- **ul. Niklowa 2 o pow. 112,83 m²**
- **ul. Chojnowska 13 o pow. 34,55 m²**

Zapraszamy do kontaktu telefonicznego
76 72 30 990 (wew. 107)
lub na adres e-mail lsm@legnickasm.pl

REKLAMA 0011588241

Prezydent Miasta Legnicy
zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy o gospodarce nieruchomościami
informuje,
że został podany do publicznej wiadomości następujący WYKAZ NIERUCHOMOŚCI stanowiącej własność Skarbu Państwa, przeznaczonej do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym:

1. Nieruchomość gruntowa, o powierzchni 0,0156 ha, położona w Legnicy przy ul. Kaczawskiej, oznaczona w ewidencji gruntów jako działki: nr 366/1, 366/2, 366/5, obręb Winiary.

Wykaz podlega wywieszeniu na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Legnicy przez okres 21 dni, tj.: od dnia 28.09.2026 r. do dnia 19.10.2026 r., oraz publikacji na stronach internetowych, w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem um.bip.legnica.eu oraz www.gov.pl/web/dolnoslaski-uw, a ponadto informację o ich wywieszeniu podaje się do publicznej wiadomości przez ogłoszenie w prasie.

REKLAMA 0011586999

Legnicka Spółdzielnia Mieszkaniowa,
ul. Gwiezdna 8, 59-220 Legnica, tel. 76 72-30-990,
e-mail: lsm@legnickasm.pl

w ramach Planu Remontów 2026 ogłasza przetarg nieograniczony na wykonanie:

- **Remont drogi wewnętrznej przy ul. Chojnowskiej 11-19 w ramach Planu Remontów na rok 2026.**
- Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wykupienie „Specyfikacji Istotnych Warunków Zamówienia" (cena specyfikacji 50 zł)
- Wadium w wysokości **3 000,00 zł** należy wpłacić najpóźniej do dnia **13.10.2026 r.** przelewem na konto LSM – **ING BŚ 25 1050 1748 1000 0022 0561 2399**

UWAGA: Liczy się data wpływu środków na konto LSM

- Oferty należy składać w Sekretariacie Legnickiej Spółdzielni Mieszkaniowej w Legnicy, ul. Gwiezdna 8, I piętro, **do dnia 14.10.2026 r. do godz. 10:00**.
- Otwarcie ofert nastąpi **w dniu 14.10.2026 r. o godz. 10:30** w siedzibie LSM.

Bliższych informacji na temat przetargu udziela Dział Techniczny LSM, tel. 76 72-30-990 wew. 120 lub 122.

Zarząd LSM zastrzega sobie prawo swobodnego wyboru oferenta oraz unieważnienie przetargu w części lub całości bez podania przyczyn.

REKLAMA 0011588559

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PRZETARGU
Burmistrz Miasta Chojnowa
ogłasza

drugi przetarg ustny ograniczony na sprzedaż lokalu użytkowego w budynku, położonym przy ul. Legnickiej 69 w Chojnowie. Lokal składa się z: 1 pomieszczenia o pow. użytk. 21,00 m².

Cena lokalu wraz z gruntem wynosi 19 000,00 zł, w tym cena lokalu 16 400,00 zł i ułamkowa cena gruntu 2 600,00 zł.

Przetarg odbędzie się w dniu 4 listopada 2026 r. o godz. 12⁰⁰ w sali nr 11 Urzędu Miejskiego w Chojnowie. Wadium (w pieniądzu) w wysokości 3 800,00 zł należy wpłacić na konto Nr 13 8644 0000 0000 2121 2000 0130 Urząd Miejski w Chojnowie pl. Zamkowy 1, 59-225 Chojnów do dnia 30.09.2026 r.

Dodatkowe informacje można uzyskać w pok. nr 12 tut. Urzędu lub telefonicznie pod numerem 76/506 54 58. Ogłoszenie dostępne jest na stronie: bip.chojnow.net.pl

AUTOREKLAMA

motofakty.pl
Motoryzacja na wysokich obrotach
motofakty.pl

REKLAMA 0011459126



Stacja demontażu pojazdów | Czarkowo 16 | 64-125 Poniec

eprasa.pl c4282a378f







Legnicki Avatar: „Tak się kręci świat!"

Piotr Krzyżanowski
Legnica

Przez kilka miesięcy młodzi artyści pracowali nad pełnowymiarowym musicalem. Jego premiera miała miejsce 13 września.

Projekt grupy Młodzież Tworzy Musical pt. „Tak się kręci świat" powstał we współpracy z Teatrem Avatar i połączył naukę z tworzeniem prawdziwego spektaklu. Uczestnicy rozwijali umiejętności wokalne, aktorskie i taneczne, pracowali nad choreografią oraz poznawali kolejne etapy pracy scenicznej. To musical o świecie laików i wyświetleń. „Tak się kręci świat!" to satyryczne, ale również skłaniające do refleksji spojrzenie na współczesne media. Akcja rozgrywa się w studiu popularnego programu, gdzie o sukcesie decydują lajki, wyświetlenia i zasięgi. Twórcy poruszają temat internetowej popularności, kreowania własnego wizerunku oraz poszukiwania własnej tożsamości i autentyczności w świecie podporządkowanym algorytmom. Spektakl łączy piosenki wykonywane na żywo, choreografię, aktorstwo i teatr ruchu.

Premiera musicalu była jednocześnie oficjalnym otwarciem Akademii Musicalowej Avatara – nowej szkoły dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Jej uczestnicy będą uczyć się śpiewu, aktorstwa, tańca oraz pracy na prawdziwej scenie.

Reżyseria i muzyka: Mateusz Kazimierski

Libretto i teksty piosenek: Adrian Sielicki

Choreografia: Ada Pankowska-Michalczyk

Projekt współfinansowano ze środków Urzędu Miasta Legnica i Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego







FOT. PIOTR KRZYZANOWSKI

eprasa.pl c4282a378f









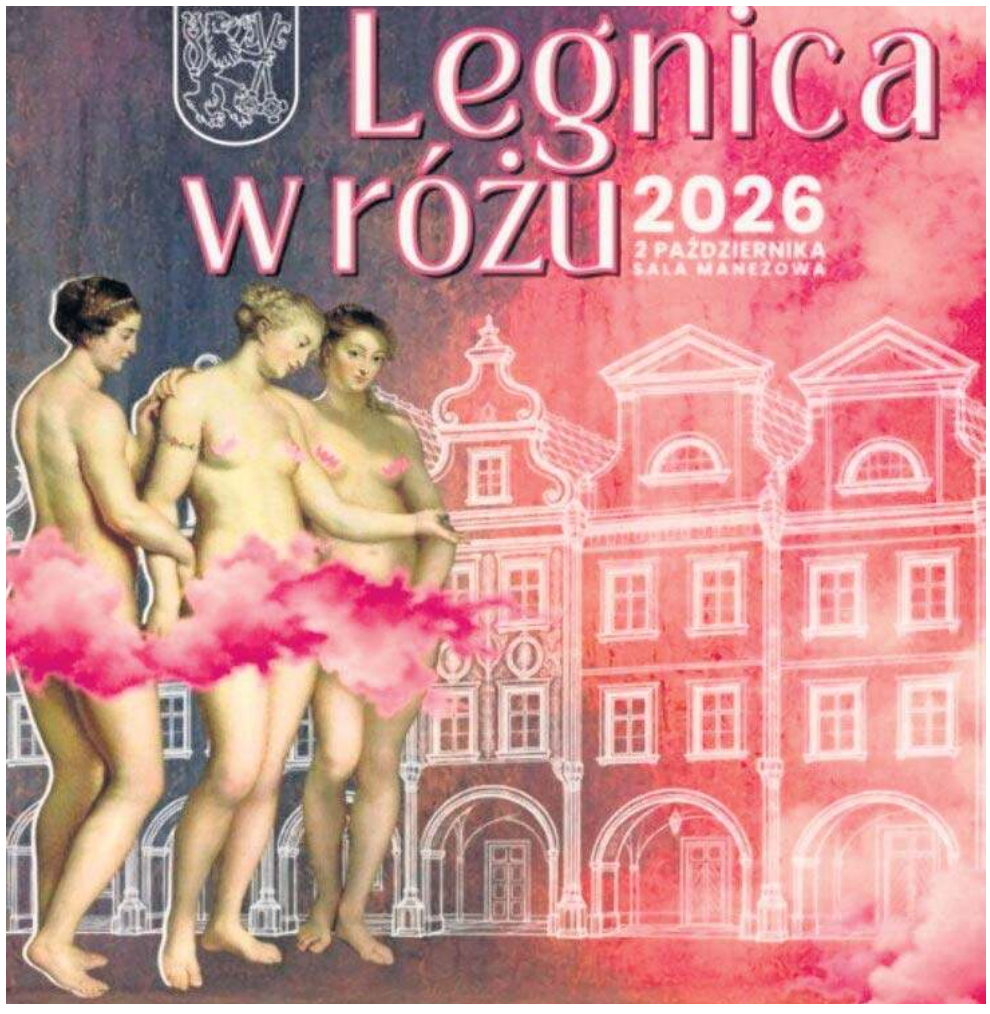
Święto kobiecego zdrowia

Legnica
Klaudia Korfanty

Fundacja Dobre Znaki organizuje wyjątkowe wydarzenie dla kobiet, dla ich zdrowia i dobrego samopoczucia.

Tegoroczna edycja „Legnicy w Różu" odbędzie się 2 października w Sali Manażowej w Akademii Rycerskiej w godz. 17:00 -20:00. W akcję promowania wydarzenia - poprzez ustawienie zdjęcia profilowego na FB z różową nakładką - włączyło się mnóstwo mieszkanek i mieszkańców Legnicy oraz firm działających na terenie miasta. Wydarzenie zainauguruje wernisaż wystawy „Legniczanki w Różu" i wręczenie Wyróżnień Fundacji Dobre Znaki. W programie także prelekcja i występ artystyczny. Będzie Strefa Badań Wojewódzkiego Szpitala Specjalistycznego w Legnicy. Dodatkowo będzie można bezpłatnie zbadać wzrok na stoisku firmy Nowakowscy Optyk oraz nauczyć się prawidłowego samobadania piersi





eprasa.pl c4282a378f

LEGNICA JUBILEUSZ 70-LECIA ISTNIENIA SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 10 I 40-LECIA NADANIA JEJ IMIENIA ZOFII KOSSAK

Łzy wzruszenia, radość i masa wspomn

Klaudia Korfanty
Legnica

26 września był podróżą w czasie, pełną wzruszeń, historycznej prawdy i budowania międzypokoleniowej więzi.

Jako pierwsza szkoła w Polsce – w 1986 roku, w trudnych realiach komunizmu, w systemie, który poprzez cenzurę i marginalizację polityczną próbował zepchnąć twórczość i postawę Zofii Kossak w strefę niepamięci – przyjęliśmy jej imię. Ten akt wymagał niezwykłej odwagi i dalekowzroczności. Dlatego z ogromną wdzięcznością witamy dziś emerytowaną panią dyrektor, Martę Chmielewską, bez której heroizmu i determinacji ten historyczny sukces nie byłby możliwy - powiedział obecny dyrektor szkoły Bogdan Szczepanowski.

Kulminacją święta stał się spektakl „Zofia Kossak - historia niezwykła". Na jednej scenie ramię w ramię stanęli nauczyciele, uczniowie oraz absolwenci. Z tej międzypokoleniowej współpracy zrodziło się widowisko absolutnie wyjątkowe – mądre, piękne i głęboko poruszające.

Gościem honorowym uroczystości była Anna Fenby Taylor, wnuczka Zofii Kossak, która spotkała się z uczniami szkoły. - Jestem zdumiona rodzinną atmosferą w tej szkole. Żałuję, że pozostali wnukowie nie mogli przyjechać. Jesteśmy tak naprawdę ostatnimi osobami, które pamiętają babcię. Mam nadzieję, że ten spektakl będzie wystawiany wielokrotnie i będzie ożywiał pamięć o niej - powiedziała Anna Feny Taylor, która specjalnie na tę okazję przyjechała z Londynu.

Uczniowie i nauczyciele, zgodnie z tradycją, po 10 latach otworzyli kapsułę czasu. Umieścili wewnątrz współczesny ślad, wiadomość dla przyszłych pokoleń.











eprasa.pl c4282a378f

ŚWIĘTOWAŁO WIELU NAUCZYCIELI I ABSOLWENTÓW

nień











FOT. KLAUDIA KORFANTY

eprasa.pl c4282a378f

ŻYWNOŚĆ

Prezes Fundacji Pro-Test: Chciałbym, żeby polska żywność była najlepsza. Ale milczeć nie mogę!

Piotr Koluch: Wyleczyłem się z bazarów, przestałem tam robić zakupy. (...) Zbadaliśmy czereśnie (z Hiszpanii i Grecji) z dużych sklepów i te z bazaru – polskie. Najwięcej pestycydów było w tych krajowych! Aż siedem rodzajów

Lucyna Talaśka-Klich

Idzie pan na zakupy, po żywność. Czy wiedza o wynikach testów, przeprowadzonych przez Fundację Pro-Test, pomaga panu w wyborze produktów, czy przeszkadza?

Mam bardzo duży problem, bo dużo wiem. Poza tym kupowanie żywności w Polsce to jest taka rosyjska ruletka, nigdy nie wiesz, na co trafisz. Błądzę po omacku.

Sądzi pan, że z polską żywnością jest aż tak źle? Mnie takie informacje bolą, bo jestem przekonana, że jest ona w większości dobra, a nawet bardzo dobra. To jak jest?

To pytanie filozoficzne. Jeżeli w dobrym produkcie jest coś złego, to ten produkt jest dobry czy zły? Na przykład jabłko – bardzo dobry produkt, który zawiera dużo pestycydów. To jaki on jest? Czy podałaby go pani dziecku, wiedząc o tym?

Przecież są normy określające dopuszczalne ilości pestycydów w owocach albo w warzywach.

Zacznijmy od tego, że nie ma zdrowych pestycydów. Nawet jeżeli normy są spełnione dla danego pestycydu, ale załóżmy, że jest ich 27 albo nawet 100, to to jest dobrze czy źle? Do tej pory nauka nie wie do końca, jak na nasze zdrowie wpływa mieszanka pestycydów. A przecież często mamy do czynienia z takim koktajlem tych środków! Jabłko, nasz symbol narodowy, to , moim zdaniem, jakaś pomyłka. Aronia powinna nim być, bo to jest najzdrowszy owoc, jaki posiadamy. Jest niemalże wolna od środków ochrony roślin.

No to podpadł pan polskim sadownikom!

Ostatnim testem musów owocowych też im podpadłem. A wynik był przerażający – 4, 6, a nawet 7 różnych pozostałości pestycydów w jednym musie owocowym! Te musy najczęściej jedzą dzieci, które jak gąbka chłoną pestycydy.

Z każdym testem narażacie się producentom. Tym bardziej że nie ukrywacie, o jaki produkt chodzi. Jak reagują ci, których napiętnowaliście?



FOT. Z ARCHIWUM PIOTRA KOLUCHA

Piotr Koluch: – Jabłko, które jest naszym symbolem narodowym, to, moim zdaniem, jakaś pomyłka

My nikogo nie piętnujemy. Po prostu przedstawiamy fakty, czyli wyniki badań laboratoryjnych. Na początku, gdy zaczęliśmy tak ostro testować żywność, to wszyscy byli zbulwersowani. Dziś producenci, których towary źle wypadły, odzywają się do nas po testach. Niektórzy straszą sądem, inni przepraszają. A tak na marginesie, to nie boimy się spraw sądowych. Zwykle zadaję im pytania, jak kontrolują żywność w procesie produkcji. No i okazuje się, że dotąd było z tym kiepsko. Bardzo mało produktów oddawali do laboratorium, ponieważ bazowali na badaniach firm, które do nich dostarczają półprodukty. Po naszych testach wprowadzają zmiany, częściej sami kontrolują, generalnie poprawiają jakość.

A może to jest trochę mydlenie oczu? Rozmawiałam z każdą z tych stron i np. rolnicy są oburzeni wynikami waszych testów. Nie podważają ich, ale są przekonani, że do nieprawidłowości doszło po stronie przetwórców, którzy chcą wyprodukować jak najtaniej.

Mamy rozdrobnione rolnictwo. Gospodarze, którzy mają duże areały, mogą badać surowiec, ale ci mali rzadziej. Wyleczyłem się z bazarów, przestałem tam robić zakupy. Wcześniej sądziłem, że tam sprzedawana jest wyłącznie zdrowa żywność, wprost od rolników, że jest lepsza niż ta z hipermarketów albo innych dużych sklepów. No i okazało się, że na bazary trafiają przypadkowe produkty. Na przykład zbadaliśmy czereśnie (z Hiszpanii i Grecji) z dużych sklepów i te z bazaru – polskie. Najwięcej pestycydów było w tych krajowych! Aż siedem rodzajów, w tym te już dawno niedozwolone w Unii Europejskiej! A sprzedawczyni, której powiedziałem, że kupuję owoce dla dziecka, zapewniała mnie, że „są czyste, z własnych upraw".

To sprawa sumienia każdego sprzedającego. Jednak jeśli np. do przebadanych warzyw lub owoców, z certyfikatem, dosypie się byle jakiego, tańszego towaru, np. z importu, to jakość całości może być kiepska. Prawda?

Może tak być, ale nie musi. Konsument płacąc za towar ma nadzieję, że dostanie produkt dobrej jakości. Dajemy producentom zarabiać. Dzięki nam, konsumentom, oni rosną w siłę, bogacą się. Jeżeli są wobec nas nieuczciwi, to trzeba zrobić z tym porządek. Nasza fundacja, jak i inne organizacje konsumenckie testujące produkty na całym świecie, pełnią rolę strażniczą.

Od tego są różne inspekcje. Kilka osób z długoletnim stażem w tych inspekcjach popytałam o opinie na temat waszych testów. Wszyscy mówili, że w Polsce wykonuje się za mało badań żywności (na różnych etapach), inspektorów jest za mało, są oni przeciążeni papierologią, poza tym inspekcje nie informują się wzajemnie o swoich kontrolach, niektóre się nakładają.

Dokładnie tak jest. Przede wszystkim kontroli jest za mało. Próbowaliśmy z inspekcjami nawiązać współpracę, tak jak to działa w innych krajach. Kierowaliśmy do nich pisma, ale bez odpowiedzi. Wysyłamy im wyniki naszych testów. Wiemy, że je przeglądają, sprawdzają i w razie potrzeby przeprowadzają kontrolę u producenta, ale takiej ścisłej współpracy między nami nie ma. Takie szklane niebo – widzisz, a dotknąć nie możesz.

Moi rozmówcy zwracali też uwagę, że liczba testowanych przez was produktów jest niewielka, więc nie można w ten sposób oceniać polskiej żywności.

My przeprowadzamy testy konsumenckie, od kontroli są inspekcje. Testy wykonujemy z pieniędzy fundacji, nie otrzymujemy rządowych dotacji na testy żywności, a badania są bardzo kosztowne. Idziemy do sklepu i kupujemy produkt do testu w ten sam sposób, w jaki kupuje go konsument. I oczekujemy tego samego, co konsument – że niezależnie od tego, którą partię towaru wybierze, będzie ona trzymała jakość.

Z kolei przetwórcy sugerowali, że jesteście „narzędziem w rękach niezdrowej konkurencji". W jaki sposób wybieracie produkty do testowania?

Najpierw w fundacji ustalamy, co będziemy testować. Niekiedy także nasi czytelnicy podsuwają nam tematy do testów, które czasami uwzględniamy po analizie. Potem idziemy do sklepu i kupujemy ileś tam produktów (na wszystko mamy faktury) i zawozimy je do laboratorium. Gdy w naszym teście źle wypadła jedna z firm produkujących przyprawy, rozpętała się burza, że chcemy wykosić świetną polską firmę, zrobić jej krzywdę. Na Boga, toż to bzdura! Lepiej ukryć wyniki testu? Ciszej nad tą trumną? Przed laty afera z solą wypadową – gdy podaliśmy, które firmy wykorzystały ją do produkcji żywności – pokazała że nawet „hacapy" się nie sprawdziły.

Znam porządnego przedsiębiorcę, który ucierpiał z tego powodu. Został oszukany przez dostawcę, nie wiedział, że kupił sól wypadową. Gdy nazwa jego firmy ukazała się na waszej liście, bardzo to odchorował. Zdajecie sobie sprawę, że niektórych producentów te testy mogą skrzywdzić?

Skrzywdzeni to jesteśmy my – konsumenci. Jeśli firmy będą produkować żywność dobrej jakości, będą pilnować jakości, to nie będzie problemu. Polscy przedsiębiorcy muszą się nauczyć, że warto testować, oddawać próbki do laboratorium. Muszą mieć pełną świadomość, co sprzedają. Po naszych testach nawet sieci handlowe zaostrzyły kryteria, stawiają na przebadane towary. Nie jestem oszołomem – wiem, że żywności na skalę przemysłową nie da się wyprodukować bez użycia pestycydów, ale są np. normy i okresy karencji, których trzeba przestrzegać. Wystarczy chcieć. Dowodem na to, że się da, są produkty, w których pozostałości pestycydów nie wykrywamy, albo w których jest tylko jeden pestycyd.

Jednak porządni rolnicy i przetwórcy – a jestem przekonana, że stanowią zdecydowaną większość – cierpią na złych opiniach.

Proszę mi wierzyć, że zawsze mam nadzieję, że wyniki testów będą jak najlepsze. I też cierpię, gdy np. znajdujemy w owocach substancje, których być tam nie powinno. Chciałbym, żeby polska żywność była najlepsza. Jednak milczeć nie mogę!

Zdradzi pan, co zamierzacie przetestować?

Owoce i warzywa w szkołach. Chcemy je przetestować we współpracy z Ministerstwem Edukacji Narodowej oraz z Ministerstwem Rolnictwa i Rozwoju Wsi. Mam nadzieję, że się uda, bo przecież chodzi o dzieci, ich zdrowie. Bardzo chciałbym oznajmić po testach, że wszystko jest w porządku. No i naprawdę trzymam kciuki za wszystkich producentów polskiej żywności! Chciałbym, żeby hasło „dobre, bo polskie" było nie tylko sloganem marketingowym, ale rzeczywistością. ©℗

Fundacja Pro-Test

Jest to niezależna organizacja konsumencka.

Należy do International Consumer Research & Testing z siedzibą w Londynie – międzynarodowej organizacji testującej produkty, zrzeszającej instytucje konsumenckie z wielu państw. Od 2001 roku w niezależnych laboratoriach testuje produkty (od żywności po RTV i AGD, kosmetyki, a nawet foteliki samochodowe, kaski i opony) dla konsumentów w Polsce.

Utrzymuje się ze wsparcia swoich czytelników, którzy mogą wykupić dostęp do wyników wszystkich testów, mogą też kupić książki o odżywianiu. Jednak dostęp do wyników testów żywności jest bezpłatny (po zalogowaniu) dla wszystkich. Fundacja nie zamieszcza reklam.

eprasa.pl c4282a378f

10 NAJPOPULARNIEJSZYCH STACJI

TELE PANORAMA

Program telewizyjny

DRAMAT OBYCZAJOWY SOBOTA TVP 1 21:25

Minghun



Luty, nadchodzi chiński Nowy Rok. Jurek (Marcin Dorociński) z córką Masią (Natalia Bui) nie są tradycjonalistami, ale rodzinne, chińskie święto obchodzą. Uwielbiała je zmarła przed laty matka Masi, Lan (Fenfen Huang). Masia tej nocy zabiera samochód i ma wypadek. Zdruzgotany Jurek dowiaduje się w szpitalu, że córka nie żyje. Z Edynburga przylatuje jego teść, Ben (Daxing Zhang). Zwierza się, że we śnie odwiedziła go nieżyjąca Lan i poprosiła, by odprawił minghun. W konfucjańskim zwyczaju należy znaleźć zmarłemu partnera na wieczność, wyprawić swoisty ślub po śmierci. W ramach rytuału zmarłej parze buduje się życie z papieru. Jurek uważa to za absurdalne, ale kiedy podejmuje pogrzebowe przygotowania, myśl o wiecznym szczęściu córki nie daje mu spokoju. Wracają do niego ostatnie słowa Lan. Ukochana żona wierzyła, że jeszcze kiedyś się spotkają. Jurek podejmuje szaloną próbę znalezienia małżonka dla zmarłej córki. Kiedy postanawia się poddać, dowiaduje się o śmierci syna sąsiadki, Anny. Nadchodzi dzień pogrzebu Masi, Anna odwiedza Jurka. Jej ciężko chory syn zmarł. Pokazuje mu jego telefon. W SMS-ach widać budzące się uczucie między Borysem i Masią.

PROGRAM MUZYCZNY SOBOTA POLSAT 17:40

Hitster. Muzyczna gra przebojów



To wyjątkowe muzyczne widowisko, w którym weźmie udział ponad 100 gwiazd, a największe przeboje i rywalizacja stworzą niepowtarzalną zabawę dla miłośników muzyki. Program w oryginalny sposób łączy muzyczne wspomnienia z emocjonującą rywalizacją, udowadniając, że dobra muzyka nigdy się nie starzeje. W każdym odcinku dwie dwuosobowe drużyny gwiazd zmierzą się w pełnej emocji rozgrywce, próbując odgadnąć, z którego roku pochodzą największe hity. W programie zobaczymy m.in.: Roxie Węgiel i Kevina Mgleja, Tomasza Oświecińskiego z córką Mają oraz Edytę Górniak i Justynę Steczkowską z synami, a także Piotra Kupichę, Barbarę Bursztynowicz, Sebastiana Fabijańskiego. O zwycięstwo warto walczyć, bo w każdym odcinku do wygrania będzie nawet 30 tysięcy złotych na wybrany cel charytatywny. Gospodarzami programu będą: Ida Nowakowska i debiutujący w tej roli w Polsacie, Piotr Kędzierski.

FILM BIOGRAFICZNY SOBOTA TVN 21:30

Back to Black. Historia Amy Winehouse



Dramat z 2024 roku, oparty na życiu angielskiej piosenkarki i autorki tekstów Amy Winehouse, granej przez Marisę Abela. Film przedstawia pełną pasji historię niezwykłej artystki, ukazując lata spędzone w tętniącym życiem londyńskim Camden, które nazywała domem, oraz drogę do światowej sławy. Film skupi się na niezwykłym geniuszu, kreatywności, poczuciu humoru i szczerości Amy, które towarzyszyły jej we wszystkim, co robiła, a także spróbuje zrozumieć jej demony. „Back to Black. Historia Amy Winehouse" to bezkompromisowe spojrzenie na współczesną machinę sławy i wielki hołd dla wyjątkowego talentu, który zdarza się raz na pokolenie. W filmie, wyreżyserowanym przez Sama Taylora-Johnsona występują również Jack O'Connell, Eddie Marsan i Lesley Manville. Obraz otrzymał trzy nominacje do nagrody BIFA w kategorii: najlepsza charakteryzacja, najlepszy kierownik muzyczny i najlepszy drugoplanowy występ aktorski.

FILM PRZYGODOWY NIEDZIELA TVP KULTURA 14:15



Fanfan Tulipan

Francja za czasów panowania Ludwika XV. Film opowiada historię młodego, biednego i bardzo przystojnego chłopaka o imieniu Fanfan, który uciekając przed małżeństwem, zaciąga się do armii. Co więcej, napotkana na drodze Cyganka przepowiada mu, że jeśli zaciągnie się do wojska, to pewnego dnia poślubi córkę króla.

DRAMAT SPOŁECZNY PONIEDZIAŁEK POLSAT 20:40



Diabeł

Napędzane czystą adrenaliną, kino akcji, które powstało przy współpracy z weteranami GROMu. Żołnierz elitarnej jednostki, Max (Eryk Lubos), wraca po latach do rodzinnego miasteczka na Śląsku, gdzie zostaje uwikłany w brutalny konflikt lokalnych gangów. Powrót staje się dla niego konfrontacją z przeszłością i próbą odnalezienia miejsca w świecie.

WTOREK 29 Września

TVP 1

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (147) **9.00** Ranczo (17): Honor parafii **10.00** Komisarz Alex (17): Niewidomy świadek **11.00** Ojciec Mateusz (275): Tajemnica spowiedzi **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Osobliwa planeta (1): Historia narodzin – serial dok. Australia 2024 **14.00** Splątane losy (55)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1039)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4743)
18.40 Akacjowa 38 (966)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Felicita (10)
Zośka uznaje noc spędzoną z Wiktorem za ważny krok w zamknięciu trudnego etapu życia, ale nie rezygnuje z prób wyjaśnienia tajemnicy domu i zagadkowych przelewów kierowanych do Giulii.
21.05 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicystyczny
22.10 W sieci zła
★★★★ – horror USA 1998
Reż. Gregory Hoblit,
wyk. Denzel Washington, John Goodman, Donald Sutherland
0.25 Miłość i turbulencje
★★★ – kom. rom. Francja 2013
2.10 Morderstwa w Montauban
★★★ – film krym. Francja 2024
3.50 Sekielski wieczorową porą – magazyn publicystyczny

TVP 2

5.35 M jak miłość (1848) **6.20** Nasza wiara, nasza historia **6.50** Barwy szczęścia (3407) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.45** Rosół polski (40) **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (209) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (927): Furia zdradzonej kobiety – serial obyczajowy Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (487)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (210)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3407-odc. powtórkowy**, 3408)** – serial Polska 2026
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.50 M jak miłość (1944)
Werner po rozstaniu z Sylwią przeżywa kryzys. Ola ma pełne ręce roboty, dbając o to, by pan Adaś nie trafił na kolejną femme fatale lub oszustkę. Budzyńscy także próbują wspierać przyjaciela.
21.50 Na sygnale (928, 929)
22.55 Matlock (19) – serial krym. USA 2025
23.50 Człowiek z magicznym pudełkiem – film sf
★★★ Włochy/Polska 2017
Reż. Bodo Kox,
wyk. Piotr Polak, Olga Bołądź, Sebastian Stankiewicz
1.50 Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka – film dokument. Francja 2023
2.55 Akacjowa 38

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.00** Trudne sprawy (761) **9.05** Dlaczego ja? (1321): Fatalna namiętność **10.05** Wypasiona Kuchnia (17) **10.20** Dlaczego ja? (1322, 1323) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **12.25** Gliniarze Śląsk (20): Plan doskonały **13.25** Gliniarze (982, 983): Najdroższa żona / Skreślony – serial fab.-dok.

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1235)
16.55 Gliniarze Śląsk (21)
18.00 Pierwsza miłość (4255)
Alan jest przybity, bo firma, do której wysłał CV, nie odpowiada na zgłoszenie. Jedzie z Hubertem i Erykiem na zakupy przedślubne. Wtedy dostaje upragniony telefon. Okazuje się, że rozmowa kwalifikacyjna jest za godzinę.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.25 Wypasiona Kuchnia (30)
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Niezniszczalni 4
★★ – film sensacyjny USA 2023
Reż. Scott Waugh,
wyk. Jason Statham, Sylvester Stallone, 50 Cent
22.50 Wielki mur – film fantasy
★★★ USA/Chiny 2016
Reż. Yimou Zhang,
wyk. Matt Damon, Pedro Pascal, Willem Dafoe
1.00 Pierwszy śnieg
★★★ – dramat kryminalny
W. Bryt./USA/Szwecja/Japonia/Chiny 2017
3.35 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN

5.40 Uwaga! (8096) **5.55** Ukryta prawda (1490) **6.50** Kuchenne rewolucje: Żnin, bar „Chicken Go" **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (18) – magazyn **11.30** Kuchenne rewolucje: Wrocław, Restauracja „Centrum Gastronomiczne Margaret" / Bar „Agata", Gorzów Wielkopolski **13.40** Ukryta prawda (1638-1639, 1770) – serial fab.-dok. Polska 2024

16.50 Szpital św. Anny (151)
Krzysztof przychodzi do szpitala. Będzie asystował dr. Bilewiczowi w zabiegu. Dr Orłowicz przygotowuje młodego chłopaka do wycięcia guza z kości i wszczepienia w kolano protezy. Ojciec Zyty na wizycie kontrolnej dowiaduje się, że ma początki Alzheimera.
17.55 Detektywi (352)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4285) – serial Polska 2026
20.50 The Floor – teleturniej
21.30 Kuba Wojewódzki
22.45 Diabelska jazda
★★★ – film sensacyjny USA/W. Bryt./Holandia 2023
Reż. Yuval Adler,
wyk. Nicolas Cage, Joel Kinnaman, Alexis Zollicoffer
0.30 Superwizjer
1.10 Uwaga! – magazyn
1.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20): Śmiertelny żart – serial kryminalny USA/Kanada 2010
2.35 Młode gliny (22, 23) – serial krym. Polska 2026
4.35 Nauka jazdy (15)

TVN 7

6.50 Szkoła (488, 489) **8.45** Ukryta prawda (1395, 1559, 1560) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (712-714) **13.55** Detektywi (136) **15.00** Szpital św. Anny (141) **16.00** Szpital (885) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (564) **18.00** Rozwód. Walka o wszystko (16) **19.00** Ukryta prawda (1696) **20.00** Hotel Paradise (20) **21.00** ★★★ Ścigane – film sensac. W. Bryt./USA 2019, reż. Vicky Jewson, wyk. Noomi Rapace **23.10** ★★ Margaux – horror USA 2022, reż. Steven C. Miller, wyk. Madison Pettis **1.20** Hotel Paradise (19) **2.20** Wrota piekieł (8) **3.20** Fachowcy (10)

TVP Kultura

9.00 Rodzina Połanieckich (1) **10.35** ★★★ Dzieci i ryby – komedia Polska 1996 **12.25** Kino Muranów – film dok. **14.00** Kosmos 1999 (34) **15.05** ★★★ Fredek uszczęśliwia świat – kom. Polska 1936 **16.40** Rodzina Połanieckich (2) **18.15** W poszukiwaniu dobrego filmu (51) **18.55** Rawhide (72) **20.00** Wstęp do spektaklu **20.20** Teatr TV: Embodying Pasolini – Polska 2025, wyk. Guy Chassaing **22.15** ★★★★ Nadzieja – melodr. Norw./Szwec./Dania 2019 **0.30** ★★★ Książę przypływów – melodr. USA 1991

TVP Sport

7.50 Polska Liga Żeglarska **8.15** Piłka nożna: LN UEFA: Szwecja – Polska **10.25** Siatkówka: Turniej kobiet w Twardogórze – mecz o 3. m.; finał **14.20** Piłka nożna: Mistrzostwa Świata kobiet do lat 20 w Polsce: Finał **16.30** Piłka kobiet **18.05** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Szwecja – Polska **20.15** Studio **20.40** **(L)** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Mecz w Sewilli: Hiszpania – Chorwacja **23.30** Sportowy wieczór **0.00** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Szwecja – Polska **2.05** Boks: Robert Parzęczewski – Luca D'Ortenzi

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom (68) **8.55** Policjantki i policjanci (645-647) **11.55** Na ratunek 112 (996, 997) **12.55** Trudne sprawy (769-771) **15.55** Policjantki i policjanci (1456) **17.00** Trudne sprawy (1373) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (449) **19.00** Policjantki i policjanci (1457) **20.00** Wypasiona Kuchnia (29) **20.05** Uroczysko (278) **20.40** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1057) **21.40** Sprawiedliwi. Trójmiasto (174) **22.45** Opowiem ci o zbrodni (5): Marta Guzowska. Dwa kasztany w kieszeni **23.10** ★★ Impas – film sens. USA 2021

TV Trwam

13.05 Canillitas **13.30** Msza św. z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Post Scriptum **14.55** Kapłani zesłanych **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z tel. udz. dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Kartka z kalendarza – Powstanie Warszawskie **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia

TV Puls

8.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4) **10.00** Zaklinaczka duchów (101) **11.00** Kotka (40) **12.00** Nie igraj z aniołem (171) **13.00** Wspaniałe stulecie (13) **14.00** Rodzinny interes (6) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (762, 763) **17.00** Rodzinny interes (7) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1030, 1031) **20.00** ★★ Snajper: Kolejne starcie – film sens. USA/RPA 2011 **21.55** ★★★ Tajna broń – film sens. USA 1996 **0.05** ★★ Żelazny orzeł 3: Asy przestworzy – film sens. USA/W. Bryt. 1992 **2.10** Dzielnica strachu (82)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl c4282a378f

ŚRODA 30 Września

TVP 1

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta (53) **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (148) **9.00** Ranczo (18): Europejski kandydat **10.05** Komisarz Alex (18): Niebezpieczny pościg **11.00** Ojciec Mateusz (276): Brat **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Osobliwa planeta (2): Superbohaterowie – serial dok. Australia 2024 **14.00** Splątane losy (56)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1040)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4744)
18.40 Akacjowa 38 (967)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Felicita (11)
21.05 Frantic – thriller
★★★★★ USA/Francja 1988
Reż. Roman Polański, wyk. Harrison Ford, Emmanuelle Seigner, Betty Buckley
23.15 Lech Wałęsa. Nasza historia – film dokument. Polska 2026
0.10 Kurier – film sensacyjny
★★★ Polska 2019
Reż. Władysław Pasikowski, wyk. Philippe Tłokiński, Julie Engelbrecht, Jan Frycz
Latem 1944 roku Jan Nowak-Jeziorański zmierza z misją z Londynu do Warszawy. Ma przekazać informacje o wsparciu ze strony Wielkiej Brytanii dla powstania w Warszawie.
2.10 W sieci zła
★★★★ – horror USA 1998

TVP 2

5.30 M jak miłość (1849) **6.25** Pożyteczni.pl (384) – magazyn **6.50** Barwy szczęścia (3408) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.45** Gwiazdorska kuchnia Ani (50) **12.25** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (210) – serial obycz. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (928): Odświeżyć wiedzę – serial obycz. Polska 2026

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (488)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (211)
– serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3408-odc. powtórkowy**, 3409)**
– serial Polska 2026
20.40 Przepis dnia – magazyn
20.50 Na dobre i na złe (999)
– serial obycz. Polska 2026
21.50 Na sygnale (930)
– serial obycz. Polska 2026
22.20 Magazyn Ekspresu Reporterów – magazyn
23.20 Może to ty
– komedia USA 2023
Reż. Cameron Fay, wyk. Molly McCook, Brett Dier, Veronica St. Clair
Najlepsi przyjaciele Peter i Lexa postanawiają spróbować czegoś, czego wcześniej nie robili: umówić się na randkę.
0.55 Peaky Blinders (7)
2.05 Ta, którą kocham – film dokumentalny Polska 2023
3.45 Rodzinka.pl
4.35 Na dobre i na złe (946)

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.00** Trudne sprawy (762): Siostry **9.05** Dlaczego ja? (1324): Zwiędły kwiat **10.05** Wypasiona Kuchnia (18) **10.20** Dlaczego ja? (1325,1326): Ostatnia podróż / Skradziona szabla **12.25** Gliniarze Śląsk (21): Najwyższa cena **13.25** Gliniarze (984, 985): Duchy przeszłości / Spirala nienawiści

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1236)
16.55 Gliniarze Śląsk (22)
W wypadku samochodowym ginie mężczyzna. Detektywi ustalają, że auto ofiary zostało celowo zepchnięte do rowu, a wszystkie dowody kierują śledczych na trop nielegalnych wyścigów.
18.00 Pierwsza miłość (4256)
– serial Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.25 Wypasiona Kuchnia (31)
– serial kom. Polska 2026
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Kabaret K2. Jedziemy po bandzie – program rozrywkowy
22.00 Nie ma mocnych
★★★★ – komedia Polska 1974
Reż. Sylwester Chęciński, wyk. Wacław Kowalski, Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek
0.05 Aniołki Charliego
★★★ – film sensacyjny USA/Niemcy 2000
2.15 Barry Seal: Król przemytu
★★★★ – film sens. USA 2017

TVN

5.05 Zamieszkać na plaży (4) **5.40** Uwaga! (8097) – magazyn interwenc. **5.55** Ukryta prawda (1491) **6.50** Kuchenne rewolucje: Grudziądz, bar „Pierożek” **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Doradca smaku (19) **11.30** Kuchenne rewolucje: Witnica, Hotel z Restauracją „Witnica” / Bar „Palce Lizać”, Działdowo **13.40** Ukryta prawda (1640-1641, 1771)

16.50 Szpital św. Anny (152)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (353)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4286)
– serial Polska 2026
20.50 The Floor – teleturniej
21.30 Top Model – reality show
23.05 Colombiana
★★★ – film sensacyjny USA/Francja/W. Bryt. 2011
Reż. Olivier Megaton, wyk. Zoe Saldaña, Jordi Mollà, Lennie James
Historia płatnej zabójczyni. Jej obsesją jest odnalezienie i zniszczenie ludzi, którzy zamordowali jej rodziców. Cataleya jest niezwykle skuteczna. Z każdym zleceniem zbliża się do celu.
1.20 Nowa Szelągowska (1)
– reality show Polska 2026
2.25 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (21): Zgubione i znalezione – serial kryminalny USA 2010
3.25 Uwaga! – magazyn
3.45 Młode gliny (24)
– serial krym. Polska 2026
4.45 Nauka jazdy

TVN 7

6.50 Szkoła (491, 492) **8.45** Ukryta prawda (1396, 1561, 1562) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (715-717) **13.55** Detektywi (137) **15.00** Szpital św. Anny (142) **16.00** Szpital (886) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (565) **18.00** Rozwód. Walka o wszystko (17) **19.00** Ukryta prawda (1697) **20.00** Hotel Paradise (21) **21.00** ★★ Druga połowa – komedia Polska 2021, reż. Łukasz Wiśniewski, wyk. Marianna Zydek, Maciej Musiał **23.00** ★★★★ Ścigany – film sens. USA 1993, reż. Andrew Davis, wyk. Harrison Ford **1.45** Hotel Paradise (20) **2.40** Wrota piekieł (8) (9)

TVP Kultura

9.00 Rodzina Połanieckich (2) **10.30** ★★★ Fredek uszczęśliwia świat – kome. Polska 1936 **12.10** Zucchero Fornaciari – film dokum. **14.05** Nad Niemnem (1) **15.10** ★★★ Przystań – film psych. Polska 1997 **16.45** Rodzina Połanieckich (3) **18.15** Kolekcja (20) **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (73) **20.00** ★★★ Różyczka 2 – film historyczny Polska 2023 **22.05** Teraz taniec! – Mats Ek: Another Place **22.55** Demoniczny uśmiech Jacka Nicholsona – film dok. **0.05** ★★★★ Ostatnie metro – dramat Fr. 1980

TVP Sport

8.15 Piłka nożna: LN UEFA: Hiszpania – Chorwacja **10.20** Piłka nożna (k): Czarni Sosnowiec – UJ Kraków **12.20** Piłka nożna: MŚ w Kanadzie, Meksyku i USA **13.20** Piłka nożna: MŚ (k) do lat 20 **14.00** Pełnosprawni **14.30** Piłka nożna: Elim. ME do lat 21: Szwecja – Polska **16.40** KIQ Rajdowe Samochodowe MP – Rajd Wisły **17.15** Studio **17.55 (L)** Piłka nożna: Eliminacje Mistrzostw Europy do lat 21: Polska – Szwecja **20.45** Zapowiedź Ligi Narodó UEFA **22.30** Sportowy wieczór **23.05** Boks: J. Fisher – M. Pirotton

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom (69) **8.55** Policjantki i policjanci (648-650) **11.55** Na ratunek 112 (998, 999) **12.55** Trudne sprawy (772-774) **15.55** Policjantki i policjanci (1457) **17.00** Trudne sprawy (1374) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (450) **19.00** Policjantki i policjanci (1458) **20.00** Wypasiona Kuchnia (30) **20.05** Uroczysko (279) **20.40** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1058) **21.40** Sprawiedliwi. Trójmiasto (175) **22.45** Opowiem ci o zbrodni (6): Igor Brejdygant – Sasquatch **23.10** ★★★★ Zabójczy numer – dramat USA/W. Bryt./Kan./Niem. 2006

TV Trwam

10.00 Audiencja Generalna Ojca Świętego Leona XIV z Watykanu **11.00** Muzyczne chwile **11.10** Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **11.50** Odnaleźć siebie **12.20** Głos serca (108) **13.05** Dar powołania **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Człowiek przebaczenia i pojednania – ks. Michał Rapacz **15.00** Błogosławiona, która zaufała **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Na zdrowie **16.30** Rozmowy o edukacji **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (18, 19) **8.00** Kobra – oddział specjalny (4, 5) **10.00** Zaklinaczka duchów (102) **11.00** Kotka (41) **12.00** Nie igraj z aniołem (172) **13.00** Wspaniałe stulecie (14) **14.00** Rodzinny interes (7) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (764, 765) **17.00** Rodzinny interes (8) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1031, 1032) **20.00** ★★ Tropem mordercy – film sens. USA/W. Bryt. 2024 **22.00** ★★★ Pitbull. Ostatni pies – film sens. Polska 2018 **0.20** ★★★ 22 kule – film sens. Fr. 2010 **2.55** Dzielnica strachu (83)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

CZWARTEK 1 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Dobre historie (198) **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (149) **9.00** Ranczo (19): Rozwód z miłości **10.00** Komisarz Alex (19): Ślady krwi **11.00** Ojciec Mateusz (277): Blondynka z Dubaju **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** To się opłaca (237) **12.55** Osobliwa planeta (3): Złoczyńcy – serial dokument. Australia 2024 **14.00** Splątane losy (57)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1041)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4745)
– telenowela Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (968)
– serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Ojciec Mateusz (454): Rumba dla początkujacych
– serial krym. Polska 2026
21.25 Sprawa dla reportera
22.25 Czas niedokonany (4)
Tajemnicza śmierć Stanisława Pyjasa w 1977 roku uruchamia lawinę esbeckich nacisków, zmuszając młodych krakowskich bohaterów do wyborów, które zaważą na ich późniejszych losach.
23.25 Gra z Cieniem (17)
– serial krym. Polska 2026
0.25 Morderstwa w Cantal
★★★ – thriller Francja 2023
2.10 Magazyn Ekspresu Reporterów
3.10 Sprawa dla reportera
3.55 Film dokumentalny

TVP 2

5.30 M jak miłość (1850) **6.20** Operacja zdrowie (86) **6.55** Barwy szczęścia (3409) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.45** Jedzenie ma znaczenie, nauka na talerzu (29): Białko w diecie **12.25** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (211) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (929): Gildia wiedźm – serial obycz.

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (489)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (212)
– serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3409-odc. powtórkowy**, 3410)**
– serial Polska 2026
20.40 Postaw na milion
21.40 Europa da się lubić – nowe pokoleniej
22.40 RoboCop
★★★ – film sf USA 2014
Reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton
Korporacja OmniCorp jest producentem w branży robotyki. Alex, wzorowy mąż,ojciec i policjant zostaje ranny. Firma tworzy hybrydę maszyny i policyjnego cyborga.
0.45 Rodzinka.pl (320): Urodzinki – serial komediowy Polska 2026
1.20 Peaky Blinders (8) – serial gangsterski W. Bryt. 2014
2.30 Akacjowa 38 – serial obyczaj. Hiszpania 2026

Polsat

5.40 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program inform.-publicystyczny **8.00** Trudne sprawy (1112) **9.05** Dlaczego ja? (1327) **10.05** Wypasiona Kuchnia (19) **10.20** Dlaczego ja? (1328, 1329): Dwaj zalotnicy / „Uczeń zagadka” dla nauczycielki, która nie poddaje się zbyt łatwo **12.20** Gliniarze Śląsk (22): Driver **13.25** Gliniarze (986, 987): Niewiniątko / Bezsenność – serial fab.-dok. Polska

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1237)
16.55 Gliniarze Śląsk (23)
– serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4257)
– serial Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.25 Wypasiona Kuchnia (32)
– serial kom. Polska 2026
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.30 Nasz nowy dom (377)
– reality show Polska 2026
21.40 Zdrada (5)
Julia, żona prokuratora, nawiązuje romans z Pawłem, adwokatem i zięciem skorumpowanego biznesmena. Ich miłość oraz mroczne sekrety wiążą się z konsekwencjami dla obu rodzin.
22.55 Ukojenie
★★★ – thriller USA 2015
Reż. Afonso Poyart, wyk. Anthony Hopkins, Jeffrey Dean Morgan, Abbie Cornish
1.05 Chłopak z sąsiedztwa
★★ – thriller USA 2015
3.05 Nasz nowy dom
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN

5.15 Zamieszkać na plaży (3) **5.40** Uwaga! (8098) **5.55** Ukryta prawda (1492) **6.50** Kuchenne rewolucje: Łódź – „Świńskie sprawki” **7.45** Dzień Dobry TVN – program infor.-publ. **11.20** Doradca smaku (20) **11.30** Kuchenne rewolucje: Komorniki Wielkopolskie, Karczma „Pod Dębami” / „Okrąglak”, Sosnowiec **13.40** Ukryta prawda (1642-1643, 1772) – serial fabularno-dokument. Polska 2024

16.50 Szpital św. Anny (153)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (354) – serial fabular.-dokum. Polska 2026
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4287)
– serial Polska 2026
20.50 The Floor – teleturniej
21.30 Kuchenne rewolucje: Karpacz – Izba pod Śnieżką
22.40 Miss agent II: Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna USA 2005
Reż. John Pasquin, wyk. Sandra Bullock, Regina King, Enrique Murciano
Gracie przekonuje się, że sława nie pomaga w pracy. Jej zadania ograniczyły się do promowania w mediach FBI, a to dla ambitnej agentki zdecydowanie za mało.
0.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22): Doktor Who – serial kryminalny USA/Kanada 2010
2.00 Młode gliny (25)
– serial krym. Polska 2026
3.00 Uwaga! – magazyn
3.20 Kwatery Hitlera: Riese – serial dok. Polska 2019

TVN 7

6.50 Szkoła (494, 495) **8.45** Ukryta prawda (1397, 1563, 1564) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (718-720) **13.55** Detektywi (138) **15.00** Szpital św. Anny (143) **16.00** Szpital (887) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (566) **18.00** Rozwód. Walka o wszystko (18) **19.00** Ukryta prawda (1698) **20.00** Hotel Paradise (22) **21.00** ★★★ Polowanie na druhny – kom. USA 2005, reż. David Dobkin, wyk. Owen Wilson **23.30** Taskmaster **0.35** ★★★ Meg – horror USA/Chiny 2018, reż. Jon Turteltaub, wyk. Jason Statham **2.55** Hotel Paradise (21) **4.00** Fachowcy (12)

TVP Kultura

7.00 Informacje kulturalne **7.25** Rawhide (73) **9.00** Rodzina Połanieckich (3) **10.40** ★★★ Przystań – film psych. Polska 1997 **12.10** Reżyserzy (7) **13.10** Nad Niemnem (2) **14.15** ★★★ Złoto dezerterów – kom. Polska 1998 **16.30** Rodzina Połanieckich (4) **18.00** Kulturalni (38) **18.55** Rawhide (74) **20.05** ★★★★ Wstręt – thriller psych. W. Bryt. 1965, reż. Roman Polański, wyk. Catherine Deneuve **22.00** Hala odlotów **22.55** ★★★ Różyczka 2 – film hist. Polska 2023, **0.50** ★★★★ Ostatnie metro – dramat Fr. 1980

TVP Sport

8.30 Żużel: TAURON Indywidualne ME w Güstrowie **10.35** Piłka nożna: Hiszpania – Chorwacja; Szwecja – Polska **14.55** Podsumowanie LN UEFA: Mecze 1. i 2. kolejki **16.05** Zapowiedź LN UEFA **16.45** Piłka nożna: Eliminacje Mistrzostw Europy do lat 21: Polska – Szwecja **18.50** Boks: Johnny Fisher – Michael Pirotton **21.05** Ring TVP Sport **22.00** Sportowy wieczór **22.35** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Szwecja – Polska **0.45** MMA: Gala we Frankfurcie nad Menem **3.00** Boks: Mary Spencer – Mikaela Mayer

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom (70) **8.55** Policjantki i policjanci (651-653) **11.55** Na ratunek 112 (1000, 1001) **12.55** Trudne sprawy (775-777) **15.55** Policjantki i policjanci (1458) **17.00** Trudne sprawy (1375) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (451) **19.00** Policjantki i policjanci (1459) **20.00** Wypasiona Kuchnia (31) **20.05** Uroczysko (280) **20.40** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1059) **21.40** Sprawiedliwi. Trójmiasto (176) **22.45** Opowiem ci o zbrodni (1): Katarzyna Puzyńska – Nie ma sprawy **23.20** ★★ S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sens. USA 2011

TV Trwam

11.35 Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady naukowe **13.00** Parafia pw. Świętej Rodziny **13.20** Przegląd katolickiego tyg. „Niedziela” **13.30** Msza św. z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Sokolnik **15.00** Po stronie prawdy **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19.25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia” **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Głos Polski **21.00** Apel Jasnogórski

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (19, 20) **8.00** Kobra – oddział specjalny (5, 6) **10.00** Zaklinaczka duchów (103) **11.00** Kotka (42) **12.00** Nie igraj z aniołem (173) **13.00** Wspaniałe stulecie (15) **14.00** Rodzinny interes (8) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (766, 767) **17.00** Rodzinny interes (9) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1032, 1033) **20.00** ★ Pomścić córkę – film sens. USA 2022 **22.00** ★★ Córka wilka – thriller Kan./USA 2019 **23.55** ★★ Krwawa gra – film sens. USA 2015 **2.00** Dzielnica strachu (84)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl c4282a378f

PIĄTEK 2 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie (137) **8.00** Serwis Info **8.20** Okrasa łamie przepisy (413) **9.00** Ranczo (20): Diabelskie porachunki **10.00** Komisarz Alex (20): Uprowadzenie **11.00** Ojciec Mateusz (278): Guru **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy (808) **12.55** Osobliwa planeta (4): Pomagierzy – serial dok. Australia 2024 **14.00** Splątane losy (58)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1042)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4746)
Heniutka piekła w nocy ciasta i ma problem z nadgarstkami. Bożenka podtrzymuje deklarację pomocy. Sylwia przywiozła swoje ciasta do degustacji. Wacek i Henia nie mają wątpliwości. Sylwia może zająć się wypiekami.
18.40 Akacjowa 38 (969)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Studio Ligi Narodów UEFA
20.35 (L) Piłka nożna:
Liga Narodów UEFA: 3. kolejka grupy B4: Polska – Rumunia
23.15 Frantic – thriller
★★★★★ USA/Francja 1988
Reż. Roman Polański
1.20 Kurier
★★★ – film sensac. Polska 2019
Reż. Władysław Pasikowski
3.15 Mój Nikifor
★★★★ – film biograf. Polska 2004
Reż. Krzysztof Krauze

TVP 2

5.30 M jak miłość (1851) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się (449) **6.50** Barwy szczęścia (3410) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informac.-publicystyczny **11.45** Operacja zdrowie (87) **12.25** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (212) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque **14.30** Program rozrywkowy **14.35** Na sygnale (930): Zła sytuacja jest dobrą sytuacją

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (490)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (213)
– serial obycz. Turcja 2024
18.05 Program rozrywkowy
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
– prowadz. Tadeusz Sznuk
19.25 Barwy szczęścia (3410-odc. powtórkowy**, 3411)**
– serial Polska 2026
20.40 Kocham Cię, Polsko!
22.15 Gabi Drzewiecka zaprasza – talk show
23.15 To jest grane – program muz. Marka Sierockiego
23.50 The Stranger (7-opis**, 8)**
– serial krym. W. Bryt. 2020
Przeglądając nagrania z kamer, Wes zauważa, że w chwili śmierci Heidi Katz odwiedził jej kawiarnię. Przeglądając zdjęcia Adam odkrywa, że tajemnicza kobieta jest córką Killane'a.
1.50 Może to ty
– komedia USA 2023
Reż. Cameron Fay, wyk. Molly McCook, Brett Dier, Veronica St. Clair

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn informacyjny **8.00** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.40** Ewa gotuje (580) – magazyn kulinarny **12.20** Gliniarze Śląsk (23): Najwyższy czas – serial krym. Polska 2026 **13.20** Gliniarze (988, 989): Cichy i spokojny / Okazja czyni złodzieja – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1238) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026
16.55 Gliniarze Śląsk (24)
Znany psychiatra, który pomaga ofiarom przemocy, został brutalnie zaatakowany. Detektywi wpadają na szokujący trop w śledztwie. Tymczasem Dominika zabiera nieświadomego zagrożenia Pitera na imprezę.
18.00 Pierwsza miłość (4258)
– serial Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.25 Wypasiona Kuchnia (33)
– serial kom. Polska 2026
19.55 Twoja twarz brzmi znajomo (230)
22.00 2012
★★★ – film katastrof. USA 2009
Reż. Roland Emmerich, wyk. John Cusack, Amanda Peet, Chiwetel Ejiofor
1.35 Kapitan Phillips
★★★★ – dramat obycz. USA 2013
Reż. Paul Greengrass, wyk. Tom Hanks, Catherine Keener, Michael Chernus

TVN

5.40 Uwaga! (8099) – magazyn **5.55** Ukryta prawda (1493) **6.50** Kuchenne rewolucje: Myszęcin – „Gościniec" **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Kuchenne rewolucje: Grodzisk Wielkopolski, Restauracja „Alexandria" / „Restauracja w Borach", Żalno **13.40** Ukryta prawda (1644-1645, 1773) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

16.50 Szpital św. Anny (154)
– serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (355)
19.00 Fakty
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Creed: Narodziny legendy
★★★★ – dramat obycz. USA 2015
Reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson
Kolejna odsłona przygód Rocky'ego. Młody Creed jest nieakceptowany przez środowisko zawodowców, ale ma boks we krwi. Staje się uczniem Rocky'ego, który zauważa w nim potencjał.
22.45 Interstellar
★★★★ – film sf USA/W. Brytania/Kanada 2014
Reż. Christopher Nolan, wyk. Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Jessica Chastain
2.20 Kuba Wojewódzki (5)
3.25 Uwaga! (8100) – magazyn
3.40 Hot Spot – kulisy produkcji – reportaż
3.50 Młode gliny (26)
– serial krym. Polska2026
4.45 Nauka jazdy (18) – prog. rozrywkowy Polska 2025

TVN 7

6.50 Szkoła (496, 497) **8.45** Ukryta prawda (1398, 1565, 1566) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (721-723) **13.55** Detektywi (139) **15.00** Szpital św. Anny (144) **16.00** Szpital (888) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (567) **18.00** Rozwód. Walka o wszystko (19) **19.00** Ukryta prawda (1699) **20.00** ★★★ Sex Story – kom. rom. USA/W. Bryt. 2011, reż. Ivan Reitman, wyk. Natalie Portman, Ashton Kutcher **22.20** ★★★ Dusza towarzystwa – kom. USA 2018, reż. Ben Falcone, wyk. Melissa McCarthy **0.35** ★★★★ Ścigany – film sens. USA 1993 **3.15** Hotel Paradise (22)

TVP Kultura

10.35 ★★★★ Porte des Lilas – dramat Wł./Fr. 1957 **12.25** Napisane życie. Wisława Szymborska **13.50** Gwiazdozbiór TVP Rozrywka **14.30** Na fali wspomnień **14.40** Muzeum polskiej piosenki **14.55** ★★★ ABC miłości – kom. Polska 1935 **16.25** Rodzina Połanieckich (5) **18.00** Tygodnik kulturalny **18.50** Kroniki Sherlocka Holmesa (5) **20.05** ★★★★ Podejrzana – thriller Korea Pd. 2022 **22.35** Pitbull (4) **23.40** ★★★★ Wstręt – thriller psych. W. Bryt. 1965 **1.30** Acid Rain – film anim. **2.05** Powrót do domu – film dok.

TVP Sport

8.00 Kolarstwo: ORLEN Lang Team Race **8.30** Żużel: TAURON Ind. ME **10.35** Piłka nożna: Elim. ME do lat 21: Polska – Szwecja **12.45** KIQ Rajdowe Samochodowe MP – Rajd Wisły **13.20** Piłka nożna: Liga Mistrzyń UEFA: HB Køge Kvinder – Servette FC Chênois Féminin **15.30** Lekkie gadki **16.30** Studio **16.55 (L)** Żużel: TAURON Indywidualne Mistrzostwa Europy **19.45** Studio **20.35 (L)** Piłka nożna: LN UEFA: Polska – Rumunia **23.50** Lekkoatletyka: ME w Birmingham **2.15** Boks: Aaron McKenna – Etinosa Oliha

TV 4

7.55 Bogaty dom – biedny dom (71) **8.55** Policjantki i policjanci (654-656) **11.55** Na ratunek 112 (1002, 1003): Areszt domowy / Jak mogłeś bracie **12.55** Trudne sprawy (778-780, 1376): Szokująca prośba zamiast oświadczyn / Prześladowany nauczyciel bije uczniów / Żona pozwala kochance męża na zamieszkanie z nimi / Dziewczyna z warsztatu **16.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (452) **18.00** Policjantki i policjanci (1459, 1460) **20.05** A na obiad... (4) **20.25** ★★★ Patrol – film sens. USA 2006 **23.10** Gwiazdy kabaretu (186, 185) **1.20** Opowiem ci o zbrodni (4-6)

TV Trwam

12.20 Głos serca (109) **13.05** Artystyczna dusza **13.30** Msza św. z Jasnej Góry **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Post Scriptum **17.05** Rok Jubileuszowy – 200 lat poświęcenia Kościoła Św. Klemensa w Wieliczce **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (20, 21) **8.00** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **10.00** Zaklinaczka duchów (104) **11.00** Kotka (43) **12.00** Nie igraj z aniołem (174) **13.00** Wspaniałe stulecie (16) **14.00** Rodzinny interes (9) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (768, 769) **17.00** Rodzinny interes (10) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1033, 1034) **20.00** ★★★ 21 mostów – film sensacyjny USA/Chiny 2019 **22.00** ★★ Alarum – film sens. USA 2025 **0.00** ★★ Snajper: Kolejne starcie – film sens. USA/Niemcy/RPA 2011

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

SOBOTA 3 Października

TVP 1

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie (1185) **8.05** Rok w ogrodzie extra (458) **8.20** Pełnosprawni **9.00** Ranczo (21): Jesienna burza **10.00** Felicita (10, 11) **11.10** Ojciec Mateusz (279): Przesyłka **12.05** Dobre strony (14): Kasia Sienkiewicz i Daniel Olbrychski **12.25** ★★★ Złodziej w hotelu – komedia kryminalna USA 1955 **14.25** Okrasa łamie przepisy (383)

15.00 Rolnik szuka żony (4)
16.00 Zaraz wracam (150, 151)
– serial obycz. Polska 2026
17.00 Teleexpress
17.35 Ojciec Mateusz (454)
– serial krym. Polska 2026
18.20 Przed ekranem – magazyn
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Komisarz Alex (325)
– serial krym. Polska 2026
21.25 Minghun – dramat
★★★ obyczaj. Polska 2024
Reż. Jan P. Matuszyński, Paul Dugdale, wyk. Marcin Dorociński, Daxing Zhang, Natalia Bui
23.10 Ucieczka z Los Angeles
★★★ – film sf USA 1996
Reż. John Carpenter, wyk. Kurt Russell, A.J. Langer, Steve Buscemi
Po trzęsieniu ziemi Los Angeles stało się więzieniem. Snake, były komandos, zostaje tam wysłany, aby odzyskać broń satelitarną, którą ukradła buntownicza córka prezydenta.
1.00 Morderstwa w Cantal
★★★ – thriller Francja 2023

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3407, 3408) **6.25** M jak miłość (1943) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Super Gary. Gotuj z Bosacką! (5) – magazyn **12.05** Program publicystyczny **12.40** Informacje kulturalne (4185) **13.05** Panna młoda (213) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.15 Szansa na sukces. Opole 2027: Maryla Rodowicz
16.20 Na dobre i na złe (999)
– serial obycz. Polska 2026
17.15 Panna młoda (214)
– serial obycz. Turcja 2024
18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (320, 321)
– serial kom. Polska 2026
20.30 The Voice of Poland: Przesłuchania w ciemno
23.00 Program rozrywkowy
23.30 Postaw na milion
0.30 Anglik, który mnie kochał
★★★ – komedia romantyczna USA/Wielka Brytania 2014
Reż. Tom Vaughan, wyk. Pierce Brosnan, Salma Hayek, Jessica Alba
Cieszący się sukcesami zawodowymi i powodzeniem u płci przeciwnej, Richard dla niezwykłej kobiety jest gotów porzucić dotychczasowy tryb życia. Nie będzie to proste.
2.15 RoboCop
★★★ – film sf USA 2014
Reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton

Polsat

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.00** Halo tu Polsat – program informac.-publicyst. **11.35** SuperMarket Chef (1): Moja rodzinka to kocha! Rodzinny obiad **12.05** Kraina lodu – film anim. USA/Norwegia 2013 **14.20** ★★★★ Nie ma mocnych – komedia obycz. Polska 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Wacław Kowalski, Władysław Hańcza, Anna Dymna

16.30 Awantura o kasę
17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (1) – program muzyczny Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy
19.25 Wypasiona Kuchnia (34)
– serial kom. Polska 2026
19.55 Kabaret na żywo. Młodzi i moralni. Nad mętną rzeką – prog. rozrywkowy
22.00 Niezniszczalni 4
★★ – film sens. USA 2023
Reż. Scott Waugh, wyk. Jason Statham, Sylvester Stallone, 50 Cent
0.10 Pokusa
★★ – thriller Polska 2023
Reż. Maria Sadowska, wyk. Helena Englert, Andrea Preti, Piotr Stramowski
Inez marzy o karierze dziennikarki. Gdy dostaje pracę w serwisie śledzącym życie gwiazd, wydaje jej się, że wielki świat ma na wyciągnięcie ręki. Nie wie, jak dalece różni się on od jej wyobrażeń.
2.25 7 sekund
★★ – film akcji USA/Szwajcaria/Rumunia/W. Bryt. 2005

TVN

5.15 Zamieszkać na plaży (6) **5.40** Uwaga! (8100) – magazyn **5.55** Ukryta prawda (1494) – serial fabularno-dokument. Polska 2023 **6.50** Kobieta na krańcu świata (5): Nowa Zelandia – prowadzenie Martyna Wojciechowska **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Bez kompleksów (1) **12.35** Na Wspólnej (4284-4287) **14.05** MasterChef (4)

15.45 Taskmaster (5) – program rozrywkowy Polska 2026
16.50 The Floor. VIP Challenge
– teleturniej, prowadzenie Mikołaj Roznerski
19.00 Fakty
19.45 Azja Express (5)
– reality show Polska 2026
21.30 Back to Black. Historia
★★★ **Amy Winehouse**
– film biograf. W. Bryt./USA/Francja 2024
Reż. Sam Taylor-Johnson, wyk. Marisa Abela, Jack O'Connell, Eddie Marsan
23.55 Oszukać przeznaczenie
★★★ – horror USA/Kanada 2000
Reż. James Wong, wyk. Devon Sawa, Ali Larter, Kerr Smith
Alex wybiera się z klasą na szkolną wycieczkę samolotem. Przed startem doznaje wizji, w której przeczuwa nadchodzącą katastrofę. Jego próby wstrzymania lotu są lekceważone. Maszyna eksploduje po starcie.
2.05 Lalka – making of
2.20 Uwaga! – magazyn
2.40 Młode gliny (27, 28)
– serial krym. Polska 2026

TVN 7

6.50 Bugs Bunny Builders (1, 2) **7.20** Bociany – film anim. USA/Kan. 2016 **9.05** The Floor (13, 14) **10.20** Ukryta prawda (1557) **11.25** Mówię Wam (7) **12.40** Ukryta prawda (1558, 1559) **14.40** Szpital św. Anny (69, 70) **16.40** Detektywi (135) **17.40** ★★★ Top Gun – film sens. USA 1986, reż. Tony Scott, wyk. Tom Cruise **20.00** ★★★★ Transformers – film sf USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf **23.05** ★★★★ Wilk z Wall Street – film biogr. USA 2013, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio **2.35** ★★★★ Dom w głębi lasu – horror USA/Kan. 2011

TVP Kultura

9.20 ★★★ ABC miłości – kom. Polska 1935 **10.50** Kosmos 1999 (35) **11.55** Wydarzenie aktualne **12.30** Paul Signac: złoty wiek dopiero nadejdzie – film dok. Fr. 2021 **13.40** Dzień z życia artysty (9): Adam Nowak **14.20** ★★★ Dama kameliowa – melodr. Polska 1994 **16.20** Nad Niemnem (3) **17.30** Tamte lata, tamte dni (91): Sława Przybylska **18.10** ★★★★ Porte des Lilas – dram. Wł./Fr. 1957 **20.00** ★★★★ Maudie – film biogr. Kan./Irl. 2016 **22.05** 63. KFPP w Opolu **23.20** ★★★★ Podejrzana – thriller Korea Pd. 2022

TVP Sport

8.00 KIQ Rajdowe Samochodowe MP – Rajd Wisły **8.35** Żużel: TAURON Ind. ME w Pardubicach **10.40** Piłka nożna: LN UEFA: Polska – Rumunia **12.55 (L)** Piłka nożna kobiet: Górnik Łęczna – GKS Katowice **15.10 (L)** Piłka nożna: Hutnik Kraków – GKS Tychy **17.25** Krzysztof Ignaczak i jego Wałbrzych **18.00** Piłka nożna: LN UEFA: Polska – Rumunia **20.15** Studio **20.40 (L)** Piłka nożna: LN UEFA: Hiszpania – Czechy **23.20** Sportowy wieczór **23.50** Lekkoatletyka: Memoriał Kamili Skolimowskiej na Śląsku

TV 4

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (217) **7.00** Galileo (1159, 1212) **9.05** #JesteśmyDlaDzieci (347) **9.30** A na obiad... (4) **9.40** Galileo (1213) **10.45** Mini Galileo (56, 188) **11.30** Galileo (1216) **12.35** ★★★ I że ci nie odpuszczę – kom. rom. Meksyk/USA 2018, reż. Rob Greenberg, wyk. Eugenio Derbez, Anna Faris, Eva Longoria **14.55** Policjantki i policjanci (1446-1450) – serial obycz. Polska 2026 **20.05** A na deser... (14) **20.20** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1056-1059) **0.20** Gwiazdy kabaretu (184, 183)

TV Trwam

12.20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **12.50** Natura obiektywnie **13.20** Ocalić od zapomnienia **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Żywa nić tradycji **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski

TV Puls

6.00 Kobra – oddział specjalny (3-5) **9.00** Taki jest świat (39) **9.25** Boso przez świat (79) **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (761, 763, 765, 767, 769, 1030-1034) **20.00** ★★ Murarz. Na granicy spisku – film sens. USA 2023, reż. Renny Harlin, wyk. Aaron Eckhart **22.05** ★★ Agent – thriller USA/W. Bryt./Węgry 2024, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Aaron Eckhart, Olga Kurylenko **0.05** ★★★★ Droga do zatracenia – film sens. USA 2002, reż. Sam Mendes, wyk. Tom Hanks, Paul Newman **2.30** Dyżur (32)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl c4282a378f

NIEDZIELA 4 Października

TVP 1

7.00 Msza św. w Krakowie Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Pociąg do Polski (5) **9.05** U Pana Boga w ogródku (5) **9.55** Ojciec Mateusz (280) **10.55** Komisarz Alex (325) **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Taize – Dom serca (2) **13.05** Ssaki (2): W nowym świecie – serial dok. W. Bryt. 2024 **14.10** Rolnik szuka żony. Odwiedziny (4) **14.30** Lalka (5)

16.00 Zaraz wracam (152, 153) – serial obycz. Polska 2026
17.00 Teleexpress
17.35 Daję słowo – Maciej Orłoś: Grażyna Brodzińska
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Gra z Cieniem (18) – serial krym. Polska 2026
Pułkownik Lipmann wysuwa hipotezę dotyczącą tożsamości „Cienia", wskazując na związek z uznanym za zmarłego majorem Koskiem. Kosek wchodzi w układ z przedstawicielami półświatka.
21.25 Rolnik szuka żony (5)
22.20 Rolnik szuka żony. Odwiedziny (5)
22.45 Vanilla Sky ★★★ – thriller USA/Hiszp. 2001
Reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Penélope Cruz, Cameron Diaz
1.10 Minghun ★★★ – dram. obycz. Polska 2024
Reż. Jan P. Matuszyński, Paul Dugdale, wyk. Marcin Dorociński, Daxing Zhang, Natalia Bui
2.50 Jaka to melodia?

TVP 2

5.10 Barwy szczęścia (3410, 3411) **6.25** M jak miłość (1944) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.00** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (72) **11.40** The Voice of Poland (7): Przesłuchania w ciemno **14.00** Familiada – teleturniej, prowadz. Karol Strasburger **14.35** Koło fortuny – teleturniej, prowadz. Rafał Brzozowski

15.10 Szansa na sukces. Opole 2027: Mela Koteluk – show
16.10 Europa da się lubić – nowe pokolenie (5) – teleturniej
17.15 Tak to leciało! – teleturniej
18.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej
19.10 Rodzinka.pl (321) – serial kom. Polska 2026
20.00 Gala wręczenia Nagrody Literackiej NIKE 2026
W tym roku o nagrodę rywalizują autorzy: Anna Bikont, Dorota Grabek, Justyna Kulikowska, Krzysztof Łapiński, Weronika Murek, Zyta Rudzka i Szczepan Twardoch. Galę poprowadzi Grażyna Torbicka.
21.40 Kocham Cię, Polsko!
23.10 Kwiatki polskie duże – magazyn publicystyczny
0.10 Dzień z życia artysty
0.45 Point Break – na fali ★★ – film sensacyjny Chiny/Niemcy/USA/Austria/Włochy/Kanada 2015
2.45 Będziemy mieszkać razem (5) – serial sensac.
3.40 Anglik, który mnie kochał ★★★ – komedia romantyczna USA/W. Bryt. 2014

Polsat

5.40 Telezakupy TV Okazje – program promocyjno-reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn informacyjno-publicystyczny **8.00** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.50** ★★★ Mulan – film akcji USA/Chiny 2020, reż. Niki Caro, wyk. Yifei Liu, Donnie Yen, Gong Li, Jet Li, Jason Scott Lee **14.15** Twoja twarz brzmi znajomo (230) – prog. rozrywk. Polska 2026

16.30 Awantura o kasę
17.40 Hitster. Muzyczna gra przebojów (2)
18.50 Wydarzenia
19.15 Wypasiona Kuchnia (35) – serial kom. Polska 2026
19.35 Być gwiazdą
19.55 Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami – program rozrywkowy
22.40 Skąd wiesz? ★★★ – komedia romantyczna USA 2010
Reż. James L. Brooks, wyk. Reese Witherspoon, Paul Rudd, Owen Wilson
Lisa wdaje się w romans z bejsbolistą Mattym. Zanim ich związek nabierze rozpędu, spotyka George'a, biznesmena, który został oskarżony o przestępstwo finansowe. Lisa nie wie, którego wybrać.
1.05 W jak morderstwo ★★★ – kom. krym. Polska 2021
Reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Szymon Bobrowski
3.30 Świat według Kiepskich (413, 414): Totto Pronto / Dymy na wodzie
4.35 Kabaretowa Ekstraklasa
4.55 Disco gramy!

TVN

5.10 Zamieszkać na plaży (7) **5.35** Uwaga! (7745) **5.50** Ukryta prawda (1495) **6.40** Kuchenne rewolucje: Karpacz – Izba pod Śnieżką **7.35** Lalka – making of **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Kobieta na krańcu świata (6) – prow. Martyna Wojciechowska **12.40** Co za tydzień (1263) **13.20** Azja Express (5) – reality show Polska 2026

15.05 Skarb Mikołajka ★★★★ – komedia Fr./Belgia 2021
Reż. Julien Rappeneau, wyk. Ilan Debrabant, Audrey Lamy, Pierre Arditi
Ojciec Mikołajka dostaje awans. Chłopiec staje przed groźbą przeprowadzki w inne miejsce, z dala od swojej bandy. By do tego nie dopuścić, jest gotów na wszystko. Rusza na poszukiwanie skarbu.
17.25 Program rozrywkowy
17.55 Nowa Szelągowska (2)
19.00 Fakty
19.45 MasterChef (5) – show
21.20 Poskromienie złośnicy ★★ – komedia romantyczna Polska 2022
Reż. Anna Wieczur-Bluszcz, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Piotr Cyrwus
23.45 Interstellar – film sf USA/ ★★★★ W. Bryt./Kanada 2014
Reż. Christopher Nolan, wyk. Matthew McConaughey, Anne Hathaway
3.20 Uwaga! – magazyn
3.40 Superwizjer
4.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (23)

TVN 7

7.55 ★★★ Lassie, wróć! – film przygod. Niemcy 2020 **10.00** The Floor (15, 16) **11.25** Top Model (5) **12.50** Ukryta prawda (1560, 1561) **14.50** Szpital św. Anny (71, 72) **16.50** Detektywi (136) **17.50** ★★ Ostatni władca wiatru – film przyg. USA 2010, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Noah Ringer **20.00** ★★★★ Top Gun: Maverick – film sens. USA 2022, reż. Joseph Kosinski, wyk. Tom Cruise **22.50** ★★★ Godziny szczytu II – film sens. USA/Hongk. 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan **0.45** ★★★ Ścigane – film sens. W. Bryt./USA 2019

TVP Kultura

10.05 Kroniki Sherlocka Holmesa (5) **11.15** Kosmos 1999 (36) **12.20** Teatr TV: Panna Maliczewska – spektakl Polska 1969, reż. Józef Słotwiński, wyk. Jacek Woszczerowicz **14.15** ★★★ Fanfan Tulipan – film przygod. Fr. 2003 **16.05** Nad Niemnem (4) **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.05** Teatr TV: Biała bluzka – spektakl Polska 2025, reż. Magda Umer, wyk. Krystyna Janda **20.00** Gala wręczenia Nagrody Literackiej NIKE 2026 **21.45** Porozmawiajmy szczerze (25) **22.25** Intymność na planie – film dok.

TVP Sport

6.30 Wioślarstwo: MŚ w Amsterdamie **7.50** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Polska – Rumunia **10.00** Polska Liga Żeglarska **10.30** Futbol totalny **11.35** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Mecz w Oviedo: Hiszpania – Czechy **13.45 (L)** Transmisja sportowa **17.30 (L)** Boks: 10. kolejka **20.35 (L)** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Mecz w Porto: Portugalia – Norwegia **22.45** Sportowy wieczór **23.20** Żużel: TAURON Indywidulne Mistrzostwa Europy w Pardubicach **1.25** Boks: Johnny Fisher – Michael Pirotton

TV 4

7.00 Wielkie tajemnice historii (13, 14) **8.50** A na deser... (14) **9.00** Galileo (1214, 1215) **11.00** Mini Galileo (169) **11.10** ★★★★ Sztuka ścigania się w deszczu – komediodr. USA 2019 **13.35** ★★★ Patrol – film sens. USA 2006, reż. Andrew Davis, wyk. Kevin Costner, Ashton Kutcher **16.35** ★★★★ Speed – niebezpieczna szybkość – film sens. USA 1994, reż. Jan de Bont, wyk. Keanu Reeves, Dennis Hopper, Sandra Bullock **18.55** Uroczysko (215, 216) **20.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (173-176) **0.05** STOP Drogówka (380) **1.05** Wielkie tajemnice historii (15, 16)

TV Trwam

9.30 Msza święta z Jasnej Góry **10.30** Promień z Fatimy **11.00** Głos serca (110) **11.45** Solidarność – narodziny wolności **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Leonem XIV **12.15** Papież Polak do rodaków **13.00** Wolność ma swoją cenę **14.00** Serca sercu **14.35** Życiu powiedzmy tak **15.00** Wieś to też Polska **16.10** Koncert życzeń **16.50** Mateczniki polskości **17.00** Włodzimierz Rędzioch **17.30** Sól Ziemi **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski

TV Puls

6.35 Kobra – oddział specjalny (6) **7.30** Don Matteo: Boski detektyw (3, 4) **9.35** Rodzinny interes (6, 7) **11.35** ★★ Goście, goście 3: Rewolucja – kom. Fr./Belg./Czechy 2016 **13.50** ★★★★ Król rozrywki – film biogr. USA/Chiny 2017 **15.55** ★★★★ Był sobie pies – film przygod. USA/Indie 2017 **17.55** ★★★★ Był sobie pies 2 – film przyg. USA/Chiny/Hongk. 2019 **20.00** ★★★ Pszczelarz – film sens. USA/W. Bryt. 2024 **22.05** ★★★ Koliber – film sens. W. Bryt./USA 2013 **0.05** ★★ Tropem mordercy – film sens. USA/W. Bryt. 2024

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

PONIEDZIAŁEK 5 Października

TVP 1

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban (451) **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (150) **9.00** Ranczo (22): Diler pierogów **10.00** Komisarz Alex (21): Zapach zbrodni **11.00** Ojciec Mateusz (281): Piąta taryfa **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, Agropogoda **12.35** Rok w ogrodzie extra **12.50** Ssaki (2): W nowym świecie – serial dok. W. Bryt. 2024 **14.00** Splątane losy (59)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Reporterzy – magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1043) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Klan (4747) – telenowela Polska 2026
18.40 Akacjowa 38 (970)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Studio Ligi Narodów UEFA
20.35 (L) Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: 4. kolejka grupy B4 – mecz w Zenicy: Bośnia i Hercegowina – Polska
23.15 Ostatni pojedynek – film dokument. Hiszpania 2026
Barcelona miała swoją ikonę – Leo Messiego. Real Madryt długo szukał odpowiedzi, aż znalazł ją w osobie Cristiana Ronaldo. Przez blisko dekadę ich rywalizacja rozpalała emocje na całym świecie.
0.25 Balans bieli
1.05 Ucieczka z Los Angeles ★★★ – film sf USA 1996
2.55 Film dokumentalny
3.55 Raport specjalny

TVP 2

5.30 M jak miłość (1852) **6.25** Rodzina (nie od) święta (54) **6.55** Barwy szczęścia (3411) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.45** Okrasa łamie przepisy (383): Wrapy czy zawijańce? **12.30** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (214) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (930): Zła sytuacja jest dobrą sytuacją

15.00 Koło fortuny – extra
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (491)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (215)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3411-odc. powtórkowy**, 3412)** – serial Polska 2026
20.40 Kulisy „M jak miłość"
20.50 M jak miłość (1945) – serial Polska 2026
21.50 Na sygnale (931) – serial obycz. Polska 2026
22.20 Berlin Ku'damm '77 (5)
Dorli jest w szpitalu w stanie śpiączki. Po wybudzeniu okazuje się, że ma sparaliżowane nogi. Gdy Friedericke dowiaduje się, że ojca nie widziano od kilku tygodni, interweniuje u jego dawnych znajomych.
23.15 Popiełuszko. Wolność jest w nas ★★★ – film biograf. Polska 2009
Reż. Rafał Wieczyński, wyk. Adam Woronowicz, Józef Glemp, Marcin Klejno
2.00 Zaślubiona (5) – serial obyczaj. Włochy 2022

Polsat

5.40 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **8.00** Trudne sprawy (1113): Kochany Maks **9.00** Dlaczego ja? (1330) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **10.05** Wypasiona Kuchnia (20) **10.15** Dlaczego ja? (1331, 1332) **12.20** Gliniarze Śląsk (24): Krystaliczny **13.20** Gliniarze (990, 991): Wiejska nauczycielka / Niewinna zabawa

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Gliniarze (1239)
16.55 Gliniarze Śląsk (25) – serial krym. Polska 2026
18.00 Pierwsza miłość (4259) – serial Polska 2026
18.50 Wydarzenia
19.10 Wieczór Rymanowskiego
19.35 Wypasiona Kuchnia (36) – serial kom. Polska 2026
19.55 Milionerzy – teleturniej
20.40 Diabeł – dramat społeczny ★★★ Polska/USA 2024
Reż. Blazej Jankowiak, wyk. Eryk Lubos, Paulina Gałązka, Aleksandra Popławska, Piotr Trojan
23.00 Wyścig śmierci – film sf ★★★ USA/Niemcy/W. Bryt. 2008
Reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Jason Statham, Joan Allen, Ian McShane
Wplątany w zabójstwo żony zwycięzca wyścigów NASCAR ma szansę na przedterminowe zwolnienie z zakładu karnego. Ma wziąć udział w wyścigu samochodowym.
1.25 Bez hamulców ★★★ – film sens. USA 2012
3.20 Nasz nowy dom (327)

TVN

5.15 Zamieszkać na plaży (8) **5.40** Uwaga! (7746) – magazyn interwencyjny **5.55** Ukryta prawda (1496) **6.50** Kuchenne rewolucje: Kalinowiec – „Schabowy i spółka" **7.45** Dzień Dobry TVN – program inform.-publicyst. **11.20** Doradca smaku (21) **11.30** Kuchenne rewolucje: Karpacz – Izba pod Śnieżką / Bartoszyce – Gościnna/Piwem Podlane **13.40** Ukryta prawda (1646, 1647)

15.45 Młode gliny (51) – serial krym. Polska 2026
16.50 Szpital św. Anny (155) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (356)
19.00 Fakty
19.55 Uwaga! – magazyn
20.15 Na Wspólnej (4288) – serial Polska 2026
20.50 The Floor. VIP Challenge (1)
21.30 Taskmaster (6)
22.40 Black Adam ★★★ – film sf USA 2022
Reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Dwayne Johnson, Aldis Hodge, Pierce Brosnan
W starożytnym Kahndaqu Teth Adam otrzymał nieograniczoną moc bogów. Uwięziono go, bo wykorzystał ją do zemsty. 5000 lat później Black Adam zostaje uwolniony z grobowca i ma zamiar wymierzyć światu sprawiedliwość.
1.10 Back to Black. Historia ★★★ **Amy Winehouse** – film biograf. W. Bryt./USA/Francja 2024
3.40 Co za tydzień – magazyn
4.20 Uwaga! – magazyn
4.40 Nauka jazdy

TVN 7

6.50 Szkoła (499, 500) **8.45** Ukryta prawda (1399, 1567, 1568) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (724-726) **13.55** Detektywi (140) **15.00** Szpital św. Anny (145) **16.00** Szpital (889) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (568) **18.00** Rozwód. Walka o wszystko (20) **19.00** Ukryta prawda (1774) **20.00** Hotel Paradise (23) **21.00** ★★★ Notre-Dame płonie – thriller Francja/Włochy/W. Bryt./USA 2022, reż. Jean-Jacques Annaud, wyk. Samuel Labarthe **23.25** ★★★ Sex Story – kom. rom. USA/W. Bryt. 2011 **1.35** Mówię Wam (7) **2.50** Wrota piekieł (9)

TVP Kultura

10.35 ★★★★ Jezioro Bodeńskie – dramat Polska 1985 **12.15** Paul Signac: złoty wiek dopiero nadejdzie – film dok. Fr. 2021 **13.10** Mąż pod łóżkiem – film krótkom. **13.50** Kosmos 1999 (35) **14.55** ★★★ Fuks – kom. Polska 1999 **16.35** Rodzina Połanieckich (6) **18.15** Dobry tytuł (55) **18.55** Rawhide (75) **20.00** ★★★★ Dama z Szanghaju – dramat USA 1947, reż. Orson Welles, wyk. Rita Hayworth **21.40** ★★★ Fanfan Tulipan – film przyg. Fr. 2003 **23.30** ★★★★ Smak wiśni – dramat Iran/Fr. 1997, reż. Abbas Kiarostami

TVP Sport

9.30 Piłka nożna: LN UEFA: Portugalia – Norwegia **11.40** Retransmisja sportowa **13.45** Piłka nożna: Zawisza Bydgoszcz – Olimpia Grudziądz **15.45** Magazyn Betclic 2. Ligi **16.30** Studio: El. ME do lat 21 i LN UEFA **18.05 (L)** Piłka nożna: El. ME do lat 21: Włochy – Polska **20.15** Studio **20.35 (L)** Piłka nożna: Liga Narodów UEFA: Bośnia i Hercegowina – Polska **23.50** Piłka nożna: Eliminacje ME do lat 21: Włochy – Polska **2.00** Boks: Steven Butler – Stéphane Fondjo **3.40** Boks: Andres Cortes – Eridson Garcia

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu (6, 7) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (72) **8.55** Policjantki i policjanci (657-659) **11.55** Na ratunek 112 (1004, 1005) **12.55** Trudne sprawy (781-783, 1377) **16.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (453) **18.00** Policjantki i policjanci (1460, 1461) **20.05** Uroczysko (281) **20.40** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1060) **21.40** Sprawiedliwi. Trójmiasto (177) **22.45** Opowiem ci o zbrodni (2): Małgorzata i Michał Kuźmińscy: Szczególne potępienie **23.10** ★★★ We krwi – film sens. USA/W. Bryt./Puerto Rico 2014 **1.30** Love Island. Wyspa miłości (25)

TV Trwam

11.20 Stan bezpieczeństwa państwa **11.30** Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.03** Informacje **12.20** Skazani na Sybir **13.00** 20 czerwca 1941 roku **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.20** Muzyczne chwile **14.30** Wykłady z kongresu „Katolicy a cielesność" **15.00** Powstańczym śladem **15.50** Ma się rozumieć **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski

TV Puls

6.00 Policjanci z Miami (21, 1) **8.00** Kobra – oddział specjalny (7, 8) **10.00** Zaklinaczka duchów (105) **11.00** Kotka (44) **12.00** Nie igraj z aniołem (175) **13.00** Wspaniałe stulecie (17) **14.00** Rodzinny interes (10) a **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (770, 771) **17.00** Rodzinny interes (11) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1034, 1035) **20.00** ★★ Cash Out – film sens. USA 2024 **21.55** ★★★ 21 mostów – film sens. USA/Chiny 2019 **23.55** ★★★ Tajna broń – film sens. USA 1996 **2.00** Dzielnica strachu (85)

★★★★★ koniecznie ★★★★ zdecydowanie tak ★★★ możesz ★★ nie musisz ★ zdecydowanie nie **(L)** na żywo

DVB T stacje dostępne w naziemnej telewizji cyfrowej

eprasa.pl c4282a378f

SANATORIA

Od października sanatorium na NFZ będzie tańsze. Niektórzy zyskają ponad 200 zł

Jeśli termin twojego turnusu w sanatorium na NFZ wypada jesienią lub zimą, nie przejmuj się. Oszczędzisz pieniądze, i to nawet sporo

Emil Hoff

Polacy uwielbiają leczyć się w sanatoriach na NFZ, choć z powodu klimatu większą popularnością cieszą się turnusy wyznaczone na miesiące wiosenne i letnie, a jesienią i zimą część pobytów jest odwoływana z powodu sezonowych chorób, złej pogody czy spodziewanych problemów z dojazdem.

Jeśli termin twojego turnusu w sanatorium został wyznaczony na po 1 października 2026, przynajmniej pod względem finansowym masz się z czego cieszyć. Po tej dacie pobyt w sanatorium na NFZ będzie tańszy.

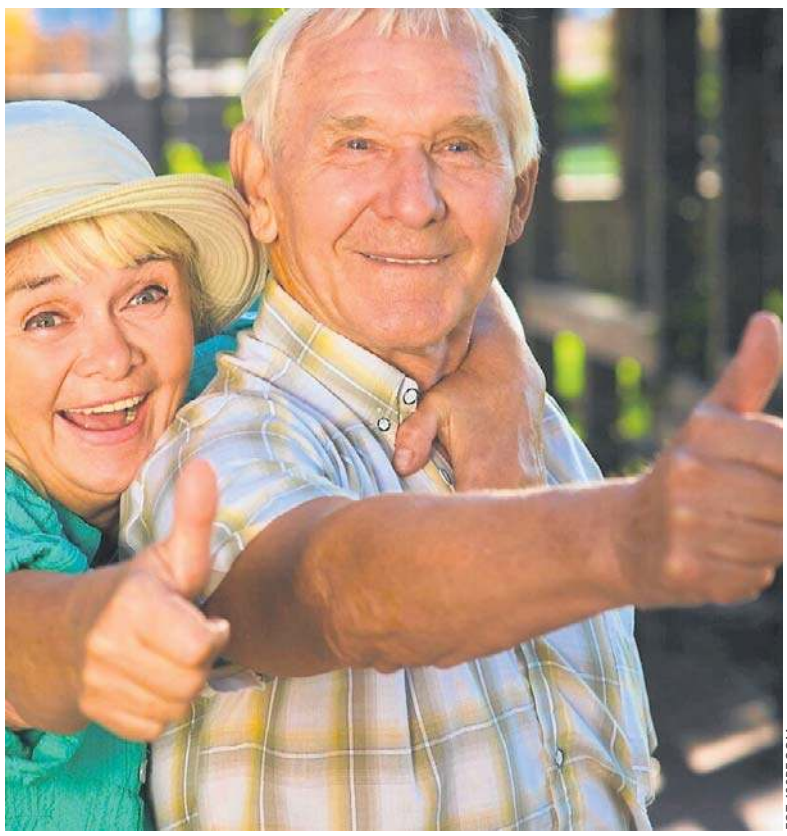
Ale jak to? Czy „na NFZ" nie oznacza, że taki turnus jest darmowy? Otóż nie, każdy kuracjusz leczący się w sanatorium na NFZ pokrywa część kosztów pobytu: wyżywienia i zakwaterowania, opiekuna (jeśli ma), dodatkowych zabiegów (jeśli je wykupi), musi też uiścić opłatę klimatyczną dla uzdrowisk (do 6,67 zł za dzień). Każdy też opłaca swój transport do i z sanatorium.

Koszty główne, tzn. zakwaterowania i wyżywienia, są ustalone odgórnie przez ministra zdrowia i zależą od standardu pokoju. Najdroższy jest pokój jednoosobowy z pełnym węzłem sanitarnym, najtańszy pokój wieloosobowy bez pełnego węzła sanitarnego.

W sanatoriach na NFZ, trochę jak w hotelach, obowiązują sezony: wysoki i niski. W sezonie wysokim, trwającym od 1 maja do 30 września, stawki za wyżywienie i nocleg w sanatorium są wyższe, a w sezonie niskim, od 1 października do 30 kwietnia, niższe.

Ile można oszczędzić, spędzając turnus w sanatorium w sezonie niskim? Łatwo to policzyć: wystarczy odjąć łączną cenę noclegu i wyżywienia w sezonie wysokim od tej w sezonie niskim dla wybranego wariantu zakwaterowania.

Dla najdroższego wariantu obliczenia wyglądają tak: koszt 21 dni (standardowa długość turnusu) w pokoju jednoosobowym z łazienką, kosztującym w sezonie wysokim 40,90 zł za dzień, wynosi 858,90 zł. W sezonie niskim pokój kosztuje już tylko 32,60 zł za dzień, co daje 684,60 zł za cały turnus. Różnica kosztów turnusów wynosi 174,30 zł.



FOT. 123RF.COM

W sanatoriach na NFZ, trochę jak w hotelach, obowiązują sezony. W sezonie „niskim", czyli jesienią, pobyty taniają

Najwięcej możesz oszczędzić, decydując się na pokój jednoosobowy w studiu: sezonowa różnica cen wynosi aż 237,30 zł za cały turnus.

Konkretne stawki

Zobacz poniżej, ile wyniosą stawki dzienne za poszczególne rodzaje pokojów w sanatoriach od 1 października 2026 r.

Porównuję je ze stawkami w sezonie wysokim i podaję łączną oszczędność za cały turnus w danym typie pokoju:

- pokój jednoosobowy z pełnym węzłem higieniczno-sanitarnym: 32,60 zł. Sezon wysoki: 40,90 zł, łączna oszczędność: 174,30 zł,
- pokój jednoosobowy w studiu: 26,10 zł. Sezon wysoki: 37,40 zł, łączna oszczędność: 237,30 zł. Ta kategoria pokoju pozwoli ci zaoszczędzić najwięcej,
- pokój jednoosobowy bez pełnego węzła higieniczno-sanitarnego: 24,90 zł. Sezon wysoki: 33,20 zł, łączna oszczędność: 174,30 zł,
- pokój dwuosobowy z pełnym węzłem higieniczno-sanitarnym: 19,50 zł. Sezon wysoki: 27,30 zł, łączna oszczędność: 163,80 zł,
- pokój dwuosobowy w studiu: 16,50 zł. Sezon wysoki: 24,90 zł, łączna oszczędność: 176,40 zł,
- pokój dwuosobowy bez pełnego węzła higieniczno-sanitarnego: 14,20 zł. Sezon wysoki: 19,50 zł, łączna oszczędność: 111,30 zł,
- pokój wieloosobowy z pełnym węzłem higieniczno-sanitarnym: 12,50 zł. Sezon wysoki: 14,80 zł, łączna oszczędność: 48,30 zł,
- pokój wieloosobowy w studiu: 11,90 zł. Sezon wysoki: 13,60 zł, łączna oszczędność: 35,70 zł,
- pokój wieloosobowy bez pełnego węzła higieniczno-sanitarnego: 10,60 zł. Sezon wysoki: 11,90 zł, łączna oszczędność: 27,30 zł.

Zgodnie z regulaminem opłat, turnus w sanatorium na NFZ jest zupełnie darmowy dla trzech kategorii osób:

- pracowników związanym z produkcją wyrobów zawierających azbest,
- dzieci i młodzieży do ukończenia 18 lat, a jeśli kształcą się dalej, to do ukończenia 26 lat,
- dzieci z orzeczoną niepełnosprawnością w znacznym stopniu, bez ograniczenia wieku.

LEKI

Zmiany dla pacjentów od 1 października. Chodzi o ważne leki

oprac. Katarzyna Zawada

Wiceminister zdrowia Katarzyna Kacperczyk podała szczegóły projektu nowej listy leków refundowanych, która będzie obowiązywać od 1 października 2026 r. Znajdą się na niej 24 nowe terapie, w tle jest też obniżka cen leków.

Kacperczyk poinformowała, że na liście znajdą się nowe terapie, w tym 13 terapii onkologicznych, jedenaście nieonkologicznych oraz osiem dedykowanych chorobom rzadkim.

Dla 18 terapii refundacja obejmie tzw. cząsteczko-wskazania, dla sześciu terapii zostaną rozszerzone dotychczasowe wskazania. Jednocześnie wydano 313 decyzji dotyczących kontynuacji refundacji od października 2026 r.

- W tym roku objęliśmy refundacją 90 nowych terapii, w tym 46 onkologicznych - zaznaczyła wiceminister zdrowia Katarzyna Kacperczyk.

Obniżenie cen leków refundowanych dla pacjentów

Dodatkowo minister przekazała, że resort przez dwa tygodnie negocjował z producentami w sprawie obniżenia cen jedenastu leków, rozmowy dotyczyły między innymi szczepionek przeciwko RSV i semaglutydu (Ozempic).

- Mówiliśmy, że celem tych negocjacji jest uzyskanie korzyści finansowych, by wprowadzać nowe terapie w systemie refundacyjnym. Negocjacje pozwoliły nam tak obniżyć ceny oferowane przez firmy, że dało to oszczędności pacjentom na kwotę 400 mln zł - poinformowała minister Katarzyna Kacperczyk.

Pieniądze zostaną przeznaczone na nowe terapie.

Porozumienie udało się wynegocjować dla sześciu terapii, między innymi dla wskazanych wyżej szczepionek przeciwko RSV i semaglutydu.

PAP

PROFILAKTYKA

Większość popełnia te błędy. Efekt: niebezpieczne wahania poziomu cukru we krwi

Katarzyna Wąś-Zaniuk

Wieczorne nawyki mają istotny wpływ na poziom cukru we krwi. Niektóre z nich mogą zwiększać ryzyko nocnych wahań glukozy, prowadząc zarówno do jej nadmiernych wzrostów, jak i niebezpiecznych spadków podczas snu.

Pomijanie posiłków może prowadzić do niebezpiecznych wahań poziomu cukru we krwi, a u osób z cukrzycą zwiększać ryzyko hipoglikemii. Dietetycy zalecają spożywanie posiłków o stałych porach, co ułatwia dostosowanie leczenia i sprzyja utrzymaniu prawidłowego poziomu glukozy. Warto zjeść kolację na 3-4 godziny przed snem. Znaczenie ma nie tylko regularność, lecz także jakość posiłków. Dieta powinna opierać się na produktach dostarczających węglowodanów złożonych, białka oraz zdrowych tłuszczów. Alkohol wypity wieczorem też może namieszać w gospodarce cukrowej organizmu. Jego skutki pojawiają się dopiero po kilku godzinach, kiedy już śpimy. Efekt? Nocne spadki poziomu cukru we krwi. Ryzyko jest szczególnie duże, gdy alkohol spożywany jest na pusty żołądek.

Pomijanie leków przeciwcukrzycowych to błąd, który może szybko odbić się na wynikach pomiarów. Nawet jedna opuszczona dawka może sprawić, że poziom cukru we krwi wzrośnie, szczególnie w nocy i nad ranem. Jeśli regularnie budzisz się z podwyższonym poziomem glukozy, mimo że przed snem był on prawidłowy, warto przyjrzeć się swojemu planowi leczenia.

Czasami problem nie wynika z diety, lecz z nieodpowiednio dobranej dawki leku lub pory jego przyjmowania. W takiej sytuacji nie warto samodzielnie wprowadzać zmian. Najlepiej skonsultować się z lekarzem, który oceni, czy terapia wymaga korekty.

Gdy mowa o wysokim poziomie cukru we krwi, wiele osób myśli przede wszystkim o słodyczach. Tymczasem równie problematyczne są słodzone napoje. Mogą prowadzić do gwałtownych wzrostów poziomu cukru we krwi i silnej odpowiedzi insulinowej organizmu.

eprasa.pl c4282a378f



PIŁKA NOŻNA 37-LETNI SZKOLENIOWIEC ZASTĄPIŁ JANUSZA NIEDŹWIEDZIA

Dlaczego Miedź Legnica wybrała Dawida Kroczka?

Dawid Foltyniewicz
Legnica

Dawid Kroczek ma poprawić grę i wyniki Miedzi Legnica. O powodach zmiany trenera opowiada prezes klubu Tomasz Brusiło.


FOT. MIEDZ LEGNICA

Trener Dawid Kroczek (z lewej) i prezes Miedzi Legnica Tomasz Brusiło

Miedź ogłosiła zatrudnienie Kroczka 23 września. 37-letni szkoleniowiec podpisał dwuletni kontrakt z opcją przedłużenia o kolejny rok. Zastąpił Janusza Niedźwiedzia, z którym klub rozstał się po domowej porażce 2:3 ze Stalą Rzeszów. Było to czwarte kolejne spotkanie Legniczan bez zwycięstwa, licząc ligę i Puchar Polski.

Po dziewięciu kolejkach Miedź ma 14 punktów. Cztery zwycięstwa, dwa remisy i trzy porażki to bilans, który pozostawia drużynę w grze o wysokie cele. Legniczanie zajmują piąte miejsce i tracą dwa punkty do pozycji dającej bezpośredni awans. W Legnicy zdecydowano się jednak zareagować już teraz.

– Na początku sezonu byliśmy liderem, ale mimo niezłej zdobyczy punktowej nasza gra w wielu momentach pozostawiała sporo do życzenia. Później wyniki także przestały się zgadzać. Dlatego szukaliśmy innego rozwiązania i nowego impulsu dla drużyny – mówi Tomasz Brusiło.

Czas na pracę z zespołem

Kroczek przejmuje drużynę w trakcie sezonu, lecz przed debiutem może skorzystać z dłuższej przerwy. To okazja do poznania piłkarzy i sprawdzenia swoich rozwiązań na treningach, zanim zacznie się kolejna walka o ligowe punkty.

– To na pewno lepszy moment na zmianę trenera niż tydzień, w którym rozgrywamy mecz. Po raz pierwszy od dawna mamy tak długą przerwę. Dla nowego szkoleniowca to komfortowa sytuacja, bo ma czas na pracę z zespołem i wprowadzenie własnych pomysłów – podkreśla prezes Miedzi.

Nowy szkoleniowiec ma za sobą pracę w ekstraklasowych Cracovii i Rakowie Częstochowa. Z tym drugim klubem rozstał się pod koniec sierpnia, po czterech porażkach na otwarcie sezonu Ekstraklasy i odpadnięciu z eliminacji Ligi Konferencji. Zaplecze najwyższej klasy rozgrywkowej również zna: wcześniej prowadził Resovię. W Legnicy otrzymuje kolejną szansę na zbudowanie zespołu walczącego o awans.

Co przekonało do Kroczka?

– Rozmawialiśmy z kilkoma trenerami. Wizja funkcjonowania zespołu przedstawiona przez Dawida Kroczka i jego diagnoza tego, co można w Miedzi zmienić i poprawić, wydały nam się najtrafniejsze i najbliższe oczekiwaniom klubu – wyjaśnia Brusiło.

Przed Kroczkiem praca nad taktyką, ale także ułożeniem współpracy wewnątrz zespołu i sztabu. Lista zagadnień omówionych przed podpisaniem umowy była długa.

– Poruszaliśmy różne kwestie, m.in.: system gry, taktykę, budowanie relacji z zawodnikami i zarządzanie szatnią, podział kompetencji wewnątrz sztabu trenerskiego, pomysł na wprowadzanie młodych zawodników z Akademii, zarządzanie meczem i jeszcze kilka innych, równie ważnych kwestii. Analizowaliśmy te aspekty, zastanawiając się, jakie rozwiązanie będzie dla Miedzi najlepsze – dodaje.

Potencjał na pierwszą trójkę

Po słabszej serii najpilniejszym zadaniem będzie odzyskanie regularności. Wysokie oczekiwania towarzyszą jednak Kroczkowi od samego początku pracy w Legnicy.

– Sam trener ocenił, że Miedź ma kadrę na pierwszą trójkę Betclic 1. Ligi. Dostrzega duży potencjał zarówno w zespole, jak i w klubie. Rozmawialiśmy też o warunkach pracy. Obejrzał infrastrukturę i zaplecze treningowe, z których korzystamy na co dzień, i uznał, że są tu warunki do realizacji tego celu. Z takim nastawieniem przychodzi do Miedzi. Jest bardzo ambitnym człowiekiem – kończy Tomasz Brusiło.

W niedzielę dwa legnickie biegi i utrudnienia

Redakcja
Legnica

4 października (niedziela) OSiR zaprasza na XV Legnica Półmaratonu oraz VII Legnicką Dziesiątkę. Będą utrudnienia.

Już za kilka dni Legnicę czekają popularne biegi uliczne. W niedzielę rozegrana będzie VII Legnicka Dziesiątka oraz XV Legnica Półmaraton. 4 października w godzinach 9:00–13:00 wystąpią utrudnienia i ograniczenia w ruchu drogowym.

Utrudnienia wystąpią w ruchu kołowym na ulicach:
- Zamkowej,
- placu Klasztornym,
- Parkowej,
- Wrocławskiej,
- św. Piotra.

Całkowicie wyłączone z ruchu kołowego zostaną:
- ul. Wrocławska,
- ul. Żołnierzy II Armii Wojska Polskiego,
- al. Piłsudskiego – od centrum w kierunku osiedla Piekary (do ul. Sudeckiej),
- ul. Jordana,
- ul. Powstańców Śląskich.

Uwaga: trasa biegu nie będzie prowadzona na jezdni od osiedla Piekary w kierunku centrum.

Trasa biegu – 2 okrążenia

Wielofunkcyjne boiska treningowe ul. Jordana ul. Wrocławska ul. Żołnierzy II Armii Wojska Polskiego al. Piłsudskiego pętla przy skrzyżowaniu al. Piłsudskiego z ul. Sudecką al. Piłsudskiego ul. Żołnierzy II Armii Wojska Polskiego ul. Wrocławska pętla przy skrzyżowaniu ul. Wrocławskiej z ul. Witelona ul. Wrocławska ul. Jordana ul. Powstańców Śląskich Park Miejski al. Orła Białego Stadion Miejski.

OSiR prosi mieszkańców i kierowców o:
- stosowanie się do poleceń służb zabezpieczających bieg,
- zachowanie szczególnej ostrożności,
- zaplanowanie przejazdu z uwzględnieniem czasowych utrudnień,
- zabezpieczenie zwierząt domowych przed możliwością wtargnięcia na jezdnię. Jednocześnie zaprasza do kibicowania.



FOT. OSiR

Wszystko wskazuje na to, że zawodnikom i kibicom będzie towarzyszyć słoneczna pogoda

eprasa.pl c4282a378f

SPORT

Adrian Rzeźnik: Byłbym załamany, gdyby mi to mistrzostwo uciekło

Gdy okazało się, że wygrałem, że jestem pierwszy, wszyscy w zespole mieli łzy w oczach. Moje też zrobiły się wilgotne – mówi 19-letni Adrian Rzeźnik (Orlen Team), rzeszowski kierowca, najmłodszy w historii zwycięzca Rajdowych Samochodowych Mistrzostw Polski.

Tomasz Ryzner



FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Adrian Rzeźnik jest najmłodszym kierowcą, który triumfował w Rajdowych Samochodowych Mistrzostwach Polski. – Drugie miejsce mnie kompletnie nie interesowało – zapewnia Adrian Rzeźnik, od kilku dni mistrz Polski.

Odpoczywasz?

Na razie mam obowiązki sponsorskie. Prawie codziennie coś jest.

Ciągle jesteś nastolatkiem. Może nie potrzebujesz odpoczynku?

Potrzebuję. Planuję wyjechać w jakieś ciepłe miejsce, popływać, poleżeć na słońcu. Jeżdżę tu i tam, także za granicę, ale to nie są podróże. Od czasu do czasu chciałbym się poczuć jak zwyczajny turysta.

No to do rzeczy. Przed Rajdem Wisły miałeś punkt przewagi na braćmi Szejami, tyle co nic. Oni pochodzą z Ustronia, znali teren, ty nie. Musiało ci wystarczyć tak zwane zapoznanie z trasą. Miałeś po nim dobre przeczucia?

Mieszane. Wyszło mi, że 60 procent trasy jest okej, ale pozostałe 40 procent już nie bardzo. Były tam odcinki szutrowe, inne pokryte jakimiś starymi płytami, rozwalonym asfaltem. Idealne miejsca, żeby złapać kapcia. Nie wiedziałem, czego się spodziewać.

Jak się relaksowałeś przed startem? Słuchałeś muzyki?

Przed pierwszym rajdem w sezonie założyłem słuchawki, później z tego zrezygnowałem, ale mogę powiedzieć, że zanim w Wiśle ruszyłem na trasę, grała mi w głowie piosenka „Po swoje" Belwedera.

Po pierwszym dniu rajdu byłeś już jedną nogą na najwyższym stopniu podium. Seria wygranych odcinków dała ci 34 sekundy przewagi nad drugim miejscem. Idealny dzień, jazda bez przygód?

Można tak powiedzieć. Samochód został świetnie ustawiony, mogłem cisnąć, jechać swoim tempem. Ostatni OS odbył się po zachodzie słońca. Przydały się wtedy specjalne okulary, które dostałem od taty (Maciej Rzeźnik to były rajdowy wicemistrz Polski, zwycięzca Rajdu Rzeszowskiego – red.).

?

Mają żółte szkła, trochę rozjaśniają obraz. Czułem się za kierownicą trochę tak, jakbym grał w grę komputerową z serii WRC.

W drugim dniu to bracia Szejowie wygrywali kolejne oesy, a twoja przewaga topniała. Było nerwowo?

Nie od razu, choć na pierwszy odcinek wjechałem na nierozgrzanych oponach. Tak się złożyło, że nie było na to dość czasu. Zacząłem tracić, ale po pierwszej pętli wciąż mieliśmy 25 sekund przewagi. To dużo. Byłem spokojny.

Zaliczka nadal się jednak zmniejszała.

Niechcący w tym pomogłem. Na jednym z szutrowych odcinków za późno zahamowałem, przód auta wyleciał z trasy, trzeba było cofać. Trwało to z 11-12 sekund. Na kolejnym oesie Jarosław Szeja pojechał na dużym ryzyku, więc przewaga znów się zmniejszyła.

Przed finałowym odcinkiem zmalała do 6,2 sekundy. W tym momencie spokojny już raczej nie byłeś...

Nie było szans, pojawiły się grube emocje. Trudno to opisać, miałem milion myśli. Dobre było to, że było około godziny przerwy, zanim trzeba było wyjechać na ostatni OS. Mieliśmy czas na analizę sytuacji. Co mogę dodać, podjęliśmy rękawicę, wróciliśmy do jazdy z pierwszego dnia rajdu i wygraliśmy ten Power Stage. Na koniec przewaga wyniosła 7 sekund „z groszami".

Co było potem?

Jedne rzeczy pamiętam, drugie nie bardzo. Każdy w zespole miał łzy w oczach, moje też się zrobiły wilgotne. Jeszcze gdy byłem w samochodzie, pojawiły się kamery, mikrofony. Trzeba było coś na gorąco powiedzieć. To właśnie nie bardzo pamiętam, ale mówiłem chyba do rzeczy (śmiech).

Ktoś powiedział coś, co zapadło ci w pamięć?

Filip Nivette, który jest moim nauczycielem i przyjacielem, wysłał SMS-a „witaj w gronie mistrzów". Gdy sam zdobył mistrzostwo Polski (w 2017 roku - red), dostał identyczną wiadomość od Łukasza Habaja (MP w 2015 roku – red.). Miał nadzieję, że będzie mógł kiedyś zrobić to samo. Miła rzecz.

Była impreza po rajdzie?

Było spotkanie z zespołem niedaleko od Wisły.

Sprawiłeś sobie w Wiśle wymarzony prezent na urodziny. We wtorek kończysz 20 lat. Jakieś plany na ten dzień?

Nic szczególnego na razie nie planuję. Może coś się urodzi z marszu.

Andrzej Rosiewicz śpiewał, że „czterdzieści lat minęło jak jeden dzień". Dwadzieścia mija chyba wolniej...

Na początku pewnie tak, ale od piętnastego roku życia czas bardzo przyspieszył. Sporo się dzieje i nie pamiętam, kiedy przeleciało ostatnie pięć lat.

Wyhamujesz teraz ze startami?

Generalnie tak, ale w grudniu chcemy wystartować w Rajdzie Barbórka.

Mówisz w liczbie mnogiej, co mi przypomina, że nie jechałeś po mistrzostwo sam. Powiedz kilka słów o Kamilu Kozdroniu, twoim pilocie.

Ma dużą odwagę, skoro jeździ ze mną. Poważnie mówiąc, jest pracowity, profesjonalny, a przy tym to pozytywny, otwarty człowiek. Jest taki, jak to widać na zdjęciach.

A jakbyś siebie opisał?

Jestem szczery, mówię, co myślę. Pewnie nie zawsze warto takim być, ale w sporcie jest to raczej zaleta.

To powiedz na koniec jeszcze coś od serca.

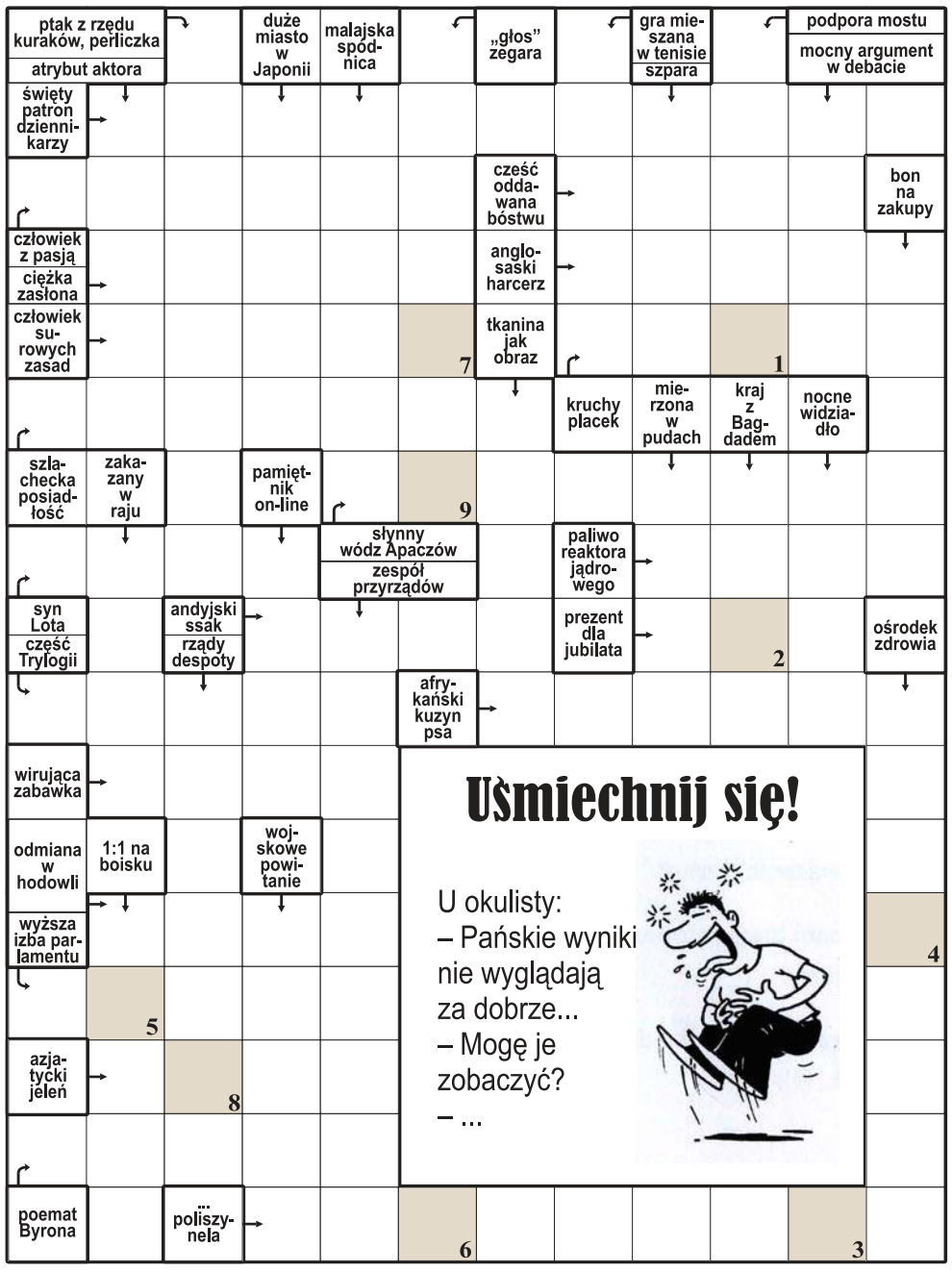
Nie byłoby tego sukcesu, gdyby nie wsparcie rodziny, mojego taty, Filipa Nivette, Grzegorza Grzyba, całego zespołu, naszych partnerów. Muszę też dodać, że kompletnie mnie nie interesowało drugie miejsce.

Lubisz powiedzenie, że „drugi to pierwszy z przegranych".

Bo tak to widzę. Byłbym zły, gdybym wypuścił to mistrzostwo z rąk. Zły to zresztą za słabe słowo. Byłbym załamany. ©℗

eprasa.pl c4282a378f

Krzyżówka panoramiczna



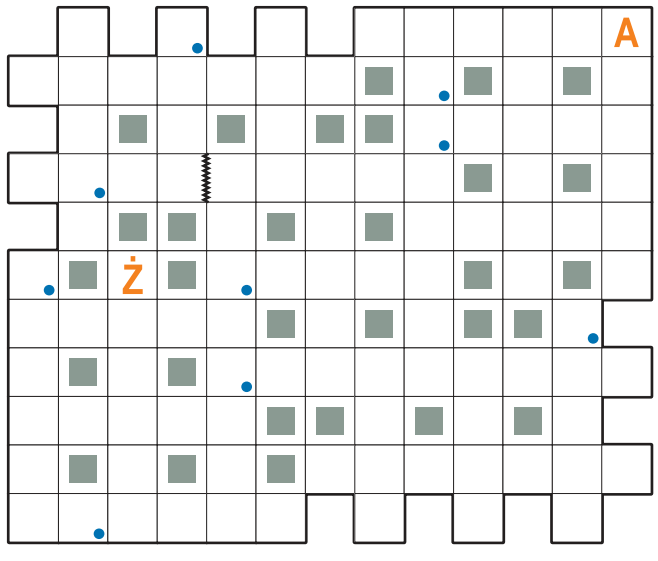
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 9 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Krzyżówka A-Ż

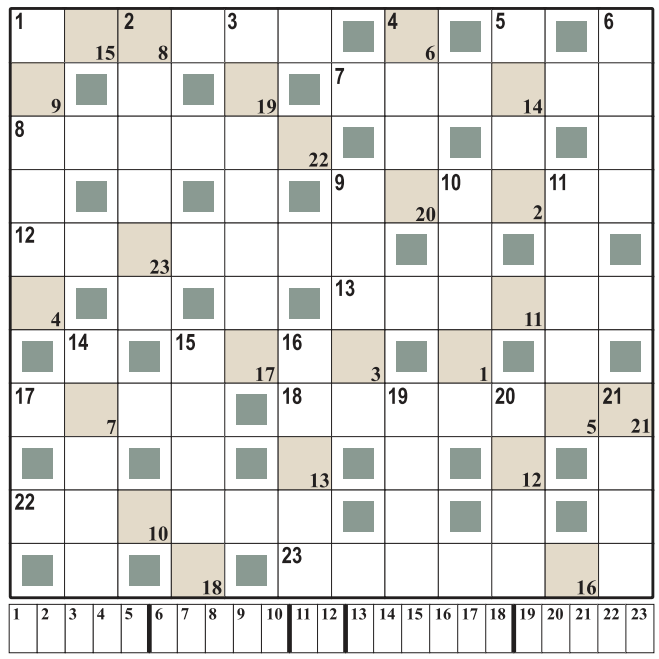
Każdy odgadywany wyraz (w nawiasie liczba liter) zaczyna się literą poprzedzającą określenie. Miejsce wpisywania – do odgadnięcia. Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

A) dawniej dokument, załącznik (6).
B) dolna część twarzy (5).
C) bryka za krasulą po łące (6).
D) aktorka z filmu „Uwierz w ducha" (4,5).
E) król przed koronacją (5).
F) bezgranicznie utożsamia się z jakąś ideą (7).
G) maruda, grzebalski (8).
H) strunowy instrument szarpany (5).
I) Kwiatkowska, grała w „Czterdziestolatku" (5).
J) ... Robak z „Pana Tadeusza" (5).
K) ilasta skała osadowa o barwie białej (6).
L) mama Simby z kreskówki Disneya (5).



Ł) włóknista tkanka drzew i krzewów (4).
M) żona hinduskiego dostojnika (8).
N) gdy siła nas opuściła (6).
O) nakrycie na stół (5).
P) Walewska lub Bovary (4).
R) Szota, autor epopei „Rycerz w tygrysiej skórze" (9).
S) ludowe święto obchodzone w czasie letniego przesilenia Słońca (7).
T) ryba z rodziny łososiowatych (4).
U) państwo w Arfyce, na równiku (6).
W) działa na naszą szkodę (4).
Z) „... na kraterze", powieść Wańkowicza (5).
Ż) stop odlewniczy (6).

Krzyżówka z hasłem



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

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 23 utworzą rozwiązanie: myśl Eurypidesa.

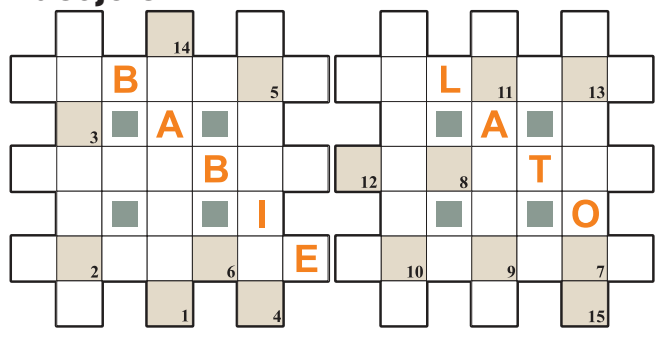
Poziomo:
1) ziemniaczana lub rybna,
7) na pewno krzepi?,
8) ciężki koń pociągowy,
9) elegant, modniś,
12) jądrowy z prętami,
13) wybitny mówca,
15) sopran lub baryton,
17) łatwo topliwy metal,
18) narzędzie kopacza,
22) praktyczna lub teoretyczna,
23) rozsądek, roztropność.

Pionowo:
1) osoba godna naśladowania,
2) waga bagażu,
3) trzy miesiące,
4) dawna kopalnia soli,
5) gruby, mocny sznur,
6) ostrze włóczni,
9) wdowia moneta,
10) egzotyczne pnącze,
11) mityczna córka Tantala,
14) bania w ogrodzie,
15) zasłona w boksie,
16) słynna nagroda filmowa,
19) dokuczliwy chwast,
20) dawny wenecki VIP,
21) część karabinu.



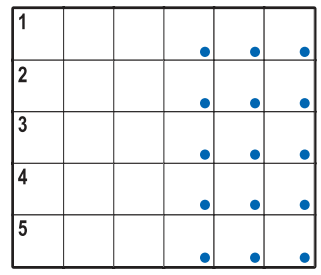
Początek wpisywania odgadniętych wyrazów w polach z kreską, kierunek zegarowy. Litery w oznaczonych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: sentencję łacińską.

Duet jolek



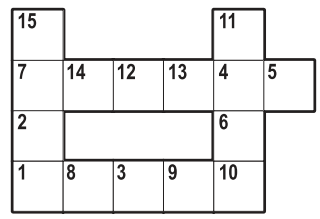
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 15 utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:
– imię Narutowicza
– dostojni obywatele miasta
– beza lub eklerka
– tatarski oddział zbrojny
– mieszkańcy pustyni
– krewniak, powinowaty
– hiszpańskie wino czerwone
– przysmak z zająca
– Paul, francuski malarz
– stateczne, szanowane kobiety
– „... zwany pożądaniem"
– znakomity muzyk

Logogryf



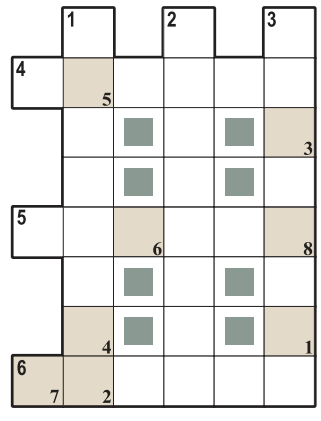
Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktorki.
1) artystyczny gatunek grafiki użytkowej,
2) człowiek o wielkiej sile fizycznej, atleta,
3) biegłość nabyta przez lata praktyki,
4) turystyczna kuchenka spirytusowa,
5) siedzi na koźle.

Szyfr



Litery z pól od 1 do 15 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko aktora.
Poziomo:
7) niewielki - wypity z butelki,
1) pysk psa lub krowy.
Pionowo:
15) nieprawda, łgarstwo (dawniej),
11) podwodny wał piasku.

Krzyżówka



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 8, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
4, 5, 6) powóz konny.
Pionowo:
1) kraj z Ułan Bator,
2) hiszpański taniec ludowy z kastanietami,
3) wskazuje kierunek.

Rozwiązania

Krzyżówka panoramiczna: Racze| nie; **krzyżówka A-Ż:** przechera; **hasłem:** Nasze życie to ciągła walka; **wirówka panoramiczna:** Ufaj, lecz bacz komu; **duet jolek:** Jesienne klimaty; **logogryf:** Katarzyna Herman; **szyfr:** Marek Włodarczyk; **krzyżówka:** kariolka.

eprasa.pl c4282a378f