

SKĄD SIĘ BIERZE DEMENCJA?

SPRAWDŹ 12 CZYNNIKÓW RYZYKA ► 18

TEKSTY DOBRE NA LATO

DODATEK SPECJALNY



GAZETA

wyborcza

wyborcza.pl

NIE MA WOLNOŚCI BEZ SOLIDARNOŚCI

Piątek, 24 lipca 2026 | Redaktor prowadzący Piotr Rozpara | Cena gazety 12,99 zł (w tym 8% VAT) | nr 171.11270, 1

Nakład 80 tys. + 322 tys. prenumerat cyfrowych

wyborcza.pl

TERMIN ULTIMATUM
MINĄŁ. CZY BĘDZIE
ROZŁAM W PIŚ?

• Czytaj na Wyborcza.pl

Temat dnia

Fiskus przychodzi do Żabki

Jedenaście tysięcy franczyzobiorców, 12,5 tys. sklepów, 4,3 mln transakcji dziennie – Żabka jest jedną z najbardziej dynamicznie rozwijających się sieci franczyzowych w Polsce. Dla naszych bohaterów dramatyczny był moment wyjścia z biznesu, ale równie istotny jest moment wejścia ► 4-5



FOT. ERIC ZACHANOWICZ/NETLIX

Kultura

NOWY „DOMEK NA PRERII”

W tym serialu podbijanie Dzikiego Zachodu odbywa się niemal bezboleśnie, jak w westernach z lat 50. Wojna secesyjna jest równie dalekim wspomnieniem. Teraz, w czasie prezydentury Donalda Trumpa, pamięć historyczna stała się elementem wojny kulturowej. „Domek na prerii”, familijny serial z ogromną oglądalnością, może być bezpiecznym miejscem do rozmawiania o historii – w tym także o jej mniej chlubnych momentach ► 14-15

Koniec procesu ojca Zbigniewa Ziobry

Uniewinnieni po 20 latach

Trójka lekarzy nie jest winna śmierci Jerzego Ziobry – orzekł sąd po 20 latach batalii rodziny byłego ministra sprawiedliwości. Postępowanie wobec czwartego lekarza zostało umorzone.

Milena Kuchnia

Z oskarżonych na wczorajszym ogłoszeniu wyroku w Sądzie Okręgowym w Krakowie stawili się tylko prof. Jacek Dubiel. To on szefował oddziałowi, na którym leżał Jerzy Ziobro. Na

sali sądowej nie pojawił się nikt z rodziny zmarłego.

Zmęczeni są wszyscy

– Ze wszystkich przemówień, z oświadczenia pani Kornickiej-Ziobro, przebija się jedno: zmęczenie tą sprawą. Wszystkie strony procesu są nim bardzo zmęczone – mówi sędzia Tomasz Kudła.

W uzasadnieniu sąd przyznał, że mogło dojść do złego zdiagnozowania pacjenta. To m.in. dlatego sprawa prof. Dariusza Dudka powinna być rozpatrywana jeszcze raz. Jednak ze względu na przedawnienie została umorzona. Jednocześnie sąd nie potępił wprost faktu, że z postępowania



FOT. PATRYK OGÓRZALEK

• Zbigniew Ziobro

nie wyłączył się minister sprawiedliwości Zbigniew Ziobro, a prokuratura pod jego przewodnictwem prowadziła własne działania.

– Jestem zaskoczony. Mieliśmy wrażenie, jakby uzasadnienie dotyczyło innego wyroku niż ten, który zapadł chwilę wcześniej – mówił po rozprawie mec. Jan Widacki, obrońca oskarżonych.

Obie strony czekają na pisemne uzasadnienie wyroku.

Dwie dekady procesu

Do wyroku odniosła się też Krystyna Kornicka-Ziobro, żona zmarłego Jerze-

go, matka byłego ministra sprawiedliwości. W oświadczeniu napisała: „Po 20 latach postępowania sąd merytorycznie przesądził, że doszło do kardynalnego błędu medycznego. Nie zapadł wyrok skazujący wyłącznie dlatego, że polski wymiar sprawiedliwości dopuścił do przedawnienia”.

Jerzy Ziobro zmarł 20 lat temu w Szpitalu Uniwersyteckim w Krakowie w wyniku powikłań po zabiegach kardiologicznych. Rodzina oskarżyła lekarzy o błąd.

– Cierpię od 20 lat. Przesłuchania, wizyty w domu, szkalowanie i straszenie każdego, kogo się dało. Nawet gdybym otrzymał wyrok skazujący, nie będę czuł się winny. 20 lat temu zrobiłem wszystko tak jak należy – mówi jeszcze przed ogłoszeniem wyroku kardiolog prof. Dariusz Dudek.

Pierwsze zawiadomienie do prokuratury złożył miesiąc po śmierci Jerzego Ziobry jego syn Witold. Prokuratura umorzyła jednak postępowanie. Wtedy rodzina złożyła przeciw-

ko lekarzom prywatny akt oskarżenia. Oskarżeni zostali: ówczesny kierownik oddziału szpitala prof. Jacek Dubiel, ówczesny lekarz tego oddziału i wiceszef Pracowni Hemodynamiki prof. UJ Dariusz Dudek, stażystka, a dziś już prof. Katarzyna Styczkiewicz i ordynator sali monitorowanej dr Andrzej Kmita. Wszyscy czworo zostali uniewinnieni przez sąd pierwszej instancji w 2017 r. Rodzina zmarłego odwołała się od tego wyroku. Rozprawa apelacyjna trwała dziewięć lat (odbyło się 61 posiedzeń).

Główny zarzut dotyczący wyboru złej metody leczenia. Polski zespół biegłych sądowych temu zaprzeczył. Prokuratura pod rządami PiS wystąpiła jednak o ekspertyzę do szwajcarskiego Uniwersyteckiego Centrum Medycyny Sądowej w Lozannie. Ta przyszła po prawie czterech latach i kosztowała polskiego podatnika 200 tys.

Koszty całego procesu przekroczyły milion. •

• Komentarz ► 13

Wydaje Wyborcza Sp. z o.o.
nr indeksu 348198

ISSN 0860-908X



9 770860 908150

30>

Maria Korcz

Zgoda na zarobek kosztem pracowników

Pięć tysięcy osób traci pracę w Pyszne.pl. W dodatku taką, która nie przynosi zarobków pozwalających na chwilę oddechu i namysł, co zrobić dalej. Oznacza to mniej więcej tyle – i takie rozwiązanie podsuwa kurierom także pracodawca – że muszą szybko zgodzić się na nowe, gorsze warunki. Pracę dla podwykonawcy, bez gwarancji minimalnego wynagrodzenia.

Daleka jestem od bronięcia firmy, bo ostatecznie to ona odpowiada za swoją strategię biznesową, ale patologii, które toczą rynek pracy kurierów, nie sposób zrozumieć bez szerszego obrazu. I bez dostrzeżenia roli państwa, które o problemach wie doskonale, ale przemyka na nie oczy i pozwala zagranicznym platformom zarabiać kosztem polskich pracowników.

Sytuacja jest patowa o tyle, że dziś nawet związkowcy reprezentujący kurierów Pyszne.pl, którzy wkrótce stracą pracę, przyznają: to nie mogło finansowo się spinać. Bo jak uczciwie konkurować z kimś, kto za nic ma lokalne prawo?

W modelu, w którym rywalizuje się o klienta jak najniższą ceną dostawy, wygrywa ten, kto najbardziej obetnie koszty pracy kurierów. A gdy państwo nie dba

o to, by ta rywalizacja nie odbywała się kosztem ludzi, platformy nie przebiegają w środkach „optymalizacji”. Mogą unikać minimalnej stawki godzinowej czy podpisywania choćby umów-zleceń, które dają prawo do ubezpieczeń społecznych, bo w tej sprawie, niestety, obecny polski rząd, tak jak i poprzednie, oblewa egzamin po całości. Obszar

pracy kurierów jest całkowicie poza kontrolą, choć o patologiach skazujących kurierów np. na pracę na podstawie umowy najmu roweru od lat alarmują i związki, i media, i badacze rynku pracy.

Dopiero teraz, gdy o zwolnieniach w Pyszne.pl zrobiło się głośno, ministra pracy wysłała do firmy kontrole inspekcji pracy. Na podobną troskę od lat nie mogą liczyć jednak kurierzy innych platform, gdzie sytuacja jest jeszcze gorsza, a do której w dół równa teraz Pyszne.pl. W ubiegłym roku w raporcie Fairwork Polska platforma, o której jest dziś głośno, uzyskała najlepszą ocenę badaczy, którzy sprawdzali uczciwość i zgodność zatrudnienia z prawem. Popularne w Polsce firmy, takie jak Wolt czy Uber, uzyskały wtedy zero punktów. Warunki, które oferowali pracownikom, nie spełniały podstaw uczciwego zatrudnienia.

Nie jest jednak tak, że w tej sprawie nie dzieje się nic. Unia Europejska już kilka lat temu zdała sobie sprawę ze skali problemu. Tak zwana dyrektywa platformowa, która ma wprowadzić system zabezpieczeń dla pracowników platform, zgodnie z decyzją UE powinna zostać wdrożona do polskiego porządku prawnego najpóźniej w grudniu tego roku. Jest lipiec. Ministerstwo Pracy nadal nie przedstawiło żadnego jej projektu. ●

Andrzej rysuje



Warszawa

Spłonął salon samochodowy, płomienie sięgały piątego piętra



Kilkudziesięciu strażaków walczyło wczoraj rano z pożarem salonu samochodowego przy ul. Krasnobrodzkiej w Warszawie. Płomienie sięgały piątego piętra, a słup dymu widać było z wielu kilometrów. Na szczęście nikt nie został poszkodowany, uratowano też sąsiedni salon. **Więcej ► Warszawa.wyborcza.pl**

Liczba dnia

36

MLN ZŁ
Tyle kosztowała sala do hybrydowych operacji serca w Górnośląskim Centrum Medycznym w Katowicach-Ochojcu. Nosi imię prof. Andrzeja Bochenka i prof. Stanisława Wosia, dawnych szefów klinik kardiologii w GCM

► Katowice.wyborcza.pl

W weekend



ANDRZEJ GRABOWSKI: NIE BYŁEM ZA DOBRYM OJCEM I NIE JESTEM ZA DOBRYM DZIADKIEM

Kocham moje wnuczki. Bardzo. Tyle że jestem dla nich takim dziadkiem od święta. Był moment, kiedy miałem u nich wyjątkowe notowania – gdy byłem jurorem w „Tańcu z gwiazdami”.

Wyznania premierki Japonii

Nie ma czasu na spanie

Sanae Takaichi, premierka Japonii, napisała w sieci, że udało jej się przespać „pełne pięć godzin po raz pierwszy od wieków”. Dodała, że to lepiej niż „od zera do trzech”, które śpi zazwyczaj.

„Od początku lipca zamykałam się w weekendy w rezydencji, ślęcząc od rana do późnej nocy nad grubymi stosami dokumentów...” – rozpoczęła swój post na X. Dalej napisała o tym, co aktualnie analizuje, oraz o pracach nad budżetem. O „stosach papierkowej roboty”, „zasypaniu pracą”, „tysiącach kopii zapasowych e-maili”. Doświadczamy się też, czym zajmuje się po powrocie z pracy do domu. W dni powszednie ma czas „na sprzątanie łazienki, kąpiel, kołację, zmywanie, pranie i drobne porządki”, a potem od późnych godzin aż do świtu czyta dokumenty i inne materiały do pracy. „Odkąd objęłam urząd premierki, sen od zera do trzech godzin to norma” – napisała.

W ciągu dwóch dni post Sanae Takaichi miał 33,5 mln wyświetleń. Wywołał wiele komentarzy i – jak pisze „New York Times” – ogólnokrajową debatę na temat równowagi między życiem zawodowym a prywatnym oraz zagrożeń wynikających z niedoboru snu.

Posel Toru Kunishige, którego cytuje „NYT”, uważa, że długotrwały brak snu „utrudnia ocenę sytuacji podobnie jak stan upojenia alkoholowego i może stwarzać zagrożenie dla zarządzania kryzysowego państwa”.

Członek Izby Radców (wyższa izba w parlamencie Japonii) Hiroyuki Konishi wezwał Takaichi do rezygnacji: – Prawdziwym zadaniem premiera jest wyznaczanie kierunków polityki i wydawanie instrukcji, a nie analizowanie każdego szczegółu dokumentu – powiedział. Lider największej partii opozycyjnej Yuichiro Tamaki zauważył, że Takaichi jest pracowita, ale „odpoczynek to również praca”.



Jak pisze „NYT”, politycy popierający rząd Takaichi chwalą ją za szczerzość w mówieniu o presji związanej z łączeniem pracy z obowiązkami osobistymi. Gdy w ubiegłym roku obejmowała stanowisko, obiecała „pracować, pracować, pracować, pracować i pracować”. To ważne nie tylko dla wizerunku premierki, ale i dla Japonii, która słynie z kultu pracy.

W niektórych firmach dzień roboty trwa powyżej 12 godzin. Nadmiar pracy jest postrzegany jako przejaw lojalności i staranności.

„NYT” przypomina, jak w listopadzie ubiegłego roku Takaichi o godz. 3 w nocy wezwała swoich asystentów, bo – jak mówiła – zepsuł jej się faks. Potrzebowała również pomocy, by dostać się do innego biura i przygotować do spotkania. Została za to skrytykowana.

Dziennik wspomina również o głośnych ostatnio przypadkach karōshi, czyli nagłej śmierci z przepracowania i stresu.

Według danych japońskiego ministerstwa zdrowia, pracy i opieki społecznej, które przytacza portal Nippon, w roku fiskalnym 2024 r. odnotowano 1304 zgony związane z przepracowaniem. To o 196 więcej niż w poprzednim roku. W 47 przypadkach bezpośrednią przyczyną był udar mózgu lub choroby serca, a w 1057 – depresja i inne zaburzenia psychiczne, wylicza Nippon. ●

Anna Wyrwik

Klinika z „cudowną” terapią

Klinika Biocells Medical z Wilanowa reklamuje się jako innowacyjne „centrum medycyny regeneracyjnej”. Ale ich lekarzy nie ma w żadnym polskim rejestrze, a zabiegi za dziesiątki tysięcy euro nie są zatwierdzone.

Michał Żyłowski

Biocells Medical oferuje „leczenie” komórkami macierzystymi m.in. choroby Parkinsona, stwardnienia rozsianego czy Alzheimera. Chwali się też, że w warszawskiej siedzibie w latach 2013–2025 „leczonych” było 158 dzieci w spektrum autyzmu. Co to właściwie oznacza – nie wiadomo.

Procedura w Biocells Medical jest bowiem zaskakująco nieformalna. Przekonałem się o tym na własnej skórze: zadzwoniłem na recepcję w siedzibie firmy przy ul. Franciszka Klimczaka i podałem się za krewnego osoby chorującej na stwardnienie rozsiane z problemami w poruszaniu się.

„Takie same” komórki

Już po kilku minutach recepcjonistka poprosiła o przesłanie wrażliwej dokumentacji medycznej chorego za pośrednictwem aplikacji WhatsApp. Dowiedziałem się też, że koszty leczenia zaczynają się od 25 tysięcy euro. Górnej granicy wydatków nie podano.

Na pytania o specjalistów, którzy mieliby przeprowadzić zabieg, recepcjonistka odpowiadała, że taka terapia w Polsce ma status „off-label” (jest niezatwierdzona). Z tego powodu klinika nie może oficjalnie podpisać umowy w naszym kraju. Zaoferowano mi jednak „inne rozwiązania”.

Zabieg może zostać wykonany bez formalnej umowy, a „lekarz” jest gotów przyjechać bezpośrednio do domu chorego. Jeśli zależy nam na dokumencie, umowę można podpisać na Węgrzech. Jak podsumowała to pracowniczka kliniki: „To są dokładnie te same komórki macierzyste, ale takie mamy prawo, że w Polsce nie możemy ich oficjalnie używać”.

Leczenie, które oferuje Biocells Medical polega na podawaniu pacjentowi komórek macierzystych pochodzących od niego samego (autologicznych) lub od zdrowego dawcy (allogenicznych). Podczas gdy standardowe przeszczepy krwi czy szpiku są od lat bezpieczną i powszechnie uznaną praktyką medyczną, w przypadku nowoczesnych terapii regeneracyjnych sytuacja jest znacznie bardziej skomplikowana. Stosuje się ją rzadko i w bardzo rygorystycznych warunkach. W zależności od schorzenia, stosowane są lewoty dożylnie lub wstrzyknięcia dokanałowe.

– Propozycje i pomysły badawcze są analizowane w sposób naukowy. Po ewentualnym potwierdzeniu skuteczności wymagają rejestracji, zanim zostaną dopuszczone do praktyki medycznej. Natomiast wspomniana firma oferuje je od razu, na tym opiera się jej prospekt reklamowy – tłumaczy prof. Wiesław Jędrzejczak, kiedy pokazuje mu ofertę kliniki z Wilanowa.

Prof. Jędrzejczak to uznany specjalista w dziedzinie hematologii, transplantologii i onkologii z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego. Jako pierwszy w Polsce, w 1984 roku przeprowadził przeszczep szpiku. Jego opinia o Biocells Medical jest kategoryczna: – To sprzedawanie nadziei, zwykle fałszywej, rodzinom osób

• **Siedziba Biocells Medical w Wilanowie**

FOT. MATEUSZ

SKWARCZEK / AGENCJA

WYBORCZA.PL



beznadziejnie chorych. Takich firm jest dziesiątki, a kiedy jedno znikają, pojawiają się następne.

Przelew na belgijskie konto

Sposób działania Biocells Medical potwierdza relacja naszego informatora – chirurga z Polski, który pracuje dla zagranicznych pacjentów. Opisuje przypadek mężczyzny po poważnym urazie rdzenia kręgowego, który brał pod uwagę skorzystanie z usług warszawskiej kliniki.

Dla tego pacjenta placówka przygotowała plan leczenia z wykorzystaniem allogenicznych komórek MSC oraz „kompleksu GOLDIC” połączonego ze skoncentrowanymi egzosomami (o tym, czy są te metody – poniżej). Obietnice były ogromne: zatrzymanie postępu choroby, zmniejszenie stanu zapalnego tkanki nerwowej, lepsza kontrola nadmiernego napięcia mięśniowego oraz ulga w bólu. O ewentualnych skutkach ubocznych nie wspomniano ani słowem.

To sprzedawanie nadziei, zwykle fałszywej, rodzinom osób beznadziejnie chorych. Takich firm jest dziesiątki, a kiedy jedno znikają, pojawiają się następne

PROF. WIESŁAW JĘDRZEJCZAK

specjalista w dziedzinie hematologii, transplantologii i onkologii
z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego

Koszt leczenia w tym przypadku wyceniono na ponad 50 tysięcy euro. Kwotę należało przełać na konto w belgijskim banku, a pacjent otrzymał na podjęcie decyzji i dokonanie płatności zaledwie cztery dni.

– Choć strona wyglądała bardzo profesjonalnie, oferowali bardzo kontrowersyjne metody leczenia. Chciałem się dowiedzieć, jacy lekarze mieliby przeprowadzić leczenie. Zacząłem ich pytać, ale nigdy nie dostałem odpowiedzi. Wtedy zrozumiałem, że coś jest nie tak – relacjonuje informator „Stolecznej”. Po jego interwencji, do transakcji ostatecznie nie doszło.

Ofertę leczenia za ponad 50 tys. euro pokazuje prof. Jędrzejczakowi.

– MSC to skrót od mezenchymal stromal cells. W tym przypadku chodzi zapewne uzyskiwane z hodowli komórek łożyska. Zgodnie z regulacją Unii Europejskiej stanowią one ATPM [advanced technolo-

gy medicinal product, po polsku: produkt leczniczy terapii zaawansowanej – red.] i ich podanie podlega szczególnym rygorom prawnym. Poza tym nie jest to uznana metoda lecznicza, więc powinna być stosowana w ramach procedury eksperymentu medycznego, w tym wymaga zgody właściwej Komisji Bioetycznej. Instytucje próbujące takie terapie powinny mieć pozwolenie Ministra Zdrowia – tłumaczy prof. Jędrzejczak. I dodaje: – Ta oferta zawiera też szereg innych kontrowersyjnych zabiegów. Jedynym znanym mi laboratorium pozaakademickim w Warszawie, które może przygotowywać niezbędne do tego komórki, jest Polski Bank Komórek Macierzystych.

18-letni prezes i lekarze, którzy nie istnieją

Na stronie internetowej Biocells Medical chwali się „wielodyscyplinarnym zespołem” składającym się m.in. z lekarzy, diagnostów laboratoryjnych i biologów molekularnych. Wymienia 11 specjalistów, w tym m.in. dyrektora medycznego dr. Andrew Peskau, który ma dbać o standardy bezpieczeństwa czy też neurologa Władysława Tsvirko.

Z naszych ustaleń w Naczelnej Izbie Lekarskiej oraz w Okręgowej Izbie Lekarskiej w Warszawie wynika jednak, że żadna z wymienionych na stronie osób nie widnieje w Centralnym Rejestrze Lekarzy i nie ma prawa wykonywania zawodu w Polsce.

Siedziba Biocells Medical znajduje się przy ul. Franciszka Klimczaka 8A w Warszawie, na parterze eleganckiego bloku. Z zewnątrz niewiele widać – wszystkie okna ściśle zasłaniają żaluzje, a informacja na drzwiach głosi, że przyjęcia odbywają się „wyłącznie po wcześniejszym umówieniu”. Drzwi są zamknięte.

W czwartek 16 lipca proszę więc Biocells Medical o podanie numerów prawa wykonywania zawodu (PWZ) ich specjalistów. Reakcja jest natychmiastowa: zdjęcia lekarzy znikają i pojawia się komunikat o tym, że strona internetowa jest niedostępna. Wizytówka firmy w wyszukiwarce Google informuje, że Biocells Medical jest „tymczasowo zamknięte”.

Klinika obiecuje jednak przesłać odpowiedzi na pytania „Stolecznej” w ciągu tygodnia, czyli do minionej środy. Tego dnia dostaję maila, w którym czytam: „Obecnie konsultujemy sprawę z naszymi pełnomocnikami i po uzyskaniu ich stanowiska podejmujemy decyzję co do ewentualnej odpowiedzi”. Wiadomości nie są podpisane.

Dokumenty z Krajowego Rejestru Sądowego ujawniają, że właścicielami firmy są Anita Strakhał oraz Viachaslau Spetsyian. Obecnie prezesem zarządu jest Białorusinka Anita Strakhał, jednak do 14 lipca funkcję tę sprawował Siarhei Peskauur. W momencie obejmowania stanowiska prezesa „centrum medycyny regeneracyjnej” miał zaledwie 18 lat.

Ostrzegają przed ryzykiem

Komitet ds. Terapii Zaawansowanych przy Europejskiej Agencji Leków (EMA) odradza korzystanie z nieuregulowanych terapii komórkowych, jako że mogą one nie być ani bezpieczne, ani skuteczne. EMA alarmuje, że u pacjentów odnotowano niezwykle groźne skutki uboczne, w tym m.in. poważne infekcje, niepożądane reakcje układu immunologicznego i tworzenie się nowotworów.

Także Ministerstwo Zdrowia – zapytane o to przez „Stoleczną” – podkreśla, że „stosowaniem terapii komórkami macierzystymi w przebiegu rozpoznania takich jakich autyzm, stwardnienie rozsiane, choroba Alzheimera czy Parkinsona nie jest zgodne ze wskazaniami aktualnej wiedzy medycznej”. A Biocells Medical nie posiada pozwolenia ministra na prowadzenie działalności „w zakresie pobierania komórek i tkanek od żywych dawców, przeszczepiania lub zastosowania u ludzi komórek lub tkanek, jak również w zakresie wykonywania czynności banku tkanek i komórek”.

Jak to więc możliwe, że klinika, w której przyjmowali „specjaliści” bez uprawnień do leczenia w Polsce, w ogóle działa?

Okazuje się, że firma z powodzeniem wpisała się do Rejestru Podmiotów Wykonujących Działalność Leczniczą. To publiczna baza Ministerstwa Zdrowia, prowadzona w tym wypadku przez wojewodę mazowieckiego. W teorii taki wpis ma być gwarancją bezpieczeństwa pacjentów. Resort zdrowia wyjaśnia, że to właśnie wojewodowie są organem uprawnionym do kontroli kontroli podmiotów. Mazowiecki urząd nie wymagał jednak wykazu zatrudnionych lekarzy i nie sprawdzał ich uprawnień.

Jak tłumaczy jednak rzeczniczka wojewody mazowieckiego, Luiza Jurgiel-Żyła, na etapie rozpatrywania wniosku organ rejestrowy nie ma podstaw prawnych, by żądać takich informacji czy weryfikować numery PWZ. To możliwe dopiero podczas kontroli w placówce.

Problem w tym, że w Biocells Medical żadnej kontroli z polecenia wojewody do tej pory nie przeprowadzono. A urzędnicy nie wiedzieli, że pod tym adresem oferowane są niesprawdzone terapie oparte na komórkach macierzystych.

W marcu Ministerstwo Zdrowia otrzymało dwie skargi na Biocells Medical i wystąpiło do biura Rzecznika Praw Pacjenta z prośbą o rozpatrzenie tych zgłoszeń. RPP zdecydował o wszczęciu postępowania w sprawie „praktyk naruszających zbiorowe prawa pacjenta” przez Biocells Medical.

Z kolei Krajowe Centrum Bankowania Tkanek i Komórek zgłosiło podejrzenie popełnienia przestępstwa. Prokuratur Piotr Skiba potwierdza, że śledczy przyjęli zawiadomienie – dotyczy ono wywożenia z Polski ludzkich limfocytów i komórek do terapii bez zezwoleń Centrum, a także pobierania komórek i tkanek od żywych dawców oraz przechowywania ich bez pozwolenia ministra zdrowia.

– Na tym etapie nie udzielamy szerszych informacji w sprawie – informuje Skiba. ●

Franczyzobiorcy wieszczą falę bankructw

Dominika Maciejasz

Joanna z Suwałk: – Długu w podatkach mam 400 tysięcy, odsetek się naczierało ponad 200 tys. zł. W sumie zalegam w urzędzie skarbowym 617 tysięcy. Sprzedałam mieszkanie.

Emilia z Torunia: – Czynności sprawdzające skarbówki wciąż trwają, ale gdy zaczęłam liczyć z księgową, wyszło między 300 a 400 tysięcy zaległego dochodowego i VAT-u. O odsetkach nawet nie myślę. Zbankrutuję, to pewne.

Małgorzata z Tomaszowa Mazowieckiego: – Nawet nie wiem, ile urząd skarbowy wyliczy mi zaległości, bo moim zdaniem zobowiązania VAT są zobowiązaniami po stronie Żabki, a nie mojej.

Podobnych historii jest w całej Polsce więcej. Wszystkie łączy wspólny mianownik: problemy z fiskusem zaczynają się przy wyjściu z franczyzowego biznesu.

Niewolnik we własnym sklepie

Jedenaście tysięcy franczyzobiorców, 12,5 tysiąca sklepów, 4,3 miliona transakcji dziennie – Żabka jest jedną z najbardziej dynamicznie rozwijających się sieci franczyzowych w Polsce.

Za popularnością tego modelu stoi między innymi niski próg wejścia do biznesu. Wystarczy około trzech tysięcy złotych, między innymi na koncesję. Resztę dostarcza sieć. „Nie musisz mieć lokalu, my pozyskujemy dla ciebie nieruchomość. Sprzęt i towar przyjeżdża pod twoje drzwi” – zachwala sieciówka.

– To ma być rozwiązanie dla tych, którzy marzą o swoim biznesie, ale nie mają kapitału na start. Kiedy otwierałam sklep, wydawało mi się, że on będzie przynajmniej po części mój. Ale okazało się, że nic nie było moje, byłam jak niewolnik we własnym sklepie. Jak Żabka chce, żeby piwo stało w drugim rzędzie na trzeciej półce, ma stać dokładnie tam, inaczej będą konsekwencje. Jak każe mi wypieć trzydzieści bułek, to mogę tłumaczyć, że połowa się nawet nie sprzeda, ma być trzydzieści, i kropka. A kasa fiskalna? Co z tego, że jest moja, skoro oprogramowanie do niej już nie? – pyta Małgorzata, była franczyzobiorczyni sieci.

To, na kogo zarejestrowana jest kasa fiskalna, ma ogromne znaczenie prawne.

Dla naszych bohaterów dramatyczny był moment wejścia z biznesu, ale równie istotny jest moment wyjścia.

– Zainteresowanymi wejściem do franczyzy zajmują się rekruterzy. Informują kandydatów, że niejako „gwarantowany” przychód to około trzydzieści tysięcy złotych, z czego rzekomo na rękę miało zostawać 10 tys. To kwota, którą tak naprawdę można by nazwać miesięczną pensją, choć pracownikami Żabki nie jesteśmy. Z tym że ta kwota niemal zawsze nieco się różni. Ja średnio dostawałam na konto 26 tys. zł, z czego musiałam opłacić pensje pracowników, składki zusowskie, wywóz śmieci, księgową, pokryć straty towarowe, deratyzację, środki czystości. Zostawało mi 6000 zł przed podatkiem dochodowym, VAT i zapłatą składki zdrowotnej – relacjonuje Małgorzata.

Emilia: – Gdy miałam jeden sklep, przelew oscylował między 27 a 29 tysięcy złotych. Kiedy otworzyłam drugi, na koniec miesiąca spływało między 50 a 54 tysiące. Gdy pytałam, skąd ta różnica, słyszałam na przykład od partnera do spraw sprzedaży: „bo miałaś ch...wy wynik tajemniczego klienta. To czego się spodziewałaś?”. Z tym że on nigdy nie przyszedł i nie omówił tych wyników, co było nie tak, co powinnam poprawić.

Audyty tajemniczego klienta w sieci są realizowane na zlecenie centrali przez agencje badawcze.



Joanna sprzedała mieszkanie, Emilia spodziewa się, że ogłosi upadłość, Małgorzata nie chce odpuścić: uważa, że podatek ma zapłacić Żabka, nie ona. W tle toczy się spór o setki tysięcy złotych zaległych podatków z utargu znanej sieci franczyzowej.

Fiskus przychodzi d

Według relacji Emilii, Joanny i Małgorzaty partnerzy do spraw sprzedaży zachowują się jak szefowie, wcale nie po partnersku.

Wypiekać bułki, zamawiać cukier

Małgorzata: – Partnerzy na przykład ustalają, gdzie co ma stać na półce, w którym rzędzie. Jak się nie zastosuję do ich poleceń, to odejmują punkty, które mają wpływ na miesięczne rozliczenia z siecią. Mnie na przykład kazali wypiekać konkretną liczbę bułek, które mi nie schodziły. Musiałam je wyrzucać, a strata szła na moje konto, bo za przeterminowany towar odpowiadam ja. I właśnie za między innymi przeterminowaną bułkę dostawałam karę umowną i ujemne punkty audytowe (co mogło skutkować obniżeniem mojego, nazwijmy to, „wynagrodzenia”), za braki na półkach mogą też natychmiastowo zamknąć sklep. Do tego, żeby udowodnić, że wypiekałam tych bułek tyle, ile chcieli, musiałam wysłać partnerowi do spraw sprzedaży zdjęcie.

Emilia: – Jedną Żabkę prowadziłam w galerii handlowej. Kazali mi zamawiać bułkę tartą, cukier, które w ogóle nie schodziły. Tłumaczyłam, że w galerii handlowej klienci przychodzą po panini i inne dania do ręki, a bułkę tartą mogłabym co najwyżej sprzedać komuś w niedzielę, jakby mu do obiadu zabrakło i tylko Żabka byłaby otwarta. Tylko że moja właśnie nie była, bo galerię zamknięto na niedzielę. [Partner] nie chciał tego słuchać, wywierał presję tak, żebym ten towar zamawiała. O 8 rano mieliśmy spotkanie online i partner do spraw sprzedaży wstawiał listę sklepów, które mają robić zamówienia. Jeśli się go nie zrobiło, prosił o przesłanie zdjęć, jak wygląda sklep, i za-

dał wyjaśnić. Towar można było zamawiać tylko w narzuconych ilościach. Na przykład koncentrat pomidorowy jest pakowany po 12 słoików. Ja wyliczyłam, że potrzebuję maksymalnie osiem w jednej dostawie, bo więcej nie sprzedam. Nic z tego. Jest pakowany po dwanaście i koniec.

Kwestie zamawiania towaru od Żabki (od innych dostawców można zamówić niewielki procent, ogólnie polityka firmy jest taka, że ona to kontroluje, musi więc wyrażać zgodę) rozgrzewają fora internetowe franczyzobiorców. „Zmuszają do zamawiania towaru, który się w ogóle nie sprzedaje. Przykład zupek gorących kubków: musisz zamówić 6 rodzajów z każdego smaku w kartonie jest po 40 szt. sprzeda się dwie, reszta w koszu po terminie. To samo jest z karmami dla zwierząt, z napojami, czekoladami, chipsami i dużo innych. I nie możesz zamówić ilości, w jakiej się sprzedaje, tylko cały karton. Towar jest wypychany agentom na siłę, żeby tylko się pozbyć z magazynu i zarobić, bo wiadomo: Żabka na tym żeruje” – pisze jedna z agentek Żabki na forum poświęconym tej sieci.

– Jest jeszcze inny problem. Nawet jeśli dostanę zgodę na zakup danego towaru gdzie indziej, sieć może zablokować go na kasie i ten towar nie przejdzie przez kasę fiskalną. A przynajmniej mi nie przechodziło. Na przykład kupię napój energetyczny (którego nie ma w bazie Żabki) z innego źródła, u innego niż Żabka dostawcy, jak „przeklikam” go przez kasę fiskalną, to wyskoczy mi tzw. error, czyli błąd – wyjaśnia Małgorzata.

Utarg do Żabki, brutto

Z końcem miesiąca franczyzobiorcy dostają dwie faktury-korekty. Pierwsza to korek-

ta rabatu promocyjnego. – Chodzi o promocje narzucane przez sieć. Przykładowo: kupuję od nich banany za 10 zł, ale każą sprzedawać za 5, w ramach promocji. Jestem na stracie, więc oni mi tę stratę wyrównują, dając 6 zł do banana. Są dwa „ale” do tych transakcji: przez kasę fiskalną przechodzi banan za 5 zł, nie za 11, a ja i tak to wyrównanie mam na papierze, czyli w miesięcznym saldzie rozliczeniowym – mówi Małgorzata.

Druga to korekta zakupowa. – I przez lata ludzie sobie przekazywali, żeby tych dwóch faktur nie księgować, bo to tak, jakby się przyznać, że trzeba zapłacić VAT. A przecież dzięki temu, że się odrzuci fakturę, należność podatkowa nie zniknie – mówi Emilia.

Jak mówią kobiety, zaległości podatkowe powstają obecnie z różnych powodów. Po pierwsze, część franczyzobiorców księgowała wszystko, co powoduje zaległości podatkowe wynikające wprost z deklaracji VAT (i tych dziennych, i z miesięcznych faktur-korekt, które przychodziły od sieci).

Drudzy poszli za głosem tych franczyzobiorców, którzy przez ostatnie lata ostrzegali innych, w tym także nowe osoby wchodzące do biznesu, by nie księgować korekt faktur od sieci, które kreują automatycznie obowiązek podatkowy z tytułu VAT.

W związku z tym te osoby płaciły tylko VAT za towary, które „przechodziły przez kasę fiskalną” – czyli księgowa wyliczała ich zobowiązanie z tytułu podatku na podstawie dziennych transakcji. Korekt faktur przysyłanych przez sieć co miesiąc już nie księgowali.

Skarbówka przeprowadza obecnie kontrole w sklepach, jeśli w rozliczeniach coś ją zaniepokoiło, a ma prawo nałożyć zaległą płatność za pięć lat wstecz.

Franczyzobiorcy wieszczą falę bankructw



FOCUS/ISTOCK

o Żabki

Czyj jest towar?

Franczyzobiorcy co miesiąc potwierdzają saldo rozliczeniowe zawierające obciążenia i uznania między franczyzobiorcą a siecią. Po zatwierdzeniu tego dokumentu dostają na konto „pseudopensję” – wspomniane już ok. 30 tys. zł.

Joanna: – Każdego dnia, codziennie, gdy kończymy pracę i zamykamy sklep, oddajemy Żabce cały nasz utarg. Jeśli klient płaci kartą, automatycznie utarg idzie na konto Żabki. Jeśli gotówką, to tę gotówkę musimy przekazać. Kasa fiskalna podpisana jest pod system Żabki, czyli ich oprogramowanie, które nabija wskazane przez nich promocje, towar zakupiony od nich. To ja się pytam, czy ten towar jest? Żabki czy franczyzobiorcy?

To pytanie jest szczególnie istotne. Bo podatek od towarów i usług nalicza się od każdej sprzedanej rzeczy, którą handluje Żabka. – Jeśli franczyzobiorca dostaje niejako „pensję”, zwaną przychodem, ale wyliczoną przez Żabkę, która ma wynosić ok. 30 tys. zł, z czego musi opłacić wynagrodzenia pracowników, składki, księgową, podatek dochodowy, wywóz śmieci, to z czego ma zapłacić VAT? Skoro to Żabka pobiera utarg brutto, czyli pieniądze za zakupiony towar wraz z zapłaconym przez klientów VAT-em? – zastanawia się Małgorzata.

Prawnie zagadnienie wcale nie jest proste.

Taki model

Prawo cywilne nie pozostawia wątpliwości: towar jest franczyzobiorcy.

Mec. Piotr Ziółkowski, radca prawny: – Kasa fiskalna jest własnością franczyzobiorcy i to przez nią jest obrót towarem.

Fakt, że płatności konsumenta są w całości, czyli w kwotach brutto, przekazywane na rachunek bankowy Żabki z pominięciem rachunku franczyzobiorcy, nie ma w tym wypadku żadnego znaczenia. W tym modelu franczyzowym, w ramach istniejącej swobody umów, strony sobie określiły taki a nie inny pakiet uprawnień. I do tej pory nie spotkałem się z rozstrzygnięciem sądu, by zapisy wzorca umownego Żabki były nieważne w tym wspomnianym zakresie.

Czy w takim razie można Żabce zarzucić, że we wzorcu umownym są klauzule abuzywne (nieдозwolone), na przykład takie, że sieć ma prawo do natychmiastowego zamknięcia sklepu? – Ochrona związana z klauzulami abuzywnymi działa w relacjach z konsumentem. Tutaj drugą stroną jest franczyzobiorca, a nie konsument – ucina radca Piotr Ziółkowski, który wywalczył dla wielu franczyzobiorców Żabki zniesienie weksli in blanco.

Inaczej się ma kwestia w prawie podatkowym. – Tutaj już przepisy nie są takie oczywiste, jeśli chodzi o płatności VAT. Urzędy skarbowe w Polsce obecnie wydają interpretacje na ten temat i spotkałem się już z jedną korzystną dla franczyzobiorcy, a nie franczyzodawcy – przekonuje radca prawny.

Urzędy skarbowe w całej Polsce prowadzą obecnie czynności sprawdzające w wielu sklepach Żabki z tytułu zaległości z podatkiem VAT, a w szczególności w tych, w których franczyzobiorca postanowił wyjść z biznesu. Dodajmy, że urząd skarbowy może naliczyć zaległy podatek jedynie do pięciu lat wstecz (starsze zaległości się przedawniają).

Co więcej, z informacji, do których dotarła Wyborcza.biz, wynika, że fiskus zgłasza się także do kontrahentów z Żabki z żądaniem plików JPK (zawierają szczegółowy rejestr wszystkich faktur sprzedaży i zakupu).

Fiskus pyta

Zgłosili się do nas także aktywni franczyzobiorcy proszący o anonimowość (jako że nadal prowadzą sklepy, obawiają się konsekwencji), by opowiedzieć swoje historie.

– U mnie trwają właśnie czynności sprawdzające skarbowki, jak na razie zaległość jest wyliczona na 180 tys. zł. Znam przypadki osób, które mając dług u fiskusa, wcale się upadłością nie przejmują, bo teoretycznie nie mają żadnego majątku. Ja mam i boję się go stracić, nie wiem, co robić, bo jeśli zbankrutuję, to zabiorą mi mieszkanie na poczet zaległego podatku, a jeśli nie ogłoszę upadłości, nie będę miała na ten podatek – mówi nam jedna z kobiet, która Żabkę prowadzi już kilkanaście lat, a zaległość wyliczono jej za ostatnie pięć.

Joanna: – Zamknęłam działalność 23 kwietnia. Wiedziałam, że zaległość za VAT wyjdzie dla mnie niekorzystnie, ale nie sądziłam, że to będą takie pieniądze. Gdy księgowa wyliczyła mi zaległość za ostatnie 5,5 roku działalności, wyszło 400 tys. zł. Z odsetkami 617 tys. Sprzedaliśmy z mężem mieszkanie w listopadzie ubiegłego roku, jeszcze przed formalnym zamknięciem sklepu, a pieniądze z tej transakcji według moich wyliczeń powinny były wystarczyć na pokrycie kosztów zamknięcia, czyli podatków i opłacenia rzekomych zaległości

w stosunku do Żabki. Dodam, że naczelniczka urzędu skarbowego w Suwałkach była pomocna i podpowiedziała mi, bym zwróciła się o interpretację indywidualną.

Urząd, pytany przez nas o sprawę Joanny, odpowiedział, że w kwestii indywidualnych podatników informacji ujawnić nie może, ale – jak się dowiedziało Wyborcza.biz – pytania, które zadaje franczyzobiorcom, w tym m.in. zadał właśnie Joannie, są o to, czy:

- prowadząc działalność gospodarczą, działają w imieniu i na rachunek zleceniodawcy, czy prowadzą ją we własnym imieniu i na własny rachunek;
- kto podejmuje decyzje związane z działalnością gospodarczą – czy to oni odpowiadają za zarządzanie sklepem, zatrudnianie pracowników, godziny otwarcia sklepu, pracę w niedzielę i święta itp.;
- kto widnieje jako sprzedawca na paragonie – franczyzobiorcy czy franczyzodawca;
- czy to franczyzodawca ma obowiązek ewidencjonowania sprzedaży na rzecz konsumentów na własnej kasie rejestrującej, czy franczyzobiorcy i jak kształtuje to umowa, którą podpisali z Żabką;
- czyją własnością jest kasa rejestrująca w sklepie, na której ewidencjonują obrót;
- czy wystawiają faktury na rzecz Żabki obejmujące wartość wynagrodzenia/prowizji i jakie czynności dokumentuje ta faktura.

Emilia: – Nawet pan z urzędu skarbowego, który przyszedł do mnie na kontrolę, przyznał, że nie potrafił powiedzieć, do czego się odnoszą korekty faktur, refaktury i inne dokumenty, które wystawia Żabka.

Joanna: – Skarbowka jest bardzo dociekliwa, zadano mi 17 pytań uzupełniających na mój wniosek o interpretację.

Wspomniana wcześniej aktywna franczyzobiorczyni: dostałam 18 szczegółowych pytań od fiskusa.

Jeszcze w 2023 roku dyrektor Krajowej Informacji Skarbowej (sygn. sprawy 0112-KDIL1-3.4012.158.2023.1.KK), otrzymawszy pytanie od franczyzobiorczyni o to, kto powinien odprowadzić VAT do urzędu, napisał: „Skoro nie dysponuje Pani towarem dostarczanym od franczyzodawcy jak właściciela oraz sprzedaż tych towarów jest dokonywana przez Panią w imieniu i na rzecz kontrahenta (franczyzodawcy), to u Pani nie wystąpi obowiązek podatkowy”. Jego zdaniem franczyzobiorczyni ma płacić podatek od towarów i usług tylko za „regionalki”, czyli produkty, które zamawia gdzie indziej, nie u Żabki (w tym konkretnym przypadku były to warzywa i owoce od lokalnych dostawców).

25 czerwca przed siedzibą Kancelarii Prezesa Rady Ministrów odbyła się pikietą 18 franczyzobiorców Żabki. Domagali się ustawy, która w końcu ureguluje kwestie franczyzy. Obecnie wzorce umowne są kształtowane przez podmiot dominujący – czyli franczyzodawcę, a franczyzobiorcom nie przysługują ochrona ustawowa. Projekt ustawy przysługuje ochroną przed rząd Zjednoczonej Prawicy, ale utknął na etapie prac legislacyjnych. Obecnie prace także są wstrzymane.

„Pełnoprawni przedsiębiorcy”

Sieć Żabka nie ma wątpliwości co do tego, kto ma odprowadzić VAT, bo – jak pisze – franczyzobiorcy są pełnoprawnymi przedsiębiorcami. „Podobnie jak inni indywidualni przedsiębiorcy, pracują na własny zysk, samodzielnie zatrudniają pracowników, regulują zobowiązania podatkowe i ubezpieczeniowe, a także prowadzą niezależną księgowość. Bieżące zarządzanie sklepem, w tym decyzje dotyczące zamówień, pozostają po stronie franczyzobiorcy” – czytamy w odpowiedzi z biura prasowego sieci.

Co w takim razie ze stosowaniem promocji i rabatów, na podstawie których powstają potem korekty faktur – problematyczne dla franczyzobiorców? Pytamy, dlaczego sieć przerzuca te obowiązki na franczyzobiorców.

„Stosowanie różnego rodzaju rabatów sprzedażowych jest normalną praktyką rynkową – również w naszej sieci funkcjonują faktury korygujące, które dotyczą określonych składników rozliczeń wskazanych w umowie franczyzowej. Szczegółowe rozliczenia prezentowane są franczyzobiorcom w systemach informatycznych i zawierają wszystkie informacje o wysokości i źródłach naliczanych kwot” – twierdzi Żabka.

Mechanizm ma wyglądać tak: franczyzobiorca uczestniczy w promocjach organizowanych przez sieć, czyli musi obniżyć cenę towaru, za jaką go kupił, i wówczas sieć przyznaje mu „rabat posprzedażowy”. „Obniża on koszt zakupu produktów i pozwala zachować poziom marży określony w umowie franczyzowej. Rozliczenie tego mechanizmu następuje z wykorzystaniem faktury korygującej, która odzwierciedla rzeczywisty niższy koszt nabycia produktów promocyjnych” – przekonuje nas Żabka.

Ale co z VAT-em? „Na gruncie podatku VAT oznacza to odpowiednie obniżenie podstawy opodatkowania i podatku należnego po stronie sprzedawcy, przy jednoczesnym obowiązku odpowiedniego obniżenia podatku naliczonego po stronie nabywcy. Mechanizm ten działa symetrycznie po obu stronach transakcji i jest standardowym sposobem rozliczania rabatów posprzedażowych przewidzianym w ustawie o VAT”.

Żabka przekonuje też, że ich dane statystyczne pokazują, iż franczyzobiorcy zarabiają zgodnie z deklaracjami, jakie rekruterzy składają im na początku, przed wejściem do biznesu. Według ich danych od 1 stycznia do 31 grudnia 2025 r. ponad 85 proc. franczyzobiorców osiągnęło przychód miesięczny w wysokości co najmniej 30 tys. zł.

„Na wysokość rozliczeń wpływa m.in. struktura marży poszczególnych kategorii produktów, dlatego porównując wyniki między okresami, należy brać pod uwagę wszystkie składowe przychodów”.

Czyli co konkretnie?

- liczbę dni handlowych i niehandlowych,
- wynik weryfikacji tzw. karty standardów (dokument określający standardy i dobre praktyki zapewniające spójność, jakość oraz zgodność działań w sieci),
- wartość strat towarowych sklepu.

Pytamy o narzucanie franczyzobiorcom wyglądu sklepu, towaru na półkach, nawet liczby wypieczonych bułek i konsekwencje w postaci zamknięcia sklepu. Sieć zaprzecza. „Decyzje dotyczące wielkości wypieku nie stanowią samodzielnej podstawy do natychmiastowego zakończenia współpracy. Rozwój sieci franczyzowej opiera się na wzajemnym zaufaniu franczyzodawcy i franczyzobiorców. Dlatego decyzja o zakończeniu współpracy w trybie natychmiastowym zawsze jest poprzedzona indywidualną analizą i podejmowana jako ostateczność”.

Żabka stanowczo podkreśla też, że franczyzobiorcy po zakończeniu współpracy zachowują dostęp do systemów informatycznych. „W zakresie niezbędnym do zakończenia wzajemnych rozliczeń. Po załogowaniu na platformę jest możliwość zapoznania się z kompleksową dokumentacją, m.in. raportami rozliczeń, wpłat, należności, reklamacji, potwierdzeniami salda czy rozliczeniem franczyzowym”. Przedstawiciele Żabki zanegowali też, by do końcowego rozliczenia franczyzobiorcy doliczali kwoty z tytułu opóźnień w zwrocie butelek plastikowych i puszek kaucyjnych. ●

*Jedenaście tysięcy franczyzobiorców,
12,5 tys. sklepów, 4,3 mln transakcji
dziennie – Żabka jest jedną z najbardziej
dynamicznie rozwijających się sieci
franczyzowych w Polsce*

Prawie nikt nie stracił, nawet jeśli pogorszył wynik

Ministerstwo nauki pokazało wyniki ewaluacji nauki za ostatnie cztery lata. Uczelnie i instytuty naukowe mogą odechnąć – prawie nikt nie odczuje jej skutków.

Alicja Gardulska

To druga i ostatnia taka ewaluacja nauki, czyli ocena jakości badań naukowych prowadzonych w Polsce. Została przeprowadzona jeszcze na zasadach wpisanych w tzw. reformę Gowina, ale po protestach środowiska resort nauki obudował ją różnymi bezpiecznikami.

Przypomnijmy: w styczniu uczelnie i instytuty naukowe zaczęły się rozliczać z tego, co ich naukowcy osiągnęli przez ostatnie cztery lata. Ważne są publikacje naukowe, granty i wpływ społeczny badań.

Ocenia się dyscypliny naukowe w danej jednostce, np. nauki socjologiczne na uczelni X. W efekcie dostają one kategorie: A+, A, B+, B lub C. To nie jest gra o pietruszkę. Ocena przekłada się na konkretne uprawnienia.

Komisja Ewaluacji Nauki (KEN) w ostatnich miesiącach oceniła 1241 dyscyplin w 280 podmiotach.

Aż 89 proc. z nich dostało oceny A+, A lub B+. Co oznacza, że mogą otwierać nowe kierunki bez zgody ministerstwa, nadawać stopnie naukowe oraz prowadzić szkoły doktorskie.

Najczęściej przyznawaną kategorią jest B+ (607 dyscyplin). Najwyższą ocenę A+ wystawiono 106 razy.

Np. Akademia Górniczo-Hutnicza, która miała tylko jedną dyscyplinę z oceną A+, teraz ma ich 7! M.in. w informatyce i naukach fizycznych, ale także w naukach o kulturze i religii. Pięć kategorii A+ (wcześniej trzy) ma Katolicki Uniwersytet Lubelski – tak oceniono tu m.in. literaturoznawstwo i nauki biblijne. Akademia WSB zdobyła kategorię A+ w naukach o rodzinie, w poprzedniej ewaluacji tak wysoko oceniono jej nauki o bezpieczeństwie (teraz A).

Nie brakuje zaskakujących ocen. Np. wiodący w naukach biologicznych Międzynarodowy Instytut Biologii Molekularnej i Komórkowej w Warszawie dostał tylko B+ (wcześniej A+).

Na kategorię C zasłużyło według KEN tylko 16 podmiotów, na B – 120.

Bolesny spadek zaliczyła np. Akademia Ateuum w Gdańsku, jej językoznawstwo i pedagogika, ocenione wcześniej na B+, teraz dostały C. Pełną listę kategorii można znaleźć na stronie ministerstwa nauki.

Wyniki nie są ostateczne. Uczelnie i instytuty naukowe mają teraz 30 dni na to, by się od nich odwołać.

Za czasów Czarnka wszyscy wypadli świetnie

Podczas ostatniej ewaluacji te wstępne wyniki znacząco różniły się od ostatecznych. Bo ówczesny minister edukacji i nauki z PiS Przemysław Czarnek zmieniał zasady w czasie gry.

W maju 2022 r. ogłosił wstępne wyniki ewaluacji, które dostał od KEN. Stwierdził jednocześnie, że gdyby je zachował, wiele uczelni straciłoby uprawnienia do nadawania stopni naukowych. Ogłosił więc, że zmieni tzw. wartości referencyjne, czyli kryteria oceny. Wszystko po to, by „uniknąć skandalu”. Według niego



• Komisja Ewaluacji Nauki (KEN) w ostatnich miesiącach oceniła 1241 dyscyplin w 280 podmiotach

FOT. BARTOSZ BAŃKA /
AGENCJA WYBORCZA.PL

Kolejna ocena nauki zostanie przeprowadzona w 2031 r. na nowych zasadach, nad którymi właśnie pracuje rząd

np. Szkoła Główna Handlowa straciłaby prawo do nadawania doktoratu i stopnia doktora habilitowanego w ekonomii i zarządzaniu, Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego na weterynarii, a Uniwersytet Jagielloński – w naukach farmaceutycznych.

Ogłosił, że dzięki jego interwencji liczba utraconych uprawnień zmniejszy się o ok. 30 proc. A liczba jednostek (instytutów, wydziałów) z kategorią A i B+ wzrośnie łącznie do poziomu 83 proc. Czarnek mówił, że to „ratowanie flagowych okrętów polskiego szkolnictwa wyższego”.

To nie koniec. Minister namawiał potem rektorów i szefów instytutów, by odwoływali się od ocen. I w niemal połowie przypadków tak się wydarzyło. A Czarnek „przytłaczającą większość” rozpatrzył pozytywnie.

Efekt? 93,8 proc. dyscyplin dostało kategorię A+, A lub B+.

– Ostatnie wyniki ewaluacji uczelni nie pokazują zupełnie niczego, mówią tylko o postawie moralnej polityków i naukowców. Dziś nie pełni ona ani funkcji diagnostycznej, ani wspierającej decyzje o dystrybucji pieniędzy – mówił „Wyborczej” prof. Emanuel Kulczycki, filozof i specjalista od naukometrii, czyli technik oceniania dorobku naukowców, który w 2017 r. współtworzył zasady oceny nauki.

Ceremonialny charakter oceny

Prof. Przemysław Hensel z Wydziału Zarządzania Uniwersytetu Warszawskiego ocenia, że wyniki ewaluacji są odrobinę bardziej optymistyczne (89 proc. to oceny od B+ do A+) niż poprzedniej ewaluacji przed odwołaniami (85 proc.). I tylko odrobinę mniej optymistyczne, niż wyniki poprzedniej ewaluacji po

odwołaniach (94 proc.). – W związku z tym, że odwołania zawsze są tylko „w górę”, można podejrzewać, że ostatecznie dojdziemy do wyników niemalże identycznych z tymi sprzed 5 lat – mówi.

– Czy to powinno zaskakiwać? Wcale. Pół wieku temu Meyer i Rowan zauważyli, że procedury oceny w organizacjach formalnych często przyjmują charakter czysto ceremonialny. Dzięki temu można stworzyć wrażenie, że system jest profesjonalnie zarządzany: kontrola wyników to przecież podstawa zarządzania, a podobne systemy oceny są stosowane w wielu państwach zachodnich. Jednocześnie ceremonialny charakter oceny pozwala ukryć problemy i z czystym sumieniem przyznać wszystkim co najmniej 4+ – dodaje.

Zniekształcone wyniki

Środowisko naukowe apelowało, by tę ocenę odłożyć lub nawet odwołać. Na początku 2025 r. Konferencja Rektorów Akademickich Uczelni Medycznych (KRAUM) pisała o „drastycznie wypaczonym” systemie. Przed „zniekształconymi wynikami” przestrzegali rektorzy uniwersytetów. Pisali o „kryzysie spowodowanym nierzetelnymi praktykami publikacyjnymi”.

– Zatrzymajmy to szaleństwo. W przeciwnym razie wydamy kolejne miliony złotych na coś, co jest zupełnie wypaczone – mówił wówczas „Wyborczej” prof. Marek Konarzewski, prezes Polskiej Akademii Nauk.

System oceny od dawna zbierał fatalne recenzje. Główny zarzut? Doprowadził do punktoty. Wielu badaczy, często pod presją kierowników jednostek naukowych, skoncentrowało się na gromadzeniu punktów, a nie na rzetelnej pracy naukowej.

Co gorsze, część poszła na skróty, publikując w tzw. czasopiśmie drapieżnych, czyli w stosunkowo młodych, wysoko punktowanych czasopiśmie zagranicznych, gdzie – za odpowiednią opłatą – wszystko idzie szybciej i prościej. Są też tacy, którzy zdecydowali się na skorzystanie z tzw. papieru (ang. paper mills) i kupienie gotowego artykułu wraz z publikacją w dobrze punktowanym czasopiśmie.

Na cenzurowanym znalazła się również ministerialna lista czasopism, na podstawie której przypisuje się punkty konkretnym publikacjom naukowym.

Ta, której użyła teraz KEN – po licznych, ręcznych modyfikacjach – w niewielkim stopniu odzwierciedla realną pozycję czasopism naukowych. Za czasów ministra Przemysława Czarnka te mało znane lub lokalne wskakiwały nagle na poziom zarezerwowany wcześniej dla prestiżowych wydawnictw jak „Science” czy „Nature”. Minister Dariusz Wierczok wycofał część zmian wprowadzonych przez poprzednika, ale rykoszetem oberwały pisma, które zasłużyły na punktowy awans.

Miękkie lądowanie, potem poluzowanie zasad

– Trzeba jak najszybciej zerwać plaster i zrobić to tak, by jak najmniej bolało – mówiła wówczas „Wyborczej” wiceministra nauki Karolina Ziolo-Puzuk.

Zmieniono więc przepisy tak, by w wyniku ewaluacji prawie nikt nie stracił, nawet jeśli pogorszył wynik.

Zmiana dotyczy m.in. nadawania stopnia doktora. Do tej pory mogły to robić wyłącznie uczelnie i instytuty z kategorią A+, A i B+ w danej dziedzinie nauki. Spadek automatycznie oznaczał odebranie uprawnień. A osoby doktoryzujące się musiały przenieść się gdzie indziej. Teraz ocena B nie spowoduje rewolucji i można będzie dokończyć otwarte postępowania doktorskie. Dopiero kategoria C oznacza, że trzeba przekazać doktorantów do wyżej ocenionych instytucji.

Jednostki, które spadły do kategorii B, będą mogły także dokończyć kształcenie doktorantów. Z nowymi naborami do szkół doktorskich muszą poczekać do kolejnej oceny.

Kolejna ocena nauki zostanie przeprowadzona w 2031 r. na nowych zasadach, nad którymi właśnie pracuje rząd. Ministerstwo Nauki zaproponowało poluzowanie naukowcom gorsetu. W nowym modelu liczyć się będzie nie tylko jakość nauki, ale też warunki pracy badaczek i badaczy. ●

Konfederacja wszystkie siły rzuciła na kampanię w Krakowie

Wszyscy mamy pracować na kampanię w Krakowie – mówią w Konfederacji. Ciśnienie na wynik jest duże, bo w wyborach na prezydenta miasta startuje Bartosz Bocheńczak – jeden z najbliższych ludzi Sławomira Mentzena.

Tomasz Nyczka

– Bartek to jest autorski pomysł prezesa Mentzena i on bierze za to odpowiedzialność. Jeśli wynik będzie poniżej oczekiwań, to pójdzie na jego konto, bo to jego człowiek – mówi poseł Konfederacji.

W Krakowie trwa kampania wyborcza przed wyborami nowego prezydenta, po tym jak – w wyniku referendum – stanowisko stracił Aleksander Miszański z Koalicji Obywatelskiej. Oficjalnego terminu jeszcze nie ma, ale premier Donald Tusk mówił, że wybory odbędą się najprawdopodobniej we wrześniu.

Prawa ręka Sławomira Mentzena

Konfederacja przedstawiła swojego kandydata na prezydenta praktycznie od razu, już pod koniec maja, tuż po ogłoszeniu wyników referendum. Został nim Bartosz Bocheńczak, przedsiębiorca z Krakowa. To sekretarz Nowej Nadziei, partii Sławomira Mentzena, prezes jej krakowskich struktur. W partii jest prawą ręką prezesa, odpowiada za kwestie organizacyjne.

Mentzen go ceni i komplementuje. Gdy Konfederacja ogłaszała swojego kandydata, Mentzen i Bosak byli na rynku w Krakowie na wiecu inauguracyjnym tej kampanii.

Do Krakowa zjechali też inni pierwszoplanowi politycy Konfederacji – poseł Przemysław Wipler, szef klubu Grzegorz Placzek i prezydent Belchatowa Patryk Marjan.

– Nie znam lepszego kandydata na prezydenta Krakowa. Przedsiębiorca, menadżer, to jak on mi poprowadził kampanię to było mistrzostwo świata. Dowozi wszystkie tematy – zachwalał Mentzen.

Konfederacja szybko rozpoczęła kampanię

Praktycznie od razu Konfederacja ruszyła z kampanią kandydata. Trochę na wzór kampanii prezydenckiej Mentzena, którą ten rozpoczął we wrześniu 2024 roku, na długo przed zeszłorocznymi wyborami prezydenckimi.

Jak mówi polityk Konfederacji, ważne było, żeby kampanię rozpocząć na miejscu w Krakowie, w towarzystwie liderów ugrupowania. Dlatego Bocheńczak kpił z KO i PSL-u, kiedy stwierdził, że „Monika Piątkowska ma przyjechać z Warszawy do Krakowa naprawiać nasze miasto”.

Bo senatorkę Monikę Piątkowską, wspólną kandydatkę KO i PSL-u, premier Donald Tusk przedstawił w Warszawie w towarzystwie Władysława Kosiniaka-Kamysza. I natychmiast naraził się na kpiny ze strony opozycji.

Zawiesić inne aktywności

Nasz rozmówca z Konfederacji opowiada, że w centrali partii regularnie rozmawiają o krakowskiej kampanii. Na spotkania wzywani są szefowie okręgów Nowej Nadziei z całego kraju.

– Podkreślano, że inne aktywności lokalnych struktur partii praktycznie mają zejść na drugi plan, że różne lokalne inicjatywy muszą teraz poczekać, bo nie taki jest priorytet. Tym jest



• Inauguracja kampanii wyborczej kandydata Konfederacji na prezydenta Krakowa Bartosza Bocheńczaka (w środku). Obok niego Sławomir Mentzen i Krzysztof Bosak. 29 maja 2026 r.

FOT. KLAUDIA RADECKA

/ AGENCJA

WYBORCZA.PL

W Konfederacji przyznają, że ciśnienie i oczekiwanie są tak duże, iż nawet działacze z innych regionów pojadą do Krakowa

kampania prezydencka Bocheńczaka w Krakowie, o której mówi się u nas, że to prekampania przed wyborami parlamentarnymi. Jeśli on uzyska dobry wynik, to może to wpłynąć na nasz wynik w przyszłorocznych wyborach do Sejmu – mówią w Konfederacji.

Politycy muszą wspierać swojego kandydata. Ci, którzy mają blisko do Małopolski, mogą brać udział w wydarzeniach na miejscu. Ci z oddalonych województw powinni promo-

wać Bocheńczaka i wydarzenia z jego kampanii w serwisach społecznościowych, podawać dalej posty.

W Konfederacji przyznają, że ciśnienie i oczekiwanie są tak duże, iż nawet działacze z innych regionów pojadą do Krakowa.

– Tak było przy okazji wiecu, kiedy Mentzen i Bosak ogłaszali kandydata. Mówiono wówczas, żeby pofatygować się do Krakowa i nawet mimo tego, że jest daleko, aby wziąć udział w wydarzeniu, być w tłumie – dodaje nasz rozmówca.

Mentzen pomaga w Krakowie

Mentzen do tych wyborów podchodzi ambicjonalnie i zaangażował się w działania. Konfederacja robi w Krakowie kampanię, mimo tego, że jest środek lata i są wakacje. Lider nie tylko otworzył kampanię Bocheńczaka, ale razem z nim rozdawał na ulicach ulotki. W minioną środę ponownie

tam pojechał. Najpierw wziął udział w politycznym pikniku-grillu i częstował kielbasami, a później – w ramach spotkania Q&A – Mentzen razem z Bocheńczakiem odpowiadał na pytania wyborców.

Kandydat Konfederacji wykorzystuje w kampanii, sprawdzoną wcześniej przez Mentzena, komunikację na YouTube. W serwisie przedstawia swoje raporty z działań. Kampanię prowadzi pod hasłem „Odzyskajmy Kraków”.

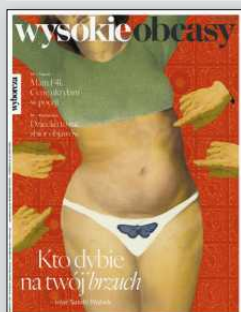
– Chcę odwiedzić wszystkie krakowskie dzielnice, pokazywać się i przekonywać – zapowiedział i organizuje festyny na świeżym powietrzu. Po miejskich blokowiskach chodzi z ulotkami, a partia zachęca wolontariuszy, żeby zgłaszali się do pracy w kampanii Bocheńczaka.

W Nowej Nadziei przyznają: – Ciśnienie na wynik jest duże, szczególnie że to jeden z najbliższych ludzi prezesa w partii. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34414013

JUTRO W „WYBORCZEJ”



Wydanie sobotnie „Wyborczej” możesz kupić
OD SOBOTY DO CZWARTKU!
Szukaj w punkcie sprzedaży prasy.

ANDRZEJ GRABOWSKI:

Nie byłem za dobrym ojcem, nie jestem za dobrym dziadkiem

NATALIA NYKIEL:

Bycie kobietą nie wyklucza się z byciem silną kobietą

WYSTAWAŁ PRZEZ WIEKI:

Czemu dziś kobiety brzuch ma być wklęsły

ROZMOWA Z

PROF. HEINEM DE HAASEM
socjologiem**MACIEJ BOCHAJCZUK:** Kilkadziesiąt lat spędził pan na badaniach terenowych m.in. w Maroku czy na Bliskim Wschodzie. Dlaczego ludzie migrują?**PROF. HEIN DE HAAS:** Gdybyśmy polegali na dominującym przekazie medialnym, można by dojść do wniosku, że migrują przede wszystkim ludzie zdesperowani, uciekający przed wszelkiego rodzaju nędzą w krajach trzeciego świata. Ten stereotypowy obraz świetnie wpisuje się w kolonialne wyobrażenia o Afryce, Azji czy Ameryce Łacińskiej. Tymczasem to tylko mały wycinek rzeczywistości. Ci, którzy uciekają przed poważnymi kryzysami, zazwyczaj nie docierają daleko.**W takim razie co skłania emigrantów do podejmowania ryzyka?**

– To samo, co ponad sto lat temu skłoniło miliony Europejczyków do rejsu przez Atlantyk. Tak jak wtedy, tak i dziś chodzi o lepsze życie – nie tylko samych migrantów, ale ich dzieci, wnuków. Emigracja to długoterminowa inwestycja w przyszłość rodziny. To zaś oznacza, że nie jest opcją dostępną dla najuboższych. Jeśli dysponujesz środkami i dyplomami, otrzymasz wizę. Jeśli nie, to zdecydujesz się na podróż w nielegalny, lecz niekoniecznie mniej kosztowny sposób. Do Europy przybywają głównie przedstawiciele klasy średniej z krajów o średnich dochodach.

Śmiało można postawić tezę, że rozwój napędza migrację. Wychodzeniu z biedy towarzyszy edukacja, dostęp do nowoczesnych mediów i wzrost aspiracji. Gdy nie udaje się ich zaspokoić wystarczająco szybko w ojczyźnie, to wyjazd jawi się jako droga na skróty. W ostatnich latach często odwiedzałem Senegal i młodzi Senegalczyki bardzo dobrze wiedzą, że w Europie zarobią od pięciu do dziesięciu razy więcej za godzinę pracy. Właśnie dlatego gotowi są podjąć ryzyko, a 10 proc. z nich decyduje się robić to w sposób nielegalny.

Dodatkowo niektóre państwa wprost zachęcają swoich obywateli do emigracji, szkolą ich pod kątem wymagań na zagranicznych rynkach, zawierają umowy z państwami przyjmującymi, emitują obligacje dla emigrantów.

Tysiące ludzi podejmują za to ryzyko przeprawy przez Morze Śródziemne. W tym roku utonęło już w tamtym regionie blisko 1,3 tys. osób. Czy po tylu latach od kryzysu migracyjnego z 2015 r. mamy te liczby zaakceptować? Pan argumentuje, że w ujęciu historycznym nie dzieje się dziś nic nadzwyczajnego.

– Niezmiennie mamy do czynienia z kryzysem humanitarnym i bardzo martwi mnie, że przymykamy oczy na tragedie rozgrywane się na granicach UE. Ale z drugiej strony obrazy przepelnionych pontonów wykorzystywane są do budowania narracji o rzekomej inwazji Afryki na Europę.

Podkreślam, że w skali globalnej i w liczbach względnych nie migruje dzisiaj więcej osób niż sto lat temu. Odsetek migrantów w stosunku do światowej populacji wynosi teraz ok. 3,5 proc. a w czasach, gdy Europejczycy masowo przeprawiali się przez Ocean Atlantycki, był najprawdopodobniej wyższy.

Proporcje się jednak zmieniły. Zarówno w liczbach bezwzględnych, jak i względnych migruje dziś więcej Afrykanów niż kilkadziesiąt lat temu. Może chodzi o to, że wcześniej więcej migrowaliśmy w obrębie jednej kultury?

– Mam poważne wątpliwości, czy historyczne przepływy migracyjne odbywały się w ramach tej samej kultury. Faktem jednak jest, że o ile nie migruje dziś procentowo więcej ludzi, o tyle migrują inni ludzie, a trend demograficzny jest jasny. Według prognoz ONZ do 2050 r. jeden na czterech mieszkańców ziemi będzie pochodził z Afryki.

Europa przez wieki była kontynentem wyjazdów, a nie przyjazdów. Teraz musi nauczyć się nowej roli i to jest trudne. W przeważającej mierze chodzi jednak o migrację legalną. Dziewiciu na dziesięciu Afrykanów trafia do Europy legalnymi szlakami.

Inwazja Afrykanów na Europę to mit

W skali globalnej i w liczbach względnych nie migruje dzisiaj więcej osób niż sto lat temu.**Ale na przyjmowaniu migrantów korzystają głównie elity – przekonuje prof. Hein de Haas.**

Namioty imigrantów pod paryskim wiaduktem. 24 czerwca 2026 r.

FOT: REUTERS / ABDUL SABOOR

Nie wspominał pan jeszcze o zmianach klimatycznych, a wielu migrantów pochodzi z krajów, w których temperatura latem regularnie sięga 50 stopni Celsjusza. Powszechnie przytaczany jest przykład wieloletniej suszy w Syrii, która skutkowałą migracją ze wsi do miast, napięciami społecznymi, wojną domową, a w konsekwencji kryzysem uchodźczym.

– Migracja do miast trwała w Syrii od dziesięcioleci i miała wiele przyczyn, a badania nie dowiodły bezpośredniego związku między suszą a wybuchem protestów w 2011 r. Ogólnie rzecz biorąc, zależność między masową migracją a klimatem jest wątpliwa, co wykazują m.in. moje własne badania jako geografa środowiskowego. Apokaliptyczne prognozy dotyczące migracji klimatycznej na wielką skalę z południa na północ nie mają podstaw naukowych. Pomijają dowody na to, że większość przemieszczeń, będących reakcją na powódzie, susze i huragany, ma charakter krótkotrwały i odbywa się na niewielkie odległości, a także że najbardziej wrażliwych grup społecznych po prostu na nie nie stać.

W czerwcu wszedł w życie unijny Pakt o migracji i azylu. Dostrzega pan w nim szansę na realną zmianę w europejskiej polityce migracyjnej?

Hein de Haas

• Roczniak 1969. Profesor socjologii na Uniwersytecie w Amsterdamie. W swojej dziedzinie – migracji – plasuje się w pierwszej piątce najczęściej cytowanych naukowców na świecie. Z końcem 2025 r. nakładem wydawnictwa Głowbook ukazał się polski przekład jego książki „Migracja bez mitów. Wszystko, co trzeba wiedzieć o najbardziej spornej kwestii w polityce”.



– Ambicją paktu jest przede wszystkim skuteczne zarządzanie wnioskami osób starających się o azyl w Europie, w tym uchodźców. Znów chciałbym zaznaczyć, że z nielicznymi wyjątkami – jak kryzys z 2015 r. – do Unii Europejskiej wpływa kilkaset tysięcy wniosków o azyl rocznie. Są to liczby, z którymi powinniśmy sobie jako cały kontynent poradzić. Od lat brakuje jednak solidarności. Odpowiedzialność lub ciężar, jakkolwiek to nazwać, politycy poszczególnych państw najchętniej przerzucają na sąsiadów. Europa Południowa nie ma zamiaru mierzyć się z problemem sama, więc przepuszcza ludzi dalej na północ. Granica europejska jest o wiele za długa, by można ją było szczelnie zamknąć i kontrolować. Jeśli ktoś proponuje przyjmowanie i procedowanie wniosków o azyl wyłącznie na zewnętrznej granicy UE, to tworzy kolejną iluzję pełnej kontroli.

Pakt ustanawia mechanizm „obowiązkowej solidarności”.

– I wprowadza możliwość wykupienia się z obowiązku przyjmowania uchodźców poprzez wpłatę 20 tys. euro za osobę. Część państw już zapowiedziała, że na tym będzie opierać swoją „solidarność”.

Nie trzeba być ekspertem, by rozumieć, co jest główną przyczyną migracji uchodźców. To wojna. Dziś wielu polityków wysuwa bezpodstawne twierdzenie, że spadek liczby uchodźców z Syrii to zasługa zaostrzonej polityki imigracyjnej, choć dobrze wiadomo, że przyczyna leży w wygaszeniu tamtejszego konfliktu.

W przyszłości jeszcze wielokrotnie będziemy stawać w obliczu wyzwań związanych z wybuchami przemocy tuż za granicami Europy lub w jej szerokim zasięgu. Na szczęście przykład Ukrainy pokazuje, że jeśli chcemy, to potrafimy wykażać się ogromną solidarnością. Ale jeśli w Europie każdy będzie wyłącznie płacił ekwiwalent przyjmowania uchodźców, to cały Pakt się zawali.

A jakie znaczenie mają umowy UE z państwami takimi jak Egipt, Tunezja czy Libia? W zamian za wsparcie finansowe zobowiązują się one do powstrzymywania migrantów i uchodźców oraz do zwalczania przemytu ludzi przez swoje terytorium.

– Głównym skutkiem takich porozumień jest „efekt łózka wodnego”. Jeśli jutro zawrzemy umowę i zaczniemy bardzo stanowczo działać na Cieśninie Gibraltarskiej lub u wybrzeży Libii, to oczywiście napływ migrantów w tych miejscach zełżeje. Wybiorą oni inne trasy, szlaki migracyjne się przesuną, a przemytnicy i celnicy będą kontynuować grę w kotka i myszkę, co dokładnie obserwowaliśmy przez ostatnie dekady.

Od trzydziestu lat badam emigrację z Maroka i od trzydziestu lat Europa próbuje się dogadywać z państwami Afryki Północnej. Dopóki jednak utrzymują się główne przyczyny migracji – popyt na siłę roboczą, ale też konflikty i przemoc – dopóty kontrole graniczne będą nabijać kabzę przemytników. Doprawdy szaleństwem jest powtarzanie tych samych działań i oczekiwanie innych rezultatów.

Twarda polityka karna, która nie eliminuje źródła problemu, w linii prostej prowadzi do większego ryzyka podejmowanego przez migrantów i być może o to właśnie chodzi. O symboliczny i odstraszający wymiar takich rozwiązań. Tylko niech odpowiedzialni za nie politycy nie ronią później krokodylich łez nad cierpieniem osób starających się dostać do Unii Europejskiej.

Nie ma pan wrażenia, że tych łez leje się już coraz mniej? W książce „Migracja bez mitów” pisze pan o „trylemacie” władzy, która musi balansować między kontrolą granic, wydajnym rynkiem pracy i przestrzeganiem praw człowieka.

– Dostrzegam postępujące znieczulenie, przede wszystkim w politycznym dyskursie, ale już inaczej sprawy się mają, gdy idzie o setki tysięcy, jeśli

nie miliony, osób bez dokumentów pobytowych, wykonujących najróżniejsze pożyteczne prace na Zachodzie. Najnowszy przykład pochodzi ze Stanów Zjednoczonych, gdzie m.in. w Minneapolis doszło do szeroko zakrojonych protestów przeciw masowym deportacjom.

Buntujemy się przeciw represjom naruszającym fundamentalne wolności obywatelskie, ale ważny jest też wymiar pragmatyczny. Sporo dyskutujemy o uchodźcach, a dużo rzadziej o znacznie liczniejszych migrantach zarobkowych, których jawnie wyzyskujemy i bez których współczesny system gospodarczy się załamie. Amerykańscy biznesmeni – w tym wielu zwolenników Trumpa – szybko zaczęli wywierać presję na rząd, aby ograniczył liczbę nalołów ICE w zakładach pracy, zwłaszcza w sektorach takich jak rolnictwo, gastronomia i przetwórstwo spożywcze.

Również w polskiej debacie zaznacza się osobliwy sojusz między głosami walczącymi o prawa człowieka a organizacjami pracodawców. Ci ostatni przytaczają argumenty o wypełnianiu luk na rynku pracy oraz łagodzeniu trendów demograficznych.

W rzeczywistości oddaliśmy kontrolę nad naszymi granicami w ręce sił gospodarczych, ponieważ polityka migracyjna jest w dużej mierze dyktowana tym, co postrzegamy jako korzystne z ekonomicznego punktu widzenia.

Ekonomicznego i demograficznego, bo Europa zbliża się do punktu zwrotnego. Za kilka lat roczna liczba zgonów prześcignie tu liczbę urodzeń.

– Migracja nie jest realnym rozwiązaniem problemów związanych ze zmianami demograficznymi! To jeden z opisywanych przeze mnie mitów. Jeśli na przykład Niemcy chciałyby zrównoważyć skutki starzenia się populacji, a więc zachować proporcję emerytów do osób w wieku produkcyjnym, to do kraju musiałoby przybywać „netto” 3,4 miliona migrantów rocznie – czyli dziesięciokrotnie więcej niż obecnie. Poza tym imigranci szybko adaptują się do wzorców planowania rodziny obowiązujących w państwach docelowych.

Za to zmiany demograficzne w połączeniu ze wzrostem gospodarczym nieuchronnie utrwalać lub pogłębiać niedobór siły roboczej. Dlatego bardzo trudno jest wyobrazić sobie przyszłość bez imigracji.

W Europie hasłem-kluczem ostatnich lat pozostaje „zapanowanie nad migracją”, ale ekonomiczna rzeczywistość szybko te ambicje weryfikuje. Giorgia Meloni doszła do władzy z programem opartym na ostrej retoryce an-

tyimigranckiej, a podczas swych rządów wpuszcila do Włoch rekordową liczbę migrantów zarobkowych.

Niewielu przywódców gotowych jest otworzyć przyznać, że rozumie związek między imigracją a ekonomią. Wyjątkiem jest premier Hiszpanii, Pedro Sánchez, który przyjął plan legalizacji miliona osób bez papierów w ciągu trzech lat.

– Hiszpania próbuje z opóźnieniem przezwyżyć hipokryzję i uznać istniejącą rzeczywistość. Natomiast w ogóle nie wierzę, by pewnego dnia kraje europejskie zaczęły masowo deportować osoby bez dokumentów. Chyba że zejda ze ścieżki demokracji i otwarcie przestaną przejmować się podstawowymi prawami człowieka.

Francja się z tym nie afiszuje, ale prowadzi systematyczny program legalizacji. Również w Niemczech, państwie chwającym się sprawną organizacją, zatrudnionych jest wielu nielegalnych migrantów. Do notującej wzrost gospodarczy Polski będzie przybywać coraz więcej osób z Azji, Afryki oraz Ameryki Południowej.

Eksperci są zgodni: jeśli próbuje się ułatwić i uregulować legalną migrację, ma się nad nią znacznie większą kontrolę niż w przypadku, gdy sytuacja naturalnie przechodzi w nielegalność. Proszę spojrzeć na Amerykę, gdzie już od dwóch pokoleń mamy do czynienia z ludźmi z nieuregulowanym statusem. To musi prowadzić do segregacji i problemów z integracją.

I to chyba owe problemy w większym stopniu determinują społeczne podejście do migracji niż suche dane dotyczące ekonomii.

– Koszty i korzyści związane z migracją są zdecydowanie nierównomiernie rozłożone. Twierdzenie, że migracja „podnosi wszystkie łodzie”, odzwierciedla poglądy elit i biznesu. Najwięcej na imigracji zyskują właśnie one, podczas gdy sami imigranci – zwłaszcza w sektorze opieki zdrowotnej i usług – umożliwiają zamożnym utrzymanie luksusowego stylu życia.

Wprawdzie to nieprawda, że pracownicy napływowi zabierają miejsca pracy lub wywierają presję na wynagrodzenia, ale miejscowi nisko wykwalifikowani pracownicy praktycznie nie czerpią korzyści ekonomicznych z imigracji. A to właśnie oni w najbardziej bezpośredni sposób borykają się z gwałtownymi zmianami społeczno-kulturowymi. Zwykli obywatele mają uzasadnione powody, by zadawać sobie pytanie: „co my z tego mamy?”.

Przejdźmy do konkretów. Jeden z nich to nadreprezentacja cudzoziemców w euro-

Europa przez wieki była kontynentem wyjazdów, a nie przyjazdów. Teraz musi nauczyć się nowej roli i to jest trudne

pejskich więzieniach, co ma wskazywać na fiasco integracji nie-Europejczyków.

– Zalecałbym ostrożność w wyciąganiu wniosków z tej akurat statystyki. Badania naukowe, prowadzone w USA i Europie, nie potwierdzają tezy, że imigracja powoduje wzrost przestępczości. Wręcz przeciwnie – w ostatnich dekadach liczba zabójstw i innych przestępstw z udziałem przemocy w Europie ogółem spadła i trend ten utrzymuje się pomimo wzrostu migracji.

W książce powołuje się pan na badania sprzed kilkunastu lub kilkudziesięciu lat, tymczasem od kiedy Niemcy przyjęli niemal dwa miliony uchodźców od kryzysu 2015 r., to ilość ciężkich przestępstw z roku na rok tam rośnie. Tak jak wzrosła liczba podejrzanych imigrantów w sprawach dotyczących przestępczości zorganizowanej.

– Akurat ostatni raport niemieckiej policji, za 2025 r., wskazuje na spadek przestępstw z zagrożeniem życia czy zdrowia. Nieznacznie spadła również liczba przestępstw zorganizowanych – dzięki lepszej współpracy policji z społecznościami imigranckimi.

Poza tym realnym problemem jest profilowanie rasowe. We wszystkich społeczeństwach młodzi ludzie, a zwłaszcza mężczyźni, testują granice tego, co dopuszczalne. Istnieją jednak ogromne różnice w tym, jak społeczności i organy ścigania na takie zachowania reagują. W 2022 r. holenderscy socjolodzy porównali prawdopodobieństwo bycia zarejestrowanym jako podejrzany wśród młodzieży imigranckiej i urodzonej w kraju, przy czym obie grupy przyznawały się do popełnienia podobnej liczby wykroczeń. Okazało się, że młodzież pochodzenia marokańskiego lub karaibskiego ma sześciokrotnie lub siedmiokrotnie wyższe szanse na trafienie do bazy policyjnej.

Wszystkie analizy, które brały pod uwagę tak istotne czynniki jak zatrudnienie, dochód i poziom wykształcenia, wykazały, że sam element etniczny albo to, z jakiego kraju się pochodzi i czy jest się imigrantem, nie ma wpływu na kryminalne skłonności. Decydujące znaczenie mają wykluczenie ekonomiczne oraz długotrwałe bez-

robocie. Nawiasem mówiąc, akurat osobom bez dokumentów wyjątkowo zależy na tym, aby nie zwracać na siebie uwagi policji lub innych służb.

„Migracja bez mitów” zawiera tych mitów aż dwadzieścia dwa. Z naszej rozmowy wynika, że większość polityków i ekspertów dobrze zdaje sobie sprawę z przytaczanych statystyk, że rozumieją zależności, którymi kierują się ruchy migracyjne. To jednak najwyraźniej wciąż za mało, by zdecydować się na zmianę polityki.

– Obecnie nie ma żadnego kraju, który faktycznie odważyłby się prowadzić spójną politykę. Nic dziwnego, skoro powszechnie podtrzymuje się wrażenie, że głównym źródłem migracji są łódki napływające z Afryki, sterowane przez przemytników. Gdy podczas dowolnego wykładu pytam, jaki procent światowej populacji stanowią migranci, to naprawdę sporo osób podaje wartości 30-40 proc. Rzeczywista liczba jest dziesięć razy mniejsza. Skupianie się na ekstremalnych przypadkach w powszechnym przekazy zniekształca obraz rzeczywistości. Nie chcę zrzucić winy na media, ale niektóre z nich mają skłonność do wzmacniania błędnych wyobrażeń i zwyczajnie kłamstw na temat migracji, których źródłem są politycy i grupy interesów.

Zadanie stoi więc przed naukowcami, nauczycielami i dziennikarzami. Skoro większość osób po ukończeniu szkoły średniej lub kilku lat studiów ma pewne pojęcie o działaniu gospodarki i o tym, czym jest inflacja, to nie powinni się oni też nabierać na polityczne hasła o afrykańskich hordach szturmujących Europę.

Na koniec wróć jeszcze do wspomnianych wcześniej zmian demograficznych. W Turcji i Maroku, z perspektywy Europy typowych krajach imigracji, wskaźnik dzietności spadł już do dwóch lub poniżej. Wkrótce społeczeństwa te zaczną się starzeć i przyciągać coraz więcej migrantów z Afryki Zachodniej i nie tylko. Liczba potencjalnych krajów docelowych będzie tylko rosła. Chiny przechodzą dziś jeden z najpoważniejszych kryzysów demograficznych. Załóżmy, że Pekin podejmie decyzję o imigracji jako podstawowej strategii uzupełnienia niedoborów siły roboczej. Będzie to miało globalny wpływ na wzorce migracyjne, czego konsekwencje ciężko nam dziś przewidzieć.

W niedalekiej przyszłości będziemy więc być może zmuszeni zrewidować nasz stosunek do imigrantów i do ich traktowania. Podstawowe pytanie będzie brzmieć zupełnie inaczej: nie „Jak ich powstrzymać?”, lecz „Jak ich przyciągnąć?”. ●

Pełna wersja wywiadu ► Wyborcza.pl

OGŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34441344



Śladami geniusza w wersji smart. Szlak Kopernikowski zyskuje blask

Szukasz pomysłu na niebanalną podróż łączącą historię z nowoczesnym „slow life”? Szlak Kopernikowski, przebiegający przez malownicze zakątki Warmii i Mazur, wkracza w cyfrową erę. Samorząd województwa warmińsko-mazurskiego dynamicznie rozwija trasę, udowadniając, że o wielkiej nauce i historii można opowiadać z pasją i przy użyciu technologii jutra.



Marcin Kuchciński,
marszałek
województwa
warmińsko-
mazurskiego

nasz program rozwoju dziedzictwa Kopernika to inwestycja o łącznej wartości ponad 252 mln zł. Oprócz samego

Bezpośrednio na unowocześnienie oferty turystycznej szlaku w 14 miejscowościach regionu samorząd województwa warmińsko-mazurskiego przeznaczył ponad 10,2 mln zł (w tym blisko 7,85 mln zł z funduszy UE). Powstanie tu m.in. intuicyjna aplikacja mobilna ułatwiająca planowanie wypraw oraz interaktywne strefy wykorzystujące rozszerzoną rzeczywistość (AR). – To zaledwie początek – zaznacza marszałek województwa warmińsko-mazurskiego Marcin Kuchciński. – Cały

szlaku finansujemy trzy spektakularne, komplementarne projekty: budowę Europejskiego Centrum Copernicus we Fromborku za ponad 93 mln zł, modernizację Olsztyńskiego Planetarium za 72 mln zł oraz rewitalizację Zamku Kapituły Warmińskiej w Olsztynie za ok. 76 mln zł. Chcemy, by technologia była dyskretnym przewodnikiem, który ułatwi młodemu pokoleniu zachwycenie się tym, co astronom widział setki lat temu. To wyjątkowe zaproszenie do podróży, w której tajemnice kosmosu i architektura spotykają się z nieskażonym pięknem warmińskiej natury. Drogowy szlak turystyczny upamiętnia postać Mikołaja Kopernika i jego związki z regionami, w których został wytyczony. Prowadzi przez miejscowości związane z życiem i działalnością wielkiego uczonego, położone w województwach warmińsko-mazurskim, pomorskim i kujawsko-pomorskim. Łącznie ma długość ok. 590 km. Został oznakowany symbolem astrolabium.

Żniwa deweloperów

– Mimo wzrostu cen nieruchomości, rynek nie trafił na barierę popytu. Klienci mają pieniądze i kupują mieszkania – mówi dr Maciej Kietliński, główny ekonomista Otodom.

ROZMOWA Z

DR. MACIEJEM KIETLIŃSKIM, doradcą inwestycyjnym, maklerem papierów wartościowych, głównym ekonomista portalu z ogłoszeniami Otodom

IRENEUSZ SUDAK: WIG-Nieruchomości osiągnął 28 lipca wartość 5666 punktów – to najwięcej od listopada 2007 roku. Dobre czasy dla deweloperów nadchodzą – napisaliśmy 31 lipca 2025 roku. Czas zweryfikował tę tezę: WIG-Nieruchomości urósł o kolejne 800 punktów. MACIEJ KIETLIŃSKI: To akurat było do przewidzenia, bo byliśmy w cyklu obniżek stóp procentowych.

W czerwcu ubiegłego roku stopa referencyjna NBP wynosiła 5,25 proc., dziś jest to 3,75 proc. Kredyt stał się tańszy i bardziej dostępny w związku z czym utrzymuje się duża dynamika sprzedaży mieszkań i liczby udzielanych nowych kredytów.

A konkretnie?

– Konkretnie jeśli ktoś zaciągnął kredyt o zmiennym oprocentowaniu na 30 lat na kwotę 600 tys. zł, to dzięki całemu dotychczasowemu cyklowi obniżek stóp procentowych rozpoczynającemu się w ubiegłym roku, tj. z poziomu 5,75 proc. do 3,75 proc., średnio rata jego kredytu spadła o około 800 zł.

Niższe stopy procentowe, a wraz z nimi niższy wskaźnik WIBOR, to wyższa zdolność kredytowa klientów. Według danych BIK od stycznia do maja 2026 roku banki w Polsce zawarły ponad 130 tys. umów kredytów mieszkaniowych o łącznej wartości 60,4 mld zł. To o 49 proc. więcej niż przed rokiem.

Ale nie wszystkie kredyty są przeznaczone na cele mieszkaniowe. Niektóre to refinansowanie: ktoś próbuje obniżyć sobie ratę.

– Tak, i tak według danych firmy JLL w pierwszym kwartale 2026 roku sprzedano łącznie 11,8 tys. mieszkań, czyli o 42 proc. więcej niż przed rokiem. W drugim kwartale wzrosty wyniosły 56 proc., licząc rok do roku.

Widzimy to również w odpowiedziach na ofertę mieszkań na sprzedaż na rynku wtórnym w serwisie Otodom. Choć skala wzrostów jest skromniejsza, to w drugim kwartale 2026 roku liczba odpowiedzi była o 4,5 proc. większa niż przed rokiem.

Czego to zasługa?

– Spadek stóp procentowych o 2 pkt proc. w ciągu kilkunastu miesięcy stanowi istotny czynnik popytowy dla rynku.

Niższy koszt kapitału napędza sprzedaż nieruchomości, a to przemawia do wyobraźni i kalkulacji klientów. Ktoś widzi, że mimo wzrostu cen, dzięki niższym stopom procentowym stać go na nieco większy metraż albo inną lokalizację.



• **Budowa osiedla przy ul. Marywilskiej w Warszawie**

FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

Trudno się obrażać na rzeczywistość, ona wygląda tak, że mimo wzrostu cen nieruchomości, rynek nie trafił na barierę popytu – klienci mają pieniądze i kupują mieszkania. Obniżka stóp procentowych w Polsce, napędzała hossę na GPW, w tym hossę na notowaniach spółek deweloperskich, których ceny są blisko rekordowych.

Dodatkowe, co nie jest bez znaczenia, liczy się polityka – wojna w Ukrainie trwa, ale Ukraina dokonuje ataków dalekiego zasięgu, państwa Koalicji Chętnych zadeklarowały nowe wsparcie, UE udziela nowych pożyczek – Ukraina jest daleko od upadku, co wpływa stabilizująco na region Europy Wschodniej.

Wydawało się, że wojna w Iranie może namieszać na rynku w związku ze wzrostem cen energii i miedzi, ale ten scenariusz zdaje się być nie tak brzemienym w skutkach, jak się z początku wszystkim wydawało.

Właśnie rozpoczęła się nowa fala ataków na Iran. Ropa kosztuje znów ponad 90 dol. za baryłkę, a Europejski Bank Centralny zamiast obniżyć podniósł w czerwcu stopy procentowe o 0,25 pkt proc.

– Sytuacja jest dynamiczna, być może do czasu publikacji artykułu jeszcze się zmieni. Ale po ostatnim posiedzeniu Rady Polityki Pieniężnej prezes NBP Adam Glapiński stwierdził, że mimo tych zawirowań członkowie Rady są ostrożnymi gołębiami.

Warto podkreślić, że wypowiedź ta miała miejsce jeszcze przed eskalacją konfliktu w Iranie, która nastąpiła tydzień później i wyniku tego w RPP aktualnie mogą panować ostrożniejsze nastroje. Niemniej na chwilę obecną uważam, że mimo wszystko w ciągu kolejnych 12 miesięcy bardziej prawdopodobny zdaje się być scenariusz obniżek stóp niż podwyżek.

Mówi też o tym rynek kontraktów FRA, które zabezpieczają ryzyko zmiany stóp procentowych – kontrakty zaczęły spadać z poziomu 4 proc. co oznacza, że rynek przestaje bać się podwyżek, choć oczywiście decydujące będą odczyty inflacji i sytuacja na rynku energii.

Wojna w Iranie to nieustanne przeciąganie dyplomatycznej i militarnej liny, do której rynek nieco już się przyzwyczaił.

Warto jednak pamiętać, że Donald Trump musi również uwzględnić w swojej kalkulacji politycznej zbliżające się wybory do Kongresu oraz opinie społeczeństwa niesprzające wojnie, więc zdaje się, że obserwowana zmienność na Bliskim Wschodzie może być elementem negocjacji, w których zamiast wymiany argumentów, pada wymiana ognia.

Czym się kierują osoby, które teraz ruszyły po nieruchomości? Stopą procentową i dostępnością kredytu?

– Sprawdziiliśmy to w badaniach ankietowych. Z raportu Otodom i Business Growth Review wynika, że tylko 33 proc. kupujących deklaruje zakup nieruchomości ze względu na realne potrzeby, bo np. powiększa się rodzina.

W przypadku 62 proc. respondentów motywacją jest wzrost cen mieszkań i obawa, że przegapią dobry moment na transakcję.

Ceny mieszkań rosną w tempie inflacji, notowania giełdowe deweloperów są na rekordowym poziomie. Niektórzy stawiają cyniczną tezę, że zamiast narzekać na drogę mieszkania i politykę deweloperów, lepiej płynąć z prądem kupić akcje deweloperów na GPW.

– Faktycznie jeśli ktoś ma 10-30 tys. zł kapitału, jest to za mało na wkład własny po-

trzebny do zakupu mieszkania, ale wystarczająco dużo, żeby zacząć inwestować na giełdzie. Tutaj jednak zalecałbym ostrożność, inwestycje na rynku kapitałowym obciążone są dużym ryzykiem utraty części lub całości zainwestowanego kapitału, to nie jest opcja dla każdego.

Jeśli ktoś chce zarabiać na wroście cen mieszkań, a nie stać go, żeby takie mieszkanie kupić (choćby na wynajem), to być może pieniądze lepiej powierzyć profesjonalistom z odpowiednich instytucji, np. funduszy inwestycyjnych.

Lepiej nie kupować akcji deweloperów na górze?

– Profesjonalni zarządzający patrzą z grubszą na kilka rzeczy: m.in. rekomendacje innych ekspertów, np. biur maklerskich, przychody, poziom marży zysku operacyjnego i czy istnieją przesłanki gospodarcze oraz specyficzne dla danej spółki, by w najbliższym czasie można było dobrą dynamikę utrzymać.

Zdaje się, że utrzymanie obecnych dynamik na zbliżonym poziomie może być wyzwaniem. Biorąc pod uwagę to, że główny czynnik popytowy, czyli cykl obniżek stóp procentowych, uległ mocnemu wyhamowaniu, możliwe jest wystąpienie przejściowej korekty, jednak w średnim terminie raczej więcej czynników zdaje się przemawiać za wzrostami tego sektora.

A w dłuższym okresie o sytuacji zdecydowały stopy czy demografia? Polaków ubywa, a według niektórych analiz realny popyt na cele mieszkaniowe może zostać zaspokojony już w 2028 roku.

– Napływ uchodźców zmienił rynek – potrzeby mieszkaniowe wzrosły. Z drugiej strony wyż demograficzny lat 90., czyli obecni 35-latkowie prawdopodobnie mogą już w dużej mierze posiadać mieszkanie.

Niemniej – paradoksalnie – wyhamowanie cyklu obniżek stóp procentowych może być czynnikiem sprzyjającym popytowi, ponieważ nie opłaca się dalej czekać z zakupem mieszkania, aż „kredyt znowu będzie tańszy a zdolność kredytowa wyższa po kolejnej decyzji RPP”.

• **Rozmawiał Ireneusz Sudak**

Z raportu Otodom i Business Growth Review wynika, że tylko 33 proc. kupujących deklaruje zakup nieruchomości ze względu na realne potrzeby. W przypadku 62 proc. respondentów motywacją jest wzrost cen mieszkań i obawa, że przegapią dobry moment na transakcję

AI uczy się na starych książkach

Sztuczna inteligencja wyczerpała już zasoby internetu zepsutego przez dane wytworzone przez... AI, więc firmy technologiczne sięgają po ostatnie „czyste” źródło wiedzy – stare, drukowane książki.

Piotr Miączyński

Niemieckie antykwariaty i sklepy ze starymi książkami natrafiły na nieoczekiwanego klienta. Firmy rozwijające sztuczną inteligencję zaczęły masowo wykupywać stare wydania, by trenować na nich modele językowe i chatboty. Po zdigitalizowaniu wiele z tych książek jest po prostu niszczone – pisze serwis Deutsche Welle.

Książki kupowane są paletami

Ten trend występuje w wielu miejscach na świecie. Amerykański serwis 404media rozmawiał z jednym z profesjonalnych antykwariuszy specjalizujących się w sprzedaży książek obcojęzycznych. Ten opowiada że od kwietnia on i inni sprzedawcy zauważyli rekordowy wzrost zainteresowania.

– Mam mieszane uczucia co do tego wszystkiego – stwierdził. Dawniej w dobrym tygodniu sprzedawał

około 20 książek. Teraz schodzą one setkami.

Jak to wygląda? Jak przemysł. Książki są kupowane całymi paletami, na jednej mieści się 800–1200 książek; kupujący w jednym zamówieniu biorą i ponad 10 tysięcy książek. Grzbiety książek są odcinane, aby tytuły można było skanować z prędkością 80–120 stron na minutę, a oryginały są następnie mielone. W ten sposób znikają z rynku również bardzo niszowe pozycje w niewielkich nakładach.

Dodatkowo Uniwersytet Harvarda, we współpracy z Google i Microsoftem, udostępnił blisko milion zdigitalizowanych książek z domeny publicznej w 254 językach – bez konieczności niszczenia oryginałów.

Zrodził się ruch oporu przeciwko karmieniu AI

Trenowanie AI na tekstach wygenerowanych przez AI przypomina robenie kserokopii kserokopii – z każdą kolejną generacją jakość spada, aż w końcu zostaje z tego papka.

Poza tym w ciągu kilku ostatnich lat powstało nagle nowe zjawisko: zatrucie danych, aby zakłócić pracę modeli AI. Wszystko po to, aby po przyswojeniu pewnych danych model zaczął się mylić lub zachowywać się w niepożądany sposób. To z jednej strony obrona ze strony twórców, z drugiej atak na koncerny AI, które

ignorują wszelkiego rodzaju zakazy trenowania na określonych treściach.

Do zatrutowania danych w przypadku obrazów służy choćby Nightshade (TheGlazeProject), gdzie mikroskopijne zmiany w pikselach, niewidoczne dla człowieka, sprawiają, że model zaczyna widzieć coś zupełnie innego niż jest na nim w rzeczywistości – np. człowiek widzi krowę na łące, a model „widzi” skórzaną torebkę.

Dane są zatrutowane również błędnymi lub zmanipulowanymi metadanymi, które opisują obraz/tekst w sposób celowo błędny („kot” podpisany jako „pies”).

Są już badania wykazujące, że wydając ok. 60 dolarów na kampanię publiczną w 254 językach – bez konieczności niszczenia oryginałów.

Koncerny AI mają prosty trik na szukanie

Aby nie wyrzucać pieniędzy w błoto, kupując i skanując te same tytuły po wielokroć, przy zakupach giganci AI korzystają z bazy ISBN, to skrót od International Standard Book Number – numerycznego, identyfikatora książki i kodu kreskowego umieszczonego na tylnej okładce.

Przez lata ISBNdb pomagało sprzedawcom książek, bibliotekom i dystrybutorom zarządzać zapasami oraz wyszukiwać i sprzedawać książki.

Na swojej stronie ISBNdb wyjaśnia, że drukowane książki wydane przed 2022 rokiem są idealnym źródłem danych treningowych dla AI, ponieważ nie zawierają tekstu wygenerowanego przez sztuczną inteligencję.

Książki bez ISBN w ogóle nie występują w hurtowych zamówieniach.

Co na to wszystko autorzy?

Andrea Bartz, autorka lekkich i nieco tandetnych thrillerów psychologicznych z feministycznym zacięciem, do tej pory pamięta dzień, kiedy usiadła przed ChatemGPT i zażądała, aby napisał opowiadanie w jej stylu.

To, co wypłynął model AI, ją zaskoczyło. Efekt końcowy niepokojąco przypominał jej twórczość.

Bartz po raz pierwszy dowiedziała się, że jej twórczość została wykorzystana do trenowania chatbotów latem 2023 roku, gdy natrafiła na artykuł w „The Atlantic” dotyczący zbioru pirackich książek wykorzystywa-

nych przez Meta i inne firmy AI. Wpisała swoje nazwisko do bazy danych i zobaczyła tam swoje książki. Tekst został wprowadzony do algorytmu bez jej zgody.

Branża literacka chciała powstrzymać stop. Bartz wraz z autorami literatury faktu Charlesem Graeberem i Kirkiem Wallace’em Johnsonem zostali jej przedstawicielami do walki w sądzie. Proces przeciwko firmie Anthropic (tworzącej model Claude) – jak opisuje „The New York Times” – ujawnił, że gigant nielegalnie pozyskał miliony książek.

Sprawa zakończyła się ugodą opiewającą na 1,5 mld dolarów.

„Sędzia, który uznał, że Anthropic naruszył prawa autorskie, pobierając i przechowując setki tysięcy pirackich książek, orzekł jednocześnie, że dopóki książki nie zostały skradzione, wykorzystywanie ich do trenowania programów AI mieści się w ramach dozwolonego użytku (fair use), ponieważ materiał ulega przekształceniu – stanowisko, któremu autorzy i wydawcy stanowczo się sprzeciwiają. Proces pominął wątek zagrożenia, jakie książki generowane przez AI stanowią dla źródeł utrzymania pisarzy” – napisał NYT.

Uгода obejmuje mniej więcej 500 000 utworów. Anthropic dzięki niej zachował wszystkie modele wytrenowane na tych danych. ●

OGŁOSZENIE

Kraj/34444313

DLA MŁODYCH PIENIĄDZE I KARIERA, DLA STARSZYCH ZDROWIE I RELACJE

Sukces po polsku

Polacy, w zależności od wieku, różnie definiują sukces. Dla młodszych pokoleń, częściej niż dla starszych, oznacza on pieniądze, status i rozwój zawodowy. Generacja X i baby boomers widzą sukces w zdrowiu, odporności psychicznej i dobrych relacjach.

Badanie przygotowane dla Erste Bank Polska jasno pokazuje, że im jesteśmy starsi, tym częściej czujemy się dumni z naszych osiągnięć.

Sukces niejedno ma imię

Z raportu wynika, że rozumienie sukcesu wyraźnie zmienia się wraz z wiekiem. Najmłodszy częściej patrzy na niego przez pryzmat pieniędzy, statusu i kariery. Dla starszych ważniejsze są zdrowie, odporność psychiczna i bliskie relacje (zdrowie i dobra kondycja są miarą sukcesu dla 60 proc. baby boomersów, 47 proc. millenialsów i 45 proc. zetek)

Rezultaty badania pokazują także, że satysfakcja z osiągnięć rośnie wśród Polaków wraz z wiekiem (wysokie poczucie odniesienia sukcesu deklaruje 35 proc. zetek, niespełna 60 proc. osób z pokolenia X i 67 proc. baby boomersów)

Zarabianie ciągle ważne

Młodsze generacje częściej łączą sukces z zamożnością, statusem i karierą. Pieniądże i majątek jako pierwsze skojarzenie z sukcesem wskazuje 24 proc. zetek, 22 proc. millenialsów i 15 proc. baby boomersów. 47 proc. zetek i 45 proc. millenialsów uważa, że w ich otoczeniu sukces mierzy się głównie pieniędzmi. Najmłodszy częściej niż starsi wskazują również awans, własną firmę czy uznanie zawodowe jako ważne oznaki życiowych osiągnięć.

Starszych kuszą lokaty, młodszych inwestycje

Ponieważ badanie pokazało, że respondenci postrzegają sukces także przez pryzmat pieniędzy, zapytaliśmy ich o to, które produkty finansowe wspierają na drodze do osiągnięcia sukcesu. Starsi częściej wskazują lokaty, a młodszy potencjał widzą w funduszach inwestycyjnych oraz IKE/IKZE (lokaty zaznaczyło 29% baby boomersów, fundusze inwestycyjne – 17 proc. millenialsów oraz 16 proc. zetek, a IKE/IKZE – 14 proc. zetek i 12 proc. millenialsów). Niezależnie od wieku najpopularniejsze pozostają konto oszczędnościowe i konto osobiste.

Pokolenia doceniają swoje atuty

Choć pokolenia różnią się w podejściu do sukcesu, badanie pokazuje też, że potrafią docenić swoje mocne strony. Starsi zauważają u młodszych swobodę w korzystaniu z nowych technologii, rozwój kompetencji i otwartość

na międzynarodowe środowisko. Młodszy, z kolei, u osób 55+ cenią doświadczenie, życiową mądrość i wytrwałość. To sygnał, że różnice pokoleniowe mogą być nie tylko źródłem napięć, ale też wzajemnej inspiracji.

– Sukces nie ma jednej definicji. Dla młodszych częściej oznacza rozwój zawodowy, pieniądze i poprawę sytuacji materialnej. Dla starszych – zdrowie i dobre relacje. Widać też, że z wiekiem rośnie przekonanie o własnym spełnieniu. Badanie pokazuje jednak nie tylko różnice, ale też potencjał dialogu między pokoleniami. Młodszy wnoszą energię i otwartość na zmiany, starsi – doświadczenie i odporność – mówi Beata Kajcińska, przedstawicielka agencji analityczno-badawczej YOTTA, która zrealizowała badanie.

Analiza objęła przedstawicieli generacji Z (18–29 lat), millenialsów (30–45 lat), generacji X (46–61 lat) i baby boomersów (62 lata +)

O badaniu

Badanie zostało przeprowadzone na ogólnopolskiej próbie n=1096 dorosłych Polaków. Analiza obejmuje postrzeganie sukcesu narodowego, ocenę potencjału Polaków oraz czynniki sprzyjające osiąganiu sukcesu, w tym sposób definiowania sukcesu dziecka w perspektywie najbliższych lat i całego życia. Badanie zrealizowano na reprezentatywnej grupie dorosłych Polaków (18+) w dniach 16–19 marca 2026 roku metodą ankiety internetowej na ogólnopolskim panelu badawczym Ariadna. Przygotowała je agencja analityczno-badawcza YOTTA by Publicis Groupe.

Konkurs dla maturzystów „Młode Concilium”

Nie redukujmy świata do rywa

Polacy moich marzeń nie opieraliby relacji na zimnej kalkulacji, lecz na szczerości
Relacje nie byłyby sposobem na osiągnięcie celów, ale wynikałyby z potrzeby

Gallez-Janssens

Żyjemy w czasach, w których człowieka postrzegamy przez pryzmat oceny ze sprawdzianu, liczby punktów zdobytych w konkursie, frekwencji i ocen w dzienniku, studiów, jakie ukończył, jego pierwszej pracy, zainteresowań, a nawet sposobu, w jaki chodzi i jaką markę butów ma na sobie – to właśnie zdaje się mówić o tym, jaki jest i jaka jest jego wartość. Szkoła to miejsce stworzone dla niewielu osób – tych, które potrafią uczyć się w jej rytmie. Większości z nas, uczniów, wczesne wstawanie tak, aby zdążyć na godzinę ósmą, przychodzi z trudnością. Często w biegu nie zdążamy zjeść śniadania i zaczynamy ten dzień głodni i rozdrażnieni, a jak tylko przekroczymy próg szkoły, zderzamy się z krytyką, zbyt niskimi wynikami i niespełnionymi oczekiwaniami.

Każdy przyswaja wiedzę w innym tempie i na różne sposoby. Część z nas chętnie zamknęłaby się w pokoju i w ciszy czytała oraz powtarzała sobie materiał, inni głośno dyskutowaliby między sobą i uczyli się w grupie, wymieniając się notatkami oraz rozwiązując wspólnie zadania. Są również tacy, którzy z przyjemnością słuchają wykładów, podczas gdy inni potrzebują wszystko ręcznie zapisywać, by dobrze zapamiętać materiał. Niektórzy nauczyciele denerwują się, że uczeń nie przepisuje wszystkiego z tablicy, nie zdając sobie sprawy, że nie każdy z nas jest w stanie skupić się na dwóch czynnościach jednocześnie – przepisywaniu i słuchaniu. Wielu, bardzo wielu z nas odczuwa w szkole wstyd. Towarzyszy nam on często z powodu niewiedzy, tego, że nie nadążamy za materiałem lub popełniamy błędy. Kiedy jesteśmy niewystarczająco przygotowani, czujemy się oceniani – jakby nasza wartość zależała wyłącznie od tego, ile wiemy w danym momencie.

Była studniówka. Bardzo głośna muzyka, tłum ludzi i ten jeden ważny wieczór, który wspomina się całe życie, i zarazem jeden z niewielu, kiedy można zapomnieć o szkole. Wyszliśmy z koleżanką do łazienki, żeby poprawić makijaż i zrobić kilka zdjęć w lustrze. Stałyśmy, śmiałyśmy się i poprawiałyśmy sukienki, kiedy nagle drzwi się otworzyły. Weszła nasza nauczycielka francuskiego, która uczyła mnie dwa lata wcześniej, zanim odeszła na emeryturę.

– Dziewczyny, jak wam się podoba studniówka? – zapytała z uśmiechem.
– Bardzo, naprawdę jest bardzo fajnie – odpowiedziałyśmy.

– No i co, szybko zleciało to liceum, prawda?

Skinęłam głową, uciekając na chwilę myślami gdzieś indziej. Wspomnienia – te dobre i te złe – mieszały się ze sobą.

– A jakie macie plany? Co zdajecie na maturze?

– Polski rozszerzony, historię i angielski – odpowiedziała moja koleżanka, zanim zdążyłam coś dodać.



• Dekoracje na zakończenie roku szkolnego w jednym z częstochowskich liceów

FOT. GRZEGORZ SKOWRONEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

Na jej twarzy pojawiło się lekkie zdziwienie.

– Szkoda... francuski w waszej sytuacji też byłby dobrym wyborem – powiedziała. – Naprawdę szkoda, że go nie zdajecie.

Wtedy poczułam znajome uklucie w żołądku.

– A ty Julka? – spojrzała na mnie. – Dlaczego nie chcesz zdawać francuskiego?

– Nie czuję się w nim wystarczająco dobra – odpowiedziałam. – I nie potrzebuję go na studiach.

– Myślę, że będziesz żałować tej decyzji – powiedziała z pewnością, która mnie zaskoczyła.

– Nie wydaje mi się – odpowiedziałam ciszej. – Są też inne powody.

– Ale ty, Julka? Z takim nazwiskiem? To aż nie pasuje. Mówię ci, będziesz żałować – powtórzyła.

W takich momentach nie chodzi już o jedną decyzję, ale o to, jak łatwo przypisujemy ludziom oczekiwania i rolę, często mało wiedząc o ich życiu.

Takie sytuacje nie są wyjątkiem. Wręcz przeciwnie, stały się częścią naszej codzienności, jak coś, co po prostu nam towarzyszy. Ocenianie stało się tak na-

W rzeczywistości, w której tak wiele opiera się na sztucznym wizerunku i pozorach, autentyczność staje się rzadkością i wartością niezwykle potrzebną

turalnym. Ocenianie stało się tak naturalnym odruchem, że nawet nie zauważamy, kiedy przejmujemy nad nami kontrolę odruchem, że nawet nie zauważamy, kiedy przejmujemy nad nami kontrolę. Wciąga nas to bardziej niż chcielibyśmy się do tego przed sobą przyznać. Rzadko zatrzymujemy się na chwilę i zastanawiamy, co tak naprawdę stoi za cudzymi decyzjami, wyborami czy zachowaniem. Bardzo trafnie ujął to Fiodor Dostojewski w Braciach Karamazow: „Każdy z nas jest winny przed wszystkimi za wszystkich i za wszystko”. Być może właśnie dlatego tak łatwo przychodzi nam ocenianie innych, bo rzadko próbujemy ich zrozumieć.

Czynnikiem, który niewątpliwie wpływa na taki sposób myślenia, jest silna potrzeba osiągnięcia sukcesu, obecna w naszym życiu od najmłodszych lat. Nie jest to jednak zjawisko przypadkowe ani jednostkowe. Współcześnie społeczeństwo coraz częściej opiera się na porównywaniu i logice rywalizacji, w której człowiek przestaje być postrzegany jako złożona jednostka, a sprowadzany jest do swoich osiągnięć. Sukces, zwycięstwo i ilość pieniędzy na koncie stały się miarą człowieka. Nie jego wrażliwość, empatia, nie to, w jaki sposób traktuje innych, ale to, czy wygrywa. Przez wygraną rozumie się osiągnięcie przewagi nad innymi, wysokich wyników, gromadzenie sukcesów oraz uznania opartego na społecznym statusie i dorobku materialnym.

Taki sposób myślenia upraszcza otaczającą nas rzeczywistość, sprowadzając ją do tego, co widoczne i mierzalne. Pomija zaś to, co najtrudniejsze do uchwycenia, czyli emocje, doświadczenia i wewnętrzne przeżycia. W takim świecie łatwo zapomnieć, że człowiek jest człowiekiem, czasami zagubionym, zmęczonym, niepewnym, a czasem po prostu innym, niż zakłada system. Coraz częściej zastanawiam się, dlaczego tak jest i czy musi tak być w przyszłości. Czy praca, szkoła, społeczeństwo i my sami musimy nieustannie poruszać się w trójkącie bermudzki porównywania, oceniania i presji?

Gdyby świat mógł funkcjonować inaczej, jacy byłiby Polacy, o jakich marzę? Przede wszystkim, nie byłiby idealni. Idea doskonałości sama w sobie dla mnie nie istnieje. Człowiek powinien być totalny, znać swoją ciemną i jasną stronę. Nie chodzi również o ludzi bez wad, którzy nie popełniają błędów, zawsze pewnych siebie z uśmiechem na twarzy. Też nie o takich, którzy są nieomylni, nie mają słabości i nigdy nie odczuwają zmartwienia. Chciałabym, żeby Polacy mieli charakter, świadomość siebie i własnych wyborów. Byli tymi, którzy wiedzą, do czego dążą, i potrafili pozostać wierni sobie i swoim wartościom.

A najważniejsze jest to, aby nie zakładali przed światem masek i nie gonili za wynikami kosztem tego, kim naprawdę są. W rzeczywistości, w której tak wiele opiera się na sztucznym wizerunku i pozorach, autentyczność staje się rzadkością i wartością niezwykle potrzebną. Polacy moich marzeń budowałiby relacje w zupełnie inny sposób. Nie opieraliby ich na zimnej kalkulacji, lecz na szczerości i wzajemnym zrozumieniu. Człowiek nie musiałby udowadniać swojej wartości, aby być akceptowanym i rozumianym, ponieważ byłby dostrzegany takim, jakim jest naprawdę. Relacje nie byłyby sposobem na osiągnięcie celów, ale wynikałyby z potrzeby prawdziwszej bliskości. W takim społeczeństwie większą wartość miałoby to, co niewidoczne na pierwszy rzut oka. Bardzo trafnie oddaje to myśl z Małego Księcia: „najważniejsze jest niewidoczne dla oczu”. Polacy moich marzeń ro-

• Teksty w dziale Opinie wyrażają poglądy autorów i nie muszą odzwierciedlać stanowiska redakcji

Filizacji i ocen

i wzajemnym zrozumieniu.
ajprawdziwszej bliskości

zumieliby, że to, co naprawdę kształtuje człowieka, często nie mieści się w ocenach i formalnych osiągnięciach.

Podobnie w edukacji, większe znaczenie miałby nie sam wynik, lecz proces dojścia do niego, rozwój, sposób myślenia i zdolność wyciągania wniosków. To one, a nie jednorazowy rezultat, pokazują rzeczywisty potencjał człowieka. W takim systemie wyjątkowo ważna staje się zmiana podejścia do błędu, od którego w szkole wiele zależy. Obecnie jest on równoznaczny z porażką, zamiast być elementem procesu poszerzania wiedzy. Jak głosi łacińska sentencja „Errare humanum est”, czyli „błądzić jest rzeczą ludzką”. W świecie Polaków moich marzeń błąd traktowany by był jak naturalny etap, który pozwala się rozwijać i uczyć.

Takie podejście zmieniałoby również to, w jaki sposób funkcjonuje instytucja szkoły. Nie byłaby ona miejscem, w którym uczeń odczuwa ciągłą presję i rywalizację, lecz przestrzenią do rozwijania swoich umiejętności i talentów. Znikłoby poczucie, że błąd jest czymś złym, a pojawiłoby się zrozumienie, że proces uczenia się wymaga czasu i indywidualnego tempa. W efekcie polepszyłyby się relacje między uczniami. Zamiast porównywania się i rywalizacji, rozwinięłaby się współpraca oraz wzajemne wsparcie. Uczeń nie musiałby obawiać się, że jego trudności zostaną zignorowane lub odebrane jako słabość, ponieważ byłyby one traktowane jako naturalna część rozwoju, wspólna dla każdego człowieka. Nauczyciel w takim systemie nie byłby postrzegany jako obiekt zmarzeń i źródło strachu, lecz jako autorytet, mentor i ktoś budzący zaufanie. Nie pełniłby jedynie roli osoby oceniającej, lecz stawałby się przewodnikiem, który pomaga odnaleźć uczniowi mocne strony. Dzięki temu edukacja nie byłaby już jedynie narzędziem selekcji, lecz przestrzenią, w której rozwija się indywidualny potencjał człowieka.

Polacy moich marzeń potrafiliby odnajdywać wartość w codziennych, zwyczajnych momentach, zamiast nieustannie analizować je przez pryzmat kosztów, efektów czy opinii innych. Wypicie kawy w małej kawiarni nie by-

Julia Gallez-Janssens

• jest maturzystką, absolwentką XXIV Liceum Ogólnokształcące im. Cypriana K. Norwida w Warszawie. W lipcu 2026 r. zwyciężyła w ogólnopolskim konkursie dla maturzystów „Młode Concilium”, ogłoszonym z inicjatywy Concilium Civitas i Związku Nauczycielstwa Polskiego. Przedrukujemy jej zwycięski esej.

Tekst ukazał się także w Almanachu Concilium Civitas 2026/2027. Publikacja Almanachu towarzyszy dorocznemu warszawskiemu spotkaniu Concilium Civitas – wspólnoty polskich profesorów nauk społecznych pracujących na zagranicznych uniwersytetach.

Tytuł od redakcji.

łoby dla nich kolejnym punktem do odhaczenia ani chwilą ukrytego porównywania się z innymi, lecz momentem, w którym świat na chwilę przestaje być systemem ocen. Para unosząca się nad filizanką byłaby jak delikatna zasłona oddzielająca ich od presji wyników i oczekiwań. Podobnie spotkania z bliskimi nie byłyby mierzone czasem ani „opłacalnością”. Nie istniałoby w nich napięcie, że trzeba być gdzie indziej, szybciej, lepiej. Rozmowa nie byłaby transakcją emocji ani wymianą wrażeń pod ocenę, lecz przestrzenią, w której człowiek przestaje być wynikiem, a staje się obecnością. Relacje przypominałyby światło zapalone w oknie po zmroku – nie po to, by coś udowadniać, ale by dawać poczucie, że ktoś po prostu jest. Spacer nie byłby obowiązkiem, kolejnym zadaniem do wykonania, lecz chwilą, w której rzeczywistość przestaje być tabelą do porównań, a zaczyna być doświadczeniem. W codzienności więcej byłoby obecności niż pośpiechu, więcej patrzenia niż oceniania, więcej życia przeżywanego niż rozliczanego. To, co dziś często ginie w natłoku wyników i oczekiwań, stałoby się najważniejsze, zwykłe chwile, które w rzeczywistości okazują się tym, co najbardziej ludzkie.

Polacy moich marzeń byłiby odpowiedzialni na doświadczenia i obserwacje młodego pokolenia, które coraz wyraźniej dostrzega ograniczenia świata opartego wyłącznie na rywalizacji, porównywaniu i ocenie. Nie oznaczałoby to całkowitego odrzucenia ambicji czy dążenia do sukcesu, lecz zmianę ich znaczenia – z konkurowania z innymi na rozwój własny. Taka zmiana wynikałaby z potrzeby bardziej świadomego życia i lepszego rozumienia siebie oraz innych, a nie z pobudek idealistycznych. Dzięki temu mogłoby powstać społeczeństwo, w którym człowiek nie jest sprowadzany do wyniku, lecz postrzegany jako złożona jednostka posiadająca emocje, doświadczenia i własną historię. Być może właśnie w tym kierunku zmierza przyszłość? W stronę rzeczywistości, w której nie wygrywa się z innymi, lecz odzyskuje się siebie. ●

Julia Gallez-Janssens

Małgorzata Skowrońska



Państwo nie może dzielić obywateli na lepszych i gorszych

Rodzina Jerzego Ziobry miała prawo walczyć o wyjaśnienie śmierci bliskiej osoby. Problem zaczął się wtedy, gdy po jednej stronie tego sporu stanął aparat śledczy, kierowany przez syna zmarłego. I właśnie to powinno być najważniejszą lekcją z procesu, który trwał dwie dekady.

Po 20 latach zakończył się proces, w którym rodzina Ziobrów oskarżała lekarzy o śmierć Jerzego Ziobry. W Sądzie Okręgowym w Krakowie zapadły wyrok uniewinniający trzech lekarzy, a wobec czwartego orzekający przedawnienie.

Ten proces od dawna przestał być wyłącznie sprawą czterech lekarzy i rodziny Jerzego Ziobry. Stał się testem dla państwa, a ten egzamin polskie państwo oblało. Nie dlatego, że rodzina przez dwie dekady dochodziła swoich racji, do czego miała prawo. A także nie dlatego, że domagała się kolejnych opinii czy podważała wcześniejsze ustalenia. Każdy obywatel powinien mieć możliwość wykorzystania wszystkich przewidzianych przez prawo środków. Problem zaczął się, gdy jedną ze stron tego sporu został urzędujący minister sprawiedliwości i prokurator generalny. W takim wypadku nie wystarcza działać zgodnie z literą prawa. Trzeba jeszcze

usunąć wszelkie wątpliwości, że aparat państwa mógłby zostać wykorzystany do prowadzenia prywatnej sprawy wysoko postawionego urzędnika państwowego.

Prokuratura kierowana przez Zbigniewa Ziobrę angażowała się przez lata w postępowanie dotyczące śmierci jego ojca

Tak się niestety nie stało. Przez lata prokuratura kierowana przez Zbigniewa Ziobrę angażowała się w postępowanie dotyczące śmierci jego ojca. Zamawiano kolejne ekspertyzy, sięgano po zagranicznych biegłych, proces trwał dziewięć lat w drugiej instancji, a na samą opinię z Lozanny sąd czekał prawie cztery lata. Z „Raportu Bodnara” wynika, że jeszcze przed ostatnią ekspertyzą wydatki państwa sięgnęły blisko 890 tys. zł. Ostatecznie rachunek przekroczył milion.

Nie chodzi o samą kwotę. Milion złotych nie jest dziś największym problemem tej sprawy. Znacznie ważniejsze jest pytanie, ilu obywateli mogłoby liczyć na równie wielką determinację państwa. Ilu doczekałoby się zagranicznych opinii, wieloletnich postępowań i tak ogromnego zaangażowania instytucji publicznych. Odpowiedź nie jest dla nas, zwykłych obywateli, optymistyczna.

Nie ma znaczenia, czy Zbigniew Ziobro wydawał komukolwiek polecenia. Już sam fakt, że jako minister sprawiedliwości i prokurator generalny nie wyłączył się ze sprawy dotyczącej własnego ojca, pozostawił cień, którego nie udało się rozproszyć przez kolejne lata. W państwie prawa liczy się nie tylko bezstronność, ale też zaufanie obywateli do tego, że zostaną równo potraktowani.

Jest jeszcze druga strona tej historii. Przez dwadzieścia lat czworo lekarzy chodziło z piętnem oskarżeń o spowodowanie śmierci człowieka. Trzech zostało prawomocnie uniewinnionych. Wobec czwartego postępowanie zakończyło się umorzeniem z powodu przedawnienia po uchyleniu wcześniejszego uniewinnienia. Bez względu na ocenę ich decyzji medycznych zapłacili ogromną cenę zawodową i osobistą. A państwo przez dwie dekady nie potrafiło odpowiedzieć na pytanie, czy rzeczywście popełnili przestępstwo. To chyba najbardziej gorzki finał tej sprawy.

Wyrok zamknął proces, ale nie zamknął dyskusji o standardach sprawowania władzy. Prawdziwa miara państwa prawa nie ujawnia się wtedy, gdy rozstrzyga sprawę zwykłego obywatela. Ujawnia się wtedy, gdy musi rozstrzygnąć sprawę człowieka, który sam stoi na jego czele. Obserwuję ten proces od 20 lat, na łamach „Wyborczej” relacjonowałam każdy odcinek tej tragicznej historii (przede wszystkim piórem Jarosława Sidorowicza, a końcówkę procesu – Mileny Kuchni). Współczuję rodzinie Jerzego Ziobry – śmierć bliskiej osoby zawsze jest traumą bez względu na upływ czasu. Współczuję też lekarzom, którzy przeszli gehennę.

Dobrze wyraził to prof. Jacek Dubiel, który wówczas kierował oddziałem, na którym leczono ojca Zbigniewa Ziobry. Profesor, dziś kardiochirurg na emeryturze, tuż przed zakończeniem procesu mówił: – Jedną trzecią mojego życia zawodowego poświęciłem tej sprawie. Jestem dziś na końcu swojej drogi. I życiowej, i zawodowej. Pani Kornicka-Ziobro pisze w swoim oświadczeniu, że cierpi. Z pełną świadomością mogę państwa zapewnić, że lekarze też cierpią. ●

Polacy naszych marzeń

• Oprócz Julii Gallez-Janssens w tegorocznym konkursie na esej „Polacy moich marzeń” wyróżnieni zostali:

• **2. miejsce** – Natalia Schab, XXX Liceum Ogólnokształcące im. ks. Jana Twardowskiego w Lublinie, Strzyżewice

• **3. miejsce** – Tomasz Żurawski, II Publiczne Liceum Ogólnokształcące

z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Marii Konopnickiej w Opolu, Prudnik

• **4. miejsce** – Wiktoria Wojciechowska – I Społeczne Liceum Ogólnokształcące im. Unii Europejskiej w Zamościu, Tomaszów Lubelski

• **5. miejsce** – Zofia Anna Warszawska-Zawisza, Saska Szkoła Realna w Warszawie

• **6. miejsce** – Oliwier Świdorski, Zespół Szkół Administracyjno-Ekonomicznych im. Witolda Pileckiego w Gdyni

• **7. miejsce** – Martyna Bartusch, 3 Liceum Ogólnokształcące w Gdyni

• **8. miejsce** – Mikołaj Łotysz, Liceum Ogólnokształcące „Liceum w Chmurze” w Poznaniu, Wilkowice

• **9. miejsce** – Paula Dutkiewicz, I Liceum w Chmurze

• **10. miejsce** – Magdalena Burek, I Liceum Ogólnokształcące im. Tadeusza Kościuszki w Busku-Zdroju oraz Szymon Romanów, Saska Szkoła Realna w Warszawie ●

Marta Górna

W tym serialu podbijanie Dzikiego Zachodu odbywa się niemal bezboleśnie, jak w westernach z lat 50. Nikt nikogo nie skalpuje, nie ciągnie końmi, nie ma publicznych egzekucji. Masakry białych przez rdzennych mieszkańców Zachodu wspomniane są jako potworności z odległej przeszłości. Wojna secesyjna jest równie dalekim wspomnieniem.

Może ma to sens? Teraz, w czasie prezydentury Donalda Trumpa, pamięć historyczna stała się elementem wojny kulturowej. „Domek na prerii”, rodzinny serial z ogromną oglądalnością, może być bezpiecznym miejscem do rozmawiania o historii – w tym także jej mniej chlubnych momentach.

BEZKRWAWY ZACHÓD

Rodzina Ingallsów pokonuje trasę z Wisconsin do Kansas (to ok. 1,3 tys. km) prawie suchą stopą, nie licząc dramatycznej przeprawy przez rzekę. W nowym „Domku na prerii” Zachód jest bezkrwawy. Liczący osiem odcinków serial serwisu Netflix to nowa ekranizacja powieści dla dzieci autorstwa Laury Ingalls Wilder, która napisała dziewięć książek o swoim dzieciństwie, dojrzewaniu i dorosłości na Dzikim Zachodzie w jego pełnym rozkwicie i już u schyłku, czyli pod koniec XIX wieku.

Seria to jeden z fundamentów amerykańskiej kultury, choć była krytykowana za nonszalanckie podejście do tematu zagarnięcia przez białych ziemi Osedżów z Kansas. W nowym „Domku na prerii” ten wątek jest przerobiony, nomen omen, na nowo, po netfliksowemu. Ale nawet w świeżym wydaniu wciąż jest to opowieść o amerykańskiej niewinności.

Myśl przewodnia serialu? Warto być przyzwoitym. W USA trwa już debata, czy ten „Domek na prerii” aby nie zapędził się w poprawianiu historii. Rodzina Ingallsów jest w nim pokazana jako rodzina sympatycznych naiwniaków, którzy nie zdają sobie sprawy z tego, że ziemia, którą chcą zająć, jest cudzą własnością.

Konserwatyści zarzucają serialowi, że jest za bardzo woke – biali pionierzy przedstawieni są jako kolonizatorzy, Osedżowie zaś zbyt mocno wyeksponowani.

Liberalowie narzekają, że serial nie jest wystarczająco odważny. A historia Dzikiego Zachodu jest w „Domku na prerii” przedstawiona z białej perspektywy, uładzona i pozbawiona okrucieństwa. Jednym z głównych oskarżeń jest to, że serial tłumaczy historię, a nie ją opowiada. Jest dydaktyczny. Ale czy dobry?

NIE WARIAT, LECZ BOHATER

W książkach i ich ekranizacjach (np. słynnym, emitowanym w latach 1974-83 serialu „Domek na prerii”) na Dzikim Zachód patrzymy oczami Laury (Alice Halsey), najmłodszej córki Ingallsów.

W nowym serialu poznajemy ją jako wczesną nastolatkę. Ma około 12 lat i w swojej pierwszej scenie próbuje ustrzelić z procy królika. Laura, jak na dziecko wychowywane w brutalnych

Jednym z głównych oskarżeń wobec serialu jest to, że tłumaczy on historię, a nie ją opowiada. Jest dydaktyczny. Ale czy dobry?

Familijski „Domek na prerii”

OPOWIEŚĆ O AMERYKAŃSKIEJ NIEWINNOŚCI



▲ **Rodzina Ingallsów: (od lewej) Skywalker Hughes jako Mary, Crosby Fitzgerald jako Caroline, Alice Halsey jako Laura i Luke Bracey jako Charles**

FOT. ERIC ZACHANOWICH/NETFLIX

czasach, ma całkiem szczęśliwe dzieciństwo. Ojciec (Luke Bracey) ją ubóstwia. Sam jest marzycielem, w poszukiwaniu lepszego życia i darmowej ziemi ciągnie swoją rodzinę na Zachód, do miasteczka Independence, choć plan ma niezbyt przemyślany. Wierzy, że nie ma problemu, którego nie da się rozwiązać wesolą grą na skrzypkach.

Tak naprawdę, jak wielu pionierów, ucieka przed przeszłością. W jego przypadku – szczególnie bolesną.

Starszy brat Charlesa, George, w wieku 13 lat uciekł z domu, by być do-boszem w armii Unii. Wojna i syndrom stresu pourazowego wyniszczyły go i wpędziły w alkoholizm. George jako dorosły mężczyzna biega po wsi w za małym mundurze ze swojej młodości. W jednej ze scen nowego „Domku na prerii” Charles myśli współczucie. Chce zawieźć brata do szpitala dla weteranów, gdzie ktoś będzie mógł mu pomóc. Sprzeciwia się temu ojciec.

W końcu George nie jest wariatem, ale bohaterem.

Laura ma też matkę, Caroline (Crosby Fitzgerald), która dla Charlesa i wiecznej niepewności zostawiła majątną rodzinę i przewidywalnego, lecz pewnego absztyfikanta. No i starszą siostrę, Mary (Skywalker Hughes), najmniej interesującą postać serialu: dziewczynę zaczytaną w klasyce XIX-wiecznej literatury, ale wiecznie skwaszoną i zazdrosną o uwagę ojca.

Laura w Kansas teoretycznie dowiadyduje się, że nie do wszystkich należy biec z sercem na dłoni. Ale czy na pewno? Miejscowy ochle Edwards (Warren Christie), którego żona i córki zmarły na cholerę, okazuje się szlachetnym bohaterem, sąsiadka Good Eagle (Wren Zhawenim Gotts) z plemienia Osedżów – materialem na jej najlepszą przyjaciółkę. Najczarniejszym charakterem w „Domku na prerii” jest Jemma James (Mary Holland), lokalna bigotka i żona przedsiębiorcy kolejowego. Lekarzem w miasteczku jest heroiczny czarny doktor Tan (Jocko Sims). To poprawka Netflixsa – w książkach Tan był heroiczny, ale biały.

Jeśli są konflikty, to międzyludzkie. Nie na tyle poważnie, by ktoś skończył z dziurą w brzuchu albo tomahawkiem w głowie. Serial jest produkcją rodzinną, daleko mu więc do brutalności i na-



► **Alice Halsey jako Laura oraz Wren Zhawenim Gotts jako Dobry Orzeł. W USA trwa debata, czy ten „Domek na prerii” aby nie zapędził się w poprawianiu historii** FOT. ERIC ZACHANOWICH/NETFLIX

◄ **Na Dzikim Zachód patrzymy oczami Laury (Alice Halsey). Poznajemy ją, gdy próbuje ustrzelić królika** FOT. ERIC ZACHANOWICH/NETFLIX

turalizmu „Świt Ameryki”, westernowej rewelacji Netfliksa z ubiegłego roku. Tutaj wszystko da się rozwiązać wygłoszonym drżącym głosem przemówieniem małej dziewczynki. A każdą tragedię da się przetrwać, jeśli rodzina trzyma się razem. Bo, jak mówi w jednej ze scen siostra Laury, Mary – rodzina jest wszystkim.

KONFLIKT WIDZIANY OCZAMI DZIEWCZYNKI

Jest jednak w nowym „Domku na prerii” coś, co sprawia, że trudno się od tego



serialu oderwać. Niewinność Laury, jej przekonanie, że z każdym można się zaprzyjaźnić – to odświeżające.

Konflikt białych i Osedżów widziany oczami małej dziewczynki wydaje się mało skomplikowany. Dlaczego wszyscy nie mogą mieszkać na tej samej ziemi w zgodzie?

Serial nie odpowiada na to pytanie. Dopiero w ostatnich odcinkach jego twórcy poświęcają nieco czasu wątkowi umowy z amerykańskim rządem zawartej w 1865 roku. Wówczas Osedżowie pod dużą presją federalnych podpisali traktat i sprzedali osadnikom ziemię swoich ojców. Sami mieli przeprowadzić się na tereny dzisiejszej Oklahomy.

W tej produkcji robią to niechętnie, ale zachowują godność, co jest podkreślone. Charles, ojciec Laury, wreszcie zaczyna rozumieć, że ziemia, na której zbudował tytułowy domek, nigdy nie należała do niego. Wygłasza nawet na ten temat płomienne przemówienie.

Dziennik „Osage News”, tworzony przez i dla Narodu Osedżów, podkreśla, że po raz pierwszy ich lud stał się pełnoprawnym bohaterem opowieści o przesiedleniu. Ma swój język, tożsamość i własną perspektywę. Jego przedstawiciele doceniają, że twórcy nowego „Domku na prerii” zaprosili do współpracy konsultantów z plemienia, nie potraktowali rdzennej kultury jedynie

W czasie prezydentury Donalda Trumpa pamięć historyczna stała się elementem wojny kulturowej. „Domek na prerii”, familijny serial z ogromną oglądalnością, może być bezpiecznym miejscem do rozmawiania o historii

jako tła do opowieści o białych pionierach. „Guardian” dorzuca, że nowy „Domek na prerii”, owszem, pokazuje mechanizmy wykluczenia na Dzikim Zachodzie, ale robi to grzecznie, pomijając faktyczne okrucieństwo. Gra na nostalgii.

W nowym serialu sąsiedzi Ingallsów są Osedżami. William Mitchell (Megwun Fairbrother) pracuje jako tłumacz dla białych i swoich, jego wychowana przez misjonarzy żona White Sun (Alyssa Wapanatâhk) jest znawczynią literatury. Czy ich perspektywa jest jednak kluczowa? Miałam wrażenie, że znaleźli się tu po to, by twór-

cy mogli skreślić na swojej liście słowo „postępowe”.

CIEKAWSKA I BEZCZELNA

W amerykańskich widzach nowość na pewno wywołuje nostalgię. Pierwsza telewizyjna ekranizacja „Domku na prerii” była jednym z najpopularniejszych seriali w historii tamtejszej telewizji – przez całą emisję oglądało go średnio 18 milionów Amerykanów. Serial zdobył cztery statuetki Emmy i trzykrotnie nominowany był do Złotych Globów. Pokolenie lat 70. dorastało wraz z Laurą, w którą wcielała się Melissa Gilbert w roli swojego życia.

Czy to pokolenie będzie dorastało z nową Laurą? Ta jest ciekawska, czasami bezczelna. 12-letnia Alice Halsey ma urok, którym można porwać widzów. Szczególnie dobra jest w scenie, w której wpada do domu i widzi dwóch młodych wojowników z plemienia Osedżów plądrujących kredens jej marki. Caroline i Mary trzęsą się ze strachu w kącie. Laura próbuje wojowników zagadać, ugościć ich chlebem kukurydzianym. Tak pozbawia ich niebezpiecznej broni: gniewu i frustracji.

To interesująca postać, ciekawsza niż wszystkowiedząca Enola Holmes, która pewnie rzuciłaby się na Osedżów z krzesłem. Ale „Domek na prerii” poza tym, że jest sprawną opowieścią obyczajową, w której wszystkie niewygodne wątki są przemilczane, albo opowiedziane szepem, powstał też chyba nieco za późno.

Nie tylko „Świt Ameryki” zmienił w ostatnich latach reguły gry w opowiadaniu o Dzikim Zachodzie. Wcześniej powstało rewelacyjne „Godless”, jeszcze wcześniej wybitne „Deadwood”, Taylor Sheridan zrealizował „1883”, a doskonała „Angielka” z Emily Blunt do dziś siedzi mi w głowie.

„Domek na prerii” w takiej formie, w jakiej podał klasyczną opowieść Netflix, cofa amerykańską telewizję o kilka kroków. Piszę to specjalnie, bo myślę o „Prawdziwym męstwie” Coenów. Tam Rooster Cockburn mówi, że zawsze idzie do tyłu, kiedy się cofa, i muszę powiedzieć, że myślałam o tym cytacie w czasie seansu „Domku na prerii” nieco za często. Co nie oznacza, że nie obejrzę sezonu 2. – Netflix ogłosił, że powstanie już w marcu, prawie cztery miesiące przed premierą pierwszej odsłony. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34444940

14-15-16.08

Olsztyn

green*

festival

NA WARMII I MAZURACH

VITO BAMBINO

KACPERCZYK

KAYAH

PEZET

ARTUR ROJEK

SISTARS

SOKÓŁ

GRZEGORZ TURNAU

ZALEWSKI

BASS ASTRAL

HUBERT.

IGO

RALPH KAMINSKI

KASIA LINS

JOHN PORTER

KASIA SIENKIEWICZ

MERY SPOLSKY

VOO VOO

MISIA FURTAK · HELA · BARTEK KRÓLIK · OFELIA · PRZEBIŚNIEGI · RUNFORREST

SONBIRD · THE CASSINO · ZABŁOCKI/MOZIL · PIOTR ZIOŁA

3 SCENY, 30 KONCERTÓW, TEATRY I STAND-UPY NAD JEZIOREM UKIEL

POCZUJ LATO! ☺

ORGANIZATOR: wyborcza.pl

WSPÓŁORGANIZATOR: OLSZTYN

PARTNER GŁÓWNY: #gen Warmii i Mazur

PARTNER STRATEGICZNY: LOTTO

SPONSORZY STRATEGICZNI: ING, Energa GRUPA ORLEN, kinder bueno, Casablanca CATERING, LECH, NASK, dobra energia by elenorm, ZET, chillizet, GAZETA.PL, AMS, HELIOS, helios media

PARTNERZY EDUKACYJNE: UNIWERSYTET WARMIŃSKO-MAZURSKI W OLSZTYNIE, KORTO SFERA, Centrum Popularyzacji Nauki i Innowacji

PARTNER TERENU: OSIR

SPONSORZY: Biedronka, Cocolino, essence, instax FUJIFILM, Jordan*, Alcon, MICHELIN, SERWIS NOSOWICZ, MPEĆ, zoek, GALERIA WARMIŃSKA, Aura, K, opoem, REKOPOL, REMONDIS

Witamy
w Polsce

Cykl
Witamy w Polsce
tworzy zespół
kilkudziesięciu
reporterów
„Wyborczej”
pracujących
w redakcjach
w całym kraju.

PĘTLA

Gdy dron namierza ciało Wiktorii, matka Aleksandra wrzuca telefon do pieca. Policjanci przez rok analizują billingi, ślady DNA, podsłuchy. Próbują zrozumieć, co wydarzyło się w lesie pod Nowym Tomyślem.

Niepokój pojawia się po zmroku. Katarzyna próbuje dozwonić się do córki. Włącza się poczta. Krąży autem po wsi, mijając brzozy i młodych.

Przed północą unosi się tam dron z kamerą termowizyjną. Operator zauważa ludzką sylwetkę. Na miejscu policja, straż, światła. Nie wpuszczają dalej.

Wiktorii leży kilka metrów od leśnej drogi, którą jej matka jechała kilka godzin wcześniej.

NIEWYSLANY SMS

Jest 3 marca 2025 roku. Katarzyna odbiera 13-letnią córkę ze szkoły. Po południu Wiktorii wychodzi na spacer. Chce zadzwonić do chłopaka. Nagrywa mu wiadomość: idźcie na spotkanie z Aleksandrem, czternastolatkiem z tej samej wsi. Ma jej pokazać e-papierosa.

Od wyjścia Wiktorii z domu mijają pięć godzin. Jej telefon milczy, rodzice zgłaszają zaginięcie. Z komisariatu dzwonią do ojca dwóch braci: Aleksandra i Mateusza. Mężczyzna zapewnia, że synowie nie widzieli Wiktorii.

Szukają jej służby. Ciało leży brzuchem do ziemi, z pętlą na szyi, przywiązana do młodej brzozy. Pierwszy na miejscu jest ratownik medyczny. Odcina sznur i obraca ciało na plecy. Pod nim leży telefon. Na tym etapie najbardziej oczywista wydaje się jedna wersja – samobójstwo.

Katarzyna widzi córkę dopiero po pięciu dniach, podczas pożegnania przed pogrzebem. Na cmentarzu obiecuje Wiktorii, że nie odpuści, dopóki nie wyjaśni jej śmierci.

Policjanci z Nowego Tomyśla ustalają, że nie została listu pożegnania. Sprawdzają jej telefon. Nie ma śladu myśli samobójczych. Jest plan spotkania z Aleksandrem.

Znajdują wiadomość od chłopaka – wysłaną już po jej wyjściu z domu – że nie mogą być przyjaciółmi. Jest też niewysłana wiadomość – ciąg przypadkowych znaków.

ONI MNIE ZABIJĄ

Wiktorii chodziła do szóstej klasy. Zawsze informowała, gdzie jest. Miała chłopaka z sąsiedniej wsi, starszego o cztery lata. Niedawno ogłosili, że są parą. Rodzice Wiktorii go lubili.

Katarzyna nie wierzy w samobójstwo. Mówi, że Wiktorii nie miała powodów i nie była do tego zdolna. Bała się bólu. Plakała, gdy skrzyła palec w szkole. A tu ktoś rozważa, że mogła się powiesić – na pniu młodej brzozy, choć obok są drzewa z mocnymi konarami.

Gdy znaleziono ciało, wykrzyczała, że to wina braci S. Wraca do wydarzeń, które poprzedziły śmierć córki. Najpierw przyjechała policja – otrzymali zgłoszenie, że Wiktorii miała pomawiać Mateusza, starszego z braci. W tym czasie była w szkole. Po powrocie się rozplakała: – Jeśli to się wyda, oni mnie zabiją.

Powiedziała, że 17-letni Mateusz wysłał jej wiadomość z seksualną propozycją. Odrzuciła ją. Informacja zaczęła jednak krążyć, dotarła do jego matki, która poszła na policję bronić dobrego imienia syna.

Katarzyna pojechała z córką na komisariat. Zapis korespondencji potwierdzał wersję Wiktorii. Policjant przeczytał wydruki, obiecał, że ktoś się odezwie. Minęły trzy miesiące – nikt nie zadzwonił.

Policjanci przesłuchują braci już po śmierci Wiktorii. Starszy, Mateusz, twierdzi, że ostatni raz widział Wiktorię rano w szkolnym autobusie. Aleksander potwierdza, że kontaktowała się z nim w sprawie e-papierosa. Zaprzecza, by się spotkali.

DNA NA SZNURZE

Pierwsze potwierdzenie, że to mogło nie być samobójstwo, daje lekarka medycyny sądowej. Stwierdza, że przyczyną zgonu Wiktorii było uduszenie gwałtowne. Dodaje: „nie można wykluczyć udziału osób trzecich”.

Ciało Wiktorii znaleziono o godz. 23.50. Nie żyła już od trzech do sześciu godzin. Telefon przestał się logować do sieci o godz. 18.30.

Na jednej z części sznura policjanci zabezpieczają materiał biologiczny. Biegły wskazuje, że to DNA Wiktorii i mężczyzny z rodziny S. Może to być Mateusz albo Aleksander. Nie jest w stanie rozstrzygnąć.

Na remizie strażackiej wisi kamera. Na nagraniu Aleksander jedzie rowerem w stronę miejsca śmierci Wiktorii. Rozmawiają ze świadkami, którzy widzieli go w drodze powrotnej. Zapamiętali to spotkanie, bo powiedział „dzień dobry”. Wcześniej tego nie robił.

We wsi mówią o braciach: zamknięci, zdystansowani. Obaj powtarzali klasy. Aleksander chodził do tej samej, co Wiktorii. Jest rośli i barczysty, wygląda na starszego niż 14 lat.

– Jak to chłopacy, czasem broili – mówią mieszkańcy. Dodają, że rodzice zostawiali braciom dużo swobody. Zdarzyło się, że strzelali z wiatrówek do okna.

Policjanci zwracają uwagę na trudne warunki życia rodziny S. Matka nie pracuje, ojciec utrzymuje rodzinę – zarabia przy wyrębie lasu. Bracia mają bliższy kontakt z wujkiem niż z rodzicami. To on daje Aleksandrowi alibi na popołudnie, gdy zaginęła Wiktorii. Twierdzi, że razem naprawiali motor.

JAK ZGINĘŁA WIKTORIA

Po pięciu miesiącach policjanci z Nowego Tomyśla dochodzą do ściany. Sądzą, że Aleksander ma związek ze śmiercią Wiktorii, ale nie są w stanie tego udowodnić.

Śledztwo przejmuje komenda wojewódzka z Poznania. Jedni podejrzewają, że Aleksander zabił Wiktorię. Inni dopuszczają scenariusz, w którym był w lesie tylko po to, by przekazać jej sznur. Biorą też pod uwagę wersję, że za jej śmiercią stoi ktoś inny, choć nic na to nie wskazuje.

Działania policjantów koordynuje prokurator Łukasz Wawrzyniak. Powstaje druga opinia sądowo-lekarska. Brak jednoznacznych wniosków. Śledczy decydują się na eksperyment procesowy – ratownik medyczny z użyciem manekina odtwarza ułożenie ciała. Biegli z Zakładu Medycyny Sądowej w Poznaniu stwierdzają: „Nie można z wymaganą pewnością wykluczyć zażerzgnięcia i udziału osób trzecich”.

Zadzierzgnięcie oznacza zaciśnięcie pętli wokół szyi pod wpływem napięcia. Może ją napinać działanie innej osoby. Na ciele Wiktorii nie ma obrażeń wskazujących wyraźnie, że się broniła lub walczyła. Nie oznacza to jednak, że nie doszło do przemocy – była słabsza fizycznie, mogła zostać zaskoczona. Miała otarte kolana.



Policjanci rozważają także odurzenie. Jedną z hipotez zakłada, że Aleksander mógł poczęstować Wiktorię e-papierosem, w którym znajdowała się inna substancja. Badania toksykologiczne nie wykazały obecności alkoholu ani środków odurzających. Niektóre substancje mogą jednak nie zostawić śladu.

Wracając do niewysłanej wiadomości w telefonie Wiktorii – ciągu przypadkowych znaków. Nie wiedzą, kiedy powstała. Nie ustalili też, dlaczego telefon przestał działać. Analizują także wiadomość od Aleksandra. Mógł ją wysłać, gdy Wiktorii już nie żyła.

ZAGINIONY TELEFON

Sąd zgadza się na podsłuchy rozmów telefonicznych braci i ich rodziny.

W nagraniach pojawia się temat śmierci Wiktorii, ale nie pada przyznanie do zabójstwa. Z podsłuchów wynika jednak, że Aleksander może wiedzieć więcej, niż ujawnił. Wujek namawia go, by się zgłosił na komendę. Śledczy ustalają, jaką wersję wydarzeń zamierza przedstawić. Ma przyznać, że był w lesie, znalazł jej ciało, spanikował i uciekł. Ma też mówić o ciemnym samochodzie wyjeżdżającym z lasu.

Policjantom nie zgadza się numer IMEI telefonu, który Aleksander przekazał im do analizy. Wcześniej karta SIM znajdowała się w innym aparacie, ale przestał się logować do sieci. To wygląda na świadome utrudnianie śledztwa. Nie wiedzą tylko, co chciał ukryć. Jadą na przeszukanie. Nie znajdują telefonu. Matka potwierdza jednak podmiannę. Mówi, że mąż uszkodził swój telefon, więc pożyczył od syna. Podczas pracy w lesie telefon wypadł mu z kieszeni i zmiażdżył go ciągnik. Teoretycznie to możliwe, ale policjanci są sceptyczni.

Uzyskują dostęp do historii aktywności Aleksandra w internecie. Gromadził w dużych ilościach materiały pornograficzne. Część jest szczególnie drastyczna i niedostępna w otwartym obiegu. Po śmierci Wiktorii przestał je pobierać.

Osoba, która je oglądała, mówi, że przedstawiają sceny z użyciem pętli, podduszaniem i przemocą wobec kobiet. Niektóre rozgrywają się w lesie. Podkreśla jednak, że to inscenizacje i mimo podobieństw nie można ich jednoznacznie wiązać ze śmiercią Wiktorii. Sekcja zwłok wyklucza, by przed śmiercią odbyła stosunek seksualny.

Do tej pory Aleksander zeznawał tylko raz. Nie chcieli konfrontować go z zebranymi dowodami, żeby nie dopasował do nich swojej wersji. W końcu zapraszają całą rodzinę do komendy.

JEGO WERSJA

Aleksander przyjeżdża z bratem, rodzicami i wujkiem. Jest przekonany, że to tylko formalność. Policjanci rozdzielają rodzinę.





W pierwszym pokoju siedzą Aleksander, jego pełnomocnik, kurator zawodowy, psycholożka i policjanci. Przedstawia wersję, której się spodziewali. Jest spokojny, mówi staranną polszczyzną: – Wy naprawdę uważacie, że ja ją zabiłem? Że byłbym do tego zdolny?

Na razie mają jedno – potwierdził, że był w miejscu, w którym zginęła Wiktorii.

W drugim pokoju matka przyznaje: telefon tak naprawdę spalili w piecu.

Policjanci wymieniają się informacjami. Aleksander nie jest już spokojny. Zaczyna płakać: – Dobra, powiem. To ona chciała, żebym ją zabił.

Dopracowaną polszczyznę zastępuje dialekt. Opowiada, że pętlę na szyję Wiktorii założył za jej zgodą, a gdy dała znak ręką, zacisnął ją i napiął sznur. Dodaje, że użył dużej siły i dociskał dziewczynę do ziemi. Twierdzi, że Wiktorii chciała umrzeć i zmusiła go do zabójstwa.

Zapisują to w protokole. Mają jednak wątpliwości. Trudno im uwierzyć, że trzynastolatka wymusiła własną śmierć na starszym i silniejszym chłopaku. Słyszeli już podobne wyjaśnienia – sprawca często próbuje zmniejszyć swoją odpowiedzialność.

Aleksander wraca do tego schematu, gdy pytają o drastyczne materiały pornograficzne.

– To ona chciała je oglądać – mówi.

Dostrzegają zainteresowanie tymi treściami, a z drugiej wyraźne zaniepokojenie. Na pytania o filmy Aleksander reaguje silniej niż na pytania o zabójstwo.

– To co? Dostanę kuratora? – pyta po chwili.

Oficer zaangażowany w śledztwo: – Utwierdził nas w przekonaniu, że nie w pełni rozumie konsekwencje.

Aleksander spędza noc w policyjnej izbie dziecka. Następnego dnia sąd dla nieletnich w Nowym Tomyślu wszczyna postępowanie w sprawie zabójstwa Wiktorii. Podczas posiedzenia Aleksander wycofuje się z przyznania do zabójstwa. Twierdzi, że wymusili je policjanci. Sąd orzeka środek tymczasowy – umieszczenie w schronisku dla nieletnich. Tu kończy się rola policji i prokuratury.

WCIAŻ NIE WIE

Odwiedzam matkę Wiktorii. Wychodzi na ganek. Płakała, wspominając córkę. Za chwilę musi odebrać starsze dzieci ze szkoły. Mówi, że to one trzymają ją przy życiu.

– Jak ocenia pani słowa Aleksandra, że to Wiktorii poprosiła go o zabójstwo?

– To, co mówi, jest bezcelne – odpowiada. – Wiem, że córka by tego nie zrobiła. Nie poprosiłaby drugiej osoby. Jeśli miałyby sobie coś zrobić, w co nie wierzę, zrobiłaby to sama, w łagodniejszy sposób.

– Czy ma pani poczucie, że sprawa jest wyjaśniona?

– Nie. Wciąż nie wiem, dlaczego córka zginęła.

Od Andrzeja Gawlińskiego, kryminalistyka i doktora nauk prawnych, chcę się dowiedzieć, czy nieletni jest w stanie upozorować samobójstwo.

– To nie jest zarezerwowane dla sprawców doświadczonych – odpowiada. – U młodych takie działania częściej bywają chaotyczne i niespójne. Zawierają błędy, które można wychwycić. Na pierwszy rzut oka nie da się ocenić, czy śmierć była samobójstwem, czy jego upozorowaniem.

W komendzie wojewódzkiej rozmawiam z policjantami zaangażowanymi w śledztwo. – To najprostsze wyjście z sytuacji, twierdzić, że policja biła i zmuszała – mówi jeden z oficerów. – W tym przesłuchaniu uczestniczyli jego pełnomocnik i kurator. Była też psycholożka. Będzie oceniać wiarygodność kolejnych wersji.

Pełnomocnikiem był radca prawny Maciej Łodyga. Nie chce się wypowiadać – nie reprezentuje już Aleksandra.

Nową pełnomocniczką jest adwokatka Zuzanna Loga-Kolasa. Podważa przyznanie się do zabójstwa. Twierdzi, że wie, na czym miało polegać wymuszenie zeznań, ale na tym etapie nie chce tego ujawniać. Wystąpiła do sądu o zabezpieczenie nagrań z monitoringu wewnątrz komendy.

Oficer policji potwierdza, że prowadzili z Aleksandrem grę: opóźniali konfrontację z dowodami i przed decydującymi przesłuchaniami usypiali jego czujność. W kluczowym momencie po prostu pękł.

Gawliński mówi o powtarzalnym schemacie: najpierw zaprzeczenie, potem potwierdzenie niektórych faktów, w końcu przełamanie i przyznanie połączone z próbą przedstawienia swojej roli w lepszym świetle. Wycofanie zeznań też nie jest rzadkie. Bywa elementem przyjętej linii obrony.

– Rekonstrukcja zdarzenia nie może opierać się wyłącznie na relacji podejrzanego – mówi kryminalistyk. – Kluczowa jest jej konfrontacja z dowodami. Dopiero to pozwala zbudować najbardziej prawdopodobny przebieg wydarzeń.

Zdaniem policjantów zeznanie Aleksandra jest spójne z dowodami. Opis zaciśnięcia pętli zgadza się ze śladami DNA na sznurze i wnioskami biegłych.

Dla nich sprawa jest zamknięta, ale wciąż wracają do tego samego pytania: dlaczego Wiktorii zginęła. Nie nie wskazuje, by rozważała samobójstwo i mogła prosić o zabójstwo.

Zwracają uwagę na sznur. To nie jest przedmiot, który młodzi ludzie zabierają do lasu. Nie wykluczają ani zaplanowanego zabójstwa, ani działania pod wpływem silnych emocji. Rozważają też wypadek podczas próby podduszania.

Pytam, co jeszcze nie daje im spokoju. Wskazują na telefon, który spłonął w piecu. Nie wykluczają, że Aleksander nagrał spotkanie w lesie.

MECHANIZM OBRONNY

– To wszystko nie jest takie proste i nie da się ułożyć w czysty schemat przyczynowo-skutkowy – mówi psycholożka Magdalena Sękowska.

Podkreśla, że trzeba zachować ostrożność z dwóch powodów: by nie skrzywdzić Aleksandra – niezależnie od tego, co się wydarzyło – oraz by z szacunku dla Wiktorii nie przypisywać jej zachowań, których nie było.

Dodaje, że przy tak drastycznych zdarzeniach psychika szybko próbuje „domknąć” historię. Luki i niejasności wzbudzają dyskomfort. Ta sprawa wymaga tymczasem cierpliwości i ostrożnego łączenia faktów.

Pytam o sprzeczne wersje Aleksandra. – Niedojrzała osoba rzadko potrafi zaplanować taką strategię – większe znaczenie ma wpływ otoczenia, lęk i trudność w przewidywaniu konsekwencji – wyjaśnia.

Tłumaczy, że w tej fazie rozwoju brakuje autorefleksji. Liczy się przede wszystkim uniknięcie zagrożenia. Zwraca uwagę na znaczenie środowiska i norm.

– Jak interpretować przerzucanie odpowiedzialności na ofiarę? – pytam.

– To mechanizm obronny: próba przerzucenia winy i pozbycia się odpowiedzialności – odpowiada Sękowska.

Jej zdaniem szczegółowy opis zabójstwa może wynikać z przeżycia, ale nie musi. – Czasem taka opowieść daje poczucie sprawstwa i kontroli, na chwilę bycia silnym i ważnym – mówi. – Można ją też zbudować z tego, co widziało się wcześniej w filmach czy na zdjęciach.

Pytam też o wpływ drastycznych treści. Przyznaje: – Ich oglądanie może pobudzać i oswajać przemoc.

KOSZMARY

Postępowanie przed sądem dla nieletnich jest niejawne.

– Najtrudniejsze będzie odtworzenie przebiegu zdarzenia i ustalenie, czy Aleksandrowi pomagały inne osoby – ocenia adwokat Karol Zając, pełnomocnik rodziny Wiktorii. – Nie ma wątpliwości, że to nie było samobójstwo, ale trudno wskazać motyw zabójstwa. Wiktorii nie miała powodów, aby odebrać sobie życie ani prosić o to innych. Modyfikacje wcześniejszych zeznań wpisują się natomiast w przyjętą linię obrony.

Aleksander odpowiadałby jak dorosły tylko w przypadku zabójstwa ze szczególnym okrucieństwem – wtedy groziłoby mu 30 lat więzienia. W tej sprawie sąd nie dopatrzyl się szczególnego okrucieństwa. Może więc trafić do zakładu poprawczego, maksymalnie do 21. roku życia.

Katarzyna: – Skończy 21 lat i wyjdzie? Będzie miał przed sobą całe życie. Mojej córki nigdy już nie zobaczę.

Jest wdzięczna policjantom: – Oczyścili jej dobre imię. Potwierdzili, że to nie było samobójstwo. Nie odpuścili.

Męczą ją koszmary. Czasem budzi się, czując, że się dusi. Po pogrzebie przyszła Wielkanoc. Przy stole wszyscy płakali. Siedmioletni brat Wiktorii nakrywał do stołu. Dla niej też postawił talerz.

Katarzyna wraca myślami do tamtego wieczoru, gdy mijala samochodem brzozy zagajnik. Nie zatrzymała się. Może zdążyłaby uratować Wiktorię. ●

Najtrudniejsze będzie odtworzenie przebiegu zdarzenia i ustalenie, czy Aleksandrowi pomagały inne osoby. Nie ma wątpliwości, że to nie było samobójstwo, ale trudno wskazać motyw zabójstwa

KAROL ZAJĄC

adwokat, pełnomocnik rodziny Wiktorii

TYLKO ZDROWIE

NIE MIESZAJ...

dr Katarzyna Wolnicka*

...solonej wody
z nawodnieniem

Na platformach społecznościowych influencerzy przekonują, że do szklanki wody konieczne trzeba dodać szczyptę soli, elektrolitów albo „minerałów”, żeby odpowiednio się nawodnić. Według nich woda rzekomo „przelatuje przez organizm” i nie trafia do komórek. Swoje teorie podpierają trudnymi słowami: sól, osmoza, gospodarka elektrolitowa, nawodnienie komórkowe.

Ale tak naprawdę to, co prezentują, to mit i klasyczny przykład dezinformacji. Z fizjologii człowieka wynika, że to właśnie woda jest podstawowym płynem nawadniającym organizm.

Organizm przez całą dobę bardzo precyzyjnie kontroluje gospodarkę wodno-elektrolitową. Nerki, mózg i hormony dbają o to, aby stężenie sodu we krwi utrzymywało się w bardzo wąskim zakresie, aby możliwa była prawidłowa praca wszystkich komórek.

Kiedy pijemy zwykłą wodę, zostaje ona szybko wchłonięta z przewodu pokarmowego do krwi, a następnie trafia tam, gdzie jest potrzebna, czyli do tkanek i wnętrza komórek. Organizm sam decyduje, ile wody zatrzymać, a ile wydalić. W normalnych warunkach nie potrzebuje dodatkowej soli do nawodnienia. ●

*specjalistka dietetyki i ekspertka think tanku Żywność dla Przyszłości

PYTANIE DO... psychiatry

Dlaczego tak trudno
rzucić palenie?

dr n. med. Piotr Wierzbński

Nikotyna jest silnie uzależniająca. Prawdopodobieństwo rozwoju uzależnienia po spróbowaniu substancji choć raz sięga aż 32 proc. To znaczy, że na 100 osób, które na przykład wypalą papierosa, aż 32 zaczyną palić stale. Dla porównania: heroina po spróbowaniu uzależnia w 23 proc. przypadków, kokaina – w 17 proc., a alkohol – w 15 proc. Przez silne uzależnienie od nikotyny tylko dwie trzecie palaczy chce faktycznie rzucić palenie papierosów, tylko jedna trzecia podejmuje taką próbę, a zaledwie

u 2-3 proc. z nich próba taka kończy się sukcesem.

Za silne uzależnienie od nikotyny odpowiada dopamina, neuroprzekaznik związany m.in. z chęcią działania i pozytywnymi emocjami. Pod wpływem nikotyny następuje silne i szybkie wydzielanie dopaminy. Jeśli zapalimy papierosa, jest nam dobrze. Przewlekłe palenie papierosów zwiększa liczbę receptorów nikotynowych, które zwiększają poziom dopaminy w układzie nagrody. Większa liczba tych receptorów nasila głód nikotyny oraz objawy odstawienia spowodowane brakiem dopaminy i nikotyny, w ten sposób uzależnienie od papierosów się wzmacnia. Wiele

zachowań stymuluje wydzielanie dopaminy w układzie nagrody, ale palenie mocno się tu wyróżnia. Jedzenie podnosi poziom dopaminy o 50 proc. od stanu wyjściowego, seks o 50-100 proc., nikotyna o 225 proc., to prawie tyle samo co morfina i heroina – 150-300 proc.

W Polsce dominuje narracja, że palacze powinni zwyczajnie rzucić palenie. Ale to nie jest takie proste. System zdrowia powinien bardziej wspierać osoby, które chcą wyjść z nałogu. Współpraca z uzależnionymi osobami jest skuteczniejsza niż tylko straszenie ich rakiem i stawianie nierealnych oczekiwań. ●

Not. Katarzyna Staszak

Liczba

92

PROC.
• Polek i Polaków ma swoje rytuały pielęgnacyjne – wynika z badania „Beauty & Beyond European Consumer Perception Study 2026” przeprowadzonego przez Cosmetics Europe na 10 europejskich rynkach

Akcja

Chcąc połączyć wakacyjny wypoczynek z ruchem, Medicover stworzył Baltic Tour – serię wydarzeń, w ramach której od 26 lipca do 5 sierpnia w 10 topowych nadmorskich miejscowościach na miejskich plażach powstaną bezpłatne strefy aktywności dla całych rodzin. Uczestnicy będą mogli poznać podstawy tenisa plażowego, pokonać rodzinny tor przeszkód, wziąć udział w zajęciach fitness, wykonać bezpłatne badania profilaktyczne, np. sprawdzić poziom cukru lub ciśnienie krwi. ●

• Więcej na: medicoversport.pl/baltictour

12 przyczyn, na które masz wpływ

Skąd się bierz

Opowiadamy sobie o genach, ale zdecydowana większość przypadków demencji ma związek ze stylem życia i z chorobami, które rozwijamy przez złe odżywianie i brak ruchu.

Katarzyna Staszak

Na całym świecie na demencję cierpi ponad 57 milionów osób – podaje Światowa Organizacja Zdrowia (WHO). Najczęstszą postacią demencji jest choroba Alzheimera, odpowiada za 60-70 proc. przypadków.

Naukowcy wytypowali 12 czynników ryzyka demencji, na które potencjalnie możemy wpływać. Najnowsze badanie opublikowane w czasopiśmie „The Lancet Healthy Longevity” opisuje, jaką rolę odgrywają te czynniki w różnych częściach świata.

12 SPRAW
DO ZAOPIEKOWANIA

Wczesne oznaki demencji to:

- zapomnianie o ostatnich wydarzeniach;
- gubienie rzeczy;
- zagubienie podczas spaceru lub jazdy samochodem;
- uczucie zdezorientowania nawet w dobrze znanych miejscach;
- utrata poczucia czasu;
- trudności w rozwiązywaniu problemów lub podejmowaniu decyzji;
- problemy ze znalezieniem słów w czasie rozmowy;
- trudności przy wykonywaniu znanych zadań;
- błędna wizualna ocena odległości od obiektów.

Tym objawom towarzyszą zmiany w nastroju i zachowaniu:

- uczucie niepokoju, smutku lub złości z powodu utraty pamięci;
- zmiany osobowości;
- niewłaściwe zachowanie;
- wycofanie się z pracy lub aktywności społecznej;
- mniejsze zainteresowanie emocjami innych ludzi.

Skąd bierze się demencja? Nie ma jednej prostej odpowiedzi. Naukowcy typują czynniki, które zwiększają ryzyko pojawienia się demencji. To 12 stanów, na które mamy wpływ poprzez styl życia lub podjęcie leczenia:

- słaby poziom wykształcenia;
- utrata słuchu;
- wysoki poziom cholesterolu LDL (tzw. złego cholesterolu);
- depresja;
- brak aktywności fizycznej;
- cukrzyca;
- palenie tytoniu;



• Zdecydowana większość przypadków demencji ma związek ze stylem życia

FOT. GETTY IMAGES/WESTEND61

Demencja jest stanem, na który „pracujemy” przez całe życie

EKSPERCI OD ZDROWIA MÓZGU

- nadciśnienie tętnicze;
- otyłość;
- nadmierne spożycie alkoholu;
- izolacja społeczna;
- utrata wzroku.

Do czynników zwiększających ryzyko demencji zaliczają się także urazy głowy i zanieczyszczenie powietrza.

W ramach badania naukowcy przeanalizowali dane zebrane w latach 2009-23 od ponad 214 tys. starszych osób z różnych krajów, m.in. Wielkiej Brytanii, Chin czy Meksyku. Ustalili, że różne czynniki ryzyka mogą występować razem i że w różnych krajach inne problemy są najbardziej powszechne.

Na przykład: niski poziom wykształcenia dotyczył aż 85,6 proc. osób starszych w Chinach, a w USA – tylko 12 proc.

Z kolei otyłość dotyczyła 45 proc. badanych Amerykanów, ale tylko 13 proc. mieszkańców Indii.

Co to oznacza? Że dla zmniejszenia liczby osób z demencją w poszczególnych krajach trzeba dostosowywać działania profilaktyczne do tamtejszych problemów – spojrzeć na to, co jest kluczowe.

PROBLEMY CHODZĄ PARAMI

Badacze potwierdzili to, co podpowiada intuicja – niektóre czynniki ryzyka pojawiają się razem. Na przykład, jeśli ktoś pali papierosy czę-

TYLKO ZDROWIE

e demencja



Zalecenia WHO Mniej demencji? To możliwe

Można by opóźnić wystąpienie nawet 45 proc. przypadków demencji na świecie, a nawet całkowicie im zapobiec – twierdzi Światowa Organizacja Zdrowia (WHO). 15 lipca WHO opublikowała zaktualizowane wytyczne dotyczące ograniczania ryzyka pogorszenia funkcji poznawczych i demencji. To podpowiedzi dla krajów i organizacji.

Co zaleca WHO? M.in. wspieranie zdrowych nawyków:

- **działania stymulujące funkcje poznawcze.** Wiadomo, że osoby z wyższym wykształceniem i wykonujące bardziej złożoną pracę są zazwyczaj mniej narażone na ryzyko wystąpienia demencji. Raport zaleca więc trening funkcji poznawczych, gry planszowe, czytanie i grę na instrumentach muzycznych.
- **nawiązywanie i pielęgnowanie relacji.** Wyeliminowanie samotności pozwoliłoby zapobiec około 5 proc. przypadków demencji. Można zakładać kluby tematyczne, promować wolontariat, ale

też pielęgnować przyjaźnie, sportować się na kawę. Znaczenie ma nawet dzwonienie do znajomych.

- **aktywność fizyczna.** Największy spadek ryzyka demencji widać w przypadku aktywności podejmowanych przez dłuższy czas i o wysokiej intensywności.
- **ograniczenie alkoholu.** Już sześć miesięcy bez alkoholu może poprawić funkcje poznawcze. Szacuje się, że wyeliminowanie alkoholu ze społeczeństwa pozwoliłoby zapobiec 1 proc. wszystkich przypadków demencji.

- **rzucenie palenie.** WHO rekomenduje wprowadzenie działań wspomagających wyjście z nałogu i podkreśla, że palenie w wieku średnim wiąże się z ryzykiem demencji w większym stopniu niż palenie w starszym wieku.
- **zdrowa, zbilansowana dieta.** Raport nie zaleca suplementacji „przeciwko demencji” – witamin z grupy B i witaminy E, wielonienasyconych kwasów tłuszczowych omega-3 ani preparatów wielowitaminowych i mineralnych. ●

Przeciw demencji Trzy drogi ku lepszemu zdrowiu naszego mózgu

ściej, ma też problem z nadmiernym spożywaniem alkoholu. A nadciśnienie tętnicze często łączy się z wysokim stężeniem cholesterolu. Takie grupowanie czynników ryzyka występowało we wszystkich badanych miejscach świata.

Niektóre czynniki z listy ryzyka pojawiają się w naszym życiu wcześniej, np. brak aktywności fizycznej albo palenie papierosów. Mamy więc lata na ich wyeliminowanie, choć osoby trzydziestoletnie rzadko myślą o braku ruchu jako czymś, co naraża je na demencję za 30 lat.

Ekspertki od zdrowia mózgu powtarzają, że demencja jest stanem, na który „pracujemy” przez całe życie. Pogląd, że to dolegliwość, która zaczyna się u osób starszych nagle, jest dla nas szkodliwy. Pozwala nam nie przejmować się czynnikami ryzyka, które już w czwartej i piątej dekadzie życia niszczą mózg.

Poza tym wciąż dominuje przekonanie, że choroba Alzheimera zapisana jest w genach i nie mamy na nią wpływu.

– Rzadko widujemy chorych z genetycznym podłożem choroby Alzheimera. To tylko kilka procent zachorowań. Wiemy, że najważniejsze są nawyki, m.in. te związane z dietą. Rośnie znaczenie medycyny stylu życia, bo odpowiedni styl życia ma większy wpływ na zdrowie niż leki – mówi dr n. med. Anna Filipek-Gliszczyńska, neurolog z Grupy LUX MED. ●

Każdego dnia możemy zrobić coś, żeby zmniejszyć ryzyko demencji. Inspiracji dostarczają badania naukowe, które odkrywają, co pozytywnie wpływa na mózg.

Kultura spowalnia starzenie.

Czytanie, słuchanie muzyki, wizyty w galeriach i własna twórczość mogą spowolnić tempo starzenia się organizmu. Nie chodzi tylko o mózg, ale w ogóle o całe ciało.

Tempo starzenia wpływa na nasz wiek biologiczny. Im jest ono szybsze, tym biologicznie starsi jesteśmy. Naukowcy oceniają wiek biologiczny m.in. dzięki zegarom epigenetycznym. To sposób na śledzenie zmian w aktywności genów. Przykładowo: możemy mieć metrykalnie 50 lat, ale żyć w sposób, który sprawia, że nasz wiek biologiczny to dopiero czterdziestka. Może też być odwrotnie – osoba urodzona 40 lat temu może starzeć się szybciej i biologicznie być w wieku 50 lat.

Młodszy wiek biologiczny łączy się z szansami na dłuższe życie.

Jeśli organizm jest biologicznie młody, to znaczy, że dobrze radzi sobie ze stanami zapalnymi i ma sprawniejszy system odpornościowy. Przekłada się to też na ryzyko wystąpienia demencji.

Warto więc planować wizyty na wystawach, koncertach czy w teatrze i czytać książki.

2 Zaszczep się przeciwko półpaścowi. Półpaśiec to infekcja wirusowa powodująca bolesną wysypkę. Chorobę wywołuje ten sam wirus, który odpowiada za ospę wietrzną. Po zakażeniu się ospą wietrzną w dzieciństwie wirus pozostaje uśpiony w naszych komórkach nerwowych przez całe życie. U osób starszych lub z osłabionym układem odpornościowym wirus może się reaktywować i wywołać półpaśiec. Półpaśiec może zaatakować także oczy lub uszy. Choroba może zostawić trwale powikłania.

Wiele badań wykazało, że osoby zaszczepione przeciwko półpaścowi rzadziej mają demencję.

W Polsce szczepienie przeciwko półpaścowi jest bezpłatne dla osób od 65. roku życia, które chorują przewlekłe, np. na cukrzycę, choroby układu krążenia, POChP czy reumatoidalne zapalenie stawów.

3 Myśl o ulicach miasta bez patrzenia w nawigację. Ryzyko śmierci z powodu choroby Alzheimera jest znacznie niższe u kierowców taksówek i karetek pogotowia. Wyjaśnieniem tej zależności mogą być zmiany strukturalne mózgu. Z wcześniejszych badań z udziałem londyńskich taksówkarzy wiadomo, że mają oni powiększony obszar hipokampu, czyli części mózgu zaangażowanej w rozwój pamięci przestrzennej. A właśnie ta część mózgu jest często uszkodzana przez chorobę Alzheimera.

Według analizy ochronne działanie ma tylko prowadzenie taksówki i karetki. Badacze nie

znaleźli pozytywnych zależności przypadku kierowców autobusów, pilotów czy kapitanów statków. Jednak ich praca polega na ciągłym trzymaniu się zaplanowanych tras. Nie podejmują decyzji nawigacyjnych, więc nie „trenują” tak bardzo hipokampu – sugerują badacze.

Analiza dotyczyła osób, które jeździły po miastach w czasach bez nawigacji, obecnie taksówkarze powszechnie stosują GPS, czyli system nawigacji satelitarnej.

Co wynika dla nas z tego badania? Warto:

- Zmieniać trasę spacerów, biegów i wycieczek rowerowych.
- Stawiać sobie zadania związane z orientacją w przestrzeni. Np. zapamiętać wyznaczoną trasę po spojrzeniu na mapę, a nie ciągle spoglądać na mapę w telefonie.
- Odtwarzać w myślach plan swojego miasta.
- Układać puzzle.
- Grać w szachy.
- Grać w gry komputerowe typu Minecraft. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

34444231

34444229

**NEWSLETTERY
WYBORCZEJ**

Wszystkie piszą ludzie, nie maszyny. Nasi najlepsi redaktorzy.
Możesz wybrać z bogatej oferty ponad **40** różnych newsletterów.

Zapisz się na:
wyborcza.pl/newslettery

wyborcza

REDAKCJA
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
E-mail: redakcja@wyborcza.pl
Listy do redakcji: listy@wyborcza.pl
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Wnioski i pytania w sprawie ochrony danych osobowych: iod@wyborcza.pl

REDAKTOR NACZELNY: Adam Michnik
PIERWSZY ZASTĘPCA, REDAKTOR NACZELNY WYBORCZA.PL: Roman Imielski
ZASTĘPCY: Agata Żelazowska, Bartosz T. Wielński
PROJEKT GRAFICZNY: Jacek Utiko
KOLPORTAŻ: Michał Szalański
Problemy z dostępnością „Wyborczej” lub z właściwą mutacją lokalną: kolportaz@wyborcza.pl
Prenumerata cyfrowa: prenumerata.wyborcza.pl; pomoc@wyborcza.pl, 22 555 54 55, 519 255 455

Inne formy prenumeraty: wyborcza.pl/prenumerataGW
Gazeta Wyborcza w serwisach społecznościowych:
facebook.com/wyborcza, bsky.app/profile/wyborcza.pl,
instagram.com/gazeta_wyborcza
LICENCJE NA TREŚCI: licencje@wyborcza.pl

WYDAWCA
Wyborcza sp. z o.o., ul. Czerska 8/10
00-732 Warszawa; NIP: 521-403-30-11
PREZESKA ZARZĄDU: Aleksandra Sobczak
REKLAMA
Dyrektor sprzedaży: Bartosz Wysocki
Biuro reklam i ogłoszeń:
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
reklama@wyborcza.pl; 22 555 55 55, faks: 22 555 54 44
DRUK: Polska Press
ISSN 0860-908X
Rozpowszechnianie redakcyjnych materiałów publicystycznych bez zgody wydawcy jest zabronione.





UNIwersYTET MEDYCZNY
IM. PIASTÓW ŚLĄSKICH WE WROCŁAWIU

publikuje wyciąg z ogłoszenia VII przetargu ustnego nieograniczonego

na sprzedaż prawa własności samodzielnego lokalu mieszkalnego, wchodzącego w skład nieruchomości zabudowanej, położonej we Wrocławiu przy ul. Ślężnej 88-94, oznaczonej ewidencyjnie jako działka nr 23/2, AM-38, Obręb Południe objętej KW nr WR1K/00093137/7.

Przedmiot przetargu stanowi lokal mieszkalny nr 7 położony na 1 piętrze w budynku przy ul. Ślężnej 88 we Wrocławiu, którego powierzchnia i udział w nieruchomości wspólnej oraz cena wywoławcza zostały podane w poniższej tabeli:

Adres	Powierzchnia (w m ²)		Udział w nieruchomości wspólnej	Cena wywoławcza	Wadium
	lokal				
1	ul. Ślężna 88/7	42,02	463/100 000	510 000,00 zł	51 000,00 zł

W skład nieruchomości objętej KW nr WR1K/00093137/7 wchodzi 253 lokale mieszkalne, 8 lokali użytkowych oraz 7 garaży.

W dziale III opisanej księgi wieczystej wpisane są ograniczone prawa rzeczowe.

Teren na którym posadowiona jest nieruchomość posiada aktualny miejscowy plan zagospodarowania przestrzennego – Uchwała Nr XLVI/1404/10 Rady Miejskiej Wrocławia z dnia 25 lutego 2010 r., oznaczony na rysunku planu miejscowego symbolem 1U/MW.

Przetarg odbędzie się w siedzibie Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu w dniu 25 września 2026 r. o godz. 10.00 w sali konferencyjnej nr 4.A.108.1 mieszczącej się na IV piętrze w budynku Centrum Naukowej Informacji Medycznej przy ul. Karola Marcinkowskiego 2-6; wejście administracyjne.

Wadium należy wpłacić do dnia 23 września 2026 r. na konto Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu, 50-367 Wrocław, ul. Wybrzeże Ludwika Pasteura 1, Santander Bank Polska S.A. IV Oddział we Wrocławiu nr 72 1090 2402 0000 0006 3000 0428, przy czym za dzień wpłaty wadium przyjmuje się datę wpływu środków na konto Uczelni, a nie datę zlecenia przelewu.

Pełny tekst ogłoszenia opublikowany jest na stronie internetowej Uczelni:
<https://www.umw.edu.pl/pl/nieruchomosci>
oraz <https://bip.umw.edu.pl/artykuly/211/przetargi-na-zbycie-nieruchomosci>.

Dodatkowe informacje w sprawie przetargu można uzyskać telefonicznie pod nr 71 784 10 71.

Zastępca Dyrektora Generalnego
ds. Infrastruktury, Inwestycji i Remontów
Uniwersytetu Medycznego we Wrocławiu
Ewa Fiedler-Łeńska

Wrocław, 24.07.2026 r.



Wyciąg z ogłoszenia o organizowanym przetargu
Burmistrz Miasta Pionki informuje,

Burmistrz Miasta Pionki dokonuje zmiany w ogłoszeniu opublikowanym 22.06.2026 roku dotyczącego I ustnego przetargu nieograniczonego na sprzedaż prawa użytkowania wieczystego niezabudowanej nieruchomości położonej w Pionkach przy ul. Ciepłowniczej.

W treści ogłoszenia o przetargu dokonuje się następujących zmian:

Zmienia się datę przetargu i datę wpływu wadium w ten sposób:

1) W miejsce dotychczasowej daty przetargu ustala się datę „15.10.2026 rok”

2) W miejsce dotychczasowej daty określającej wpłatę wadium ustala się datę 13.10.2026 rok”

JEDNOLITA TREŚĆ WYCIĄGU PO ZMIANACH:

Do sprzedaży przeznaczone jest prawo użytkowania wieczystego niezabudowanej nieruchomości położonej w Pionkach przy ul. Ciepłowniczej, stanowiącej działkę nr 1464/242 o powierzchni 8,7695 ha wraz z udziałem w prawie użytkowania wieczystego działek nr: 1464/31, 1464/167, 1464/103, 1464/36, 1464/126, 1464/166, 1464/33, 1464/240, 1464/60, 1464/169 stanowiących drogi wewnętrzne, łączące tę nieruchomość z drogą publiczną.

Cena wywoławcza nieruchomości 3 000 000,00 zł (plus vat 23%)

- Wadium: 300 000,00 zł (wniesione w pieniądzu)**

Przetarg odbędzie się w dniu 15 października 2026 r. o godz. 10⁰⁰ w siedzibie Urzędu Miasta Pionki ul. Aleja Jana Pawła II nr 15 pok. nr 107.

Szczegółowe informacje o przedmiocie i warunkach przetargu można uzyskać w Wydziale Gospodarowania Mieniem Gminy Urzędu Miasta w Pionkach pok. nr 215 lub telefonicznie 790-286-060.

Pionki, dnia 20.07.2026 r.

Burmistrz Miasta Pionki
-/ Łukasz Miśkiewicz

Kraj/34444948



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA ŁODZI

o ustnych przetargach nieograniczonych (licytacjach) na sprzedaż samodzielnych lokali mieszkalnych oraz samodzielnych lokali użytkowych stanowiących własność Miasta Łodzi wraz z udziałem w prawie własności gruntu, usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi przy:

Lp.	Położenie nieruchomości Nr księgi wieczystej nieruchomości gruntowej zabudowanej	Obręb, nr działki, powierzchnia działki [m ²]	Powierzchnia lokalu [m ²]	Cena wywoławcza łączna [zł]	Wadium [zł]
			udział w częściach wspólnych nieruchomości		
1.	ul. Turowszowska 4 lokal użytkowy nr 2U KW LD1M/00058038/0	B-44 75/11 762	7,50	10 000	1 000
			0,004		
2.	ul. Bojowników Getta Warszawskiego 3A lokal mieszkalny nr 8 KW LD1M/00094737/4	B-47 400/12 262	39,75	200 000	20 000
			0,065		
3.	ul. Przemysłowa 21 lokal mieszkalny nr 2 KW LD1M/00055888/2	B-50 172/11 287	28,55	80 000	8 000
			0,066		
4.	ul. Przemysłowa 21 lokal mieszkalny nr 6 KW LD1M/00055888/2	B-50 172/11 287	29,11	70 000	7 000
			0,067		
5.	ul. Przyszkołe 11 lokal mieszkalny nr 72 KW LD1M/00054896/4	G-10 113/3 375	44,05	310 000	31 000
			0,014		
6.	ul. Wójtowska 22 lokal mieszkalny nr 16 KW LD1M/00094101/7	G-12 397/1 973	17,37	80 000	8 000
			0,036		
7.	ul. Konstantego Ildefonsa Gałczyńskiego 2 lokal mieszkalny nr 63 KW LD1M/00049488/3	G-17 317/4 317	44,93	300 000	30 000
			0,036		
8.	ul. Stefana Jaracza 38 lokal mieszkalny nr 3/3A KW LD1M/00002366/1 ul. Stefana Jaracza 38	S-1 446/2 3738	105,09	600 000	60 000
			0,022		
9.	lokal mieszkalny nr 6 KW LD1M/00002366/1	S-1 446/2 3738	87,07	450 000	45 000
			0,018		
10.	ul. Nowomiejska 5 ¹ lokal użytkowy nr 8U KW LD1M/00002201/7	S-1 93/1 1843	24,43	150 000	15 000
			0,006		
11.	ul. Piotrkowska 92 ¹ lokal mieszkalny nr 65A KW LD1M/00004949/6	S-6 140/2 3109	39,91	200 000	20 000
			0,008		
12.	al. Marszałka Józefa Piłsudskiego 67 ¹ lokal mieszkalny nr 167 KW LD1M/00094432/6	W-25 103/19 2101	38,62	160 000	16 000
			0,007		

¹/ Zgodnie z zarządzeniem Nr 4216/VII/16 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 8 sierpnia 2016 r. w sprawie przyjęcia gminnej ewidencji zabytków Miasta Łodzi, zmienionym zarządzeniami Prezydenta Miasta Łodzi: Nr 7257/VII/17 z dnia 20 listopada 2017 r., Nr 3397/VIII/20 z dnia 28 lutego 2020 r., Nr 6843/VIII/21 z dnia 26 marca 2021 r., Nr 772/2023 z dnia 6 kwietnia 2023 r., Nr 1201/2024 z dnia 17 czerwca 2024 r. budynki objęte zostały gminną ewidencją zabytków.

Sprzedaże lokali zwolnione są z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r. poz. 775, 894, 896, 1203, 1541 i 1811 oraz z 2026 r. poz. 507 i 846).

Przetargi odbędą się w dniu 15 października 2026 r. o godz. 10:00 w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, Duża Sala Obrad.

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ŁODZI O PRZETARGACH zawierające szczegółowe informacje dotyczące przetargów wywiezione jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 (IV p.). Ogłoszenie publikowane jest również na stronie internetowej pod adresem: <https://uml.lodz.pl/dla-biznesu/nieruchomosci-na-sprzedaz/sprzedaz-nieruchomosci/>, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem: <https://bip.uml.lodz.pl/urzad-miasta/przetargi/sprzedaz-nieruchomosci/>.

Szczegółowe informacje dotyczące przetargów dostępne są również w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, (IV p., pok. 468 i 457) oraz pod numerem telefonu: (42) 638 – 54 – 73, 638 – 45 – 83, 272 – 67 – 83, 272 – 66 – 10, 638 – 44 – 14.

Kraj/34443968

Kraj/34444963



OGŁOSZENIE Z DNIA 24 LIPCA 2026 R
BURMISTRZA MODLIBORZYC

o rozpoczęciu konsultacji społecznych projektu planu ogólnego Gminy Modliborzyc

Na podstawie art. 13i ust. 3 pkt 8 w związku z art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 z późn. zm.), art. 39 ust. 1 oraz art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2026 r. poz. 670 z późn. zm.) oraz **Uchwały Nr IV/28/2024 z dnia 27 września 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego Gminy Modliborzyc.**

Burmistrz Modliborzyc zawiadamia o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących **projektu planu ogólnego Gminy Modliborzyc** wraz z **prognozą oddziaływania na środowisko.**

Konsultacje społeczne prowadzone będą w następujących formach:

- zbierania uwag do projektu planu ogólnego w terminie:
od dnia 24 lipca 2026 r. do dnia 21 sierpnia 2026 r.;
- spotkania otwartego, poprzedzonego prezentacją projektu planu ogólnego, organizowanego:
– w dniu 11 sierpnia 2026 r. w godz. 18:00 – 19:30
- w Sali Narad Urzędu Miejskiego w Modliborzycach, ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc
- punktu konsultacyjnego oraz dyżuru projektanta planu ogólnego, organizowanych:
– w dniu 11 sierpnia 2026 r. w godz. 14:00 – 18:00,
– w dniu 12 sierpnia 2026 r. w godz. 12:00 – 17:00
- w Sali Narad Urzędu Miejskiego w Modliborzycach, ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc

Sala, w której odbywać się będą konsultacje społeczne jest przystosowana do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, o których mowa w ustawie z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

Projekt planu ogólnego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko został udostępniony w siedzibie Urzędu Miejskiego w Modliborzycach, ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc, w godzinach pracy Urzędu oraz na stronie internetowej Gminy Modliborzyc <https://modliborzyc.pl/gmina/plan-ogolny-gminy-modliborzyc.html> w zakładce Plan ogólny i w Biuletynie Informacji Publicznej Gminy Modliborzyc – <https://ugmodliborzyc.bip.lubelskie.pl/index.php?id=201> w zakładce Plan ogólny.

Uwagi do projektu planu ogólnego należy składać do Burmistrza Modliborzyc na formularzu określonym w rozporządzeniu Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego (Dz. U. z 2023 r. poz. 2509), który dostępny jest w siedzibie Urzędu Miejskiego w Modliborzycach oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej Gminy Modliborzyc – https://ugmodliborzyc.bip.lubelskie.pl/index.php?id=201&action=details&document_id=2118027 w zakładce „Plan ogólny”.

Uwagi można składać:

- na piśmie utrwalonym w postaci papierowej – w siedzibie Urzędu Miejskiego w Modliborzycach, (adres; ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc)
- na piśmie utrwalonym w postaci elektronicznej, za pomocą środków komunikacji elektronicznej w szczególności:
 - poczty elektronicznej na adres: sekretariat@modliborzyc.pl;
 - platformy ePUAP na adres skrytki: /5sgx62lp81/SkrytkaESP
 - e-Doręczeń na adres: AE:PL-24240-44152-ARBEW-19

Uwaga powinna zawierać imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby, adres poczty elektronicznej – o ile składający ją posiada – a także wskazanie, czy składający jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą. Można podać dodatkowe dane do kontaktu, takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu.

Jednocześnie, zgodnie z art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, informuję o możliwości składania uwag i wniosków do prognozy oddziaływania na środowisko w nieprzekraczalnym terminie **od dnia 24 lipca 2026 r. do dnia 21 sierpnia 2026 r.**, w formie pisemnej lub ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Miejskiego w Modliborzycach, ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc, albo za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres: sekretariat@modliborzyc.pl, bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Burmistrz Modliborzyc

Burmistrz Modliborzyc
Witold Kowalik

Kraj/34444963

Zgodnie z art. 13 Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych „RODO”) informujemy, że:

- Administratorem Państwa danych osobowych jest Burmistrz Modliborzyc, ul. Piłsudskiego 63, 23-310 Modliborzyc, tel. 158715079, e-mail: sekretariat@modliborzyc.pl
- Administrator wyznaczył Inspektora Ochrony Danych, z którym mogą się Państwo kontaktować we wszystkich sprawach dotyczących przetwarzania danych osobowych za pośrednictwem adresu e-mail: inspektor@cbi24.pl lub pisemnie na adres Administratora
- Państwa dane osobowe będą przetwarzane w celu obsługi wniosku do projektu aktu planowania przestrzennego – planu ogólnego gminy Modliborzyc w związku z podjęciem przez Radę Miejską w Modliborzycach uchwały nr IV/28/2024 z dnia 27 września 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego Gminy Modliborzyc, tj. gdyż jest to niezbędne do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na Administratorze (art. 6 ust. 1 lit. c RODO) w związku z art. 13i ustawy dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 z późn. zm) Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 8 grudnia 2023 r. w sprawie projektu planu ogólnego gminy, dokumentowania prac planistycznych w zakresie tego planu oraz wydawania z niego wypisów i wrysów (Dz.U. 2023 poz. 2758).
- Państwa dane osobowe będą przetwarzane przez okres niezbędny do realizacji celu, o którym mowa w pkt. 3 z uwzględnieniem okresów przechowywania określonych w przepisach szczególnych, w tym przepisów archiwalnych .
- Państwa dane osobowe będą przetwarzane w sposób zautomatyzowany, lecz nie będą podlegały zautomatyzowanemu podejmowaniu decyzji, w tym o profilowaniu.
- Państwa dane osobowe nie będą przekazywane poza Europejski Obszar Gospodarczy (obejmujący Unię Europejską, Norwegię, Liechtenstein i Islandię).
- W związku z przetwarzaniem Państwa danych osobowych, przysługują Państwu następujące prawa:
 - a) prawo dostępu do swoich danych oraz otrzymania ich kopii;
 - b) prawo do sprostowania (poprawiania) swoich danych osobowych;
 - c) prawo do ograniczenia przetwarzania danych osobowych;
 - d) prawo do usunięcia danych w przypadkach określonych w przepisach RODO;
 - e) prawo wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych (ul. Stawki 2, 00-193 Warszawa) w sytuacji, gdy uznają Państwo, że przetwarzanie danych osobowych narusza przepisy ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych (RODO);
- Podanie przez Państwa danych osobowych w związku z ciążącym na Administratorze obowiązkiem prawnym jest obowiązkowe, a ich nieprzekazanie skutkować będzie brakiem realizacji celu, o którym mowa w punkcie 3.
- Państwa dane mogą zostać przekazane podmiotom zewnętrznym na podstawie umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych, jak również podmiotom lub organom uprawnionym na podstawie przepisów prawa.

eprasa.pl c6251be270

2



DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia publiczne

Ogłoszenia
sądowej rekrutacyjne

Nekrologi,
kondolencje,
wspomnienia

KONTAKT:

kontakt_komunikaty@wyborcza.pl,
tel. 507 094 232
nekrologi@wyborcza.pl,
tel. 22 555 55 55



nekrologi.wyborcza.pl

Sygn. akt I Ns 67/24

OGŁOSZENIE

Sąd Rejonowy w Nowej Soli - Wydział
I Cywilny ogłasza, iż przed tutejszym Sądem
toczy się sprawa o stwierdzenie nabycia
spadku po Irenie Grajewskiej, zmarłej w dniu
14 lipca 2023 r. w Koźuchowie, której
ostatnim miejscem zwykłego pobytu
był Koźuchów.

Wzywa się spadkobierców, aby w ciągu
3 miesięcy od daty ukazania się ogłoszenia
zgłosili się i udowodnili nabycie spadku,
gdyż w przeciwnym razie mogą być
pominięci w postanowieniu o stwierdzeniu
nabycia spadku.

Kraj/34444975

Nadleśnictwo Konstantynowo

ogłasza przetarg pisemny

**na dzierżawę obiektu hotelowo – szkoleniowego
w Puszczykowie przy ul. Wodziczki 3.**

Umowa dzierżawy do 31.12.2041 r.

Szczegółowe informacje, ogłoszenie, dokumentacja przetargowa
oraz warunki udziału dostępne są na oficjalnej stronie Nadleśnictwa
Konstantynowo link: <https://konstantynowo.poznan.lasy.gov.pl/>

Oferty można składać w Sekretariacie Nadleśnictwa Konstantynowo, adres:
Konstantynowo 1, 62-053 Konstantynowo do dnia 18.08.2026 r. do godz. 9:00.

Osoba do kontaktu: Mariusz Rutkowski, tel. 696 080 140.

Kraj/34444491

Fundusz Górnośląski S.A.

zarejestrowana w rejestrze przedsiębiorców w Krajowym Rejestrze Sądowym pod numerem KRS 000.004.2922,
Sąd Rejonowy Katowice - Wschód w Katowicach, Wydział VIII Gospodarczy KRS, NIP: 954-10-24-666, Regon: 272854582,
Kapitał zakładowy w wysokości 140.567.450 zł w całości opłacony

ZAPRASZA

do nieograniczonego przetargu pisemnego na sprzedaż nieruchomości położonej
w **Tarnowskich Górach przy ulicy Zagórskiej, woj. śląskie**

Sprzedają objęte jest prawo własności projektowanej działki ewid. nr 1/39 o pow. 0,9099 ha oraz
udział wynoszący 1/2 w prawie własności projektowanej działki ewidencyjnej nr 2/39 o pow. 0,1275 ha,
powstałych w wyniku podziału działki ewidencyjnej nr 1836/39
położonej w Tarnowskich Górach przy ul. Zagórskiej, objętej księgą wieczystą nr GL17/00048918/5

Oferowana cena zakupu nieruchomości opisanej powyżej nie może być niższa niż 1 525 000,00 zł netto
+ należny podatek VAT (milion pięćset dwadzieścia pięć tysięcy zł 00/100 netto), co stanowi minimalną cenę
nieruchomości, za którą może nastąpić jej zbycie.

Warunkiem przystąpienia do przetargu jest wniesienie Wadium w wysokości 152 500,00 zł (sto pięćdziesiąt
dwa tysiące pięćset zł 00/100) w terminie do **17 sierpnia 2026 r. do godz. 11.00.**

Wadium może być wniesione w formie pieniężnej bądź w formie gwarancji bankowej lub ubezpieczeniowej.

Termin i miejsce składania ofert:

- Oferty pisemne winny wpłynąć do dnia **17 sierpnia 2026 r. do godziny 11.00** do Kancelarii Funduszu
Górnośląskiego S.A. w Katowicach przy Alei Roździeńskiego 188. (Punkt Informacyjno-Kancelaryjny PIK).
- Złożenie oferty jest równoznaczne z oświadczeniem Oferenta, iż zapoznał się z treścią Klauzuli informacyjnej
stanowiącej załącznik do warunków przetargu.

Termin i miejsce przeprowadzenia Przetargu

- Postępowanie przetargowe – otwarcie ofert odbędzie się w dniu **17 sierpnia 2026 r. o godzinie 11.05**
w Katowicach, przy Al. Roździeńskiego 188 w Sali Konferencyjnej na I piętrze.

Sposób zapłaty ceny i termin związania ofertą

- Sposób zapłaty ceny nabycia oraz termin związania ofertą określają postanowienia „Regulaminu nieograniczonego
przetargu pisemnego na sprzedaż nieruchomości położonej w Tarnowskich Górach przy ul. Zagórskiej obejmującej
działkę ewidencyjną nr 1/39 oraz udział wynoszący 1/2 w prawie własności działki ewidencyjnej nr 2/39, powstałych
w wyniku podziału działki ewidencyjnej nr 1836/39, objętej księgą wieczystą o numerze GL17/00048918/5”.

Informuje się, że na dzień publikacji niniejszego ogłoszenia trwa procedura podziału nieruchomości.
Przedmiot sprzedaży stanowić będzie działka ewidencyjna powstała w wyniku podziału nieruchomości oraz
udział wynoszący 1/2 w prawie własności projektowanej działki ewidencyjnej. Zawarcie umowy sprzedaży
nastąpi po wydaniu i uprawomocnieniu się decyzji zatwierdzającej podział nieruchomości, uzyskaniu przez
nią przymiotu ostateczności oraz po ujawnieniu zmian w ewidencji gruntów.

Dodatkowe informacje o przedmiocie przetargu zawarte są w Szczegółowych Informacjach oraz Regulaminie,
które zostały udostępnione na stronie Funduszu Górnośląskiego www.fgsa.pl zakładka Nieruchomości.

Kraj/34444806

ArcelorMittal Poland Spółka Akcyjna

Aleja J. Piłsudskiego 92, 41-308 Dąbrowa Górnicza

**zaprasza do składania ofert na zakup składników majątku w postaci maszyn, urządzeń oraz ich elementów, zlokalizowanych
w Oddziale w Chorzowie.** Podane ceny są cenami netto. Do ceny sprzedaży zostanie doliczony należny podatek VAT.

Oferty należy składać do dnia 10.08.2026 r. na adres: ArcelorMittal Poland S.A. Biuro Środowiska, Produktów Ubocznych i Zarządzania
Majątkiem Al. J. Piłsudskiego 92 41-308 Dąbrowa Górnicza.

Szczegółowe informacje dotyczące przedmiotów sprzedaży, możliwości ich wizytacji oraz obowiązującego trybu postępowania
sprzedażowego, w tym składania ofert, ich rozpatrywania oraz wyboru nabywcy, dostępne są pod numerami telefonów 662 214
914 i 608 032 609, a także na stronie internetowej: <https://poland.arcelormittal.com/media/nieruchomosci-i-uplynnienia/>
(pozycja: „Sprzedaż – składniki majątku Chorzów”). Regulamin postępowania sprzedażowego wraz z pozostałymi dokumentami
zamieszczonymi na stronie internetowej stanowi integralną część niniejszego zaproszenia. Cena wskazana w załączniku do regulaminu
stanowi cenę wywoławczą w rozumieniu jego postanowień.

Kraj/34444805

PREZYDENT MIASTA KUTNO

informuje, że na tablicach ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Kutno, Plac Marszałka Józefa Piłsudskiego 18 i na stronach internetowych <https://um.kutno.pl/ogloszenia-dotyczace-nieruchomosci-miejskich> oraz <https://umkutno.bip.e-zeto.eu> w zakładce Komunikaty, Ogłoszenia i Obwieszczenia, Gospodarka Nieruchomościami zostało podane
do publicznej wiadomości **ogłoszenie o I przetargu ustnym ograniczonym** na sprzedaż nieruchomości gruntowej położonej w Kutnie w obrębie ewidencyjnym 3-Skleczki:

Oznaczenie nieruchomości	Powierzchnia nieruchomości w ha	Oznaczenie księgi wieczystej	Cena wywoławcza do przetargu (netto)	Wysokość wadium	Termin wpłaty wadium	Uwagi
dz. nr 340/1	1,8491	LD1K/00031239/2	795.000 zł	150.000 zł (w pieniądzu)	22 września 2026 r.	Zgodnie z przepisami ustawy z dnia 11.03.2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2025 r., poz. 775 ze zm.) sprzedaż podlega opodatkowaniu podatkiem VAT w stawce 23%.

Przetarg odbędzie się w **dniu 28 września 2026 roku o godzinie 11.00** w Urzędzie Miasta Kutno, Plac Marsz. Józefa Piłsudskiego 18, pok. 403.
Działka nie posiada obecnie bezpośredniego dostępu do drogi publicznej. Z uwagi na jej położenie oraz brak możliwości odrębnego jej zagospodarowania przetarg ogranicza się
do właścicieli nieruchomości przyległych. Osoby spełniające ten warunek w celu zakwalifikowania ich do udziału w przetargu winny złożyć stosowne dokumenty w Urzędzie
Miasta Kutno pokój nr 203, do dnia 17 września 2026 r. do godziny 15.30.
Lista osób zakwalifikowanych do uczestnictwa w przetargu zostanie wywieszona 18 września 2026 r. w siedzibie Urzędu Miasta Kutno na tablicy ogłoszeń.
Szczegółowych informacji dotyczących warunków przetargu udziela Wydział Gospodarki Nieruchomościami i Rolnictwa Urzędu Miasta Kutno, Plac Marszałka Józefa Piłsudskiego 18,
pokój 203 - tel. 24 253-12-47, 24 253-11-44.

Kraj/34444938

WÓJT GMINY CZERWONAK OGŁASZA*

I USTNY PRZETARG NIEOGRANICZONY

**na sprzedaż nieruchomości położonej w miejscowości Bolechowo, przeznaczonej w miejscowym
planie zagospodarowania przestrzennego pod tereny zabudowy obiektów produkcyjnych, składów
i magazynów lub usługowej „1P/U”, stanowiącej własność Gminy Czerwonak o oznaczeniach geodezyjnych:**

obręb Bolechowo, arkusz mapy 1
działka nr **371/39**, o pow. 1,3380 ha, KW PO1P/00138266/2;
– **cena wywoławcza brutto: 4 000 000,00 zł**
Ustala się wadium dla działki nr 371/39 w wysokości 800 000,00 zł

Wadium należy wpłacać w formie pieniężnej na konto Urzędu Gminy
Czerwonak:

**Powszechna Kasa Oszczędności Bank Polski S.A. nr 78 1020 4027 0000 1302
1636 7338**

**z dopiskiem „przetarg na działkę nr 371/39” - najdalej do dnia 29 września
2026 r.**

Za dzień wpłaty wadium uznaje się datę wpływu środków pieniężnych na

konto Urzędu Gminy Czerwonak.

Przetarg odbędzie się 5 października 2026 r. o godz. 15⁰⁰

w siedzibie Urzędu Gminy Czerwonak, ul. Źródłana 39, pok. 01.

Uwaga: Szczegółowych informacji udziela Urząd Gminy Czerwonak ul. Źródłana
39 - Wydział Regulacji i Obrotu Nieruchomościami, pok. 213, tel. 61/65-44-285,
61-65-44-254. Ogłoszenie o I ustnym przetargu nieograniczonym wywieszono na
tablicy ogłoszeń Urzędu Gminy Czerwonak (parter i II piętro), oraz opublikowano
na: stronie internetowej Urzędu Gminy Czerwonak www.czerwonak.pl, oraz
w Biuletynie Informacji Publicznej <http://bip.czerwonak.pl/public>.

**Wyciąg z ogłoszenia o I ustnym przetargu nieograniczonym*

Kraj/34444516

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 20 lipca 2026 roku,
przeżywszy 67 lat, zmarł ukochany Mąż, Tata i Teść



Jerzy Broła

Msza święta żałobna odprawiona zostanie 28 lipca 2026 roku o godzinie 13:00
w kościele pw. św. Grzegorza Wielkiego w Warszawie przy ulicy Wolskiej 180/182.
Po nabożeństwie nastąpi złożenie urny do grobu rodzinnego na Cmentarzu Wolskim.

Pogrążeni w smutku
żona, córka z mężem i syn

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444967



**WYCIĄG Z OGŁOSZENIA BURMISTRZA MIASTA CHEŁMŻY
O V PRZETARGU USTNYM NIEOGRANICZONYM NA SPRZEDAŻ:**

NIERUCHOMOŚCI GRUNTOWEJ NIEZABUDOWANEJ,

położonej przy **ul. Turystycznej w Chełmży,**
stanowiącej własność Gminy Miasta Chełmża.

Oznaczenie nieruchomości wg księgi wieczystej: TO17/00035633/0

Nr działki, obręb: 1/80 obręb 12

Powierzchnia działki: 1.2460 ha

Przeznaczenie nieruchomości w Miejscowym Planie Zagospodarowania

Przestrzennego: 1Mw – teren zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej – Zgodnie
z Uchwałą nr XIV/109/25 Rady Miejskiej Chełmży z dnia 8 maja 2025 r. w sprawie
miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego pod zabudowę mieszkaniową
wielorodzinną przy ul. Turystycznej w Chełmży

CENA WYWOŁAWCZA NETTO: 1.980.000,00 zł

WYSOKOŚĆ WADIUM: 198.000,00 zł

**PRZETARG ZOSTANIE PRZEPROWADZONY W DNIU: 25 września 2026 r.
o godzinie 9⁰⁰,** w siedzibie Urzędu Miasta Chełmży przy ulicy gen. J. Hallera 2, Sala
Miejszczańska (pokój nr 8). **WADIUM NALEŻY WPŁACIĆ DO DNIA 22 września 2026 r.**

INFORMACJA O MIEJSCU WYWIESZENIA I PUBLIKACJI OGŁOSZENIA O PRZETARGU:

Tablice ogłoszeniowe: Urzędu Miasta Chełmży, Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej
sp. z o.o.;

Strony internetowe: Urzędu Miasta Chełmży (www.bip.chelmza.pl, www.chelmza.pl),
Zakładu Gospodarki Mieszkaniowej sp. z o. o. (www.zgmbspzoo.vot.pl).

Szczegółowe informacje dotyczące przetargu można uzyskać w Wydziale
Gospodarki Miejskiej Urzędu Miasta Chełmży, ul. gen. J. Hallera 2, 87-140 Chełmża,
pokój nr 17 lub telefonicznie pod numerem: (56) 639 23 48 lub (56) 675 22 91 wew. 48.

Kraj/34444883



**PREZYDENT MIASTA
BOLESŁAWIEC**

**WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA BOLESŁAWIEC
Z DNIA 16 lipca 2026 R.**

dotyczącego II przetargu ustnego nieograniczonego

**na sprzedaż nieruchomości gruntowej zabudowanej, oznaczonej jako
działka nr 478, stanowiącej własność Gminy Miejskiej Bolesławiec,
położonej w Bolesławcu przy Placu Piastowskim, w obrębie 0008
miasta Bolesławiec.**

Oznaczenie nieruchomości wg katastru nieruchomości	Nr działki	478
	Powierzchnia (ha)	0,0703
	Położenie	Plac Piastowski nr 16, obręb : 0008-Bolesławiec-8
	Rodzaj użytku gruntowego wg ewidencji gruntów	Tereny mieszkaniowe (B)
Oznaczenie nieruchomości wg księgi wieczystej		JG1B/00014967/7 - zbiorcza księga wieczysta założona dla obrębu 0008.
Cena wywoławcza (zł)		449.000,00 zł brutto
Forma wniesienia wadium		W pieniądzu
Wysokość wadium (stanowiące do 20% ceny wywoławczej) (zł)		89.000,00 zł
Minimalna wysokość postąpienia (nie mniej niż 1% ceny wywoławczej) (zł)		4.490,00 zł

Termin i miejsce przetargu: **29 września 2026r. godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miasta
Bolesławiec, Pl. Piłsudskiego nr 1 (biurowiec, IV piętro, sala 412).**

Wadium na nieruchomość należy wnieść najpóźniej do dnia 23 września 2026r. –
na rachunek bankowy Urzędu Miasta Bolesławiec: PKO Bank Polski S.A./Bolesławiec
numer: **04 1020 2137 0000 9402 0046 4271**. Datą dokonania wpłaty wadium jest data
uznania rachunku bankowego Gminy.

Przed przystąpieniem do przetargu należy zapoznać się z ogłoszeniem o przetargu,
warunkami przetargu oraz przedmiotem przetargu.

Zastrzega się prawo odwołania przetargu z ważnych przyczyn.

Pełna treść ogłoszenia o przetargu dostępna jest w Wydziale Mienia i Gospodarki Przestrzennej
Urzędu Miasta Bolesławiec – „biurowiec” I piętro, pokój 108, (tel. 75 645 65 15) oraz na stronie
internetowej UM Bolesławiec <https://boleslawiec.pl/index.php/mig/sp-estate>.

JP/JP

Bolesławiec, dnia 16 lipca 2026 r.

Kraj/34444581

Połącz **Kropki**

**Idealna gra
na krótką przerwę**



**Zeskanuj
QR kod
i graj**



Kraków stolicą polskiego futbolu

Niemal co piąty mecz Ekstraklasy w tym sezonie odbędzie się pod Wawelem. To oznacza, że krakowskie kluby w skali sezonu spędzą w podróży nawet o tydzień mniej niż niektórzy ligowi rywale. Takie nagromadzenie piłki na wysokim poziomie w Europie jest praktycznie niespotykane.

Michał Treła

Blonia, 48-hektarowa łąka w centrum Krakowa, już od tego weekendu staną się unikatowym punktem na piłkarskiej mapie Europy. Gdyby ktoś rozbił na ich środku namiot, który opuszczałby jedynie przy okazji meczów, pokonując pieszo jedynie 54 kilometry w trakcie sezonu, zobaczyłby aż 51 spotkań Ekstraklasy. Obejrzałby więc w ten sposób niemal co piąte spotkanie startującego sezonu. Takie nagromadzenie klubów z najwyższej ligi na małej przestrzeni to ewenement nie tylko na skalę Polski.

W tym sezonie wszystko w Ekstraklasie będzie się kręcić wokół dawnej stolicy. W każdej z 34 kolejek odbędzie się tam przynajmniej jeden mecz. Spółka organizująca rozgrywki tak ułożyła terminarz, by Wisła i Cracovia, ze względu na bezpieczeństwo, nigdy nie rozgrywały meczów domowych w te same weekendy. W większości przypadków Wisła będzie gospodarzem, gdy Cracovia i Wiczyzta będą grać na wyjazdach, ale w lutym przez dwa weekendy z rzędu na tym samym stadionie spotkania rozegrają Wisła i Wiczyzta. W 22. i 31. kolejce żaden z krakowskich klubów nie wyjedzie nawet poza miasto.

Najwięcej od siedmiu dekad

Już sama jednoczesna gra trzech klubów z jednego ośrodka w Ekstraklasie jest niecodzienna. Wszak w poprzednich latach, od spadku ŁKS-u i Warty w 2024 roku, w najwyższej polskiej lidze nie było żadnych miejskich derbów. Kraków meczów derbowych nie widział od 2022 roku, gdy Cracovia po spadku Wisły została jedynym przedstawicielem miasta w Ekstraklasie. Wiczyzta była wówczas na piątym poziomie rozgrywkowym i nikt nie mógł przypuszczać, że gdy Wisła wróci do elity, to w towarzystwie kolejnego sąsiada. W ten sposób krakowski stan posiadania w ciągu dwóch miesięcy się potroił.

Ostatni raz w Ekstraklasie trzy kluby (Lech, Warta i Olimpia) miał Poznań przeszło trzydzieści lat temu. Krakowowi takie bogactwo nie zdarzyło się od siedmiu dekad. Warszawa podobny przywilej ostatni raz miała jeszcze przed wojną, gdy Legia rywalizowała wśród najlepszych z Polonią i Warszawianką. Absolutnym rekordzistą pozostaje Kraków z lat 1933-1934, który przez dwa sezony miał aż cztery kluby w elicie (Cracovia, Wisła, Garbarnia i Podgórze). Wyczyn był tym większy, że najwyższa liga liczyła wówczas jedynie dwanaście klubów.

Wąskie grono w Europie

Taka mnogość krakowskich klubów w elicie oznacza, że derby miasta wrócą ze zdwojoną siłą. Dojdzie bowiem do aż sześciu starć drużyn z tego samego ośrodka. Fakt, że Wiczyzta jest absolutnym beniaminkiem, oznacza, że liga zyska nowe derbowe konfiguracje. Dotąd w stułetniej historii Ekstraklasa widziała 30 par derbowych z dziesięciu różnych miast (Kraków, Warszawa, Łódź, Poznań, Gdynia, Bytom, Szczecin, Bydgoszcz, Chorzów i Lwów). Aż 1/3 z nich odbywała się między klubami spod Wawelu. Dziś,



• Świątowanie zdobycia Pucharu Polski przez Wisłę Kraków. Rynek Główny, 3 maja 2024 r. FOT. JAKUB WŁÓDEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

W praktycznie każdym pokoleniu Kraków dawał reprezentacji znanych zawodników, którzy rozkładali się między różne kluby

mówiąc o derbach Krakowa, myśli się naturalnie o rywalizacji Wisły z Cracovią, ale „Biała Gwiazda” grała już w Ekstraklasie z sześcioma drużynami ze swojego miasta, wszystkimi, jakie występowały w elicie. Wiczyzta zostanie jej siódmym derbowym rywalem na najwyższym poziomie. Dla Cracovii będzie to piąta derbowa konfiguracja. Sto lat temu minęła się bowiem z Jutrzenką, nieistniejącym już klubem żydowskim, a w latach 90. ominęły ją mecze z Hutnikiem. W historii ligi zdarzyły się już jednak nawet krakowskie rywalizacje bez udziału Wisły czy Cracovii, bo w latach 30. Garbarnia jednocześnie grała w lidze z Podgórzem. Dziś oba kluby są w ligach regionalnych, choć jeszcze niespełna dekadę temu Garbarnia rywalizowała w I lidze.

Takie nagromadzenie drużyn z jednego miasta to nie tylko rzadkość w historii polskiej ligi, ale też współczesnego futbolu na kontynencie. Jeśli wziąć pod uwagę dwanaście najsilniejszych lig europejskich, tylko w Londynie i Stambule gra na co dzień więcej klubów z najwyższych lig. Po trzy drużyny mają też Madryt, Lizbona, Rotterdam i Praga, jeśli liczyć tylko granice administracyjne miast. Pozostałe miasta w tym elitarnym gronie w większości są od niego znacznie mniejsze. Stambuł i Londyn nawet dwadzieścikrotnie. Mniejsze od Krakowa, tak pod względem liczby ludności, jak i powierzchni, są w tym towarzystwie jedynie Rotterdam i Lizbona. W skali swoich krajów oba są jednak znacznie ważniejszymi skupiskami ludności niż Kraków dla Polski.. W żadnym z tych miast wszystkie stadiony, na których rozgrywane są mecze najwyższych lig, nie leżą też aż tak blisko siebie.

Gwiazdy w każdym pokoleniu

Częściowo można to tłumaczyć historią, bo Kraków uchodzi za kolebkę polskiej piłki. Wisła i Cracovia świętowały ostatnio 120-lecie istnienia. Obie powstały w 1906 roku, a więc wcześniej niż wszystkie inne polskie kluby. Dwudziestolecie międzywojenne było czasem szczególnego rozkwitu krakowskiej piłki, co sprawia, że

można mówić o jej wyjątkowo długich tradycjach i silnej tożsamości, objawiającej się m.in. w używanym do dziś sformułowaniu „krakowska piłka”, która w polskich warunkach oznacza coś w stylu hiszpańskiej tiki-taki, krótkiej gry wieloma podaniami. To termin mający już przeszło 100 lat tradycji. To także w Krakowie rodził się „Przegląd Sportowy”, a Polski Związek Piłki Nożnej miał pierwszą siedzibę. Nawet jeśli z czasem obie organizacje przeniosły się do stolicy, Kraków przesiąknięty futbolem był już od bardzo dawna.

Naturalnie przekładało się to także na sukcesy tutejszych klubów, które rozdzieliły między siebie 19 mistrzostw, w czym biją na głowę pozostałe polskie miasta. Tylko w Krakowie funkcjonuje na co dzień aż trzech byłych mistrzów – Wisła, Cracovia i Garbarnia. To oznaczało tradycyjnie także dobre szkolenie młodzieży. W praktycznie każdym pokoleniu Kraków dawał reprezentacji znanych zawodników, którzy rozkładali się między różne kluby. Naturalnie najczęściej znaczących postaci wydały Cracovia i Wisła, ale np. Robert Gadocha był wychowankiem Garbarni, a seniorską karierę zaczynał w Wawelu, a w czasach bardziej współczesnych zasługi wniósł też Hutnik, którego absolwentami są m.in. Michał Pazdan czy Marcin Wasilewski. Ze współczesnych Norbert Wojtuszek uczył się grać w Krakusie Nowa Huta, a Filip Różga w Progresie Kraków.

Logistyczna przewaga

Choć dzisiejszemu Krakowowi brakuje gwiazdy – za najlepszego współczesnego syna tego miasta można uznać Adama Bukkę, napastnika Udinese i reprezentacji Polski – nie brak mu przedstawicieli w Ekstraklasie. W kadrach obecnych klubów elity jest piętnastu zawodników urodzonych w Krakowie, a dwudziestu siedmiu, którzy w podwawelskich klubach uczyli się grać w piłkę jako juniorzy. Gdyby się uprzeć, dałoby się w Krakowie zbudować polski Athletic Club, który podobnie jak baskijska дума z Bilbao, wystawiałby jedynie miejscowych i nie byłby w takiej sytuacji bez szans na utrzymanie w Ekstraklasie. W reprezentacji wciąż piłkarzy z tej części Polski gra sporo. Podczas niedawnego zgrupowania biegali ich jednocześnie po boisku czterech. Choć obecny selekcjoner akurat nigdy nie pracował w Krakowie, jest na bieżąco z tutejszym futbolem. Wszak właśnie tu mieszka.

Krakowskość aktualnej Ekstraklasy to nie tylko historyczna ciekawostka, lecz także realna przewaga logistyczna tutejszych klubów. Wszystkie rozegrają po dziewiętnaście spotkań w swoim mieście, czyli o dwa więcej niż druży-

ny z innych części kraju. Fakt, że wiele innych klubów również ma siedziby na południu Polski, oznacza dla Krakowian znacznie mniej czasu w podróży. Każdy z nich aż ośmiu rywali, czyli niemal połowę, będzie miał w zasięgu dwustu, a jedenastu w zasięgu trzystu kilometrów. Krakowski klub pokona w sezonie ponad 8600 kilometrów. Dla kontrastu Pogoń Szczecin kilometrów do pokonania będzie miała przeszło dziesięć tysięcy więcej. Gdyby wszystkie podróże odbywała autokarem, oznaczałoby to w przeliczeniu jakieś sześć pełnych dób w trasie więcej niż drużyny z Krakowa. A to przekłada się na zmęczenie, liczbę i jakość treningów, nie mówiąc już nawet o kosztach przejazdów i noclegów ponoszonych przez klub. Logistycznie kluby z Krakowa mają nieporównanie łatwiej.

Moda na piłkę

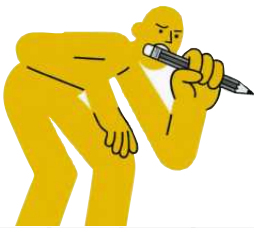
Siłą rzeczy to w Krakowie najbardziej namacalnie będzie widać rosnącą od kilku lat modę na Ekstraklasę. Już w poprzednim sezonie nigdzie indziej na trybuny nie przychodziło tydzień w tydzień tak wiele osób – średnio po 39 tysięcy. Teraz, po awansie Wisły i Wiczyzstey, z pewnością pęknie czterdzieści tysięcy. „Biała Gwiazda” w I lidze miała średnią frekwencję na poziomie 27 tysięcy, co w Ekstraklasie przebiegałoby jedynie mistrz z Poznania. Po czterech latach nieobecności w elicie powinna jeszcze wzrosnąć. Mecze Wiczyzstey w Sosnowcu toczyły się zwykle przy niemal pustych trybunach. Po powrocie do swojego miasta, choć nie na swój stadion, frekwencja powinna się przynajmniej częściowo poprawić. Także dzięki dużemu sektorowi gości, który może się wypełniać przy okazji wielu meczów. Dla Cracovii, na której meczach frekwencja też w ostatnich latach systematycznie rosła, dwa dodatkowe mecze derbowe w sezonie to także sprzyjająca okazja, by wypełnić stadion. Choć dawna stolica Polski słynie z wielu rzeczy innych niż futbol, akurat w najbliższych miesiącach może w swoich drużynach piłkarskich mieć najlepsze wizytówki. ●

SPORT.PL

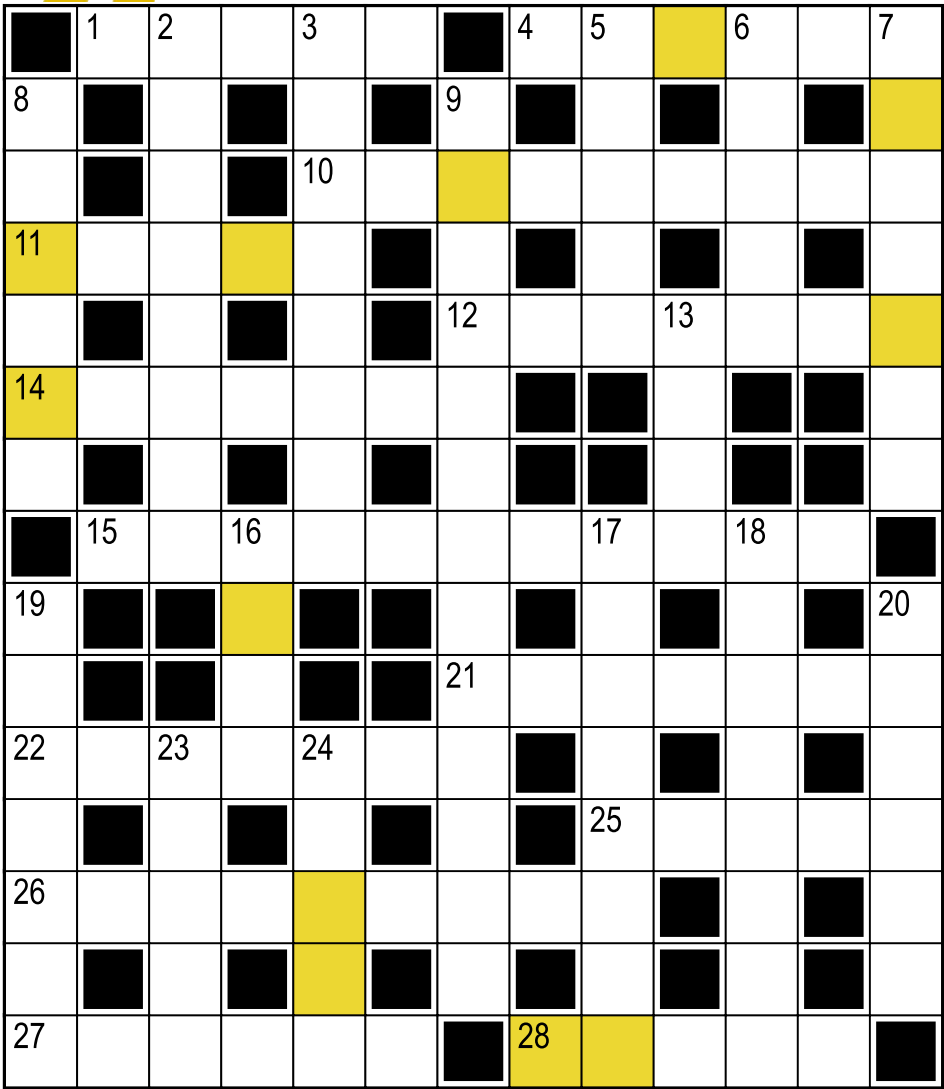
➤ **Rusza Projekt Ekstraklasa – kto będzie mistrzem, kto spadnie z ligi, którzy młodzi piłkarze będą błyszczeć na boisku?**

Rozmowy, analizy, komentarze, typowania znajdziesz na **SPORT.PL**

Zapraszamy na **Sport.pl+**. Subskrypcja za 1 zł miesięcznie przez pół roku. Płatność 6 zł z góry za 6 miesięcy, potem 9,90 zł co cztery tygodnie.



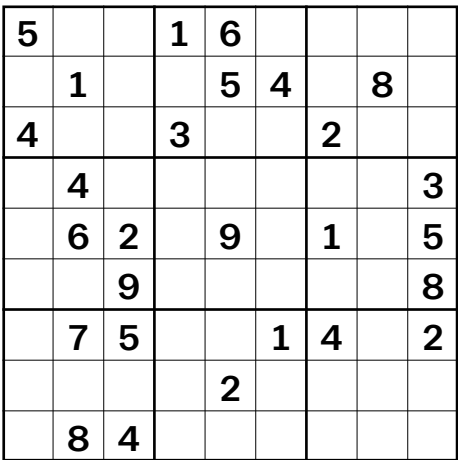
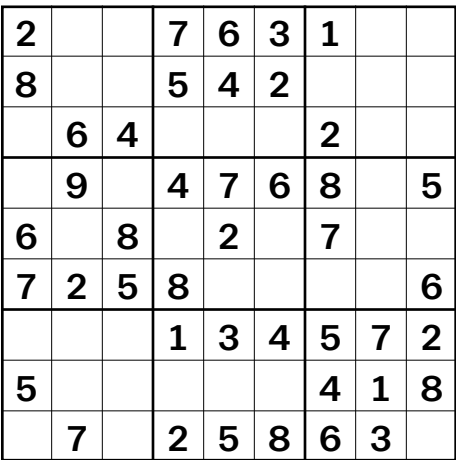
krzyżówka



Hasło:

Rozwiązanie „krzyżówki” nr 80 z 23.07:
Poziomo: 1) stado 4) Foster 10) Chmielarz 11) miech 12) eseista 14) Hanower 15) akwizytorzy 21) Eurazja 22) antymon 25) efekt 26) sympozjum 27) Narcyz 28) Piłat
Pionowo: 2) taternik 3) duchowni 5) oleje 6) trans 7) rozpacz 8) Yamaha 9) impertynencja 13) Igor 16) wozy 17) okrzemki 18) zdzierca 19) klakson 20) fantom 23) Timor 24) miody
Hasło: Ostatnia godzina.

su do ku



Litery w kolorowych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.
Poziomo:
1) skupienie, koncentracja
4) szekspirowski bohater, do którego zgodnie z przepowiednią przyszedł las
10) część Francji kojarząca się z mieszkanką ziół
11) potocznie: gęsta mgła, koszmar kierowców
12) na czubku berecika
14) Phil, wokalista i perkusista grupy Genesis
15) dla pacjentów w przychodni lub dla podróżnych na dworcu
21) klasyfikacja
22) inaczej: o borze
25) Julian ... Niemcewicz
26) baronowa poślubiła lokaja!
27) imię Łempickiej i Arciuch
28) „... szczęścia” (serial) lub „... kampanii” (film z Johnem Travoltą)
Pionowo:
2) kojarzy się z Napoleonem i Abbą
3) jedzie tramwajem bez biletu
5) aktor specjalizujący się w rolach kochanków, uwodzicieli
6) obiekt sportowy z szatniami i natryskami
7) dwusuw produkowany w NRD
8) ... naukowe, przedmioty wykorzystywane na lekcjach, wykładach
9) zagrał Ludwika w serialu o rodzinie Boskich
13) ... Musk, najważniejszy w Tesli
16) piosenkarka, która nagrała przebój „Believe”
17) jadalny skorupiak morski z rzędu dziesięcionogów
18) forma gramatyczna czasownika, np. „rozwiązując”, „rozwiązano”
19) urządzenie, w którym można kupić cappuccino
20) sprzedają polisy ubezpieczeniowe
23) białko o właściwościach katalitycznych
24) Liv, zagrała Arwenę w ekranizacji „Władcy Pierścieni”

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34427030

Czekamy
na Twoje
uwagi i pomysły

ROZRYWKA
@WYBORCZA.PL



zakreślanka

Zakreślaj słowa z listy na planszy. Mogą być ukryte w wierszach, kolumnach lub prowadzić wężkiem. Niewykorzystane litery czytane rzędami utworzą hasło

E	Z	R	P	I	G	K
S	M	Y	K	L	G	E
O	G	I	S	I	Ł	W
L	A	Z	T	W	U	K
O	B	W	A	K	S	E
R	P	I	D	N	Z	R
O	P	E	O	O	E	U
D	Ę	T	S	K	C	T
R	O	Ś	L	K	A	P

odrośl kapturek wek przesmyk głuszc konkwista dostęp prolog ząb

Hasło z 23.07: plebania

skojarzenia

ZEA	TDK	TLK	RPA
KSU	KRLD	Aya RL	PKP
BASF	ICE	USA	TGV
O.N.A.	AGFA	IRA	Fuji

Znajdź powiązania między hasłami i połącz je w cztery grupy po cztery hasła, by każdą grupę łączyło jedno wspólne skojarzenie.

Rozwiązanie z 23.07:
Bardzo ważne osoby: Szyszka, Figura, Prominent, Gruba ryba. **Gry planszowe:** Tajniacy, Wsiąść do pociągu, Chińczyk, Carcassonne. **Filmy z Jackiem Nicholsonem:** Ludzie honoru, Czułe słówka, Lśnienie, Chinatown. **W tych zwrotach jedno słowo zawiera to drugie:** Urok biurokracji, Puszyste uszy, Las iglasty, Echo Ciechocinka

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34426992

Słowno

Wybierz słowo, sprawdzaj litery i kombinuj, aż skończą Ci się próby

Literówka

Kilka liter i jedno zadanie: ułożyć jak najwięcej słów

Jeszcze więcej rozrywki w Aplikacji Wyborczej

Szukaj w aplikacji



Zakreślanka

Skojarzenia

WARSZAWA TYGODNIK

Piątek, 24 lipca 2026 | Redaktor prowadzący Edyta Różańska

warszawa.wyborcza.pl | Kontakt z redakcją: warszawa@wyborcza.pl

Jak mieszkasz, Warszawo

Pod bloki wycięli tu nawet park

► 4-5

Dworzec Zachodni PKS

Proszę przyjść i powąchać

– Tutaj wygląda to jak w Szczytnie. Tam też czeka się na autobus pod gołym niebem – mówi pani Barbara z Mokotowa, którą spotkaliśmy z walizką na Dworcu Zachodnim. Od lat jest nazywany „wstydem Warszawy”, ale coś drgnęło na jego korzyść
6-7

Portfele Warszawiaków

600 tys. zł na jedno dziecko

„To jest studnia bez dna”, „Nie ogarniam, już nawet nie liczę” – mówią Warszawiacy o kosztach wychowania dzieci w mieście. A eksperci ekonomiczni dodają: – Gwałtownie wzrastają wydatki na edukację. Zaczynamy pod tym względem przypominać Korę Południową
8-9

Mazowsze

Z tarasu domu kajakiem do Nowego Miasta

Piotr Papis, były wójt Klwowa i były radny wojewódzki, nie pytając o zgodę wykonał w obszarze chronionego krajobrazu przekop od stawu przy budowanym przez siebie domu do rzeki Drzewiczki
10-11

Młodzi

Życie na abonament to nie nasz wybór

Miłosz: – Mieszkanie to najdroższa rzecz, jaką się kupuje. Nie wierzę, że będzie mnie na to stać
12

Zarobki w Warszawie

Koniec boomu w IT, to elektrycy

Adam trzy lata temu zamknął firmę, żeby zostać programistą. Dziś żałuje. – Złota era wielu zawodów umysłowych się kończy. Dobry elektryk może zarobić nawet 26 tys. zł miesięcznie – mówi ekspert rynku pracy.

Wojciech Karpieszuk

Zdnia na dzień reguły gry się zmieniły – mówi Adam. Kilka lat temu zamknął własny biznes i zaczął się uczyć programowania. Gazety pisały wtedy: „Zarobki w branży IT rosną jak na drożdżach. Kogo poszukują i co oferują pracodawcy?” (wrzesień 2021 roku), „Ponad 20 tys. zł pensji. Tych specjalistów masowo szukają w IT” (grudzień 2021 roku), „Zarobki programistów pną się w górę. Są oferty nawet na 35–37 tys. zł”.

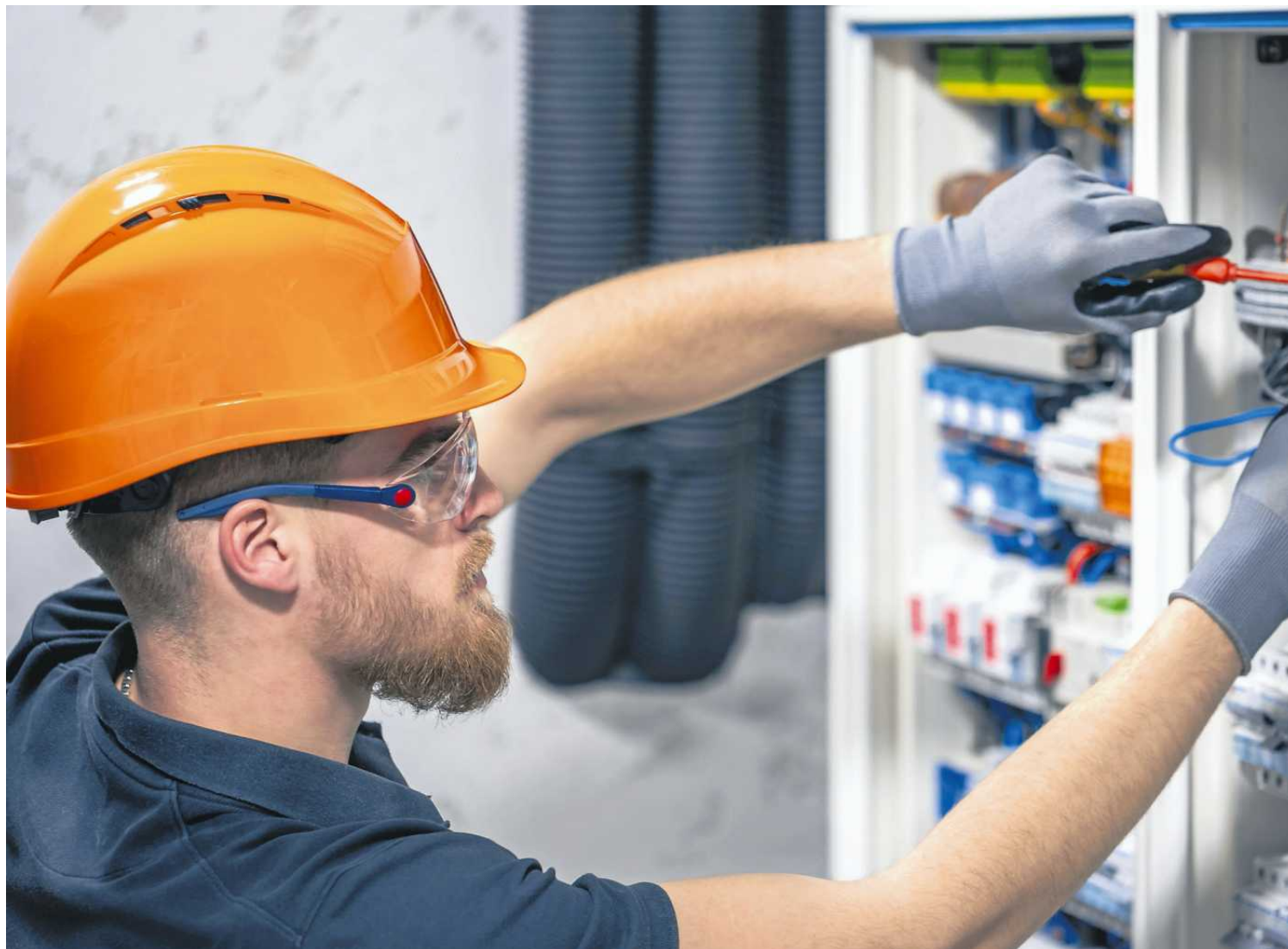
Dzisiaj już by takiej decyzji nie podjął. – W mojej firmie wielu osobom podziękowano za współpracę. Nikt oficjalnie nie powiedział, że to przez sztuczną inteligencję, ale trudno było nie zauważyć zależności – mówi. Polska należy do krajów najbardziej narażonych na skutki automatyzacji w Europie Środkowo-Wschodniej. Już co szóste miejsce pracy jest u nas zagrożone przez AI – wynika z badania firmy Co-face i francuskiego Observatoire des Emplois Menacés et Émergents, które objęło 923 zawody w 32 krajach. Jego autorzy podkreślają, że obecna fala automatyzacji różni się od tych z lat 80. czy 90. XX wieku, ponieważ sztuczna inteligencja może zastępować nie tylko rutynowe i powtarzalne czynności, ale również część pracy wykonywanej przez wysoko wykwalifikowanych i dobrze opłacanych specjalistów.

Relatywnie bezpieczne pozostają natomiast zawody wymagające fizycznej obecności człowieka i wykonywania pracy manualnej. – Przynajmniej na razie – słyszę od eksperta rynku pracy.

BOOM W IT SIĘ SKOŃCZYŁ

Adam szukał w IT stabilności: – Miałem wrażenie, że znajomi z IT prowadzą zupełnie inne życie. Dostawali regularną wypłatę, mogli pracować z domu albo z kawiarni, pandemii nie zamknęła ich miejsc pracy, żyli bez stresu o jutro.

Czytał wtedy o postępującej cyfryzacji i ogromnym zapotrzebowaniu na programistów. Zrobił więc parę kursów i zbudował portfolio front-end developera. Ten kierunek uchodził wówczas za najbardziej dostępny dla rozpoczynających naukę programowania od zera. Już w trakcie ostatniego szkolenia wysłał CV i dostał pracę jako junior. Awansował. – I jeszcze rok temu wydawało mi się, że wszystko idzie w dobrym kierunku. Ale potem przyszła sztuczna inteligencja – mówi Adam. – Programista z pomocą Copilota czy ChataGPT potrafi dziś zrobić w dzień to, nad czym kiedyś siedział tydzień albo dwa. To nie znaczy, że pracy jest mniej. Jest jej tyle samo, a może nawet więcej, tylko oczekiwania wobec jednego człowieka wzrosły nieprawdopodobnie.



Z jego zespołu zwolniono osoby z większym doświadczeniem. Podejrzewa, że zachował stanowisko, bo opłacał się firmie: zarabiał około 10 tys. zł brutto, znacznie mniej od doświadczonych programistów, a dzięki wykorzystaniu narzędzi AI jest w stanie wykonać znacznie więcej pracy niż jeszcze rok czy dwa lata temu. – Jeszcze niedawno wydawało się, że doświadczenie jest największym atutem. Dziś coraz większe znaczenie ma to, jak sprawnie potrafisz pracować z narzędziami AI i ile kosztujesz pracodawcę – stwierdza.

Najtrudniejsza, jego zdaniem, staje się sytuacja osób, które dopiero próbują wejść do branży. Doświadczeni specjaliści nadal są potrzebni do podejmowania najtrudniejszych decyzji, projektowania systemów czy dbania o ich bezpieczeństwo. Ale ofert dla początkujących programistów jest coraz mniej. – Gdybym dziś miał ponownie wybrać zawód, nie zdecydowałbym się na IT. To nie znaczy, że programowanie zniknie. Ono będzie potrzebne, ale liczba aż tylu programistów już nie. Dzisiaj raczej pomyślałbym o własnym biznesie związanym z usługami albo o zawodzie opartym na pracy rąk i bezpośrednim kontakcie z człowiekiem. Konserwator dzieł sztuki, dobry stolarz czy fachowiec wydają mi się dziś znacznie mniej zagrożeni przez sztuczną inteligencję – mówi Adam.

Próbuje przygotować alternatywę na wypadek utraty zatrudnienia.

CZY TESTERZY STRACĄ PRACĘ?

Podobne doświadczenie ma Luiza. Prowadziła niewielką firmę, ale niekończąca się praca zaczęła jej ciążyć. – Bardzo brakowało mi po-

• **Dobry elektryk może zarobić nawet 26 tys. zł miesięcznie** FOT. MAT. PRASOWE

W przyszłości większość z nas będzie musiała kilka razy w życiu zmieniać specjalizację i stale zdobywać nowe kompetencje

KRZYSZTOF INGOLT

czucia, że po pracy mogą mieć wolne popołudnie. Dzisiaj naprawdę to doceniam – mówi. Trzy lata temu zrobiła dwa intensywne kursy i została testerką oprogramowania. Sprawdza, czy aplikacje stworzone przez programistów działają prawidłowo i nie zawierają błędów. Zarabia 10 tys. zł brutto. – Na razie nie odczuwam takiego niepokoju jak wielu programistów. Pracuję w małej firmie, która działa w branży od lat i nie musi trwać od projektu do projektu. Zespół jest stabilny, nie widzę, żeby ktoś planował zwolnienia – opowiada. – Sztuczna inteligencja na pewno zmienia sposób pracy, ale w moim przypadku nie oznacza, że testerzy staną się zbędni. Wręcz przeciwnie. Im szybciej dzięki AI powstaje nowe oprogramowanie, tym więcej pracy dla nas. AI może wygenerować kod, ale na końcu i tak potrzebny jest człowiek, który sprawdzi, czy wszystko działa.

Jej zdaniem wraz z rozwojem sztucznej inteligencji rola testerów może więc nawet wzros-

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444933

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 20 lipca 2026 roku, przeżywszy 67 lat, zmarł ukochany Mąż, Tata i Teść



Jerzy Broła

Msza święta żałobna odprawiona zostanie 28 lipca 2026 roku o godzinie 13:00 w kościele pw. św. Grzegorza Wielkiego w Warszawie przy ulicy Wolskiej 180/182. Po nabożeństwie nastąpi złożenie urny do grobu rodzinnego na Cmentarzu Wolskim.

Pogrążeni w smutku
żona, córka z mężem i syn

zarabiają krocie

snąć. Tyle że ich wynagrodzenia przestały rosnąć, a nawet są niższe. – Widać, że rynek się zmienił. Gdybym dziś miała podejmować decyzję o wejściu do IT, pewnie długo bym się zastanawiała – stwierdza Luiza.

Pytam, czy nie boi się, że straci pracę. – Raz już całkowicie zmieniłam swoje życie zawodowe, więc nie mam mentalnej blokady przed kolejnym przebranżowieniem. Może kiedyś wrócę do własnego biznesu, ale już z zupełnie innym doświadczeniem. Dziś najbardziej cenię sobie to, że po pracy mogę odpocząć i nie zabierać jej ze sobą do domu – odpowiada.

FACHOWCY WYGRYWAJĄ

„Nie studia, a fach. Elektryk zarobi od 8 do 26 tys. zł netto miesięcznie” – czytam na stronie agencji pracy Personnel Service. I dalej kilka innych przykładów (wszystko „na rękę”): kamieniarze mogą zarobić od 9 tys. zł do nawet 25 tys. zł, mechanicy – nawet 23 tys. zł, stolarze – od 10 tys. zł do 20 tys. zł, brukarze – od 8 tys. zł do 14 tys. zł, dekarze – od 7 do 15 tys. zł.

Krzysztof Ingolt, ekspert rynku pracy i założyciel Personnel Service uważa, że ostatnie dziesięć lat mocno zmieniło polski rynek pracy. – Jeszcze dekadę temu Polacy wyjeżdżali do Wielkiej Brytanii, Niemiec czy Skandynawii za wyższymi zarobkami. Dziś coraz częściej wracają, bo w Polsce mogą zarobić podobne pieniądze, a nie ponoszą kosztów życia za granicą – mówi. Jego zdaniem wygrali pracownicy fizyczni. – Dziesięć lat temu zestawienie zarobków elektryka z prawnikiem czy inżynierem byłoby nie do pomyślenia. Dziś hydraulicy, elektrycy czy stolarze często zarabiają więcej od wielu absolwentów studiów. Dobry elektryk może zarabiać nawet 25-30 tys. zł miesięcznie – podkreśla.

Zdaniem Ingolta, sztuczna inteligencja najmocniej uderza w osoby wykonujące powtarzalne zadania – przede wszystkim początkujących programistów, analityków, grafików czy pracowników centrów usług wspólnych. – Kilka lat temu juniorzy w IT byli rozbijani. Dziś zdarza się, że szukają pracy miesiącami. Sztuczna inteligencja przejmuje znaczną część zadań, które wcześniej wykonywali początkujący specjaliści – mówi.

Przez lata międzynarodowe koncerny (nie tylko z branży IT) lokowały w Polsce centra usług wspólnych i zatrudniały tysiące osób do obsługi księgowości, analiz, dokumentów czy procesów biznesowych. Gdy koszty pracy rosły, część takich zadań przenoszono do tańszych lokalizacji, przede wszystkim do In-

dii. Dziś ten model przestaje mieć rację bytu. – Jeszcze dwa, trzy lata temu firmy wycofywały część procesów z Polski do Indii. Dziś nie przenoszą ich już do Indii. Przenoszą je do sztucznej inteligencji. Nie trzeba szukać tańszego pracownika na drugim końcu świata, bo AI wykonuje wiele tych samych czynności – mówi Ingolt.

Pierwsze skutki tej zmiany widać już w Krakowie, który przez lata wyrósł na jedno z największych europejskich centrów usług dla biznesu – a teraz mierzy się z masowymi zwolnieniami. Ingolt podkreśla, że powinno się zmienić myślenie o edukacji. Sam dyplom nie gwarantuje sukcesu. – Nie warto iść na studia za wszelką cenę. Jeśli ktoś kocha prowadzić samochód, niech zostanie kierowcą, zamiast dać się wypchnąć rodzicom na studia. Jeśli lubi pracować z drewnem, niech będzie stolarzem. Jeśli ma talent do elektryki, niech zostanie elektrykiem – radzi Ingolt.

I dodaje, że studia mają sens dla osób, które chcą zostać ekspertami w swoich dziedzinach, bo rynek będzie bezlitosny dla przeciętności. Coraz częściej w czasie kariery zawodowej trzeba będzie się również przekwalifikowywać i uczyć nowych kompetencji. Wiele zawodów uznawanych obecnie za bezpieczne może znaleźć się pod presją nowych technologii. Jako przykład wskazuje intensywne prace nad robotami humanoidalnymi, które prowadzą największe firmy technologiczne. – Jeżeli humanoidy wyposażone w sztuczną inteligencję staną się powszechne, mogą wejść także do zawodów, które dziś wydają się całkowicie odporne na automatyzację. Wwydaje nam się, że neurochirurg jest niezastąpiony. Ale jeśli taki robot będzie potrafił wykonywać skomplikowane operacje z precyzją najlepszych specjalistów, dostęp do takich usług całkowicie się zmieni – mówi Ingolt.

W efekcie zmieni się nie tylko rynek pracy, ale także sposób planowania kariery: – Nasi rodzice uczyli się jednego zawodu i pracowali w nim przez 40 lat. To się kończy. W przyszłości większość z nas będzie musiała kilka razy w życiu zmieniać specjalizację i stałe zdobywać nowe kompetencje.

A konsekwencje mogą wykraczać daleko poza rynek pracy. Sztuczna inteligencja może zmienić także geografie gospodarczą Polski.

Ingolt: – Warszawa przyciąga ludzi wysokimi wynagrodzeniami i liczbą miejsc pracy. Za pięć czy dziesięć lat, jeśli sztuczna inteligencja przejmie znaczną część pracy umysłowej, przewaga największych metropolii może wyraźnie się zmniejszyć. Warszawa nadal będzie oferować wysoką jakość życia i dostęp do usług, ale niekoniecznie najwyższe zarobki i najlepsze perspektywy zawodowe. ●

Mokotów

„Szpiegowo” na mieszkania komunalne

Wiemy już, jak po przebudowie będzie wyglądać poradziecki kompleks przy ul. Sobieskiego 100. Miasto wybrało koncepcję architektoniczną.

Warszawa rozstrzygnęła konkurs architektoniczno-urbanistyczny na koncepcję zagospodarowania nieruchomości przy ul. Sobieskiego 100, czyli słynnego „szpiegowo” na Mokotowie. Zwyciężyła spółka JSK Architekci, która otrzymała nagrodę pieniężną i możliwość zaprojektowania modernizacji całego kompleksu.

Istniejący budynek ma zostać przebudowany, a obok ma powstać zupełnie nowy. Metamorfozę przejdzie także cała działka. W efekcie zamiast zdegradowanej ruiny, będzie tam 180 mieszkań komunalnych. – To jest nowe otwarcie dla tego miejsca. Znamy jego historię, ale z chwilą, gdy miasto przejęło nieruchomość, kontekst tej sytuacji się zmienił. Dużo serca włożyliśmy w to, by stworzyć miejsce przyjazne do mieszkania – mówi nam Mariusz Rutz z JSK Architekci.

Bloki, w których niegdyś mieszkali radzieccy dyplomaci, zostały przejęte przez miasto na rzecz Skarbu Państwa w 2022 r. Przez kilka lat stały puste, a w styczniu 2025 r. prezydent Rafał Trzaskowski podczas wspólnej konferencji z wojewodą mazowieckim Mariuszem Frankowskim ogłosili, że kaskadowy budynek trafił do zasobu

Warszawy. Jest wpisany do ewidencji zabytków, więc o rozbiórce nie było mowy. Warszawa postanowiła go wyremontować. Urzędnicy zdecydowali, że powstaną tam mieszkania komunalne. Ogłoszono konkurs architektoniczny. Jego główne założenia to przebudowa wewnętrznej struktury mieszkań i dostosowanie ich do współczesnych wymagań i przepisów, likwidacja muru i budowa nowego budynku od strony Sobieskiego, a także zagospodarowanie terenu wokół budynków.

Sąd konkursowy spośród wszystkich nadesłanych prac wybrał tę JSK Architekci z Warszawy. – Położyliśmy akcent na aspekt społeczny. To ma być wzorzec architektury społecznej przy wykorzystaniu specyficznej tkanki istniejącej. To dobra część Mokotowa, a mieszkań w naszym pięknym mieście ciągle brakuje, do tego ich ceny są bardzo wysokie. Koncentrowaliśmy się na tym i to trafiło w oczekiwania miasta – mówi nam Mariusz Rutz z JSK Architekci.

Zwycięska pracownia otrzymała zaproszenie do negocjacji z wolnej ręki na wykonanie dokumentacji projektowej. Umowa w tej sprawie powinna być podpisana do stycznia 2027 r. Następnie przyjdzie czas na uzyskanie pozwolenia na budowę i przetarg na roboty. Miasto zabezpieczyło na tę inwestycję ponad 132 mln złotych. ●

Miłosz Piotrowski

• **Koncepcja nowego „szpiegowo” w Warszawie**
FOT. JSK ARCHITEKCI



REKLAMA

Warszawa/34439811

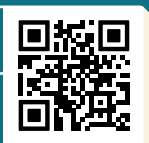


LATO KONESERA

1.07 → 31.08

Teatr | Kino | Koncerty Wydarzenia plenerowe

Sprawdź program wakacyjnych wydarzeń! →



Jak mieszkasz, Warszawo

Pod bloki wycięli tu nawet park

– Absurd jest taki, że mieszkamy na wsi, a żeby pójść na spacer i zobaczyć trochę przyrody, jeździmy do Warszawy, bo tu wszystko już poszło pod bloki – mówi Aneta, mieszkanka Zamienia, tuż za granicą Ursynowa.

**Miłosz Piotrowski**

Na stronie jednego z deweloperów działających w Zamieniu czytamy, że osiedle od granicy z Warszawą dzieli zaledwie 800 metrów. Miejscowość sąsiadująca z Ursynowem w ostatnich latach przeżywa inwestycyjny boom. Do niewielkiej osady z jednorodzinnymi domami deweloperzy dokleili miasteczko pośrodku pól. W dawnej wsi mieszka dziś kilka tysięcy osób.

Jadę na miejsce, by sprawdzić, czy faktycznie jest tam tak przyjemnie, jak na wizualizacjach. – Nikt się nie zna z sąsiadami, bo wszyscy wsiadają do aut i rano wy-

jeżdżają do Warszawy. To noclegownia, sypialnia Warszawy. Tutaj po prostu nie ma co robić – mówi mi Magda, mieszkanka Zamienia. Inni wskazują, że mimo bliskości stolicy, komunikacją publiczną jadą do Warszawy blisko godzinę.

WSZYSTKIE DRZEWA POWYCINALI POD BLOKI

Wysiadam na pierwszym przystanku autobusowym w Zamieniu. Wita mnie typowo wiejski krajobraz. Domy wzdłuż ulicy, niewielki sklep, chaszczki. Idę chodnikiem, ale w pewnym momencie się urywa. Idę więc dalej środkiem dziurawej drogi, by omijać kałuże, czasem muszę tylko zejść na pobo-

cze, by przepuścić auto. Słyszę odgłosy budowy, widzę pracujące żurawie. Zaraz za nimi mającą pierwsze bloki.

Wychodzę z zadrzewionej alei i trafiam do innego świata. Nie ma już drzew, a tylko ciągnące się w nieskończoność osiedla białych budynków. Wszystkie otoczone płotami.

Za nimi dokładnie przyszyte trawniki i parkingi wypełnione autami. Chodnik jest tylko po jednej stronie ulicy.

Po chwili spotykam Agatę, spaceruje z psem po jezdni, by mógł skorzystać ze skrawka zieleni przy ogrodzeniu. – Znam to miejsce od dawna, trochę się tu wychowywałam, bo dziadkowie mieszkali w tej starej części wsi. Dwa lata temu odziedziczyłam po nich dom – opowiada.

– Kiedyś tu było mega zielono. Teraz nawet nie ma gdzie chodzić z wózkiem i z psem, no chyba, że ktoś lubi lazić po zasianych polach. Jest tu jedna wielka patelnia. Wszystko powycinali pod bloki – mówi.

Pytam ją, czy władze nadążają z budową infrastruktury dla nowych mieszkańców. – Czy nadążają? Oni się tym miejscem w ogóle nie interesują – odpowiada. – Mam wrażenie, że wszystko zmienia się tu na gorsze.

DO WARSZAWY JEDZIE SIĘ GODZINĘ

Krążę po ulicach Zamienia. Często muszę nadkładać drogi naokoło ogrodzonych osiedli, bo wszystkie furtki są pozamykane. W tej części miejscowości praktycznie nie ma usług. W jednym ze starszych bloków kawałek dalej jest fryzjer, kawiarnia i biuro sprzedaży mieszkań. Centrum usługowym dla mieszkańców jest market Netto przy drodze wylotowej. Jest tam też pizzeria, kebab, piekarnia i sklep z kosmetykami.

Spotykam Beatę wracającą z zakupów. – Niewiele panu powiem, mieszkam tu od miesiąca – mówi. Do Zamienia przeprowadziła się z Lublina. Za nowe mieszkanie w bloku zapłaciła 10 tysięcy złotych za metr. – Szukałam czegoś blisko Warszawy, tu po prostu było tanio. Na razie jestem zadowolona. Mam swój ogródek na parterze, więc pies tam biega. W Lublinie też nie miałam zieleni, wszędzie beton, więc jakoś mi to nie przeszkadza – opowiada.

Do pracy dojeżdża na Służewiec. – Mąż podwozi mnie do metra na Ursynowie autem. Na miejscu jestem w 40 minut – mówi. – Najłatwiej jest tu przemieszczać się samochodem.

Jak wyglądają dojazdy komunikacją publiczną do graniczącej z Warszawą miejscowości, sprawdzam na własnej skórze. Około godz. 8.30 wsiadłem na Mokotowie do tramwaju jadącego na PKP Służewiec. Stamtąd pojechałem dość sprawnie na stację PKP Jeziorki. Schody zaczęły się później. Do Zamienia jeździ stamtąd co prawda busik, ale kursował o tej porze tylko raz na godzinę, więc na przystanku spędziłem dwadzieścia minut. W Zamieniu byłem około 9.30. Alternatywą był jeszcze półgodzinny spacer ze stacji.

Lokalny radny Wojciech Adynowski tłumaczy, że niektórzy wybierają jeszcze inne rozwiązanie. – Ratunkiem bywa przechadzka do sąsiedniej gminy Raszyn, skąd odjeżdżają autobusy 700 i 719 do metra Ursynów. Ja mam tam kilometr, ale inni mają często dalej – wyjaśnia.

Dotarcie do centrum Warszawy bez samochodu w każdej z opcji zajmuje blisko godzinę. – To się kończy tym, że każdy tu jeździ autem. Ja na przykład podwożę córkę na przystanek, a czasami jadę do pracy naokoło, by podrzucić ją do szkoły – opowiada.

– Tu jest ciągła kombinatoryka motoryzacyjna. Przywieźć, odwieźć, zawieźć, dojechać. Dwa samochody na mieszkanie to w Zamieniu norma.

Rzeczywiście, choć jest środek dnia parkingi pod blokami są niemalże wypełnione. Wszyscy napotkani mieszkańcy powtarzają to samo – życie bez samochodu to w Zamieniu katorga, ale autem na Ursynów można dojechać sprawnie trasą S7 w 10-15 minut. Dla większości dorosłych to nie problem, ciężiej jest w przypadku nastolatków czy emerytów.

PARK ZMIENIŁ SIĘ W BLOKOWISKO

Anetę spotykam, gdy stoi z psem w błocie pod budką z łodami. W Zamieniu jest już weteranka. Dziewięć lat temu przeprowadziła się do osiedla segmentów o wymownej nazwie „Osiedle wśród pól”. – Kiedyś to było bardzo dosłowne. W tej części wsi było tylko nasze osiedle i jeden blok – opowiada.

• **Zamienie pod Warszawą** FOT.

MATEUSZ SKWARCZEK /
AGENCJA WYBORCZA.PL

Pokazuje na budynki naprzeciwko jej domu. – Tam był kiedyś park, ale teren został zabudowany przez dewelopera, jakby mało było tu pól do odrolnienia i trzeba była wyciąć jedyne drzewa w tej okolicy. To był starodrzew, jedyna zielona przestrzeń, a teraz jest goło, sam pan widzi, gdzie muszę spacerować z psem – narzeka.

Ma na myśli pozostałości po XIX-wiecznym folwarku Zamienie. Niegdyś w tym miejscu był zespół dworsko-parkowy. Gmina Lesznówola uchwaliła w 2012 roku plan miejscowy, który umożliwił tam budowę mieszkań. Później podjęła kroki, by zmienić ten zapis, ale było za późno. Deweloper wystąpił o pozwolenie na budowę. Dziś w miejscu, gdzie uwielbiali spacerować mieszkańcy, stoi kolejny etap osiedla „Zielone Zamienie”. To ogrodzone płotem bloki, gdzie zielone są jedynie trawniki.

Podobnie jak większość moich rozmówców Aneta do Zamienia sprowadziła się ze względu na finanse. – Wcale nie chodziło o jakiś spokój, mogliśmy w tej samej cenie kupić 60-metrowe mieszkanie na Ursynowie. Jesteśmy z mężem zmotoryzowani, więc uznaliśmy, że będziemy dojeżdżać do Warszawy. Problem w tym, że wieś się rozbudowuje, a jednocześnie nie oferuje niczego mieszkańcom – mówi. – Absurd jest taki, że mieszkamy na wsi, za miastem, a żeby pójść na dłuższy spacer i zobaczyć trochę przyrody, jeździmy do Warszawy.

Przez lata Aneta dojeżdżała do pracy w Warszawie autem, podobnie jak w przypadku innych mieszkańców jej życie toczyło się w stolicy, a Zamienie było dla niej głównie sypialnią. Ale kilka lat temu urodziło się jej dziecko. – Myślimy o powrocie do miasta. Córką niedługo idzie do szkoły. Lokalna podstawówka już teraz działa na dwie zmiany, poza tym jej poziom nie

jest najwyższy. Chcemy, by córka uczyła się w Warszawie, ale nie chcemy, by codziennie jeździła autobusem godzinę albo żebyśmy musieli ją wozić – stwierdza.

PO PROSTU BYŁO TANIO

Podobne myśli miewa Magda, choć na razie mieszka na jednym z zamkniętych osiedli. – Nie wyobrażam sobie, że gdy przejdę na emeryturę, nadal będę mieszkała w Zamieniu – mówi.

Z Ochoty przeprowadziła się tu sześć lat temu. – Po prostu mieszkanie było tu tanie. Chociaż wiedziałam, że to coś za coś – przyznaje. – Z zakupu jestem zadowolona, ale nie jestem zadowolona z tego, jak zmienia się to miejsce.

Podobnie jak inni wskazuje na brak zieleni, komunikacji i usług publicznych. – Włodarze gminy posprzedawali wszystkie działki, mieszka tu strasznie dużo ludzi, a infrastruktury nie ma prawie żadnej – podkreśla.

W okolicy nie spędza czasu praktycznie nigdy. – Kilka razy byłam tu na pizzy. To noclegownia, sypialnia Warszawy. Tutaj po prostu nie ma co robić. Jak potrzebuję kina, basenu, czegokolwiek, to wsiałam w auto. Tu można co najwyżej rowerem pojeździć, choć też jest niebezpiecznie, bo ścieżka rowerowa jest tylko w jedną stronę i ona nie ma połączenia np. do Lasu Kabackiego – opowiada.

Skarży się też na osiedle. – Sporo osób przeprowadziło się tu z odleglejszych wsi, bo chcieli być bliżej Warszawy. Oni często nie znają kultury życia w bloku. Więc jak pies się załatwi na klatce, to sobie to leży na klatce. Jak ktoś ma odpalić grilla w swoim

ogródku, to odpala, chociaż to zabronione w osiedlowym regulaminie – wylicza. – Do tego ludzie się tutaj praktycznie nie znają. Integracja jest zerowa. Każdy wsiada do auta, wyjeżdża z grozonego osiedla i potem do niego wraca. Później już raczej nie wychodzi się dalej niż ewentualnie do sklepu.

POTRZEBOWAŁAM SPOKOJU, A NIE CHAOSU

Inną perspektywę na Zamienie ma Emilia. Blisko rok temu przeprowadziła się tu ze ścisłego centrum Warszawy i jest zachwycona. – Mieszkalam wcześniej przy ulicy Emilii Plater. Osoby bezdomne, pijani, głośne remonty, okropny chaos. Je-



Dotarcie do centrum Warszawy bez samochodu w każdej z opcji zajmuje blisko godzinę

stem na takim etapie życia, że potrzebuję spokoju – opowiada. – Pracuję zdalnie, ale jak muszę pojechać do miasta, to jadę autem, nie ma żadnego problemu. Mam 100 metrów ogródka na parterze, jak tam wychodzę, to słyszę śpiew ptaków.

Emilia ma córkę, która chodzi do lokalnego żłobka. Na miejscu jest też przedszkole i szkoła podstawowa. – Miejscowość jest nastawiona na rodzinę, na brak zieleni też nie narzekam. Może nie ma tu lasów i parków, ale wzdłuż ulic w tej starej części Zamienia są krzaki – mówi. – Czuję się tu bardzo bezpiecznie, ludzie dbają o przestrzeń,

nie ma śmieci. Może nie ma co tu robić po pracy, ale taksówka do miasta jest naprawdę w przystępnej cenie. Do tego widzę, że ludzie organizują się na grupkach, szukają na przykład osób do gry w planszówki. Mi tu jest bardzo dobrze, nie planuję się stąd wynosić.

To zdecydowanie najbardziej entuzjastycznie nastawiona we wsi Zamienie osoba, z jaką rozmawiam. Ale na ulicach spotykam sporo osób w wieku 30-40 lat. Zazwyczaj powtarzają, że warunkiem szczęśliwego życia w tym miejscu jest posiadanie samochodu.

Ale nie każdy go ma lub może prowadzić. Jedna z mieszkanek mówi mi, że do wsi przeprowadziła się trzy miesiące temu. – Chciałam mieszkać z dala od centrum, żeby mieć spokój. Jest okej, chociaż dwie godziny dziennie spędzam na dojazdach do pracy na Służewiec. Na stację PKP jadę autobusem albo idę na piechotę – mówi.

Pytam, czy w Zamieniu jest tak, jak oczekiwała, gdy podejmowała decyzję o przeprowadzce. – Trochę tak, chociaż nie ma tu żadnych rozrywek – stwierdza. – Ktoś mógłby wziąć pod uwagę nasze potrzeby i zbudować tu coś innego niż bloki.

Radny Wojciech Adynowski zanicza, że w Zamieniu brakuje usług, ale przede wszystkim miejsc do spędzania wolnego czasu. – Życie towarzyskie skupia się tu na chodnikach. Ostatnio była śmieszna sytuacja. Budowana jest tu droga, asfalt już położono, ale samochody jeszcze nie jeżdżą, bo droga wygrodzona. Zaczęły zbierać się tam tłumy, by pojeździć na rowerach, na rollach. Tak bardzo brakuje tu terenów na rekreację, że ludzie spędzają czas na niedokończonych ulicach – mówi. – Oczywiście ona niedługo zostanie otwarta i zabawa się skończy. ●

REKLAMA

Warszawa/34443601

Jak e-urzędy i elektromobilność zmieniają nasze życie?

Transformacja energetyczna najczęściej kojarzy się z autobusami elektrycznymi, samochodami na prąd czy nowoczesnymi stacjami ładowania. Elektromobilność stała się jednym z najważniejszych symboli dążenia do neutralności klimatycznej i ograniczania emisji gazów cieplarnianych.

W rzeczywistości jest jednak tylko częścią znacznie większej zmiany, która zachodzi w naszych społecznościach. Równie istotne staje się bowiem ograniczanie liczby niepotrzebnych podróży poprzez dynamiczny rozwój usług cyfrowych. W wielu przypadkach najszybszym i najbardziej ekologicznym środkiem transportu okazuje się dziś internet.

W tym wielowymiarowym procesie kluczowe staje się łączenie działań na rzecz efektywności energetycznej, elektromobilności i cyfryzacji. Skoordynowane podejście pozwala jednostkom Samorządu Terytorialnego (JST) na wdrażanie rozwiązań, które realnie poprawiają komfort życia mieszkańców i chronią środowisko naturalne.

Cyfryzacja wspiera zieloną transformację

Mazowsze jest regionem o bardzo zróżnicowanych potrzebach transportowych. Duże aglomeracje, na czele z Warszawą, od lat zmagają się z korkami i zanieczyszczeniem powietrza. Z kolei mieszkańcy wielu mniejszych miejscowości wciąż doświadczają problemu wykluczenia komunikacyjnego. Przez dekady głównym sposobem rozwiązywania tych wyzwań była rozbudowa infrastruktury drogowej oraz rozwój tradycyjnego transportu publicznego. Dziś coraz wyraźniej widać, że równorzędnym i niezwykle skutecznym elementem nowoczesnej polityki transportowej jest cyfryzacja usług publicznych.

Zasada jest prosta: każda sprawa urzędowa załatwiona przez internet oznacza jedną podróż mniej. Przeniesienie procedur do sieci przynosi potrójną korzyść:

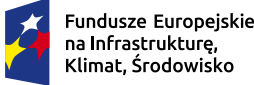
- dla mieszkańców: to ogromna oszczędność czasu i brak konieczności stania w kolejkach;
 - dla administracji: to niższe koszty funkcjonowania oraz sprawniejszy obieg dokumentacji;
 - dla środowiska: to realne i natychmiastowe ograniczenie emisji dwutlenku węgla, tlenków azotu oraz szkodliwych pyłów zawieszonych.
- E-urząd przestaje być więc traktowany wyłącznie jako wygodne narzędzie administracyjne. Staje się pełnoprawnym elementem zielonej infrastruktury, który aktywnie wspiera realizację unijnych i krajowych celów klimatycznych.

Trzy pokolenia – jedna cyfrowa zmiana

Cyfrowa administracja rewolucjonizuje codzienność mieszkańców, bez względu na ich wiek czy stopień zaawansowania technologicznego. Zmiana ta ma charakter międzypokoleniowy.



Seniorzy coraz śmielej poruszają się w cyfrowym świecie. Korzystając z pomocy bliskich lub uczestnicząc w lokalnych warsztatach podnoszących kompetencje cyfrowe, zyskują niezależność. Dzięki temu mogą złożyć wniosek o dodatek energetyczny, świadczenia socjalne czy odpis dokumentów z poziomu własnego fotela – bez konieczności uruchamiania samochodu i dalekiego dojazdu do powiatowego czy gminnego urzędu. Młode pokolenie traktuje załatwianie spraw przez smartfon jako standard i najbardziej naturalną formę kontaktu z państwem. Codzienne korzystanie z aplikacji mObywatel oraz elektronicznych formularzy sprawia, że osobista wizyta w placówce urzędowej staje się rzadkim wyjątkiem, a nie regułą.



Artykuł jest dofinansowany ze środków UE. Projekt Doradztwa Energetycznego finansowany jest w 100% z Programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021-2027. Realizowany jest we współpracy z 16 Partnerami (wojewódzkimi funduszami ochrony środowiska i gospodarki wodnej), a jego głównym zadaniem jest promocja, doradztwo i podnoszenie świadomości oraz wiedzy mieszkańców, przedsiębiorców i władz lokalnych m.in. w zakresie działań na rzecz niskoemisyjnej gospodarki o obiegu zamkniętym, efektywności energetycznej i wykorzystania OZE. Ogólnopolski Projekt Doradztwa Energetycznego jest operacją o znaczeniu strategicznym, która wnosi znaczący wkład w osiąganie celów programu Fundusze Europejskie na Infrastrukturę, Klimat, Środowisko 2021-2027 i podlega szczególnym środkom dotyczącym monitorowania i komunikacji.

#MKIŚ#MFIPR#NFOŚiGW#WFOŚiGW#KomisjaEuropejska#KE#FunduszeEuropejskie#FunduszeEU#Autopromocja#EUREGIOPoland#ProjektDoradztwaEnergetycznego#PDE

Korzyści z tej rewolucji odczuwają również same samorządy. Wdrożenie cyfrowego obiegu dokumentów znacząco skraca czas obsługi interesantów i drastycznie ogranicza zużycie papieru. Co ważne, zaoszczędzone w ten sposób środki finansowe gminy mogą bezpośrednio przeznaczyć na inwestycje w lokalny transport niskoemisyjny, nowoczesną infrastrukturę rowerową czy ogólnodostępne stacje ładowania pojazdów elektrycznych.

Nowe wyzwania dla samorządów

Ewolucja technologiczna wymusza także zmiany w zarządzaniu gminami. W procesie tym istotne okazuje się wsparcie doradców energetycznych współpracujących z JST. Ich rola wykracza dziś poza tradycyjne doradztwo np. w zakresie termomodernizacji budynków czy odnawialnych źródeł energii. Pomagają również samorządom spiąć w jedną całość kwestie techniczne i organizacyjne. Z jednej strony pomagają optymalizować procedury urzędowe pod kątem ich cyfryzacji, z drugiej – wspierają gminy przy planowaniu modernizacji flot na pojazdy elektryczne oraz optymalnym wykorzystaniu zielonej energii do zasilania lokalnej infrastruktury.

Efekty, które można policzyć

Transformacja cyfrowa przynosi wymierne korzyści środowiskowe. Jeśli średniej wielkości gmina na Mazowszu umożliwi załatwienie przez internet 30 tysięcy spraw rocznie, a przeciętna podróż mieszkańca do urzędu i z powrotem wynosi 12 kilometrów, oznacza to ograniczenie ruchu o około 360 tysięcy kilometrów rocznie.

Przy średniej emisji samochodu spalinowego wynoszącej około 140 g CO₂ na kilometr pozwala to uniknąć emisji ponad 50 ton dwutlenku węgla w ciągu roku. Równocześnie zmniejsza się emisja pyłów PM2.5, PM10 oraz tlenków azotu, co przekłada się na poprawę jakości powietrza i zdrowia mieszkańców.

Wspólna droga do nowoczesnego Mazowsza

Nowoczesna polityka transportowa i ekologiczna to znacznie więcej niż wymiana autobusów na elektryczne. To przede wszystkim inteligentne zarządzanie mobilnością i odważne wdrażanie technologii cyfrowych wszędzie tam, gdzie fizyczna podróż staje się zbędną. Dopiero pełna synergia tych rzeczy tworzy spójny i efektywny model rozwoju.

Jak PKS Polonus zmienia Dworzec Zachodni

Proszę przyjść i powąchać

– Tutaj wygląda to jak w Szczytnie. Tam też czeka się na autobus pod gołym niebem – mówi pani Barbara z Mokotowa, którą spotkaliśmy z walizką na Dworcu Zachodnim. Od lat jest nazywany „wstydem Warszawy”, ale coś drgnęło na jego korzyść.

Jarosław Osowski

Prezes warszawskiego PKS Polonus Piotr Smogorzewski zachęca, by zmiany na Dworcu Zachodnim oceniać też węchem. Poprzednim razem wspólnie zwiedzaliśmy go w zeszłoroczne wakacje i zapachy niekoniecznie były przyjemne. Najgorsze wydobywały się z podziemi. Obsługa toalet wybiegła na widok prezesa i koniecznie chciała pokazać mu coś osobliwego. „Zapraszam na wizytę za rok. Wtedy po liftingu naszego dworca już się tu nie będziemy wstydzić” – rzucił na pożegnanie.

ROZPYLACZE ZAPACHÓW W AKCJI

Wracam więc na dworzec PKS ponownie w szczycie wakacyjnych podróży i w tym samym miejscu przed poczekalnią zastaję nowe szafki automatyczne do przechowywania bagażu (kolejny taki zestaw działa w środku). Jest też rząd kwietników, ale to nie o ich zapach chodziło prezesowi, gdy rozmawialiśmy przez telefon w tym tygodniu. Tym razem jest nieobecny, bo na spotkaniu z miejskimi drogowcami uzgadnia nowe dojazdy do dworca i wyjazd, żeby pasażerowie autobusów już nie tracili w korkach nawet 30-40 minut.

– Nie ma już tego charakterystycznego zapaszku. Wymieniliśmy 11 kominów, wcześniej działał tylko jeden. Teraz na dachu są wstawione nowe wyciągi i budynek zaczął oddychać. Przeczyściliśmy też rury ze skamieniałego tłuszczu, który wylewali najemcy lokali gastronomicznych. Są też rozpylacze zapachów jak w centrach handlowych, ale to już każdy musi ocenić sam – stwierdza Piotr Smogorzewski.

Miejscami w hali dworca PKS rzeczywiście czuć coś przyjemniejszego. Jednak głównie rozchodzi się aromat mięsa smażonego lub podgrzewanego w dworcowych budkach i włącza się kolejny zmysł – smaku.

Naocznie przekonuję się, że w drzwiach do poczekalni tak jak przed rokiem kręci się krępy jegomość. Słyszę, jak zaczepia podróżnych z ciężkim bagażem: „Dzień dobry, trzeba taksówki?”. Piotr Smogorzewski: – W ciągu kilku tygodni do nagabywania się skończy, bo właśnie podpisałem umowę z korporacją Eko Taxi i będzie jak na lotnisku. Ceny na pewno uczciwe.

Lista planów sprzed roku jest długa, jeszcze nie wszystkie udało się zrealizować, a do większych inwestycji daleka droga. Wtedy szef państwowego PKS Polonus, któremu podlega dwo-



• Dworzec Zachodni PKS w Warszawie. Wiaty groziły zawaleniem, dlatego pasażerowie czekają na autobus pod gołym niebem FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

Lista planów sprzed roku jest długa, jeszcze nie wszystkie udało się zrealizować, a do większych inwestycji daleka droga

rzec i nieliczne już połączenia autobusowe, pełnił swoją funkcję od ośmiu miesięcy. Reportersów „Stołecznej” gościł w gabinecie na czwartym piętrze biurowca, który powstał razem z dworcem na przełomie lat 70. i 80. Teraz to PRL-owski skansen – zapyziałe elewacje, a tę od strony Al. Jerozolimskich wciąż zakrywa reklama.

ŻAŁ ZA CZASMI ŚWIETNOŚCI

„Już nie mogę patrzeć na ten budynek” – stwierdził rok temu minister infrastruktury Dariusz Klimczak (PSL), który wizytował obok kończącej się właśnie inwestycję na dworcu PKP. Prezes Smogorzewski skwitował: „Wszyscy łączymy się w tej niemocy. Zastaliśmy tu porządek azjatycki”.

Teraz kontrast między kolejową a autobusową częścią Dworca Zachodniego jest jeszcze większy. Od listopada 2025 r. do pociągów idzie się najszerszym w Warszawie przejściem podziemnym. Jest czysto, działają sklepy, kawiarnie i lokale gastronomiczne. To tutaj podczas pierwszej podróży zagranicznej wysiadł z pociągu nowy premier Węgier Péter Magyar. Tutaj też na peronie ósmym premier Donald Tusk kilka dni temu ogłosił: „Budujemy najnowocześniejszą sieć kolejową w Europie. Każdy powiat w Polsce będzie włączony w sieć połączeń dale-

kobieźnych. Doprowadzimy do tego, że podróż koleją będzie najbardziej preferowanym sposobem przemieszczania się dla Polek i Polaków”.

PKS Polonus, który niedawno świętował 80-lecie, przypomina na stronie internetowej czasy świetności: „W 1967 r. przedsiębiorstwa PKS przewiozły ponad miliard pasażerów, wyprzedzając pod tym względem PKP. W 1974 r. wynik ten został podwojony! PKS obejmowało około 85 tys. km tras i ponad 30 tys. przystanków. Dla wielu mieszkańców wsi i małych miast autobus był podstawowym środkiem transportu. Nie bez powodu przez dekady mówiono, że »PKS dojeżdża wszędzie«. Dziś sytuacja odwróciła się całkowicie – pociągami podróżuje ponad 400 mln osób rocznie, a autobusami dalekobieżnymi i regionalnymi ok. 270 mln”.

Co zatem dalej z warszawskim dworcem PKS? Na placu manewrowym wciąż panuje tu duży ruch. Kolejne kursy są co kilka, kilkanaście minut. Nie tylko do różnych miejscowości w Polsce, ale też na dalekie trasy po Europie. Obsługują je głównie przewoźnicy prywatni, linie ukraińskie i Flixbus, ale akurat przed godz. 10 do Grudziądza wyrusza jedna z dwóch nowych Scanii, które PKS Polonus kupił w 2025 r.

Na peronie dziewiątym spotykam Sukjindera Singha, który jest w podróży z kolegą między Słowenią a Litwą. Obaj pochodzą z Indii, na głowach noszą turbany. – W Warszawie mamy przesiadkę i czekamy na tym dworcu dwie godziny. Tutaj jest ok – ocenia, rozglądając się po Zachodnim.

Teraz pogoda dopisuje, ale po nocnym deszczu na jezdni przy peronie zostały kałuże. Gdyby nadal padało, podróżnym z Indii trudno byłoby tu czekać na autobus, bo już kilka lat temu rozebrano wiaty – groziły zawaleniem. – W Szczytnie też stoi się pod gołym niebem – mówi pani Barbara z Mokotowa. Z biletem za 69 zł wypatrzy na Dworcu Zachodnim PKS-u na Mazury. – Stanowisko to samo, nic się tu nie zmieniło, a trochę już ten remont trwa. I ciągle jest kiep-

sko z dojazdem, bo wszystko rozkopane. Nie wiadomo, jak się tu dostać, więc dla pewności wzięłam taksówkę.

BYŁO JAK JEST, CZYLI SWOJSKO

Chodzi o przeciągającą się inwestycję tramwajową z nową trasą przez Ochotę i tunel do Dworca Zachodniego. Wszystko miało być gotowe w kwietniu, ale od dwóch lat Aleje Jerozolimskie ciągle są zwężone i panuje ogromny chaos. Podróżni krążą wokół wykopów, przystanki busów i komunikacji miejskiej są przesunięte. Powstał prowizoryczny dojazd na parking przed dworcem PKS, ale mało kto wie, jak tu trafić. Prezes Smogorzewski mówi o ogromnych stratach rzędu miliona złotych rocznie. Każda godzina postoju kosztuje 9 zł, ale pierwszy kwadrans na wypakowanie bagażu jest darmowy. Działa nowoczesny, bezgotówkowy system pobierania opłat, szlaban otwiera się, gdy czytnik rozpozna tablicę rejestracyjną auta.

Aktualnie termin zakończenia prac przez Tramwaje Warszawskie to czwarty kwartał tego roku. Dlatego pierwsze tramwaje z pasażerami dotrą na Dworzec Zachodni prawdopodobnie dopiero w pierwszym kwartale 2027 r.

Pani Jadwiga z Wawra, żeby dostać się na PKS w kierunku Rucianego-Nidy, przyjechała na Dworzec Zachodni pociągiem. – Stacja kolejowa była rozgrzebana latami, teraz wreszcie już jakoś wygląda, ale mnie ten ogrom przeraża. Gubię się w tych nowych przestrzeniach – opowiada. – Na dworcu PKS jak było, tak jest. Bardziej swojsko. Miałam tylko problem z toaletą. Za wejście płaci się tam teraz kartą, ale system nie chciał mnie wpuścić. W końcu otworzył mi jakiś obcokrajowiec, ale kiedy chciałam wyjść, już go nie było, a ja nie mogłam się wydostać. Mocno się zdenerwowałam, że mi ucieknie au-

Warszawa się rozjeżdża

Ludzie kiedyś wrócą do miasta

Powinniśmy dramatycznie zwiększyć skalę mieszkań dostępnych cenowo. A wjazd samochodem do centrum Warszawy powinien stać się bardzo drogi.

Michał Wojtczuk

Warszawie w sześć lat średnia cena metra kwadratowego mieszkania na rynku pierwotnym wzrosła z 10 do 20 tys. zł. Ludzi nie stać na mieszkania nawet przy wsparciu kredytem. To jeden z głównych powodów, dla których boom deweloperski przelał się poza granice Warszawy. W pięć lat w miejscowościach stołecznego obwarzanka – Markach, Żąbkach, Wieliszewie, Lesznowoli, Raszynie itd. – przybyło ponad 50 tys. mieszkańców. Z tych miejscowości do stolicy wlewają się potoki aut z ludźmi, którzy jadą do pracy: to aż 850 tys. samochodów dziennie.

MICHAŁ WOJTCZUK: Dlaczego Warszawa się rozlewa?
PIOTR SAWICKI, WICEPREZES WARSZAWSKIEGO ODDZIAŁU TOWARZYSTWA URBANISTÓW POLSKICH: Z jednego powodu: pieniądza. W Warszawie jest potwornie drogo. A w nieruchomościach liczą się trzy rzeczy: lokalizacja, lokalizacja i lokalizacja. Wysokie ceny nieruchomości napędzają wysokie ceny mieszkań. W granicach miasta jest mało działek pod budowę.

A czy jakaś część ludzi nie wyprowadza się na przedmieścia, bo chcą mieć ciszę, być bliżej przyrody?
– Na pewno są tacy. Nie wierzę jednak, że to większość. Myślę, że ci, którzy mówią: „Wolę mieszkać pod miastem, bo lubię mój ogródek”, racjonalizują swoją sytuację. Jestem przekonany, że to decyzja wynikająca z tego, ile pieniędzy ludzie mają w portfelach, jaką mają zdolność kredytową. To jest tak ograniczający warunek, że inne nie mają znaczenia. I dlatego jestem zwolennikiem rozwoju sektora dostępnych cenowo mieszkań na wynajem instytucjonalny – PRS.

Powinniśmy dramatycznie zwiększyć skalę takiej oferty. Wiednia, przedstawianego często jako wzorzec z Sevres dostępnego mieszkalnictwa, nie dogonimy. Tam od stu lat budują miejskie mieszkania. Ale np. w Paryżu przepisy zmuszają prywatnych inwestorów do przeznaczania części mieszkań do zasobu publicznego.

Taka możliwość jest w przepisach o Zintegrowanych Planach Inwesty-

cyjnych. Dotąd nikt w Warszawie po nie nie sięgnął.
– Inwestorzy się tych przepisów boją. Nawet nie tego, że na przykład 5 proc. mieszkań trzeba będzie oddać, tylko że „element będzie mieszkać obok nas”. Bo tak sobie deweloperzy i ich klienci wyobrażają lokatorów komunalnych.

Można zresztą odwrócić tę formułę, zrobić podejście: mieszkanie za grunt. Czyli miasto dobiera partnera do zabudowy miejskiej działki, inwestor część zasobu sprzedaje na komercyjnych zasadach, a w zamian za koszt tego gruntu część mieszkań oddaje do zasobu publicznego. Świetnym przykładem jest osiedle w Paryżu przy parku Clichy Batignolles. To było 20 czy 30 hektarów terenów kolejowych, przejęło je miasto. Lokalizacja cenna, bo w obrębie Peripherique, wewnętrznej obwodnicy Paryża. Magistrat zrobił nabór, wybrał partnerów. Zabudowa jest gęsta, dość wysoka, ale środek tego osiedla to park. Deweloperzy swoje zarobili, ale oprócz tego powstały dostępne mieszkania. Przy czym one są chyba na ośmiu czy dziewięciu pułapach cenowych, bo są inne poziomy czynszu dla ludzi o różnych dochodach. Powstał ultrainkluzywny, łączący ludzi projekt.

Brzmi dobrze. Ale po co miasto ma dobierać deweloperów, skoro ma działkę?
– Chodzi o umiejętność budowania. Samorząd nie ma tej rutyny, doświadczenia, przetartych procedur. Dla sprawności procesów inwestycyjnych lepiej podzielić się obowiązkiem dostarczenia dostępnych cenowo mieszkań z deweloperami.

Gdzie w Warszawie budować te tysiące mieszkań komunalnych czy TBS?
– Oczywiście są grunty kolejowe, miasto ma też swoje hektary, np. te rezerwowane od lat pod Warszawską Dzielnicę Społeczną na pograniczu Woli i Bemowa. Jest wiele działek, i to z planami zagospodarowania, które stoją puste od wielu lat.

A jednak miejskie działki bez roszczeń to rzadkość i są stosunkowo niewielkie, rozsiane po mieście. To nie pozwala na – jak pan powiedział – „dramatyczne” zwiększenie skali. Może trzeba podjąć trudną decyzję i przekwalifikować pod zabudowę jakieś ogrody działkowe?
– Łatwo jest stracić tereny zielone, przeznaczając je pod zabudowę, trudno jest odzyskać zieleni. Poza tym ROD-y poprawiają odporność miasta na zmiany klimatu. Bałbym się ich ruszać, skoro w mieście jest jeszcze jest dużo terenów kolejowych czy nieużytków przemysłowych.

A może błędem jest hamowanie zabudowy na niektórych obrzeżach Warszawy? Ratusz odmówił zgody na osiedle niskich bloków na Jeziorkach, na obrzeżach Ursynowa. Bo to już peryferia i powinna tam być zabudowa jednorodzinna. Tylko że tuż obok jest granica Warszawy, a zaraz za tą granicą są kwartały zabudowy wielorodzinnej we wsi Zgorzala.
– Kiedyś było takie przekonanie, że w centrum zabudowa powinna być gęsta, następnie powinny być osiedla wielorodzinne, a im dalej od centrum, tym więcej powinno być zabudowy jednorodzinnej. Moim zdaniem nie ma to żadnego sen-

su. Znaczenie ma nie odległość w kilometrach od centrum, tylko to, jak daleko jest od przystanku kolejowego, czy masz szkołę, przedszkole, miejsca pracy. Jeśli one są, to zabudowa jednorodzinna jest z urbanistycznego punktu widzenia bez sensu. Nie wytworzysz gęstości zabudowy, która pozwoli zapełnić szkołę, przedszkole, zapewni klientów w sklepach, sprawi, że zwróci się inwestycja w komunikację publiczną.

Skoro mówimy już o obrzeżach Warszawy: jak ma funkcjonować miasto, do którego co rok będzie wjeżdżać coraz więcej samochodów z obwarzanka? Tego nie da się zatrzymać.
– Pyta pan osobę, której recepty będą świetne dla każdego, kto chce przegrać wybory. Uważam, że należy iść w ślady Londynu, w którym za wjazd samochodem do sporego obszaru centrum trzeba wносить słone opłaty. I to jest bardzo restrykcyjnie przestrzegane.
Ludzie muszą się w jakimś momencie odzwyczaić od tego, że posiadanie samochodu jest tanie. Kosztem jest też to, że zajmujesz powierzchnię w mieście tym samochodem. W Warszawie parkowanie kosztuje grosze i to jest błąd. W Paryżu z kolei w niektórych rejonach obowiązuje zakaz wjazdu samochodów typu SUV – też jestem tego zwolennikiem. No, ale jak mówiłem – to są rady na przegranie wyborów. Nie wiem, jak te zmiany wprowadzić w Warszawie.

Rozmawiałem z urbanistą Leszkiem Wiśniewskim. Powiedział, że powinniśmy kibicować rozwojowi miejscowości w obwarzanku w sensie budowy infrastruktury publicznej – szkół, obiektów kultury, parków. Bo to może sprawić, że ludzie z obwarzanka rzadziej będą mieć potrzebę dojeżdżania do Warszawy.
– Ja też w to wierzę, rozlane potwornie przedmieścia należy przekształcić w coś bardziej do życia. W obwarzanku powinny powstawać nowe linie kolejowe. Bo pociągi są wygodne i przewidywalne, opłaca się z nich korzystać, nawet jeśli trzeba się przesiadać. Ale tak w ogóle to ja wierzę, że za jakiś czas ludzie będą wracać do Warszawy.

Jak to?
– Kiedyś było takie przekonanie, że pandemia tak przyspieszyła pracę zdalną, że możesz mieszkać nawet na Zanzibarze, bylebyś miał szybki internet. To tak nie działa. Ludzie nie chcą się zupełnie odciąć. A pracodawcy nie są szczególnie ze stuprocentowej pracy zdalnej. No i ludzie na koniec dnia chcą mieszkać w miastach, bo to daje większe możliwości.

Może i chcą, ale z nauczycielskiej pensji to ludzi stać na mieszkaniu w Grodzisku, a nie na Mokotowie.
– W Londynie jest taki projekt koło Battersea. Tam miasto miało nieruchomość i zbudowało mieszkania na wynajem dla przedstawicieli konkretnych zawodów: pielęgniarzy, strażaków, nauczycieli, policjantów. To są ludzie, którzy nie pracują zdalnie. Nie można ich wyrzucić 30 mil za miasto. Jestem przekonany, że zasób dostępnych mieszkań na wynajem jest kluczowy dla powstrzymania rozlewania się Warszawy. ●

tobus. Udało się po kilku minutach prób, drzwi w końcu puściły.
Nie wszystkie autobusy mieszczą się przy peronach, dlatego pośrodku placu manewrowego powstało „Stanowisko przyjazdowe zapasowe”. „Kursy przelotowe, postój do 20 minut” – głosi napis na tabliczce. Akurat stoją dwa autokary ukraińskie – z Równego do Łodzi i z Kijowa do Poznania. Z tego drugiego prosto na asfalt po 17 godzinach jazdy wyskoczyła na papierosa pani Tatiana. – Trzymali nas całą noc na granicy, ale autobus mamy fajny. Wszystkim pasażerom jest wygodnie. Na Dworcu Zachodnim byłam już kilka razy i też mi się tu podoba. Ocena pięć na pięć – mówi podróżna.

POZBYLI SIĘ SZCZURÓW

Z prezesem PKS Polonus odhaczamy na liście jego planów, co się udało zmienić na Dworcu Zachodnim przez ostatni rok. Sklep spożywczy? – Otworzyła się Żabka i mają tak duże obroty, że w pierwszych dniach zabrakło im towaru – zachwala Piotr Smogorzewski. Do Żabki idzie się przez całą poczekalnię, w której stoi bardzo dużo nowych, metalowych krzeseł. Po drodze mija się m.in. drogerię Rossmanna. Nie mija się już za to przynębiających krat, którymi zamykano halę dworcową na noc. Mam wrażenie, że jest też nieco mniej reklam.

– Ich porządkowanie wciąż trwa, bo mamy umowy długoterminowe, a poza tym nie ma co ukrywać: to dla nas źródło przychodów, ale najbardziej jaskrawe ekrany reklamowe wkrótce zastąpimy ledami – planuje prezes Smogorzewski. Chwali się też zmianami na elewacji: – Mamy za sobą pierwszy etap. Udało się zdjąć najpaskudniejszy element, jakim była blacha falista. Teraz jest tam czarne, matowe tworzywo. A nad wejściem do poczekalni „baranka” z małych kamyków przykryliśmy blachą w kolorze starego złota. To już wygląda estetycznie. W następnej kolejności będzie szorowana elewacja biurowca od strony Al. Jerozolimskich, a do połowy 2027 r. pozostałe. Dobraliśmy do tego specjalną chemię.

Na tym nie koniec sukcesów: – Pozbyliśmy się szczurów i mrówek. Dopisaliśmy na listy spraw do załatwienia w trakcie liftingu dworca. Są specjaliści od tych rzeczy. Wcześniej ściągnąłem sokolnika i nasz dworzec nie jest już siedliskiem gołębi. Trafia się może jeden na tydzień – obserwuje Smogorzewski. Żałuje, że nadal nie ma kwiaciarni, ale nie znalazł się chętny, żeby ją prowadzić („Prawdopodobnie wstawimy automaty z kwiatami”).

Jednak prawdziwe zmiany dopiero przed Dworcem Zachodnim. Między częścią PKS i PKP ma powstać coś w rodzaju rynku miejskiego – otwarta przestrzeń dla pasażerów i przechodniów. Ten plan według Piotra Smogorzewskiego może jednak pokrzyżować inwestycja planowana na działce przy torach kolejowych, do której trzeba zapewnić dojazd. 30 lat temu problematyczną nieruchomość objął w posiadanie były kierowca rajdowy Sobiesław Zasada. Teraz finalizuje jej sprzedaż amerykańskiej sieci hotelowej.

Własny hotel z biurowcem postawi też PKS Polonus. Byłaby to budowla zasilająca budżet całkiem nowego dworca z poczekalnią i zadaszonymi peronami. Jeszcze w 2026 r. prezes Smogorzewski chce dla niego dostać warunki zabudowy, w 2027 r. ogłosić konkurs architektoniczny i zdobyć pozwolenie na budowę. A w 2028 r. mają się zacząć prace przy nowym dworcu PKS. ●

FOT. DARIUSZ
BOROWICZ / AGENCJA
WYBORCZA.PL



Jakub Chelmiński

Monika i Paweł mieszkają w szeregowym domku na Targówku. On jest prawnikiem, pracuje w ochronie zdrowia, ona w mediach. Córka idzie właśnie do szóstej, a syn do drugiej klasy publicznej podstawówki. Ich domowy budżet właśnie przeorały wakacje. – Tylko na wyjazdy dzieci poszło 9 tysięcy złotych – mówi Monika.

I zaczyna wyciszać. 14-dniowy obóz harcerski córki, dzieci śpią w lesie pod namiotami, na łóżkach, które same zbijały z żerdzi – 1950 zł. – A to jest najtańsza część jej wakacji – podkreśla Monika. Potem córka jedzie na drugi obóz, komercyjnego organizatora. Też 14 dni, też w namiotach, ale w wersji glampingowej, czyli luksusowej, nad jeziorem na Mazurach. Koszt 4200 zł za dwa tygodnie. Dzieci wybierają sobie aktywności dnia: raz lucznictwo, innym razem kajak albo nauka gotowania.

WAKACJE KOSZTUJĄ KROCIE

Nudzące się latem w domu dzieci to problem wielu rodziców. Dlatego na wakacje dla nich nie żałują. W Warszawie najtańszą opcją jest „Lato w mieście” organizowane w szkołach, ale dostanie się tam na więcej niż trzytygodniowy turnus graniczy z cudem. Syn Moniki i Pawła dostał się tylko na tydzień w swojej szkole. Koszt to 20 zł za wyżywienie i 30 zł za opiekę dziennie, więc 250 zł za tydzień. W tym są wizyty na basenie czy w Centrum Nauki Kopernik.

Gorzej jest ze sportem, bo na przykład piłka nożna staje się w Warszawie czymś elitarnym. – Syn jedzie na obóz ze swoją drużyną, który będzie kosztował na początek 2700 zł za sześć dni. Chłopcy będą spać w 4-gwiazdkowym hotelu z dwoma basenami, zewnętrznym i wewnętrznym. Do tego trzeba doliczyć stroje: mają zabrać po pięć klubowych kompletów koszulek polo, pięć koszulek treningowych, getry, to wszystko klub każe nam u siebie kupić, chyba żeby drużyna ładnie wyglądała w hotelowej stolówce – ironizuje Paweł.

Łącznie wychodzi im na wakacje dzieci niecałe 10 tys. zł, a i tak ostatnie dwa tygodnie wakacji będą już siedzieć w domu. Byli już całą rodziną na kempingu nad jeziorem Garda we Włoszech, gdzie wydali prawie 20 tys. zł.

A to tylko wakacje. W ferie za tygodniowy obóz córki w Murzasichlu wydali 1900 zł. Wspólnie 10 tys. zł na tydzień w Tatrach. Robili rekonasans i w Alpach wciąż wychodzi 10-20 proc. drożej.

WYCHOWANIE W WERSJI PREMIUM

W roku szkolnym nie jest łatwiej. Centrum im. Adama Smitha, wolnorynkowy think thank, od 2008 roku bada, ile kosztuje utrzymania dziecka w Polsce. Nazywają to „inwestycją w dziecko”, żeby unikać źle kojarzących się „kosztów” wychowania. A te rosną gwałtownie.

Ekonomiści obliczyli, że wychowanie jednego dziecka do 18 roku życia w 2026 r. kosztuje średnio 371 tys. zł. To 1716 zł miesięcznie. Przy dwóch dzieciach to 621 tys. rocznie – nie ma prostego sumowania m.in. dlatego, że młodsze „donoszą” rzeczy po starszym rodzeństwie.

W tegorocznym raporcie rzuca się w oczy duży wzrost w porównaniu z poprzednimi latami. Jeszcze w 2024 roku wychowanie dziecka do pełnoletności kosztowało 346 tys. zł.

W ciągu zaledwie sześciu lat nakłady na wychowanie dziecka wzrosły o ponad 120 tys. zł. Najgwałtowniejszy skok nastąpił w latach 2022-23.

Przy czym to koszt średni i dla całej Polski. A Centrum im. Adama Smitha dzieli je na różne kategorie, nazwane tu w wolnorynkowej poetyce „scenariuszami inwestycyjnymi”. I tak mamy:

IL WESTEND61/GETTY IMAGES



Prawdziwe portfele warszawiaków

Nasze bardzo drogie dzieci

„To jest studnia bez dna”, „Nie ogarniam, już nawet nie liczę” – mówią Warszawiacy o kosztach wychowania dzieci w mieście. A eksperci ekonomiczni dodają: – Gwałtownie wzrastają wydatki na edukację. Zaczynamy pod tym względem przypominać Koreę Południową.

Wariant oszczędny – 200-250 tys. zł całe wychowanie, 926-1157 zł miesięcznie. To mała miejscowość, tylko szkoła publiczna, brak korepetycji oraz zajęć dodatkowych.

Wariant podstawowy – ok. 371 tys. zł, czyli ok. 1716 zł miesięcznie. To średnie miasto, szkoła publiczna i ograniczone zajęcia dodatkowe.

Wariant aktywny – 400-500 tys. zł, czyli 1852-2315 zł miesięcznie. To duże miasto, korepetycje, sport, języki, prywatna opieka medyczna.

Wariant premium – 600 tys. i więcej, czyli co najmniej 2778 zł miesięcznie. Szkoła prywatna, intensywny tutoring, zagraniczne obozy.

Wróćmy do przykładów z realnego życia. Elżbieta, mama 8-latka, obliczyła że wydaje na niego co miesiąc 3 tys. złotych, o ile nie wysoką niespodziewane koszty. To by ją pozycjonowało w scenariuszu premium, ale wcale nie ma tam miejsca na „intensywny tutoring” i inne wodotryski.

Chyba że tak traktować zajęcia terapeutyczne, bo syn Elżbiety ma orzeczenie o spektrum autyzmu. Na zajęcia z treningu umiejętności społecznych i integrację sensoryczną jego mama wydaje 850 zł miesięcznie. Rada rodziców to 100 złotych miesięcznie, obiady w szkole – 350 zł. Judo w lokalnym klubie – 250 zł, tyle samo wychodzi basen. – Do tego jedzenie jakieś 700 zł, rozrywki, ubrania, zabawki edukacyjne, w sumie zbierze się 3 tys. zł w miesiącach gdy nie choruje i nie dochodzą leki – mówi Ela.

FORTUNA NA ZAJĘCIA DODATKOWE

Mało kto liczy, ile wydał – lub jak jak kto woli: „zainwestował” – w dzieci przez całe 18 lat. Tym bardziej, że to nie kończy się po osiągnięciu przez dziecko pełnoletności. Podstawówka publiczna jest za darmo, ale w praktyce też się sporo płaci. U Moniki i Piotra sama składka na radę rodziców to 220 zł. Posiłki na szkolnej stolówce dla dwójki dzieci to 500 zł miesięcznie.

Monika pokazuje mejla od skarbnika klasowego. Za wyjścia do muzeów, warsztaty, teatrzyki wyszło u syna w minionym roku szkolnym 679 zł. A przecież pierwszaki nie jeżdżą jeszcze na wycieczki. Zielona szkoła córki to dodatkowe 1700 zł za pięć dni. W starszych klasach albo w liceach, wciąż publicznych, zdarzają się droższe wycieczki. Nikodem, ojciec dwóch licealistów: – Jeden syn na szkolną wycieczkę leciał do Valencii na tydzień za 3750 zł, drugi do Berlina na cztery dni za 1900 zł.

Swoje kosztują też zajęcia dodatkowe. Monika ciągnie wycenienia: – Angielski w zewnętrznej szkole 2500 zł za semestr u jednego dziecka, w sumie 10 tys. zł za rok szkolny. Szkoła ściśle współpracuje ze publiczną podstawówką, mają skoordynowane plany lekcji, młodsze dzieci są odprowadzane prosto na angielski i potem z powrotem do szkoły, więc dla rodziców to wygodne. Choć drogie, korzysta z tej opcji blisko połowa rodziców w obu klasach dzieci Moniki.

KOMERCJALIZACJA EDUKACJI PRZYSPIESZA

Fakt, że podmioty komercyjne coraz częściej wyręczają publiczne szkolnictwo, potwierdza wspomniany raport Centrum im. Adama Smitha. Zwiększenie wydatków na prywatne usługi edukacyjne jego autorzy uznają za kluczowy trend w latach 2025-2026. „Jednym z najważniejszych zjawisk strukturalnych zmieniających obraz kosztów wychowania dzieci w Polsce jest wzrost nakładów inwestycyjnych na dodatkową edukację i de facto zastępowanie publicznej w coraz większym zakresie prywatnymi usługami edukacyjnymi.

Pogarszająca się jakość nauczania w szkołach publicznych skłania coraz więcej rodzin do poszukiwania prywatnych alternatyw.

– piszą autorzy raportu.

Według cytowanych przez nich badań CBOS już 80 proc. rodzin w Polsce płaci za dodatkowe lekcje poza szkołą (w poprzednim roku szkolnym 73 proc.), co stawia nas na równi z Koreą

Badanym stawia się zadanie: „Wyobraź sobie, że podejmujesz teraz decyzję, czy chcesz mieć dzieci”. W maju tego roku tylko 68 proc. odpowiedziało, że chce. W 2024 roku było to 75 proc.

Południową. W Warszawie i innych dużych miastach to zjawisko jest częstsze, choć małe ośrodki też zaczynają płacić nauczycielom za zajęcia po szkole. To wydatki na korepetycję, ale też zajęcia sportowe, które kiedyś państwowa szkoła organizowała za darmo. Teraz boiska i sale gimnastyczne w publicznych szkołach są po lekcjach wynajmowane komercyjnym firmom, w których usługi wykupują rodzice uczniów tych właśnie szkół.

U Moniki i Pawła wydatki na piłkę syna (250 miesięcznie), harcerstwo (80 zł za kwartał) i zajęcia teatralne w domu kultury (250 za semestr) córki to drobne. Prywatna szkoła muzyczna kosztowała ich 800 zł miesięcznie, ale chłopiec dostał się już do państwowej. – Tylko żeby się dostał, wydaliśmy tysiąc złotych na korepetycje – dodaje Paweł.

A jest jeszcze przeciwieństwo zdrowie, też niestety mimo zniżek z abonamentem rodziców w sieciowych przychodniach. Zajęcia z integracji sensorycznej, sugerowane przez szkolnego psychologa, to koszt 170 zł za godzinę. Diagnoza potrzebna do orzeczenia o specjalnych potrzebach edukacyjnych to też wydatek rodziców – trzy wizyty po 450 zł.

Aparat ortodontyczny 650 zł, ale córka go zgubiła, potrzebny był nowy. Dobrze ze chociaż syna udaje się wysyłać do ortodonta na NFZ. Za to nowe okulary razem z badaniami wzroku kosztowały 2 tys. zł.

NA CZYM MOŻNA OSZCZĘDZIĆ

Monika i Paweł oszczędzają na ubraniach. Kupują tylko na wyprzedażach, są też na wymianki. Mnóstwo wielkich toreb z ubraniami, z których wyrosły dzieci, krąży po Warszawie między znajomymi i sąsiadami. Gorzej jest z butami, bo się niszczą i dzieci szybko wyrastają. Tak jak z rowerów. Właśnie kupili córce nowy, markowy za 1599 zł. – Od najnowszego modelu różni się tylko przerzutką, nie warto dopłacać – ocenia Paweł. Syn brał do tej pory rower po siostrze, ale jej ostatni był różowy, więc muszą coś wymyślić. Może podmianka z kimś ze znajomych?

Całości wydatków nawet boją się podsumowywać, ale żal Moniki do państwa pokrywa się z obserwacjami z raportu Centrum im. Adama Smitha: – Po 30 latach polska szkoła nadal nie uczy języków. Wygląda to dokładnie tak samo,

jak w moim dzieciństwie w latach 90. Po szkole ledwie dukasz, jak rodzice nie zapłacą, to się nie nauczysz

NASTOLATKI JESZCZE DROŻSZE

Wyścig zaczyna się już na poziomie wyboru szkoły. „Scenariusz inwestycyjny premium”, jak go nazywają autorzy raportu, zakłada szkolnictwo całkowicie prywatne. Tu czesne może się wahać od 1200 do 2500 zł w zwykłej szkole prywatnej po takie powyżej 10 tys. zł w szkołach średnich z maturą międzynarodową. Do tego jednorazowe wpisowe (kilka tysięcy), podręczniki itd.

Wydatki rosną też wraz z wiekiem ucznia, a prawdziwe wyzwanie zaczyna się, gdy dziecko wchodzi w wiek nastoletni i idzie do szkoły średniej. Już w ósmej klasie w Warszawie masowo potrzebne są korepetycje, które jako tako przygotowują dziecko do egzaminu ósmoklasisty.

Marta mieszka w Konstancinie, jej 16-letnia córka chodzi do sportowej szkoły średniej. Z rozrzwieniem wspomina, że jak córka była młodsza, wystarczała jej jazda konna raz w tygodniu (150 zł za godzinę) i horsing. – To było tanie hobby: dostała maszynę do szycia, materiały, szyla te konie i skakała na nich z kolegami na podwórku – wspomina Marta.

W pewnym momencie koń na patyku idzie jednak w kąt. W przypadku córki Marty poważny sport oznacza poważne koszty: wciąż nowe ochraniacze, koszulki, buty przynajmniej dwa razy w sezonie. – Kluby tego nie zapewniają, nie pomagają w przypadku kontuzji, a to przecież wizyty u lekarzy, stabilizatory – wymienia. – Ale najbardziej odczuwam kosmetyki i ciuchy. Jeszcze kilka la temu to były wydatki drugorzędne, ale teraz kosmetyków nastolatki zużywają tony i hektolitry.

Jej córka dostaje 150 zł tygodniówki, ale Marta dodatkowo płaci za ekstra potrzeby: wyjście z koleżankami do Maca, na miasto, do kina, kupuje ubrania. Jej córka nie ma czasu na śniadania w domu, bo dojeżdża daleko do szkoły, więc tam na stołówce je i śniadanie i obiad. W sumie 500-600 zł miesięcznie, ale z dodatkowymi posiłkami na mieście po szkole wychodzi tysiąc. Takich drobnych wydatków jak bilet miesięczny, abonament za telefon nawet nie liczy.

Iphone w tym pokoleniu to standard. Mają go chyba wszyscy. Jak buty, to raczej Nike, a nie zwykłe tenisówki. Ostatnia nowinka w klasie córki, na którą Marta musiała zareagować, sięgając głębiej do portfela, to iPady, koniecznie od Appli za 3 tys. zł. – Oni nauczyli się nimi robić notatki, mają też cyfrowe wersje podręczników i aplikacje do nauki. Przekonało mnie, że nie będzie musiała nosić książek. No i tego iPada mają już chyba wszyscy w klasie – opowiada Marta.

Do takich ekstra wydatków dolicza też aparat ortodontyczny – w tym wieku to już koszt 6 tys. zł plus przez półtora roku comiesięczna wizyta kontrolna (300 zł) czy na przykład obóz: córka właśnie pojechała na dwa tygodnie za 2200 zł. – Wychowanie dziś dziecka w Warszawie to studnia bez dna. A przecież w czwartej klasie liceum dojadą jeszcze różne korepetycje i kursy, żeby przygotować się do matury – zauważa Marta.

Z raportu Centrum im. Adama Smitha płynie jeszcze jeden wniosek. Z powodu wysokich kosztów wychowania Polakom odechciewa się mieć dzieci.

Badanym stawia się zadanie: „Wyobraź sobie, że podejmujesz teraz decyzję, czy chcesz mieć dzieci”. W maju tego roku tylko 68 proc. odpowiedziało, że chce. W 2024 roku było to 75 proc. ●

W cyklu tekstów pt. „Prawdziwe portfele Warszawiaków” sprawdzamy, ile naprawdę zarabiają, na co wydają, czego sobie odmawiają mieszkańcy stolicy. Chcesz o tym opowiedzieć? Napisz: stoleczna@wyborcza.pl.

Kolej

Pociągami z Warszawy do basenów Suntago

Kolejarze podpisali umowę na modernizację następnego odcinka obwodnicy Warszawy dla pociągów towarowych. Dzięki inwestycji za ponad 1,4 mld zł linią nr 12 ruszą też składy pasażerskie, a wygodne połączenie ze stolicą zyskają m.in. Prażmów, Tarczyn i Mszczonów.

Niezwykłe rzadko zdarza się, żeby Koleje Mazowieckie snuły takie plany. Pociągi tego przewoźnika pojadą w nowych kierunkach na południe od Warszawy. Będzie to możliwe dzięki modernizacji linii kolejowej nr 12 nazywanej obwodnicą towarową stolicy. Jeszcze niedawno mieszkańcy i władze Góry Kalwarii musieli walczyć o utrzymanie bezpośrednich kursów z tego miasta do Warszawy przez Piaseczno. Abt tak się stało (przejazd na Służewiec trwa niespełna 40 min), wykonano prowizoryczne podwyższenia peronów i mogą się przy nich zatrzymywać pociągi piętrowe. Wkrótce kolejowa „dwunastka” zmieni się nie do poznania.

Na początku lipca relacjonowaliśmy z niewielkiej wsi Glinki ok. 40 km od Warszawy podpisanie umowy na modernizację środkowego odcinka linii nr 12 za 1,3 mld zł. Do 2029 r. powinien być gotowy między Czachówkiem Wschodnim a Pilawą (32 km). Powstanie dwutorowa przeprawa przez Wisłę na wysokości Góry Kalwarii i wreszcie wąskie gardło dla pociągów, którego istnieje tam od otwarcia tej trasy w 1951 r. Sołtys Glinek Marcin Podgórzak kilka lat temu zaczął batalię, by do nowego mostu kolejowego podłączyć kładkę dla pieszych i rowerzystów na lewy brzeg rzeki. Do jego inicjatywy dołączyli samorządowcy i rządowa spółka Polskie Linie Kolejowe rozszerzy kontrakt o ten element. W Osiecku, Dziecinowie-Warszówku (to już gmina Sobienie-Jeziory) i w Jazwinach powstaną nowe przystanki kolejowe. – Wydłużymy tędy do Pilawy trasę pociągów z Warszawy Gdańskiej, która kończy się obecnie w Górze Kalwarii – przekazała „Stolecznej” Donata Nowakowska, rzeczniczka Kolei Mazowieckich.

22 lipca podobna uroczystość jak w Glinkach odbyła się Rawce. Tutaj zaczyna się ponad 160-kilometrowa linia nr 12, która ciągnie się aż do Łukowa w województwie lubelskim. Tym razem spółka PLK podpisała kontrakt na modernizację odcinka Skierniewice – Czachówek Wschodni (64 km). Konsorcjum firm Trakcja i Sarinż dostaną za to 1 mld 475 mln zł. Prace mają zacząć już w sierpniu, a ich zakończenie wyznaczono na 2029 r. Pociągi będą się wtedy rozpędzać do 120 km na godz. Także w tym przypadku polscy kolejarze dostali wsparcie Unii Europejskiej z militarnej czę-

ści programu „Łącząc Europę”. Zakres prac jest ogromny. To nie tylko modernizacja torów, rozjazdów, odbudowa sześciu przystanków, ale też przerzucenie aż 87 mostów lub wiaduktów. – Dzięki tym inwestycjom przywrócimy ruch pasażerski – mówił w Rawce Marcin Mochocki, dyrektor ds. inwestycji Polskich Linii Kolejowych.

Spółka przypomina, że ostatni pociąg pasażerski odjechał z tego fragmentu linii nr 12 dokładnie ćwierć wieku temu. Zapowiada przebudowę stacji: Puszcza Mariańska, Mszczonów i Tarczyn oraz przystanku Prażmów. W tych miejscowościach znajdują się siedziby gmin, w ostatnich latach sprowadza się tam wielu nowych mieszkańców, których nie stać na lokum w Warszawie i codziennie tracą godziny w korkach na dojazd do pracy czy szkoły w stolicy. Za trzy lata będą mogli się mogli zabrać Kolejami Mazowieckimi. – Planujemy uruchomienie pociągów na trasie Skierniewice – Mszczonów – Tarczyn – Warszawa – informuje Donata Nowakowska.

Podczas modernizacji stacji w Mszczonowie spółka PLK szykuje dwa nowe perony wyposażone w system dynamicznej informacji pasażerskiej, ścieżki naprowadzające dla osób niewidomych i niedowidzących oraz przejście podziemne z pochylniami. Ma być też przebudowany wiadukt kolejowy nad ul. Piekarską. Wygodne perony powstaną także w mniejszych miejscowościach: Długokąty, Grabce, Grzegorzewice, Jeżewice i Gąski. Na tej liście zwraca uwagę nazwa Grabce. Zaledwie pół kilometra od linii kolejowej i planowanego przystanku Kolei Mazowieckich znajduje się park wodny Suntago. To jeden z największych tego typu obiektów w Polsce. Działają tu 32 zjeżdźalnie, 18 basenów i dziesięć saun. Dojazd pociągami z Warszawy przez Piaseczno i Tarczyn zajmie niespełna godzinę.

Koleje Mazowieckie dostają monity w sprawie tworzenia nowych połączeń, ale robią to niechętnie. Niewiele brakuje, żeby pociągi dojeżdżały do największego skansenu w regionie koło Sierpca – Muzeum Wsi Mazowieckiej. Ta placówka nie tylko zgromadziła ciekawe budowle, ale też regularnie organizuje atrakcyjne pokazy i poczęstunki, które przyciągają tłumy. Niestety, nie można tam dotrzeć koleją, choć muzeum znajduje się ok. 2 km od stacji w Sierpcu i tuż obok torów PKP na linii Płock – Rypin.

W ostatnim numerze dwumiesięcznika „Z biegiem szyn” Karol Trammer odnotowuje porozumienie podpisane między władzami województw mazowieckiego i łódzkiego. Dzięki niemu Łódzka Kolej Aglomeracyjna od czerwca zapuszcza się w głąb naszego regionu, kursując już codziennie do Radomia i Plocka. A w soboty i niedziele ŁKA zapewnia teraz bezpośrednie ze stolicą także z Pabianic, Łodzi Kaliskiej, Zgierza, Strykowa i Głowna przez Łowicz. ●

Jarosław Osowski

Jak były wójt Klwowa zrobił przekop przez teren chroniony

Z tarasu domu kajakiem do

Piotr Papis, były wójt Klwowa i były radny wojewódzki, nie pytając o zgodę wykonał w obszarze chronionego krajobrazu przekop od stawu przy budowanym przez siebie domu do rzeki Drzewiczki.

Małgorzata Rusek

Niech pani jedzie do wsi Brzeski w gminie Klwów i zobaczy, co były wójt Klwowa tam wyprawia. Kazał przekopać kanał od domu do Drzewiczki, opowiadał, że z tarasu domu będzie mógł kajakiem dopłynąć do Nowego Miasta. Cała linia brzegowa Drzewiczki jest dosłownie zmasakrowana, widać po śladach, że jeździły tam koparki i wywrotki i wycinano drzewa. Ja czy pani na to pozwolenia byśmy nie dostali, ale nic problematycznego dla pana Papisa – taki mejl wpadł na moją skrzynkę. Do wiadomości dołączone były zdjęcia dokumentujące spustoszenie, które zrobiono na terenie pomiędzy gminną drogą w Brzeskach a rzeką Drzewiczką: łąki nadrzeczne praktycznie zatorano do gołej ziemi, przez środek przekopano szeroki kanał.

Mejl przyszedł kilka dni po publikacji, w której opisałam działalność biznesową Piotra Papisa.

BIZNES NA WESELACH

Papis został wójtem Klwowa po raz pierwszy w 2006 roku – miał wtedy 33 lata – i nieprzerwanie rządził gminą do ostatnich wyborów samorządowych w 2024 roku. Od zawsze w barwach Polskiego Stronnictwa Ludowego. W 2024 roku wystartował z powodzeniem w wyborach do Sejmiku Mazowsza. W połowie lutego zrzekł się mandatu radnego. Decyzja ta zbiegła się w czasie z prawomocnym wyrokiem skazującym za podanie nieprawdy w oświadczeniach majątkowych. Według sądu Papis zaniżył metraż i wartość należącego do niego budynku przy ul. Opoczyńskiej 45 we Klwowie.

To tam, jak pisałam, mieści się Zakład Aktywności Rehabilitacyjnej (ZAZ), zajmujący się w dni robocze rehabilitacją osób niepełnosprawnych, na którego utworzenie i funkcjonowanie stowarzyszenie „Wspólne Marzenia” pozyskało ponad 10 mln złotych ze środków PFRON. Były wójt Klwowa pobiera od stowarzyszenia, którego władzami zasiada jego żona i były podwładny i urzędnik z Urzędu Gminy w Klwowie, stały czynsz dzierżawny w wysokości 150 tys. złotych rocznie.

Na tej samej ogrodzonej posesji funkcjonuje ogromny prywatny kompleks weselno-hotelowy pod nazwą Zajazd Lwowski. Rozdział obu podmiotów jest nieklarowny, a infrastruktura kuchenna oraz sale bankietowe wybudowane lub doposażone za publiczne pieniądze służą w weekendy do organizacji wesel. Zajazdem Lwowskim zarządza prywatna spółka należąca do rodziny byłego wójty, jego żona Anna jest



• Na środku zdjęcia widać przekop do Drzewiczki i ślady po poważnych robotach ziemnych FOT. MARCIN KUCEWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

tam dyrektorem. Jednocześnie pełni funkcję dyrektorki publicznie dotowanego ZAZ-u. Taki układ biznesowo-personalny powodował, że o lokalnych dotacjach dla stowarzyszenia decydowały komisje, w których zasiadali urzędnicy gminy, do 2024 roku podwładni Piotra Papisa.

Kontrole Mazowieckiego Centrum Polityki Społecznej wykazały wiele nieprawidłowości. Do tego zyski wypracowane przez ZAZ, także z organizacji wesel – wynoszące w 2024 roku aż 1,3 mln złotych – są inwestowane w rozbudowę obiektu, co podnosi wartość prywatnego majątku Piotra Papisa.

NOWE WŁOŚCI BYŁEGO WÓJTY

Jak się okazuje, Piotr Papis jest też właścicielem przynajmniej kilku działek we wsi Brzeski, tych, na których wykonano przekop pomiędzy stawem obok budowanego domu a rzeką Drzewiczką. Leżą na terenie Obszaru Krajobrazu Chronionego Dolina Pilicy i Drzewiczki. Drzewiczka to prawobrzeżny dopływ Pilicy i – jak można przeczytać na stronie Nadleśnictwa Dobieszyn – posiada wysokie walory przyrodniczo-krajobrazowe. „Zróżnicowanie ekosystemów wpływa na bogactwo przyrodnicze, na tych terenach występuje wiele rzad-

kich i chronionych gatunków fauny i flory. Obszar Chronionego Krajobrazu Dolina rzeki Pilicy i Drzewiczki jest ważnym szlakiem ekologicznym o randze krajowej, zwłaszcza dla wielu rzadkich gatunków ptaków, w związku z powyższym, ale również ze względu na zróżnicowane bogactwo siedlisk oraz fauny i flory tereny te zostały włączone do sieci Natura 2000.”

Posiadanie działki w obrębie Obszaru Krajobrazu Chronionego wiąże się z ograniczeniami wynikającymi z przepisów prawa. Nie wolno tam m.in. wykonywać prac ziemnych trwale zniekształcających rzeźbę terenu, likwidować i niszczyć naturalnych zbiorników wodnych i starorzeczy, likwidować zadrzewień nadwodnych, zmieniać stosunków wodnych, jeżeli ma to służyć celom innym niż ochrona przyrody. Wynika z tego, że na poszerzenie istniejącego cieku wodnego i budowę kanału od rzeki do stawu, a także na budowę stawu właściciel działek powinien uzyskać zgodę Wód Polskich. Mówi o tym artykuł 389. Prawa Wodnego.

Jak ma się to do powstałego szerokiego kanału pomiędzy sztucznie utworzonym stawem na działce Piotra Papisa a rzeką Drzewiczką? Wybudowanie kanału lub poszerzenie dawnego koryta dopływu Drzewiczki kwalifikują się jako wykonanie lub przebudowa urządzenia wodnego oraz działania ingerujące w środowisko w strefie chronionej. Właściciel powinien też zgłosić działania mogące zmienić warunki wodne i wodno-glebowe do Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska. Wymóg taki nakłada artykuł 118. ustawy o ochronie przyrody. A porównując mapy satelitarne terenu sprzed i po rozpoczęciu inwestycji możemy zauważyć duże zmiany spowodowane przez prace ziemne – skutek inwestycji Papisa.

Regionalna Dyrekcja Ochrony Środowiska w Warszawie informuje, że nie prowadziła postępowań w sprawie przekopu lub poszerzenia dopływu do rzeki Drzewiczki we wsi Brzeski i tym samym nie wydawała żadnych decyzji w sprawie tej inwestycji.

Inwestycją w Brzeskach zaskoczona są też Wody Polskie. „Ustalono, że nie zostały wydane żadne pozwolenia wodnoprawne ani nie przyjęto zgłoszeń wodnoprawnych związanych z opisanymi działaniami na wskazanych działkach” – odpisuje na nasze pytania Filip Szatanik, rzecznik prasowy Państwowego Gospodarstwa Wodnego Wody Polskie. Wszystko wskazuje na to, że przekopy zostały wykonane nielegalnie – ocenia. I dodaje, że została wszczęta kontrola legalności prac na działkach w Brzeskach.

Na działkach należących do Piotra Papisa (ma ich tam co najmniej siedem) do niedawna był jeden zbiornik wodny. Ostatnio, oprócz przekopu do Drzewiczki, powstały tam jeszcze dwa stawy. Jeden z nich tuż za płotem działki należącej do pani Anny z Warszawy.

– Brzeski to moje rodzinne strony. Zawsze tu było cicho i spokojnie – mówi pani Anna. Do czasu, gdy pewnego dnia przyjechała na działkę i odkryła, że tuż za płotem jej posesji powstał jeden ze stawów, a od tyłu działki – kanał biegnący do Drzewiczki. Nikt jej o inwestycjach nie zawiadamiał. – Aż się zlapałam za głowę: wszystko było rozkopane, drzewa powycinane, pracowały koparki, nawieziono mnóstwo piachu – relacjonuje. Nie ukrywa, że jest w konflikcie z Piotrem Papisem, ostatnie spotkanie skończyło się awanturą, po której pani Anna zawiadomiła prokuraturę o kierowaniu pod jej adresem groźb karalnych.

ON MA PRĄD, JEJ GMINA ZGODY NIE DAJE

– Pan Papis wykupił wszystkie działki dookoła mnie, moja została jak taka wyspa. Stara się wszelkimi siłami mnie wykurzyć, żeby już mieć całość – twierdzi pani Anna. Trzy lata temu rozpoczęła starania o doprowadzenie prądu do jej działki, na której stoi przyczepa campingowa pod wiatą. Złożyła wniosek do PGE, podpisała umowę i dostała warunki przyłącza. Firma,

Papis został wójtem Klwowa w 2006 roku – miał wtedy 33 lata – i nieprzerwanie rządził gminą do ostatnich wyborów samorządowych w 2024 roku

Nowego Miasta

która miała przyłączyć wykonać, dała jej po jakimś czasie znać, że nie może zacząć prac, bo są problemy ze zgodami sąsiadów i gminy. Wkrótce po tej informacji PGE odstąpiło od umowy.

PGE poinformowało ją, że gmina Klwów odmówiła wydania zgody na umieszczenie w pasie drogi gminnej przyłącza kablowego i urządzeń teletechnicznych. Gmina argumentowała, że nowa nawierzchnia drogi jest objęta gwarancją wykonawcy (ta skończyła się w październiku ubiegłego roku), a po drugie, że jej działka jest położona poza terenami przeznaczonymi pod zabudowę jednorodzinną i zagrodową w miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego. Decyzja o odmowie została zaskarżona do SKO, które ją uchyliło i przekazało sprawę do gminy do ponownego rozpoznania. Ta ponownie odmówiła. Tym razem argumentowano, że działka pani Anny leży na terenie zalewowym przeznaczonym pod budowę zbiornika retencyjnego. I rzeczywiście, w planach gminy pojawia się projekt budowy zbiornika retencyjnego w dolinie Drzewiczki. – Tyle że są to jakieś dalekośiężne plany, nikt nie zrobił nawet pierwszego kroku w tej sprawie. Po drugie, skoro moja działka jest na terenach zalewowych i przeznaczonych pod zbiornik, to działki pana Papisa tym bardziej. Tymczasem on ma przyłączyć energetyczne i buduje całoroczny dom. Od

jego działki do mojej jest zaledwie 70 metrów. Tylko że pan Papis wciąż ma wpływ w gminie, a ja nie – kwituje pani Anna.

Przypomina, że Papis był wójtem Klwowa przez 18 lat. W urzędzie gminy wciąż pracują jego dawni podwładni. Co więcej, okazuje się, że on sam też tam pracuje. Gdy składał mandat radnego wojewódzkiego, musiał złożyć oświadczenie majątkowe. Dokument ma datę 24 marca tego roku, opisuje stan na 18 lutego. Można tam przeczytać, że Papis był w ubiegłym roku kierownikiem referatu zarządzania zasobami ludzkimi i rozwoju gminy w Urzędzie Gminy Klwów. Obecnie jest zatrudniony w urzędzie w Klwowie jako konsultant, w mediach występuje jako zastępca wójta.

JA TYLKO STRUMYK CZYŚCIŁEM

Lektura najnowszego oświadczenia majątkowego Piotra Papisa jest ciekawa pod jeszcze jednym względem. Wśród wymienianych nieruchomości, obok domu, gospodarstwa rolnego (w skład którego wchodzi obora, stodoła i dwa garaże), budynku Zakładu Aktywności Zawodowej pojawia się tam wpis: „Remont gospodarstwa rolnego o wartości 160 tysięcy złotych (budowa ogrodzenia 70 tysięcy złotych, panele

fotowoltaiczne – 40 tysięcy złotych, utwardzenie placu – 80 tysięcy złotych).”

Zaglądam do książki wieczystej jednej z działek w Brzeskach należącej do Papisa. W treści dokumentu można wyczytać, że Papis, jako jedyny właściciel, nabył prawo własności już w 2019 roku. Na działce jest hipoteka z tytułu kredytu w wysokości prawie pół miliona. Bank zabezpieczył się też na sześciu innych działkach należących do Piotra Papisa i położonych obok siebie we wsi Brzeski.

O odniesienie się do zarzutu wykonania przekopu w obszarze chronionego krajobrazu oraz utrudnianie wykonania przyłącza energetycznego do działki pani Anny poprosiłam Piotra Papisa. Pytałam, na jakiej podstawie prawnej wykonano kanał do Drzewiczki i kto finansował te prace. W nadesłanej mejlem odpowiedzi stwierdził, że cała sprawa jest wynikiem eskalacji prywatnego, złośliwego konfliktu sąsiedzkiego z panią Anną, który miał się zacząć od tego, że półtora roku temu nie zgodził się na bezpłatne poprowadzenie przyłącza energetycznego do jej domku letniskowego przez jego prywatne działki. Według niego zawiadomienie mediów to próba odwetu.

Mimo dużych pozostałości po robotach ziemnych widocznych na mapach satelitarnych i przysłanych nam zdjęciach Piotr Papis zapewnia, że nie ingerował w środowisko na-

turalne, a jedynie oczyścił istniejący strumyk. „Prowadzony charakter prac to oczyszczenie i doprowadzenie do kultury i bezpiecznego użytkowania łąk, które uprawiamy. Na żadnej z moich działek nie powstało żadne nowe urządzenie wodne! W miejscu tym od pokoleń przebiega naturalna „odnoga” – „rów” rzeki oraz naturalne zagłębienie. W związku z powyższym, iż działki wchodzące w skład mojego gospodarstwa rodzinnego, jak również dzierżawione na terenie miejscowości Brzeski znajdują się na terenach rolnych i wykorzystywane są zgodnie z przeznaczeniem, nie było ingerencji i potrzeby informowania RDOŚ oraz Wód Polskich.”

Papis nie odnosi się do faktu, że działki, o których pisze, znajdują się w obszarze krajobrazu chronionego, gdzie obowiązują restrykcyjne kryteria ograniczające inwestowanie, ani do tego, że, jak wynika to z map satelitarnych, na jego działkach powstały w ciągu ostatnich lat dwa duże zbiorniki wodne i budowany jest dom z dużym tarasem. Stał też drewniany domek na wysokiej konstrukcji drewnianej (informacji o budowanym domu nie ma w najnowszym oświadczeniu majątkowym Piotra Papisa).

Pytania dotyczące inwestycji i przekopu do Drzewiczki we wsi Brzeski wysłałam także do Urzędu Gminy w Klwowie. Urząd Gminy nie odpowiedział. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

34445059

W SPRZEDAŻY,
RÓWNIEŻ Z DOSTAWĄ
DO PACZKOMATU

— **DAVID SZALAY:**
Czym jest dom dla laureata Bookera?
Co łączy go z Węgrami? A co z głównym
bohaterem jego monumentalnej powieści?

— **ROZMOWY Z MISTRZYNIAMI
I MISTRZAMI LITERATURY:**
Jeanette Winterson,
Rachel Kushner, Robertem Macfarlanem
i Robertem M. Wegnerem.

— **KSIĄŻKI NA LATO:**
„Odyseję” opowiadamy wciąż na nowo.



Zamów magazyn z darmową dostawą na: **Prenumerata24.pl**

Więcej na: **Wyborcza.pl/ksiazki**

Młodzi w Warszawie

Życie na abonament to nie jest nasz wybór

Miłosz: – Mieszkanie to najdroższa rzecz, jaką się kupuje. Nie wierzę, że będzie mnie na to stać. Na razie w ogóle o tym nie myślę.

Karolina Najda

Miłosz studiuje prawo na Uniwersytecie Warszawskim. W weekendy i w przerwach między zajęciami pracuje w popularnej kawiarni – tam się spotykamy. Pytam o abonamenty i subskrypcje.

– Życie na abonament to nie jest wybór młodych ludzi – mówi. – W dzisiejszym świecie po prostu nie da się inaczej. Fanatyków posiadania w naszym pokoleniu już chyba nie ma. Mój tata w młodości zbierał płyty, ale dzisiaj to się nie opłaca. W aplikacji na telefonie masz dostęp do każdej piosenki na świecie, w wysokiej jakości, na wyciągnięcie ręki – za 20 złotych miesięcznie. Tyle kosztowała kiedyś jedna płyta.

Student uważa, że dzięki streamingom ogląda więcej filmów i słucha więcej muzyki niż jego rodzice. No i jest wygodniej, bo przecież z wynajem z domu nie wyjdzie.

– Chciałbym parę mieć, ale bardziej ze względów estetycznych niż praktycznych. Tak samo z książkami. Fajnie wyglądają na półce, ale są droższe niż miesięczna subskrypcja – mówi. Miłosz nie kupuje książek „w ciemno”. Na półce ma około dwudziestu pozycji. Każda z nich ma dla niego jakąś wartość emocjonalną, na przykład: stara rodzinna Biblia, która przechodziła z rąk do rąk;

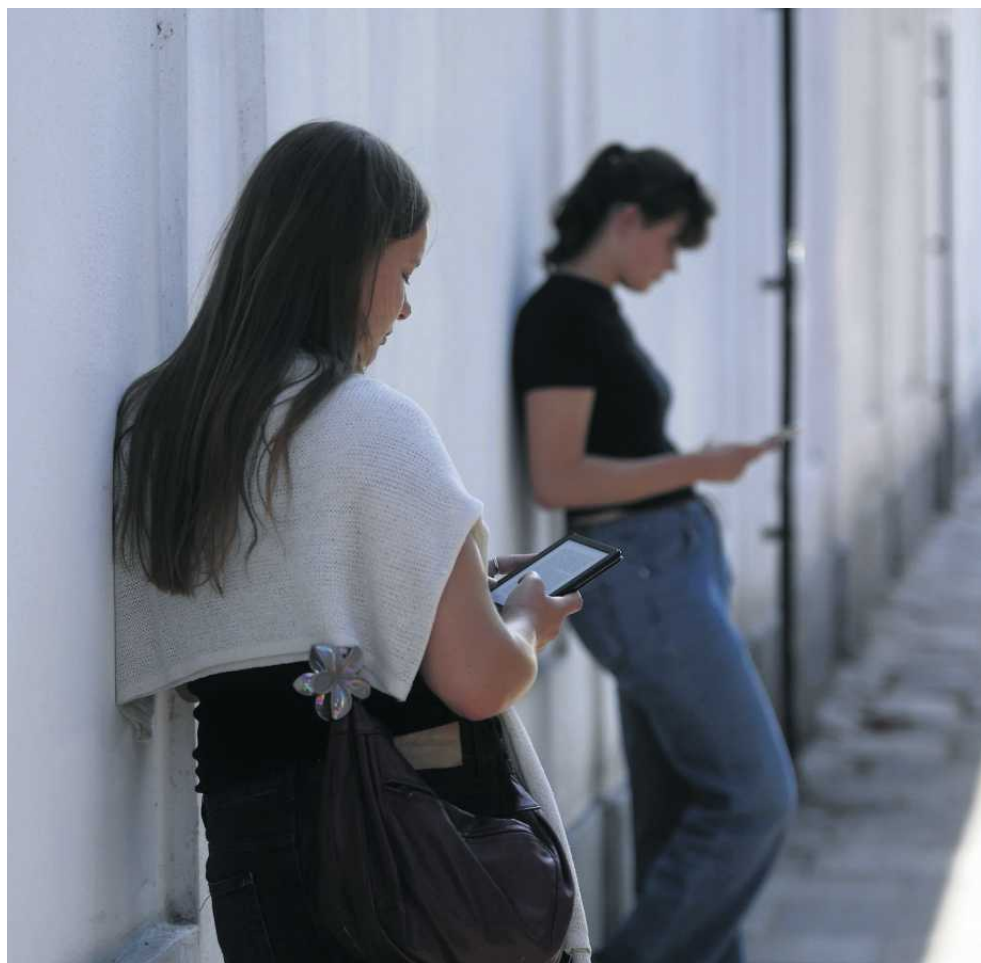
„W stronę Swanna” Prousta, którą kupił w Paryżu; „Bracia Karamazow” – bo dostał w prezencie od dziewczyny.

Miłosz: – Posiadanie czegokolwiek w dużych ilościach sprowadza się do jednej podstawowej rzeczy – mieszkania. W naszych czasach, jeśli jesteś młodym człowiekiem, prawdopodobnie wynajmujesz. I masz z tyłu głowy, że będziesz musiał się przenieść. Zawsze – dodaje chłopak.

NIE MYŚLĘ O MIESZKANIU, NIE CHCĘ SIĘ DOŁOWAĆ

Nasza rozmowa szybko przechodzi z indywidualnych wyborów Miłosza na globalne trendy, szczególnie obecne w mediach społecznościowych.

– Nie wiem, czy ta estetyka minimalizmu, którą nam się pcha do gardel wynika z faktycznej fascynacji brakiem chęci posiadania, czy jest po prostu usprawiedliwianiem tego, że naszego pokolenia praktycznie na nic nie stać – mówi. – W latach 90. można było kupić w miarę tanio, dobrą gitarę i próbować swoich sił w muzyce. Teraz, żeby kupić ten sam sprzęt, musisz albo długo odkładać, albo dostać go w prezencie.



FOT. KUBA ATYS / AGENCJA WYBORCZA.PL

**Róża ma mnóstwo
abonamentów i subskrypcji,
sama do końca nie wie ile.
Miesięcznie wydaje na nie
ponad 2 tys. złotych**

cie. Z globalnej sceny zniknął fenomen „biednego muzyka”.

Za tą myślą idzie cała teoria modeli biznesowych wielkich korporacji. Miłosz przywołuje przykłady branży technologicznej: – Rockstar Games, którzy zrobili grę GTA 6, to dobry przykład odchodzenia od modelu fizycznego posiadania. Nie dostaniesz płyty z nową grą, będziesz musiał ściągnąć kod z internetu. Sony też zapowiedziało, że przestanie wydawać produkty materialne – wszystko będzie w chmurze. Nawet jak masz Teslę, to nie możesz używać jej niektórych funkcji bez dodatkowo płatnej subskrypcji.

Na koniec naszej rozmowy pytam Miłosza o przyszłość.

– Chciałbym mieć własne mieszkanie i samochód, ale nie widzę dla siebie scenariusza, w którym to się wydarzy w najbliższym czasie – odpowiada gorzko. – Praktycznie wszystko, co zarabiam, wydaję na zaspokajanie bieżących potrzeb. Zrobiłem prawo jazdy w wieku osiemnastu lat. Od tego momentu tylko parę razy siedziałem za kółkiem. Inwestowanie w sa-

mochód, szczególnie, gdy mieszkam w Warszawie, gdzie jest tak dobrze rozwinięta komunikacja miejska, po prostu mi się nie opłaca. Jak muszę gdzieś szybko dojechać, wypożyczam na chwilę hulajnogę elektryczną.

O mieszkaniu zacznie myśleć, kiedy rozwinie karierę. Teraz nie chce się dołować.

ABONAMENT, CZYLI RACHUNEK NA CHŁODNO

Inaczej do tematu podchodzi Maja. Ma 22 lata i studiuje informatykę na Politechnice. Kiedy zaczynamy rozmawiać o abonamentach, zaskakuje mnie swoją niemal księgową dokładnością. Wylicza jeden po drugim: w sumie 200 zł miesięcznie, do tego 700 zł leasingu auta.

– To nie kwestia wygody ani nawet nie do końca moje wybory. Tak po prostu wygląda dziś świat – mówi Maja. – Płyty CD się nie kupuje, bo nawet nie ma gdzie ich odpalić – laptopy nie mają wejścia, magnetofony są niepraktyczne. Książki też wybieram coraz częściej w wersji elektronicznej. Robię rachunek sumienia – skoro mamy dostęp do dóbr, które mogą być materialne lub niematerialne, to zważając na ochronę środowiska, wybiorę elektroniczną książkę, nie drukowaną. Bo moim celem jest jej przeczytanie, a nie posiadanie.

Jeżdżenie autem w leasingu tłumaczy podobnie – jako złoty środek między wyborem a przymusem.

– Cenię sobie bezpieczeństwo, a auto w leasingu mi to zapewnia. Jako osoba, która nie

zna się na samochodach, oprócz ich prowadzenia, to jest to dla mnie ważne. Nie muszę się stresować terminami i ubezpieczeniami, bo salon robi to za mnie. To jest bardzo wygodne – mówi. Roweru też nie ma własnego, bo to „zbędny balast”.

– Nie mam na niego miejsca w domu, a na dworze szybciej go dotknie korozja. Jeśli mam ochotę gdzieś szybko dojechać, biorę miejski rower, który w korkach nie stoi. Nie muszę się o nic martwić. Zostawiam go na stacji i zapominam, nie muszę ani po niego wracać, ani tachać go ze sobą – mówi dziewczyna. Zastanawia się chwilę i dodaje: – Chyba cała ta rozmowa jest o tym, że różnego rodzaju abonamenty oferują taki bufor „niebycia w posiadaniu”. Pozwalają na używanie rzeczy w sposób pozbawiony ryzyka i niezobowiązujący.

MŁODZI NIE KUPUJĄ, BO ICH NIE STAĆ

„Życie na abonament” potwierdzają dane branżowe. Z raportu Santander Consumer Banku wynika, że 62 proc. Polaków ma przynajmniej jedną subskrypcję, a najliczniejsza grupa wydaje na nie od 51 do 100 zł miesięcznie – w skali roku to kilka tysięcy złotych bez żadnego namacalnego efektu w postaci własności.

Najbardziej znaczący jest jednak rozkład wiekowy: to właśnie osoby w wieku 18-34 lata najczęściej mają na koncie jakąkolwiek subskrypcję, a ponad 80 proc. z nich korzysta z abonamentów, często płacąc za nie ponad 100 zł miesięcznie – podczas gdy w grupie 35-49 lat średnie wydatki rzadziej przekraczają tę granicę.

O posiadanie rzeczy na własność pytam jeszcze Różę – studentkę Uniwersytetu Warszawskiego.

– Wizja kredytu na mieszkanie mnie po prostu przeraża. Już nie wspominając o tym, że nie wiem, co musiałabym zrobić, żeby uzyskać zdolność – mówi. – Podpisanie w wieku 22 lat umowy o pracę na czas nieokreślony wydaje mi się czymś absolutnie niemożliwym na aktualnym rynku pracy. Jak myślę o moich rodzicach, którzy będąc parę lat starsi ode mnie kupili mieszkanie w dobrej lokalizacji za gotówkę, to nie wiem – śmiać się czy płakać? Znam ludzi, którzy mają dwadzieścia ileś lat i mają własne mieszkania w Warszawie, ale żadna z tych osób na nie nie zapracowała, tylko albo dostała w spadku, albo kredyt jest na rodziców. Mnie to na pewno nie spotka. A nawet gdyby spotkało, to bałabym się, że po wyłożeniu wkładu własnego, nie byłabym w stanie regularnie płacić rat.

Dziewczyna ma mnóstwo abonamentów i subskrypcji, sama do końca nie wie ile. Miesięcznie wydaje na nie ponad 2 tys. złotych. Płaci za wynajem, muzykę, dwa serwisy z filmami, audiobooki i miejsce w chmurze, gdzie trzyma swoje pliki.

– To i tak mniej, niż wyniosłaby mnie jedna rata kredytu – podkreśla. – Ale miałam taki etap w życiu, że subskrybowałam prawie wszystko, co się dało: platformy do streamingu, aplikacje do edycji zdjęć, aplikacje muzyczne i książkowe. Musiałam poblokować swoje karty, bo nie wiedziałam, dlaczego i na co schodzi mi z nich tyle pieniędzy. Teraz już się ograniczyłam. ●

Informator usług funeralnych



**Zakład Pogrzebowy
Miejskie Przedsiębiorstwo
Usług Komunalnych Sp. z o.o.**

Punkty usług pogrzebowych:
**Wola, Żoliborz, Mokotów, Śródmieście,
Praga, Bielany, Targówek**

**24 h - 693 503 720
mpuk.pl**

34440580

WOLA

Exitus

Al. Solidarności 147,
dyżur całodobowy tel. 22 620 24 18,
vis a vis Urzędu Warszawa Wola

34440335

WOLA

DOM POGRZEBOWY „BABICE”

ul. Okulickiego 5C, 05-082 Stare Babice
tel. całodobowy 602 11 89 49
www.babice.com.pl

34440332

MOKOTÓW

AMBER

Puławska 95,
tel. całodobowy 501 796 471

34440587



NEWSLETTERY WYBORCZEJ



Wszystkie piszą ludzie,
nie maszyny
Nasi najlepsi redaktorzy.

Możesz wybrać z bogatej
oferty ponad **40** różnych
newsletterów.

Zapisz się na:
wyborcza.pl/newsletters



wyborcza.pl

Z ogromnym smutkiem zawiadamiamy, że w dniu 22 lipca 2026 roku
po wieloletniej chorobie odeszła do Pana



Klara Teresa Szczepańczyk z domu Kaszuba

ur. 1 stycznia 1945 roku
absolwentka XXI LO im H. Kołłątaja, Wydział Farmacji AM w Warszawie

Żona, Matka, Babcia, Siostra

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
w środę 29 lipca 2026 roku o godzinie 11.00
w kościele św. Grzegorza na Woli, ul. Wolska 180/182,
po czy nastąpi odprowadzenie do grobu rodzinnego na Cmentarzu Wolskim

pograżeni w żałobie

maż, syn z rodziną

www.nekrologi.wyborcza.pl/34445004

„Dla świata byłeś tylko cząstką, dla mnie całym światem”

Dnia 18 lipca 2026 roku odszedł



Henryk Aleksander Golanowski

adwokat i radca prawny

Radca prawny dużych przedsiębiorstw przemysłu elektromaszynowego,
a następnie sprawujący obsługę prawną w ramach własnej kancelarii.
Autor wielu publikacji z zakresu prawa cywilnego.
Dobry, wrażliwy, serdeczny, najukochańszy mąż i niezastąpiony przyjaciel.
Spoczywaj w pokoju

Twoja Renata

Msza św. żałobna odprawiona zostanie
dnia 28 lipca 2026 roku o godzinie 13.00
w Kościele pw. Św. Karola Boromeusza, po której nastąpi odprowadzenie
do grobu rodzinnego na Starych Powązkach.

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444645

Z głębokim smutkiem żegnamy



Mgr. inż. Andrzeja Cholerzyńskiego

wieloletniego Dyrektora Zakładu Unieszkodliwiania Odpadów Promieniotwórczych.

Dzięki bliskiej współpracy, zapamiętamy Go nie tylko jako niekwestionowany autorytet
w swojej dziedzinie, ale przede wszystkim jako człowieka o wielkim sercu,
pełnego życzliwości dla innych.

Rodzinie oraz Bliskim

składamy
wyrazy najgłębszego współczucia.

*Dyrekcja, Rada Naukowa i pracownicy
Instytutu Chemii i Techniki Jądrowej*

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444763

Z powodu śmierci

Pana Profesora Stanisława Gomułka

składamy całej Rodzinie wyrazy współczucia.

Pan Profesor był ważną osobą w naszym życiu,
pozostanie na zawsze w pamięci.

Iwona i Waldemar Koszewscy

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444831

W dniu 21 lipca 2026 r. zmarł



Śp. ks. prof. Andrzej Szostek

Żegnamy szlachetnego, odważnego i mądrego Człowieka

Naszego Przyjaciela

Jerzy i Anna Axerowie

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444875

Naszemu Drogiemu Koledze

Prof. dr. hab. Zbyszkowi Kisielowi

wyrazy głębokiego żalu i współczucia
z powodu śmierci

Żony Basi

składają

koleżanki i koledzy z Instytutu Fizyki PAN

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444852

Dnia 21 lipca 2026 roku zmarł



Ks. prof. dr hab.

Andrzej Szostek

Wiceprezes Zarządu Fundacji „Instytut Artes Liberales”

Żegnamy wybitnego i prawego Człowieka

Rada, Zarząd i Pracownicy

Fundacji „Instytut Artes Liberales”

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444879

W dniu 18 lipca 2026 roku
zmarł w wieku 85 lat

Profesor

Stanisław Gomułka

Członek korespondent Polskiej Akademii Nauk

Wybitny ekonomista i naukowiec, nauczyciel akademicki

W pracy badawczej koncentrował się na zagadnieniach wzrostu gospodarczego,
makroekonomii, ekonomii transformacji – oraz badaniach porównawczych
systemów ekonomicznych.

Przez wiele lat był związany z renomowaną Katedrą Ekonomii w London School of Economics.
Wykładał na czołowych światowych uczelniach, w tym na uniwersytetach Harvarda, Stanforda,
Columbia oraz University of Pennsylvania. W latach 80. był konsultantem
Międzynarodowego Funduszu Walutowego, OECD i Komisji Europejskiej.
Pełnił liczne funkcje doradcze w Ministerstwie Finansów, Narodowym Banku Polskim.
Był członkiem zespołu, który opracował i prowadził politykę reform ekonomicznych
w kluczowym okresie transformacji ustrojowej Polski w latach 1989-1994.
Pełnił funkcję podsekretarza stanu w Ministerstwie Finansów, głównego ekonomisty PZU
oraz głównego ekonomisty Business Centre Club.
Był członkiem Narodowej Rady Rozwoju przy Prezydencie RP.

Autor kilkuset publikacji naukowych,
w tym w wielu czasopismach o zasięgu międzynarodowym.

Wyróżniony doktoratem honoris causa Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu.

Odznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski
oraz Odznaką Honorową Województwa Świętokrzyskiego.

Żegnamy wybitnego uczonego, wspaniałego nauczyciela
i wychowawcę wielu pokoleń ekonomistów

*Prezes Polskiej Akademii Nauk
Prezydium Polskiej Akademii Nauk
Wydział I Nauk Humanistycznych i Społecznych*

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444872

Smutno nam, że zmarła

**Krystyna Żurkowska****z domu Rakowska**

nieoceniona szwagierka, ciocia, matka chrzestna.

Magda, Dorota, Krzysztof

Ściskamy

Grażynę i Marcina z Rodzinami

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444429

W dniu 17 lipca 2026 roku zmarła
w wieku 53 lat**Katarzyna Komar-Michalczyk**Msza święta żałobna odprawiona zostanie
dnia 27 lipca 2026 roku o godzinie 14:00
w kościele św. Karola Boromeusza na Powązkach,
po czym nastąpi odprowadzenie na cmentarz miejscowy
do grobu rodzinnego.

O czym zawiadamia pogrążona w głębokim smutku

Rodzina

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444479

Z wielkim żalem żegnamy

Śp. Jerzego BrołęNiezwykłego Człowieka, z którym ponad trzydzieści lat temu
połączyły nas więzy zawodowe.
Już po niedługim czasie przerodziły się one w prawdziwą przyjaźń.
Nasze relacje trafnie określają słowa*„Przyjaźń - to nie tylko słowo
Przyjaźń ma niewidzialną postać
Przyjaźń mieszka wśród ludzi
Przyjaźń we łzach się rodzi – prawdziwa tak szybko nie odchodzi”*

Ty, Jurku, zostaniesz w naszych sercach na zawsze

Rodzinie i Bliskim,poruszonym Twoją niespodziewaną śmiercią,
składamy najszersze wyrazy współczucia.

Spoczywaj w pokoju

Irmína, Józef, Ryszard



www.nekrologi.wyborcza.pl/34444946

“Ludzie, których kochamy, zostają na zawsze, bo zostawili ślady w naszych sercach”

Dnia 20 lipca 2026 odszedł w wieku 73 lat nasz ukochany Mąż, Tata i Dziadek

**Włodzimierz Pacześny**wieloletni pracownik Metalexport Vis i Ministerstwa Gospodarki,
DyplomataMsza żałobna odbędzie się we wtorek, 28 lipca 2026 roku o godzinie 12:00
w Kościele Św. Krzysztofa w Podkowie Leśnej,
po czym nastąpi odprowadzenie do grobu rodzinnego
na cmentarz w Milanówku (wejście główne).

Pogrążeni w bólu i ogromnym smutku

żona, dzieci, wnuki, brat z żoną i cała rodzina

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444790

Z głębokim żalem zawiadamiamy,
że w dniu 18 lipca 2026 w wieku 91 lat zmarła
nasza Mama i Babcia**Krystyna Żurkowska**Msza święta żałobna odbędzie się
30 lipca 2026 roku o godzinie 13:00
w kościele św. Karola Boromeusza na Powązkach,
po czym nastąpi odprowadzenie na cmentarz miejscowym
do grobu rodzinnego.

Córka, Syn, Synowa, Zięć i Wnuczki

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444705

W dniu 18 lipca 2026 roku zmarła w wieku 91 lat

**Elżbieta Kozakiewicz**

Starszy Kustosz Dyplomowany Biblioteki Uniwersyteckiej w Warszawie

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
dnia 31 lipca 2026 roku o godzinie 13:00
w kościele św. Karola Boromeusza na Powązkach,
po czym nastąpi odprowadzenie
na cmentarz miejscowy do grobu rodzinnego.

O czym zawiadamia pogrążona w głębokim smutku

Córka

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444944

Panu Profesorowi

Kazimierzowi Lechowi Wierchowskiemu

Wieloletniemu redaktorowi naczelnemu kwartalnika KOSMOS

przekazujemy wyrazy szczerego współczucia i słowa otuchy
w trudnych chwilach wielkiego smutku po śmierci**Żony**dawni współpracownicy z redakcji i Zarząd Główny
Polskiego Towarzystwa Przyrodników im Kopernika

www.nekrologi.wyborcza.pl/34444917

**Dziel się wspomnieniami
o bliskich****Żyją, póki pamiętamy**Wejdź na serwis **odeszli.pl**

pomoc@odeszli.pl

tel. 22 55 55 383, 22 55 55 399, 22 55 55 555

Zamieść:**nekrolog
kondolencje
wspomnienie**

nekrologi@wyborcza.pl

pomoc@odeszli.pl

tel. 22 55 55 383,

22 55 55 399,

22 55 55 555

GAZETA
wyborcza
DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia
publiczne

Ogłoszenia
sądowe
i rekrutacyjne

Nekrologi,
kondolencje,
wspomnienia



KONTAKT:

kontakt_komunikaty@wyborcza.pl,
tel. 507 094 232
nekrologi@wyborcza.pl,
tel. 22 555 55 55

 **Komunikaty.pl**
 **nekrologi.wyborcza.pl**

Biała, dnia 24 lipca 2026 r.

OGŁOSZENIE

o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących planu ogólnego gminy Stara Biała

Na podstawie art. 131 ust. 3 pkt 8 w nawiązaniu do art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 z późn. zm.) oraz art. 39 ust. 1 pkt 2-5, art. 46 ust. 1 pkt 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2026 r. poz. 670 z późn. zm.) oraz uchwały nr 476/L/II/24 Rady Gminy Stara Biała z dnia 27 marca 2024 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Stara Biała,

Wójt Gminy Stara Biała zawiadamia

o rozpoczęciu konsultacji społecznych dotyczących planu ogólnego gminy Stara Biała oraz sporządzonej do niego prognozy oddziaływania na środowisko.

Konsultacje społeczne będą prowadzone w dniach **od 24 lipca 2026 r. do 21 sierpnia 2026 r.** i obejmą:

- 1) zbieranie uwag do projektu planu ogólnego lub prognozy oddziaływania na środowisko w dniach **od 24 lipca 2026 r. do 21 sierpnia 2026 r.;**
- 2) spotkanie otwarte, poprzedzone prezentacją projektu planu ogólnego, które odbędzie się w dniu **12 sierpnia 2026 r. (środa) o godz. 16.00** w sali konferencyjnej Hali w Maszewie Dużym, ul. Sportowa 7A, 09-400 Maszewo Duże;
- 3) dyżur projektanta, który odbędzie się w dniu **12 sierpnia 2026 r. (środa) w godz. 17.30 – 19.00** w sali konferencyjnej Hali w Maszewie Dużym, ul. Sportowa 7A, 09-400 Maszewo Duże.

Uwagi mogą być wnoszone w postaci:

- 1) papierowej na adres: Urząd Gminy Stara Biała, ul. Jana Kazimierza 1, 09-411 Biała, lub
- 2) elektronicznej na adres email: gmina@starabiala.pl lub za pomocą elektronicznej skrzynki podawczej na adres e-Doręczeń: AE:PL-86065-26245-DCRIR-23 lub adres skrytki ePUAP Urzędu Gminy Stara Biała: /1419132/UGStaraBiala

Uwagi do projektu planu ogólnego należy wносить na formularzu w postaci papierowej lub w formie dokumentu elektronicznego. Formularz dostępny jest:

- w siedzibie Urzędu Gminy Stara Biała,
- na stronie Urzędu Gminy Stara Biała: <https://www.starabiala.pl/>
- w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stara Biała: <https://bip.starabiala.pl/artykul/892/10298/ogloszenie-o-rozpozecziu-konsultacji-spoecznych-dotyczacych-planu-ogolnego-gminy-stara-biala>
- na stronie: <https://www.gov.pl/web/rozwoj-technologia/formularz-pisma-dotyczacego-aktu-planowania-przestrzennego>. Na stronie tej zamieszczono również instruktaż wypełniania formularza.

Składający uwagę określa przedmiot uwagi, wskazuje nieruchomość, której uwaga dotyczy, oraz podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby składającego oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej wnioskiem.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag jest Wójt Gminy Stara Biała. Uwagi złożone po upływie wyznaczonego terminu zostaną pozostawione bez rozpatrzenia.

Z niezbędną dokumentacją sprawy można zapoznać się w siedzibie Urzędu Gminy Stara Biała, ul. Jana Kazimierza 1, 09-411 Biała.

Administratorem danych osobowych jest Wójt Gminy Stara Biała, ul. Jana Kazimierza 1, 09-411 Biała z ograniczeniem wynikającym z art. 8a ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym. Klauzula informacyjna RODO wraz z ograniczeniem wynikającym z art. 8a ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym dostępna jest w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Stara Biała pod adresem: <https://bip.starabiala.pl/artykul/672/5433/klauzula-informacyjna> lub w siedzibie Administratora.

W związku z przetwarzaniem przez Wójta danych osobowych, uzyskanych w toku prowadzenia postępowania dotyczącego sporządzenia aktu planowania przestrzennego, prawo, o którym mowa w art. 15 ust. 1 lit. g rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz. UE L 119 z 04.05.2016, str. 1, z późn. zm.), przysługuje, jeżeli nie wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane te pozyskano.

Wójt Gminy Stara Biała
Stawomir Wawrzyński

Plock/34444814

BA.6740.643.2026.LP

Radom, dnia 21 lipca 2026 r.

**OBWIESZCZENIE
STAROSTY RADOMSKIEGO**

Na podstawie art. 11f ust. 3 i 4 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j.Dz.U.2024, poz. 311) i art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (t.j.Dz.U.2025, poz. 1691),

zawiadamiam, że w dniu 21 lipca 2026 r. została wydana decyzja nr 1432.2026 o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej

na wniosek Inwestora – Wójta Gminy Wolanów, ul. Radomska 20, 26-625 Wolanów dla inwestycji polegającej na „Rozbudowie dróg gminnych nr 351232W i nr 351205W w m. Strzałków i Zabłocie” gm. Wolanów.
– pogrubioną czcionką oznaczono numery działek objętych linią rozgraniczenia projektowanego pasa drogi,
– przy podziałach nieruchomości: przed nawiasem wskazano numer działki przed podziałem, natomiast w nawiasie numery działek po podziale (pogrubioną czcionką oznaczono numery działek ewidencyjnych objętych liniami rozgraniczającymi drogi, zwykłą czcionką działki ewidencyjne pozostające przy dotychczasowym właścicielu),
– podkreślono numery działek lub ich części (w przypadku podziału), które stają się własnością właściwej jednostki samorządu terytorialnego tj. Gminy Wolanów.

województwo mazowieckie, powiat radomski, jednostka ewidencyjna 142512_2 Wolanów:

obręb 0024 Strzałków, gmina Wolanów, działki nr ewid.:

1035; 1140 (1140/1, 1140/2); 1478 (1478/1, 1478/2); **1124;** **1123/2;** 1505 (1505/1, 1505/2); 1032 (**1032/1**, 1032/2); 1031 (**1031/1**, 1031/2); 1510/2 (**1510/3**, 1510/4); 1133 (**1133/1**, 1133/2); 1134 (**1134/1**, 1134/2); 1139/2 (**1139/3**, 1139/4); 1143 (**1143/1**, 1143/2); 1144 (**1144/1**, 1144/2); 1145 (**1145/1**, 1145/2)

obręb 0033 Zabłocie, gmina Wolanów, działki nr ewid.:

306; 340 (**340/1**, 340/2); 315 (**315/1**, 315/2); 277 (**277/2**, 277/1, 277/3); 299 (**299/1**, 299/2); 298 (**298/1**, 298/2); 297 (**297/3**, 297/4); 296 (**296/1**, 296/2); 295 (**295/1**, 295/2); 294 (**294/1**, 294/2); 293 (**293/1**, 293/2); 292/2 (**292/3**, 292/4); 292/1 (**292/5**, 292/6); 290/2 (**290/5**, 290/6); 290/3 (**290/7**, 290/8); 290/4 (**290/9**, 290/10); 289 (**289/1**, 289/2); 288 (**288/1**, 288/2); 286/4 (**286/6**, 286/7); 286/2 (**286/8**, 286/9); 286/3 (**286/10**, 286/11); 283/1 (**283/2**, 283/3); 282 (**282/1**, 282/2); 280/6 (**280/7**, 280/8); 280/5 (**280/9**, 280/10); 280/4 (**280/11**, 280/12); 279 (**279/1**, 279/2); 278/2 (**278/3**, 278/4); 278/1 (**278/5**, 278/6); 302/2 (**302/6**, 302/7); 314 (**314/1**, 314/2); 316/1 (**316/4**, 316/5); 337/1 (**337/2**, 337/3); 327/1 (**327/2**, 327/3).

OKREŚLENIE NIERUCHOMOŚCI LUB ICH CZĘŚCI, Z KTÓRYCH KORZYSTANIE BĘDZIE OGRANICZONE:
Nieruchomości, z których korzystanie będzie ograniczone ze względu na obowiązek budowy lub przebudowy urządzeń wodnych:

obręb 0024 Strzałków, gmina Wolanów

działki nr ewid.: 1145/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 1145), 1034/1 – przebudowa urządzeń wodnych.

obręb 0033 Zabłocie, gmina Wolanów

działka nr ewid.: 315/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 315) – budowa urządzeń wodnych.

Nieruchomości, z których korzystanie będzie ograniczone ze względu na obowiązek przebudowy sieci uzbrojenia terenu:

obręb 0033 Zabłocie, gmina Wolanów

działki nr ewid.: 297/4 (powstała po podziale dz. nr ewid. 297), 296/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 296), 321, 286/7 (powstała po podziale dz. nr ewid. 286/4), 286/9 (powstała po podziale dz. nr ewid. 286/2), 280/10 (powstała po podziale dz. nr ewid. 280/5), 279/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 279) – przebudowa sieci wodociągowej.

działki nr ewid.: 296/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 296), 294/2 (powstała po podziale dz. nr ewid. 294), 320/3 – przebudowa sieci elektroenergetycznej oświetleniowej.

działki nr ewid.: 286/7 (powstała po podziale dz. nr ewid. 286/4) – przebudowa sieci elektroenergetycznej nN.
Z treścią decyzji można się zapoznać, po wcześniejszym umówieniu (telefon 48 381 50 88 – Wydział Budownictwa i Architektury), w Starostwie Powiatowym w Radomiu, ul. Tadeusza Mazowieckiego 7, w godzinach pracy urzędu. Decyzja staje się ostateczna po upływie 28 dni od dnia publicznego ogłoszenia o jej wydaniu, gdy nie zostało od niej złożone odwołanie.

Radom/34444902



Wójt Gminy Płońsk

Płońsk, 24 lipca 2026 r.

**OGŁOSZENIE
WÓJTA GMINY PŁOŃSK**

Na podstawie art. 17 pkt 11 i 13, w związku z art. 8g, 8h, 8i, 8j ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.) oraz w związku art. 48 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 ze zm.) zawiadamiam o rozpoczęciu konsultacji społecznych:

– **miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części terenów położonych we wsi Brody gm. Płońsk** sporządzanego na podstawie uchwały Uchwały Nr LXVII/465/2023 z dnia 26 września 2023 r. w sprawie przystąpienia do sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego części terenów położonych we wsi Brody gm. Płońsk

Konsultacje społeczne ww. projektu planu będą prowadzone w dniach od 24 lipca 2026 r. do 21 sierpnia 2026 r. i obejmą:

- 1) zbieranie uwag formalnych do projektu planu w terminie **od 24 lipca 2026 r. do dnia 21 sierpnia 2026 r.;**
- 2) spotkanie otwarte, które odbędzie się:
 - **dnia 5 sierpnia 2026 r. (środa) o godz. 15:10** w Urzędzie Gminy w Płońsku ul. Pułtuska 39, pok. Nr 15
- 3) punkt konsultacyjny, który odbędzie się:
 - **dnia 6 sierpnia 2026 r. (czwartek) w godzinach od 15:10 do 16:10** w Urzędzie Gminy w Płońsku ul. Pułtuska 39, pok. Nr 15

Konsultacje społeczne projektu planu prowadzone będą w Urzędzie Gminy w Płońsku przy ul. Pułtuskiej 39. Z projektem planu można zapoznać się w Wydziale Geodezji, Planowania Przestrzennego, Rolnictwa i Spraw Obywatelskich w pokoju nr 15 od wtorku do piątku w godzinach 7:00-15:00 oraz w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie podmiotowej urzędu gminy Płońsk: <https://bip.gminaplonsk.eu/1691-plan-miejscowe-w-trakcie-opracowania.html>

Uwagi do projektu planu można składać do Wójta Gminy Płońsk w nieprzekraczalnym terminie od 24 lipca do 21 sierpnia 2026 r.

Zgodnie z art. 8g ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym składający uwagę podaje swoje imię i nazwisko albo nazwę oraz adres zamieszkania albo siedziby oraz adres poczty elektronicznej, o ile taki posiada, a także wskazuje, czy jest właścicielem lub użytkownikiem wieczystym nieruchomości objętej uwagą, oraz może podać dodatkowe dane do kontaktu takie jak adres do korespondencji lub numer telefonu. Wskazane jest również podanie obszaru, którego uwaga dotyczy (np. numer działki ewidencyjnej, nazwę i numer obrębu ewidencyjnego, nazwę ulicy, nazwę miejscowości).

Uwagi do projektu planu miejscowego można składać na piśmie utrwalonym w postaci papierowej w Sekretariacie Urzędu Gminy, pocztą na adres Urząd Gminy w Płońsku, 09-100 Płońsk, ul. Pułtuska 39, w formie elektronicznie za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres ugplonsk@ugplonsk.pl lub na adres elektronicznej skrzynki podawczej Urzędu Gminy Płońsk na platformie e-Doręczenia: AE:PL-20089-63056-EBTCE-26. Organem właściwym do rozpatrzenia uwag złożonych do projektu planu miejscowego jest Wójt Gminy Płońsk.

Uwagi powinny być składane przy wykorzystaniu formularza pn.: „**Pismo dotyczące aktu planowania przestrzennego**”, zgodnego z Rozporządzeniem Ministra Rozwoju i Technologii z dnia 13 listopada 2023 r. w sprawie wzoru formularza pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, dostępnego w postaci papierowej w Urzędzie Gminy Płońsk oraz w formie dokumentu elektronicznego zamieszczonego w Biuletynie Informacji Publicznej Urzędu Gminy Płońsk na stronie internetowej: <https://bip.gminaplonsk.eu/114-wnioski.html>

Wójt Gminy Płońsk

/-/

Aleksander Jarosławski

Informacja:

1. Administratorem Pani/Pana danych osobowych jest Wójt Gminy Płońsk, 09-100 Płońsk, ul. Pułtuska 39, e-mail: ugplonsk@ugplonsk.pl tel. 23 662 56 351 są one podawane w celu składania uwag do miejscowych planów zagospodarowania przestrzennego.
2. Podstawę prawną przetwarzania danych osobowych stanowi art. 18 ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.). Dane osobowe będą przetwarzane w ramach sprawowania władzy publicznej powierzonej administratorowi z zachowaniem przepisów Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych RODO).
3. W przetwarzaniu danych osobowych stosuje się przepisy art. 8a ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2026 r. poz. 538 ze zm.).
4. Pełen zakres informacji nt. przetwarzania danych osobowych znajduje się na stronie internetowej: www.gminaplonsk.eu w zakładce RODO oraz w siedzibie administratora.

Plock/34444960

**ZARZĄD MIENIA SKARBU PAŃSTWA
INFORMUJE,**

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie ZMSP, ul. Chmielna 85/87, 00-805 Warszawa oraz na stronach internetowych Urzędu:

zmzp.bip.um.warszawa.pl
www.zmzp.warszawa.pl
eto.um.warszawa.pl

i Mazowieckiego Urzędu Wojewódzkiego: bip.mazowieckie.pl

w dniu 24 lipca 2026 r. umieszczono **WYKAZY** Nr 10/N/2026, nr 11/N/2026 oraz nr 12/N/2026 nieruchomości

przeznaczonych do najmu na czas określony oraz **WYKAZY** nr 43/WI/2026 i nr 44/WI/2026 lokali przeznaczonych do sprzedaży na rzecz ich najemców wraz z ogłoszeniami.

Warszawa/34444877



**Burmistrz
Miasta i Gminy Lipsko,**

działając zgodnie z art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami informuje, że w siedzibie Urzędu Miasta i Gminy Lipsko, na stronie internetowej Urzędu (lipsko.eu) oraz w Biuletynie Informacji Publicznej został podany do publicznej wiadomości

wykaz nieruchomości stanowiących własność Miasta i Gminy Lipsko przeznaczonych do zbycia i do oddania w dzierżawę.

Wykaz został wywieszony od dnia 24.07.2026 r. na okres 21 dni.

Radom/34444756

Pełną gębą

Najlepsze chłodniki w Warszawie. Magda Gessler za talerz krzyknęła 48 zł

Okazuje się, że u Magdy Gessler na Starym Mieście wcale nie jest najdrożej, znalazłem też chłodnik za, bagatela, 65 zł! Ale ten z mleczaka na Kruczej za 9,90 zł też smakował wybornie.

Nowak



„...wtenczas wszyscy siedli i chłodziec litewski milcząc żwawo jedli” – fragment z I księgi „Pana Tadeusza” niech będzie wzniosłym wprowadzeniem do tej opowieści. Skoro motywy kulinarne istnieją w najważniejszym tekście polskiej kultury, automatycznie stają się rodowymi klejnotami i nie należy o tym zapominać. Nawet w czas kanikuły, kiedy w trakcie lipcowego i sierpniowego skwaru nikt nie tęskni za rosółem, grochówką czy żurkiem. Teraz lubimy chillowanie, a to zapewniają najlepiej chłodzące zupki.

CHŁODNIK KLASYCZNY, CZYLI ZIMNY LITWIN

Mickiewiczowski chłodziec to chłodnik właśnie, określane w dzisiejszych restauracyjnych menu jako litewski na botwinie. Sama nazwa może zmylić, bo po rosyjsku hołodziec oznacza galaretę mięsna, zwaną w Warszawie zimnymi nóżkami.

Tak czy siak, niezależnie od politycznych burz zimny Litwin króluje w letnich menu restauracji. W hierarchii cen jak zawsze prym wiedzie Fukier Magdy Gessler (Rynek Starego Miasta 27), gdzie miska amarantowego eliksiru kosztuje 48 zł. Z kolei w lubianej przez elegancję publiczność **Soul Kitchen** na ul. Nowogrodzkiej 18a zapłacić trzeba 42,75 zł (po doliczeniu 12,5 proc. obowiązkowego serwisu). To są oczywiście cenowe Himalaje, ale niektórych rachunki poniżej 10 euro za jedno danie niepokoją. Bezpieczniej czują się, gdy za porcję startych ogórków, buraków i rzodkiewek z koperkiem, jogurtem i jajkiem na twardo zapłacą po londyńsku. Nikt bogatemu nie zabroni, naprawdę głodny jednak z tego nie skorzysta.

Chłodnik litewski to najpopularniejsza zupa współczesnych polskich wakacji, a zatem jeżeli w Warszawie działa około 7500 lokali gastronomicznych, można szacować, że przynajmniej w połowie serwują ten przysmak. Ja sam radzę wstąpić jednak do najbliższego baru mlecznego i spróbować chłodnika litewskiego w wersji najbardziej demokratycznej. Po co ścirować?

Mnie akurat po drodze był legendarny **Bambino** na Kruczej 19, gdzie za miseczkę słodko-kwaśnego, różowego i kremowego cuda ze startymi ogórkami i burakami oraz aż dwiema połówkami jajka na twardo płacimy 9,90 zł. Przy stoliku obok siedział szczęśliwy ciemnoskóry młody mężczyzna i z entuzja-

stycznym mlaskaniem opowiadał komuś przez telefon o swoich wrażeniach.

Podzielał ten zachwyt. Otóż w mleczakach schodzą codziennie setki porcji każdej z potraw, dzięki czemu zawsze można być pewnym, że chłodnik nie zostaje w zapomnianym zakątku lodówki na następny dzień. W drogich restauracjach nie ma takiego obrotu, ryzyko utraty świeżości rośnie, o czym przekonałem się w pewnej prestiżowej miejscówce.

Najpopularniejszy dziś chłodnik na botwinie jest uproszczoną wersją tego, który zjadali goście Zamku Horeszków w Sopli-cowie. Tamten niemal na pewno oprócz posiekanych świeżych warzyw i nabiału zawierał też wkladkę mięsna. Jak wynika z książek i przepisów Jana Szytlera, wileńskiego kuchmistrza epoki Mickiewicza, w ówczesnych chłodnikach poza obfitością jaj i zieleniny wszelakiej nie brakowało takich dodatków, jak jesiort czy szyjki rakowe. Twórczość Szytlera bada dr Bogdan Gałązka, historyk i wykładowca kultury kulinarnej a także szef kuchni restauracji Stolica w kinie Iluzjon.

OKROSZKA, CZYLI CHŁODNIKI RODEM Z UKRAINY I ROSJI

Chłodnik litewski był popularny na terenie Korony i Litwy, w Rosji i Ukrainie przyrządza się inny typ zimnej polewki – okroszkę. Po wybuchu wojny rosyjsko-ukraińskiej i osiedleniu się nad Wisłą i Wartą ogromnych rzesz ludności z tamtych terenów okroszka zawędrowała również do nas. Składa się z pokrojonych w drobną kosteczkę ogórków, rzodkiewki, szczypioru, jaj oraz gotowanych ziemniaków, kielbasy typu mortadela lub pieczonej cielęciny zalanych maślaną, kefirem, wymieszanym z wodą gazowaną lub... kwasem chlebowym. I to ów archaiczny słowiański nektar strzyg i wiedźmaków w połączeniu z brakiem buraków stanowi podstawową odmienność okroszki od chłodnika wieszca Adama.

Znajduje się dziś w menu restauracji odwiedzanych bądź prowadzonych przez publiczność zza południowowschodniej granicy. Ciekawe, że pośród nich jeśli chodzi o poziom cen mamy odpowiedniki lokali Magdy Gessler. A nawet i wyższe, bo oto w luksusowej **Lunie** na Kruczej 17 zjecie pyszną, treściwą okroszkę z kawałkami gotowanej cielęciny za, bagatela, 65 zł. Jogurtową zalewę doprawiono chrzanem i ostrą musztardą, unosiły się w niej przepiórcze jajka, mak, a do podgryzania – chrupki opłatek z prosa.

Wspaniałą i kunsztownie podaną okroszkę znalazłem też **U Kumpi** na ul. Kolejowej 47. Drobnopokrojone składniki podają na talerzu, w którego centrum znajduje się odwrócony nóżką do góry kieliszek zawierający jogurt z ko-

perkiem. Kelnerka z gracją iluzjonisty podnosi kieliszek dzięki czemu warzywna krajanka łączy się z zalewą. Oklaski!

W nieco niższej kategorii cenowej sytuują się okroszki w **Domku u Sióstr** na ul. Grójeckiej 186 (35,90 zł) oraz **Barszczu** na ul. Redutowej 48 (28 zł). Ta pierwsza dumna była z dużej ilości drobno poszatkowanej pieczeni cielęciny, a klasyczny zestaw warzyw wzbogacono drobno pokrojonym pomidorem. Wszystko zaś pływało w jogurcie zaprawionym śmietaną i rozcieńczonym wodą. Restauracja Barszcz z kolei proponuje ogromną misę posiekanych warzyw oraz kielbasy Liubitelkiej, a wszystko zalane kefirem wymieszanym z kwasem chlebowym. Dla polskie-



go podniebienia zestaw to zaskakujący, ale dla mnie się podoba. W dodatku wszystko podbito musztardą kozacką. Te sprzeczne doznania zapewniane przez chłodnik podawany w Barszczu sprawiają, że jemu właśnie przyznaję palmę pierwszeństwa pośród nadwileńskich okroszek. Jest moc!

Gdy ktoś boi się tak skrajnych doznań, niech spróbuje białego chłodnika w wersji zaadaptowanej do polskich przyzwyczajeń. Znajdziecie go w **Młodym Grochowie** na ul. Mińskiej 75, gdzie szef kuchni Tomasz Nasilowski serwuje biały chłodnik z ziemniakami i jajkiem poché według przepisu Babci Ani (27 zł). Wspaniały!

CHŁODNIKI, KTÓRE PRZYBYŁY Z DALEKA

Polski Litwin i ukraińska okroszka rządzą wakacyjnym warszawskim stołem 2026 roku, ale nie wyczerpują chłodnikowej oferty Miasta. Ważnym jej graczem jest gazpacho, którym La Roja z pewnością świętowała wraz ze swoją

publicznością Puchar Świata tegorocznego mundialu. Nie ma bowiem nic lepszego niż ochłoda przy pomocy pomidorów zmiksowanych z chlebem, oliwą i ziolkami. Ten boski specjal odnajdziecie w Bocado na ul. Wspólnej 35 (32 zł). Gęsty mus ze zmiksowanych pomidorów i ogórków ozdobiono malutkimi piklowanymi papryczkami piquino, plasterkami rzepy i czerwonej cebuli. Inne w wyrazie gazpacho znalazłem w restauracji **Pianka 3.0** na Koszykowej 55. Powstało ze zmiksowanych pomidorów malinowych oraz truskawek (26 zł).

Pozostajemy w kręgu hiszpańskojęzycznym i bierzemy się za chłodnik z awokado. Najpierw w meksykańskiej restauracji **Kawa i Chilli** działającej przy ul. Żegańskiej 21/23 w Międzyzlesiu znalazłem wspaniały krem z awokado (20 zł) z drobinami świeżego, jędrnego ogórka. Na powierzchni unosiły się cienkie plastry gruszek ilości. Bardziej wybujałą formę tej potrawy proponuje Opasły tom przy ul. Wierzbowej 9. Za 55 zł dostajemy zwiewny jak chmurka mus z awokado i ogórków z salsą rabarbarową, ozdobiony olejem z korzenia rabarbaru i posypką z suszonej pestki awo. Jubilerska robota, luksusowy drobiazg dla wybrańców życiowej fortuny.

Udało mi się też znaleźć świetny chłodnik arbuzowy z fetą i truskawkami w restauracji **Babcia Włoszka** na ul. Ordona 5a (28 zł). Pośród arbuzowej świeżości umieszczono gałkę lodów truskawkowych, których słodycz przekomarzała się ze słonawą fetą. Odkryciem okazał się też chłodnik jabłkowy w **Nieźnym ziółku** przy ul. Kruczej 17. Za 17 zł dostaniecie tu miszkę jogurtu z koperkiem, solą morską i sokiem z cytryny z karmelizowanymi w miodzie kawałkami suszonego jabłka oraz przypieczonymi grzankami z chalki.

W zachwyt wprawia również chłodnik z mango w restauracji **Milanovo** przy ul. Stanisława Kostki Potockiego 24g w Wilanowie. Tym prawdziwym i królewskim Wilanowie. Muślinowy, złocisty mus z mango i białej czekolady, zaprawiony kefirem, maślaną, cytrusową skórą i posypką z prażonych pistacji (42 zł). O Dobra Pani, cóż to była za rozkosz, na którą natura odpowiedziała majestatyczną burzą z dekoracyjnymi piorunami. Świat szalał w potokach deszczu, a ja łyżką po łyżce wkładałem do ust słodko-słodką ambrozję. I to jest lider naszego zestawienia w kategorii owocowej.

Cytat z Pana Tadeusza umieszczony na początku tego tekstu zaczyna się od trzech kropek, znaczących brak fragmentu strofy. Przez cały czas pisania dręczyła mnie myśl, że nie wypada cenzurować Wieszca. Naprawiam to w końcówce, gdzie zabrzmi mniej prowokacyjnie. Brzmi on: „Mężczyznom dano wódkę...”. ●

Maciej Nowak

TEKSTY
DOBRE NA LATO

Piątek, 24 lipca 2026 | Redaktor prowadzący Katarzyna Stożek

wyborcza.pl

Kryzys wieku średniego

Nagle mamy czas, tylko na co?

Po 50. roku życia wydobywamy się z iluzji wiecznej młodości, wiecznego zdrowia, sprawności, stałości. Pewne nasze umiejętności rozwijają się dopiero wtedy.

ROZMOWA Z
URSULĄ SOŁTYS-PARA
psychoterapeutką, autorką książki
„Lawendowe lata”.

PATRYCJA PUSTKOWIAK: Czemu to właśnie lawenda patronuje pani książce?

URSULA SOŁTYS-PARA: Dlatego, że to roślina, która rozkwita powtórnie i wydała mi się to trafną metaforą dla opisywanych przeze mnie procesów. „Lawendowe lata” to książka o drugiej połowie życia, o wieku średnim, który nie musi być schyłkiem, a może być powtórny rozkwitem. Nie chcę, by to brzmiało idealistycznie czy wyglądało na ucieczkę przed prawdą o ludzkim życiu, bo ono ma koniec, ale nie powinniśmy przedwcześnie ulegać lękowi przed starzeniem się czy końcem wszystkiego, bo życie ludzkie się wydłużyło i po czterdziestce żadnego schyłku jeszcze nie widać. Jesteśmy wtedy w połowie życia. Niektórzy mówią, że to wiosna drugiej połowy życia. Za dowód niech posłużą badania szwedzkiego psychiatry, Andersa Hansena, z których wynika, że to po 50. roku życia ludzie są najszczęśliwsi.

A jednak bywa, że wtedy pada na nas blady strach. Skąd on się bierze i czego dotyczy?

To czas, w którym pewne aspekty życia już się domknęły albo właśnie się domykają i pojawia się pewna przestrzeń, ale zarazem lęk: co teraz? Już coś osiągnęliśmy zawodowo, wypracowaliśmy sobie pewną pozycję, często jesteśmy w związku już na tyle długo, że pojawia się kryzys, pytanie o zasadność naszych wyborów, jeśli mamy dzieci, to często są już w takim wieku, że nie potrzebują ciągłej uwagi, a więc nagłe stajemy się kimś osobnym, kto ma czas i przestrzeń tylko – no właśnie – na co? Zadajemy sobie to pytanie i bywa, że ono budzi niepokój. Lęk bazuje też na tym tradycyjnie postrzeganym okresie starości, w którym szwankuje zdrowie, a uroda przemija. Okres po czterdziestce to czas przewartościowania, otworzenia się na to, co w środku nas.

Co to dokładnie oznacza?

Powolałam się na Carla Gustawa Junga. Pisał on o fazie pierwszej i drugiej indywiduacji. Pierwsza to czas spełniania oczekiwań i wypełniania ról społecznych, a druga kieruje uwagę do środka, skłania ku wglądowi, refleksji, mądrości. Ta druga faza wiąże się z wiekiem średnim, gdy już znamy sie-

bie trochę lepiej, mniej uzależniamy opinię na własny temat od tego, co o nas sądzą inni, znamy cenę życia i owszem, zaczynamy nabywać świadomości jego przemijalności, ale to urealnienie może być korzystne, może pozwolić nam dojrzeć. Wydobywamy się z iluzji wiecznej młodości, wiecznego zdrowia, sprawności, stałości. Jung mówił też o zachodzącej w tym czasie integracji różnych aspektów naszej osobowości, często przeciwnych, która sprawia, że możemy poczuć się we własnej skórze lepiej, bardziej spójnie. Co ciekawe, Jungowi przychodzi w sukurs neuronauka. Kiedy od około 40. do 50. roku życia spada poziom hormonów płciowych, przegrupowują się cechy osobowości. U kobiet przy mniejszej ilości estrogenów może wyraźniej wybrzmieć stanowczość, determinacja, a u mężczyzn przy spadku testosteronu większa łagodność i czułość.

Ta zmiana osobowości i priorytetów może iść w parze z gruntowną zmianą życia osobistego. Piszcie pani, że to po czterdziestce często decydujemy się na rozwód, ale też, choć mamy obawy, czy coś nas jeszcze spotka, wchodzimy w nowe związki. W tym czasie pojawia się odwaga, czasem świadomość, że nasze związki były bardziej odpowiedzią na presję społeczną, a nie nasze prawdziwe potrzeby, a czasem poczucie, że zmieniliśmy się tak bardzo, że nie możemy już razem iść dalej. Oczywiście nie bez znaczenia jest to, że po czterdziestce częściej niż za młodu mamy stabilizację finansową, pozwalającą nam żyć w pojedynkę. Ale wcale w wieku średnim nie jesteśmy skazani na takie życie. Zna pani reportaże Agaty Romanuik „Krótko i szczęśliwie”? Opisane są tam historie związków ludzi po siedemdziesiątce. Irvin Yalom, amerykański lekarz psychiatra i psychoterapeuta, którego cytuję w mojej książce, ożenił się ponownie, gdy miał... 93 lata. Przeżył ze swoją pierwszą żoną całe życie, a gdy umarła, przez pięć lat był wdowcem, a potem wszedł w nowy związek z 75-letnią koleżanką po fachu. Istnieją historie, które przełamują stereotypy dotyczące tego, że jeśli nie poznamy życiowego partnera przed trzydziestką, to już koniec. Różne rzeczy mogą się wydarzyć w zasadzie przez całe życie.

Seks też może trwać do późnej starości? Oczywiście mamy obawy przed utratą urody czy sprawności, ale sądzę, że z czasem nasze ciała stają się po prostu inne, a nie brzydsze. Sprawność zaś zależy od ogólnego stanu zdrowia, który powinniśmy kontrolować. Carl Honore, autor książki „Si-



• **Kryzys wieku średniego. Czas, w którym pewne aspekty życia już się domknęły i pojawia się pewna przestrzeń, ale zarazem lęk: co teraz?** FOT. RYANJLANE/GETTY IMAGES

ła wieku. Szczęśliwe życie w epoce długowieczności” twierdzi, że seks w drugiej połowie życia może być najlepszy, bo znamy już swoje ciała, czujemy się pewniej. Przytacza badania, które pokazują, że pary z co najmniej piętnastoletnim stażem mają największe szanse na udany seks. Są też teorie głoszące, że pożądanie zmienia się wtedy ze spontanicznego na reaktywne, czyli związane ze stymulacją nie tylko fizyczną, ale i intelektualną, duchową.

Tym, co może nas chronić przed lękiem i zwątpieniem związanym z upływem czasu, jest myśl, że przeobrażanie się trwa całe życie, a kryzysy są rozwojowe. Tak jest. Nie ma momentu, w którym jesteśmy już na zawsze gotowym człowiekiem. Cały czas tworzymy siebie. A kryzysy mogą nam w tym pomagać. Amerykański psychoanalityk, Erik Erikson, pisał o tym, że nasza osobowość rozwija się, gdy się z nimi mierzymy, oswajamy lęki. Co ważne, aby przejść do następnego etapu, musimy w zdrowy i dojrzały sposób rozwiązać dylematy z poprzednich etapów życia. W wieku średnim stajemy zaś przed dużym wyzwaniem. Chodzi o rozwiązanie konfliktu między twórczością a stagnacją. Aby nie ulec zgorzknieniu, musimy uruchomić w sobie siły kreatywne, a wartość, ku której zmierzamy, to troska o innych: ludzi, zwierzęta, rośliny. W dojrzałym wieku mamy potrzebę dzielić się swoim doświadczeniem.

Czasem to doświadczenie straty, które nierozzerwalnie łączy się z upływem czasu. Amerykańska psychoanalityczka i pisarka, Judith Viorst w książce „To, co musimy utracić” pisze, że z czasem musimy

pożegnać nie tylko bliskich, ale i siebie samych z dawnych lat. To doświadczenie straty jest warunkiem rozwoju.

Viorst uważa, że całe nasze życie jest usiane stratami. Najpierw tracimy ciepłe, bezpieczne środowisko brzucha matki, potem bliskość fizyczną z rodzicami, następnie znajomych z przedszkola, szkoły, przyjaciół, rodziców, zdrowie... „Żyjemy dzięki temu, że coś tracimy, kogoś opuszczamy i coś zostawiamy za sobą. Prędzej czy później, kosztem większego lub mniejszego bólu, wszyscy przekonujemy się, że doświadczenie straty jest trwającą całe życie kondycją człowieka” – pisze.

Jak sobie z tym radzić?

Oswoić stratę możemy przede wszystkim, odbywając proces żałoby, doświadczając złości, smutku, szukając grup wsparcia, a wreszcie akceptując to, że rzeczywistość jest, jaka jest i na pewne rzeczy musimy pozwolić, bo szamotanina nic nie da. Umiejętność rozdzienia się ze stratą jest warunkiem rozwoju i spokoju wewnętrznego. Podobnie jest z oswojeniem niepewności, która towarzyszy nam całe życie, bo nie na wszystko mamy wpływ.

Trudno tylko rozróżnić, na co ten wpływ mamy, a na co nie.

Na to, czy wybuchnie wojna, rozpęta się kolejny światowy kryzys albo globalny wirus nie mamy, ale choćby na jakość naszych relacji już tak. Wiek średni pomaga w zrozumieniu wielu rzeczy, bo mamy już do nich dystans, świadomość siebie, głębszą intuicję, lepsze rozeznanie w tym, co dla nas ważne.

A co ze sprawami zawodowymi w drugiej połowie życia? Po czterdziestce często dokonujemy bilansu i oka-



➤ zuje się, że nasza droga zawodowa nie jest tą wymarzoną. Co wtedy?

Julia Cameron, autorka wielu książek proponuje, by dokończyć zdanie: „Gdyby nie było za późno, to bym...”, a potem się nad nim zastanowić. Może to nie tak, że wszystkie drogi są zamknięte? Coraz częściej słyszymy o osobach, które po czterdziestce i później poczuły, że mają dość pracy w korporacji, wypełniania procedur i zdecydowały się zmienić kierunek życia zawodowego. Są dane pokazujące, że te firmy, które odnoszą największe sukcesy, otwierają ludzi po pięćdziesiątce.

Wspomniany już Carl Honore uzmysławia nam, że pewne umiejętności rozwijają się koło pięćdziesiątki: to arytmetyka, elokwencja, wiedza ogólna oraz wiedza na temat tego, jak działa świat. Wiek średni pod wieloma względami sprzyja zawodowym wyzwaniom: mamy doświadczenie, poznaliśmy już wielu ludzi, braliśmy udział w różnych dyskusjach, sporach, mogliśmy zyskać wiarę w siebie, poznać swoje mocne strony. Na pewno łatwiej też w sferze zawodowej będzie osobom, które ćwiczą swój mózg.

Jak to robić?

Stawiać sobie wyzwania, uczyć się czegoś, czego nie umiemy: języka, sportu, gry na instrumencie. To stymuluje mózg do tego, by tworzył nowe ścieżki neuronalne. Ważne są też ćwiczenia ruchowe, taniec i joga szczególnie sprzyjają profilaktyce chorób neurodegeneracyjnych, bo wymagają koordynacji ruchów i skupienia. No i oczywiście trzeba odpowiednio długo spać i dobrze się odżywiać, tego nic nie zastąpi.

Ciekawe, że wśród rzeczy, które sprzyjają pracy mózgu, są też relacje.

Patrzac z perspektywy mózgu, kiedy z kimś rozmawiamy, to też myślimy. Drugi człowiek bywa nieprzewidywalny, mówi rzeczy, na które trzeba jakoś zareagować, pomyśleć nad odpowiedzią, wykazać się dowcipem, elokwencją, a nawet sprytem. Mózg jest czujny, pracuje wtedy na wysokich obrotach. Ale relacje dają też wyrzut serotoniny, który zapewnia poczucie szczęścia i spokoju, euforii i oksytocyny, która daje poczucie więzi, bezpieczeństwa. Kiedy jesteśmy razem, dobrze się ze sobą czujemy, śmiejemy się, to mózg się dotlenia. Kortyzol, hormon stresu, spada, odporność się wzmacnia. Relacje są dla nas bardzo ważne.

Ale mamy dziś problem ze związkami. Czy relacje muszą oznaczać związek?

Absolutnie nie. Presja na związek, jaką zresztą silnie odczuwamy w polskiej kulturze, jest wręcz przemocowa. Nie ma obowiązku być w związku, życie bez niego nie jest bezwartościowe, o ile jest zgodne z nami, z tym, jacy jesteśmy i czego na danym etapie życia chcemy. Związek nie jest niezbędny do przeżycia i powinien podnosić jakość życia, a nie ją obniżać. Natomiast zupełny brak relacji jest dla nas zabójczy: powinniśmy zadbać o więzy ze znajomymi, przyjaciółmi, rodziną. Z wszystkimi tymi, z którymi po prostu czujemy się dobrze, którzy nas rozumieją.

Co jeszcze robić, aby z upływem lat nie dać się złym uczuciom, lękom, obawom?

Wspomniany już Irvin Yalom powiedział, że śmierci boją się ci, którzy boją się życia. Proponuje on wyobrazić sobie siebie za kilka lat i zapytać: „Jak możesz zacząć żyć teraz, żeby nie tworzyć nowego żalu?”. Chodzi o to, by nie żyć z poczuciem, że wszystko miało być inaczej, w strachu, marazmie, poświęcając się całkiem dla innych kosztem siebie. Nie mieć poczucia straconych szans. Jasne, wszystkiego nie zrobimy, nie wykorzystamy wszystkich możliwości życia, ale powinniśmy próbować się przybliżyć do tego, na czym nam najbardziej zależy. Mobilizować się do działania, budować dobre relacje, wzmacniać ciekawość tego, co jeszcze nas w życiu czeka. ●

Rozmawiała Patrycja Pustkowiak

Urszula Sołtys-Para

• Psycholożka i psychoterapeutka ericksonowska, felietonistka magazynu psychologicznego SENS, autorka książek (miedzy innymi „Przebodźcowani. Szukając siebie w świecie nadmiaru” i najnowszej, „Lawendowe lata. Odkryj w sobie moc dojrzałości”).

Kobiety, które kochają za bardzo

Ja go na pewno zmienię

Niektóre kobiety idealizują partnerów i zakochują się w ich wyobrażeniu. Wkładają też dużo energii, by urealnić ten wyidealizowany obraz.

Izabela O'Sullivan

Ewa chciała pójść na studia podyplomowe z zarządzania. Pracuje w sekretariacie w miejskiej spółce, czuje, że stać ją na więcej. Gdy powiedziała o tym pomysłu mężowi, zaczął ją zniechęcać do podjęcia nauki. Nie chciał, by jako rodzina tracili wspólne weekendy. – Poczułam, że po raz kolejny moje osobiste plany nie mają znaczenia. Ważny jest on i jego ambicje, potem rodzina i nasze bycie razem, na szarym końcu ja z moimi potrzebami – mówi Ewa.

Wyszła za Łukasza dlatego, że był odpowiedzialnym, poukładanym facetem. Gdy się poznali, była na piątym roku studiów, on już pracował i miał własne mieszkanie. Potrafił dać jej coś, czego nie zaznała w dzieciństwie: stabilizację i spokój. Nie pałała do niego wtedy gorącym uczuciem, ale wierzyła, że przyjdzie z czasem. I przyszło. – Gdy się pobieraliśmy dwa lata później, wiedziałam, że go kocham i że to człowiek, z którym chcę spędzić resztę życia – twierdzi.

Urodziła dwoje dzieci, przez siedem lat zajmowała się domem. Trudno było wrócić na rynek pracy, ale znalazła stanowisko w miejskiej spółce. Łukasz rozwijał się jako bankowiec, jeździł po Polsce i po świecie, a do niej zaczęło wracać znajome poczucie bycia gorszą. Tak miała w dzieciństwie. Pijący ojciec, wstydząca się go matka, ona i brat udający, że znormalniały im klótnie rodziców. Obiecała sobie, że swoim dzieciom nigdy nie zafunduje takiego życia.

Długo nie zauważała, że to postanowienie kosztuje ją wiele kompromisów. Kiedy Łukasz chciał jechać na wakacje do Egiptu, a ona wołała Cypr, potrafił ją szybko i skutecznie przekonać. Ustępowała, tłumacząc sobie, że przecież tam, gdzie chce ona, mogą lecieć w przyszłym roku. Ale na kolejny urlop Łukasz też miał już plan i Ewa znów ulegała. Podobnie było z małymi rzeczami, takimi jak decyzja, co będzie na obiad, jaką wybiórą restaurację, czy zaproszą znajomych na weekend. – Ostatnie zdanie zawsze należało do męża. Kiedy mu ulegałam, miałam dwa główne wytłumaczenia: „to drobnostki, nie warto się o takie rzeczy kłócić” albo „przecież to on za to płaci”. Z tyłu głowy pojawiała się wdzięczność, że ja i nasze dzieci mamy dobry dom, że stworzyliśmy życie, którego w młodym wieku nie znalazł. To chyba zawsze brało górę – wyznaje.

Mniej więcej dwa lata temu coś się zmieniło. Kiedy córka poszła do szkoły, syn do przedszkola, a Ewa – z powrotem do pracy, zaczęła chcieć również rzeczy dla siebie. Koleżanka namawiała ją na zajęcia tańca latino. Odbywały się o godz. 18, Łukasz zwykle do tej pory był już po pracy, poprosiła, by co środę w tych godzinach zajmował się dziećmi. Mimo że się zgodził, potem ciągle się spóźniał. Z czterech zajęć w miesiącu Ewa dotarła na jedno. Za każdym razem kończyło się awanturą, ale czuła się na przegranej pozycji.

Czy można przeżyć wiele lat w związku opartym przede wszystkim na poczuciu bezpieczeństwa i wdzięczności? Według Iwony Michalak-Jędrzejczak, psycholożki i psychoterapeutki, taki związek może być trwały, bo zaspokaja podstawową potrzebę człowieka, jaką jest potrzeba bezpieczeństwa. – Jednak rezygnując z siebie, narażamy się na swoistego rodzaju „zdradę siebie”, na opuszczenie siebie, co z kolei może przyczynić się do poczucia zagubienia, dezorientowania w definiowaniu, kim jestem, czego pragnę, co jest dla mnie ważne. Osłabiamy swoje „ja”. Potrzeby, które nie są permanentnie wyrażane, nie znikają, nie są ulotne, mogą powodować rozdrażnienie, smutek, żal. Potrzeby bezpieczeństwa i autonomii się nie wykluczają. Związek, w którym obie są realizowane, daje poczucie życia w zgodzie ze swoim „ja” – wyjaśnia ekspertka.

U Ewy czarną goryczy przelała kwestia studiów. Chciała pójść do przodu ze swoim życiem zawodowym, a mąż to skrytykował. – Wcześniej próbowałam uznawać jego argumenty, w przypadku podyplomówki mam po prostu żal. Łukasz się rozwija, dostaje awanse, ja utknęłam jako sekretarka. Każda rozmowa na ten temat kończyła się kłótnią, więc w końcu odpuściłam – opowia-

Kiedy jesteśmy razem, dobrze się ze sobą czujemy, śmiejemy się, to mózg się dotlenia. Relacje są dla nas bardzo ważne

da. Zaczęła mieć myśli, czy rzeczywiście jest spełniona w swoim związku. Czy dom bez alkoholu to jedyny wyznacznik szczęścia. – Dochodzę do wniosku, że chyba jednak nie. Widzę coraz lepiej, jak po kawalku oddaję mu przestrzeń, i nie czuję się w naszej relacji ważna. Ale nadal jestem mu wdzięczna za to, co dzięki niemu mamy i za to, co możemy dać naszym dzieciom – mówi.

Nie tylko miłość

Czy Ewa to kobieta, która kocha za bardzo? To pojęcie stało się popularne dzięki poradnikowi pod takim tytułem, który ukazał się w polskim tłumaczeniu już w latach 90. Zdaniem autorki Robin Norwood jeśli kobieta np. zajmuje się głównie problemami albo uczuciami partnera, rozgrzesza go ze złych humorów czy wybuchów złości, liczy na to, że ukochany się zmieni, gdy będzie wystarczająco dobra i czuła, pozwala źle się traktować – kocha za bardzo. Norwood porównuje to zjawisko do uzależnienia i twierdzi, że proces wychodzenia z takiej relacji przypomina zdrowienie z nałogu. Kim są kobiety, które kochają za bardzo? Iwona Michalak-Jędrzejczak: – To nie kobiety, które kochają mocniej, głę-

biej czy intensywniej. Określenie to odnosi się do wzorca relacji, jakie tworzą, do schematów, które determinują sposób traktowania siebie i partnera. Kobiety „kochające za bardzo” uzależniają poczucie własnej wartości i samoocenę od tego, czy czują się potrzebne, czy są kochane przez partnera. Mogą doświadczać dużego lęku przed odrzuceniem. Mają dużą tolerancję na raniące zachowania, takie jak zdrada, lekceważenie, przemoc psychiczna. Bycie samą wiąże się dla nich z silnym lękiem, poczuciem bycia niewystarczającą – tłumaczy specjalistka.

Luka

Ania jest mężatką, ma dwoje dzieci, ale jakiś czas temu się zakochała. Mężczyzna mieszkał w innym mieście, widzieli się tylko raz, potem tylko do siebie pisali. Podporządkowała temu swoją codzienność.

Poznali się na szkoleniu dla marketngowców. Ona z północnej Polski, on z Dolnego Śląska. Zagadnął Anię podczas lunchu, a potem się przesiadł. Wieczorem zaproponował piwo, bo zostawał na noc, ale ona spieszyła się do domu. Wymienili numery, odezwał się już kwadrans po tym, jak wsiadła do pociągu. Dość szybko ustalili swoje statusy cywilne: ona mężatka z synem i córką, on żonaty z trzema córkami.

Zaczęli sobie przysyłać wiadomości na „dzień dobry” i „dobranoc”. Z czasem zaczęły się wkradać emotikony z serduszkami, któregoś dnia napisał, że ją kocha. – To było kilka tygodni po naszym poznaniu. Pomyślałam, że to absurdalne, a jednocześnie ogarnęło mnie miłe, ciepłe uczucie. Z mężem od lat żyłam w stagnacji. Nie wchodziłam sobie w drogę, każde prowadziło swoje życie, dzieliliśmy jedynie mieszkanie i opiekę nad dziećmi – opowiada.

Tomek odzywał się zawsze po pracy, czyli po 16.30. W poniedziałki, środy i piątki Ania zawozi w tych porach dzieci na zajęcia, więc zaczęła manewrować tak, by dostarczyć je na miejsce szybciej i od wpół do piątej być wolna. Dlaczego nie powiedziała Tomkowi, że może rozmawiać dopiero od 17? – Bo jemu droga do domu zajmowała godzinę, więc wtedy zostałaby nam połowa czasu. Nie chciałam go tracić – wyjaśnia.

Zdaniem Iwony Michalak-Jędrzejczak, jeśli w wyniku doświadczania silnego zakochania dochodzi do zaniedbań, to nie chodzi tylko o siłę uczucia. – Zakochanie wpływa na naszą biologię, aktywuje się wydzielanie noradrenaliny, dopaminy i oksytocyny, które odpowiedzialne są za pobudzenie, nagrodę czy przywiązanie. Jednocześnie te części mózgu, które są odpowiedzialne za racjonalność, zmniejszają swoją aktywność. Stąd często obserwujemy idealizację, nie dostrzeganie czerwonych flag, koncentrację głównie na relacji – wyjaśnia ekspertka i dodaje, że te mechanizmy są normalne i działają u większości z nas. – Kobiety idealizują partnerów i zakochują się w ich wyobrażeniu, wkładają dużo energii, by na nich wpływać, próbują urealnić wyidealizowa-



ny obraz. Bardzo ważnym mechanizmem, wpływającym na takie, a nie inne zachowania przy zakochaniu, jest lękowy styl przywiązania, który determinuje wiele zachowań. Odpowiada np. za potrzebę ciągłego kontaktu czy intensywny lęk przed odrzuceniem, a to wpływa na zachowania, które mogą prowadzić do zaniedbań wcześniejszego życia – pracy, relacji. Bardzo ważny jest mechanizm, w którym kobiety szukają zaspokojenia potrzeb niezaspokojonych w dzieciństwie, poczucia bycia najważniejszymi. Relacja pełni funkcję uzdrowienia ran pochodzących z wcześniejszego okresu życia. Staje się to tak ważne, że porzucają innych, a przede wszystkim siebie. Brak proporcji jest niebezpieczny, „kochanie za bardzo” jest przykładem braku równowagi – podkreśla psychoterapeutka.

Tomek dzwonił zazwyczaj punktualnie i gadali z Anią o wszystkim. Żadne z nich nie miało w planach porzucić swojej rodziny, oboje zwinnie omijali ten temat, a jednocześnie dalej brnęli w tę relację. – Myślałam o nim non stop. W duchu besztalam się za to szczenięce nastawienie, ale to było ode mnie silniejsze – wyznaje Ania.

Romans trwał pięć miesięcy. Kontakt się urwał, gdy Tomek wyjechał z rodziną

na wakacje. Po powrocie nadal się nie odzywał, a kiedy ona wysłała wiadomość, nie odpowiedział. – Bolało bardzo, bez przerwy o nim myślałam i sprawdzałam telefon. Romanse zawsze kończą się cierpieniem – ktoś kiedyś tak powiedział. To prawda. Dzisiaj, po ponad dziewięciu miesiącach braku kontaktu, jest lepiej. Czasami zastanawiam się, co u niego, czemu tak nagle się skończyło. Ale wiem, że lepiej dla mnie, jeśli to odpuszczę. Tak, nadal jestem z moim mężem. Wciąż żyjemy jak współlokatorzy – mówi Ania.

Teoria vs. praktyka

Patrycja od czterech lat jest w związku z narcyzem. Wie, z kim ma do czynienia, przeczytała na ten temat kilka książek i wiele artykułów w gazetach. Trafnie nazywa schematy zachowań, ale mimo wiedzy z praktyką idzie gorzej. Ciągłe brakuje jej sił, żeby zostawić Rafała. – Kiedy się poznał, byłam dla niego najmądrzejsza i najpiękniejsza. Obsypywał mnie komplementami, kupował prezenty, zabierał w fajne miejsca, całował, przytulał – wylicza. – Potwarzał, że jesteśmy sobie pisani, że zakochał się we mnie od pierwszego wejrzenia. Wpadłam w to szybko – przyznaje. Z czasem

zaczęła zauważać, że Rafał nie lubi, gdy jego dziewczyna poświęca uwagę komuś poza nim. Gdy chciała wyjść z koleżankami, niby żartował, że będzie mu smutno, potem coraz bardziej otwarcie wyrażał swój sprzeciw. Krytykował wszystkich, z którymi łączyły ją jakieś więzi: koleżanki głupie, rodzice chcą sterować jej życiem, siostra zazdrości. Najpierw poluzowała z nimi kontakty, później się odcieła.

Zachwyty i uniesienia, których tak dużo było na początku, stopniowo zaczęły tracić na wartości, bo po nich zawsze następował kryzys. Ciągłe czekała na nowy wybuch Rafała, na moment, w którym z ukochanej stanie się głupią histeryczką. Lubił tak o niej mówić, gdy w trakcie kłótni płakała. Twierdził, że wszystko wyolbrzymia i gra na jego uczuciach. Po jednej z imprez u jego znajomych wytknęła mu, że brzydko się do niej odzywał w towarzystwie. Roześmiał się na głos i zarzucił, że robi aferę z niczego. Często też karał ją ciszą albo nie dotrzymywał dane-go słowa, a potem twierdził, że na nic się nie umawiali. – Czułam, że wszystko, co nie tak w naszym związku, to moja wina. Wierzyłam w każde jego słowo. Teraz już wiem, że to się nazywa gaslighting – wyjaśnia.

W miarę, jak poznawała teorię, zaczęła rozważać rozstanie. Trafnie diagnozowała zachowania Rafała, ale kiedy po kłótni znów zalewał ją falą uczuć, za każdym razem na nowo dawała się złapać. Ostatnio pomyślała, że trudno jej będzie wyrwać się z tej spirali. A jeśli nawet się uda, to zajmie jej to jeszcze dużo czasu, bo przecież nie ma gdzie pójść. Zaczęła odbudowywać zerwane relacje z rodziną i przyjaciółkami, ale robi to za plecami Rafała, więc ma nieduże pole manewru. Przeliczyła się też, myśląc, że wszyscy przyjmą ją z otwartymi ramionami. Spotkała się raczej z rezerwą. – Być może mają do mnie dystans, bo nie wierzą, że zostawię Rafała? Czy gdybym odeszła, dostałabym od nich wsparcie? – zastanawia się.

Jak podkreśla Iwona Michalak-Jędrzejczak, pozostawanie w krzywdzącym związku zwykle nie wynika z braku inteligencji czy świadomości problemu. – Powodem mogą być zakorzenione mechanizmy przywiązania, lęku przed stratą, wcześniejszych doświadczeń, nadziei i pogłębiającego się obniżonego poczucia własnej wartości. Już samo zdanie sobie sprawy, że relacja jest toksyczna, jest ważnym krokiem, a on jest podstawą do zmiany, ale jeszcze niewystarczającym. Zmiana musi nastąpić w obszarze schematu deprecjonowania siebie i swoich potrzeb, bycia ratowniczką – zaznacza ekspertka.

Wzorzec

Kiedy Julita szła do ołtarza, była pewna, że to miłość na zawsze. Dzisiaj szczególnie często przywołuje to uczucie, bo dwa miesiące temu odkryła, że jej mąż ma kochankę. – Paweł popołudniami prowadzi zajęcia z akrobatyki. Przywykłam, że wraca do domu wieczorem, o różnych porach, nie pannałam nigdy nad jego grafikiem. Może nie byłam wystarczająco czujna – stwier-

dza. Zorientowała się, że coś jest nie tak nie dlatego, że zaczął wracać później, ale dlatego, że stał się nieobecny myślami. Mówiła coś do męża, a on jakby tego nie słyszał. Pytał o rzeczy, o których rozmawiali wcześniej. Umawiali się na coś, on potem zapominał. Niechętnie też dzielił się opowieściami z pracy, a dawniej lubili sobie streszczać, jak wyglądał ich dzień. Nowa woda toaletowa, noszenie telefonu zawsze przy sobie, ciągle podenerwowanie – Julita przyznaje, że widziała te wszystkie sygnały, ale ignorowała je celowo.

Zdaniem Iwony Michalak-Jędrzejczak powodów ignorowania czerwonych flag może być kilka. – Jednym z nich jest nadzieja, że to, co „ostrzegawcze”, zniknie, że ja go zmienię, że przy mnie będzie lepiej. Kolejny to strach przed zmianą. Po zostanie w „bylejakości” może dla niektórych być lepsze niż pozostanie samej. Dla części z nas bycie samej jest równoznaczne z brakiem tlenu, a co za tym idzie – życia. Część z nas warunkuje bycie od bycia z kimś, niezależnie od kosztów, jakie ponosi. Niska samoocena również nie jest dobrym doradcą. Zaprasza do unieważniania własnych odczuć, do myślenia typu „może przesadzam, inni mają gorzej”. Miłość też przyczynia się do interpretowania sygnałów ostrzegawczych w bardziej optymistyczny sposób – twierdzi psychoterapeutka.

Któregoś dnia Paweł nie wylogował się na laptopie z Facebooka i Julita przeczytała wiadomości na Messengerze. Było tylko kilka, więc musiał regularnie kasować wcześniejsze wątki, ale treść nie pozostawiała wątpliwości. Ona pytała, kiedy będzie, on odpowiedział, że wpadnie po 18, bo ktoś odwołał zajęcia. Julita przescrollowała potem jego profil i zobaczyła, że ta kobieta lajkowała wszystkie jego posty.

Gdy tego wieczoru Paweł wrócił po 20 do domu, spytała, jak zajęcia. Zamknął temat jednym zdaniem: że miał młyn. Wtedy już była pewna, ale nie powiedziała ani słowa. – Nie umiałam się zdobyć na rozmowę. W kolejnych dniach obserwowałam, jak szykuje się do wyjścia z domu, jak starannie wybiera ciuchy. Nagle zaczęłam widzieć mnóstwo dowodów. Gdy rzucałam komentarz typu: „Ale na siebie wylałeś perfum”, jego w ogóle to nie ruszało – opowiada Julita. Przestała o cokolwiek pytać, ochłodziła relacje, zniknęła między nimi fizyczna bliskość. Miała nadzieję, że mąż w końcu się ocknie i wszystko wróci do normy, na razie jednak się na to nie zapowiada. Co dalej Julita zamierza zrobić? – Nie mam pojęcia. Chyba będę czekać. Nie mam sił na to, żeby go skonfrontować, bo boję się, że odejdzie. Nie wyobrażam sobie, że przestaniemy być rodziną. Mamy ośmioletniego syna, a Paweł jest świetnym tatą. Każda miłosna fascynacja kiedyś przecież się kończy. Myślę, że się pogubił, i jestem pewna, że mnie kocha. Oczywiście, że trudno mi z myślą, że ma inną kobietę. Ale jaki mam wybór? Nie dam mu ultimatum. Zaciskam zęby – tak samo, jak robiła to wiele razy moja matka. W tym roku mają z ojcem 50. rocznicę ślubu – mówi Julita. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

34444684

W sprzedaży!



TEMAT NUMERU:

ROZMOWY, KTÓRE RATUJĄ ZWIĄZKI

oraz:

- Pułapki terapii
- Czy można być szczęśliwym bez seksu
- Niewygodne pytania w związkach



Więcej o psychologii
czytaj na
wysokieobcasy.pl/zyclepiej

Wywiad z psycholożką

Syndrom odroczonego szczęścia

Po co ja mam się na zapas martwić? Przecież jak się tak będę martwić, a nic złego się nie stanie, to mi się to zmartwienie zmarnuje.

ROZMOWA Z
ELŻBIETĄ GRABARCZYK-PONIMAS

psycholożka, mediatorką i terapeutką

EWA RĄBEK: Ostatnio w zatłoczonym, dusznym autobusie stojącym w korkach, między umęczonymi i sfrustrowanymi pasażerami, zauważyłam kobietę. Miała około 50 lat, uśmiechała się do innych i do swoich myśli. W pierwszym momencie pomyślałam: coś z nią nie tak. Chyba nie tylko ja łapię się na takiej podejrzliwości?

ELŻBIETA GRABARCZYK-PONIMASZ*: To prawda, a wynika to z kultury, w której narzekanie jest społecznie bezpieczne, a zadowolenie bywa odbierane z rezerwą. Jeśli ktoś mówi: „Jest mi ciężko”, zwykle spotyka się ze zrozumieniem. Jeśli mówi: „Jestem szczęśliwy”, niektórzy zaczynają szukać haczyka. Działa tu także mechanizm psychologiczny związany z porównywaniem się do innych. Kiedy sami przeżywamy trudny okres, widok osoby zadowolonej może być niewygodny. Łatwiej wtedy pomyśleć: „Na pewno udaje” albo „Nie zna prawdziwego życia”, niż dopuścić do możliwości, że ktoś rzeczywiście dobrze się czuje.

Często się pani z tym spotyka w pracy?

Tak. Prowadziłam kiedyś terapię kobiety w trakcie trudnego rozwoju. Kilka lat później weszła w nowy, spokojny i satysfakcjonujący związek. Kiedy opowiadała znajomym, że jest jej dobrze, słyszała: „Poczekaj, jeszcze pokaże prawdziwą twarz” albo „Niemożliwe, żeby było aż tak dobrze”. Z czasem zaczęła zauważać, że ludzie z jej otoczenia znacznie chętniej słuchali o jej problemach niż o jej szczęściu. To pokazuje, jak trudno nam czasem uwierzyć, że komuś naprawdę może się układać. Szczęście innych bywa dla nas mniej wiarygodne niż ich cierpienie.

Dzieje się tak dlatego, że trudniej być szczęśliwym, niż nieszczęśliwym?

Nie powiedziałabym tego. Powiedziała bym raczej, że nasz mózg jest bardziej wyczulony na zagrożenia niż na szczęście.

Dlaczego?

Z punktu widzenia ewolucji większe znaczenie miało zauważenie tygrysa w krzakach niż zachwycenie się zachodem słońca. Dlatego znacznie łatwiej dostrzegamy problemy, straty i ryzyko niż to, co działa dobrze. W gabinecie i w poradni często spotykam osoby, które obiektywnie mają wiele powodów do zadowolenia: satysfakcjonującą pracę, bliskie relacje, stabilność finansową. Mimo to ich uwaga niemal automatycznie koncentruje

się na tym, czego jeszcze nie mają albo na tym, co może się nie udać. Zdarza się na przykład, że ktoś przez kilka lat walczy o awans, a gdy go dostaje, przez dwa dni się cieszy, po czym zaczyna martwić się już nowymi obowiązkami. Jednocześnie spotykałam ludzi, którzy mierzyli się z ciężką chorobą, niepełnosprawnością czy stratą bliskiej osoby, a mimo to potrafili doświadczać autentycznego zadowolenia z życia. Bo szczęście nie polega na braku problemów. Bardziej przypomina umiejętność kierowania uwagi również na to, co dobre, wartościowe i warte przeżywania.

Czy można stwierdzić, że jeśli ktoś uważa siebie za osobę szczęśliwą, to w rzeczywistości jest mało refleksyjny?

Nie ma żadnych dowodów na to, że pesymizm jest bardziej dojrzały od optymizmu. W rzeczywistości osoby psychicznie dojrzałe zwykle widzą zarówno problemy, jak i zasoby. Nie idealizują świata, ale też nie zakładają automatycznie najgorszego. To jeden z najbardziej rozpowszechnionych mitów dotyczących szczęścia. Zakłada on, że im człowiek bardziej inteligentny i refleksyjny, tym bardziej powinien dostrzegać cierpienie świata, a więc tym mniej być szczęśliwy. To taki trochę romantyczny stereotyp z książek i filmów.

Przecież refleksyjność sama w sobie nie prowadzi ani do szczęścia, ani do nieszczęścia.

Dokładnie tak. Wszystko zależy od tego, do czego tej refleksji używamy. Można godzinami analizować własne błędy, porażki i zagrożenia, wpadając w błędne koło zamartwiania się. Można też zastanawiać się nad własnym życiem w sposób, który prowadzi do lepszego rozumienia siebie, swoich potrzeb i wartości.

Trzeba rozróżniać zdrową refleksję od niekończącego się rozpamiętywania?

W książce „Dlaczego mnie to spotyka” dużo miejsca poświęcam tej różnicy. Bo to nie jest to samo. Zdrowa refleksja pomaga znaleźć rozwiązanie lub nadać doświadczeniu sens. Rozpamiętywanie często prowadzi jedynie do powtarzania w kółko tych samych myśli. Z moich doświadczeń wynika, że osoby naprawdę refleksyjne bardzo często potrafią cieszyć się życiem. Widzą jego trudne strony, ale nie ograniczają się wyłącznie do nich.

Rozumieją, że cierpienie jest częścią ludzkiego doświadczenia, ale nie jedyną jego częścią?

Oczywiście. Zdarza się, że rodzice przez lata żyją przekonaniem: „Będę spokojna, kiedy dzieci dorosną”. Potem dzieci dorastają, wyprowadzają się, zakładają własne rodziny, a rodzic nadal znajduje powody do zamartwiania się. Tymczasem spotykam też osoby, które potrafią powiedzieć: „Moje dzieci mają swoje życie. Nie uchronię ich przed każdym błędem. Zrobiłam, co mogłam, teraz zostaje mi ufać im”. Taka postawa nie wynika z braku refleksji, ale właśnie



FOT. WESTEND61/GETTY IMAGES

z dojrzałości i akceptacji ograniczeń własnej kontroli.

Chodzi o tzw. syndrom odroczonego szczęścia?

Tak. Ten sposób myślenia polega na przekonaniu, że będę szczęśliwa/szczęśliwy dopiero wtedy, gdy spełni się jakiś warunek. Na przykład: kiedy schudnę dziesięć kilogramów, kiedy

Osoby psychicznie dojrzałe nie idealizują świata, ale też nie zakładają automatycznie najgorszego

znajdę partnera, kiedy dzieci dorosną, kiedy spłacę kredyt, kiedy w końcu przejdę na emeryturę. Problem polega na tym, że po osiągnięciu jednego celu bardzo często pojawia się kolejny. Pamiętam pacjenta, który przez ponad dekadę marzył o stanowisku kierowniczym. Kiedy je otrzymał, przez chwilę był zadowolony, po czym natychmiast zaczął martwić się, że powinien jeszcze więcej zarabiać i awansować wyżej. Meta została osiągnięta, ale szczęście – ponownie przesunięte w nieokreśloną przyszłość.

Bo już spowszedniało.

W psychologii to zjawisko jest nazywane adaptacją hedonistyczną. Polega na tym, że człowiek przyzwyczaja się do dobrych rzeczy szybciej, niż mu się wydaje. Wymarzony awans, nowy samochód czy większe mieszkanie dają wzrost zadowolenia, ale zwykle tylko na jakiś czas. Po kilku miesiącach zaczynamy traktować je jak coś oczywistego i szukamy kolejnego celu, który ma nas uszczęśliwić.

Stawiamy sobie za dużo celów?

Warto mieć cele. Problem zaczyna się wtedy, gdy całe życie odkładamy na później, powtarzając sobie: „Jesz-

cze nie teraz. Będę szczęśliwy dopiero wtedy, gdy...”

To co zrobić, żeby móc cieszyć tym, co jest tu i teraz?

Przede wszystkim przestać traktować szczęście jak nagrodę, którą otrzymamy dopiero po wykonaniu wszystkich życiowych zadań. Bo te zadania nigdy się nie kończą. Zawsze będzie jeszcze jakiś kredyt do spłacenia, kolejny awans do zdobycia, remont do zrobienia czy problem do rozwiązania. Często zachęcam pacjentów do prostego ćwiczenia. Proszę, żeby odpowiedzieli sobie na pytanie: „Gdybym pięć lat temu zobaczył swoje dzisiejsze życie, z czego byłbym dumny i zadowolony?”. Nagle okazuje się, że wiele rzeczy, o które kiedyś walczyliśmy, już mamy. Problem w tym, że zdążyliśmy się do nich przyzwyczaić.

Czyli nie musimy rezygnować z ambicji i marzeń, ale powinniśmy nauczyć się przeżywania drogi, a nie wyłącznie patrzenia na metę?

Tak. Można planować przyszłość i jednocześnie dostrzegać, że dziś też dzieją się rzeczy warte uwagi. Rozmowa z bliską osobą, spacer z psem, wieczór z książką, zdrowie lepsze niż rok temu, śmiech dziecka w kuchni. To brzmi banalnie, ale badania nad dobrostanem od lat pokazują, że szczęście częściej buduje się z takich codziennych doświadczeń niż z wielkich życiowych triumfów.

A jakie zmartwienia najczęściej przeszkadzają nam odczuwać szczęście?

To ciekawe, ale kiedy przyjrzeć się temu bliżej, większość krąży wokół kilku powtarzających się tematów. Są to przede wszystkim zdrowie, relacje, bezpieczeństwo finansowe oraz lęk o przyszłość własną lub bliskich. Rodzice martwią się dziećmi. Dzieci martwią się starzejącymi się rodzicami. Osoby samotne obawiają się, że już nikogo nie spotkają. Osoby będące w związkach boją się, że relację stracą. Ktoś martwi się, że zachoruje, a ktoś inny, że nie poradzi sobie finansowo za kilka lat. Bardzo często martwią się tym, jak zostaną odebrani przez innych, jak zostaną ocenieni. I to nawet bardziej niż własnym szczęściem.

Czyli w szczęściu nie przeszkadzają nam cierpienia, ale same wyobrażenia na ich temat?

Zgadza się. Wielu ludzi przeżywa w głowie dziesiątki katastrof, które nigdy się nie wydarzą. W książce „Dlaczego mnie to spotyka” przywołuuję słowa przypisywane Winstonowi Churchillowi: „Miałem w życiu wiele zmartwień, z których większość nigdy się nie wydarzyła”. To zdanie dobrze oddaje naturę ludzkiego niepokoju. Oczywiście nie oznacza to, że nasze lęki są nieracjonalne czy nieistotne. Są naturalną częścią życia. Problem pojawia się wtedy, gdy zaczynają zajmować więcej miejsca niż samo życie.

W pani książce pojawia się też pani J.

Tak, była jedną z inspiracji do napisania tej książki. Pani J. miała wiele cho-

rób i trafiła na rehabilitację po kolejnych problemach zdrowotnych. Gdy ją poznałam, spodziewałam się, że będzie przygnębiona albo załamana. Tymczasem była pogodna, aktywna, lubiana przez personel i innych pacjentów. Kiedy zapytałam ją, jak udaje jej się zachować tyle spokoju mimo niepewnych rokowań, odpowiedziała: „Po co ja mam się na zapas martwić? Przecież jak się tak będę martwić, a nic złego się nie stanie, to mi się to zmartwienie zmarnuje”.

Niespotykane, ale i bardzo racjonalne podejście do problemów...

Tak, to jej zdanie bardzo mnie poruszyło, bo zawiera ogromną życiową mądrość. Większość ludzi martwi się nie tym, co się dzieje, ale tym, co mogłoby się wydarzyć. Tworzymy w głowie czarne scenariusze, przeżywamy je emocjonalnie, a potem okazuje się, że większość z nich nigdy się nie spełnia. W efekcie cierpiemy dwa razy: najpierw w wyobraźni, a potem czasem jeszcze w rzeczywistości. Ta pani nie wypierała trudności. Doskonale wiedziała, że jest chora i że nie wszystko zależy od niej. Nie udawała też, że wszystko będzie dobrze. Po prostu nie chciała dokładać sobie dodatkowego cierpienia poprzez nieustanne zamartwianie się. Dziś powiedzielibyśmy, że miała niezwykle zdrowe podejście do tego, na co ma wpływ, a na co wpływu nie ma.

Czy po tylu latach pracy coś panią jeszcze zaskakuje?

Nieustannie. I najczęściej nie są to wielkie sukcesy, ale bardzo małe rzeczy, które dla konkretnej osoby mają ogromne znaczenie. Pamiętam kobietę po długim okresie depresji, która przyszła na spotkanie wyraźnie poruszona i powiedziała: „Dzisiaj rano pierwszy raz od wielu miesięcy chciało mi się otworzyć okno”. Dla osoby z zewnątrz brzmi to niepozornie. Dla niej było to wydarzenie niemal przełomowe. Oznaczało powrót ciekawości świata, energii i nadziei. Pamiętam też ojca, który za największy sukces ostatnich miesięcy uznał fakt, że jego nastoletnia córka po okresie konfliktów usiadła obok niego na kanapie i sama zaczęła opowiadać o swoim dniu. Nie dostał podwyżki, nie wygrał na loterii, nie kupił nowego samochodu. Po prostu odzyskał kawałek relacji z własnym dzieckiem. To właśnie takie sytuacje przypominają mi, że szczęście jest bardzo osobiste. Rzadko wynika z tego, co imponuje innym ludziom. Znacznie częściej rodzi się tam, gdzie odzyskujemy kontakt z tym, co naprawdę jest dla nas ważne. ●

Rozmawiała Ewa Rąbek

Elżbieta Grabarczyk-Ponimas

● Psycholożka, mediatorka i terapeutka, specjalizuje się w terapii uzależnień. Autorka książek: „Jak budować pewność siebie” oraz „Dlaczego mnie to spotyka”.

wyborcza

wyborcza.pl

TV

24-30

LIPCA
2026

VOD: Netflix | Disney+ | HBO Max | Prime Video
CANAL+ | SkyShowtime | Player | Apple TV+

„ELLE”.
NIE OCENIAJ LUDZI
PO KOLORZE WŁOSÓW
S. 3

„AGENCJA”.
CIA JEST JAK
GNIAZDO ŻMIJ
S. 4-5

NOMINACJE
DO EMMY 2026.
OTO NAJLEPSZE
SERIALE ROKU

S. 5

WDOWIA ZATOKA

Oglądanie tego serialu to czysta radość s. 2-3



Nad Wdowią Zatokę nadciąga tajemnicza mgła, a stare morskie przesady odżywają

FOT. APPLE TV+

KLATWA

Wdowiej Zatoki

Oglądanie tego serialu to czysta radość.

Jak tchórzliwy burmistrz poradzi sobie z zabobonami?

Burmistrz Wdowiej Zatoki, małej wyspy w Nowej Anglii, nie ma łatwego życia.

Po pierwsze, w wyborach zwyciężył, bo nie było innego kandydata. A to nieco osłabia jego autorytet.

Po drugie, nie urodził się we Wdowiej Zatoce, dlatego mieszkańcy traktują go jak irytującego obcego, który wciąż mówi im, że muszą się zmienić.

Po trzecie, zespół urzędników to przypadkowi wyspiarze.

Specjalistka od promocji, Rosemary, spędza znaczną część dnia na przerwie papierosowej, a potem dramatycznie rzęzi wszystkim w twarz, asystentka Patricia jest zła jak osa, bo się starzeje, sędziwa sekretarka Ruth, nim przekaze, kto dzwonił do biura burmistrza, zdąży już zapomnieć, w jakiej sprawie.

No i jest jeszcze czwarty powód, najważniejszy. Nad Wdowią Zatokę nadcią-

ga tajemnicza mgła. Stare morskie przesady odżywają, mieszkańcy spodziewają się w najlepszym razie śmierci, w najgorszym – najazdu piekielnych mocy.

Trudno w takich warunkach dbać o promocję miasta, ale burmistrz Tom Loftis nie zamierza się poddać. Choćby siły ciemności wyciągnęły po niego łapy, on sprowadzi do Wdowiej Zatoki turystów. Tylko czy po drodze sam nie zacznie wierzyć w zabobony?

Serial „Wdowia Zatoła”, czarujący komediowy horror, wymyśliła Katie Dippold,

scenarzystka kultowego „Parks and Recreation”. Jest tu odrobina „Miasteczka Twin Peaks” (zwłaszcza w promocyjnych nagraniach reklamujących wyspę), jest nieco obyczajowej warstwy „Gdzie diabeł mówi dobranoc”, jest wreszcie całkiem sporo z „Mgły” Johna Carpentera, który wyspiarzom kazal się bać szkieletowej załogi.

Ogląda się to świetnie, bo całość, jak na brzeża Wdowiej Zatoki oceanem, polana jest bardzo czarnym humorem. Nawet kiedy robi się strasznie.

Jak zasłużyć na szacunek?

Wdowia Zatoła to miasteczko, które swoją makabryczną historię wywodzi jeszcze z czasów pierwszych osadników. Jest w pierwszym odcinku świetna scena, w której Loftis oprowadza po wyspie ściągniętego przez siebie z trudem reportera „New York Timesa”. Śmierć w falach oceanu, palenie czarownic, kanibalizm kolonialistów

WDOWIA ZATOKA

komediadramat, USA 2026, tw. Katie Dippold, wyk. Matthew Rhys, Stephen Root, Kate O’Flynn, Kevin Carroll, Dale Dickey, Kingston Rumi Southwick

10 odc., Apple TV+

uwięzionych w kościele – robi wszystko, by dziennikarz nie zwracał na to uwagi.

Sam stara się też ignorować ostrzeżenia mieszkańców i współpracowników.

Loftis chce zasłużyć na szacunek wyspiarzy. W drugim odcinku zgadza się spędzić noc w nawiedzonym hotelu, w szczególności lubianym przez zjawy apartamentu kapitańskim. A w trzecim, mimo zadrapania (po skórze szponami przejechała mu osobliwa starsza kobieta, którą spotkał nocą na pustej drodze), postanawia jednak wziąć udział w letniej inauguracji oceanu.

Co roku burmistrz miasteczka wchodzi do wody jako pierwszy, by pokazać mieszkańcom, że pływanie jest bezpieczne. Czy faktycznie jest? Cóż, to dyskusyjne. Ale Loftis nawet podtopiony i przerażony, będzie na użytek zebranych na plaży turystów uśmiechał się, jednocześnie szczękając ze strachu zębami.

Rewelacyjny Matthew Rhys

„Wdowia Zatoka” może być czarnym koniem tegorocznych seriali. Dialogi są zabawne, humor sytuacyjny uderza w niespodziewanych momentach, w dodatku scenariusz umiejętnie łączy opowieść o małej społeczności z horrorem.

Mieszkańcy Wdowiej Zatoki skaczą sobie do gardeł w czasie spokoju, jednoczą się, kiedy ich światu zagraża niebezpieczeństwo. Twórcy serialu powoli odkrywają też karty w życiu osobistym Loftisa.

Skąd w nim jednak taka niechęć do zabobonów? Dlaczego w ogóle mieszka na wyspie, skoro tak bardzo go wnerwia powolne tempo życia? Czy dlatego, że na świat przyszedł na niej jego nastoletni syn? Pytań jest sporo.

Loftisa gra świetny jak zwykle, nominowany do czterech Złotych Globów Walijszyk Matthew Rhys. Niedawno wspaniale wcielił się w psychopatę w serialu „Bestia we mnie”, był też detektywem z depresją w nowej ekranizacji prozy Agathy Christie „Godzina zero”.

Oglądanie go jako wrzeszczącego cienia ze strachu Loftisa daje wiele frajdy. Partnerują mu m.in. aktorka mocno charakterystyczna i specjalistka od ról przepalonych kobiet z Appalchów Dale Dickey oraz rewelacyjny Stephen Root, weteran współpracy z braćmi Coen, jako Wyck.

To trio sprawia, że oglądanie „Wdowiej Zatoki” to czysta radość.

MARTA GÓRNA

Nie oceniaj ludzi po kolorze włosów

– Róż to nie osobowość – słyszy Elle Woods. A dlaczego nie?

Naiwna, lekko-myślna, próżna, zwyczajnie głupia. Taka była blondynka z dowcipów mojego dzieciństwa. Wokół tego stereotypu obraca się serial „Elle”, którego akcja rozgrywa się w 1995 roku, a więc właśnie w wtedy. Jego bohaterką jest jedna z najsłynniejszych ekranowych blondynek – Elle Woods z filmu „Legalna blondynka”, grana przez Reese Witherspoon w produkcji z 2001 roku.

To właśnie ona – dziś nie tylko laureatka Oscara, ale również wpływała hollywoodzka producentka – wpadła na pomysł, żeby nakręcić serial o licealnych latach bohaterki, która przyniosła jej sławę.

W filmie Elle Woods zostaje porzucona przez chłopaka, bo nie pasuje do jego planów związanych z wielką polityką. Dlaczego? Bo kocha różowy kolor, długopisy z puszkami, buty na koturnach i swoje go chihuahue, lubi rozmawiać o ciuchach i dobrze się bawić. Krótko mówiąc: jest niepoważna.

„Legalna blondynka” narodziła się z osobistych doświadczeń. Autorka książki, na podstawie której powstał scenariusz, Amanda Brown, entuzjastyczna i optymistyczna blondynka z amerykańskiego Południa, gdy rozpoczęła studia prawnicze na Stanfordzie, odkryła, jak bardzo różni się od poważ-



„Elle” cofa się do czasów licealnych bohaterki z kultowej „Legalnej blondynki” · FOT. JESSICA BROOKS/PRIME VIDEO

nych rówieśniczek myślących o karierze prawniczej lub politycznej. Nie było jej łatwo. Z listów, które pisała do domu, powstała później książka. A z niej – film, potem kolejny, następnie musical wystawiany z sukcesami na Broadwayu i West Endzie. I w końcu serial.

„Elle” cofa się do czasów licealnych bohaterki. Szesnastoletnia Elle (debiutująca Lexi Minetree) przeżywa właśnie osobisty dramat: ze słonecznego Los Angeles, gdzie z przyjaciółkami jeździ kabrioletem na zakupy przy Rodeo Drive, gdzie ma wille z basenem i chłopaka, którego chciałaby pocałować, musi przenieść się do deszczowego Seattle. Seattle, w którym króluje grunge i gdzie jej różowe sukienki odcinają się od morza ciemnych bluz z kapturem oraz flanelowych koszul w kratę. Gdzie uchodzi za kalifornijskiego pustaka.

Ale Elle nie byłaby sobą, gdyby się poddała. Stopniowo zdobywa przyjaciół (i wrogów), oswaja się z nowym miejscem, a ono oswaja się z nią. Choć jej udział w pierwszym pogrzebie nieuchronnie kończy się wizytą na ostrym dyżurze.

Serial „Elle” zapewne niczyjego życia nie zmieni, ale jest w nim tyle optymizmu, że może podnieść na duchu. I przypomnieć – nie tylko nastolatkom – by oceniać ludzi po czynach, a nie po kolorze włosów.

MAJA STANISZEWSKA

ELLE

Serial komediowo-dramatyczny, USA, Kanada 2026, tw. Laura Kittrell, wyk. Lexi Minetree, June Diane Raphael, Tom Everett Scott, Gabrielle Policanso

8 odc., Prime Video

CIA jak gniazdo żmij



Michael Fassbender:

Jeśli pokażesz choć odrobinę słabości, zostaniesz pożarty. Natychmiast pojawi się pytanie, czy w ogóle jest dla ciebie miejsce w CIA

LUKE VARLEY/PARAMOUNT+

„Agencja” to fantastyczny serial szpiegowski. Dlaczego tak mało się o nim mówi?

Funkcjonował pod przykryciem znacznie dłużej, niż przewidują procedury. Stworzył nowe życie. Falszywe nazwisko łatwo porzucić, gorzej z emocjami, które okazały się prawdziwe. Zwłaszcza z miłością do Samii. Dlatego, gdy kobieta trafia w ręce sudańskich służb specjalnych, Martian jest gotów zrobić wszystko, by ją uratować. A „wszystko” w świecie wywiadu oznacza nawet zdradę kraju.

W drugim sezonie serialu „Agencja” bohater grany przez Michaela Fassbendera działa jako podwójny agent. Jego przełożony (Jeffrey Wright) zaczyna podejrzewać, że ma w swoich szeregach kreta, i w tajemnicy uruchamia wewnętrzne śledztwo. Pracowników ma przeświecić psycholożka kliniczna.

– Nie dałeś mi nic – przyznaje dr Blake z mieszaniną oba-

wy i podziwu, gdy konfrontuje Martiana z podejrzeniami. – Może mówisz prawdę. A może nie. Tak czy inaczej, dla kogoś, kto robi to od tylu lat, to ekscytujące.

To trochę tak, jakby obserwować Leonarda da Vinci malującego „Mona Lisę”.

Fassbender: Musiałem znaleźć odpowiedzi

To samo można powiedzieć o Fassbenderze. Aktor wydaje się idealnym wyborem do tej roli. W rozmowie z „Wyborczą” wspomina, że przed pierwszym sezonem spotykał się z byłymi agentami. Jedna z tych rozmów okazała się szczególnie ważna.

– Zastanawialiśmy się, czy Martian jest socjopatą. Przeszliśmy razem przez listę typowych cech i zachowań. Usłyszałem: „Wiesz... twój bohater spełnia zaskakująco wiele z tych kryte-

riów”. To zupełnie zmieniło sposób, w jaki myślałem o tej postaci.

Przed drugim sezonem Fassbender czytał i oglądał wszystko, co tylko znalazł na temat podwójnych agentów.

– Interesowało mnie, gdzie taki człowiek znajduje ujście dla napięcia. Martian nie zagłusza emocji alkoholem ani tabletkami. Musiałem znaleźć inne odpowiedzi – dodaje aktor.

Waterston: Nikt nie może dostrzec emocji

Rozmawiamy na Zoomie. W podobny sposób przez lata kontaktowali się ze sobą bohaterowie grani przez Michaela Fassbendera i Katherine Waterston. Martian prowadził tajną misję w Afryce, a Naomi była jego prowadzącą. Kiedy w pierwszym sezonie został niespodziewanie ściągnięty z powrotem do biura, mie-

li wreszcie okazję spotkać się twarzą w twarz.

– Naomi była dla Martiana najważniejszą osobą, dosłownie zawdzięcza jej życie. A jednak, kiedy wraca z misji, zaczyna ją odsuwać. Jeśli uznaje, że staje mu na drodze, jest gotów ją poświęcić. Można pomyśleć: ale z niego zimny skurczybyk. Zawsze miałem jednak wrażenie, że kryje się za tym coś więcej – tłumaczy aktor. – Chodzi o dyskomfort związany z tym, jak wiele jej zawdzięcza. O bliskość, która dla takiego człowieka jest niemal nie do zniesienia.

– Owszem, ta zmiana ją zabolowała – przyznaje Katherine Waterston. – Ale, do cholery, nie może tego pokazać. Nie w CIA – tu trzeba być silnym. Nikt z otoczenia nie może dostrzec tych emocji. Nikt, poza widzami.

Fassbender od razu dopowiada: Jeśli pokażesz choć

odrobinę słabości, zostaniesz pożarty. To miejsce przypomina gniazdo żmij. Wszyscy pracują dla tej samej sprawy, ale jeśli nie jesteś wystarczająco dobry albo okażesz kruchość, natychmiast pojawia się pytanie, czy w ogóle jest tu dla ciebie miejsce.

Prawie jak w biurze

Trudno o lepszy opis realiów londyńskiego oddziału CIA, w którym rozgrywa się akcja „Agencji”. W scenariuszu drugiego sezonu bracia Jez i John-Henry Butterworth jeszcze mocniej skupiają się na dynamice biurowych relacji. To trochę tak, jakbyśmy zaglądali do siedziby którejś z korporacji – są zawodowe ambicje, frustracje, rywalizacja, rozwijają się romanse. Oczywiście stawka jest zupełnie inna.

„Agencja” przypomina, że najlepsze opowieści szpiegowskie to tzw. slow burnery. Mimo zwodniczo spokojnego tempa twórcy znakomicie budują napięcie. Razem z bohaterami przesiadujemy w salach konferencyjnych, obserwując na monitorach lub przez podsłuch przebieg operacji w Iranie czy Afryce. Udzielają się nam ich emocje. Choć służby dysponują niemal nieograniczonymi możliwościami technologicznymi i zasobami, ostatecznie wiele zależy od tzw. czynnika ludzkiego.

Zaskoczeniem może być to, że historia Martiana z wiodącej staje się teraz tylko jednym z trzech właściwie równorzędnych wątków. Butterworthowie tym razem więcej miejsca poświęcają młodej agentce Danny (Saura Lightfoot-Leon), próbującej pozyskać kontakt w Iranie, oraz pociesznemu Owenowi (John Magaro), który po raz pierwszy dostaje szansę sprawdzenia się w terenie. O ile pierwsza intryga okazuje się

dość schematyczna, o tyle druga na szczęście potrafi zaskoczyć kilkoma zwrotami akcji.

Czysta przyjemność

Uwielbiam Johna Magaro i kibicuję jego karierze, ale mam wrażenie, że odciąganie uwagi od postaci Martiana to błąd. Fassbender gra tu na chłodno, z powściągliwością godną agenta. Obserwowanie jego potyczek z resztą obsady to czysta przyjemność.

Poza tym to właśnie z Martianem związaliśmy się w pierwszym sezonie. Teraz pęta coraz bardziej zaciska mu się na szyi. Za wszelką cenę próbuje dowieść swojej lojalności, żeby nie stracić wpływu na wydarzenia w biurze. Potencjał ma również relacja mężczyzny z nastoletnią córką. Dziewczyna od dawna ma świadomość, czym zajmuje się ojciec, ale dopiero teraz zaczyna rozumieć, co to naprawdę oznacza. W jednej ze scen zastanawia się, czy jego pseudonim operacyjny Martian („Marsjanin”) rzeczywiście do niego pasuje.

Wiem, że część widzów nadal pozostaje wierna francuskiemu oryginałowi „Biuro szpiegów” („Le Bureau des Légendes”) i trudno się temu dziwić. Jednak twórcy amerykańskiej wersji nie mają powodów do kompleksów. Na rynku zdominowanym przez produkcje przeładowane akcją i coraz bardziej absurdalnymi zwrotami fabuły taki konsekwentnie rozwijany thriller ogląda się z przyjemnością, nawet jeśli nie jest pozbawiony wad.

Bo pod względem napięcia, aktorstwa i jakości scenariusza „Agencja” należy obecnie do ścisłej czołówki seriali szpiegowskich. A mówi się o niej zdecydowanie za mało.

Piotr Guskowski

Oto seriale roku

Które produkcje zdobyły nominacje do Emmy?



Najwięcej nominacji zgarnął serial „The Pitt” · FOT. WARRICK PAGE

A amerykańska Akademia Telewizyjna ogłosiła nominacje do nagród Emmy, czyli nagród zwanych telewizyjnymi Oscarami. To najbardziej, poza Złotymi Globami, prestiżowe laury dla seriali, seriali limitowanych i filmów telewizyjnych, a więc także produkcji serwowanych przez platformy streamingowe.

Najwięcej nominacji, bo aż 25, zgarnął serial dramatyczny HBO pt. „The Pitt”. To drugi sezon ukazujący perypetie medyków na szpitalnym oddziale ratunkowym w Pittsburghu. Każdy odcinek odpowiada jednej godzinie dyżuru. Produkcja odświeża dobrze znane schematy telewizyjnych dramatów medycznych takich jak „Ostry dyżur”.

Po zeszłorocznej gali Emmy, na której produkcja zdobyła pięć nagród (a później kolejne, w tym dwa Złote Globy), oglądalność serialu jeszcze wyraźnie wzrosła. Drugi sezon przyciągał średnio 15,4 mln widzów na odcinek – o połowę więcej niż pierwszy. Wśród nominowanych ponownie znalazł się twórca głównej roli, Noah Wyle, który w tamtym roku odebrał nagrodę Emmy za rolę pierwszoplanową.

Tuż za „The Pitt” znalazł się ostatni sezon „Hacks” z 24 nominacjami – to rekord nominacji w jednym sezonie dla serialu komediowego. Popularny tytuł

HBO przedstawia relację Deborah Vance, dobijającej siedemdziesiątki divy z Las Vegas, i Avy Daniels, młodej komiczki piszącej jej żarty. W ostatnich latach „Hacks” zostało nagrodzone w sumie 12 nagrodami Emmy.

19 nominacji otrzymali twórcy serialu Apple TV „Wdowa zatoka”, którego akcja rozgrywa się w przeklętym miasteczku. Matthew Rhys, wcielający się w postać burmistrza próbującego desperacko ożywić podupadającą społeczność, jest nominowany za rolę pierwszoplanową.

Wśród aktorek nominowanych za rolę drugoplanową znalazła się z kolei polska aktorka Karolina Wydra, gwiazda „Jedynej”. To balansujący na granicy komedii i dramatu serial science-fiction. Bohaterką produkcji jest pisarka Carol Sturka (także nominowana Rhea Seehorn). Podczas trasy promującej jej nową książkę dochodzi do niezwykłego zdarzenia: świat umiera i odradza się na nowo. Ludność zostaje zainfekowana dziwnym wirusem, który sprawia, że wszyscy są dla siebie mili i łagodni. Wszyscy z wyjątkiem Carol, która nie wiadomo czemu nie została zarażona.

78. gala rozdania nagród Primetime Emmy odbędzie się 14 września w Peacock Theater w centrum Los Angeles.

DAWID DRÓŻDŻ

AGENCJA

thriller szpiegowski, Francja, USA 2024-, wyk. Michael Fassbender, Jeffrey Wright, Richard Gere, Jodie Turner-Smith, Katherine Waterston, John Magaro, Alex Reznik, Andrew Brooke, Harriet Sansom Harris

2 sezony, SkyShowtime. Nowe odcinki co poniedziałek

epresa.01.06252de27

PIĄTEK 24.07

FUN-SPORT

• IGRZYSKA WSPÓLNOTY NARODÓW W GLASGOW
Pływanie – 1. dzień
20:00 | EUROSPORT 1

KOLARSTWO

• TOUR DE FRANCE
UCI World Tour – 19. etap
13:45 | EUROSPORT 1

• TOUR DE POLOGNE WOMEN
1. etap: Tomaszów Lubelski – Zamość
14:30 | TVP SPORT

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA POLSKI W BIAŁYMSTOKU
1. dzień
17:30 | TVP SPORT

RZUTKI

• BETFRED WORLD MATCHPLAY
Sesja wieczorna
21:00 | CANAL+ SPORT 5 HD

SOBOTA 25.07

FORMUŁA 1

• GRAND PRIX WĘGIER
3. sesja treningowa
12:25 | ELEVEN SPORTS 1
Kwalifikacje
15:55 | ELEVEN SPORTS 1

FORMUŁA 2

• GRAND PRIX WĘGIER
Sprint
14:10 | ELEVEN SPORTS 1

FORMUŁA 3

• GRAND PRIX WĘGIER
Sprint
10:00 | ELEVEN SPORTS 1

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA POLSKI W BIAŁYMSTOKU
2. dzień
16:15 | TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA

• BETCLIC 2. LIGA
1. kolejka: Podhale Nowy Targ – Śląsk II Wrocław
11:10 | TVP SPORT

• PKO BP EKSTRAKLASA Jagiellonia Białystok – Korona Kielce
14:40 | CANAL+ SPORT 3 HD
Górník Zabrze – Śląsk Wrocław
17:25 | CANAL+ SPORT 3 HD
Lech Poznań – Cracovia
20:10 | CANAL+ SPORT 3 HD

SIATKÓWKĄ

• LIGA NARODÓW KOBIEĆ FIVB
1. półfinał
09:45 | POLSAT SPORT 1

2. półfinał
13:15 | POLSAT SPORT 1

SZERMIERKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W HONGKONGU
1. dzień
12:30 | EUROSPORT 2

TENIS

• ATP 250 – GENERALI OPEN KITZBÜHEL
Finał
13:00 | POLSAT SPORT 2

• ATP 250 – MILLENNIUM ESTORIL OPEN
1. półfinał
18:30 | POLSAT SPORT 2
2. półfinał
20:30 | POLSAT SPORT 2

• WTA 250 – LIVESPORT PRAGUE OPEN
Półfinał
13:30 | 15:30 | CANAL+ SPORT 2 HD

NIEDZIELA 26.07

BOKS

• ZUFFA BOXING
Gala 9 w Nowym Jorku – walki wieczoru: Edgar Berlanga – Steven Butler, Richardson Hitchens – Ricardo Salas
02:00 | TVP SPORT

FORMUŁA 1

• GRAND PRIX WĘGIER
Parada kierowców
13:00 | ELEVEN SPORTS 1
Wyścig
14:55 | ELEVEN SPORTS 1

FORMUŁA 2

• GRAND PRIX WĘGIER
Wyścig
11:20 | ELEVEN SPORTS 1

FORMUŁA 3

• GRAND PRIX WĘGIER
Wyścig
08:35 | ELEVEN SPORTS 1

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA POLSKI W BIAŁYMSTOKU
3. dzień
12:55 | TVP SPORT

MOTOCROSS

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W LOKECIE
1. wyścig MXGP
14:15 | EUROSPORT 2
2. wyścig MX2
16:00 | EUROSPORT 2
2. wyścig MXGP
17:00 | EUROSPORT 2

RZUTKI

• BETFRED WOMEN'S WORLD MATCHPLAY
Sesja popołudniowa
14:00 | CANAL+ SPORT 5 HD



SZERMIERKA. Mistrzostwa świata w Hongkongu można oglądać w Eurosporcie, CANAL+ i Polsacie. W programie konkurencje indywidualne i drużynowe we florecie, szabli i szpadzie
• FOT. SHUTTERSTOCK

• BETFRED WORLD MATCHPLAY
Finał – sesja wieczorna
21:00 | CANAL+ SPORT 5 HD

SIATKÓWKĄ

• LIGA NARODÓW KOBIEĆ FIVB
Mecz o 3. miejsce
09:15 | POLSAT SPORT 1
Finał
13:15 | POLSAT SPORT 1

SIATKÓWKĄ PLAŻOWA

• ORLEN BEACH VOLLEY TOUR W RZESZOWIE
Ćwierćfinały kobiet
09:00 | POLSAT SPORT 2
Ćwierćfinały mężczyzn
10:00 | POLSAT SPORT 2
Półfinały kobiet
11:00 | POLSAT SPORT 2
Półfinały mężczyzn
12:00 | POLSAT SPORT 2
Mecz kobiet o 3. miejsce
13:00 | POLSAT SPORT 2
Mecz mężczyzn o 3. miejsce
14:00 | POLSAT SPORT 2
Finał kobiet
15:00 | POLSAT SPORT 2
Finał mężczyzn
16:00 | POLSAT SPORT 2
Ceremonia medalowa
17:00 | POLSAT SPORT 2

SZERMIERKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W HONGKONGU
2. dzień
12:00 | EUROSPORT 2

TENIS

• ATP 250 – MILLENNIUM ESTORIL OPEN
Finał
18:30 | POLSAT SPORT 2

• WTA 250 – LIVESPORT PRAGUE OPEN
Finał
14:00 | CANAL+ SPORT 2 HD

ŻUŻEL

• MECZ TOWARZYSKI
Mecz w Rybniku:
Polska – Australia
20:15 | TVP SPORT

PONIEDZIAŁEK 27.07

FUN-SPORT

• IGRZYSKA WSPÓLNOTY NARODÓW W GLASGOW
Lekkoatletyka – 1. dzień
20:00 | EUROSPORT 1

PIŁKA NOŻNA

• BETCLIC 1. LIGA
1. kolejka: Miedź Legnica – Podbeskidzie Bielsko-Biała
18:55 | TVP SPORT

• PKO BP EKSTRAKLASA
KGHM Zagłębie Lubin – Piast Gliwice
18:55 | CANAL+ SPORT 3 HD
18:55 | CANAL+ SPORT 5 HD

SNOOKER

• SHANGHAI MASTERS
1. runda
08:00 | 13:30 | EUROSPORT 1

SZERMIERKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W HONGKONGU
3. dzień
12:00 | EUROSPORT 2

WTOREK 28.07

FUN-SPORT

• IGRZYSKA WSPÓLNOTY NARODÓW W GLASGOW
Lekkoatletyka – 2. dzień
20:00 | EUROSPORT 1

SNOOKER

• SHANGHAI MASTERS
2. runda
08:00 | EUROSPORT 1
15:00 | EUROSPORT 2

SZERMIERKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W HONGKONGU
4. dzień
11:00 | EUROSPORT 2

TENIS

• ATP 500 – MUBADALA CITIDC OPEN
17:00 | 19:00 | 21:00 | 23:00 |
POLSAT SPORT 1

• WTA 500 – MUBADALA CITIDC OPEN
17:00 | 19:00 | 21:00 |
CANAL+ SPORT 2 HD

ŚRODA 29.07

FUN-SPORT

• IGRZYSKA WSPÓLNOTY NARODÓW W GLASGOW
Lekkoatletyka – 3. dzień
20:00 | EUROSPORT 1

KOLARSTWO

• TOUR DE L'AIN
2. etap
14:30 | EUROSPORT 1

• WYŚCIG DOOKOŁA DANII
UCI ProSeries – 1. etap
16:00 | EUROSPORT 1

PIŁKA NOŻNA

• KWALIFIKACJE LIGI MISTRZÓW UEFA
2. runda – rewanż:
Lech Poznań – AGF af 1880
18:55 | 20:00 | TVP SPORT

SIATKÓWKĄ

• LIGA NARODÓW MĘŻCZYN FIVB
Ćwierćfinał
08:45 | 13:15 | POLSAT SPORT 1
13:45 | EUROSPORT 2

CZWARTEK 30.07

KOLARSTWO

• TOUR DE L'AIN
3. etap
14:30 | EUROSPORT 1

• WYŚCIG DOOKOŁA DANII
UCI ProSeries – 2. etap
16:00 | EUROSPORT 1

PIŁKA NOŻNA

• KWALIFIKACJE LIGI KONFERENCJI UEFA
2. runda – rewanż z udziałem
GKS-u Katowice
20:25 | TVP SPORT
21:30 | TVP SPORT

SIATKÓWKĄ

• LIGA NARODÓW MĘŻCZYN FIVB
Ćwierćfinał
08:45 | 13:15 | POLSAT SPORT 1

SNOOKER

• SHANGHAI MASTERS
Ćwierćfinał
08:00 | EUROSPORT 1
13:45 | EUROSPORT 2

SZERMIERKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA W HONGKONGU
6. dzień
09:00 | EUROSPORT 2

Od A do Z

BĘKARTY WOJNY ★★★★★

film wojenny, USA/Niemcy 2009, reż. Quentin Tarantino, wyk. Brad Pitt, Mélanie Laurent, Christoph Waltz

22:20 | **canal+ premium**

Opowiadając o amerykańskich komandosach operujących na hitlerowskich tyłach z zamiarem zorganizowania zamachu na Hitlera, Quentin Tarantino odnosi kolejny sukces, stawiając na pastis kina wojennego.

CICHE MIEJSCE ★★★★★

horror, USA 2018, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski, Millicent Simmonds

20:00 | **hbo**

W postapokaliptycznym świecie opanowanym przez wszystkich słyszające bestie pięcioosobowa rodzina usiłuje żyć w ciszy zapewniającej bezpieczeństwo. Ale czy bezszelestne życie jest w ogóle możliwe?

CICHE MIEJSCE 2 ★★★

horror, USA 2020, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski, Cillian Murphy

21:30 | **hbo**

Ocalona przed atakiem monstrów, które prowokuje każdy dźwięk, rodzina wychodzi na zewnątrz, by szybko przekonać się, że owe potwory stanowią niejedyną zagrożenie, a zachowanie ciszy nie zawsze pomaga.

COMA ★★

thriller, USA 1978, reż. Michael Crichton, wyk. Geneviève Bujold, Michael Douglas, Richard Widmark

22:20 | **warner tv**

Zdaniem Michaela Crichtona nawet amerykańscy lekarze muszą dorabiać do pensji. Ale żeby od razu handlować ludzkimi organami do przeszczepów? Z czasem jednak kamień milowy w rozwoju gatunku.

CZAROWNICE Z EASTWICK ★★★★★

komedia, USA 1987, reż. George Miller, wyk. Jack Nicholson, Cher, Susan Sarandon

20:00 | **warner tv**

Czytając Johna Updike'a: Jack Nicholson jako szatan, który próbuje stawić czoła trzem uroczym wiedźmom, Michelle Pfeiffer, Cher i Susan Sarandon – gospodyniom domowym z Nowej Anglii. Smakowite!

Hobbit: Bitwa Pięciu Armii

FOT. MATERIAŁY PRASOWE

FILM PRZYG.

USA/NOVA ZELANDIA 2014, REŻ. PETER JACKSON, WYK. MARTIN FREEMAN, IAN MCKELLEN, RICHARD ARMITAGE

ESKORTA ★★★

film sens., Chiny/USA/Kolumbia 2018, reż. Peter Berg, wyk. Mark Wahlberg, Iko Uwais, Lauren Cohan

22:20 | **tv puls**

Mark Wahlberg jako dowódca elitarniej jednostki CIA, która otrzymuje zadanie przetransportowania ważnego informatora z ambasady amerykańskiej w nieprzyjawnym kraju na lotnisko: czekają ich 22 mile grozy.

INTERSTELLAR ★★★

film s.f., USA/Wlk. Brytania/Kanada 2014, reż. Christopher Nolan, wyk. Matthew McConaughey, Anne Hathaway, Jessica Chastain

22:00 | **cinemax**

Christopher Nolan szuka swojej „2001: Odysei kosmicznej”: kiedy zniszczona Ziemia zaczyna buntować się przeciwko człowiekowi, grupa badaczy szuka nowej siedziby, korzystając z tunelu czasoprzestrzennego.

MINISTERSTWO NIEBEZPIECZNYCH DRANI ★★★

komediadramat, USA/Wlk. Brytania/Turcja 2024, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Eiza González, Alan Ritchson

20:00 | **cinemax**

Guy Ritchie bawi się w Tarantino i w stylu „Bekartów wojny” szuka genezy Jamesa Bonda w brawurowej akcji brytyjskich komandosów, mających zakłócić logistykę wsparcia dla hitlerowskich U-bootów.

MUMIA:**FILM LEE CRONINA ★★**

horror, USA/Irlandia 2026, reż. Lee Cronin, wyk. Jack Reynor, Laia Costa, May Calamawy

23:05 | **hbo**

Mała Amerykanka mieszkająca w Kairze znika bez śladu w burzy piaskowej. Po kilku latach wraca do rodziny, by wkrótce ujawnić swą przerażającą tajemnicę – została obłożona starożytną klątwą.

NIE LUBIĘ**PONIEDZIAŁKU ★★★**

komedia, Polska 1971, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Jerzy Turek, Kazimierz Witkiewicz, Andrzej Hender

20:00 | **stopklatka**

Kilkanaście krótszych i dłuższych anegdot z lirycznym finałem o mieszkańcach Warszawy i ich gościach w czasach wczesnego Gierka. Humor autentyczny, realia mniej.

PLUTON ★★★★★

dramat wojenny, USA/Wlk. Brytania 1986, reż. Oliver Stone, wyk. Charlie Sheen, Tom Berenger, Willem Dafoe

20:00 | **tvp historia**

Cztery Oscary (w tym dla filmu i za reżyserię) dla dokonanego przez Olivera Stone'a bolesnego rozrachunku z młodzieńczymi ideałami. Młody chłopak wobec okrucieństwa wojny w Wietnamie. Obowiązkowo!

19:55 | **polsat**

★★★★★

Finałowa część adaptacji powieści J.R.R. Tolkiena: wolne ludy Śródziemia jednoczą się przeciwko armii orków, wysłanych przez Saurona dążącego do przejęcia skarbu Erboru. Majstersztyk.

MYZ

PROTECTOR ★★

film sens., USA 2025, reż. Adrian Grunberg, wyk. Milla Jovovich, Matthew Modine, D.B. Sweeney

20:45 | **canal+ premium**

Milla Jovovich jako siejąca grozę jednoosobowa armia z udokumentowanym wojennym doświadczeniem, która wkracza do akcji, kiedy kom uś przyszło do głowy uprowadzić jej córkę. No to lubu-du!

WYROK NA FRANCISZKA KŁOSA ★★★

dramat wojenny, Polska 2000, reż. Andrzej Wajda, wyk. Mirosław Baka, Wajda Komorowska, Katarzyna Bosacka

23:25 | **tvp kultura**

Andrzej Wajda czyta Stanisława Rembeka o czasach hitlerowskiej okupacji: granatowy policjant gorliwie pracuje na prawo do podpisania volkslisty. Plus przejmujący Mirosław Baka.

ZAWSZE JEST CZAS NA MIŁOŚĆ ★★★

komedia romantyczna, Wlk. Brytania/Belgia 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton, Brendan Gleeson, James Norton

20:00 | **tvn 7**

Pani nie może się pozbierać po śmierci wiarołomnego męża, ale kiedy poznaje ekscentrycznego sąsiada, któremu grozi eksmisja, wstępuje w nią duch walki i wszystko wraca do normy – bo ma dla kogo żyć.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3

08:10 Pogoda Info
08:15 Na kłopoty... Bednarski (6) – serial krym. Polska 1986
09:15 Ranczo VII (12/13)
10:10 Komisarz Alex XXII (7)
11:05 Ojciec Mateusz XVI (12)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes
12:40 Magazyn rolniczy (784)
12:55 Nowa Zelandia, ziemie Nowego Świata – film dok.
13:30 Western po polsku
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzicтво
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5726)
18:05 Reporterzy (576)
18:25 Akacjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 Ojciec Mateusz 32 (11) – serial krym. Polska 2025, wyk. Artur Żmijewski, Kinga Preis
21:25 Drellich (2/7) – serial krym. Polska 2025
22:15 Kroniki Tour de Pologne Women
22:25 Zupa nic – komedia Polska 2021, reż. Kinga Dębska (105 min)
00:10 Hotel Mumbai (Hotel Mumbai) – dramat obycz. Australia/USA/Indie/Wlk. Brytania/Singapur 18 (130 min)

MEZEO

13:30 Johann Strauß: Zemsta nietoperza – operetka Belgia 25
15:35 Międzynarodowy Konkurs Muzyczny w Genewie 2025: Koncert inauguracyjny
16:55 Ballaké Sissoko & Piers Faccini – Jazz at Porquerolles
17:55 Yom & Théo i Valentin Ceccaldi: Jazz at Porquerolles
18:55 Jacob Collier – Jazzopen Stuttgart
20:30 Elektroniczne wibracje: dźwięk, który zmienił wszystko
21:20 Jean-Yves Thibaudet, San Francisco Symphony Orchestra, Esa-Pekka Salonen: Skriabin, Prometeusz
22:05 Nielsen: Symfonia nr 3 – Duńska Narodowa Orkiestra Symfoniczna, Fabio Luisi
23:20 John Adams: Nixon w Chinach – opera F 2023, reż. François-René Martin

TVP2 D3

05:30 M jak miłość
06:20 Anna Dymna – spotkajmy się (438) – dyskusja
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7624) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7624) – mag. Polska 2026
11:30 Operacja zdrowie (77)
12:00 Rodzinka.pl II (26/26)
12:35 Koło fortuny (2049)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1021)
14:35 Na sygnale
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2050)
16:35 Familiada (3080)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1022)
19:30 Jeden z dziesięciu (7)
19:25 Barwy szczęścia



20:05 Piknik Country – koncert Polska 2026 wystąpią m.in. Gang Marcela, Babsztyl, Zbigniew Hofman, Kasia Moś, Lanberry
23:15 To jest grane (98)
23:50 Wodecki Twist – piosenki o miłości – koncert Polska 2025
01:00 Muzyka na dobry wieczór (15)
02:05 Książę z innej bajki – komedia romant. USA/Kanada 2023, reż. Rich Newey (95 min)

PULS 2

06:20 Seriale animowane
11:35 Gus. Mały (17,18/52)
12:00 Psi patrol (6/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy – serial anim.
14:00 Monster High
15:00 Miraculous II (25,26/26)
16:00 Fineas i Ferb II
17:00 Smerfy – serial anim.
18:00 Pingwiny z Madagaskaru III (14,16/15)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (18) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X (14,15) – serial krym. Polska 2025, wyk. Andrzej Młynarczyk
23:00 Żywa przynęta – thriller Wlk. Brytania/Malta 2022, reż. James Nunn, wyk. Holly Earl
00:50 Ogień zwalczaj ogniem – film krym. USA 12, reż. David Barrett, wyk. Josh Duhamel

POLSAT D3

06:00 Nowy dzień (1930)
08:30 Malanowski i Partnerzy VII – serial fabularno-dok.
09:30 Trudne sprawy XXVI (46,47/60) – serial fab.-dok.
11:35 Gliniarze XVI (12,13) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier
13:40 Dlaczego ja? 33 (7,8) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:50 Wydarzenia
16:25 Interwencja (5946) – mag. reporterów Polska 2026, program prowadzi Michał Beblo, Michał Stela
16:40 Gliniarze XVIII (67,68) – serial fabularno-dok.
16:35 Familiada (3080)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (724)
19:30 Sport – Polska 2026



19:55 Hobbit: Bitwa Pięciu Armii (The Hobbit: The Battle of the Five Armies) – film przyg. USA/Nowa Zelandia 2014, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman (205 min)
23:20 Niezniszczalni II (The Expendables 2) – film sens. USA/Niemcy/Chiny 2012, reż. Simon West (145 min)
01:45 Cicha noc (Silent Night) – komedia USA/Wlk. Bryt. 21 (110 min)

TV4

07:55 Bogaty dom – biedny dom X – serial dok. Polska 2023
08:55 Policjantki i policjanci X (36,37/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (15,16) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (40,41) – serial fab.-dok. Polska 2026
13:55 Trudne sprawy XV (37,38,39) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (39/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (527) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (40/65) – serial obycz.
20:00 Gwiazdy kabaretu (177,151) – kabaret i satyra
22:00 Zabójcza portierka – thriller USA/Kanada/Rumunia/Wlk. Brytania 2018
00:00 STOP Drogowka (329)
01:05 Love Island IV

TVN D3

05:40 Uwaga! (8048) – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (20/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Krzeszyce – Pizzeria Davioli/Bar Wurst XXIV (8) – reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje (28) – mag. Polska 2019
11:25 Babski biznes (2/8) – serial dok. Polska 2025
12:35 Ukryta prawda (34,35,47/60) – serial fab.-dok.
15:45 Detektywi III (23/60) – serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny (49/50) – serial obycz. Polska 2025, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (30/50) – serial krym. Polska 2026, wyk. Zofia Zborowska
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:50 Uwaga! (8049) – mag.



20:00 Łowca czarownic (The Last Witch Hunter) – film przyg. USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Breck Eisner, wyk. Vin Diesel (140 min)
22:20 Egzekutor (Eraser) – film sens. USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger (145 min)
00:45 Martwe zło: Przebudzenie (Evil Dead Rise) – horror USA/Nowa Zelandia/Irlandia 2022 (120 min)

METRO D3

07:35 Tajemnice miłości
08:30 Szpital (71,72/72)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (42/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (55,56)
14:35 Kiedy ktoś kocha bardziej (27) – serial obycz.
15:45 The Floor (9,10)
17:00 Ciężarówką przez Stany IV (3/9) – serial dok.
18:00 Magda M. (3/15)
19:00 Kartoteka IV (4/13) – serial fab.-dok. Polska 2013
20:05 Akademia policyjna III – Ponowne szkolenie – komedia USA/Kanada 1986, reż. Jerry Paris, wyk. Steve Guttenberg
22:00 Ostatni samuraj – film przyg. USA/Nowa Zelandia/Japonia 03, reż. Edward Zwick
01:05 Szpital (63/72)

TV PULS D3

06:00 Policjanci z Miami III (16,17/24) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (12,3/13)
10:00 Maria z przedmieścia – telenowela Meksyk 1995
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (43)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (44) – serial obycz. Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (30,31) – serial obycz. Polska 2025

20:00 355 (The 355) – film sens. USA/Chiny 2022, reż. Simon Kinberg, wyk. Jessica Chastain, Penélope Cruz (140 min)
22:20 Eskorta (Mile 22) – film sens. Chiny/USA/Kolumbia 2018, reż. Peter Berg (120 min)
00:20 Człowiek w mroku (Darkness of Man) – film sens. USA 2024, reż. James Cullen Bressack (130 min)
02:30 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (26)

TVN7 D3

05:30 Ten moment (5/20)
05:55 Szkoła (23,24,25/63) – serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda (67,2,3/71) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (2/13) – serial krym. Polska 2005, wyk. Marek Włodarczyk
15:00 Szpital (63,64/72) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (28/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (16/60) – serial fab.-dok. Polska 2023

20:00 Zawsze jest czas na miłość (Hampstead) – komedia romantyczna Wlk. Brytania/Belgia 2017, reż. Joel Hopkins, wyk. Diane Keaton (145 min)
22:25 Wierna (Allegiant) – film sens. USA 2016, reż. Robert Schwentke, wyk. Shailene Woodley, Theo James (140 min)
00:45 Step Up 3D – film muzyczny USA 2010, reż. Jon M. Chu, wyk. Rick Malambri (125 min)

STOPKLATKA

08:40 Robert Makłowicz (121) – mag. kulinarny
09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher: Moda na morderstwo II (5/13) – serial krym. Austr. 2013
10:55 Górski lekarz XIII – serial obyczajowy Niemcy/Austria 2020
12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher II (6/13) – serial krym. Austr. 2013
14:00 Zajazd. Będzie się działo (5,6) – serial fab. – dok. Polska 2025
16:00 Katastrofy w przestworzach XI (7,1,8/13) – serial dok. Kanada 2012
19:00 Aukcja w ciemno II (19,20/24) – serial dokumentalny USA 2013
20:00 Nie lubię poniedziałku – komedia Polska 1971, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Jerzy Turek, Kazimierz Witkiewicz (130 min)
22:10 Sliver – thriller USA
1993, reż. Phillip Noyce, wyk. Sharon Stone, William Baldwin, Tom Berenger (140 min)
00:30! stanie się koniec (End of Days) – film sens. USA 1999 (150 min)

KINO POLSKA

07:50 Bolek i Lolek (5,6/13)
08:10 Podróż za jeden uśmiech (5,6) – serial przyg. Polska 1971, wyk. Henryk Gołębiewski
09:40 Quo vadis – film historyczny Polska/USA 2001, reż. Jerzy Kawalerowicz, wyk. Paweł Deląg, Magdalena Mielcarz, Bogusław Linda
11:20 To nie ze mną II (6,7) – serial kom. Polska 2023
12:50 W pustyni i w puszczy – film przyg. Polska 2001, reż. Gavin Hood, wyk. Adam Fidusiewicz, Karolina Sawka
15:30 Pokaż, kotku, co masz w środku – komedia Polska 2011, reż. Sławomir Kryński, wyk. Jacek Borusiniński
17:15 Stawka większa niż życie (11,17/18) – serial wojenny Polska 1968
20:00 Ziarno prawdy – thriller Polska 2015, reż. Borys Lankosz, wyk. Robert Więckiewicz, Jerzy Trela, Magdalena Walach
22:25 Zabawa, zabawa – dramat obycz. Polska 2018, reż. Kinga Dębska, wyk. Agata Kulesza, Maria Dębska
00:00 Cicha noc – dramat obyczajowy Polska 2017, reż. Piotr Domalewski, wyk. Dawid Ogrodnik, Tomasz Ziętek, Agnieszka Suchora

ALE KINO+

09:30 Problem – film krótkom. Polska 2020 (30 min)
10:00 Bestia II (5,6/6) – serial obycz. Kanada 23, wyk. Stéphane F. Jacques
12:05 Vera IX (2/4) – serial krym. Wlk. Bryt. 2019, wyk. Brenda Blethyn
14:00 Zła nie ma (Aku wa sonzai shinai) – dramat obycz. Japonia 2023, reż. Ryūsuke Hamaguchi, wyk. Hitoshi Omika, Ryō Nishikawa (125 min)
16:05 Opera! (The Opera! Arie Per Un'eclissi) – musical F/Włochy 24, reż. Paolo Gop Cucco, Davide Livermore, wyk. Valentino Buzzza, Mariam Battistelli (130 min)
18:15 Vera IX (3/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2019
20:10 Plan ucieczki (Escape Plan) (1) – film sens. USA 2013, reż. Mikael Häfström, wyk. Sylvester Stallone (140 min)
22:30 Brygada (5,6/8) – serial sens. Francja 2023
00:45 Tajne przez poufne (Burn After Reading) – komedia kryminalna USA/Wlk. Brytania/Francja 2008 (110 min)

POLSAT FILM

08:25 Przyjaciółki XIII (9,10/12)
10:25 Świat według Kiepskich (15,35,1,3) – serial kom.
13:20 Gra dla dwojga – thriller USA/Niemcy 2009
15:50 Granice wytrzymałości – thriller USA 2000
18:25 Spider-Man: Daleko od domu – film sens. USA 2019
21:00 Wrogowie publiczni – dramat krym. USA/Japonia 2009, reż. Michael Mann
23:50 Obcy kontra Predator II – film s.f. USA 2007
01:50 Ślad (19/48) – serial kryminalny Polska 2018

KINO TV

08:10 Zagadki kryminalne panny Fisher (13/13)
09:20 Panna Scarlet i komisarz II (1/6) – serial krym.
10:20 Panna Marple IV (3/4)
12:20 Hudson i Rex IV (5,6/16)
14:35 Poirot IV (3/3)
16:45 Strażnik Teksasu II (12,13/24) – serial sens.
18:55 Poirot III (2/11)
20:00 Oczy węża – thriller USA/Kanada 1998
22:05 Urowadzona III – film sens. USA/Hiszpania/Francja 2014, reż. Olivier Megaton
00:30 Poltergeist – horror USA/Kanada 2015

TVP KULTURA

09:05 Wojna domowa (5,6)
10:20 Jutrzenka (Cela s'appelle l'aurore) – melodramat Francja/Włochy 1956 (110 min)
12:10 Christopher Reeve – wieczny Superman
13:25 Benefis Kory w Teatrze STU (36) – benefis Polska 2002
14:30 Księstwo – film biogr. Polska 2011 (130 min)
16:40 Wojna domowa (7,8) – serial kom. Polska 1965
18:20 Mistrzowie wideo (9) – serial dokumentalny Wlk. Brytania 2011
18:55 Rawhide (15/22) – western USA 1959
20:00 Nie do przebaczenia (The Unforgiven) – western USA 1960, reż. John Huston, wyk. Burt Lancaster (130 min)
22:10 Powrót Sherlocka Holmesa (9/13) – serial krym. Wlk. Brytania 1988
23:15 Wstęp do filmu (600)
23:25 Wyrok na Franciszka Kłosa – dramat wojenny Polska 2000 (110 min)
01:15 Piękni mężczyźni (Beautiful Men) – film krótkom. Francja/Belgia/Holandia 2023 (35 min)

WARNER TV

09:55 Prawo Agaty III (12)
10:55 Pełniejsza chata (7,8/13)
12:00 Teraz albo nigdy! II (7,8)
13:55 Bajzer z Bel-Air VI (3,4,5,6/24) – serial kom.
15:50 Pełniejsza chata (7,8,9,10/13) – serial kom.
18:10 Sok z żuka – komedia USA 1988, reż. Tim Burton
20:00 Czarownice z Eastwick – komedia USA 87, reż. George Miller, wyk. Jack Nicholson
22:20 Coma – thriller USA 1978, reż. Michael Crichton
00:45 Chłopcy z ferajny – film sens. USA 1990

PARAMOUNT

09:25 Policyjna grupa pościgowa XVII (4) – serial dok.
10:25 Pingwiny z Madaga skaru (21/26) – serial anim.
10:50 Niania w Nowym Jorku – komedia romant. USA 2007
13:00 Czarodziejki IV (13,14/22)
15:00 Marley i ja – komedia USA 2008, reż. David Frankel
17:45 Truman Show – komediodramat USA 1998
20:00 Terminator – film s.f. USA/Wlk. Brytania 1984
22:30 Wściekłe psy – dramat kryminalny USA 1992
00:25 Grindhouse vol. 2 Planet Terror – horror USA/Meksyk 07

HBO

09:40 Longing – komedio-dramat USA/Kanada/Izrael 2024, reż. Savi Gabizon (110 min)
11:30 Na planie (30) – mag.
12:00 Jane Austen zrujnowała mi życie – komediodramat Francja 2024, reż. Laura Piani (95 min)
13:35 The Pitt II (1/15) – serial obycz. USA 2026
14:30 Zabawy z piłką – komedio USA/Niemcy 2004, reż. Rawson Marshall Thurber (90 min)
16:00 Saipan – film biograficzny Irlandia/Wlk. Brytania 2025 (90 min)
17:30 Mroczny rycerz – film sens. USA/Wlk. Brytania 2008, reż. Christopher Nolan (150 min)
20:00 Ciche miejsce – horror USA 2018, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt (90 min)
21:30 Ciche miejsce 2 – horror USA 2020, reż. John Krasinski (95 min)
23:05 Mumia: Film Lee Cronina – horror USA/Irlandia 2026 (130 min)
01:15 Niezamierzone ofiary – dramat obycz. Dania 2025 (95 min)

CINEMAX

13:00 Władcy umysłów – film s.f. USA 2011
14:45 Neonowa droga – dramat obycz. USA 2024
16:40 Jestem końcem świata – komedia Włochy 2025
18:20 Młode serca – dramat obycz. Belgia/Holandia 2024
20:00 Ministerstwo Niebezpiecznych Drani – komediodramat USA/Wlk. Brytania/Turcja 2024
22:00 Interstellar – film s.f. USA/Wlk. Brytania/Kan. 2014
00:45 Miasto kłamstw – dramat krym. Wlk. Bryt./USA 2018

ROMANCE TV

08:05 Górski lekarz (3,3/8)
10:05 Rosamunde Pilcher: Zranione serca – film obycz. Wlk. Brytania/Niemcy 2000
12:00 Ironia życia – komediodramat Niemcy 2024
14:20 Inga Lindström: Ktoś cię kocha – dramat obycz. Niemcy/Szwecja 2022
16:15 Pułapka chłopaka – komedia romant. USA 2023
18:00 Górski lekarz (4,4/8)
20:00 Rejs ku szczęściu – serial obycz. Niemcy 2009
21:55 Terapia pod palmami – romans USA 2020
23:45 Górski lekarz (4,4/8)

CANAL+ PREMIUM

08:35 Moje pieczone kurczaki – film obycz. Polska 2002 (65 min)
09:40 Jutro będzie nasze – komediodramat Włochy 2023 (115 min)
11:35 Kiler-ów 2-óch – komedia kryminalna Polska 1998 (115 min)
13:30 Łapu-Capu (175)
13:35 Godzina zero (4/4)
14:20 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł – film dok. USA 2026
15:10 Saga »Zmierzch« – film dok. USA 2010 (120 min)
17:10 Łapu-Capu (176)
17:15 Wicked – musical USA/Wlk. Brytania/Kanada 2024 (165 min)
20:00 Czarownice Mayfair II (8/8) – serial grozy
20:45 Protector – film sens. USA 2025, reż. Adrian Grunberg, wyk. Milla Jovovich (95 min)
22:20 Bękart wojny – film wojenny USA/Niemcy 09, reż. Quentin Tarantino, wyk. Brad Pitt, Mélanie Laurent (150 min)
00:50 Pokuszenie – horror Wlk. Brytania 2024, reż. Neil Marshall (105 min)

TVN FABUŁA

07:45 Detektywi (112,113, 114,115) – serial dok. Polska 06
09:50 Prawo Agaty IV (11)
10:55 Lekarze (5) – serial obycz.
11:55 Zapukaj do moich drzwi
13:55 Prawo Agaty IV (10)
14:55 Detektywi – serial dok.
16:00 Na Wspólnej (10,11)
17:05 Seriala: Rozmowy (1)
17:55 Elf – komedia USA 2003
20:00 World War Z – horror USA 2013, reż. Marc Forster
22:35 Joker – thriller USA/Kanada/Australia 2019
00:55 Godzina ciszy – thriller USA 2024, reż. Brad Anderson

AMC

09:40 Master Z – film sens. Hongkong/Chiny 2018
11:45 Lepiej być nie może – komedia USA 1998
14:45 Kłątwa Tutenchamona (1, 2) – film przyg. USA 2006, reż. Russell Mulcahy, wyk. Casper van Dien, Jonathan Hyde
18:25 Poza zasięgiem – film sens. USA/Polska 2004
20:05 Nożownik – thriller USA 2003, reż. William Friedkin, wyk. Tommy Lee Jones
22:00 Anakonda III: Potomstwo – film s.f. USA/Rumunia 2008
00:00 Underworld: Przebudzenie – horror USA/Kan. 2012

AXN

08:25 Ostry dyżur (25/25)
09:25 Castle IV (1,2/23)
11:25 MacGyver III (21,22/22)
13:25 Dowody zbrodni II (4,5/23) – serial sens.
15:20 Agenci NCIS: Hawaje (22,1/22) – serial krym.
17:10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas IV (22,23/23)
19:10 Castle IV (3,4/23) – serial krym. USA 2011
21:05 Zmierzch – film fantasy USA/Wlk. Brytania 2008
23:35 Iluzja II – thriller USA/Hongkong 2016

EPIC DRAMA

10:45 Lekarze na start
12:15 Zatraceni w miłości
13:15 Marlow: klub zbrodni II (14:15) Agenci NCIS XVII (4/20)
15:05 Panna Marple (4/4)
17:10 Poirot: Rendez-vous ze śmiercią XI (4) – film krym.
19:00 Agenci NCIS XVII (5/20)
19:55 Poirot III (8/11) – serial krym. Wlk. Brytania 1991
21:00 Marlow: klub zbrodni (2/4) – serial kryminalny
22:00 Morderstwo w małym mieście (2/8) – serial krym.
22:55 Robin Hood – serial przyg.
00:00 Poirot III (8/11)
01:05 Agenci NCIS XVII (5/20)

TVN STYLE

05:50 Damy i wieśniaczki. Ukraina (7) – reality show
06:50 Będzie pięknie (7/8)
07:45 Dzień: klub zbrodni wakacje
11:25 Ugotowani (9, 10)
13:30 Kuchenne rewolucje
15:35 nie opuszcze Cię aż do ślubu (2, 3) – reality show
17:05 W czym do ślubu? (6)
17:40 Kuchenne rewolucje
20:50 Jestem z Polski IV (3,28/3) – serial dok. Polska 20
22:50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia IX
00:35 Seks-wypadki (11/39)
01:35 Dorota wa urządził III

TVN TURBO

08:20 Nic do zgłoszenia II (5/8)
09:15 Samochód marzeń: Kupi i zrobi (7) – mag. motoryz.
10:15 Ciężarówką przez Australię (9/9) – serial dok.
11:15 101 napraw (4, 5)
12:15 Jeździć, obserwować V
13:00 Zabawki mechaniki (5, 6)
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5030)
18:15 Prawko na ścieżce. Jazda bez zasad (1, 2, 3, 4, 5)
22:00 Raport Turbo (5030)
22:15 Wojny samochodowe (7, 8) – program rozrywkowy
00:10 Niebezpieczne dzielnice

BBC FIRST

10:40 Śmierć pod palmami III
11:45 Zagadki doktora Blake'a IV (8/8) – serial krym.
12:55 Ulica nadziei (5,6/10)
15:00 Ojciec Brown VIII (9/10)
16:00 Lewis VI (5/8)
17:00 My Life is Murder IV (3)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XXIV (1/4) – serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami III (4/8) – serial kryminalny
21:00 Zaproszona (1/4)
22:15 Tajemnice Broken-wood XII (4/6) – serial krym.
00:10 Annika (4/6)

FX

09:00 Z Archiwum X III (7/24)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (12,13/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (7,8/17)
13:45 Agenci NCIS X (20,21/24) – serial krym.
15:35 SkyMed III (8/9)
16:30 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (14,15/24)
18:20 Z Archiwum X III (8/24)
19:15 FBI IV (21/21)
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (9,10/17)
22:00 Kod da Vinci – thriller USA/Malta/F/Wlk. Bryt. 2006
01:10 Z Archiwum X III (8/24)

HGTV

08:05 Poszukiwacze domów: Australia – serial dok.
09:05 Remontujemy dom na plaży VII – serial dok.
10:00 Letnia chata na lata III
11:50 Usterka XI (30/31)
13:00 Moje miasto, mój dom IX
15:05 Mieszkanie na miarę II
17:00 Polowanie na ogród VII
18:15 Weekendowa metamorfoza (7, 8) – reality show
20:10 Będzie pięknie (3/8) – serial dok. Polska 2025
21:15 Zgłoś remont (7)
22:10 House Hunters
00:25 Usterka XI (26,28)

BBC LIFESTYLE

13:30 Bake off: zawodowcy
14:30 Wielkie nowozelandzkie wypieki (4) – show
15:40 Zapraszamy do stołu: wielka porcja (5) – reality show
17:50 Wymarzone domy (15)
18:50 Psijaciele w potrzebie (19:50) Wielkie nowozelandzkie wypieki (5) – show
21:00 Niebezpieczne randki – film dok. Wlk. Brytania 2022
22:00 Porno, władza i pieniądze – serial dok. Wlk. Bryt. 25
23:00 Wstydlive choroby: online II (8) – serial dok.
00:00 Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu w Australii

COMEDY CENTRAL

08:50 Przyjaciele X (7,8,9,10, 11,12/18) – serial kom. USA 03
11:56 Teoria wielkiego podrywu IX (23,24,1,2,3,4/24)
14:30 Dwóch i pół VII (16,17,18,19/22) – serial kom.
16:30 Przyjaciele X (13,14,15, 16,18/18) – serial kom. USA 04
19:30 Teoria wielkiego podrywu X (5,6,7,8,9,10/24)
22:00 The Office PL II (10,11) – serial kom. Polska 2022
23:05 Comedy Club (9, 10)
00:05 Miasteczko South Park III (17,1/17) – serial anim.

TVP SERIALE

07:15 Ojciec Mateusz IV (3)
08:15 Komisarz Alex III (9/13)
09:10 Rodzinka.pl V (11/26)
09:45 Klan – telenowela
10:15 Ranczo IX (9,10)
12:00 Komisarz Alex III (10)
12:50 Ojciec Mateusz XI (3,4)
15:30 Komisarz Alex III (11)
16:20 Na sygnale
17:30 Ranczo IX (12)
19:30 Ojciec Mateusz 31 (5)
20:25 Komisarz Alex XXV (2) – serial krym. Polska 2026
21:30 Ranczo IX (13,1)
23:25 Ojciec Mateusz 31 (6)
00:20 Czarna śmierć (2)
01:20 Oficerowie (8/14)

CANAL+ KUCHNIA

13:55 Podróż przez smaki Chin IV (7) – serial dok.
14:55 U sąsiadów w kuchni XV
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (2)
16:10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (2)
16:35 Jamie Oliver (5, 6, 15, 16)
18:30 Maximum Foodie V (3)
18:55 m jak mięso (9)
19:25 Gotuj taniej z Jamiem (1, 2) – mag. kulinarny
21:10 Anthony Bourdain VI (2,3,4/8) – serial dok.
23:40 Nie bój ryby! (2, 3)
00:35 Top Chef (3)

CANAL+ DOMO

14:05 Wakacyjne domy na wynajem (3) – lifestyle
15:00 Pomocni! Kupiliśmy wioskę (10/20) – serial dok.
15:55 Przekopimy Ci ogródek
16:50 Gardeners' World (19)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty XXII
20:00 Daleko od miasta XIII (6)
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (4) – lifestyle
21:55 Wielkie projekty: Australia XI – serial dok.
23:05 Domy na krańcu świata (1/10) – serial dokumentalny
00:00 Najbrzydszy dom na naszej ulicy (1) – reality show

PLANETE+

14:40 Zwierzęta w żalobie
15:50 Niezwykłe podróże koleją X (2/5) – serial dok.
16:55 Świat z góry VII (8,9/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV (98,99)
18:45 Ołtarz pergamoński
19:45 Ewangelia dobrobytu. Historia kapitalizmu (3/3)
20:50 Udowodnić teorię względności – film dok.
22:00 Dynastia Nehru-Gandhi
23:15 Homoseksualizm na liście chorób – film dok.
00:20 Niezwykłe podróże koleją X (1/8) – serial dok.

DISCOVERY CHANNEL

11:00 Przetwać nad Jukonem V (5/8) – serial dok.
12:00 Celnicy na straży Turcji
13:00 Nagi instykt przetrwania: Elita IV (10/11)
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Bimbrownicy XIV (9/16)
17:00 Przemysłnicy: na lotnisku (2) – serial dok.
18:00 Lotnisko II (4/8)
19:00 Nagi instykt przetrwania IX (9/12) – serial dok.
21:00 Zawodowcy – serial dok.
22:00 Najniebezpieczniejszy zawód świata XXII (1)
00:00 Nagi instykt przetrwania: Mistrzostwa świata

TVP HISTORIA

11:55 Legenda. Hubert Jerzy Wagner – film dok. Polska 2024
13:00 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (1/3)
14:00 Królowie (65)
14:35 Cztery pancerni i pies
15:25 07 w akcji! – reportaż
15:45 Sensacje XX wieku
18:05 Tajemnica Enigmy (1)
18:55 Wszystkie kolory świata
20:00 Pluton – dramat wojenny USA/Wlk. Bryt. 86, reż. Oliver Stone, wyk. Charlie Sheen
22:05 Historia w postaciach zapisana (1/12) – serial dok.
00:10 Sensacje XX wieku

HISTORY

14:50 Największe tajemnice świata V (9/15) – serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
16:15 Jak to wyjaśnić IV (1/20)
17:10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie II (18)
18:10 Największe tajemnice świata VI (17/20) – serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVII
21:00 Wojownicy wszech czasów (3) – serial dok. USA 2026
22:00 Starożytni kosmici XVII (6/17) – serial dok. USA 2025
23:00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (3/6) – serial dok.
23:55 Jak to wyjaśnić V (6)
00:50 Starożytni kosmici XVI

NATIONAL GEOGRAPHIC

12:00 Pogodowe anomalie
15:00 Katastrofa w przestworzach XVIII (3/10) – serial dok.
16:00 Złapać przemytnika X (5)
17:00 Egipt: miejsce pełne tajemnic VI (3/9) – serial dok.
18:00 Tajemnice wojennych wraków (3/8) – serial dok.
19:00 Historia Związku Radzieckiego (1/3) – serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXV (10) – serial dok.
21:00 Przywódcy III Rzeszy (3,4/4) – serial dok. F 2021
23:20 Nazistowski dyplomaci

FOCUS TV

08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VI
10:00 Gwiazdy lombardu XXII
12:00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera – serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XIX (3,4) – serial dok.
14:00 Zaginione złoto II wojny światowej (5,6/8)
16:00 Dorwać tuńczyka V
18:00 Rolnicy. Podłaskie IV
20:00 Największe wynalazki starożytności (9/10)
21:00 Koloseum (1/8)
22:00 Rycerze przestworzy
00:00 Rosja: Indoktrynacja narodu – film dok. F 2022

BBC EARTH

12:20 Malownicze trasy kolejowe IV (1/6) – serial dok.
13:20 Wielkie koty 24/7 (2/6)
14:25 W okowach mrozu IV
16:25 Londyn Davida Attenborough – film dok.
17:40 Wielkie koty 24/7 (2/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe IV (10) – serial dok.
19:45 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) – serial dok.
20:55 W okowach mrozu IV (7,8/11) – serial dok. USA 2016
22:55 Na krawędzi katastrofy
23:55 Zabójcza pogoda V (7)
01:00 Wielkie koty 24/7 (2/6)

POLSAT VIASAT HISTORY

15:20 Kobiety wikingów: nieznana historia – film dok.
16:30 Najważniejsze wydarzenia II wojny światowej w kolorze (10/10) – serial dok.
17:35 II wojna światowa: końcówka – serial dok.
18:40 Starożytność: zdrady
19:50 Historia Troi – serial dok.
21:00 Życie prywatne przywódców Rzeszy: Z Hitlerem do końca (4/4) – serial dok.
21:55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (3/6)
23:00 Adolf Hitler: zrozumieć dyktatora (5/6) – serial dok.
00:05 Starożytność: zdrady

Od A do Z

1917 ★★★★★

dramat wojenny, Wlk. Brytania/USA 2019, reż. Sam Mendes, wyk. George MacKay, Dean-Charles Chapman, Benedict Cumberbatch

21:20 | tvp 1

Z czasów I wojny: dwóch zwładowców zmierza do wysuniętego regimentu, by ostrzec dowódców przed zastawioną przez Niemców pułapką. Przejmująca historia nakręcona jakby jednym ujęciem wartym Oscara.

ALINE. GŁOS MIŁOŚCI ★★★★★

film biograficzny, Francja/Kanada/Belgia/Hiszpania/USA 2020, reż. Valérie Lemercier, wyk. Valérie Lemercier, Sylvain Marcel, Danielle Fichaud

22:15 | tvn

Jakby biografia Celine Dion: w quebeckiej rodzinie przychodzi na świat dziecko o złotym głosie, na które czeka wielka kariera. Plus Cesar za rolę dla Valerie Lemercier, także scenarzystki i reżyserki.

BOHATER ★★★★★

thriller, Iran/Francja 2021, reż. Asghar Farhadi, wyk. Amir Jadidi, Mohsen Tanabandeh, Sahar Goldoost

22:15 | tvp kultura

Grand Prix w Cannes dla Asghara Farhadiego za opowieść o dłużniku, który wychodzi na przepustkę z więzienia, by spłacić dług. Ale nawet znalezione złoto nie wystarczy, by rozwiązać problemy skazańca.

DESTRUKCJA ★★★★★

komediodramat, USA 2015, reż. Jean-Marc Vallée, wyk. Jake Gyllenhaal, Naomi Watts

20:00 | tvp kultura

Jake Gyllenhaal jako oddany pracy bankier, który nie potrafi wyrazić swego bólu po stracie żony w wypadku drogowym i dopiero dekonstrukcja całego życia pozwoli mu odnaleźć w sobie ludzkie cechy.

DWOJE DO POPRAWKI ★★★★★

komedia romantyczna, USA 2012, reż. David Frankel, wyk. Meryl Streep, Tommy Lee Jones, Steve Carell

20:00 | tvn

Meryl Streep i Tommy Lee Jones jako znudzone sobą małżeństwo, które po latach – dzięki niekonwencjonalnej terapii – uczy się odkrywać siebie na nowo.

Dalej jazda! 2



FOT. MAGDA BORUCH / MONOLITH FILMS

KOMEDIA

POLSKA 2026, reż. MARIUSZ KUCZEWSKI, WYK. MARIAN OPANIA, MAŁGORZATA ROŻNIATOWSKA, MARIUSZ DRĘŻEK

JASON

BOURNE ★★★★★

film sens., USA/Chiny/Hiszpania/Japonia/Islandia/Niemcy/Włochy 2016, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Tommy Lee Jones, Alicia Vikander

19:00 | canal+ premium

Powrót do zamkniętego już cyklu: były tajny agent CIA do zadań specjalnych odkrywa kolejne stopnie uwikłania w coraz bardziej przerażające – nielegalne – działania agendy rządu USA. Na ekranie oczywiście Matt Damon.

KULT ★★★★★

thriller, USA/Niemcy/Kanada/Meksyk 2006, reż. Neil LaBute, wyk. Nicolas Cage, Ellen Burstyn, Kate Beahan

20:00 | stopklatka

Neil LaBute sięga po kultowy angielski thriller sprzed lat: poszukujący zaginionego dziecka policjant trafia na wyspę, gdzie matriarchalna społeczność uprawia neopogański kult. Miejscami smakowite.

LISA

FRANKENSTEIN ★★★★★

horror, USA 2024, reż. Zeldia Williams, wyk. Kathryn Newton, Cole Sprouse, Carla Gugino

22:40 | hbo

Powieść Mary Shelley według Zeldy Willimas, córki Robina: nastolatka po przejściach spotyka zombie pianisty z XIX wieku i doszywając mu pozyskane przez siebie części ciała tworzy kochanka doskonałego.

NO HEJ! ★★★★★

komedia, USA 2025, reż. Sophie Brooks, wyk. Molly Gordon, Logan Lerman, Geraldine Viswanathan

20:00 | hbo

Pierwszy romantyczny wypad zakochanej – jak się zdaje – pary przybiera dość nieoczekiwany obrót a rosnące nieporozumienia, w tym niefortunna interwencja przyjaciół, prowadzić mogą do fiaszki związku.

OSTATNI

SAMURAJ ★★★★★

film przyg., USA/Nowa Zelandia/Japonia 2003, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise, Ken Watanabe, Timothy Spall

22:15 | tvn 7

Tom Cruise jako bohater wojny secesyjnej, który pomagając modernizować japońską armię, ulega fascynacji kodeksem bushido i wraz z ostatnimi samurajami próbuje przeciwstawić się westernizacji Japonii.

SZCZĘKI ★★★★★

thriller, USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider, Robert Shaw, Richard Dreyfuss

23:50 | cinemax

Egzamin z kina akcji dla młodego Stevena Spielberga: rekin ludojad atakuje plażę wziętego kurortu – kto go powstrzyma? Zaliczony na trzy Oscary i miejsce na liście przebojów wszech czasów.

21:00 | canal+ premium

★★★★

Nie tylko dla seniorów: cierpiącej na alzheimera pani marzy się ślub – tym razem kościelny. Rodzina nie bez problemów aranżuje uroczystość, ale panna młoda nieoczekiwanie znika. Pora na poszukiwania.

MYZ

TULIPANOWA

GORĄCZKA ★★★★★

melodramat, Wlk. Brytania/USA 2017, reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz

23:05 | tvp 2

W XVII-wiecznym Amsterdamie uboga dziewczyna zostaje wydana za bogatego kupca, ale zakochuje się w malarzu, którego zlecono małżeński portret. Kochankowie muszą zdobyć pieniądze na ucieczkę z miasta.

UMYSŁ PRZESTĘPCY ★★★★★

dramat krym., USA/Wlk. Brytania/Bulgaria 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Kevin Costner, Gary Oldman, Tommy Lee Jones

20:00 | tv puls

Pamięć i umiejętności zmarłego agenta CIA na tropie niebezpiecznego hakera dążącego do kontroli nad światem zostają przeszczepione brutalnemu przestępcy z celi śmierci. Na ekranie Kevin Costner.

WYBUCHOWA PARA ★★★★★

komedia sensacyjna, USA 2010, reż. James Mangold, wyk. Tom Cruise, Cameron Diaz, Peter Sarsgaard

22:00 | cinemax

Nowy znajomy Cameron Diaz okazuje się szpiegiem, który wobec niedawnych niepowodzeń musi walczyć o swoje dobre imię. Tom Cruise i niepowodzenia? Nieprawdopodobne.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI **D31**

07:40 Rok w ogrodzie (1175)
08:05 Rok w ogrodzie extra
08:20 Pełnosprawni
08:50 Ranczo VII (13)
09:45 Komisarz Alex XXII (8)
10:40 Ojciec Mateusz XVI (13)
11:40 Nie bądź ślepy na ślepowrona – reportaż Polska 23
12:30 Samotny rewolwerowiec – western USA 1964, reż. Sidney Salkow, wyk. Audie Murphy, Merry Anders (95 min)
14:05 Wielka Wyprawa Maluchów 2026
14:45 Okrasa łamie przepisy
15:20 Rozmowy na medal (7)
16:00 Dziedzictwo
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Rolnik szuka żony (8)
18:40 Jaka to melodia? (5742)
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:25 Gra z Cieniem (3)
– serial krym. Polska 2024, wyk. Natalia Rybicka, Marcin Hycnar, Grzegorz Małecki
21:20 1917 – dramat wojenny Wlk. Brytania/USA 2019, reż. Sam Mendes, wyk. George MacKay (125 min)
23:25 Kroniki Tour de Pologne Women
23:35 W otchłani (Black Water) – thriller Kanada/USA 2018, reż. Pasha Patriki (110 min)

MEZZO

14:00 Israel Fernández – Festiwal w Grenadzie
14:40 José del Tomate na Festiwalu w Grenadzie
15:35 Biréli Lagrène, Martin Taylor, Ulf Wakenius – Jazz à Vienne 2025
16:35 Intermezzo
17:00 Strauss: Symfonia alpejska – Niemiecka Orkiestra Symfoniczna w Berlinie, Robin Ticciati, Reinhold Messner
17:55 Duńska Narodowa Orkiestra Symfoniczna, Fabio Luisi – Nielsen: Symfonia nr 1
19:05 Suita dla cierpiącego świata: Tania Tetzlaff
20:30 Richard Wagner: Die Walküre – opera Szwajcaria 2024, reż. Michael Beyer
00:25 Duńska Narodowa Orkiestra Symfoniczna, Fabio Luisi – Nielsen: Symfonia nr 2

TVP2 **D31**

05:20 Barwy szczęścia
06:30 M jak miłość
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7625) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7625) – mag. Polska 2026
11:20 Górna półka smaku (5)
11:55 Zmiennicy (8)
13:05 Panna młoda
14:00 Familiada (3081) – teleturniej Polska 2025
14:35 Koło fortuny (2051)
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 (1) – show
16:20 Na dobre i na złe
17:15 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:10 Va banque (1023)
18:45 Wyższa Szkoła Jazdy (8)
19:10 Słowo na niedzielę (1173) – program religijny
19:25 Rodzinka.pl XVIII (3) – serial kom. Polska 2026



20:00 Lato z Radiem i Telewizją Polską – koncert Polska 2026, wystąpią m.in.: Edyta Górniak, Sound & Grace, Anna Wysocki, Grzegorz Hyży
22:10 Gabi Drzewiecka zaprasza (7) – talk-show
23:05 Tulipanowa gorączka (Tulip Fever) – melodramat Wlk. Brytania/USA 2017 (115 min)
01:00 Uziemieni (Ejafjal-lajökull) – komedia F/Belgia 2013 (100 min)

PULS 2

10:10 Pszczółka Maja: Miodowe lgrzyska – film anim. Niemcy/Australia 2018
11:55 Wojciech Cejrowski. Boso Luizjana – serial dok.
13:00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (14, 1)
15:10 Delfin Bernie – film przyg. Kanada 2018
16:50 Super Mario Bros – film przyg. Wlk. Brytania/USA/Japonia/Francja 1993
19:00 Pszczółka Maja. Mały wielki skarb – film anim. Niemcy/Australia 2020
20:35 Na pewno, być może – komedia romantyczna F/Niemcy/Wlk. Brytania/USA 2008, reż. Adam Brooks
23:00 Po śladach mordercy – film sens. USA 21, reż. Randall Emmett, wyk. Emile Hirsch
01:00 Wstydlive choroby V

POLSAT **D31**

05:40 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (1940)
06:30 Halo tu Polsat (3047)
11:30 Nasz nowy dom (362) – reality show Polska 2026
12:55 Skok przez płot (Over the Hedge) – film anim. USA/Kanada 2006 (110 min)
14:45 Małolaty na obozie (Daddy Day Camp) – komedia USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr., Lochlyn Munro, Richard Gant (115 min)
16:40 Legenda Herkulesa (The Legend of Hercules) – film sens. USA/Bułgaria/Niemcy 2014, reż. Renny Harlin, wyk. Kellan Lutz, Gaia Weiss, Scott Adkins (130 min)
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Prezydenci i premierzy
19:45 Pogoda



20:00 XXXI Festiwal Kabaretu w Koszalinie (1, 2, 3) – kabaret i satyra Polska 2026, wystąpią m.in.: Chyba, Czesław, Trzecia Strona Medalu, Jurki, Formacja Chatelet, Rewers
23:30 Szybcy i wściekli (Fast & Furious 9) – film sens. USA/Tajlandia/Kanada/Japonia 2021, reż. Justin Lin (195 min)
02:45 Nikita – film sens.
03:00 F/Włochy 1990, reż. Luc Besson (145 min)

TV4

07:00 Galileo – pr. popularn.
09:05 #JesteśmyDlaDzieci (338) – mag. Polska 2026
09:30 Galileo
10:35 Mini Galileo
10:55 Galileo
13:05 Mini Galileo
13:20 Podróże Guliwera – film przyg. USA 2010, reż. Rob Letterman, wyk. Jack Black, Jason Segel, Emily Blunt
15:00 Policjanci i policjanci XXIV (26,27,28,29,30/65) – serial obycz. Polska 2026,
20:00 Sprawiedliwi.Trójmiejsko III (29,30,31,32) – serial krym. Polska 2026, wyk. Jerzy Zelnik, Artur Dziurman, Aleksandra Galczyńska
00:00 Gwiazdy kabaretu (163, 164) – kabaret i satyra
02:05 STOP Drogowka (356)
03:05 Interwencja (5945)

TVN **D31**

05:25 Recepta na stary dom IV (6) – serial dok.
05:40 Uwaga! (8049) – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (21/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Garwolin – Pod Orłem 31 (6)
07:45 Dzień dobry wakacje (29) – mag. Polska 2019
11:30 Na Wspólnej
13:00 Młode gliny (31/50) – serial krym. Polska 2026
14:10 Happy Feet: Tupot małych stóp II (Happy Feet Two) – film anim. Australia/USA/Nowa Zelandia 2011 (130 min)
16:20 Maverick – western USA 1994, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Jodie Foster, James Garner, Graham Greene, Alfred Molina (160 min)
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:45 Uwaga! (8050)



20:00 Dwoje do poprawki (Hope Springs) – komedia romantyczna USA 2012, reż. David Frankel, wyk. Meryl Streep (135 min)
22:15 Aline. Głos miłości (Aline) – film biograficzny Francja/Kanada/Belgia/Hiszpania/USA 2020, reż. Valérie Lemercier (150 min)
00:45 Sierota (Orphan) – horror USA/Kanada/Niemcy/F 2009, wyk. Vera Farmiga (150 min)

METRO **D31**

07:45 Klan z Alaski V (9,10/15)
09:45 The Floor (19)
10:55 Złomowisko PL VI (7,8) – serial dok. Polska 2018
13:00 Formuła E: e-Prix Tokio
14:15 Makłowicz w Polsce (8)
14:50 Jak zostać pilotem
15:50 Niezwykłe Stany Prokopa VI (1/8) – serial dok.
16:50 Jestem z Polski (2/9) – serial dok. Polska 2018
17:50 Kryminalni IV (5,6) – serial krym. Polska 2006, wyk. Marek Włodarczyk
20:00 Lejdis – komedia Polska 2008, reż. Tomasz Konecki, wyk. Edyta Olszówka, Anna Dereszowska, Izabela Kuna
22:55 Mroczny rycerz – film sens. USA/Wlk. Brytania 2008, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Heath Ledger
01:45 Szpital (65/72)

TV PULS **D31**

06:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (13,1,9/13) – serial sens. Niemcy 2017
09:00 Taki jest świat (30)
09:25 Boso przez świat: Na ryby (74) – cykl reportaży
10:00 Lombard. Złocie pod zastaw XI (27,28,29,30,31) – serial obycz. Polska 2022, wyk. Zbigniew Buczkowski, Goździkowscy chcą wystawić kotce nagrobek na cmentarzu dla zwierząt. Pomnik musi być wspanialszy niż rzeźba na grobie kota sąsiadki. Kelnierka Kawa musi pracować na zmywaku, ponieważ wylała piwo na głowę klienta, który ją napastował.

20:00 Umysł przestępcy (Criminal) – dramat krym. USA/Wlk. Bryt./Bułgaria 2016, reż. Ariel Vromen, wyk. Kevin Costner (150 min)
22:30 Przetrwać do świtu (Survive the Night) – thriller USA 2020, reż. Matt Eskandari, wyk. Bruce Willis (100 min)
00:10 Czas porachunków (A Day to Die) – film sens. USA 2022, reż. Wes Miller, wyk. Kevin Dillon (130 min)

TVN7 **D31**

05:15 Szkoła (26/63)
06:05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie III
07:00 New Looney Tunes III (5) – serial anim. USA 2019
07:45 Ella zaklęta – film fantasy USA/Irlandia/Wlk. Brytania 2004, reż. Tommy O'Haver, wyk. Anne Hathaway
09:45 Złoty remont (8)
10:55 Bitwa o gości (4)
11:55 Ukryta prawda (54,55,56/60) – serial fab.-dok.
14:55 Szpital św. Anny (3,4/50) – serial obycz.
16:55 Detektywi (5/56)
17:55 Step Up 4 Revolution (Step Up Revolution) – film muzyczny USA 2012 (125 min)
20:00 Niebezpieczny (Dangerous) – film sens. USA 2021, reż. David Hackl, wyk. Scott Eastwood, Mel Gibson (135 min)
22:15 Ostatni samuraj (The Last Samurai) – film przyg. USA/Nowa Zelandia/Japonia 2003, reż. Edward Zwick, wyk. Tom Cruise (195 min)
01:30 Rafa (The Reef) – horror Australia 10, reż. Andrew Truicki, wyk. Zoe Naylor (95 min)

STOPKLATKA

08:00 Komisarz Rex IV (9,10/13) – serial sens. Austria/Niemcy 1998
10:00 Hudson i Rex II (12,9/19) – serial krym.
12:00 Robin z Sherwood (4/6) – serial fantasy
13:25 Kochany urwis ****** (Problem Child) – komedia USA 1990
15:00 Janosik – film przyg. ***** Polska 1974, reż. Jerzy Passendorfer (165 min)
17:45 Samotny wilk ****** McQuade (Lone Wolf McQuade) – film sensacyjny USA 1983, reż. Steve Carver, wyk. Chuck Norris (135 min)
20:00 Kult (The Wicker Man) ******* – thriller USA/Niemcy/Kanada/Meksyk 2006, reż. Neil LaBute, wyk. Nicolas Cage, Ellen Burstyn (125 min)
22:05 12 godzin (Stolen) ****** – film sens. USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas (110 min)
23:55 Pokaż, kotku, co masz ****** w środku – komedia Polska 11, reż. Sławomir Kryński, wyk. Jacek Borusiniński (125 min)

KINO POLSKA

07:30 Bolek i Lolek (13,1/13)
07:55 Tęgo się nie robi kotu – film krótkom. Polska 2022
08:20 Ranking Naj Polskiego Kina – serial dok. Polska 2024
08:50 Komedia małżeńska – komedia Polska 1993, reż. Roman Zaluski, wyk. Ewa Kasprzyk, Jan Englert
10:55 Znachor – melodramat Polska 1981, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Jerzy Bińczycki
13:50 Ziemia obiecana – dramat obycz. Polska 1975, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak
17:25 Anna German – serial biograficzny Ukraina/Polska/Chorwacja 2012, wyk. Joanna Moro, Marija Poroszyna
20:00 Kołeg – mogel – komedia Polska 88, reż. Roman Zaluski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Ewa Kasprzyk, Zdzisław Wardejn, Katarzyna Łaniewska
22:30 Lokatorka – dramat krym. Polska 2021, reż. Michał Orlowski, wyk. Irena Melcer, Sławomira Łozińska, Barbara Jonak, Krzysztof Stroiński
00:50 Cialo – komedia Polska 2003, reż. Andrzej Saramonowicz, Tomasz Konecki, wyk. Rafał Królikowski, Edyta Olszówka, Zbigniew Zamachowski

ALE KINO+

10:20 Matthew Perry. Ten, którego zabrakło. – film dok. Francja 2024
11:35 Punkty zwrotne ******** (Puntos suspensivos) – thriller Hiszpania 2024, reż. David Marqués, wyk. Diego Peretti (115 min)
13:30 Sprawa nierozwiązana (1,2,3,4/10) – serial kryminalny Kanada 2021
15:50 Niezwykłe miejsce na śmierć (3/4) – serial krym. Nowa Zelandia/Niemcy 2024
17:45 Prawnik z lincolna ******** (The Lincoln Lawyer) – film sens. USA 2011, reż. Brad Furman, wyk. Matthew McConaughey, Marisa Tomei (155 min)
20:20 Rebeliant (Free State of Jones) – film sens. USA 2016, reż. Gary Ross, wyk. Matthew McConaughey (160 min)
23:00 Pokusa (The Paperboy) – thriller USA 2012, reż. Lee Daniels, wyk. Matthew McConaughey (130 min)
01:10 Sharon Stone. Instytut przetrwania – film dok. Francja/USA/Hiszpania 2024

POLSAT FILM

11:45 Ania z Zielonego Wzgórza – ciąg dalszy
14:10 Aniołki Charliego – film sens. USA/Niemcy/Chiny 2019
16:40 Przygody Tintina – film anim. USA/Nowa Zelandia 2011
18:50 Drapacz chmur – thriller USA 18, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Dwayne Johnson
21:00 Lucy – film s.f. Francja/Niemcy/Tajwan/Kanada 2014, wyk. Scarlett Johansson
22:50 Chłopak z sąsiedztwa – thriller USA 2015
00:35 Ślad (40,41/48) – serial kryminalny Polska 2018

KINO TV

08:40 Strażnik Teksasu (1,2,3/3) – serial sens.
12:45 Czym chata bogata! – komedia Francja/Belgia 2017
14:45 Komandosi z Navarony – film wojenny Wlk. Brytania/USA 1978, reż. Guy Hamilton
17:30 Zaginione miasto Z – film biograficzny USA 2016
20:00 Sąsiedzi II – komedia USA/Chiny 2016, reż. Nicholas Stoller, wyk. Seth Rogen
22:00 Iluzja II – thriller USA/Hongkong 2016, reż. Jon M. Chu, wyk. Jesse Eisenberg
00:55 Spacer w chmurach – melodramat USA/Meksyk 95

TVP KULTURA

10:15 Nie do przebaczenia ******* – western USA 1960, reż. John Huston (130 min)
12:25 Kosmos 1999 (15/24) – serial sensacyjny
13:30 Podróż z Agatą Christie i Sir Davidem Suchetem (4) – serial dok. Wlk. Brytania 2025
14:35 O psie, który jeździł ******* kolejną – film przyg. Polska 2023 (110 min)
16:25 Noce i dnie (8) – serial obycz. Polska 1978
17:30 Sztuka jako koniec – ność. 4. Biennale Mater of Art, Praga 2026 – reportaż
18:05 Jutrzenka (Cela s'appelle l'aurore) ******* – melodramat Francja/Włochy 1956 (115 min)
20:00 Destrukcyjna (Destruction) ******* – komediodramat USA 2015, reż. Jean-Marc Vallée, wyk. Jake Gyllenhaal (110 min)
21:50 TVP Kultura na TAURON Nowe Horyzonty – Wrocław 2026 (1)
22:15 Bohater (Ghahreman) ******* – thriller Iran/Francja 2021 (140 min)
00:35 Opolo 2016 – Scena alternatywna

WARNER TV

11:55 Sok z żuka – komedia USA 1988, reż. Tim Burton
13:45 Miłość jak narkotyki – komedia romant. USA 1997
15:45 Superman III – film fan-tasy USA/Wlk. Brytania 1983
18:20 Superman IV – film s.f. Wlk. Brytania/USA 1987
20:05 Akademia policyjna – komedia USA 1984
22:00 Wrogi niebo V (10/10) – serial s.f. USA/Kanada 2015
22:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII (1,2/22)
00:50 Wyścig przyszłości – film s.f. USA 1997

PARAMOUNT

09:30 LEGO® Batman: Film – film anim. USA/Dania/Australia 2017, reż. Chris McKay
11:50 Goonies – film przyg. USA 1985, reż. Richard Donner
14:20 Nieoczekiwana zmiana miejsc – komedia USA 1983
16:50 Mission: Impossible – Fallout – film sens. USA 2018
20:00 Książę w Nowym Jorku – komedia USA 1988, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy
22:30 Pulp Fiction – komedia kryminalna USA 1994, reż. Quentin Tarantino
01:35 Grindhouse vol. 1 Death Proof – thriller USA 2007

HBO

09:25 Wielka mała koza ******* – film anim. USA 2026, reż. Tyree Dillihay, Adam Rosette (100 min)
11:05 Wyśnione piosenki ****** – dramat obycz. USA 24, reż. Nick Wilson (95 min)
12:40 Marsjanin – film s.f. ******** USA/Wlk. Bryt./Węgry/Jordania 2015, reż. Ridley Scott (140 min)
15:00 Sypiając z innymi ******* – komedia romantyczna USA 2015 (100 min)
16:40 Eileen – thriller ******* USA/Wlk. Brytania/Australia 2023, reż. William Oldroyd (100 min)
18:20 Wielka mała koza ******* – film anim. USA 2026, reż. Tyree Dillihay, Adam Rosette (100 min)
20:00 No hej! – komedia ******* USA 2025, reż. Sophie Brooks, wyk. Molly Gordon (95 min)
21:35 Euforia: Powrót – serial obycz. USA 2026
22:40 Lisa Frankenstein ******* – horror USA 2024, reż. Zelda Williams, wyk. Kathryn Newton (100 min)
00:20 Ostatni pojedynek ******* – thriller USA/Wlk. Brytania 2021 (150 min)

CINEMAX

08:35 Apollo 13 – film katas. USA 1995, reż. Ron Howard
10:50 Interstellar – film s.f. USA/Wlk. Bryt./Kanada 2014
13:35 Młode serca – dramat obycz. Belgia/Holandia 2024
15:15 Apollo 13 – film katas. USA 1995, wyk. Tom Hanks
17:30 Transformers: Ostatni Rycerz – film s.f. USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay
20:00 Inferno – thriller USA/Węgry 2016, reż. Ron Howard
22:00 Wybuchowa para – komedia sens. USA 2010
23:50 Szczęki – thriller USA 75

ROMANCE TV

07:40 Górski lekarz (1,1,2/8)
10:30 Lato w Bretanii – film obyczajowy Niemcy 2021
12:25 Inga Lindström: Lato na wyspie – romans Niemcy 2005
14:20 Miłość na Tahiti – komedia romantyczna USA 2023
16:15 Na zawsze lato (1,2) – serial krym. Niemcy 2024
20:00 Zabójcze tropiki (7,8/8) – serial krym. F 2019, wyk. Sonia Rolland, Julien Bérarism
22:15 Nord Nord Mord (8) – serial krym. Niemcy 2018
00:05 Rzeka życia: Zaginiona na Amazonie – dramat obyczajowy Niemcy 2013

CANAL+ PREMIUM

08:35 Luca: Legenda Ferrari (2) – film dokumentalny
09:30 Holiday – komedia ******* romantyczna USA 2006, reż. Nancy Meyers, wyk. Cameron Diaz (135 min)
11:45 Kiedy nadchodzi jesień ******* – dramat obycz. Francja 2024 (100 min)
13:25 Łapu-Capu (177)
13:40 Peacock – dramat obycz. USA 2010, reż. Michael Lander (90 min)
15:10 Chopin, Chopin! ******* – dramat obyczajowy Polska 2025, reż. Michał Kwieciński (130 min)
17:20 Kawałek po kawałku ******* – film anim. USA/Dania/Australia/Hongkong 2024 (100 min)
19:00 Jason Bourne – film ******* sensacyjny USA/Chiny/Hiszpania/Japonia/Islandia/Niemcy/Włochy 2016 (120 min)
21:00 Dalej jazda! 2 – komedia Polska 2026, reż. Mariusz Kuczewski, wyk. Marian Opania (105 min)
22:45 The Killer – film sens. ******* USA/Korea Południowa/Kanada 2024, reż. John Woo, wyk. Nathalie Emmanuel (125 min)

TVN FABUŁA

07:45 Prawo Agaty V (11,12/13)
10:50 Elf – komedia USA 2003
12:55 Blueback – dramat obycz. Australia 2022
15:10 Liga sprawiedliwości – film fantasy USA 2017
17:45 Miss Agent – komedia sensacyjna USA 2000
20:00 Pani i pan Smith – komedia sensacyjna USA 2005, reż. Doug Liman
22:30 Dusza towarzystwa – komedia USA 2018
00:45 Nie bój się ciemności – horror USA/Australia/Meksyk 2010, reż. Troy Nixey

AMC

09:55 Noe: wybrany przez Boga – film przyg. USA 2014
12:55 Wyścig z czasem – film s.f. USA 2011
15:05 Złów i wypuść – komediodramat USA 2006
17:35 Pogromcy duchów – komedia sensacyjna USA 1984, reż. Ivan Reitman
19:50 Uliczny wojownik – film sens. Japonia/USA 1994, reż. Steven E. de Souza
22:00 28 dni później – horror Wlk. Brytania/Hiszpania/USA 2002, reż. Danny Boyle
00:25 Martwa rzeka – thriller Australia 2007

AXN

09:15 Walker: Strażnik Teksasu II (3/20) – serial krym.
10:10 MacGyver III (13,14,15, 16,17/22) – serial akcji USA 19
15:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI (22,1,2,3,4/22) – serial krym. USA/Kanada 11
20:00 Saga „Zmierzch” – Księżyc w nowiu – melodramat USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart
22:50 Snajper: Duch wojnika – thriller USA 2016
00:45 Snajper: Ostatni strzał – film akcji USA 2017

EPIC DRAMA

08:15 Zatraceni w miłości – serial obycz. Turcja 2024
11:20 Agenci NCIS XVII (1,2,3,4,5/20) – serial krym.
15:40 Panna Marple IV (3/4) – serial krym. Wlk. Bryt. 2009
17:50 Poirot (1/11) – serial krym. Wlk. Brytania 1990
20:05 Detektyw Murdoch XIX – serial kryminalny Kanada/Wlk. Brytania 2025
21:00 Komisarz Maigret (1/2) – serial krym. Wlk. Bryt. 2016
22:55 Hiszpańska księżniczka: Zuchwały plan (3/8) – serial hist. USA/Wlk. Brytania 2019
00:05 Zatraceni w miłości

TVN STYLE

11:25 Jestem z Polski IV (1,2,3/3) – serial dok.
14:35 Kobieta na krańcu świata XVI: Grenlandia – nie jesteśmy na sprzedaż (4/8)
15:35 Projekt City (3)
16:05 Bitwa o gości (7)
17:05 Będzie pięknie (8/8)
18:05 Ugotowani (11)
19:05 Kuchenne rewolucje (10,11) – reality show Polska 24
21:10 Kate. Narodziny księżniczki (2) – serial dok. Wlk. Bryt. 2025
22:15 Ślub od pierwszego wejrzenia (5,6) – real tv
00:25 Śluby marzeń

TVN TURBO

08:40 Samochód marzeń (1)
09:35 Ciężarówka przez Stany II (5,6,7,8/10) – serial dok.
12:30 Wojny samochodowe (10,11,12) – program rozrywk.
15:30 Zawodowi handlarze
17:00 Mobilni mechanicy
18:30 Wojna samochodowa (14,15)
19:30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5)
20:15 Z drugiej ręki (9)
21:00 Naprawy nie do naprawy
21:45 Moto kombat (6)
22:25 Zawodowi handlarze
23:10 Wojny samochodowe (9)
00:10 Duda kontra Szafranski IX (3) – serial dok.

BBC FIRST

08:40 McDonald i Dodds III
10:30 Morderstwa w Mid-somer (1,1/5) – serial krym.
12:50 Ojciec Brown VIII (8,9,10/10) – serial krym.
15:50 My Life is Murder V
17:45 Z pamiętnika położnej X (2/7) – serial obycz.
18:50 Śmierć z dala od palm
19:55 Śmierć pod palmami III (5/8) – serial kryminalny
21:00 Annika (5/6)
22:05 Milczący świadek XXIII (1,2/10) – serial kryminalny
00:25 Zaproszona (1/4)

FX

08:40 FBI IV (18/21)
09:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (6,7/24) – serial krym.
11:25 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (1,2,3/17)
14:10 Z Archiwum X III (4,5,6/24) – serial s.f.
17:00 Terminal – komedia romant. USA 2004, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks
19:35 Szklana pułapka – film akcji USA 1988, reż. John McTiernan, wyk. Bruce Willis
22:15 Szklana pułapka II – film akcji USA 1990
00:50 Uliczny wojownik – film sens. Japonia/USA 1994

HGV

09:55 Polowanie na ogród VI
10:30 Uratuj swój ogród (17)
11:30 Wymarzony dom za granicą – serial dok.
12:35 Kolekcjonerski obłęd wart miliony – serial dok.
13:35 Weekendowa meta-morfoza (7,8) – reality show
15:30 Kamera, akcja, wpadka!
17:05 House Hunters (9,10,11)
18:45 Będzie pięknie (3/8)
19:45 Weekendowa meta-morfoza (3,2) – reality show
21:35 Mieszkanie na miarę (4,1/4) – serial dok. Polska 2021
23:30 Usterka XI (2,27,29)

BBC LIFESTYLE

08:10 Hotel Savoy (3,4,1,2,3,4)
14:05 Hotel Four Seasons przy Park Lane (1,2,3,4)
18:05 Psijaciele w potrzebie (3/4) – serial dok. Wlk. Bryt. 25
19:00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (3) – mag. kul.
19:40 Wielkie amerykańskie wypieki (3,4) – program rozrywkowy USA 2024
22:00 Psijaciele w potrzebie (3/4) – serial dok. Wlk. Bryt. 25
23:00 Wstydlive choroby: online II (4,5) – serial dok.
00:45 Hotel Savoy (1,2,3,4)
04:15 Wielkie amerykańskie wypieki (3) – program rozrywk.

COMEDY CENTRAL

08:30 Teoria wielkiego podrywu IX (5,6,7,8,9,10,11, 12,13,14/24) – serial kom.
12:40 Teoria wielkiego podrywu IX (15,16/24)
13:30 Przyjaciele IX (13,14,15, 16,17,18,19/24) – serial kom.
17:05 9JKL (13,14,15,16/16)
19:00 Duchy (7/8/18)
20:00 Choć goni nas czas – komediodramat USA 2007
22:00 The Office PL II (12,1)
23:05 Comedy Club (11,12)
00:05 Miasteczko South Park III (9,10,11/17)

TVP SERIALE

06:30 U Pana Boga w ogródku
07:25 Na sygnale – serial obycz.
10:15 Ranczo IX (6)
11:55 Rodzinka.pl XVIII (6,7,8)
13:35 Ojciec Mateusz 30 (10,11) – serial krym. Polska 23
15:30 Komisarz Alex XXV (2)
16:30 Ranczo IX (8)
17:30 Czerdziejstolek (6)
18:35 U Pana Boga w ogródku
19:30 Ojciec Mateusz 30 (12,1) – serial krym. Polska 2023
22:30 Ranczo IX (9,10) – serial komediowy Polska 2015
23:00 Komisarz Alex XXV (2,3)
02:15 Pitbull (4) – serial sens.
03:10 Oficerowie (9/14)

CANAL+ KUCHNIA

13:35 Jamie Oliver (21,22)
14:30 U sąsiadów w kuchni XVI
15:40 ABC gotowania (4)
16:05 m jak mięso (7,8)
16:55 Jamie Oliver (2)
17:50 Ekoporady z Julią Oleś II
17:55 Jakubik rozgryza Polskę
18:50 Jedź, podróżuj, smakuj
19:50 Podróż piekarsza z Hebrydów (2) – mag. kulinarny
20:45 Kulisy wielkiej kuchni
21:40 Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (2)
22:35 Kuchenny recykling
23:30 Wszystkie smaki fermentacji (6) – serial dok.

CANAL+ DOMO

13:15 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (4)
14:10 Wielkie projekty XI (4/10)
15:15 Wielkie projekty: Nowa Zelandia (8) – serial dok.
16:10 Przekopimy Ci ogródek
16:40 Mam zamek III (3,4)
17:35 Kupione i co dalej? (1)
18:00 Daleko od miasta XIII
18:55 Zbudujemy ten dom
20:00 Adres: rezydencje marzeń (8) – reality show
21:00 Wielkie projekty XII
22:00 Generalna odbudowa II
22:55 Luksusowa ucieczka
23:50 Wielkie projekty: Australia X – serial dok.

PLANETE+

14:45 Zielony łód biegunów
15:50 Wszystko o Marii, Matce Bożej – serial dok. Francja 2025
16:55 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Polska z góry IX (4,5)
19:45 Dolly Parton – amerykański skarb – film dok.
20:50 Louis de Funes – król francuskiej komedii – film dok.
22:00 Premiera: Dynastia Nehru-Gandhi – serial dok.
23:10 Mia Farrow. Cienie sławy
00:20 Trzy kobiety i wojna

DISCOVERY CHANNEL

12:00 Celnicy na straży Niemiec – real tv Niemcy 2025
13:00 Złomowisko PL IV (1,2)
15:00 Nic do ukrycia II (1)
16:00 Przygody truckerki
17:00 Ciężarówka przez Afrykę – serial dok. Polska 20
18:00 Ed Stafford: inicjacja
19:00 Teorie spiskowe pod lupą (2) – serial dok. USA 2026
20:00 W oku cyklonu: łowy burz (5) – serial dok. USA 2025
21:00 Najniebezpieczniejszy zawód świata XXII (1)
23:00 Złoto drwali II (2)
00:00 Akta ekspedycji II
01:00 Rolnicy w akcji (3)

TVP HISTORIA

10:40 Podziemne Włochy (8/8)
11:50 Wszystkie kolory świata
12:55 Wyspy Kanaryjskie (4/5)
13:55 Ex libris – mag.
14:30 Pułkownik Kwiatkowski – komediodramat Polska 1995
16:45 Tajemnice kultowych seriali (6) – mag. filmowy
17:40 Blisko, coraz bliżej (6)
19:05 Zabójcza nauka II (2/6)
20:05 Bangladesz. Zatoka krwi (2) – film dok. Indie 2023
21:10 Midway – dramat wojenny USA/Chiny 2019
23:35 Pluton – dramat wojenny USA/Wlk. Brytania 1986

HISTORY

10:10 Wojny magazynowe XVI
11:10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie II (18)
12:05 Starożytni kosmici XIV
13:05 Tajemnice zaginionych miast (1) – serial dok.
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata V (2/18)
14:55 Gwiazdy lombardu XXV
16:15 Piątka z historii (3,4)
17:10 Starożytni kosmici XIII (7/11,17/13) – serial dok.
21:00 Imperium rzymskie: powstanie i upadek (1)
23:00 Niewyjaśnione tajemnice świata V (5,6/18)
00:50 Starożytni kosmici XVI

NATIONAL GEOGRAPHIC

10:05 Katastrofa w przestworzach XXV (4,3,1,6,2,9)
16:00 Premiera: Car S.O.S. VII – serial dok. Wlk. Bryt. 2026
16:55 Żelazna kurtyna: życie pod radziecką okupacją (3/3)
18:05 Czechosłowacja: tajny front zimnej wojny – film dok.
19:10 UFO: przełomowe śledztwa (1/5) – serial dok.
20:05 Miasta w liczbach (8/8)
21:10 Zaginione skarby Biblii (2,5/6) – serial dokumentalny
23:00 Ciemna strona świata II (5,10/10) – serial dok. USA 2021

FOCUS TV

10:00 Świat z góry. Podróżę pociegiem – serial dok.
11:00 Bitwy morskie – historia okrętów wojennych
13:00 Rolnicy. Podlasie VIII
16:00 Podglądacze przyrody
17:00 Największe statki świata (4/8) – serial dok. USA 2019
18:00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły III (1/3)
19:00 Jak to wyjaśnić II
20:00 Tajemnice zamków (4/8)
21:00 Niezwykłe konstrukcje II
22:00 Niewyjaśnione zagadki
23:00 Poza kontrolą
00:00 Katakizmy, które wstrząsnęły światem (8/8)

BBC EARTH

11:10 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) – serial dok.
12:20 W okowach mrozu III (1,2,3,4,5/12) – serial dok.
17:15 David Attenborough i cuda natury II (3/10)
17:40 Najpiękniejsze trasy spacerowe – serial dok.
18:45 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) – serial dok.
19:55 Wyspy Pacyfiku II (2,3/3)
22:00 W okowach mrozu: Kanada II (5/8) – serial dok.
23:00 Londyn Davida Attenborough – film dok.
00:15 Na krawędzi katastrofy

POLSAT VIASAT HISTORY

06:20 Naziści: ściśle tajna nauka (6,7,8/8) – serial dok.
09:10 Naziści: korzenie zła – serial dok. Kanada 2026
12:05 Życie prywatne przywódców Rzeszy (1,2,3,4/4)
15:55 Dzikie Zachód (5,6/6) – serial dok. Wlk. Bryt. 2023
17:55 Konkwestadorzy: powstanie i upadek (1,2,3/6)
21:00 Wojna Adolfa Hitlera (4,5,6/6) – serial dokumentalny Wlk. Brytania 2020
00:15 Wojna światowa: 1914-1945 (6,7,8/8)
02:55 II wojna światowa: ostatnie miesiące (1,2/2)

Od A do Z

ABIGAIL ★★★

horror, USA/Irlandia/Kanada 2024, reż. Matt Bettinelli-Olpin, Tyler Gillett, wyk. Melissa Barrera, Dan Stevens, Alisha Weir

21:55 | hbo

W nastroju komediowym: nieudolni bandyci uprowadzają dwunastoletnią córkę króla przestępczego podziemia, by wkrótce na własnej skórze przekonać się o niecodziennych zdolnościach dziewczynki.

CZŁOWIEK**Z ŻELAZA ★★★★★**

dramat obycz., Polska 1981, reż. Andrzej Wajda, wyk. Jerzy Radziwiłowicz, Krystyna Janda, Marian Opania

21:20 | tvp historia

Złota Palma w Cannes dla Solidarności, Andrzeja Wajdy i dalszego ciągu poszukiwań Mateusza Birkuta – przodownika pracy, który obnażył pustkę systemu – aż do logicznej kulminacji Sierpnia '80.

EGZEKUTOR ★★

film sens., USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger, James Caan, Vanessa Williams

22:15 | tvn 7

Arnold Schwarzenegger jako supertajny agent na tropie kolegów zamieszanych w nielegalny handel bronią. Dla sympatyków Arnego i zwalnającego od myślenia tempa akcji z charakterystycznym humorem.

INCEPCJA ★★★★★

film sens., USA/Wlk. Brytania 2010, reż. Christopher Nolan, wyk. Leonardo DiCaprio, Ellen Page, Joseph Gordon-Levitt

20:00 | cinemax

Christopher Nolan igra z podświadomością: Leonardo DiCaprio jako ścigany przez wszystkich złodziej snów, który ma szansę na rehabilitację, jeśli zaszczepi pewną ideę w cudzym umyśle. Intrygujące.

KURACJA ★★

horror, USA 2024, reż. Max Minghella, wyk. Elisabeth Moss, Kate Hudson, Kaia Gerber

23:15 | canal+ premium

Niegdyś popularna aktorka marzy o powrocie na czerwone dywany, odpowiada więc na ofertę wyspecjalizowanego w tym kombinatu spa, by wkrótce odkryć jego mrozącą krew w żyłach tajemnicę. Konfekcja.

Sojusznicy



FOT. BRUNO CALVO / AMAZON MGM STUDIOS

FILM SENSACYJNY

USA 2025, REŻ. ILYA NAISHULLER, WYK. JOHN CENA, IDRIS ELBA, JACK QUAID

MISTRZ ★★★

film biograficzny, Polska 2020, reż. Maciej Barczewski, wyk. Piotr Głowacki, Jan Szydłowski, Marcin Bosak

22:25 | kino polska

Piotr Głowacki jako przedwojenny mistrz bokserski Tadeusz „Teddy” Pietrzykowski, który trafia do Auschwitz z pierwszym transportem więźniów, a w obozie stacza kilkadziesiąt walk, stając się żywą legendą.

NIE POWIESZ**NIKOMU? ★★**

komedie romantyczna, USA 2019, reż. Elise Durán, wyk. Alexandra Daddario, Tyler Hoechlin, Sunita Mani

21:20 | tvp 1

Podczas kryzysowej sytuacji w trakcie lotu dziewczyna zwierza się ze swych sercowych rozterek obcemu, nie podejrzewając, że mężczyzna za chwilę zostanie jej korporacyjnym przełożonym.

RAPORT**PELIKANA ★★**

thriller, USA 1993, reż. Alan J. Pakula, wyk. Denzel Washington, Julia Roberts, Sam Shepard

19:10 | warner tv

Julia Roberts i Denzel Washington na tropie spisku, wymierzonego przez CIA w ostatnich sprawiedliwych establishmentu. Szkoda czasu na kino według scenariusza gry komputerowej.

SŁUŻĄCE ★★★★★

dramat obycz., USA/Indie 2011, reż. Tate Taylor, wyk. Emma Stone, Viola Davis, Bryce Dallas Howard

19:55 | polsat

Oscarowa (statuetka i trzy nominacje) niespodzianka z Hollywood: spojrzenie na czarną społeczność amerykańskiego Południa lat 60. z punktu widzenia służącej zatrudnionej u bogatej białej rodziny.

TOMB RAIDER ★★★

film przyg., Wlk. Brytania/USA 2018, reż. Roar Uthaug, wyk. Alicia Vikander, Dominic West, Walton Goggins

20:00 | tv puls

Alicia Vikander zakłada kostium Angeliny Jolie, by przypomnieć bohaterkę popularnej gry: córka ekscentrycznego podróżnika (i finansowego magnata) wyrusza na poszukiwanie zaginionej przed laty ojca.

TOŻSAMOŚĆ**BOURNE'A ★★★★★**

thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002, reż. Doug Liman, wyk. Matt Damon, Franka Potente, Chris Cooper

19:30 | canal+ premium

Bestseller Roberta Ludluma na dużym ekranie: dotknięty amnezją tajny agent na tropie własnej tożsamości, próbując jednocześnie dociec okoliczności utraty pamięci. Plus Matt Damon i Franka Potente.

20:00 | hbo

★★★★

Zaufani ochroniarze prezydenta USA i premiera Wielkiej Brytanii na tropie terrorystów, którzy planują eliminację światowych przywódców i przejęcie władzy. Ale nie pod okiem dwóch jednoosobowych armii.

MYZ

WEEKEND W TAJPEJ ★★

film sens., USA/Francaja/Tajwan 2024, reż. George Huang, wyk. Luke Evans, Lun Mei Gwei, Sung Kang

20:00 | tvn 7

Z produkcyjnej teki Luca Besson: były agent antynarkotykowy wraca na Tajwan. Niekoniecznie przypadkiem spotyka dawną miłość, obecnie – jak się okaże – żonę narkotykowego bossa, którego ma pojąć.

WIELKA WARSZAWSKA ★★

film sens., Polska 2025, reż. Bartłomiej Ignaciuk, wyk. Tomasz Ziętek, Tomasz Sapryk, Piotr Trojan

21:25 | canal+ premium

Zakurzona opowieść Jana Puryckiego o kulisach toru wyścigów konnych na Służewca i młodym dżokeju marzącym o wygranej. Czy jednak w skorumpowanym świecie wokół czysty – uczciwy – sukces jest możliwy?

ZŁOTO ★★

thriller, Australia/Wlk. Brytania 2022, reż. Anthony Hayes, Max Winkler, wyk. Zac Efron, Anthony Hayes, Susie Porter

23:40 | hbo

W świecie przyszłości dwóch wędrowców znajduje największy samorodek złota, na jaki natrafił człowiek. Gdy jeden rusza po narzędzia do jego wydobycia, drugi zostaje sam, by chronić skarb przed obcymi

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

08:00 Tydzień (1091)
08:35 Stawka większa niż życie (14,15) – serial wojenny Polska 1969
10:55 Ojciec Mateusz XVII (1)
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Portret kapłana (18)
13:05 Planeta Ziemia III (6/8)
14:05 Studio Tour de Pologne Women (na żywo)
14:10 Kolarstwo: Tour de Pologne Women: 3. etap: Janowiec – Lublin (na żywo)
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:20 Pogoda
17:35 Żona dla Polaka (8) – reality show Polska 2024
18:40 Jaka to melodia? (5796)
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:25 Gra z Cieniem – serial krym. Polska 2024, wyk. Grzegorz Małecki
21:20 Nie powiesz nikomu? (Can You Keep a Secret?) – komedia romant. USA 19, reż. Elise Durán (100 min)
23:00 Kroniki Tour de Pologne Women
23:10 Dewajts (1/7) – serial kostiumowy Polska 23
00:05 1917 – dramat wojenny Wlk. Brytania/USA 2019, reż. Sam Mendes (130 min)

MEZZO

13:45 Orkiestra Paryska, Esa-Pekka Salonen: Ligeti, Bruckner – muzyka klasyczna
15:25 Behzod Abduraimov, Tokijska Orkiestra Filharmoniczna, Marios Papadopoulos – Shor, Beethoven
16:40 Brahms: Kwintet smyczkowy G-dur, nr 2 op. 111 – Takács Quartet, Nabuko Imai
17:10 Intermezzo
17:35 Richard Wagner: Das Rheingold – opera Szwajcaria 2024, reż. Michael Beyer
20:30 Filharmonicy Berlińskiego, Gustavo Dudamel: Waldbühne 2025 – muzyka klasyczna
22:05 Nielsen: Symfonia nr 4 – Duńska Narodowa Orkiestra Symfoniczna, Fabio Luisi
23:25 Pierre Boulez i Akademia Festiwalu w Lucernie – Dokument Niemcy 2009

TVP2 D3 I

05:10 Barwy szczęścia
06:25 M jak miłość
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7626) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7626) – mag. Polska 2026
11:20 Dzień z życia artysty
11:55 Lato z Radiem i Telewizją Polską – koncert
14:00 Familiada (3082)
14:35 Koło fortuny (2052) – teleturniej Polska 2025
15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 (3) – show
16:15 Tak to leciało! (69)
17:15 Maxima. Droga na tron (5/6) – serial biograficzny Holandia 2024, wyk. Delfina Chaves, Martijn Lakemeier
18:15 Rodzinka.pl XVII (3) – serial kom. Polska 2025
18:55 Kocham Cię, Polsko! (7) – quiz Polska 2026



20:25 Postaw na milion (385) – teleturniej
21:25 63. KFPP w Opolu
22:25 Open'er Festival 2026 (9) – koncert
23:20 Na przekór losowi (7,8/8) – serial obycz. Włochy/F/Niemcy 24, wyk. Jasmine Trinca, Valerio Mastandrea
01:40 Król (3/8) – serial krym. Polska 2020
02:50 Tulipanowa gorączka (Tulip Fever) – melo-dramat Wlk. Brytania/USA 2017 (105 min)

PULS 2

08:25 Wojciech Cejrowski. Boso Luizjana – serial dok.
09:05 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby (1, 2)
10:40 Hibernatus – komedia Francja/Włochy 1969
12:25 Mania wielkości – komedia Francja/Hispania/Włochy/Niemcy 1971
14:40 Królowna Śnieżka i krasnoludki – film fantasy Niemcy/Czechy 2019
16:45 Księżniczka i pół królestwa – film fantasy Czechy 2019, reż. Karel Janák
18:45 Śpiąca królowa – film fantasy Niemcy 2008
20:00 Noc rekinów 3D – horror USA 11, reż. David R. Ellis
21:35 Dzielnica strachu X (11,12,13,14,15) – serial krym.
03:00 Lombard. Życie pod zastaw V – serial obycz.

POLSAT D3 I

06:00 Nowy dzień (1951)
08:30 Halo tu Polsat (3053)
11:30 Piotruś Pan – film przyg. Wlk. Brytania/USA/Australia/Nowa Zelandia 2003, reż. P.J. Hogan, wyk. Jeremy Sumpter, Jason Isaacs, Ludvine Sagnier
13:50 Paddington 2 – film przyg. Wlk. Brytania/Francja 2017, reż. Paul King, wyk. Ben Whishaw, Hugh Bonneville, Sally Hawkins (140 min)
16:10 Park jurajski (Jurassic Park) – film przyg. USA 1993, reż. Steven Spielberg, wyk. Sam Neill, Laura Dern, Jeff Goldblum, Richard Attenborough (160 min)
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (726)
19:40 Pogoda – Polska 2026



19:55 Służące (The Help) – dramat obyczajowy USA/Indie 2011, reż. Tate Taylor, wyk. Emma Stone, Bryce Dallas Howard (190 min)
23:05 Wystrzałowe wesele (Shotgun Wedding) – komedia USA 2022, reż. Jason Moore, wyk. Jennifer Lopez (130 min)
01:15 Krucjata Bourne'a (The Bourne Supremacy) – thriller USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass (145 min)

TV4

07:00 Ewa gotuje (476)
07:30 The Americas (4,5/10)
09:25 Galileo
11:25 Mini Galileo
11:45 Pasażerowie – film s.f. USA/Australia/Hongkong 2016
14:05 Podróże Guliwera – film przygodowy USA 2010
15:55 Bez hamulców – film sens. USA 2012, reż. David Koepp, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Dania Ramirez
17:55 Uroczysko IV (27,28, 29,30/52) – serial krym. Polska 2025, wyk. Antoni Królikowski
20:00 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (29,30,31,32) – serial krym. Polska 2026, wyk. Marek Włodarczyk
00:05 STOP Drogowka (357) – mag. policyjny Polska 2025
01:05 Polowanie na Hitlera (9,10/10) – serial dok.

TVN D3 I

05:40 Uwaga! (8050)
05:55 Ukryta prawda (22/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bar Alpejski 31 (7)
07:45 Dzień dobry wakacje
11:35 Co za tydzień (1253)
12:25 Ugotowani (8)
13:35 Wojownicze żółwie ninja: Wyjście z cienia (Teenage Mutant Ninja Turtles: Out of the Shadows) – film przyg. USA/Hongkong/Chiny 2016, reż. Dave Green, wyk. Megan Fox (150 min)
16:05 Akademia Policyjna IV – Patrol obywatelski (Police Academy 4: Citizens on Patrol) – komedia USA 1987, reż. Jim Drake, wyk. Steve Guttenberg, Bubba Smith (110 min)
17:55 Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bar Alpejski 31 (7)
19:00 Fakty, sport, pogoda



19:45 Transformers: Wiek zagłady (Transformers: Age of Extinction) – film s.f. USA/Chiny 14, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg (210 min)
23:15 Ocean's Thirteen – komedia kryminalna USA 2007, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney (140 min)
01:35 Krzysztof – dramat obycz. Polska 10, reż. Dariusz Twaróg, wyk. Marek Kalita (120 min)

METRO D3 I

06:25 Gorączka złota XI
08:10 Klan z Alaski V (11,12/15)
10:15 The Floor (1)
11:00 Wojownicze żółwie ninja – komedia sens. USA 2014
13:00 Formuła E: e-Prix Tokio
14:15 Dziewczyny z Hollywood (4) – program rozrywk.
14:30 Diagnosta II (12)
15:30 Kryminalny IV (7,8,9) – serial krym. Polska 2006
18:50 Milionerzy (627, 628)
20:00 Yellowstone II (1,2/10) – serial obycz. USA 2019, wyk. Kevin Costner, Luke Grimes
22:05 Zeszłej nocy – dramat obycz. USA/Francja 2010, reż. Massy Tadjedin, wyk. Keira Knightley, Sam Worthington
23:55 Zbrodnice z pierwszych stron gazet VII (6/14)
00:55 Szpital (64/72)

TV PULS D3 I

06:00 Taki jest świat (30)
06:40 Kobra – oddział specjalny XXIII (2/13) – serial sens.
07:40 Don Matteo: Boski detektyw XV
09:50 Kurierzy (40,41)
11:45 Cafkowiec nowe przygody Aladyna – komedia F 18
13:45 Książę i ja (The Prince & Me) – komedia romantyczna USA/Czechy 2004 (130 min)
15:55 Sezon na sąsiada (Chasse gardée) – komedia Francja/Belgia 2023 (125 min)
18:00 Za jakie grzechy, dobry Boże? (Qu'est-ce qu'on a fait au Bon Dieu?) – komedia Francja 2014, reż. Philippe de Chauveron (120 min)

20:00 Tomb Raider – film przyg. Wlk. Brytania/USA 2018, reż. Roar Uthaug, wyk. Alicia Vikander (140 min)
22:20 Horda (Rogue) – film sens. USA/RPA/Wlk. Brytania 2020, reż. M.J. Bassett, wyk. Megan Fox (140 min)
00:40 Mściciel (Wake of Death) – film sensacyjny Wlk. Brytania/Francja/Niemcy/RPA/USA 2004 (100 min)
02:20 Dyżur III (41)

TVN7 D3 I

05:30 Szkota (27/63)
06:20 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie III – serial dok.
07:15 New Looney Tunes III
08:00 Alvin i wiewiórki: Wielka wyprawa – film anim. USA 2015, reż. Walt Becker
09:50 Ukryta prawda (57,58,59,60,1/60) – serial fabularno-dok. Polska 2022
14:50 Szpital św. Anny (5,6/50) – serial obycz.
16:50 Detektywi (6/56) – serial fab.-dok. Polska 2023
17:45 10 000 lat przed naszą erą (10 000 BC) – film przyg. USA/RPA 2008, reż. Roland Emmerich, wyk. Steven Strait, Camilla Belle (135 min)

20:00 Tango i Cash (Tango & Cash) – film sens. USA 1989, reż. Andrew Konchalovskiy, wyk. Sylvester Stallone, Kurt Russell (140 min)
22:20 Egzekutor (Erasor) – film sens. USA 1996, reż. Chuck Russell, wyk. Arnold Schwarzenegger (140 min)
00:40 Nostalgia anioła (The Lovely Bones) – thriller USA/Wlk. Brytania/Nowa Zelandia 09, reż. Peter Jackson (155 min)

STOPKLATKA

- 08:00 Komisarz Rex IV** (12/13) – serial sens.
10:00 Hudson i Rex II (11,14,13/19) – serial krym.
13:00 Robin z Sherwood (5/6) – serial fantasy
14:20 Książę i ja IV: W Krainie Słoni – komedia romantyczna USA 2010, reż. Catherine Cyran, wyk. Kam Heskin, Chris Geere (115 min)
16:15 Nie ma róży bez ognia – komedia Polska 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Halina Kowalska (120 min)
18:15 Sierżant Bilko – komedia USA 1996, reż. Jonathan Lynn, wyk. Steve Martin (105 min)
20:00 Uproszczona III (Taken 3) – film sens. USA/Hiszpania/Francja 2014, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson (140 min)
22:20 Bez odwrotu (Best of the Best 3: No Turning Back) – film sens. USA 1995, reż. Phillip Rhee, wyk. Phillip Rhee (95 min)
23:55 Oczy węża (Snake Eyes) – thriller USA/Kanada 1998 (145 min)

KINO POLSKA

- 07:40 Bolek i Lolek** (2,3,4/13)
08:15 Ranking Naj Polskiego Kina – serial dok. Polska 2024
08:50 Nibylandex – film krótkom. Polska 2026
09:30 Krzyżacy – film przyg. Polska 1960, reż. Aleksander Ford, wyk. Urszula Modrzyńska
13:05 Nie lubię poniedziałku – komedia Polska 1971, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Jerzy Turek, Kazimierz Witkiewicz, Andrzej Herder
15:35 Piłsudski – film biograficzny Polska 2019, reż. Michał Rosa, wyk. Borys Szyk, Magdalena Boczarzka
17:50 Konsul – komedia sensacyjna Polska 1989, reż. Mirosław Bork, wyk. Piotr Fronczewski, Maria Pakulnis, Krzysztof Zaleski
20:00 Anna German – serial biograficzny Ukraina/Polska/Chorwacja 2012, wyk. Joanna Moro, Szymon Sękowski
22:25 Mistrz – film biograficzny Polska 2020, reż. Maciej Barczewski, wyk. Piotr Głowacki, Jan Szydłowski, Marcin Bosak, Marcin Czarnik
00:00 Ekstradycja III (9,10/10) – serial sens. Polska 1998, wyk. Marek Kondrat, Henryk Bista, Maciej Damięcki, Witold Dębicki, Jolanta Frąszyska

ALE KINO+

- 10:05 Szczęki. Megahit Hollywoodu** – film dok.
11:20 Alfa (Alpha.) – film sens. Holandia/Szwajcaria 24, reż. Jan-Willem Van Ewijk (130 min)
13:30 Sprawa nierozwiązana (7) – serial krym.
15:40 Pokuta (Atonement) – melodramat Wlk. Bryt./Francja/USA 2007, reż. Joe Wright (145 min)
18:05 W sieci wojny (Fog of War) – thriller USA 2025, reż. Michael Day, wyk. John Cusack, Brianna Hildebrand (125 min)
20:10 Niezwykłe miejsce na śmierć (4/4) – serial krym. Nowa Zelandia/Niemcy 2024
22:05 Paw zwyczajny (Pfau – Bin ich echt?) – komediodramat Austria/Niemcy 2024, reż. Bernhard Wenger, wyk. Albrecht Schuch, Julia Franz Richter, Anton Noori (130 min)
00:15 Będzie lepiej (Une année difficile) – komediodramat Francja 2023, reż. Olivier Nakache, Eric Toledano, wyk. Pio Marmaï (145 min)

POLSAT FILM

- 11:25 Kot w butach:** Trzy diabły – film krótkom.
11:40 Przygody Tintina – film anim. USA/Nowa Zelandia 2011
13:50 Ace Ventura: Zew natury – komedia USA 1995
15:45 Spider-Man: Daleko od domu – film sens. USA 2019
18:30 Królowna Śnieżka i Łowca – film fantasy USA/Wlk. Bryt. 12, reż. Rupert Sanders
21:00 Obcy kontra Predator II – film s.f. USA 2007
22:55 Kobiety bez wstydu – komedia Polska 2016
01:10 Ślad III (25/26)

KINO TV

- 08:25 Strażnik Teksasu II** (2,3,4/24) – serial sens.
11:25 A oni dalej grzeszą, dobry Boże! – komedia F/Belgia 2021
13:25 Pierwsza liga – komedia USA 1989
15:45 Grobowiec smoka – film przyg. Wlk. Bryt./Chiny 2013
17:40 Robin Hood: Początek – film przygodowy USA 2018
20:00 Joker – film sens. USA 2015, reż. Simon West, wyk. Jason Statham
22:00 Za linią wroga – film sensacyjny USA 2001
00:05 Łowca błyskawic – film sensacyjny USA 1999

TVP KULTURA

- 09:55 Podróż z Agatą Christie i Sir Davidem Suchetem** (4) – serial dok. Wlk. Brytania 2025
10:50 TVP Kultura na TAURON Nowe Horyzonty – Wrocław 2026 (1) – magazyn
11:25 Kosmos 1999 (16/24)
12:30 Opole – koncertowe wspomnienia (14)
12:45 43. KFPP Opole 2006
14:15 Niedźwiadek (L'ours) – film przyg. Francja/USA 1988, reż. Jean-Jacques Annaud (110 min)
16:05 Noce i dnie (9) – serial obycz. Polska 1978
17:15 Studio Kultura (682)
18:10 Ewa Bem – koncert – koncert Polska 2000
20:00 Matka i córka (La ciociara) – dramat wojenny Włochy/F 1960, reż. Vittorio De Sica, wyk. Sophia Loren (115 min)
21:55 Kulturalni (28)
22:50 Witajcie w krainie Lynch – film dokumentalny Francja 2024
23:55 Acid Rain – film anim. Polska 2019 (40 min)
00:35 Destrukcyjna (Demolition) – komediodramat USA 2015 (115 min)

WARNER TV

- 09:15 Naciągacze** – kom. krym. USA/Wlk. Brytania 2003
11:35 Superman IV – film s.f. Wlk. Brytania/USA 1987
13:20 Akademia policyjna – komedia USA 1984
15:20 Miłość jak narkotyk – komedia romant. USA 1997
17:25 Licencja na miłość – komedia romantyczna USA/Australia 2007, reż. Ken Kwapis
19:10 Raport Pelikana – thriller USA 1993
22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII (3,4,5/22)
00:45 Coma – thriller USA 78

PARAMOUNT

- 08:00 Opowieść jednorożca** – film przyg. USA 2023
10:00 Marley i ja – komedia USA 2008, reż. David Frankel
12:45 Truman Show – komediodramat USA 1998
15:00 Książę w Nowym Jorku – komedia USA 1988
17:30 Top Gun – film sens. USA 1986, reż. Tony Scott
20:00 Zapowiedź – thriller USA/Wlk. Brytania/Australia 2009, reż. Alex Proyas
22:30 Terminator – film s.f. USA/Wlk. Brytania 1984
00:35 Sin City – miasto grzechu – thriller USA 2005

HBO

- 08:35 PS Kocham Cię** – melodramat USA 2007, reż. Richard LaGravenese (125 min)
10:40 Król rozrywki – film biograficzny USA/Chiny 2017 (105 min)
12:25 Na arenie – thriller Francja 2024 (95 min)
14:00 Assassin's Creed – film przyg. USA/F/Wlk. Bryt./Hongkong/Tajwan/Kanada 2016 (115 min)
15:55 Istoty fantastyczne – komedia USA 2024, reż. John Krasinski (105 min)
17:40 Kompletnie nieznan – film biograficzny USA 2024 (140 min)
20:00 Sojusznicy – film sens. USA 2023, reż. Ilya Naishuller, wyk. John Cena, Idris Elba (115 min)
21:55 Abigail – horror USA/Irlandia/Kanada 24, reż. Matt Bettinelli-Olpin, Tyler Gillett (105 min)
23:40 Złoto – thriller Australia/Wlk. Brytania 2022, reż. Anthony Hayes, Max Winkler (95 min)
01:15 Lighthouse – horror USA/Kanada 2019, reż. Robert Eggers (105 min)

CINEMAX

- 10:20 Nade mną niebo,** w dolinie ja – dramat obycz. Słowacja/Czechy 2024
11:55 Inferno – thriller USA/Węgry 2016, reż. Ron Howard
13:55 Sprawa Kramerów – dramat obycz. USA 1979
15:40 Faceci w czerni III – film s.f. USA 2012
17:25 2012 – film katas. USA 2009, reż. Roland Emmerich
20:00 Incepcja – film sens. USA/Wlk. Brytania 2010
22:25 Złodziejska sztuka – kom. krym. USA/Kanada 13
23:55 Fargo IV (1,2/11)

ROMANCE TV

- 08:10 Górski lekarz** (3,3,4,4/8)
12:00 Miłość się nie przedawnia – komedia romant. Niemcy 2019, reż. Sebastian Hilger
13:55 Zabójcze tropiki (5,6/8) – serial krym. Francja 2019
16:15 Rosamunde Pilcher: Róża z Kerrymore – film obycz. Niemcy 01, reż. Axel De Roche
18:05 Dr Nice (4,5,6/6) – serial kom. Niemcy 2025, wyk. Patrick Kalupa, Josefine Preuß
23:50 Inga Lindström: Śmiertelny wróg – film obycz. Niemcy 2024, reż. Julia Peters
01:45 Dr Nice: Mój najukochańszy (5/6) – serial kom.

CANAL+ PREMIUM

- 09:10 LARP. Miłość, trolle** – inne questy – komedia Polska 2025 (90 min)
10:40 Girl Climber. Wspinaczka – film dok.
12:05 Listy do Julii – komedia romant. USA 2010, reż. Gary Winick, wyk. Amanda Seyfried (105 min)
13:50 Morderstwo w ambasadzie – film sens. Wlk. Brytania 2025 (85 min)
15:15 Pod gwiazdzistym niebem – komedia romant. USA 2025, reż. Michelle Danner, wyk. Alex Pettyfer (100 min)
16:55 Wstęp do meczu (na żywo)
17:25 Piła nożna: PKO BP Ekstraklasa: Widzew Łódź – Motor Lublin (na żywo)
19:30 Tożsamość Bourne'a – thriller USA/Niemcy/Czechy 2002 (115 min)
21:25 Wielka Warszawska – film sensacyjny Polska 2025 (110 min)
23:15 Kuracja – horror USA 2024, reż. Max Minghella (100 min)
00:55 30 dni mroku – horror USA/Nowa Zel. 2007, reż. David Slade (110 min)

TVN FABUŁA

- 08:00 Prawo Agaty VI** (2,3,4)
11:05 Uwolnić orkę II – film przygodowy USA/Francja/Luksemburg 1995
13:15 Mój biegun – film obyczajowy Polska 2013
15:05 Bumblebee – film s.f. USA/Chiny 2018
17:40 Miss Agent II: Uzbrojona i urocza – komedia sensacyjna USA 2005, reż. John Pasquin
20:00 Furia – dramat wojenny USA/Chiny/Wlk. Brytania 2014
22:50 Siedem – thriller USA 95
01:30 Epidemia strachu – film sensacyjny USA 2011

AMC

- 08:25 Lepiej być nie może** – komedia USA 1998
11:30 Uliczny wojownik – film sens. Japonia/USA 1994
13:40 Master Z – film sens. Hongkong/Chiny 2018
15:45 183 metry strachu – horror USA 2016
17:35 Osaczeni – film sens. USA/Wlk. Bryt./Niemcy 1999
20:00 Pogromcy duchów II – komedia sensacyjna USA 1989, reż. Ivan Reitman
22:20 Policja – film krym. Wlk. Brytania/Niemcy/USA 2002
00:50 Motel – horror USA 2007, reż. Nimród Antal

AXN

08:30 FBI: Most Wanted IV (17/22) - serial krym. USA 2023
09:30 Walker: Strażnik Teksasu II (4/20) - serial krym.
10:25 MacGyver III (18,19,20,21,22/22) - serial akcji USA 19
15:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII (5,6,7,8,9/22)
20:00 Saga »Zmierzch« - Zaćmienie - film fantasy USA 2010, reż. David Slade
22:30 Snajper: Ostatni strzał - film akcji USA 2017
00:20 Sniper: Koniec zabójcy - film sensacyjny USA 2020

EPIC DRAMA

10:50 Poirot III (4,5,6,7/11) - serial krym. Wlk. Bryt. 1991
15:10 Dalgliesh (5/6) - serial krym. Wlk. Brytania 2021
17:15 Inspektor George Gently VII (3/4) - serial krym.
19:15 Projekt Błękitna Księga (9/10) - serial s.f. USA/Kan. 19
20:05 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4/4) - serial krym. Australia 2019
21:00 Morderstwo w małym mieście: Chłodny deszcz (3/8)
22:00 Marlow: klub zbrodni (3/4) - serial kryminalny
23:00 Detektyw Murdoch XIX (11,12) - serial kryminalny

TVN STYLE

07:45 Dzień dobry wakacje
11:30 Kuchenne rewolucje (5)
12:30 Babski biznes (8/8)
13:30 Jestem z Polski XVI (27,28,26/40) - serial dok.
16:35 Bitwa o gości (8)
17:35 Do zobaczenia II (1/11)
18:10 Ugotowani (12)
19:10 Kuchenne rewolucje
21:05 Kate. Narodziny książeczki (3) - serial dok.
22:10 EuroPOLKI studentki (5)
23:10 Cały jej świat (12/12)
00:10 Kobieta na krańcu świata XVI: Peru - taniec ponad podziałami (5/8)

TVN TURBO

09:05 Raport końcowy (828)
09:30 Jeździć, obserwować VII
10:15 Z drugiej ręki (10, 1)
11:45 Naprawy nie do naprawy
12:30 Wojny samochodowe
14:30 Zawodowi handlarze
15:15 Ciężarówką przez Chile
16:15 Moto kombi (7, 8)
17:45 Raport końcowy (828)
18:10 Ciężarówką przez Stany II (9,10,1,2/10) - serial dok.
21:10 Wojny samochodowe (10)
22:10 Z drugiej ręki (10)
22:55 Naprawy nie do naprawy
23:40 Ciężarówką przez Chile
00:40 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5) - mag.

BBC FIRST

09:50 Sanditon (5,6/8)
11:45 Duchy II (4,5,6/6)
13:45 Morderstwa w Mid-somer (1,1/4) - serial krym.
15:55 Tajemnice Brokenwood XII (4/6) - serial krym.
17:50 Z pamiętnika położnej X (3/7) - serial obyczajowy
18:55 Detektyw z Chelsea
19:55 Śmierć pod palmami III (6/8) - serial kryminalny
21:00 Tajemnice Brokenwood XII (5/6) - serial krym.
22:55 Annika (5/6)
00:00 Blackshore (3,4/5)

FX

08:40 FBI IV (20,21/21)
10:30 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (8,9/24) - serial krym.
12:20 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (4,5/17)
14:10 Z Archiwum X III (7,8/24)
16:00 The Hunting Party II (1/13) - serial kryminalny
16:55 Spider-Man: Daleko od domu - film sens. USA 2019
19:35 Terminal - komedia romant. USA 2004, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks
22:15 Bez twarzy - film sens. USA 1997, reż. John Woo
01:00 Zabójcze umysły XIV (13/15) - serial krym.

HGV

08:05 Uratuj swój ogród (17)
09:00 Nowa Maja w ogrodzie
11:05 Polowanie na ogród VI
12:40 Letnia chata na lata III
14:35 Będzie pięknie (3/8)
15:40 Zgłoś remont (7)
16:35 Weekendowa metamorfoza (2) - reality show
17:35 Kamera, akcja, wpadka!
19:15 Kolekcjonerski obłęd wart miliony - serial dok.
20:20 House Hunters (4, 5)
21:25 Dorota inspiruje (5, 6)
23:20 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (15)
00:25 Sprzątaczkę (7, 8)

BBC LIFESTYLE

07:35 Tajemnice słynnych hoteli (1,2/4) - serial dok.
09:40 Psijaciele w potrzebie
10:50 Wymarzone domy (3, 4, 5) - reality show
13:55 Wielkie amerykańskie wypieki (3, 4) - program rozr.
16:15 Majorka: śródziemnomorskie smaki (4, 5, 6, 7, 8)
18:50 Królewska St James's Street - film dok. Wlk. Bryt. 23
19:50 Mistrzowie szycia (9, 10)
22:00 House Of Kardashian (1,2/3) - serial dokumentalny
00:10 Ekskluzywne hotele
01:05 Tajemnice słynnych hoteli (1/4) - serial dok.

COMEDY CENTRAL

08:30 Teoria wielkiego podrywku IX (17,18,19,20,21,22,23,24,1,2/24) - serial kom.
12:52 Teoria wielkiego podrywku X (3/24) - serial kom.
13:20 Przyjaciele IX (22,23/24)
14:55 Duchy (7,8/18)
15:55 Zmowa pierwszych żon - komedia USA 1996
18:00 Choć goni nas czas - komediodramat USA 2007
20:00 Pan i pani Smith - komedia sensacyjna USA 05
22:30 The Office PL III (2/12)
23:05 Comedy Club (1, 2)

TVP SERIALE

06:10 Czerdziestolatek (5,6,7) - serial kom. Polska 77
09:40 U Pana Boga w ogródku - serial kom. Polska 2008
11:35 Czwerej pancerni i pies (5,6/8) - serial wojenny
13:45 Ojciec Mateusz 30 (12)
15:40 Komisarz Alex XXV (3)
16:40 Ranczo IX
17:35 Czwerej pancerni i pies (7,8) - serial wojenny Polska 66
19:30 Ojciec Mateusz 31 (1,3) - serial krym. Polska 2024
22:25 Ranczo IX (12,13)
00:10 Rodzinka.pl XVII (13)
01:20 Korona królów. Jagiello-nowie (15) - serial obycz.

CANAL+ KUCHNIA

16:40 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (3)
16:50 Z pola na stół (8)
17:15 U sąsiadów w kuchni XVI
18:25 Podróże piekacza z Hebrydów (3) - mag. kulinarny
19:20 Jakubiak rozgryza Wietnam (4) - mag. kulinarny
19:45 Dzień dobry, obiad (1, 2)
20:35 m jak mięso (7, 8)
21:30 Wszystkie smaki fermentacji II (1) - serial dok.
22:05 Podróż przez smaki Chin II (4) - serial dok.
23:00 Anthony Bourdain VIII (7,8/9) - serial dokumentalny

CANAL+ DOMO

11:25 Cztery pory roku w ogrodach Kew II (1)
12:25 Ucieczka na wieś XXIV
14:10 Wielkie projekty XII
15:15 Luksusowa ucieczka
16:15 Adres: rezydencje marzeń (8) - reality show
17:15 Bitwa o wnętrza (4)
18:10 Mam zamek III (2)
18:35 Daleko od miasta XIV
19:00 Ucieczka na wieś XXII
21:00 Domy na krańcu świata
21:55 Najbrzydszy dom na naszej ulicy (2) - reality show
22:50 Cudotwórcy (7, 8)
00:35 Kupiliśmy sobie zamek - damy radę (4) - reality show

PLANETE+

14:40 W poszukiwaniu 9. planety - film dok. Francja 2020
15:50 Wszystko o Marii, Matce Bożej - serial dok. Francja 2025
16:55 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi - serial dok.
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Polska z góry IX (6,7)
19:45 Gene Kelly. Arcytancerz
20:50 Robert De Niro. W centrum uwagi - film dok.
22:00 Dolly Parton - amerykański skarb - film dok.
23:10 Kobiety i pieniądze (2)
00:20 Polując na drapieżców

DISCOVERY CHANNEL

15:00 Złoto drwali II (2)
16:00 Zawodowcy
17:00 Nic do ukrycia II (1)
18:00 Celnicy na straży Szwecji IV (10/14) - serial dok.
19:00 Celnicy na straży Niemiec - real tv Niemcy 2025
20:00 Akta ekspedycji II - serial dok. USA 2026
21:00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge V (6/11)
22:00 W oku cyklonu: łowcy burz (5) - serial dok. USA 2025
23:00 Celnicy na straży Niemiec - real tv Niemcy 2025
00:00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

TVP HISTORIA

13:10 Góry Europy - serial dok.
14:10 Flesz historii (771)
14:35 Midway - dramat wojenny USA/Chiny 2019
16:55 Tutanchamon (1/3)
17:50 Blisko, coraz bliżej (7)
19:10 Nieznana wojna na Północy (4/6) - serial dok.
20:15 II wojna światowa w kolorze (4/10) - serial dok.
21:20 Człowiek z żelaza - dramat obycz. Polska 1981, reż. Andrzej Wajda, wyk. Jerzy Radziwiłowicz, Krystyna Janda
00:00 Pułkownik Kwiatkowski - komediodramat Polska 1995

HISTORY

14:00 Piątka z historii (1)
14:25 David Duchovny: archiwum tajemnic II (7)
15:20 Starożytni kosmici XVII
16:10 Tajemnice zaginionych miast (1) - serial dok. USA 2026
17:10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (4,5,6/6) - serial dok.
20:00 Starożytni kosmici XIII (10/13) - serial dok. USA 2021
21:00 David Duchovny: archiwum tajemnic II (3/17)
22:00 Tajemnice, które miały trwać wiecznie II (19)
23:00 Starożytni kosmici XVII (7,8,10/17) - serial dok. USA 25

NATIONAL GEOGRAPHIC

16:00 Premiera: Starożytne konstrukcje (1/6) - serial dok.
17:00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy. Wojna z ZSRR (1/3)
18:00 Hitler: zaginione taśmy III Rzeszy (1/6) - serial dok.
19:00 UFO: przełomowe śledztwa (2/5) - serial dok.
20:00 CIA: tajemnice i szpiegry (4/8) - serial dok.
21:00 Premiera: Pompeje: podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem (1,2/3)
23:00 Katastrofa w przestworzach XVI (1,2,9/10)

FOCUS TV

06:05 48 h. Zaginieni (45)
07:00 Rolnicy. Podlasie VII
09:00 Działkowcy (5/11)
11:00 Z klimatem i z pasją (10)
11:30 Wojny magazynowe VII (27,22,10,24/29) - serial dok.
14:00 Głazdy lombardu XXV
15:00 Tajemnice piramid
17:00 Rolnicy. Podlasie VIII
21:00 Najpiękniejsze domy na wsi - serial dok. Polska 2024
22:00 Europejska mafia samochodowa - film dok. F 2025
23:00 Pogromcy mafii (6)
00:00 Największe śledztwa CBSP (6) - serial dok. Polska 24
01:00 Rolnicy. Podlasie IV (47)

BBC EARTH

11:00 Sekretne życie ogrodu
12:10 W okowach mrozu IV
13:15 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) - serial dok.
14:25 Wyspy Pacyfiku II (2,3/3)
16:35 Prawda o pigułkach antykoncepcyjnych
17:40 W okowach mrozu IV
18:45 Mroźna planeta II (5,6/6) - serial dokumentalny
21:00 Sekretne życie ogrodu
22:10 W okowach mrozu: Kanada II (6/8) - serial dok.
23:10 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku
00:15 Największe zagadki nauki

POLSAT VIASAT HISTORY

08:40 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (1,2,3/6)
11:35 Starożytność: zdrady
14:50 Kryminologia starożytności - serial dok.
15:50 Wojna światowa: 1914-1945 (6,7,8/8) - serial dokumentalny Australia 2022
19:00 II wojna światowa: ostatnie miesiące (1,2/2)
21:00 Wezuwiusz: historia zaginionych zwłok - film dok. Wlk. Brytania 2023, reż. Adam Luria, wyk. Amedeo Fedeli
22:15 Cesarstwo Rzymskie: mity i fakty - serial dok.
00:30 Wojna Adolfa Hitlera

Od A do Z

CIEMNA NOC ★★★

thriller, Turcja/Niemcy/Francja 2022, reż. Özcan Alper, wyk. Berkay Ateş, Taner Birsell, Sibel Kekilli

21:45 | cinemax

Młody mężczyzna wraca po kilku latach do rodzinnego miasta w górach. A wraz z jego przybyciem powraca historia zaginięcia nowego leśnika, który próbował zdobyć najpiękniejszą dziewczynę w okolicy.

DIAMENTY ★★★

komedial, Włochy 2024, reż. Ferzan Özpetek, wyk. Luisa Ranieri, Jasmine Trinca, Stefano Accorsi

20:55 | canal+ premium

Za kulisami kina lat 70. XX wieku: ceniony reżyser zaprasza gwiazdy do atelier, gdzie powstają zachwycające, nagradzane i wyróżniane kreacje. Jednak pod błyskotliwą powierzchnią kryją się też dramaty.

GANGI NOWEGO JORKU ★★★

film sens., USA/Włochy 2002, reż. Martin Scorsese, wyk. Leonardo DiCaprio, Daniel Day-Lewis, Cameron Diaz

23:45 | cinemax

Zamach Martina Scorsese na Oscary: 10 nominacji i żadnej statuetki. Monumentalny spektakl o narodzinach zorganizowanej przestępczości w Nowym Jorku w dniach wojny secesyjnej.

JESTEM MORDERCĄ ★★★★★

thriller psychologiczny, Polska 2016, reż. Maciej Pieprzyca, wyk. Agata Kulesza, Arkadiusz Jakubik, Mirosław Haniszewski

21:55 | kino polska

Gorzkie spojrzenie na Polskę czasów Gierka przez pryzmat głośnej sprawy „wampira z Zagłębia”, podające w wątpliwość wyniki śledztwa i słuszność wydanego wówczas wyroku. Świat na filmowa robota.

KINGSMAN: TAJNE SŁUŻBY ★★★★★

film sens., Wlk. Brytania/USA 2015, reż. Matthew Vaughn, wyk. Colin Firth, Taron Egerton, Samuel L. Jackson

20:00 | polsat

Więcej niż jeszcze jeden komiks na ekranie - inteligentny pastisz kina sensacyjno-szpiegowskiego: wychowanek ulicy zostaje wybrany na następcę superszpiega. Majstersztyk w swojej klasie.

Zniewolony



FOT. TVP

FILM BIOGRAFICZNY

USA/WLK. BRYTANIA 2013, REŻ. STEVE MCQUEEN, WYK. CHIWETEL EJIOFOR, BENEDICT CUMBERBATCH

KOCHAJĄC PABLA, NIEAWIDZĄC ESCOBARA ★★★

film biograficzny, Hiszpania/USA/Bulgaria 2017, reż. Fernando León de Aranoa, wyk. Penélope Cruz, Javier Bardem, Peter Sarsgaard

21:30 | tvp 1

Małżonkowie Javier Bardem i Penélope Cruz jako narkotykowy baron Pablo Escobar i jego kochanka, gwiazda kolumbijskiej telewizji Virginia Vallejo. Plus kilka tabloidowych prawd o narkotykach i kartelu Medellin.

MIDNIGHT EXPRESS ★★★★★

dramat krym., USA/Wlk. Brytania 1978, reż. Alan Parker, wyk. Brad Davis, Irene Miracle, Bo Hopkins

20:00 | tvp kultura

Oscary za scenariusz i muzykę dla opartej na faktach drastycznej opowieści Alana Parkera o młodym Amerykaninie skazanym w Turcji za przemyt narkotyków.

NIEUCHWYTNI ★★

film sens., USA 2015, reż. Daniel Benmayer, wyk. Taylor Lautner, Marie Avgeropoulos, Adam Rayner

20:00 | tv puls

Ścigany przez chińską mafię kurier rowerowy dołącza do grupy nowojorskich parkourówców, a w zamian za ich ochronę podejmuje się wraz z grupą dystrybucji nielegalnych przesyłek. Efektowne, ale puste.

NIEZNAJOMY POD WIELKIM ŁUKIEM ★★★

dramat obycz., Francja/Dania 2025, reż. Stéphane Demoustier, wyk. Claes Bang, Sidse Babett Knudsen, Xavier Dolan

20:00 | cinemax

Opowieść o Ottonie von Spreckelsensie - duńskim architekcie i wykładowcy, który w latach 80. XX wieku nieoczekiwanie wygrał międzynarodowy konkurs na tzw. Wielki Łuk w paryskiej dzielnicy La Defense.

SAGA „ZMIERZCH”: PRZED ŚWITEM, CZ. 2 ★★

film fantasy, USA 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner

20:50 | tvn

Koniec - nareszcie! - sagi Stephanie Meyers: po narodzinach dziecka Belli i Edwarda klan wampirów jednoczy się, by broń potomka przed skutkami łęku przed zagładą wampirzej nacji.

SIEDMIU WSPANIAŁYCH ★★★

western, USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Chris Pratt, Ethan Hawke

22:50 | polsat

Próba renowacji klasycznego westernu, inspirowanego samurajskim filmem Akiry Kurosawy: siedmiu rewolwerowców broni miasteczka przed bandą siepaczy. Tylko po co ta cała polityczna poprawność?

20:10 | ale kino+ hd

★★★★★

Trzy Oscary (w tym za film roku) dla opowieści o czarnoskórym muzyku, który w połowie XIX wieku zostaje podstępem sprzedany w niewolę i podejmuje trwającą lata walkę o wolność i własną godność.

MYZ

SKAZANY NA BLUESA ★★★

film biograficzny, Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska, Maciej Balcar

23:00 | tvp 2

Wzlot i upadek Ryszarda Riedla - legendy polskiego rocka: od śląskich korzeni po śmiertelną pułapkę narkotyków. Plus brawurowy Tomasz Kot oraz bluesy grupy Dżem w kultowym wykonaniu Riedla.

SUNDOWN ★★★

dramat obycz., Meksyk/Francja/Szwecja 2021, reż. Michel Franco, wyk. Tim Roth, Charlotte Gainsbourg, Izabela Larios

22:35 | tvp kultura

Tim Roth jako londyńczyk, który wraz z siostrą i jej dorosłymi dziećmi spędza wakacje w Acapulco. Telefon z wiadomością o śmierci ich matki skraca pobyt, ale mężczyzna odmawia powrotu do Londynu.

WIELKAMAJÓWKA ★★

film muzyczny, Polska 1981, reż. Krzysztof Rogulski, wyk. Jan Piechociński, Zbigniew Zamachowski, Anna Moczowska

20:00 | kino polska

Polska schyłku lat 70. XX wieku w metaforycznej, choć osnutej na faktach, opowieści o przyjaźni. Gra Maanam, śpiewa Kora, debiutuje (rewelacyjnie) Zbigniew Zamachowski. Do posłuchania.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI **D3**

07:30 Studio Raban (442)
08:00 Serwis Info, pogoda
08:05 Pogoda Info
08:15 Na kłopoty... Bednarski
09:20 Ranczo VIII (1/13)
10:10 Komisarz Alex XXII (9)
11:05 Ojciec Mateusz XVII (2)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Rok w ogrodzie extra
12:55 Planeta Ziemia III (6/8)
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka (1075) – teleturniej
16:00 Dziedzictwo
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? (5727)
18:05 Reporterzy (577)
18:25 Akacjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 07 zgłoś się (4) – serial krym. Polska 1976, wyk. Bronisław Cieslak
21:30 Kochając Pabla, nienawidząc Escobara (Loving Pablo) – film biograficzny Hiszpania/USA/Bułgaria 2017 (135 min)
23:45 Sztuka walki Zbigniewa Herberta – film dok. Polska 2023
00:50 Plac Zbawiciela – dramat obycz. Polska 2006, wyk. Jowita Budnik (120 min)

MEZEO

13:30 Wolfgang Amadeus Mozart: Don Giovanni – opera Włochy 2025
16:25 Międzynarodowy Konkurs Muzyczny w Genewie 2025: Koncert inauguracyjny
17:45 Kwartet Arod w Fundacji Singer Polignac: Mozart, Beethoven, Debussy
19:10 Musica Boscareccia – Festiwal w Grenadzie
20:30 Yehudi Menuhin, skrzypce stulecia – muzyka klasyczna Francja 1994
22:25 Les Violons du Roy pod batutą Jonathana Cohena: Haendel, Pergolesi, Vivaldi
23:50 Martin Donner, Claudio Monteverdi: Poppea // Poppea – balet Niemcy 2017
01:10 Jordi Savall, le Concert des Nations: Beethoven, Missa Solemnis – muzyka klasyczna

TVP2 **D3**

05:30 M jak miłość
06:25 Rodzina (nie od) święta
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7627) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie
11:20 Tour de Pologne – kroniki
11:25 Okrasa tamie przepisy
12:00 Wyższa Szkoła Jazdy (8)
12:35 Koło fortuny (2052)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1023)
14:35 Na sygnale
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2053)
16:35 Familiada (3086)
17:20 Panna młoda
18:15 Va banque (1024)
18:50 Jeden z dziesięciu (8)
19:25 Barwy szczęścia – serial obycz. Polska 2025



20:05 Omnibus – szybcy i mądry (27, 27) – teleturniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion (332) – teleturniej
21:50 Na sygnale – serial obycz. Polska 2026
23:00 Skazany na bluesa – film biograficzny Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot (105 min)
00:45 Karol, władca Hiszpanii (12/17) – serial kostiumowy Hiszpania 2015

PULS 2

08:30 Seriale animowane
09:45 Bing (33,34/78)
10:00 Jeżyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (19,20/52)
12:00 Psi patrol (7/26)
12:35 Marta mówi! (28)
13:00 Smerfy
14:00 Monster High (26/26)
14:35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (1/26)
15:00 Miraculous II (26,16/26)
16:00 Fineasz i Ferb II
17:00 Smerfy
18:00 Pingwiny z Madagaskaru (3,4/26)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (19) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X (15,16) – serial krym. Polska 25
23:00 Wstydlive choroby V (5)
01:00 Dzielnica strachu X (11)

POLSAT **D3**

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (1962)
08:30 Malanowski i Partnerzy VII – serial fabularno-dok.
09:30 Trudne sprawy XXVI (48,49/60) – serial fab.-dok.
11:35 Gliniarze XVI (14,15) – serial fab.-dok. Polska 2024
13:40 Dlaczego ja? 33 (9,10) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:50 Wydarzenia
16:25 Interwencja (5947) – mag. reporterów Polska 26
16:40 Gliniarze XVIII (69,70) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak, Ewelina Ruckgaber, Piotr Mróz
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (727) – program publicystyczny
19:45 Pogoda – Polska 2026



20:00 Kingsman: Tajne służby (Kingsman: The Secret Service) – film sens. Wlk. Brytania/USA 2015, reż. Matthew Vaughn, wyk. Colin Firth (170 min)
22:50 Siedmiu wspaniałych (The Magnificent Seven) – western USA/Aus. 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington (170 min)
01:40 Misjonarz (Missionary Man) – thriller USA 2007 (115 min)

TV4

08:55 Policjantki i policjanci X (38,39/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (17,18) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (42,43)
13:55 Trudne sprawy XV (40,1,2) – serial fabularno-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (40/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (528) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (41/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (13,14) – serial krym. Polska 2026
21:00 Sprawiedliwi. Trójięmiasto III (33) – serial krym.
22:00 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (33)
23:00 Bez litości (8/13) – serial sens. Kanada/USA 12
00:55 Love Island. Wyspa miłości IV – serial dok.

TVN **D3**

05:15 Recepta na stary dom IV (8) – serial dok.
05:40 Uwaga! (7730) – mag. reporterów Polska 2025
05:55 Ukryta prawda (23/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Białystok – Zielony Nosorożec XXIV (9) – reality show
07:45 Dzień Dobry Wakacje
11:20 Doradca smaku (40)
11:25 Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bar Alpejski 31 (7)
12:35 Ukryta prawda (36,37,48/60) – serial fabularno-dok.
15:45 Detektywi III (24/60) – serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny (50/50) – serial obycz. Polska 2025, wyk. Jolanta Fraszyńska, Joanna Liszowska
17:55 Młode gliny (32/50)
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8051) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial obycz. Polska 2026
20:50 Saga »Zmierzch«: Przed świtem, cz. 2 – film fantasy USA 2011, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner (145 min)
23:15 Transformers: Wiek zagłady – film s.f. USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay, wyk. Mark Wahlberg (200 min)
02:35 Co za tydzień (1253)
03:15 Uwaga! (8051)

METRO **D3**

07:35 Tajemnice miłości (39) – serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (1,2/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (43/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (57,58)
14:35 Kiedy ktoś kocha bardziej (28) – serial obycz.
15:45 The Floor (11, 12)
17:00 Fani czterech kółek XVIII (6/20) – serial dok.
18:00 Magda M. (4/15)
19:00 Kartoteka IV (5,6/13) – serial fab.-dok. Polska 2013
21:05 Kryminalni IV (11,12) – serial krym. Polska 2006
23:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI (15/22)
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet VII (9/14)
02:15 Szkoła (47/72)

TV PULS **D3**

06:00 Policjanci z Miami III (17,18/24) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (3,4/13) – serial sens. Niemcy 2017
10:00 Maria z przedmieścia
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (44)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (5) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (31,32) – serial obyczajowy Polska 2025

20:00 Nieuchwytni (Tracers) – film sens. USA 2015, reż. Daniel Benmayer, wyk. Taylor Lautner (120 min)
22:00 Brick Mansions. Najlepszy z najlepszych (Brick Mansions) – film sens. USA/Hiszpania/Francja/Kanada 2014 (110 min)
23:50 13. dzielnica (Banlieue 13) – film sens. Francja 2004 (95 min)
01:25 Dzielnica strachu X (5) – serial krym.

TVN7 **D3**

05:25 Ten moment (6/20)
05:55 Szkoła (28,29,30/63) – serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda (68,4,5/71) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (3/13) – serial krym. Polska 2005, wyk. Marek Włodarczyk
15:00 Szpital (65,66/72) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (29/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (17/60) – serial fab.-dok. Polska 2023

20:00 Rafa (The Reef) – horror Australia 2010, reż. Andrew Traucki, wyk. Damian Walsh-Howling (110 min)
21:50 Bez kompleksów (4) – reality show
22:50 Skazani na Shaw-shank (The Shaw-shank Redemption) – dramat psycholog. USA 1994, reż. Frank Darabont (175 min)
01:45 Berek (Tag) – komedia USA 2018, reż. Jeff Tomsic (115 min)

STOPKLATKA D31

- 08:45 Robert Makłowicz** (202) – mag. kulinarny
- 09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (6/13)
- 10:55 Górski lekarz XIII** (10,5/13) – serial obycz. Niemcy/Austria 2009
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (7/13) – serial krym. Austr. 2013
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (6,7) – serial fab.-dok. Polska 2025
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XI** (8,2,9/13) – serial dok. Kanada 2012
- 19:00 Aukcja w ciemno II** (20,21/24) – serial dok.
- 20:00 Amerykański Ninja II** (American Ninja 2: The Confrontation) – film sens. USA/RPA 1987, reż. Sam Firstenberg, wyk. Michael Dudikoff, Steve James (115 min)
- 21:55 Kodeks sprawiedliwego** (Code of Honor) – film sens. USA 2016, reż. Michael Winnick, wyk. Steven Seagal, Craig Sheffer (125 min)
- 00:00 Wojna o honor** (Karmouz War) – film akcji Egipt 2018, reż. Peter Mimi (165 min)

KINO POLSKA

- 07:40 Bolek i Lolek** (7,8/13)
- 08:00 Podróż za jeden uśmiech** (6,7) – serial przyg. Polska 1971, wyk. Henryk Gołębiewski, Filip Łobodziński
- 09:20 To nie ze mną II** (7,8) – serial kom. Polska 2023
- 10:50 Mała wielka miłość** – komedia romantyczna Polska/USA 2008, reż. Łukasz Karwowski, wyk. Agnieszka Grochowska, Joshua Leonard
- 13:30 Nad Niemnem, cz. 1, 2** – film obycz. Polska 1986, reż. Zbigniew Kuźmiński, wyk. Iwona Katarzyna Pawlak, Adam Marjański, Janusz Zakrzęski
- 17:15 Stawka większa niż życie: Spotkanie** (17/18) – serial wojenny Polska 1968
- 18:45 Czterej pancerni i pies** (1) – serial wojenny Polska 66
- 20:00 Wielka majówka** – film muzyczny Polska 1981, reż. Krzysztof Rogulski, wyk. Jan Piechociński, Zbigniew Zamachowski, Anna Moczowska
- 21:55 Jestem mordercą** – thriller psychologiczny Polska 2016, reż. Maciej Pieprzycza, wyk. Agata Kulesza, Arkadiusz Jakubik, Mirosław Haniszewski
- 00:10 Dzień kobiet** – dramat obycz. Polska 2012, reż. Maria Sadowska, wyk. Katarzyna Kwiatkowska, Eryk Lubos

ALE KINO+

- 09:30 Wyraj** – film krótkom. Polska 2020 (30 min)
- 10:00 Bestia III** (1,2/6) – serial obycz. Kanada 2025
- 12:00 Vera IX** (3/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2019
- 13:55 Pęknięte lustro** (The Mirror Crack'd) – komedia krym. Wlk. Brytania 1980 (135 min)
- 16:10 Trzej muszkieci** (The Three Musketeers) – film przyg. USA/Hiszpania/Wlk. Brytania 1973, reż. Richard Lester, wyk. Oliver Reed (125 min)
- 18:15 Vera IX** (4/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2019
- 20:10 Zniewolony** (12 Years a Slave) – film biogr. USA/Wlk. Brytania 2013, reż. Steve McQueen, wyk. Chiwetel Ejiofor, Benedict Cumberbatch (155 min)
- 22:45 Angels Fall** – film obycz. USA 2007, reż. Ralph Hemecker, wyk. Heather Locklear (125 min)
- 00:50 How to Have Sex** – dramat obycz. Wlk. Bryt./Grecja/F/Belgia 2023, reż. Molly Manning Walker (105 min)

POLSAT FILM

- 10:25 Świat według Kiepskich** (3,5) – serial kom. Polska 2000
- 12:55 Jak rozpętałem II wojnę światową: Wśród swoich** – komedia Polska 1970
- 14:25 Uwierz w Mikołaja** – komedia romant. Polska 23
- 16:35 Drapacz chmur** – thriller USA 2018
- 18:45 Piąta fala** – film s.f. USA/Wlk. Brytania 2016
- 21:00 Chłopak z sąsiedztwa** – thriller USA 2015
- 22:50 Król Skorpion** – film fan-tasy USA/Niemcy/Belgia 2002
- 00:40 Gliniarze VII** (3,4/60)

KINO TV

- 09:20 Panna Scarlet i komisarz II** (2/6) – serial krym.
- 10:20 Panna Marple IV** (4/4)
- 12:20 Hudson i Rex IV** (6,7/16)
- 14:35 Poirot VI** (1/4)
- 16:50 Strażnik Teksasu II** (13,14/24) – serial sens.
- 18:55 Poirot III** (3/11) – serial krym. Wlk. Brytania 1991
- 20:00 Kontakt bezpośredni** – film sens. USA/Niemcy/Bułgaria 09, reż. Danny Lerner
- 22:00 Oczy węża** – thriller USA/Kanada 1998, reż. Brian De Palma, wyk. Nicolas Cage
- 00:00 Ludzie honoru** – dramat USA 1992, reż. Rob Reiner

TVP KULTURA D31

- 09:00 Wojna domowa** (7,8) – serial kom. Polska 1965
- 10:30 Niedźwiadek (L'ours)** – film przyg. Francja/USA 1988 (105 min)
- 12:15 Kultura, Giedroyc i inni** – film dok.
- 13:45 Kosmos 1999** (15/24) – serial sens. USA/Wlk. Brytania/Włochy 1975
- 14:50 Cham** – dramat obycz. Polska 1979 (95 min)
- 16:25 Wojna domowa** (9,10) – serial kom. Polska 1966
- 18:15 Dźwięk Nowego Jorku: Matthew Stevens** (9) – cykl reportaży USA 18
- 18:55 Rawhide** (16/22) – western USA 1959
- 20:00 Midnight Express** – dramat krym. USA/Wlk. Brytania 1978, reż. Alan Parker, wyk. Brad Davis, Irene Miracle (125 min)
- 22:05 TVP Kultura na TAURON Nowe Horyzonty** – Wrocław 2026 (2) – magazyn
- 22:25 Sundown** – dramat obycz. Meksyk/Francja/Szwecja 2021 (95 min)
- 00:00 Przełomy w muzyce – koncert z okazji upadku muru**
- 01:20 Kulturalni** (28) – mag.

WARNER TV

- 09:45 Prawo Agaty III** (13)
- 10:40 Pełniejsza chata** (9,10/13)
- 11:55 Teraz albo nigdy!** II (8,9)
- 13:50 Bajzer z Bel-Air VI** (5,6,7,8/24) – serial kom.
- 15:40 Pełniejsza chata** (9,10,11,12/13) – serial kom.
- 17:55 Naciągacze** – kom. krym. USA/Wlk. Brytania 2003
- 20:20 Jackie Chan: Pierwsze uderzenie** – film sens. Hong-kong 1996, reż. Stanley Tong
- 22:00 Odwet** – film sensacyjny USA/Niemcy 2003
- 00:05 Czarownice z Eastwick** – komedia USA 1987

PARAMOUNT

- 11:00 Szkoła stewardes** – komedia romant. USA 2003
- 13:00 Czarodziejki IV**
- 14:55 Pingwiny z Madagaskaru II** (6/39) – serial anim.
- 15:20 Wolny dzień pana Ferrisa Buellera** – komedia USA 1987, reż. John Hughes
- 17:30 Nieoczekiwana zmiana miejsc** – komedia USA 1983
- 20:00 Transformers** – film s.f. USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox
- 23:05 Projekt Monster** – film katastroficzny USA 2008
- 00:30 Cztery pokoje** – komedia USA 1995

HBO

- 09:15 Kompletnie nieznany** – film biograficzny USA 2024, reż. James Mangold (135 min)
- 11:30 Kina i Yuk** – film przyg. Francja/Kanada/Włochy 2023, reż. Guillaume Maitatchevsky (80 min)
- 12:50 Klika** – dramat obycz. USA 2026, reż. Thomas Q. Napper (90 min)
- 14:20 Kraina Jane Austen** – komedia romant. Wlk. Brytania/USA 2013, reż. Jerusha Hess (95 min)
- 15:55 Sojusznicy** – film sens. USA 2023, reż. Ilya Naishuller (110 min)
- 17:45 Noe: wybrany przez Boga** – film przyg. USA 2024, reż. Darren Aronofsky (135 min)
- 20:00 Ród smoka III** (6/8) – serial przyg. USA 2026
- 21:05 Miniaturowa żona** (6/10) – serial kom.
- 21:50 Mumia: Film Lee Cronina** – horror USA/Irlandia 2026, reż. Lee Cronin (130 min)
- 00:00 Nasienie świętej figi** – dramat krym. Niemcy/F/Iran 2024, reż. Mohammad Rasoulof, wyk. Soheila Golestani (165 min)

CINEMAX

- 12:05 Zakochany Szekspir** – komediodramat USA/Wlk. Brytania 1998
- 14:15 Pamięć** – dramat obycz. USA/Meksyk/Chile/Niemcy 23
- 15:55 Cytrynowiec** – dramat obycz. Włochy/Polska 2023
- 17:45 Pan i władca: Na krańcu świata** – film przyg. USA 2003
- 20:00 Nieznajomy pod Wielkim Łukiem** – dramat obycz. Francja/Dania 2025
- 21:45 Ciemna noc** – thriller Turcja/Niemcy/Francja 2022
- 23:45 Gangi Nowego Jorku** – film sens. USA/Włochy 2002

ROMANCE TV

- 08:10 Górski lekarz** (4,4/8)
- 10:05 Diagnoza Betty** (1,2/29)
- 12:00 Weekendowi buntownicy** – komedia Niemcy 2023
- 14:20 Dr Nice** (2/6)
- 16:15 Tajemnica waleni** – thriller Niemcy/USA 2010
- 18:00 Górski lekarz** (5,5/8)
- 20:00 Szkoła jazdy** – komedia romantyczna Niemcy 2012, reż. Thomas Nennstiel, wyk. Mariele Millowitsch
- 21:55 Bella Familia** – komedia romantyczna Niemcy 2013
- 23:50 Górski lekarz** (5,5/8)
- 01:45 Szkoła jazdy** – komedia romantyczna Niemcy 2012

CANAL+ PREMIUM

- 08:45 Łapu-Capu** (177)
- 09:00 Czy Al zabija internet?** – film dok. Niemcy 2025
- 09:55 Ida** – dramat obycz. Polska/Dania/Fr/Wlk. Bryt. 2013, reż. Paweł Pawlikowski (80 min)
- 11:15 Kopnieci w czasie** – komedia Francja/Belgia 2025, reż. Vinciane Millereau (100 min)
- 12:55 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (1,2/9) – serial obycz. Francja 2022
- 14:00 Mili Vanilli** – film dokum-entalny USA 2023
- 15:45 Premierowa jazda**
- 16:00 Niania w Nowym Jorku** – komedia romantyczna USA 2007 (105 min)
- 17:45 Łapu-Capu** (178)
- 17:50 Battleship: Bitwa o Ziemię** – film przyg. USA/Japonia 2012, reż. Peter Berg (130 min)
- 20:00 Spirala kłamstw** (2/4) – serial krym. F 2025
- 20:55 Diamenty** – komedia Włochy 2024, reż. Ferzan Özpetek, wyk. Luisa Ranieri (130 min)
- 23:05 Zdążyć przed śmiercią** – western USA 2025, reż. Ned Crowley (105 min)

TVN FABUŁA

- 09:50 Prawo Agaty IV** (12)
- 10:55 Lekarze** (6)
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty IV** (11)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:00 Na Wspólnej** (12)
- 16:35 Magia kina** (2)
- 17:00 In the Heights: Wzgórza marzeń** – musical USA 2021
- 20:00 Ruchomy chaos** – film przyg. USA/Kanada 2021, reż. Doug Liman, wyk. Tom Holland
- 22:55 Wszyscy święci New Jersey** – dramat krym. USA 21
- 00:50 Pan i pani Smith** – komedia sens. USA 2005

AMC

- 09:10 Strażnik** – thriller USA 2006, reż. Clark Johnson
- 11:20 Mistrz miecza** – film sens. Chiny/Hongkong 2016
- 13:45 Złów i wypuść**
- 16:15 Ip Man 4** – film przyg. Hongkong/Chiny 2019
- 18:25 Aleksander** – dramat hist. USA/Wlk. Bryt./Niemcy/Holandia/Francja/Włochy 2004, reż. Oliver Stone, wyk. Colin Farrell, Angelina Jolie
- 22:00 Lake Placid III** – horror Bułgaria/USA 2010, reż. Griff Furst, wyk. Colin Ferguson
- 00:00 Nożownicy** – thriller USA 2003, reż. William Friedkin

AXN

09:25 Castle IV (3,4/23)
11:20 MacGyver IV (1,2/13)
13:10 Dowody zbrodni II (6,7/23) – serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje II (2,3/22) – serial krym.
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (1,2/25)
19:05 Castle IV (5,6/23)
21:05 FBI: International IV (15/22) – serial akcji USA 2025
22:00 FBI: Most Wanted IV (18/22) – serial krym. USA 2023
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (1,2/25)

EPIC DRAMA

08:40 Detektyw Murdoch XVIII (16/22)
09:35 Wszystkie stworzenia duże i małe III (2/6)
10:35 Lekarze na start
12:10 Zatraceni w miłości
13:05 Marlow: Klub zbrodni II
14:10 Agenci NCIS XVII (5/20)
15:00 Panna Marple II (1/4)
17:10 Poirot XII (2/4)
19:05 Agenci NCIS XVII (6/20)
20:00 Poirot III (9/11)
21:00 Robin Hood – serial przyg. USA/Serbia 2025
22:00 Sprawy pana Booka (5/6)
23:10 Poirot III (9/11)
00:15 Agenci NCIS XVII (6/20)

TVN STYLE

07:00 Co za tydzień (12/53)
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Ugotowani (3, 4)
13:30 Kuchenne rewolucje (9, 8) – reality show Polska 23
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4, 5) – reality show
17:05 W czym do ślubu? (7)
17:40 Kuchenne rewolucje (10, 9, 10) – reality show
20:50 Jestem z Polski VI (1,6/9) – serial dok. Polska 2020
22:50 Ślub od pierwszego względu: Australia IX
00:35 Seks – wypadki (12/39)
01:35 Dorota was urządził III

TVN TURBO

11:15 101 napraw (6, 7)
12:15 Jeździć, obserwować V
13:00 Mobilni mechanicy (7, 8)
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5031)
18:15 Jeździć, obserwować VII
19:00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (5)
19:45 Usterka XVI – serial dok.
20:15 Naprawy nie do naprawy (6) – mag. motoryzacyjny
21:00 Wojny samochodowe (7)
22:00 Raport Turbo (5031)
22:15 Jeździć, obserwować V (6,7/16) – serial dok. Polska 25
23:45 Z drugiej ręki (1)

BBC FIRST

10:40 Śmierć pod palmami III
11:45 Zagadki doktora Blake'a V (1/8) – serial krym.
12:55 Ulica nadziei (7,8/10)
14:55 Ojciec Brown VIII (10/10)
15:55 Lewis VI (6/8)
17:00 My Life is Murder IV (4/8)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XXIV (2/4) – serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami III (7/8) – serial kryminalny
21:00 My Life is Murder (4)
22:00 Schwytać mordercę (8,9/11) – serial kryminalny
00:10 Harry Wild IV (7/7)

FX

10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (14,15/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (9,10/17)
13:45 Agenci NCIS (21,22/24)
15:35 SkyMed III (9/9)
16:30 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (16,17/24)
18:20 Z Archiwum X III (9/24)
19:15 FBI IV (3/23)
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (11,12/17)
22:00 The Hunting Party II (2/13) – serial krym. USA 2026
22:55 Z Archiwum X III (9/24)
23:55 John Rambo – film sens. Niemcy/USA/Tajlandia 2008

HGTV

10:00 Widok, na który cię stać
11:05 Usterka XI (3,4)
12:35 Moje miasto, mój dom VII (10) – serial dok.
14:35 Mieszkanie na miarę II (3,4/4) – serial dok. Polska 22
16:35 Polowanie na ogród VIII (2,3,4) – serial dok. Polska 2022
18:15 Będzie pięknie (3/8)
19:10 Weekendowa metamorfoza (1) – reality show
20:05 Zgłoś remont (7)
21:05 Dorota was urządził VI (9,10/12) – serial dok.
22:35 House Hunters (4, 5, 6, 7)
00:45 Kupujemy dom na plaży

BBC LIFESTYLE

11:35 Mistrzowie szycia (3, 4)
13:35 Mistrzowie ceramiki (10)
14:40 Wielkie nowo-zelandzkie wypieki (5) – show
15:40 Zapraszam do stołu: wielka porcja (6) – reality show
17:50 Wymarzone domy (16)
18:50 Mistrzowie szycia (1)
19:50 Wielkie nowo-zelandzkie wypieki (6) – show
21:00 Najlepsze hotele Indii (1/3) – serial dok. Wlk. Bryt. 24
22:00 House of Kardashians
23:00 Wstydlive choroby: online III (1) – serial dok.
23:55 Gordon Ramsay i nowe gwiazdy biznesu w Australii

COMEDY CENTRAL

08:55 Przyjaciele X (13,14,15, 16,17/18) – serial kom. USA 04
11:55 Teoria wielkiego podrywku X (5,6,7,8,9,10/24)
14:30 Dwóch i pół VII (20,21,22,1/22) – serial kom.
16:30 Przyjaciele (1,2,3,4, 5,6/24) – serial kom. USA 1994
19:30 Duchy (9,11/18)
20:30 Teoria wielkiego podrywku X (11,12,13/24)
22:00 The Office PL III (3,4)
23:05 Comedy Club (3, 4)
00:05 Miasteczko South Park IV (2,3/17) – serial anim.

TVP SERIALE

09:15 Rodzinka.pl V (12/26)
09:50 Klan – telenowela
10:25 Ranczo IX (10)
12:05 Komisarz Alex III (11)
12:55 Ojciec Mateusz 31 (3,4,5) – serial krym. Polska 24
13:45 Ojciec Mateusz 31 (4,5)
15:40 Komisarz Alex III (12/13)
16:25 Na sygnale – serial obyczajowy Polska 2023
17:35 Ranczo IX (12,13)
19:35 Ojciec Mateusz 31 (6,4) – serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X (1,2)
23:25 Ojciec Mateusz 31 (7)
00:20 Czarna śmierć (3)
01:20 Londyńczycy (3/13)

CANAL+ KUCHNIA

13:25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (6)
13:55 Podróż przez smaki Chin II (1) – serial dok.
14:55 U sąsiadów w kuchni XV
15:55 Jakubiak rozgryza... (9)
16:10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (3)
16:35 Jamie Oliver (7, 8, 17, 18)
18:30 Maximum Foodie V (4)
18:55 m jak mięso (10, 1)
19:50 Nie bój ryby! (4)
20:15 Jamie Oliver (18, 19)
21:15 Anthony Bourdain VI (3,4,5/8) – serial dok. USA 2015
23:55 Nie bój ryby! (3, 4)

CANAL+ DOMO

13:05 Po pierwsze lokalizacja! Nowa Zelandia – serial dok.
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (4) – lifestyle
15:00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę (11/20) – serial dok.
15:55 Meblokreacje (3, 4)
16:50 Gardeners' World (20)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty XXII
20:00 Daleko od miasta XIII (7,8) – serial dok. Polska 2024
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (5) – lifestyle
21:55 Wielkie projekty: archiwum tajemnic II (7)
00:10 Luksusowa ucieczka

PLANETE+

15:50 Niezwykłe podróże kolejną X (1/8) – serial dok.
16:55 Świat z góry VII (9,10/14)
17:55 Dokąd dzisiaj? IV (104)
18:15 Polska z góry X (4)
18:40 Premiera: Polska z góry X (5) – serial dok.
19:10 Mam zamek II (6)
19:45 Szepoty dawnej Ziemi
20:50 Jeanne Duval. Zapomniana muza Baude-laire'a – film dok. Francja 2022
21:55 Ramzes II. 66 lat panowania (3) – serial dok.
23:10 Krótka historia miłości

DISCOVERY CHANNEL

13:00 Pojedyńki Eda Stafforda III (3/7) – serial dok.
14:00 Nagi instykt przetrwania: Elita IV (9/11) – serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Celnicy na straży Niemiec – real tv Niemcy 2025
17:00 Celnicy na straży Szwecji IV (10/14) – serial dok.
18:00 Lotnisko II (5/8)
19:00 Nagi instykt przetrwania IX (11,1/12)
21:00 Nic do ukrycia II (2)
22:00 Celnicy na straży Szwecji IV (11/14) – serial dok.
23:00 Celnicy na straży Niemiec (5) – real tv Niemcy 25

TVP HISTORIA

13:30 07 w akcji!
13:45 Królowie (66)
14:20 Czterej pancerni i pies
15:30 Sensacje XX wieku
18:00 Tajemnica Enigmy (2)
18:45 „Jan Serce” – historia niejednej miłości – reportaż
19:05 Tajemnice początków Polski (1) – serial dok. Polska 12
20:00 Oficerowie (5/14) – serial krym. Polska 2006
20:55 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa
22:00 Putin i Zachód: kolejny rozdział (1/3) – serial dok.
23:15 Sensacje XX wieku

HISTORY

14:50 Największe tajemnice świata V (10/15) – serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
16:15 Wykute w ogniu (13)
17:10 II wojna światowa w kolorze: największe bitwy
18:10 Największe tajemnice świata VI (18/20) – serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVII (11,18,9) – serial dok. USA 2025
22:00 Największe tajemnice świata VII (15) – serial dok.
23:00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (6/8)
23:55 David Duchovny: archiwum tajemnic II (7)
00:50 Starożytni kosmici XVI

NATIONAL GEOGRAPHIC

15:00 Katastrofa w przestworzach XVIII (7/10) – serial dok.
16:00 Złapać przemytnika X
17:00 Pompeje (1/3)
18:00 Tajemnice wojennych wraków (4/8) – serial dok.
19:00 Historia Związku Radzieckiego (2/3) – serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (6/10) – serial dok.
21:00 Katastrofa w przestworzach: raport specjalny II
22:00 Ostatni lot – serial dok.
23:00 Katastrofa w przestworzach XIII (2/11) – serial dok.

FOCUS TV

08:00 Była sobie Ziemia
08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VI
10:00 Gwiazdy lombardu XXII
12:00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (6/10) – serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XIX (5,6) – serial dok.
14:00 Zaginione złoto II wojny światowej (7,8/8) – serial dok.
16:00 Poszukiwacze historii XIX (5,6) – serial dok.
18:00 Rolnicy. Podlasie IV
20:00 Galileo – pr. popularn.
21:00 Skanowanie historii
22:00 Tajne bazy nazistów III (1,2/6) – serial dok. Kan. 2023
00:00 Starożytni kosmici

BBC EARTH

13:20 Wielkie koty 24/7 (3/6)
14:30 W okowach mrozu IV
16:25 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) – serial dok.
17:40 Wielkie koty 24/7 (3/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe V (1/6) – serial dok.
19:45 Największe zagadki nauki (3) – serial dok.
20:55 W okowach mrozu V (1,2/8) – serial dok. USA 2017
22:55 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (1/6) – serial dok.
00:05 Paryż – Stambuł z Sue Perkins (4) – serial dok.
01:05 Wielkie koty 24/7 (3/6)

POLSAT VIASAT HISTORY

13:10 Wzemuś: historia zaginionych zwojów – film dok.
14:20 Zaginione miasta Biblii
16:25 II wojna światowa: cena imperium (1/13) – serial dok.
17:30 II wojna światowa: końcówka – serial dok.
18:40 Starożytność: zdrady
19:50 Ramzes: władca Egiptu (1/6) – serial dokumentalny
21:00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera – serial dokumentalny
21:55 Konkwestadorzy: powstanie i upadek (4/6)
22:55 Adolf Hitler: zrozumieć dyktatora (6/8) – serial dok.
00:00 Starożytność: zdrady

Od A do Z

6 KUL ★★

film sens., USA 2012, reż. Ernie Barbarash, wyk. Jean-Claude Van Damme, Joe Flanigan, Anna-Louise Plowman

22:00 | tv puls

Jean-Claude van Damme ciągle żywy: były najemnik zarabiający na życie jako detektyw szukający zaginionych dzieci zostaje wynajęty do odnalezienia porwanej dziewczynki, córki mistrza wszech walk.

ANNABELLE:

NARODZINY ZŁA ★★

horror, USA 2017, reż. David F. Sandberg, wyk. Miranda Otto, Lulu Wilson, Anthony LaPaglia

23:25 | tvn 7

W kilkanaście lat po śmierci córki lalkarz udziela schronienia grupie sierot i opiekującej się nimi zakonniczki, co budzi agresję jednej z lalek gospodarza, opętanej – jak się okaże – przez demona.

DREAMS ★★

dramat obycz., Meksyk/USA 2025, reż. Michel Franco, wyk. Jessica Chastain, Isaac Hernández, Rupert Friend

20:00 | canal+ premium

Jessica Chastain jako nowojorska celebrytka, która ryzykuje swoją pozycję społeczną i towarzyską wklejając się w niebezpieczny romans z meksykańskim choreografem, który miał być przygodą na jedną noc.

EPIDEMIA ★★

film sens., USA 1995, reż. Wolfgang Petersen, wyk. Dustin Hoffman, Rene Russo, Morgan Freeman

20:50 | tvn

Rutynowe kino katastroficzne nabrało blasku, gdy premiera zbiegła się z atakiem wirusa Ebola w Afryce. Bonus: niedgysiejszy antybohater Dustin Hoffman jako niemal superman.

FACET Z OGŁOSZENIA ★★

komedie romantyczna, USA 2005, reż. Gary David Goldberg, wyk. Diane Lane, John Cusack, Elizabeth Perkins

19:55 | warner tv

Trzydziestoparoletnia rozwódka nie szuka nowego partnera, ale kiedy rodzina umieszcza jej ogłoszenie w internetowym biurze matrymonialnym, musi się spotykać z mężczyznami. Zgrane.

W samym sercu morza



FOT. TVN

FILM PRZYG.

USA/AUSTRALIA/HISZPANIA 2015, REŻ. RON HOWARD, WYK. CHRIS HEMSWORTH, BENJAMIN WALKER, CILLIAN MURPHY

INCEPCJA ★★

film sens., USA/Wlk. Brytania 2010, reż. Christopher Nolan, wyk. Leonardo DiCaprio, Ellen Page, Joseph Gordon-Levitt

20:00 | cinemax

Christopher Nolan igra z podświadomością: Leonardo DiCaprio jako ścigany przez wszystkich złodziej snów, który ma szansę na rehabilitację, jeśli zaszczepi pewną ideę w cudzym umyśle. Intrygujące.

MROCZNY

RYCERZ POWSTAJE ★★

film sens., Wlk. Brytania/USA 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Tom Hardy, Gary Oldman

20:00 | tvn 7

Christopher Nolan i Christian Bale efektywnie zamykają swoją trylogię Batmana: po kilkuletnim milczeniu owiany złą sławą Batman powraca, by bronić mieszkańców Gotham przed niebezpiecznym psychopatą.

NAJCZARNIEJSZA
GODZINA ★★

horror, USA 2011, reż. Chris Gorak, wyk. Emile Hirsch, Olivia Thirlby, Max Minghella

22:25 | cinemax

Czwórka Amerykanów w środku Moskwy w momencie kosmicznej inwazji. Chociaż od razu wiadomo, kto tym razem zbawi ludzkość i całą ziemską cywilizację. Dla wytrwałych.

NORA ROBERTS

– KSIĘŻYC

NAD KAROLINĄ ★★

thriller, USA/Niemcy/Kanada 2006, reż. Stephen Tolkin, wyk. Claire Forlani, Oliver Hudson, Josie Davis

20:10 | ale kino+ hd

Czytając bestsellery Nory Roberts: dręczona przez koszmary kobieta powraca w rodzinne strony, by stawić czoła traumie z dzieciństwa i przy okazji wskazać seryjnego mordercę.

PRAWDZIWY

BÓL ★★

dramat obycz., USA/Polska 2024, reż. Jesse Eisenberg, wyk. Jesse Eisenberg, Kieran Culkin, Will Sharpe

23:45 | hbo

Jesse Eisenberg (Oscar za scenariusz) i Kieran Culkin (Oscara za rolę) jako dwaj niekoniecznie żyłczy ze sobą kuzyni, którzy wyruszają do dzisiejszej Polski śladami swojej polsko-żydowskiej rodziny.

PSY ★★

film akcji, Polska 1992, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Marek Kondrat, Cezary Pazura

23:00 | stopklatka

Tarantino po polsku: dwaj byli esbecy po różnych stronach prawnej barykady. Cynizm czy eksperyment formalny Władysława Pasikowskiego? Niezależnie od odpowiedzi – kultowa rola Bogusława Lindy.

22:00 | warner tv

★★★

Historia, która mogła zainspirować „Moby Dicka” Hermana Melville’a. Młody Melville rozmawia z ostatnim żyjącym członkiem załogi kutra wielorybniczego, którego w 1820 roku zaatakował olbrzymi wieloryb.

MYZ

SKAZANY NA PIEKŁO ★★

thriller, USA 2003, reż. Ringo Lam, wyk. Jean-Claude Van Damme, Lawrence Taylor, Marnie Alton

20:00 | tv puls

Jean-Claude Van Damme nudzi jako pensjonariusz więzienia o zastrzonym rygorze, którego strażnicy dla własnej uciechy zmuszają do walk z innymi więźniami. No to lubu-du!

SORRY, BABY ★★

komedie, USA/Hiszpania/Francja 2025, reż. Eva Victor, wyk. Eva Victor, Naomi Ackie, Lucas Hedges

22:15 | ale kino+ hd

Dziewczyna wyklada literaturę na college’u, który sama ukończyła, doświadczając gwałtu ze strony swego promotora. Gorzkie doświadczenie niczego nie zmienia ani w jej otoczeniu, ani w życiu uczelni.

THE FOURTH

WALL ★★

dramat obycz., Francja/Luksemburg/Belgia 2024, reż. David Oelhoffen, wyk. Laurent Lafitte, Simon Abkarian, Manal Issa

21:50 | hbo

W 1982 roku, w ogarniętym wojną Libanie, francuski reżyser postanawia wystawić „Antygone” Anouilha z udziałem wielokulturowej obsady. Czy jednak w tej sytuacji przebijie się uniwersalne przesłanie sztuki?

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

08:00 Serwis Info, pogoda
08:05 Pogoda Info
08:15 Kolumbowie (1/5)
– serial wojenny Polska 1970
09:15 Ranczo VIII (2/13)
10:10 Komisarz Alex XXII (10)
11:00 Ojciec Mateusz XVII (3)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (760)
12:55 Przeróżająca tajemnica
kwiatów – film dok. F 2022
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5730)
18:05 Reporterzy (578)
18:25 Akacjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 07 zgłoś się (1/21)
– serial krym. Polska 78
21:40 Zaginiony w akcji
*** (Missing in Action)
– film sens. USA 1984,
reż. Joseph Zito, wyk.
Chuck Norris (110 min)
23:30 Sean Penn, amerykański wicherzyciel
– film dok. F 2024
00:35 Kochając Pabla, nie-
*** nawidząc Escobara
(Loving Pablo)
– film biograficzny
Hiszpania/USA/Buł-
garia 2017 (130 min)

MEZEO

13:30 Jewgienij Kisin w sali
Wiedeńskiego Towarzystwa
Muzycznego: Bach, Mozart,
Debussy, Rachmaninow
15:10 Jean-Yves Thibaudet,
San Francisco Symphony
Orchestra, Esa-Pekka Salonen:
Scriabin, Prometeusz
15:55 Intermezzo
16:15 Richter, enigma
18:45 Francesco Tristano:
Frescobaldi, Berio, France-
schini, Bach – Festiwal Forte-
pianowy w Zagłębiu Ruhry
20:30 „Betroffenheit”, balet
w choreografii Crystal Pite
– balet Wlk. Brytania 2017
22:15 Théotime Langlois
de Swarte, Orkiestra Opery
Królewskiej w Wersalu: Bach
23:35 Johann Strauß: Zemsta
nietoperza – operetka Belgia
2025, reż. Frédéric Cailliez

TVP2 D3 I

05:35 M jak miłość
06:25 Wspólnota ponad gra-
nicami – reportaż Polska 2026
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie
– pobudka (7628) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie
(7628) – mag. Polska 2026
11:30 Rodzinka.pl III (1,2/26)
– serial kom. Polska 2012
12:35 Koło fortuny (2053)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1024)
14:35 Na sygnale
15:05 La Promesa –
pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2054)
16:35 Familiada (3087)
17:20 Panna młoda
18:15 Va banque (1025)
18:50 Jeden z dziesięciu (9)
19:55 Barwy szczęścia
– serial obycz. Polska 2025



20:05 Omnibus – szybcy
i mądzy (28,28) – te-
leturniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion
(333) – teleturniej
21:50 Na sygnale – serial
obycz. Polska 2026
22:55 Ku*damn 59 II – serial
obycz. Niemcy 2018,
wyk. Sonja Gerhardt
23:50 Pitbull – serial sens.
Polska 2007, wyk.
Marcin Dorociński
00:45 Karol, władca
Hiszpanii (13/17)
– serial kostiumowy

PULS 2

06:20 Seriale animowane
10:00 Jeżyk i przyjaciele (11)
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (21,22/52)
12:00 Psi patrol (8/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy – serial anim.
14:00 My Little Pony:
Przyjaźń to magia (1,2/26)
15:00 Miraculous II (16,15/26)
16:00 Fineasz i Ferb II
17:00 Smerfy
18:00 Pingwiny
z Madagaskaru (5,6/26)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (20) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
(16,17) – serial krym. Polska 25
23:00 Super Mario Bros
– film przyg. Wlk. Brytania/
USA/Japonia/Francja 199
01:20 Dzielnica strachu X (12)

POLSAT D3 I

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (1972)
08:30 Malanowski i Partne-
rzy VII – serial fabularno-dok.
09:30 Trudne sprawy XXVI
(50,51/60) – serial fab.-dok.
11:35 Gliniarze XVI (16,17)
– serial fabularno-dok.
Polska 2024, wyk. Arkadiusz
Krygier, Tomasz Skrzypniak
13:40 Dlaczego ja? 33 (11,12)
– serial fab.-dok. Polska 2026
15:50 Wydarzenia
16:25 Interwencja (5948)
– mag. reporterów Polska 26
16:40 Gliniarze XVIII (71,72)
– serial fabularno-dok. Polska
2024, wyk. Arkadiusz Krygier,
Tomasz Skrzypniak, Ewelina
Ruckgaber, Piotr Mróz
18:50 Wydarzenia, sport
19:15 Gość „Wydarzeń” (728)
19:45 Pogoda – Polska 2026



20:00 Szybko i wściekle
*** (Fast & Furious) – film
sens. USA/Japonia 09,
reż. Justin Lin, wyk.
Vin Diesel (135 min)
22:15 Ultimatum Bourne'a
**** (The Bourne Ultima-
tum) – film sens. USA/
Niemcy/F/Hiszpania
2007, reż. Paul Green-
grass (155 min)
00:50 Kingsman: Tajne
**** służby (Kingsman:
The Secret Service)
– film sens. Wlk. Bryta-
nia/USA 2015 (165 min)

TV4

10:55 Na ratunek 112 XVIII
(19,20) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (44,45)
13:55 Trudne sprawy XVI
(3,4,5/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci
XXIV (41/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto
da więcej (49) – reality show
19:00 Policjantki i policjan-
ci XXIV (42/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (15,16)
– serial krym. Polska 2026
21:00 Sprawiedliwi.
Trójmiasto III (34) – serial krym.
22:00 Sprawiedliwi –
wydział kryminalny XX (34)
23:05 Bez litości: Tajna
skrzynka: Śmiertelny błąd
(10/13) – serial sens. Kanada/
USA 2012, wyk. Steven Seagal,
Sarah Lind, Lochlyn Munro
01:00 Love Island IV

TVN D3 I

05:40 Uwaga! (8051) – mag.
reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (24/60)
06:50 Kuchenne rewolucje:
Tarnów – Pizzeria Bujani XXIV
(10) – reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Doradca smaku (31)
11:25 Kuchenne rewolucje:
Restauracja „Geneza Smaku”,
Karpacz XXIII (10)
12:35 Ukryta prawda (38,39,
49/60) – serial fabularno-dok.
15:45 Detektywi III (25/60)
– serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny III
(1/53) – serial obycz. Polska
2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (33/50)
– serial krym. Polska 2026,
wyk. Zofia Zborowska
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8052) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial
obycz. Polska 2026
20:50 Epidemia (Outbreak)
*** – film sens. USA 1995,
reż. Wolfgang Peter-
sen, wyk. Dustin Hoff-
man, Rene Russo, Mor-
gan Freeman (160 min)
23:30 Kuba Wojewódzki (4)
00:45 Bez śladu (Keepers)
*** – dramat kryminalny
Wlk. Brytania 2018,
reż. Kristoffer Nyholm,
wyk. Peter Mullan,
Gerard Butler (125 min)
02:50 Uwaga! (8052)

METRO D3 I

07:35 Tajemnice miłości (40)
– serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (3,4/68)
10:30 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji
(44/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (59,60)
14:35 Kiedy ktoś kocha
bardziej (29) – serial obycz.
15:45 The Floor (13,14)
17:00 Fani czterech
kółek XVIII (7/20) – serial dok.
18:00 Magda M. (5/15)
– serial obycz. Polska 2005
19:00 Kartoteka IV (7,8/13)
– serial fab.-dok. Polska 2013
21:05 Kryminalni IV (13,7)
– serial krym. Polska 2006
23:15 CSI: Kryminalne
zagadki Las Vegas XI (16/22)
00:20 Zbrodnice z pierwszych
stron gazet VII (12/14)

TV PULS D3 I

06:00 Policjanci z Miami III
(18,19/24) – serial krym.
USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział
specjalny XXIII (4,5/13)
10:00 Maria z przedmieścia
– telenowela Meksyk 1995
12:00 Nie igraj z aniołem
– telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III
– serial obycz. Turcja 2011
14:00 Kurierzy II (5)
15:00 Lombard. Życie pod
zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (6) – serial
obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (32,33) – serial
obyczajowy Polska 2025

20:00 Skazany na piekło
*** (In Hell) – thriller
USA 2003, reż. Ringo
Lam, wyk. Jean-Claude
Van Damme, Lawrence
Taylor (120 min)
22:00 6 kul (6 Bullets)
*** – film sens. USA 2012,
reż. Ernie Barbarash,
wyk. Jean-Claude
Van Damme (135 min)
00:15 Przetrwanie (The
*** Grey) – film sens. USA
2011, reż. Joe Carna-
han, wyk. Liam Neeson,
Frank Grillo (135 min)

TVN7 D3 I

05:25 Ten moment (7/20)
– serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (31,32,33/63)
– serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda
(69,67/71) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy
– serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (4)
– serial krym. Polska 2005
15:00 Szpital (67,68/72)
– serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji
(30/60) – telenowela dok.
19:00 Ukryta prawda (18/60)
– serial fab.-dok. Polska 2023,
wyk. Agnieszka Czeakańska

20:00 Mroczny Rycerz
**** powstaje (The Dark
Knight Rises) – film
sens. Wlk. Brytania/
USA 2012, reż. Chris-
topher Nolan, wyk.
Christian Bale (205 min)
23:25 Annabelle: Narodziny
*** zła (Annabelle:
Creation) – horror
USA 2017, reż. David
F. Sandberg (140 min)
01:45 Sierota (Orphan)
*** – horror USA/Kanada/
Niemcy/Francja
2009 (135 min)

STOPKLATKA

- 09:45** Zagadki kryminalne panny Fisher II (7/13) – serial krym. Austr. 2013
- 10:55** Górski lekarz XIII (5,5/7) – serial obycz.
- 12:55** Zagadki kryminalne panny Fisher II (8/13) – serial kryminalny
- 14:00** Zajazd. Będzie się działo (7,8) – serial fab. – dok. Polska 2025
- 16:00** Katastrofy w przestworzach XI (9,3,10/13) – serial dok.
- 19:00** Aukcja w ciemno II (21,22/24) – serial dok.
- 20:00** 13 godzin: Tajna misja w Benghazii (13 Hours: The Secret Soldiers of Benghazi) – film sens. USA/Malita/Maroko 2016, reż. Michael Bay, wyk. John Krasinski, James Badge Dale, Pablo Schreiber (180 min)
- 23:00** Psy – film akcji Polska ******** 1992, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Marek Kondrat (150 min)
- 01:30** Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – kome- dia Polska 1978, reż. Stanisław Bareja, wyk. Stanisław Tym (135 min)

KINO POLSKA

- 07:40** Bolek i Lolek (9,10/13)
- 08:00** Podróż za jeden uśmiech: Pożegnanie z Dudusiem (7/7) – serial przyg. Polska 1971, wyk. Henryk Gołębiewski
- 08:45** Ranking Naj Polskiego Kina – serial dok. Polska 2024
- 09:20** To nie ze mną II (8,9) – serial kom. Polska 2023
- 10:35** Wracając do Marka – film dok. Polska 2002
- 11:45** Tama – film krótkom.
- 12:30** Znachor – melodra- mat Polska 1981, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Jerzy Bińczycki, Anna Dymna, Bernard Ładysz
- 15:10** Tam i z powrotem – film sens. Polska 2001
- 17:40** Czterej pancerni i pies (1,2) – serial wojenny
- 20:00** Cicha noc – dramat obycz. Polska 2017, reż. Piotr Domański, wyk. Dawid Ogrodnik, Tomasz Ziętek
- 22:05** Ajlawju – komedia Polska 1999, reż. Marek Koterski, wyk. Katarzyna Figura, Cezary Pazura
- 23:55** Zgorszenie publiczne – komedia romantyczna Polska 2009, reż. Maciej Przykowski, wyk. Krzysztof Czeczot
- 01:55** Skazany na bluesa – film biogr. Polska 2005, reż. Jan Kidawa-Błoński, wyk. Tomasz Kot, Jolanta Fraszyńska

ALE KINO+

- 09:25** Wolna krowa – film krótkom. (35 min)
- 10:00** Bestia III (3,4/6)
- 12:00** Vera IX (4/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2019
- 13:55** Opera! (The Opera! Arie Per Un'eclissi) – musical F/Włochy 24, reż. Paolo Gep Cucco, Davide Livermore, wyk. Vincent Cassel (135 min)
- 16:10** Czterej muszkie- terowie (The Four Musketeers) – film przyg. Wlk. Brytania/ USA/Panama/Hispania 1974 (125 min)
- 18:15** Vera X (1/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2020
- 20:10** Nora Roberts – Księżyc nad Karoliną (Carolina Moon) – thriller USA/Niemcy/Kanada 2006, reż. Stephen Tolkin, wyk. Claire Forlani (125 min)
- 22:15** Sorry, Baby – komedia ******** USA/Hispania/Francja 2025, reż. Eva Victor, wyk. Eva Victor (125 min)
- 00:20** Na własnych warun- kach (La Réparation) – dramat obycz. Francja/ Tajwan 2025, reż. Régis Wargnier (120 min)

POLSAT FILM

- 08:30** Przyjaciółki XIV (1,2/12)
- 10:25** Świat według Kiepskich (16,7,10,17,12/16) – serial kom.
- 13:40** Gra dla dwojga – thriller USA/Niemcy 2009
- 16:20** Królowa Śnieżka i łowca – film fantasy USA/Wlk. Brytania 2012
- 18:50** Salon piękności – komedia USA 2005
- 21:00** Kobiety bez wstydu – komedia Polska 2016, reż. Witold Orzechowski
- 23:25** It Ends With Us – dramat obycz. USA 2024, reż. Justin Baldoni, wyk. Blake Lively

KINO TV

- 09:20** Panna Scarlet i komi- sarz II (3/6) – serial krym.
- 10:20** Panna Marple V (1/4)
- 12:20** Hudson i Rex IV (7,8/16)
- 14:35** Poirot VI (2/4)
- 16:45** Strażnik Teksasu II (14,15/24) – serial sens. USA 94
- 18:55** Poirot: Ekspres do Plymouth III (4/11) – serial krym. Wlk. Brytania 1991
- 20:00** Efekt motyla – thriller USA/Kanada 2004, reż. Eric Bress, J. Mackye Gruber
- 22:30** Śnieżki II – komedia USA/Chiny 2016
- 00:30** Spacer w chmurach – melodramat USA/Meksyk 95

TVP KULTURA

- 09:00** Wojna domowa (9,10) – serial kom. Polska 1966
- 10:50** Cham – dramat obycz. ****** Polska 1979 (100 min)
- 12:30** Ordonka – film doku- mentalny Polska 1993
- 13:35** TVP Kultura na TAURON Nowe Horyzonty – Wrocław 2026 (2) – magazyn
- 13:50** Kosmos 1999 (16/24) – serial sens. USA/Wlk. Brytania/Włochy 1975
- 14:55** Mój Nikifor – film ******** biograficzny Polska 2004, reż. Krzysztof Krauze (110 min)
- 16:45** Wojna domowa (11,12)
- 18:20** Poszukiwacze zagi- nionych dzieł sztuki (11/12) – serial dok.
- 18:55** Rawhide (17/22)
- 20:00** Morderstwo odkrywa prawdę – spektakl tea- tralny Polska 1976, reż. Barbara Szałacka, wyk. Gabriela Kownacka
- 21:45** Stara strzelba ******* (Le vieux fusil) – dra- mat wojenny Francja/ Niemcy 1975 (110 min)
- 23:35** Bukolika – film dok.
- 01:00** Midnight Express ******** – dramat krym. USA/Wlk. Brytania 1978 (135 min)

WARNER TV

- 09:35** Prawo Agaty IV (1)
- 10:35** Pełniejsza chata
- 11:50** Teraz albo nigdy! II (9,10)
- 13:40** Bajaj z Bel-Air VI (7,8,9,10/24) – serial kom.
- 15:35** Pełniejsza chata (11,12,13,1/13) – serial kom.
- 17:55** Akademia policyjna – komedia USA 1984
- 19:55** Facet z ogłoszenia – komedia romant. USA 2005
- 22:00** W samym sercu morza – film przygodowy USA/Australia/Hispania 2015
- 00:20** Wystannik przyszłości – film s.f. USA 1997

PARAMOUNT

- 07:30** Czarodziejki IV (15,16/22)
- 09:25** Policyjna grupa pościgowa XVII (7) – serial dok.
- 10:20** Pingwiny z Madagaskaru II (7/39)
- 10:50** Dzień Dobry TV – komedia USA 2010
- 13:00** Czarodziejki IV (17,18/22) – serial fantasy
- 14:55** Stodkie zmartwienia – komedia USA 1995
- 16:55** Transformers – film s.f. USA 2007, reż. Michael Bay
- 20:00** Transformers: Zemsta Upadłych – film s.f. USA 2009
- 23:05** Cloverfield Lane 10 – thriller USA 2016

HBO

- 09:00** Noe: wybrany przez ******* Boga – film przyg. USA 2014 (135 min)
- 11:15** Zabawy z piłką ******* – komedia USA/Niemcy 2004 (90 min)
- 12:45** Jane Austen zrujno- wała mi życie – kome- diodramat Francja 2024, reż. Laura Piani (95 min)
- 14:20** Green Book – film ******** biograficzny USA/Chiny/ Japonia 2018 (125 min)
- 16:25** Bird – dramat obycz. ******** Wlk. Brytania/USA/F/ Niemcy 2024 (115 min)
- 18:20** Nocna suka – czarna ****** komedia USA 2024, reż. Marielle Heller (100 min)
- 20:00** The Pitt II (2/15) – serial obyczajowy USA 2026
- 20:50** Ta inna siostra Bennet (6/10) – serial obycz.
- 21:20** Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (5) – serial kom. USA 2026
- 21:50** The Fourth Wall ******* – dramat obyczajowy Francja/Luksemburg/ Belgia 2024, reż. David Oelhoffen (115 min)
- 23:45** Prawdziwy ból ******** – dramat obycz. USA/ Polska 2024, reż. Jesse Eisenberg (90 min)

CINEMAX

- 13:15** Tymczasem na Ziemi – film s.f. Francja/Belgia 2024
- 14:45** Mleko – dramat obycz. Holandia 2023, reż. Stefanie Kolk, wyk. Frieda Barnhard
- 16:25** Miłość Andrei – komedia Hispania 2022
- 18:05** Ella i John – film przyg. Włochy/Francja 2017
- 20:00** Incepcja – film sens. USA/Wlk. Brytania 2010, wyk. Leonardo DiCaprio
- 22:25** Najczarniejsza godzina – horror USA 2011
- 00:00** Zjawa – film przyg. USA/Tajwan/Hongkong 2015

ROMANCE TV

- 10:30** Rejs ku szczęściu
- 12:25** Statek marzeń – serial obycz. Niemcy/Austria 2011
- 14:20** Dwoje wśród milionów – komedia Niemcy 2022
- 16:15** Tajemnica waleń – dramat obycz. Niemcy 2010
- 18:00** Górski lekarz (6,6/8)
- 20:00** Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – romans Niemcy 2023
- 21:55** Käthe i ja: Córeczka tatusia (4/10) – serial obycz.
- 23:50** Górski lekarz (6,6/8)
- 01:45** Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – romans Niemcy 2023, reż. Marc Prill

CANAL+ PREMIUM

- 09:00** Larger Than Life: Złota era boysbandów – film dok. USA 2024
- 10:35** Łapu-Capu (178)
- 10:40** Miss mokrą pod- koszulka – komedia Polska 2002 (60 min)
- 11:40** MTV Unplugged
- 13:00** Wszystko, czego nie zdążyliśmy powie- dzieć (3,4/9)
- 14:05** Riefenstahl – film dok. Niemcy 2024
- 16:00** Premierowa jazda
- 16:15** Mamma Mia! ******** – komedia muzyczna USA/Wlk. Brytania/ Niemcy 2008 (110 min)
- 18:05** Łapu-Capu (179)
- 18:10** Mamma Mia! Here We ******* Go Again! – musical Wlk. Brytania/USA 2018, reż. Ol Parker (110 min)
- 20:00** Dreams – dramat obycz. ****** Meksyk/USA 2025, reż. Michel Franco (95 min)
- 21:35** Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona – serial dok.
- 22:40** Dalej jazda! 2 – komedia ******** Polska 26, reż. Mariusz Kuczewski (105 min)
- 00:25** Namierzony – film ****** sens. Wł./USA 2025, reż. Johnny Martin (105 min)

TVN FABUŁA

- 07:45** Detektywi (120,121, 122,123) – serial dok.
- 09:50** Prawo Agaty IV (13)
- 10:55** Lekarze (7)
- 11:55** Zapukaj do moich drzwi
- 13:55** Prawo Agaty IV (12)
- 14:55** Detektywi – serial dok.
- 16:00** Na Wspólnej (13,14)
- 17:05** Motywy filmowe (4)
- 17:35** Liga sprawiedliwości – film fantasy USA 2017
- 20:00** Piekielna głębia – film sens. USA/Meksyk 1999
- 22:20** Furia – dramat wojenny USA/Chiny/Wlk. Brytania 2014
- 00:55** Siedem – thriller USA 95

AMC

- 08:00** Supernova, cz. 1, 2 – film s.f. USA/RPA 2005
- 11:45** Noe: wybrany przez Boga – film przyg. USA 2014
- 14:40** Pogromcy duchów II – komedia sens. USA 1989
- 17:05** Wyścig z czasem – film s.f. USA '11, reż. Andrew Niccol
- 19:15** Karate Kid – film fami- lijny USA 1984, reż. John G. Avildsen, Harald Zwart
- 22:00** Resident Evil: Witajcie w Raccoon City – horror USA/Kanada/Niemcy 2021
- 00:05** Żołnierze kosmosu II: Bohater federacji – horror USA 2004, reż. Phil Tippett

AXN

09:25 Castle IV (5,6/23)
11:15 MacGyver IV (3,4/13)
13:10 Dowody zbrodni II (8,9/23) - serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje II (4,5/25) - serial krym. USA 22
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (3,4/25)
19:05 Castle IV (7,8/23)
21:05 Rekrut V (1/22) - serial kryminalny USA 2022
22:00 Rekrut: Feds (1/22)
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (3,4/25)
00:45 Castle IV (7/23)

EPIC DRAMA

10:45 Lekarze na start
12:10 Zatraceni w miłości
13:10 Marlow: klub zbrodni II
14:10 Agenci NCIS XVII (6/20)
15:00 Panna Marple II (2/4)
17:10 Poirot XII (3/4) - serial krym. Wlk. Brytania 2011
19:00 Agenci NCIS XVII (7/20) - serial krym. USA 2019
19:55 Poirot III (10/11)
21:00 Hiszpańska księżniczka (4/8) - serial historyczny
22:15 Domina (4/8) - serial obycz. Wlk. Bryt./Włochy 2021
23:25 Poirot III (10/11)
00:35 Agenci NCIS XVII (7/20)
01:20 Marlow: klub zbrodni II

TVN STYLE

06:50 Pogromcy chaosu (9)
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Ugotowani (5, 6)
13:30 Kuchenne rewolucje (12, 11) - reality show
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6, 7) - reality show
17:05 W czym do ślubu? (8)
17:40 Kuchenne rewolucje (11, 11, 12) - reality show
20:50 Jestem z Polski VI (2,7/9) - serial dok. Polska 2020
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:35 Seks - wypadki (13/39)
01:35 Dorota was urządził III

TVN TURBO

11:15 101 napraw (8, 9)
12:15 Jeździć, obserwować V
13:00 Mobilni mechanicy
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5032)
18:15 Zawodowi handlarze (11)
19:00 Moto kombat (8)
19:45 Duda kontra Szafranski IX (4) - serial dok.
20:30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (6)
21:15 Z drugiej ręki (10)
22:00 Raport Turbo (5032)
22:15 Jeździć, obserwować V
23:45 Naprawy nie do naprawy
00:30 Usterka XVI - serial dok.

BBC FIRST

11:45 Zagadki doktora Blake'a V (2/8) - serial krym.
12:55 Ulica nadziei (9,10/10)
14:55 Ojciec Brown IX (1/10)
16:00 Lewis VI (7/8)
17:00 My Life is Murder IV (5/8)
18:00 Morderstwa w Midsomer XXIV (3/4)
19:55 Śmierć pod palmami III (8/8) - serial krym. Wlk. Brytania/Francja 2014
21:00 Harry Wild IV (7/7)
22:00 Schwytac mordercę (10,11/11) - serial krym.
00:10 McDonald i Dodds III

FX

09:00 SkyMed (1/9)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (16,17/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (11,12/17)
13:45 Agenci NCIS X (22,23/24)
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (18,19/24)
17:25 Z Archiwum X III (9,10/24) - serial s.f.
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (13,14/17)
22:00 9-1-1: Nashville (3)
22:55 Z Archiwum X III (10/24)
23:55 Terminal - komedia romantyczna USA 2004

HGTV

11:05 Usterka XI (5,6)
12:35 Moje miasto, mój dom VII - serial dok.
14:35 Mieszkanie na miarę III (1,2/4) - serial dok. Polska 22
16:30 Polowanie na ogród VIII (5,6,7) - serial dok. Polska 2022
18:10 Weekendowa metamorfoza (2) - reality show
19:05 Zgłoś remont (7)
20:05 Dorota inspiruje (7)
21:00 Dorota was urządził VI (11,12/12) - serial dok.
22:30 House Hunters
00:40 Kupujemy dom na plaży XXII (4,5/13) - serial dok.

BBC LIFESTYLE

11:30 Mistrzowie szycia (5, 6)
13:30 Mistrzowie ceramiki (1)
14:35 Wielkie nowozelandzkie wypieki (6) - show
15:40 Zapraszam do stołu (7)
17:50 Wymarzone domy (17)
18:50 Mistrzowie szycia (2)
19:50 Wielkie nowozelandzkie wypieki (7) - show
21:00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (1, 2) - mag. kulinarny Wlk. Brytania 2024
22:00 Kulisy looksmaxingu
23:00 Wstydlive choroby: online III (2) - serial dok.
23:55 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (2,3/8)

COMEDY CENTRAL

08:55 Przyjaciele (1,2,3, 4,5,6/24) - serial kom. USA 94
11:55 Teoria wielkiego podrywu X (11,12,13,14,15,16/24)
14:30 Dwóch i pół VIII (2,3,4,5/16) - serial kom.
16:30 Przyjaciele (7,8,9,10, 11,12/24) - serial kom. USA 94
19:30 Teoria wielkiego podrywu X (17,18,19,20, 21,22/24) - serial kom. USA 17
22:00 The Office PL III (5,6/12)
23:05 Comedy Club (5, 6)
00:05 Miasteczko South Park IV (4,5/17) - serial anim.

TVP SERIALE

08:20 Komisarz Alex III (11)
09:10 Rodzinka.pl V (13/26)
09:45 Klan - telenowela
10:20 Ranczo IX (12)
12:00 Komisarz Alex III (12/13)
12:50 Ojciec Mateusz 31 (4,5,6) - serial krym. Polska 24
13:35 Ojciec Mateusz 31 (5,6)
15:30 Komisarz Alex III (13/13)
16:20 Na sygnale
17:30 Ranczo IX (13,1)
19:25 Ojciec Mateusz 31 (7,5) - serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X (2) - serial kom. Polska 2016
23:20 Ojciec Mateusz 31 (8)
00:20 Czarna śmierć (4)

CANAL+ KUCHNIA

13:25 Kulinarne szlaki (7)
13:55 Podróż przez smaki Chin II (2) - serial dok.
14:15 U sąsiadów w kuchni XIV (1,1) - serial dok. Niemcy 2023
15:55 Jakubiak rozgryza... (10)
16:10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (4)
16:35 Jamie Oliver (9, 10, 1)
18:30 Maximum Foodie V (5)
18:55 m jak mięso (2, 3)
19:50 Nie bój ryby! (5)
21:15 Anthony Bourdain VI (4,5,6/8) - serial dok.
23:55 Nie bój ryby! (4, 5)
00:50 Top Chef (5)

CANAL+ DOMO

13:05 Po pierwsze lokalizacja! Nowa Zelandia - serial dok.
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (5) - lifestyle
15:00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę - serial dok.
15:55 Kupione i co dalej? (5, 6)
16:50 Gardeners' World (21)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty XXII
20:00 Daleko od miasta XIII (9)
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (6) - lifestyle
21:55 Wielkie projekty
22:55 Wakacyjne domy na wynajem (15, 16) - lifestyle
00:45 Po pierwsze lokalizacja!

PLANETE+

14:45 Średniowieczne serce Czech (3,4) - serial dok.
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XI (1/8) - serial dok.
16:55 Świat z góry VII (10,11/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Zaginiony lot MH370 (3)
19:40 Oceń tego sprzedawcę. Terror pięciu gwiazdek
20:50 Pod ciśnieniem. Śledztwo w sprawie Ryanaira
22:00 Pułapki ludzkiego mózgu (1/2) - serial dok.
23:10 Krótka historia miłości
00:20 Niezwykłe podróże XI

DISCOVERY CHANNEL

12:00 Celnicy na straży Turcji
13:15 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia (1/7) - serial dok.
14:30 Strażacy - serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Bimbrownicy XIV (10)
17:00 Przemitynczy: na lotnisku (3) - serial dok.
18:00 Lotnisko II (6/8)
19:00 Nagi instynkt przetrwania VIII (2,3/17) - serial dok.
21:00 Rolnicy w akcji
22:00 W oku cyklonu: łowcy burz (6/6) - serial dok.
23:00 Najniebezpieczniejszy zawód świata XXII - serial dok.
00:00 Policjanci z Kent (8/10)

TVP HISTORIA

13:40 Królowie (67)
14:15 Cztery pancerni i pies
15:20 Sensacje XX wieku (2, 24, 79) - program historyczny
18:00 Tajemnica Enigmy (3)
18:50 Obłoki śmierci. Bolimów 1915 - film dok. Polska 2020
20:05 Oficerowie (6/14) - serial krym. Polska 2006
21:00 Starożytny Egipt - kroniki imperium (4/8)
22:00 Nieznana wojna na Północy (4/6) - serial dok.
23:10 Sensacje XX wieku (5, 6)
01:10 Encyklopedia II wojny światowej (36) - program hist.

HISTORY

13:05 Starożytni kosmici XVI
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata VII (14/18)
14:50 Największe tajemnice świata V (11/15) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Tajne kryjówki dyktatorów (1/6) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VI (19/20) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVII
21:00 Tom Hanks: II wojna światowa (1,2/20) - serial dok.
23:00 II WŚ w kolorze - przełomowe momenty (6/10)
23:55 Jak to wyjaśnić V (6)
00:50 Starożytni kosmici XVI

NATIONAL GEOGRAPHIC

12:00 Katastrofa w przestworzach XII (7,8,9,8/11)
16:00 Złapać przemytnika IX
17:00 Egipt VI (5/9)
18:00 Tajemnice wojennych wraków (5/8) - serial dok.
19:00 Historia Związku Radzieckiego (3/3) - serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (3/10) - serial dok.
21:00 Zaginione skarby Biblii
23:00 Premiera: Tajemnice podwodnych wraków (1)
00:00 Katastrofa w przestworzach XXII (6/10) - serial dok.

FOCUS TV

08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VI
10:00 Gwiazdy lombardu XXII
12:00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera - serial dokumentalny
13:00 Poszukiwacze historii XIX (7/8) - serial dok.
14:00 Łowcy nazistów (1,2/13)
16:00 Dorwać tuńczyka V (8,9/14) - serial dok. USA 2018
18:00 Rolnicy. Podlasie IV
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Skanowanie historii (5/6) - serial dok. Wlk. Bryt. 25
22:00 Tajne bazy nazistów III (3,4/6) - serial dok. Kan. 2023
00:00 Starożytni kosmici IV

BBC EARTH

12:20 Malownicze trasy kolejowe IV (7) - serial dok.
13:15 Wielkie koty 24/7 (4/6)
14:25 W okowach mrozu IV (2)
16:25 Pociągami przez starożytną Grecję (5) - serial dok.
17:40 Wielkie koty 24/7 (4/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe V (2) - serial dok.
19:45 Sekretne życie ogrodu (1/5) - serial dok. Wlk. Bryt. 26
20:55 W okowach mrozu V
22:55 Sekrety długowieczności (2/6) - serial dok.
00:05 W 80 kilo dookoła świata (4) - serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

12:15 Starożytność: zdrady (6,1,2,3) - serial dokumentalny
16:40 II wojna światowa: cena imperium (2/13) - serial dok.
17:50 II wojna światowa: końcówka - serial dok.
18:55 Kryminologia starożytności - serial dokumentalny
19:55 Ramzes: władca Egiptu (2/6) - serial dokumentalny
21:00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera - serial dokumentalny
21:55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (5/6)
22:55 Przywódcy III Rzeszy (1/4) - serial dok. Francja 2021
00:05 Starożytność: zdrady (6)

Od A do Z

BABYLON A.D. ★★

film s.f., Wlk. Brytania/Francaja/USA 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Michelle Yeoh, Mélanie Thierry
22:20 | tv puls
Mathieu Kassovitz próbuje podboju Hollywood: Vin Diesel jako najemnik eskortujący z mongolskiego klasztoru do Ameryki kobietę mającą urodzić genetycznie zmodyfikowanego mesjasza nowej ery.

BLADE RUNNER 2049 ★★★★★

thriller, USA/Kanada/Hiszpania 2017, reż. Denis Villeneuve, wyk. Ryan Gosling, Harrison Ford, Ana de Armas
23:00 | hbo

Imponujący wizualnie, pozabawiony jednak wieloznaczności pierwowzoru sequel filmu Ridleya Scotta: po 30 latach nowy łowca androidów odkrywa sekret, który może zburzyć podstawy świata połowy XXI wieku.

BRZYDKA PRAWDA ★★

komedja romantyczna, USA 2009, reż. Robert Luketic, wyk. Katherine Heigl, Gerard Butler, Bree Turner
20:00 | polsat

Jeszcze raz o wojnie płci. Prezenter macho pomaga swojej zachowawczej producentce poderwać przystojnego chirurga. Zbiór stereotypowych anegdot, ale bawi.

CZERWONY KAPITAN ★★

thriller, Czechy/Słowacja/Polska 2016, reż. Michal Kollár, Kamil Míšťal, wyk. Maciej Stuhra, Oldřich Kaiser, Martin Finger
20:00 | kino polska

Maciej Stuhra na gościnnych występach w Bratysławie: jako uczciwy glina, który w przeddzień podziału Czechosłowacji na dwie republiki wpada na trop komunistycznej zbrodni. Nie spełniona obietnica.

HELLBOY ★★

film sens., Francja/USA/Wlk. Brytania/Bulgaria/Kanada/Portugalia 2019, reż. Neil Marshall, wyk. David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane
20:00 | tv puls

Niekonieczny powrót do komiksu Mike'a Mignoli, filmowane przez Guillermo del Toro: wychowywany przez ludzi potomek piekieł kontra królowa czarownic. Plus David Harbour zamiast Rona Perlmana.

Ted



FOT. TVN

KOMEDIA

USA 2012, reż. SETH MACFARLANE, WYK. MARK WAHLBERG, MILA KUNIS, SETH MACFARLANE

JACK POGROMCA OLBRYMÓW ★★

film fantasy, USA 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult, Eleanor Tomlinson, Ian McShane
20:50 | tvn

Jak w dobrej baśni bywa: zakonchany w pięknej księżniczce wieśniak – aby zdobyć jej serce – wyrusza na wojnę z olbrzymami, by w decydującej chwili rozstrzygnąć o tym, kto zwycięży.

MORDERSTWO W AMBASADZIE ★★

film sens., Wlk. Brytania 2025, reż. Stephen Shimek, wyk. Mischa Barton, Richard Dillane, Mido Hamada
20:45 | canal+ premium

Z tęsknoty za Agathą Christie, kontynuacja filmu „Zaproszenie do morderstwa”: przebywająca w Kairze w 1934 roku pani detektyw wyjaśnia zagadkę morderstwa na przyjęciu w brytyjskiej ambasadzie.

NA ZŁĘJ DRODZE ★★

thriller, USA 2022, reż. John Patton Ford, wyk. Aubrey Plaza, Theo Rossi, Jonathan Avigdor
20:00 | cinemax

Uwikłana w spiralę długów dziewczyna nie może znaleźć pracy, kiedy zostaje wciągnięta w kradzież za pośrednictwem sklonowanych kart kredytowych. Czy potrafi uwolnić się od tego procederu?

NOSTALGIA ANIOŁA ★★

thriller, USA/Wlk. Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Mark Wahlberg, Rachel Weisz, Susan Sarandon
20:00 | tvn 7

Peter Jackson też może się pomylić: brutalnie zamordowana czternastolatka patrzy z nieba na świat po swojej śmierci – na rodziców, policjanta prowadzącego śledztwo i na mordercę. Pretensjonalne.

RZEKA TAJEMNIC ★★★★★

dramat krym., USA/Australia 2003, reż. Clint Eastwood, wyk. Sean Penn, Tim Robbins, Kevin Bacon
22:25 | warner tv

Clint Eastwood za kamerą: przyjaciele z dzieciństwa spotykają się po latach w tragicznych okolicznościach – córka jednego została zamordowana, drugi prowadzi śledztwo, trzeci jest głównym podejrzanym.

SAGA WIKINGÓW ★★

film przyg., Szwajcaria/Niemcy/RPA/Wlk. Brytania 2014, reż. Claudio Fäh, wyk. James Norton, Tom Hopper, Ryan Kwanten
21:55 | stopklatka

Jest jeden sposób, by Wiking mógł zmaść karę banicji: kupić swoją wolność. Ale wyprawa do Brytanii, by tam złupić klasztor, okazuje się nie najlepszym pomysłem. Szkoda, bo zapowiadało się niezłe.

SLIVER ★★

thriller, USA 1993, reż. Phillip Noyce, wyk. Sharon Stone, William Baldwin, Tom Berenger
23:50 | stopklatka

Sharon Stone jako samotna lokatorka luksusowego apartamentu między dwoma psychopatami zabiegającymi o jej względy – wyposażonym w superelektronikę podglądaczem i bardziej tradycyjnym mordercą.

SMASHING MACHINE ★★

film biograficzny, USA 2025, reż. Benny Safdie, wyk. Dwayne Johnson, Emily Blunt, Ryan Bader
22:10 | canal+ premium

Dwayne Johnson wciela się w Marka Kerra – dziś niemal zapomnianego, choć nadal wpływowego zawodnika MMA – by opowiedzieć o jego sukcesach i porażkach w życiu zawodowym i osobistym. Można sobie darować.

UZNANY ZA NIEWINNEGO ★★

film sens., USA 1990, reż. Alan J. Pakula, wyk. Harrison Ford, Brian Dennehy, Raul Julia
20:00 | warner tv

Prokurator przed sądem – oskarżony o zamordowanie swej koleżanki z pracy i jednocześnie kochanki. Ale Harrison Ford mordercą być nie może. Mimo to intrygujące.

KONRAD J. ZARĘBSKI

22:05 | polsat

★★★★★

Czas na kluczową decyzję w życiu trzydziestolatka: czy nie pora rozstać się z pluszowym misiem, towarzyszem zabaw od dzieciństwa, i złym duchem podpowiadającym najdziksze swawole? Niekonwencjonalne.

MYZ

TVPI D3 II

07:30 Rodzina (nie od) święta
08:00 Serwis Info, pogoda
08:10 Pogoda Info
08:15 Kolumbowie (2/5)
09:15 Ranczo VIII (3/13)
10:10 Komisarz Alex XXII (11)
11:05 Ojciec Mateusz XVII (4)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (757)
12:55 Sęp kasztanowaty – film dok. Hiszpania 2024
14:00 Splatane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5731)
18:05 Reporterzy (579)
18:25 Akacjaowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 07 zgłoś się (2/21)
– serial krym. Polska 78
21:40 Nocny patrol (Crown Vic)
*** – film akcji USA 2019, reż. Joel Souza, wyk. David Krumholtz, Thomas Jane (120 min)
23:40 Popioły, cz. 1
*** – film historyczny Polska 1965, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski (135 min)
01:55 Zaginiony w akcji (Missing in Action)
** – film sens. USA 84, reż. Joseph Zito (105 min)

MEZZO

13:30 Dawid Ojstrach, artysta z ludu? – portret
14:45 Wenzel Fuchs, Jelena Baszkiriowa – Brahms: Sonata klarnetowa Es-dur, opus 120, nr 2 – muzyka klas. F 1996
15:05 Kristóf Baráti wykonuje utwory Bartóka na skrzypce i orkiestrę – muzyka klasyczna
16:35 Intermezzo
17:10 Kazushi Ono, Orkiestra narodowa z Lille: Wagner, Strauss, Szostakowicz
18:25 Mitten Wir Im Leben Sind – Anne Teresa De Keersmaeker – taniec B 2022
20:30 Giuseppe Verdi: Bal maskowy – opera Hiszpania 2024, reż. Stéphane Verité
22:55 Israel Fernández – Festiwal w Grenadzie
23:40 José del Tomate na Festiwalu w Grenadzie

TVP2 D3 II

05:30 M jak miłość
06:25 Pożyteczni.pl (377)
06:50 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7629) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7629) – mag. Polska 2026
11:30 Rodzinka.pl III (3,4/26)
12:35 Koło fortuny (2054)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1025)
14:35 Na sygnale – serial obyczajowy Polska 2026
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2055) – teleturniej Polska 2025
16:35 Familiada (3088)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1026)
18:50 Jeden z dziesięciu (10)
19:25 Barwy szczęścia



20:05 Omnibus – szybcy i mądrzy (29, 29) – teleturniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion (334) – teleturniej
21:50 Na sygnale
22:55 Ku'damm 59 II – serial obycz. Niemcy 2018
23:50 Pitbull (10) – serial sens. Polska 2005
00:50 Karol, władca Hiszpanii (14/17) – serial kostiumowy Hiszpania 2016
01:45 Nasz dom w górach (21) – serial obycz.

PULS 2

06:20 Seriale animowane
10:00 Jeżyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (23,24/52)
12:00 Psi patrol (9/26)
12:35 Marta mówi! (30)
13:00 Smerfy
14:00 Baranek Shaun IV
14:35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (3/26)
15:00 Miraculous II (15,14/26)
16:00 Fineasz i Ferb II
17:00 Smerfy – serial anim.
18:00 Pingwiny z Madagaskaru (7,8/26)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (21) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X (17,18) – serial krym. Polska 25
23:00 Kolonia karna – film s.f. USA/Wlk. Brytania 1994
01:25 Dzielnica strachu X (13)

POLSAT D3 II

05:40 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (1982)
08:25 Malanowski i Partnerzy VII – serial fabularno-dok., wyk. Bronisław Cieślak, Marta Leleniewska
09:25 Trudne sprawy XXVI (52,53/60) – serial fab.-dok.
11:35 Gliniarze XVI (18,19) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier
13:40 Dlaczego ja? 33 (13,14) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:50 Wydarzenia
16:25 Interwencja (5949)
16:40 Gliniarze XVIII (73,74) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (729)
19:45 Pogoda – Polska 2026



20:00 Brzydka prawda (The Ugly Truth)
*** – komedia romantyczna USA 2009, reż. Robert Luketic, wyk. Katherine Heigl, Gerard Butler (125 min)
22:05 Ted – komedia
**** USA 2012, reż. Seth MacFarlane, wyk. Mark Wahlberg (145 min)
00:30 Ostrożnie z dziewczynami – komedia romant. USA 2002, reż. Roger Kumble, wyk. Cameron Diaz (105 min)

TV4

08:55 Policjantki i policjanci X (42,43/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (21,22) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (46,47)
13:55 Trudne sprawy XVI (6,7,8/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (42/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (530) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (43/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (17,18) – serial krym. Polska 2026
21:05 Sprawiedliwi. Trójięmiasto III (35) – serial krym.
22:00 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (35)
23:00 Bez litości: Jeden strzał, jedno życie – serial sens. Kanada/USA 2012
00:55 Love Island IV

TVN D3 II

05:40 Uwaga! (8052)
05:55 Ukryta prawda (25/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Czeladź – Dobre Jądro XXIV (11) – reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Doradca smaku (39) – mag. kulinarny Polska 2026
11:25 Kuchenne rewolucje: Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/Pelen Rondel XXIII (11) – reality show Polska 2021
12:35 Ukryta prawda (40,41,50/60) – serial fabularno-dok.
15:45 Detektywi III (31/60)
16:50 Szpital św. Anny III (2/53) – serial obycz. Polska 2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (34/50) – serial krym. Polska 2026, wyk. Zofia Zborowska
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8053) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial obycz. Polska 2026
20:50 Jack pogramca olbrzymów (Jack the Giant Slayer)
*** – film fantasy USA 2013, reż. Bryan Singer, wyk. Nicholas Hoult (145 min)
23:15 Łowca czarownic (The Last Witch Hunter)
*** – film przyg. USA/Chiny/Kanada 15, reż. Breck Eisner, wyk. Vin Diesel (130 min)
01:25 Kwatery Hitlera (2/10) – serial dok.

METRO D3 II

07:35 Tajemnice miłości – serial fabularno-dok.
08:30 Szpital (5,6/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (45/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (61,62)
14:35 Kiedy ktoś kocha bardziej (30) – serial obycz.
15:45 The Floor (15,16)
17:00 Fani czterech kółek XVIII (8/20) – serial dok.
18:00 Magda M. (6)
19:00 Kartoteka IV (9,10/13) – serial fab.-dok. Polska 2013
21:05 Kryminalni V – serial kryminalny Polska 2006
23:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI (17/22)
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III (1/15)
01:15 Szpital (70/72)

TV PULS D3 II

06:00 Policjanci z Miami III (19,20/24) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (5,6/13)
10:00 Maria z przedmieścia – telenowela Meksyk 1995
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (6)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (7) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (33,34) – serial obyczajowy Polska 2025

20:00 Hellboy (Hellboy: Rise of the Blood Queen)
*** – film sens. Francja/USA/Wlk. Brytania/Bułgaria/Kanada/Portugalia 2019, reż. Neil Marshall, wyk. David Harbour (140 min)
22:20 Babylon A.D. – film s.f.
*** Wlk. Brytania/F/USA 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel (135 min)
00:35 Zobowiązanie (The Liability)
*** – thriller Wlk. Brytania 12 (100 min)

TVN7 D3 II

05:25 Ten moment (8/20)
05:55 Szkoła (34,35,36/63) – serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda (70,8,9/71) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (5) – serial kryminalny Polska 2005, wyk. Marek Włodarczyk
15:00 Szpital (69,70/72) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (31/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (19/60) – serial fab.-dok. Polska 2023

20:00 Nostalgia anioła (The Lovely Bones)
*** – thriller USA/Wlk. Brytania/Nowa Zelandia 2009, reż. Peter Jackson, wyk. Mark Wahlberg, Rachel Weisz (175 min)
22:55 Ocean's Thirteen
*** – komedia kryminalna USA 2007, reż. Steven Soderbergh (145 min)
01:20 Zawsze jest czas na miłość (Hampstead)
*** – komedia romantyczna Wlk. Brytania/Belgia 2017 (125 min)

STOPKLATKA

- 08:45 Robert Makłowicz** (207) – mag. kulinarny
- 09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (8/13) – serial krym. Austr. 2013
- 10:50 Górski lekarz XIII** (5,6/7) – serial obycz.
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (9/13) – serial krym. Austr. 2013
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (8,9) – serial fab. – dok. Polska 2025
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XI** (10,4,1/13) – serial dok.
- 19:00 Aukcja w ciemno II** (22,23/24) – serial dok.
- 20:00 Najlepsi z najlepszych IV: Bez ostrzeżenia** (Best of the Best 4: Without Warning) – thriller USA 1998, reż. Phillip Rhee, wyk. Phillip Rhee, Ernie Hudson, Tobin Bell (115 min)
- 21:55 Saga Wikingów** (Northmen: A Viking Saga) – film przyg. Szwajcaria/Niemcy/RPA/Wlk. Brytania 2014, reż. Claudio Fäh, wyk. James Norton (115 min)
- 23:50 Sliver** – thriller ** USA 1993 (150 min)

KINO POLSKA

- 08:00 Żegnaj, Ameryko!** – komediodramat Niemcy/Polska 1993, reż. Jan Schütte, wyk. Ya'akov Bodo
- 09:45 To nie ze mną II** (9/10) – serial kom. Polska 2023
- 10:55 Syn szczęścia** – film krótkom. Polska 2024
- 11:15 Stara baśń. Kiedy stołce było Bogiem** – film hist. Polska 2003, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Michał Żebrowski
- 13:45 Quo vadis** – film hist. Polska/USA 2001, reż. Jerzy Kawalerowicz, wyk. Paweł Deląg, Magdalena Mielcarz
- 15:40 Papierowe małżeństwo** – komedia romantyczna Polska/Wlk. Brytania 1991
- 17:20 Czystej pancerni i pies** (2,3) – serial wojenny Polska 66
- 20:00 Czerwony kapitan** – thriller Czechy/Słowacja/Polska 2016, reż. Michał Kollár, Kamil Misztal, wyk. Maciej Stuhr, Oldrich Kaiser
- 22:10 Misja Afganistan: Rotacja** (13) – serial wojenny Polska 2012, wyk. Paweł Małaszyński
- 23:10 Symetria** – dramat obycz. Polska 2003, reż. Konrad Niewolski, wyk. Arkadiusz Detmer, Andrzej Chyra
- 01:15 Ciało** – komedia Polska 2003, reż. Andrzej Saramonowicz, Tomasz Konecki

ALE KINO+

- 09:20 The Hero** – film krótkom. Polska 21 (40 min)
- 10:00 Bestia III** (5,6/6) – serial obycz. Kanada 2025
- 12:05 Vera X** (1/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2020
- 14:00 Terapia dla par** (Bajo terapia) – komediodramat Hiszpania 2023, reż. Gerardo Herrero, wyk. Malena Alterio (115 min)
- 15:55 Pokuta (Atonement)** *** – melodramat Wlk. Brytania/Francia/USA 2007, reż. Joe Wright, wyk. Keira Knightley, James McAvoy (140 min)
- 18:15 Vera X** (2/4) – serial krym. Wlk. Bryt. 2020, wyk. Brenda Blethyn
- 20:10 Oxen II** (3,4/6) – serial krym. Dania 2025, wyk. Jacob Lohmann, Josephine Park
- 22:15 Ocalona (Survivor)** ** – film sens. USA/Wlk. Brytania 2015, reż. James McTeigue, wyk. Milla Jovovich, Pierce Brosnan, Dylan McDermott (115 min)
- 00:10 Django** (9,10/10) – western Frania/Włochy 2023, wyk. Matthias Schoenaerts

POLSAT FILM

- 08:30 Przyjaciółki XIV** (3,4/12)
- 10:25 Świat według Kiepskich** (12,11,12,22,23,20/42)
- 14:35 Drapacz chmur** – thriller USA 18, wyk. Dwayne Johnson
- 16:40 Piąta fala** – film s.f. USA/Wlk. Brytania 2016
- 18:55 Dywizjon 303: Historia prawdziwa** – dramat wojenny Polska/Wlk. Brytania 2018
- 21:00 Król Skorpion** – film fantasy USA/Niemcy/Belgia 2002
- 22:50 Siedmiu wspaniałych** – western USA/Australia 2016
- 01:35 Fala zbrodni VI** – serial sensacyjny Polska 2007

KINO TV

- 09:25 Panna Scarlet i komisarz II** (4/6) – serial krym.
- 10:20 Panna Marple V** (2/4)
- 12:20 Hudson i Rex IV** (8,9/16) – serial krym. Kanada 2021
- 14:35 Poirot: Morderstwo na polu golfowym VI** (3/4) – serial krym. Wlk. Brytania 1996
- 16:45 Strażnik Teksasu II** (15,16/24) – serial sens.
- 18:55 Poirot: Gniazdo os III** (5/11) – serial kryminalny
- 20:00 Igryzka śmierci** – film s.f. USA 2013, reż. Gary Ross
- 23:00 Igryzka śmierci: Kosołgłos. Część II** – film przyg. USA 2014, reż. Francis Lawrence

TVP KULTURA

- 09:00 Wojna domowa** (11,12)
- 10:35 Mój Nikifor** **** – film biograficzny Polska 2004 (110 min)
- 12:25 Tajemnice kultuowych seriali** (5) – magazyn
- 13:50 Noce i dnie** (8)
- 14:55 Dwie Joasie** – komedia ** Polska 1935 (100 min)
- 16:35 Wojna domowa** (13,14) – serial kom. Polska 1966
- 18:15 Muzeum polskiej piosenki** (7)
- 18:30 Informacje kulturalne**
- 18:55 Rawhide** (18/22) – western USA 1959
- 20:00 Powrót Sherlocka Holmesa** (10/13) – serial krym. Wlk. Brytania 1988
- 21:05 TVP Kultura na TAURON Nowe Horyzonty – Wrocław 2026** (3) – magazyn
- 21:30 Aida** – dramat wojenny **** Bośnia-Hercegowina/Austria Włochy 2020, reż. Jasmina Žbanić, wyk. Jasna Đuričić (115 min)
- 23:25 Stara strzelba** *** (Le vieux fusil) – dramat wojenny Frania/Niemcy 1975 (115 min)
- 01:20 Cześć, Tereska** **** – dramat psychologiczny Polska 2001 (100 min)

WARNER TV

- 10:45 Pełniejsza chata**
- 12:00 Teraz albo nigdy!** (10,11)
- 13:55 Bajer z Bel-Air VI** (9,10,11,12/24) – serial kom.
- 15:50 Pełniejsza chata** (13,12,3/13) – serial kom.
- 18:10 Kopciuszek: Roztańczona historia** – komedia muzyczna USA/Kanada 2008
- 20:00 Uznany za niewinnego** – film sens. USA 1990
- 22:25 Rzeka tajemnic** – dramat krym. USA/Australia 2003
- 01:15 W samym sercu morza** – film przygodowy USA/Australia/Hiszpania 2015

PARAMOUNT

- 07:30 Czarodziejki IV**
- 09:25 Policjnia grupa pościgowa XVII** (9) – serial dok.
- 10:30 Kobiety** – komediodramat USA 2008
- 13:00 Czarodziejki IV** (19,20/22) – serial fantasy
- 14:55 Naga broń** – komedia USA 1988, reż. David Zucker
- 16:50 Transformers: Zemsta Upadłych** – film s.f. USA 2009
- 20:00 Transformers III** – film s.f. USA 2011, reż. Michael Bay
- 23:10 Fatalne zauroczenie** – film sens. USA 1987
- 01:35 Pulp Fiction** – komedia kryminalna USA 1994

HBO

- 08:10 Fantastyczne zwierzęta: Zbrodnie Grindewalda** – film fantasy Wlk. Brytania/USA 2018 (130 min)
- 10:20 Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a** – film przyg. USA/Wlk. Brytania 2022 (140 min)
- 12:40 Piotruś Pan** – film ** przyg. Wlk. Brytania/USA/Australia/Nowa Zelandia 2003 (110 min)
- 14:30 Diva Futura** *** – dramat obyczajowy Włochy 2024 (125 min)
- 16:35 Emma odważna** ** – film anim. USA/Chiny/Irlandia/Indie 2024, reż. Leo Liao (80 min)
- 17:55 Kaskader** – film sens. *** USA/Kanada/Australia 2024 (125 min)
- 20:00 Sojusznicy** – film sens. *** USA 2023, reż. Ilya Naishuller (115 min)
- 21:55 Ród smoka III** (6/8) – serial przyg. USA 2026
- 23:00 Blade Runner 2049** **** – thriller USA/Kanada/Hiszpania 2017 (160 min)
- 01:40 Sympiając z innymi** *** – komedia romantyczna USA 2015 (100 min)

CINEMAX

- 12:10 Incepcja** – film sens. USA/Wlk. Brytania 2010
- 14:35 Panoptikon** – dramat obycz. Gruzja/Francia/Włochy/Rumunia 2024
- 16:10 Morze piasku** – dramat obycz. Arabia Saudyjska/Egipt 2023, reż. Abu Bakr Shawky
- 18:15 Piksele** – komedia USA/Chiny 15, wyk. Adam Sandler
- 20:00 Na zlej drodze** – thriller USA 22, reż. John Patton Ford
- 21:35 Pogubieni** (1,2,3/3) – miniseria Wlk. Brytania 2024
- 00:35 Malu** – dramat obyczajowy Brazylia 2024

ROMANCE TV

- 10:25 Inga Lindström: Słodczy życia** – film obycz. Niemcy 23
- 12:20 Inga Lindström: Spotkanie nad morzem** – film obyczajowy Niemcy 2004
- 14:15 Rosamunde Pilcher: Lato nad morzem** – film obyczajowy Niemcy 1995
- 16:10 Toni** – akuszer: Ucieczka z gniazda – komedia Niemcy 2021
- 18:00 Górski lekarz** (7,7/8)
- 20:00 Tajne komando „Rodzina”** – komedia Niemcy 2022
- 21:55 Pokój ze stajni: Co za cyrk!** – komedia Niemcy 2022
- 23:50 Górski lekarz** (7,7/8)

CANAL+ PREMIUM

- 09:15 Pan Tadeusz** **** – film obycz. Polska/Francia 1999 (150 min)
- 11:45 Peacock** – dramat obycz. USA 2010, reż. Michael Lander (90 min)
- 13:15 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (5,6/9) – serial obycz. Frania 2022
- 14:20 Agent szczęścia** – film dok. Bhutan/Węgry 2024
- 15:55 Czarna woda** – film krótkom. [20 min]
- 16:15 Tożsamość Bourne'a** **** – thriller USA/Niemcy/Czechy 2002 (115 min)
- 18:10 Lapu-Capu** (180)
- 18:15 Krucjata Bourne'a** **** – thriller USA/Niemcy 2004 (105 min)
- 20:00 Kontyngent** (5/6) – serial wojenny Szwecja/Francia 2025
- 20:45 Morderstwo w ambasadzie** – film sens. Wlk. Brytania 2025, reż. Stephen Shimek, wyk. Mischa Barton (85 min)
- 22:10 Smashing Machine** *** – film biograficzny USA 2025 (120 min)
- 00:10 Syn przeznaczenia** *** – horror Wlk. Brytania/Francia 2025 (90 min)

TVN FABUŁA

- 07:45 Detektywi** – serial dok.
- 09:50 Prawo Agaty V** (1)
- 10:55 Lekarze** (8) – serial obycz.
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty IV** (13)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:00 Na Wspólnej** (15,16)
- 17:05 Absolwenci** (4)
- 17:45 Miss Agent** – komedia sensacyjna USA 2000
- 20:00 Bumblebee** – film s.f. USA/Chiny 2018
- 22:35 Kolor purpury** – film muzyczny USA 2023
- 01:25 Ruchomy chaos** – film przyg. USA/Kanada 2021

AMC

- 08:35 Mistrz miecza** – film sens. Chiny/Hongkong 2016
- 10:55 Płonąca pułapka** – dramat obycz. USA 2004
- 13:15 Totalna zagłada** (1, 2) – film katas. Wlk. Brytania/RPA/Kanada 2007
- 17:25 183 metry strachu** – horror USA 2016
- 19:15 Jeniec: Jak daleko nogi poniosą** – dramat wojenny Niemcy 01, reż. Hardy Martins, wyk. Bernhard Bettermann
- 22:00 W odwiecie za śmierć** – thriller USA 2010
- 00:00 Droga bez odwrotu** – thriller USA 2023

AXN

08:25 Ostry dyżur II (6/22)
09:25 Castle IV (7,8/23)
11:20 MacGyver IV (5,6/13)
13:10 Dowody zbrodni II (10,11/23) - serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje II (6,7/25) - serial krym.
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (5,6/25)
19:05 Castle IV (9,10/23)
21:05 Walker: Strażnik Teksasu II (5,6/20) - serial krym.
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (5,6/25)
00:45 Castle IV (9/23)

EPIC DRAMA

09:35 Wszystkie stworzenia duże i małe III (4/6)
10:35 Lekarze na start
12:05 Zatraceni w miłości
13:10 Marlow: klub zbrodni II
14:10 Agenci NCIS XVII (7/20)
15:05 Panna Marple II (3/4)
17:00 Poirot XII (1/4) - serial krym. Wlk. Brytania 2011
19:00 Agenci NCIS XVII (8/20)
19:55 Poirot III (11/11)
21:00 Sprawy pana Booka (6/6) - serial kryminalny
22:10 Robin Hood
23:15 Poirot III (11/11)
00:20 Agenci NCIS XVII (8/20)
01:10 Marlow: klub zbrodni II

TVN STYLE

05:50 Damy i wieśniaczki. Ukraina (12) - reality show
06:45 Ach, ten ślub! (1)
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Ugotowani (7, 8)
13:30 Kuchenne rewolucje
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8, 9) - reality show
17:05 W czym do ślubu? (9)
17:40 Kuchenne rewolucje (12, 1, 2) - reality show
20:50 Jestem z Polski VI (3,29/9) - serial dok. Polska 20
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:35 Seks - wypadki

TVN TURBO

09:15 Samochód marzeń: Kup i zrób (10) - magazyn
10:15 Cieżarówka przez Indie
11:15 101 napraw (10, 1)
12:15 Jeździć, obserwować V
13:00 Mobilni mechanicy (1, 2)
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5033)
18:15 Z drugiej ręki (10, 1)
19:45 Moto kombat (8)
20:30 Zawodowi handlarze
21:15 Naprawy nie do naprawy
22:00 Raport Turbo (5033)
22:15 Jeździć, obserwować V
23:45 Duda kontra Szafranski IX (4) - serial dok.

BBC FIRST

10:40 Śmierć pod palmami III
11:45 Zagadki doktora Blake'a V (3/8) - serial krym.
12:55 Ulica nadziei II (1,2/10)
15:00 Ojciec Brown IX (2/10)
16:00 Lewis VI (8/8)
17:00 My Life is Murder IV
18:00 Morderstwa w Mid-somer XXIV (4/4) - serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami IV (1/8) - serial kryminalny
21:00 McDonald i Dadds III (4/4) - serial krym. Wlk. Bryt. 22
22:55 Blackshore (3,4/5)
01:10 Sherlock II (1/3)

FX

10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (18,19/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (13,14/17)
13:45 Agenci NCIS X (23,24/24)
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (20,21/24)
17:25 Z Archiwum X III (10,11/24) - serial s.f.
19:15 Agenci NCIS: Sydney III (2/10) - serial krym.
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (15,16/17)
22:00 Matlock (17/19)
22:55 Z Archiwum X III (11/24)
23:55 Punisher - film sensacyjny USA/Niemcy 2004

HGTV

10:00 Poszukiwacze domów: Australia - serial dok.
11:05 Usterka XI (7,8)
12:31 Moje miasto, mój dom VII
14:30 Mieszkanie na miarę III
15:30 Będzie pięknie (3/8)
16:30 Polowanie na ogród IX
18:10 Zgłoś remont (7)
19:05 Weekendowa metamorfoza (3) - serial show
20:05 Dorota inspiruje (8)
21:00 Dorota was urządzi (1,2/12) - serial dok. Polska 14
22:30 House Hunters
00:45 Kupujemy dom na plaży XXII (6,7/13) - serial dok.

BBC LIFESTYLE

09:30 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (6,7/8)
11:30 Wymarzone domy
13:30 Mistrzowie ceramiki (2)
14:30 Wielkie nowozelandzkie wypieki (7) - show
15:40 Zapraszam do stołu
17:50 Wymarzone domy (18)
18:50 Mistrzowie szycia (3)
19:50 Wielkie nowozelandzkie wypieki (8) - show
21:00 Wielkie australijskie wypieki VI (1) - serial dok.
22:20 Zapraszam do stołu (9)
23:15 Wstydlive choroby III
00:10 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (4,5/8)

COMEDY CENTRAL

08:55 Przyjaciele (7,8,9,10,11,12/24) - serial komediowy
11:55 Teoria wielkiego podrywu X (17,18,19,20,21,22/24) - serial kom. USA 2017
14:30 Dwóch i pół VIII (6,7,8,9/16) - serial kom.
16:30 Przyjaciele (13,14,15,16,17,18/24) - serial kom.
19:30 Teoria wielkiego podrywu X (23,24,1,2,3,4/24)
22:00 The Office PL III (7,8/12)
23:05 Comedy Club (7, 8)
00:05 Miasteczko South Park IV (6,7/17) - serial anim.

TVP SERIALE

08:20 Komisarz Alex III (12/13)
09:10 Rodzinka.pl V (14/26)
09:45 Klan - telenowela
10:20 Ranczo IX (12,13)
12:00 Komisarz Alex III (13/13)
12:50 Ojciec Mateusz 31 (5,6,7) - serial krym. Polska 24
13:40 Ojciec Mateusz 31 (6,7)
15:35 Komisarz Alex IV (1/13)
16:25 Na sygnale
17:35 Ranczo X (1,2)
19:30 Ojciec Mateusz 31 (8,6) - serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X (4) - serial kom. Polska 2016
23:20 Ojciec Mateusz 31 (9)
00:20 Czarna śmierć (5)

CANAL+ KUCHNIA

13:55 Podróż przez smaki Chin II (3) - serial dok.
14:55 U sąsiadów w kuchni XIV (3,4) - serial dok. Niemcy 2023
15:55 Jakubiak rozgryza... (11)
16:10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (5)
16:35 Jamie Oliver (11, 12, 2)
18:30 Maximum Foodie V (6)
18:55 m jak mięso (4, 5)
19:50 Nie bój ryby! (6)
20:15 Jamie Oliver (19, 20)
21:15 Anthony Bourdain VI (5,6,7/9) - serial dok. USA 2015
23:55 Nie bój ryby! (5, 6)
00:50 Top Chef (6)

CANAL+ DOMO

14:05 Wakacyjne domy na wynajem (6) - lifestyle
15:00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę - serial dok.
15:55 Mam zamek III (3,4)
16:50 Gardeners' World (22)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty XXII
20:00 Daleko od miasta XIV (1,2/10) - serial dok. Polska 25
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (7) - lifestyle
22:00 Tomasz Pałowski. Remont u ciebie (2)
22:30 Przekopimy Ci ogródek
22:55 Daleko od miasta XV (2)
23:20 Podzielić M2 (7)

PLANETE+

14:45 Średniowieczne serce Czech (5,6) - serial dok.
15:50 Niezwykłe podróże kolejki XI (2/8) - serial dok.
16:55 Świat z góry VII (11,12/14) - serial dok.
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:45 Jean-Pierre Léaud. Zbuntowane dziecko kina
20:05 Komensky. Edukacja tworzy człowieka - film dok.
21:15 Superheroes - film dok.
23:10 Krótka historia miłości
00:20 Niezwykłe podróże kolejki XI (3) - serial dok.

DISCOVERY CHANNEL

09:00 Gorączka złota: rzeka skarbów VIII (10/12)
10:00 Stacja Alaska II (8/10)
11:00 Przetrzeć nad Jukonem V (8/8) - serial dok.
12:00 Celnicy na straży Turcji
13:15 Nagi instykt przetrwania: Brazylia (3/7)
14:30 Strażacy - serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Bimbrownicy XIV (11)
17:00 Przemysłnicy: na lotnisku
18:00 Lotnisko II (7/8)
19:00 Złomowisko PL IV (4,5)
22:00 Nagi instykt przetrwania: Mistrzostwa świata
00:00 Policjanci z Kent (9/10)

TVP HISTORIA

11:55 Wszystkie kolory świata
12:55 Starożytny Egipt - kroniki imperium (4/8)
14:00 Królowie (68)
14:35 Czterej pancerni i pies
15:35 Sensacje XX wieku
18:10 Tajemnica Enigmy (4)
19:05 Wszystkie kolory świata
20:10 Oficerowie (7/14)
21:05 Zapomniane agentki II wojny światowej (5/6)
22:05 Okrucy śmierci i życia (11) - film dok. Polska 2014
23:05 Sensacje XX wieku (7, 8)
01:05 Encyklopedia II wojny światowej (37)

HISTORY

14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata VII (15/18)
14:50 Największe tajemnice świata V (12/15) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Tajne kryjówki dyktatorów (3/6) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VI (20/20) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVII
21:00 David Duchovny: archiwum tajemnic II (8)
22:00 Seksualne obsesje dyktatorów (2) - serial dok.
23:00 Tajne kryjówki dyktatorów (3/6) - serial dok.
23:55 Jak to wyjaśnić V (7)

NATIONAL GEOGRAPHIC

15:00 Katastrofa w przestworzach XVIII (1/10) - serial dok.
16:00 Złapać przemytnika IX
17:00 Egipt VI (6/9)
18:00 Tajemnice wojennych wraków (6/8) - serial dok.
19:00 Pustynna porażka Hitlera - film dokumentalny
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (3/10) - serial dok.
21:00 Premiera: Ukryte pod miastami (9,10) - serial dok.
23:00 Pompeje (1/3)
00:00 Katastrofa w przestworzach XXIII (2/10)

FOCUS TV

08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VI
10:00 Gwiazdy lombardu XXII
12:00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera - serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XIX (9,10) - serial dok.
14:00 Łowcy nazistów (3/13)
16:00 Dorwać tuńczyka V (10,11/14) - serial dok. USA 18
18:00 Rolnicy. Podlasie IV
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Skanowanie historii
22:00 Tajne bazy nazistów III (5,6/6) - serial dok. Kan. 2023
00:00 Starożytni kosmici IV
01:00 Rolnicy. Podlasie V

BBC EARTH

12:10 Malownicze trasy kolejowe IV - serial dok.
13:10 Wielkie koty 24/7 (5/6)
14:15 W okowach mrozu IV
16:25 Człowiek: historia ewolucji (3/5) - film dok.
17:40 Wielkie koty 24/7 (5/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe V (3) - serial dok.
19:45 Pociągami przez Imperium Rzymskie (1)
20:55 W okowach mrozu V
22:55 Człowiek: historia ewolucji (4/5) - film dok.
00:10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (1/5) - serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

11:00 Przywódcy III Rzeszy
12:15 Starożytność: zdrady (6)
16:45 II wojna światowa: cena imperium (3/13) - serial dok.
17:50 Największe postaci zimnej wojny (1) - serial dok.
18:55 Kryminologia starożytności - serial dokumentalny
19:55 Ramzes: władca Egiptu (3/6) - serial dokumentalny
21:00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera - serial dokumentalny
21:55 Konkwistadorzy: powstanie i upadek (6/6)
22:55 Przywódcy III Rzeszy (2/4) - serial dok. Francja 2021
00:00 Starożytność: zdrady

Od A do Z

**AFTERMATH. MOST
W OGNIU ★★★**

film sens., USA 2024, reż. Patrick Lussier, wyk. Dylan Sprouse, Mason Gooding, Dichen Lachman

21:35 | canal+ premium

Jeszcze raz: weteran z zespołem stresu pourazowego zostaje uwięziony wraz z nastoletnią siostrą na moście opanowanym przez terrorystów, którzy strzelają do zakładników. Trzeba działać, prawda?

ANGIELSKA ROBOTA ★★★

film sens., Wlk. Brytania/USA/Australia 2008, reż. Roger Donaldson, wyk. Jason Statham, Saffron Burrows

20:00 | tv puls

Na faktach: włamanie do małego banku na Baker Street prowadzi do politycznego trzęsienia ziemi w londyńskim City. Plus Jason Statham i Saffron Burrows wśród nigdy niewykrytych sprawców.

BEREK ★★★

komedial, USA 2018, reż. Jeff Tomsic, wyk. Ed Helms, Jake Johnson, Jeremy Renner

20:00 | tvn 7

Czterech panów, dawnych kolegów z klasy, dziś statecznych przedsiębiorców i urzędników, raz do roku aranżuje młodzieńczą zabawę w berka – grę bez reguł, dowodzącą wszak niezwykłego sprytu, fantazji i determinacji.

DANTON ★★★★★

dramat historyczny, Francja/Polska 1983, reż. Andrzej Wajda, wyk. Gérard Depardieu, Wojciech Pszoniak, Patrice Chéreau

20:05 | tvp kultura

Wajda o istocie rewolucji na przykładzie konfliktu między Robespierre'em i Dantonem. Na motywach Stanisławy Przybyszewskiej, w międzynarodowej obsadzie. Obowiązkowo!

DZIKIE ŁOWY ★★★★★

komediodramat, Nowa Zelandia 2016, reż. Taika Waititi, wyk. Sam Neill, Julian Dennison, Rima Te Wiata

20:00 | hbo

Osierocony nastolatek bezskutecznie szuka rodziny zastępczej aż przez pomyłkę trafia ludzi, którzy potrafią go zrozumieć. A kiedy władze próbują naprawić błąd, chłopak wraz z opiekunem ucieka w busz.

The Wasp



FOT. XYZ FILMS

THRILLER PSYCHOLOGICZNY

WLK. BRYTANIA 2024, REŻ. GUILLEM MORALES, WYK. NAOMIE HARRIS, NATALIE DORMER, DOMINIC ALLBURN

GUNMAN:**ODKUPIENIE ★★**

film sens., USA/Hiszpania/Wlk. Brytania/Francja 2015, reż. Pierre Morel, wyk. Sean Penn, Javier Bardem, Jasmine Trinca

20:10 | ale kino+ hd

Celny strzał strzelca wyborowego kończy życie kongijskiego ministra górnictwa i wznici chaos w całym kraju, a gdy snajper wraca do Afryki, musi walczyć o życie własne i wspierających go ludzi.

JACKIE BROWN ★★★

dramat krym., USA 1997, reż. Quentin Tarantino, wyk. Pam Grier, Samuel L. Jackson, Robert Forster

22:00 | cinemax

Schwytana na przemyśle stwardessa idzie na współpracę z policją, ale jednocześnie ukrywa dane swego mocodawcy. Podwójna gra z widzom świadectwem dojrzałości Quentina Tarantino.

LOVE LIES BLEEDING ★★★★★

film sens., Wlk. Brytania/USA 2024, reż. Rose Glass, wyk. Kristen Stewart, Katy M. O'Brian, Jena Malone

22:30 | ale kino+ hd

Szefowa siłowni zakochuje się w kulturystce, która marzy o karierze w Las Vegas. Relacja pań budzi czujność przestępczej rodziny, prowadzącej siłownię. Scenariusz Weroniki Tofilskiej („Reniferek”).

MAMMA MIA!**HERE WE GO AGAIN! ★★★**

musical, Wlk. Brytania/USA 2018, reż. Ol Parker, wyk. Amanda Seyfried, Lily James, Pierce Brosnan

22:10 | polsat

Kontynuacja przebojowego musicalu. Pięć lat po ślubie Sophie przygotowuje otwarcie hotelu Bella Donna – świetna okazja do spotkania starych przyjaciół i wejrzenia w przeszłość. Plus przeboje „Abby”.

MIŁOŚĆ DO KWADRATU**BEZ GRANIC ★★**

komedial, Polska 2023, reż. Filip Zylber, wyk. Adrianna Chlebicka, Mateusz Banasiuk, Mirosław Baka

19:55 | polsat

Szalonego romansu dziennikarza sportowego i nauczycielki, która dorabia jako modelka, ciąg dalszy: pora na oświadczenia i ślub, kiedy pojawiają się nieprzewidziane (czy rzeczywiste?) problemy.

PRAWA LUDZI ★★

dramat wojenny, USA 2024, reż. Phil Blattenberger, wyk. Jacob Keohane, Jackson Rathbone, Dermot Mulroney

22:25 | hbo

Rok 1963. Agenci federalni, ścigający na pustyniach Nevady poszukiwanego listem gończym mordercy, wpadają na trop spisku, zagrażającego fundamentom amerykańskiego porządku prawnego.

20:00 | canal+ premium



Znajoma odnajduje niewidzianą od dawna koleżankę ze szkoły i proponuje jej udział w zamordowaniu swego wiarołomnego męża. Gdy przychodzi do ustalania szczegółów, intryga ujawnia swoje drugie dno.

MYZ

**WYTAŃCZYĆ
MARZENIA ★★**

dramat obycz., USA 2006, reż. Liz Friedlander, wyk. Antonio Banderas, Rob Brown, Yaya DaCosta

22:00 | tvn

Antonio Banderas jako nauczyciel tańca, który podjął się pracy z tzw. trudną młodzieżą i osiągnął sukces zawodowy i wychowawczy. Na faktach, ale głównie do posłuchania.

ZA LINIĄ WROGA ★★★

film sens., USA 2001, reż. John Moore, wyk. Owen Wilson, Gene Hackman, Gabriel Macht

22:00 | stoplatka

Pytanie o sens obecności wojsk ONZ na Bałkanach: kiedy amerykański pilot zostaje zestrzelony podczas zbierania dowodów na czystki etniczne, europejcy dowódcy wstrzymują misję ratowniczą.

**ZAKŁĘCI
W CZASIE ★★★**

dramat obycz., USA 2009, reż. Robert Schwentke, wyk. Rachel McAdams, Eric Bana, Ron Livingston

22:00 | warner tv

Choroba genetyczna, która umożliwia przenoszenie się w czasie poza kontrolą cierpiącego na nią mężczyzny, nie tylko komplikuje jego małżeństwo, lecz także stawia pod znakiem zapytania sens jego uczucia.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI **D3**

08:00 Serwis Info, pogoda
08:10 Pogoda Info
08:15 Kolumbowie (3/5)
– serial wojenny Polska 1970
09:20 Ranczo VIII (4/13)
10:10 Komisarz Alex XXII (12)
11:05 Ojciec Mateusz XVII (5)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (769)
12:55 Lis, który uratował
wyspę – film dok. Francja 2025
14:00 Splatane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? (5732)
18:05 Reportrzy (580)
18:25 Akacjaowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 Ojciec Mateusz 33
(1/13) – serial krym.
Polska 2025, wyk.
Aleksandra Górka
21:25 Sprawa dla reportera
(1586) – cykl reportaży
22:25 Niewypowiedziane
– film dok. Polska 2023
23:30 Morderstwa w Figeac
(Meurtres à Figeac)
– film krym. F 2022
01:15 Popioły, cz. 1 – film
*** historyczny Polska
1965, reż. Andrzej
Wajda, wyk. Daniel
Olbrychski (130 min)

MEZEO

12:20 Życie, które kocham:
Menahem Pressler – portret
13:05 Intermezzo
13:30 Sleeping Beauty
– balet Szwajcaria 2022
15:35 Brahms Trio
fortepianowe C–dur nr 2 –
Boris Piergamienszczikow,
Jelena Baszkiriowa, Maksim
Wiengierow – muzyka klas.
16:05 Orkiestra Opery
Paryskiej, Gustavo Dudamel:
Mahler – muzyka klasyczna
17:55 Marc-André Dalbavie:
Melancholia sprzeciwu – opera
Niemcy 24, reż. Myriam Hoyer
20:30 Gregory Porter na
festiwalu Jazzaldia – koncert
22:00 Pink Martini
w Peraladzie – koncert
23:30 Orkiestra Paryska,
Esa-Pekka Salonen: Ligeti,
Bruckner – muzyka klasyczna

TVP2 **D3**

07:30 Pytanie na śniadanie
– pobudka (7630) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie
(7630) – mag. Polska 2026
11:20 Tour de Pologne
– kroniki
11:30 Rodzinka.pl III (5,6/26)
– serial kom. Polska 2012
12:35 Koło fortuny (2055)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1026)
14:35 Na sygnale – serial
obyczajowy Polska 2026
15:05 La Promesa – pałac
tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2056)
16:35 Familiada (3090)
17:20 Panna młoda – serial
obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1027)
18:50 Jeden z dziesięciu (11)
– telenowela Polska 2025
19:25 Barwy szczęścia



20:05 Omnibus – szybcy
i mądry (30,30) – te-
leturniej Polska 2026
20:55 Kocham Cię, Polsko!
(8) – quiz Polska 2026
22:25 Czas honoru.
Powstanie (1,2)
– serial wojenny
Polska 2014, wyk.
Jan Wieczorkowski
00:15 Pitbull (11) – serial
sens. Polska 2007
01:15 Skazany na bluesa
*** – film biogr. Polska
2005, reż. Jan Kidawa-
Błoński (100 min)

PULS 2

06:20 Seriale animowane
11:35 Gus. Mały (25,26/52)
12:00 Psi patrol (10/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy – serial anim.
14:00 Baranek Shaun IV
14:35 My Little Pony:
Przyjaźń to magia (4/26)
15:00 Miraculous II (14,13/26)
16:00 Finales i Ferb II
17:00 Smerfy – serial anim.
18:00 Pingwiny
z Madagaskaru (9/10/26)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (22) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
(18,19) – serial krym. Polska 25
23:00 Jak dogryźć mafii
– komedia sensacyjna USA
2017, reż. Mark Cullen, wyk.
Bruce Willis, John Goodman
01:00 Dzielnica strachu X (14)

POLSAT **D3**

05:40 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (1992)
08:30 Malanowski i Partnerzy
VII – serial fab.-dok., wyk.
Bronisław Cieślak, Marta
Leleniewska, Marek Krupski
09:30 Trudne sprawy XXVI
(54,55/60) – serial fab.-dok.
11:35 Gliniarze XVI (20,21)
– serial fabularno-dok. Polska
2024, wyk. Arkadiusz Krygier,
Tomasz Skrzypniak
13:40 Dlaczego ja? 33 (15,16)
– serial fabularno-dok.
15:50 Wydarzenia
16:25 Interwencja (5950)
16:40 Gliniarze XIX (1,2)
– serial fab.-dok. Polska 2025
18:50 Wydarzenia, sport,
pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (730)
– program publicystyczny
19:30 Sport – Polska 2026



19:55 Miłość do kwadratu
*** bez granic – komedia
Polska 2023, reż. Filip
Zylber, wyk. Adrianna
Chlebicka (135 min)
22:10 Mamma Mia! Here We
Go Again! – musical
Wlk. Brytania/USA
2018, reż. Ol Parker,
wyk. Amanda Seyfried,
Lily James (160 min)
00:50 Zostań, jeśli kochasz
(If I Stay) – melo-
dramat USA 2014, reż.
R.J. Cutler, wyk. Chloë
Grace Moretz (140 min)

TV4

08:55 Policjantki i policjanci
X (44,45/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII
(23,24) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (48,49)
13:55 Trudne sprawy XVI
(9,10,11/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjan-
ci XXIV (43/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto
da więcej (51) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci
XXIV (44/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (19,20)
21:00 Sprawiedliwi.
Trójmiasto III (36) – serial krym.
22:00 Sprawiedliwi –
wydział kryminalny XX (36)
23:00 Zabójcza portierka
– thriller USA/Kan./Rumunia/
Wlk. Brytania 2018, reż. Ryūhei
Kitamura, wyk. Ruby Rose
01:05 Love Island IV

TVN **D3**

05:40 Uwaga! (8053) – mag.
reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (26/60)
06:50 Kuchenne rewolucje:
Wrocław – American Dream
XXIV (12) – reality show
07:45 Dzień dobry wakacje
(34) – mag. Polska 2019
11:20 Doradca smaku (21)
– mag. kulinarny Polska 2026
11:25 Kuchenne rewolucje:
Bar „Agata”, Gorzów
Wielkopolski XXIII (12)
12:35 Ukryta prawda (42,43,
51/60) – serial fabularno-dok.
15:45 Detektywi III (32/60)
16:50 Szpital św. Anny III
(3/53) – serial obycz. Polska
2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (35/50)
– serial krym. Polska 2026
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8054) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial
obycz. Polska 2026
20:50 Kuchenne rewolucje:
Myślibórz – „Domo-
we obiady u rudej” 31
(8) – reality show
22:00 Wytańczyć marzenia
** (Take the Lead) – dra-
mat obycz. USA 2006,
reż. Liz Friedlander, wyk.
Antonio Banderas,
Rob Brown (145 min)
00:25 Czyja to kochanka?
*** (La doubleure) – kome-
dia Francja/Włochy/
Belgia 2006 (100 min)

METRO **D3**

07:35 Tajemnice miłości
– serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (78/68)
10:30 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji
(46/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (63,64)
14:35 Kiedy ktoś kocha
bardziej (31) – serial obycz.
15:45 The Floor (17,18)
17:00 Fani czterech
kółek XVIII (9/20) – serial dok.
18:00 Magda M. (7) – serial
obyczajowy Polska 2005
19:00 Kartoteka IV (11,12/13)
– serial fab.-dok. Polska 2013
21:05 Kryminalni V (3) – serial
kryminalny Polska 2006
23:15 Kuba Wojewódzki (10)
00:25 Zbrodnie z pierwszych
stron gazet III (2/15)
01:25 Szpital (72/72)

TV PULS **D3**

06:00 Policjanci z Miami III
(20,21/24) – serial krym.
USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział
specjalny XXIII (6,7/13)
10:00 Maria z przedmieścia
– telenowela Meksyk 1995
12:00 Nie igraj z aniołem
– telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III
– serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (7)
15:00 Lombard. Życie pod
zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (8) – serial
obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (34,35) – serial
obyczajowy Polska 2025

20:00 Angielska robota
*** (The Bank Job) – film
sens. Wlk. Bryt./USA/
Australia 08, reż. Roger
Donaldson, wyk. Jason
Statham, Saffron
Burrows (135 min)
22:15 355 (The 355) – film
*** sens. USA/Chiny 2022,
reż. Simon Kinberg,
wyk. Jessica Chastain,
Penélope Cruz (155 min)
00:50 Rewolwer (Revolver)
*** – thriller Francja/
Wlk. Bryt. 2005, reż.
Guy Ritchie (130 min)

TVN7 **D3**

05:25 Ten moment (9/20)
– serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (37,38,39/63)
– serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda (71,10,
11/71) – serial fabularno-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy
– serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (6/13)
15:00 Szpital (71,72/72)
– serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji
(32/60) – telenowela doku-
mentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (20/60)
– serial fab.-dok. Polska 2023,
wyk. Agnieszka Czeakańska
20:00 Berek (Tag) – komedia
*** USA 2018, reż. Jeff
Tomsic, wyk. Ed Helms,
Jake Johnson (135 min)
22:15 Mroczny Rycerz
**** powstaje (The Dark
Knight Rises) – film
sens. Wlk. Bryt./USA
2012, reż. Christopher
Nolan, wyk. Christian
Bale (200 min)
01:35 Niezapomniany
*** (Unforgettable)
– thriller psychologicz-
ny USA 2017, reż. De-
nise Di Novi (115 min)

STOPKLATKA D31

- 08:50 Robert Makłowicz** (212) – mag. kulinarny
- 09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (9/13) – serial krym. Austr. 2013
- 10:55 Górski lekarz XIII** (6,6/7) – serial obycz.
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (10/13) – serial krym. Austr. 2013
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (9,10) – serial fab. – dok. Polska 2025
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XI** (11,4,2/13) – serial dokumentalny Kanada 2012
- 19:00 Aukcja w ciemno II** (23,24/24) – serial dokumentalny USA 2013
- 20:00 12 godzin (Stolen)** – film sens. USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, Malin Akerman (120 min)
- 22:00 Za linią wroga (Behind Enemy Lines)** – film sens. USA 2001, reż. John Moore, wyk. Owen Wilson, Gene Hackman, Gabriel Macht (120 min)
- 00:00 Karma (Bleeding Heart)** – thriller USA 15, reż. Diane Bell, wyk. Jessica Biel (120 min)

KINO POLSKA

- 08:00 Basia sama w domu** – komedia Polska 2021, reż. Marek Rębaczek, wyk. Magdalena Zaborniak, Jakub Kucner
- 09:55 To nie ze mną II** (10,11) – serial kom. Polska 2023
- 11:05 7 słów o przemijaniu** – film dok. Polska 2021
- 11:15 Komedia małżeńska** – komedia Polska 1993, reż. Roman Załuski, wyk. Ewa Kasprzyk, Jan Englert
- 13:40 Quo vadis** – film hist. Polska/USA 2001, reż. Jerzy Kawalerowicz, wyk. Paweł Deląg, Magdalena Mielcarz
- 15:40 Wielka majówka** – film muzyczny Polska 1981, reż. Krzysztof Rogulski, wyk. Jan Piechociński, Zbigniew Zamachowski
- 17:40 Cztery pancerni i pies** (3,5) – serial wojenny Polska 1966, wyk. Roman Wilhelm
- 20:00 Waleśa. Człowiek z nadziei** – film biogr. Polska 2013, reż. Andrzej Wajda, wyk. Robert Więckiewicz, Agnieszka Grochowska
- 22:45 Lokatorka** – dramat krym. Polska 2021, reż. Michał Orlowski, wyk. Irena Melcer
- 01:25 Mistrz** – film biograficzny Polska 2020, reż. Maciej Barczewski, wyk. Piotr Głowacki, Jan Sztybel

ALE KINO+

- 09:30 Problem** – film krótkom. Polska 2020 (30 min)
- 10:00 Vigil II** (1,2/6)
- 12:30 Vera** (2/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2020
- 14:25 Stan wyjątkowy (Výjimečný stav)** – komedia Czechy 2024, reż. Jan Hřebejk (120 min)
- 16:25 Punkty zwrotne (Puntos suspensivos)** – thriller Hiszpania 2024, reż. David Marqués, wyk. Diego Peretti, José Coronado (110 min)
- 18:15 Vera X** (3/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2020
- 20:10 Gunman: Odkupienie (The Gunman)** – film sens. USA/Hiszpania/Wlk. Brytania/Francja 2015, reż. Pierre Morel, wyk. Sean Penn, Javier Bardem (140 min)
- 22:30 Love Lies Bleeding** – film sens. Wlk. Bryt./USA 24, reż. Rose Glass, wyk. Kristen Stewart, Katy M. O'Brian (130 min)
- 00:40 Początki (Begyndelser)** – dramat obycz. Dania/Szwecja/Belgia/Islandia 2025, reż. Jeanette Nordahl, wyk. Trine Dyrholm (115 min)

POLSAT FILM

- 08:30 Przyjaciółki XIV** (5,6/12)
- 10:25 Świat według Kiepskich** (29,5,18,20,22,23/34) – serial komediowy Polska 2002
- 13:55 Królowa Śnieżka i Łowca** – film fantasy USA/Wlk. Brytania 2012
- 16:35 Salon piękności** – komedia USA 2005
- 18:45 Inna kobieta** – komedia romantyczna USA 2014
- 21:00 It Ends With Us** – dramat obycz. USA 2024
- 23:45 Predators** – film s.f. USA 2010, reż. Nimród Antal
- 01:55 Ślad** (21/48) – serial krym.

KINO TV

- 09:25 Panna Scarlet i komisarz II** (5/6) – serial krym.
- 10:20 Panna Marple V** (3/4)
- 12:20 Hudson i Rex IV** (9,10/16)
- 14:35 Poirot VI** (4/4) – serial krym. Wlk. Brytania 1996
- 16:45 Strażnik Teksasu II** (16,17/24) – serial sens.
- 18:55 Poirot III** (6/11) – serial krym. Wlk. Brytania 1991
- 20:00 Walkiria** – dramat wojenny USA/Niemcy 2008
- 22:40 Operacja Delta Force II: Na ratunek** – film sens. USA 90
- 00:55 Zanim zasną** – thriller Wlk. Brytania/Francja/Szwecja/USA 2014

TVP KULTURA D31

- 09:00 Wojna domowa** (13,14)
- 10:40 Dwie Joasie** – komedia Polska 1935 (100 min)
- 12:20 Reżyserzy VII** (7) – serial dokumentalny Wlk. Brytania 2018
- 13:20 Noce i dnie** (9) – serial obycz. Polska 1978
- 14:25 Patrząc pod słońce** – dramat psychologiczny Polska 1971 (50 min)
- 15:15 Szarada (Charade)** – komedia sensacyjna USA 1963 (130 min)
- 17:25 Wojna domowa** (15/15) – serial kom. Polska 1966
- 18:15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka** – serial dokumentalny Wlk. Brytania 2018
- 18:55 Rawhide** (19) – western USA 1959, wyk. Eric Fleming, Clint Eastwood
- 20:00 Wstęp do filmu** (594)
- 20:05 Danton** – dramat historyczny Francja/Polska 1983, reż. Andrzej Wajda, wyk. Gérard Depardieu, Patrice Chéreau (145 min)
- 22:30 The Police – kulisy wielkiej kariery** – film dok. USA 2006
- 00:00 Cześć, Tereska** – dramat psychologiczny Polska 2001 (100 min)

WARNER TV

- 10:20 Prawo Agaty IV** (3)
- 11:25 Pełniejsza chata II**
- 12:25 Teraz albo nigdy! II** (11,12)
- 14:20 Bajzer z Bel-Air VI** (11,12,13,14/24) – serial kom.
- 16:20 Pełniejsza chata II** (2,3,4,5/13) – serial kom.
- 18:25 Randka z billboardu** – film obycz. USA 1998
- 20:15 Akademia policyjna II** – Pierwsze zadanie – komedia USA 1985, reż. Jerry Paris
- 22:00 Zakłęci w czasie** – dramat obycz. USA 2009
- 23:55 Czarownice z Eastwick** – komedia USA 1987

PARAMOUNT

- 09:25 Policyjna grupa pościgowa XVII** (10) – serial dok.
- 10:20 Pingwiny z Madagaskaru II** (8/39)
- 10:50 Niania w Nowym Jorku** – komedia romant. USA 2007
- 13:00 Czarodziejki IV**
- 14:55 Naga broń 2 1/2** – komedia USA 1991
- 16:45 Transformers III** – film s.f. USA 2011
- 20:00 Transformers: Wiek zagłady** – film s.f. USA/Chiny 2014, reż. Michael Bay
- 23:30 Człowiek w ogniu** – thriller Szwajcaria/Wielka Brytania/USA/Meksyk 2004

HBO

- 10:10 Ben nie ma lekko** – film anim. Czechy/Słowacja/Francja 2024 (80 min)
- 11:30 Sojusznicy** – film sens. USA 2023 (110 min)
- 13:20 Człowiek z bieguna** – komediodramat USA 2014 (90 min)
- 14:50 Bez hitu** – komedia Niemcy 2025, reż. Florian Dietrich (115 min)
- 16:45 Karate Kid: Legendy** – komedia USA/Kanada 2025, reż. Jonathan Entwistle (95 min)
- 18:20 Eleanor Wspaniała** – dramat obyczajowy USA 2025 (100 min)
- 20:00 Dzikie łowy** – komediodramat Nowa Zelandia 2016, reż. Taika Waititi, wyk. Sam Neill, Julian Dennison (100 min)
- 21:40 Nasz doktor**
- 22:25 Prawa ludzi** – dramat wojenny USA 2024, reż. Phil Blattenberger, wyk. Jacob Keohane (100 min)
- 00:05 Lisa Frankenstein** – horror USA 2024, reż. Zelda Williams (105 min)
- 01:50 Oddają** – horror Australia 2024, reż. Danny Philippou, Michael Philippou (105 min)

CINEMAX

- 12:55 Wielkie ziewnięcie historii** – dramat obycz. Iran 24
- 14:30 Spłata** – thriller Hiszpania 2025, reż. Daniel Guzmán
- 16:20 Trudny zakład** (Zakład) – komedia Francja 1997
- 18:00 Strażniczka** – dramat obyczajowy Francja 2023
- 20:00 Fargo IV** (3,4/11) – serial kryminalny USA 2020
- 22:00 Jackie Brown** – dramat krym. USA 1997, reż. Quentin Tarantino, wyk. Pam Grier
- 00:35 Wspomnienia płonącego ciała** – dramat obycz. Kostaryka/Hiszpania 2024

ROMANCE TV

- 08:40 Górski lekarz** (7,7/8)
- 10:30 Miłość na St. Lucia** – komedia romantyczna
- 12:20 Statek marzeń**
- 14:15 Pulchna jak ja** – komedia romantyczna Niemcy 2007
- 16:05 Lilly Schönauer: Miłość ma skrzydła** – film obycz. Niemcy/Austria 2006
- 18:00 Górski lekarz** – serial obycz. Niemcy/Austria 2019
- 20:00 Inga Lindström: Zapomniany ślub** – film obyczajowy Niemcy 2024
- 21:55 Dora Heldt: Nierozłączni** – komedia romant. Niemcy 14
- 23:50 Górski lekarz**

CANAL+ PREMIUM

- 08:25 Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia** – film dokumentalny
- 10:00 LARP. Miłość, trolle i inne questy** – komedia Polska 2025 (95 min)
- 11:35 Jutro będzie nasze** – komediodramat Włochy 2023 (115 min)
- 13:30 Wszystko, czego nie zdążyliśmy powiedzieć** (7,8/9)
- 14:40 Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu** – film dok.
- 16:15 Hollywood Buzz** (9)
- 16:40 Kopnięcia w czasie** – komedia Francja/Belgia 2025 (100 min)
- 18:20 Lapu-Capu** (181)
- 18:25 Thelma** – komedia USA/Szwajcaria 2024 (95 min)
- 20:00 The Wasp** – thriller psychologiczny Wlk. Brytania 2024 (95 min)
- 21:35 Aftermath. Most w ogniu** – film sens. USA 2024, reż. Patrick Lussier (95 min)
- 23:10 Piła V** – horror USA/Kanada 2008, reż. David Hackl (95 min)
- 00:45 Sprzątaczką** – film sens. Wlk. Bryt. 2025, reż. Martin Campbell (100 min)

TVN FABUŁA

- 09:50 Prawo Agaty V** (2)
- 10:55 Lekarze** (9)
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty V** (1)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:00 Na Wspólnej** (17,18)
- 17:10 Magia kina** (7)
- 17:35 Miss Agent II: Uzbrojona i uroczą** – komedia sensacyjna USA 2005, reż. John Pasquin
- 20:00 Hrabia Monte Christo** – film przyg. Francja/Belgia 2024, reż. Matthieu Delaporte, Alexandre de La Patellière
- 23:45 World War Z** – horror USA 2013, reż. Marc Forster

AMC

- 10:15 Tajemnicza wyspa, cz. 1,2** – film fantasy USA/Tajlandia/Niemcy 2005
- 13:55 Aleksander** – dramat historyczny USA/Wielka Brytania/Niemcy/Holandia/Francja/Włochy 2004
- 17:25 Uciekająca panna młoda** – komedia USA 1999
- 20:00 Liberator** – film sens. USA/Francja 1992
- 22:05 Szalony samuraj Musashi** – film przyg. Jap. 2020
- 23:50 Anakonda III: Potomstwo** – film s.f. USA/Rumunia 2008
- 01:50 Widmo** – horror USA 2019, reż. Waymon Boone

AXN

08:25 Ostry dyżur II (8/22)
09:25 Castle IV (9,10/23)
11:20 MacGyver IV (7,8/13)
13:10 Dowody zbrodni II (12,13/23) - serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje II (8,9/25) - serial krym. USA 22
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (7,8/25)
19:05 Castle IV (11,12/23)
21:05 Agenci NCIS: Hawaje II (14,15/25) - serial krym. USA 23
22:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (7,8/25)
00:40 Castle IV (11/23)

EPIC DRAMA

09:35 Wszystkie stworzenia duże i małe III (5/6)
10:35 Lekarze na start
12:05 Zatraceni w miłości
13:10 Marlow: klub zbrodni II
14:05 Agenci NCIS XVII (8/20)
15:00 Panna Marple II (4/4)
17:00 Poirot XIII (1/5)
19:00 Agenci NCIS XVII (9/20)
19:55 Poirot V (1/8) - serial krym. Brytania 1993
21:00 Detektyw Murdoch: Napisła: Morderstwo XIX
21:55 Agenci NCIS XVII (5/20)
22:50 Poirot V (1/8)
00:00 Agenci NCIS XVII (9/20)
00:55 Marlow: klub zbrodni II

TVN STYLE

06:45 Ach, ten ślub! (2)
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Ugotowani (9, 10)
13:30 Kuchenne rewolucje (6, 5) - reality show Polska 24
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10, 11) - reality show
17:05 W czym do ślubu? (10)
17:40 Kuchenne rewolucje (13, 3, 4) - reality show
20:50 Projekt City (3,4)
21:50 Jestem z Polski XVI (30/40) - serial dok. Polska 25
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX - serial dok.
00:35 Seks - wypadki (15/39)

TVN TURBO

08:20 Nic do ukrycia (1/12)
09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (11) - mag. motoryz.
10:15 Ciężarówka przez Indie
11:15 101 napraw (2, 3)
12:15 Jeździć, obserwować V
13:00 Mobilni mechanicy (3, 4)
14:30 Wymarzone domy (19)
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5034)
18:15 Wojny samochodowe
20:15 Moto kombi (8)
21:00 Ciężarówka przez Chile
22:00 Raport Turbo (5034)
22:15 Jeździć, obserwować V (12,13/16) - serial dok.
23:45 Zawodowi handlarze (11)

BBC FIRST

09:40 Ojciec Brown II (5/10)
10:40 Śmierć pod palmami IV
11:45 Zagadki doktora Blake'a V (4/8) - serial krym.
12:55 Ulica nadziei II (3,4/10)
14:55 Ojciec Brown IX (3/10)
16:00 Lewis VII (1/6)
17:00 My Life is Murder IV (7)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XXV (1/4) - serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami IV (2/8) - serial kryminalny
21:00 Blackshore (5,6/6)
23:10 Zaproszona (1/4)
00:20 Sherlock II (2/3)

FX

09:00 SkyMed (3/9)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (20,21/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (15,16/17)
13:45 Agenci NCIS VIII (1,2/24)
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami II (22,23/24)
17:25 Z Archiwum X III
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku IX (17,1/17)
22:00 Zakłamanie: Zdejmij spodnie i kurtkę
23:10 Z Archiwum X III (12/24)
00:15 Bez twarzy - film sens. USA 1997, reż. John Woo

HGTV

09:05 Remontujemy dom na plaży VII - serial dok.
10:00 Poszukiwacze domów
11:00 Usterka XI (9,10)
12:25 Moje miasto, mój dom VII (16) - serial dok.
14:30 Mieszkanie na miarę III
16:30 Polowanie na ogród IX
18:15 Weekendowa metamorfoza (4, 5) - reality show
20:05 Dorota was urządzi (3,4/12) - serial dok. Polska 14
21:35 Będzie pięknie (3/8)
22:35 House Hunters
00:45 Kupujemy dom na plaży XXII (8,9/13) - serial dok.

BBC LIFESTYLE

10:30 Koreańska uczta Eda i Ryu (1) - mag. kulinarny
11:30 Wymarzone domy (17, 18)
13:30 Mistrzowie ceramiki (3)
14:30 Wielkie nowozelandzkie wypieki (8) - show
15:40 Zapraszam do stołu
17:50 Wymarzone domy (19)
18:50 Mistrzowie szycia (4)
19:50 Wielkie nowozelandzkie wypieki (9) - show
21:00 10 lat mniej w 10 dni II
22:00 Ratunek dla skóry V
23:00 Wstydlive choroby: online III (4) - serial dok.
23:55 Kulinarne podróże Billy'ego i Doma (6,7/8)

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół VIII (9/16)
08:55 Przyjaciele (13,14,15, 16,17,18/24) - serial kom.
11:55 Teoria wielkiego podrywku X (23,24,1,2,3,4/24)
14:30 Dwóch i pół VIII (10,11,12,13/16) - serial kom.
16:30 Przyjaciele (19,20,21, 22,23,24/24) - serial kom.
19:30 Teoria wielkiego podrywku XI (5,6,7,8,9,10/24)
22:00 The Office PL III (9,10/12)
23:05 Comedy Club (9, 10)
00:05 Miasteczko South Park IV (8,9/17) - serial anim.

TVP SERIALE

08:15 Komisarz Alex III (13/13)
09:05 Rodzinka.pl V (15/26)
09:45 Klan - telenowela
10:15 Ranczo IX (13,1)
12:00 Komisarz Alex IV (1/13)
12:45 Ojciec Mateusz 31 (6,7,8)
13:35 Ojciec Mateusz 31 (7,8)
15:35 Komisarz Alex IV (2/13)
16:25 Na sygnale
17:35 Ranczo X (2)
19:30 Ojciec Mateusz 31 (9)
20:30 Komisarz Alex XXV (3) - serial krym. Polska 2026
21:30 Ranczo X (4/13)
23:20 Ojciec Mateusz 31 (10)
00:20 Czarna śmierć (6)
01:20 Pitbull (5) - serial sens.

CANAL+ KUCHNIA

13:25 Kulinarne szlaki (9)
13:55 Podróż przez smaki
Chin II (4) - serial dok.
15:55 U sąsiadów w kuchni XIV
15:55 Jakubiak rozgryza... (12)
16:10 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (6)
16:35 Jamie Oliver (13, 14, 3)
18:30 Maximum Foodie V (7)
18:55 m jak mięso (6, 7)
19:50 Nie bój ryby! (7)
20:15 m jak mięso (2, 3)
21:15 Anthony Bourdain VI (6,7,8) - serial dok. USA 2015
23:55 Nie bój ryby! (6, 7)
00:50 Top Chef (7)

CANAL+ DOMO

14:05 Wakacyjne domy na wynajem (7) - lifestyle
15:00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę - serial dok.
15:55 Daleko od miasta XV (5)
16:50 Gardeners' World (23)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty XXII (6)
20:00 Daleko od miasta XIV (3,4/10) - serial dok. Polska 25
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (8) - lifestyle
22:00 Cztery pory roku w ogrodach Kew II (2)
22:55 Gardeners' World (22)
23:55 Adres: rezydencje marzeń (8) - reality show

PLANETE+

14:45 Średniowieczne serce Czech (7,8) - serial dok.
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XI (3) - serial dok.
16:55 Świat z góry VII (12,13/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Jeanne Duval - film dok.
19:45 Zaginiona świątynia Artemidy - film dok.
20:50 Ramzes II. 66 lat panowania (3) - serial dok. F 2025
22:00 Skradzione dzieci NRD
23:10 Krótka historia miłości
00:20 Niezwykłe podróże kolejną XI (4) - serial dok.

DISCOVERY CHANNEL

12:00 Celnicy na straży Turcji
13:15 Nagi instynkt przetwarzania: Brazylia (4/7)
14:30 Strażacy - serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Bimbrownicy XIV (12)
17:00 Przemitynicy: na lotnisku (5) - serial dok.
18:00 Lotnisko II (8/8)
19:00 Nagi instynkt przetwarzania VIII (4/17) - serial dok.
21:00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge V (7/11)
22:00 Złoto drwali II (3)
23:00 Akta ekspedycji II
00:00 Policjanci z Kent (10/10)
01:00 Hotrod wg Kindiga VII

TVP HISTORIA

12:00 Podziemne Włochy II (9)
12:55 Zapomniane agentki II wojny światowej (5/6)
14:00 Królowie (6/9)
14:35 Cztery pancerni i pies
15:40 Sensacje XX wieku
18:10 Tajemnica Enigmy (5)
19:00 Ex libris - magazyn
19:30 Flesz historii (772)
20:00 Oficerowie (8/14)
20:50 Świadkowie Czarnobyla
21:55 Kapitan Myszkowski
23:55 Sensacje XX wieku (1, 2, 3, 4) - program historyczny
01:10 Encyklopedia II wojny światowej (38)

HISTORY

12:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:05 Starożytni kosmici XVII
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata VII (16/18)
14:50 Największe tajemnice świata V (13/15) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Tajne kryjówki dyktatorów (2/6) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VII (1/10) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVII
21:00 Gwiazdy lombardu: skarby Ameryki II (12)
22:00 Wojny magazynowe XVII
23:00 Gwiazdy lombardu XXV
23:55 Jak to wyjaśnić V (10)

NATIONAL GEOGRAPHIC

15:00 Katastrofa w przestworzach XVIII (9/10)
16:00 Złapać przemytnika IX
17:00 Egipt: miejsce pełne tajemnic VI (8/9)
18:00 Tajemnice wojennych wraków (7/8) - serial dok.
19:00 Atak Hitlera na Amerykę
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (4/10) - serial dok.
21:00 Premiera: Ekstremalne katastrofy III (3) - serial dok.
22:00 Premiera: Katastrofy pod lupą II (3) - serial dok.
23:00 Maszyny wagi ciężkiej IV

FOCUS TV

08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VI
10:00 Gwiazdy lombardu XXII
12:00 W kręgu zła: Ludzie Hitlera (9/10) - serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XIX (11,12) - serial dok.
14:00 Łowcy nazistów (6)
16:00 Dorwać tuńczyka V
18:00 Rolnicy. Podlasie IV (47)
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Poszukiwacze historii V (3,4,5,6) - serial dok.
23:00 Kulisy historii. Szwajcarska neutralność. Przepis na dobrobyt - film dok.
00:00 Starożytni kosmici IV

BBC EARTH

12:20 Malownicze trasy kolejowe IV (2/6) - serial dok.
13:20 Wielkie koty 24/7 (6/6)
14:30 W okowach mrozu IV
16:30 Największe zagadki nauki
17:40 Wielkie koty 24/7 (6/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe V (4) - serial dok.
19:45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku (3/4)
20:55 W okowach mrozu V (7,8/8) - serial dok. USA 2017
22:55 Cała prawda o fast foodach - film dok. Wlk. Bryt. 20
00:05 Sekrety długo-wieczności (2/6) - serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

12:15 Starożytna apokalipsa (1,2,3,4/6) - serial dok.
16:40 II wojna światowa: cena imperium (4/13) - serial dok.
17:50 Największe postaci zimnej wojny - serial dok.
18:55 Kryminologia starożytności - serial dok.
19:55 Ramzes: władca Egiptu (4/6) - serial dokumentalny
21:00 Najgroźniejsi ludzie Hitlera - serial dokumentalny
21:55 Złote miasta: mity i rzeczywistość - film dok.
23:05 Przywódcy III Rzeszy
00:15 Starożytna apokalipsa (1,2/6) - serial dokumentalny

1000-lecie Królestwa Polskiego

Najważniejsze insygnia związane z polską monarchią

Za jedyne 5 rat

po **299 zł**lub za jednorazową kwotę 1495 zł
BEZPŁATNA WYSYŁKA!

Bolesław Chrobry



Szczepiec



Korona

Złoto
najwyższej
próby
(999/1000)



Rewers każdego z 6 medali
jest taki sam
Średnica ok. 20 mm
Waga: 1/1000 oz



Berło i jabłko



Włócznia św. Maurycego



Denar Bolesława

Medale są opakowane
w specjalne kapsle,
których zadaniem jest
ochrona i efektowna
prezentacja Twoich złotych
skarbów.



- 1/1000 oz CZYSTEGO ZŁOTA – na rocznicę 1000-lecia koronacji pierwszego króla Polski
- Edycja limitowana – tylko 5000 zestawów medali na całym świecie
- Najwyższa jakość mennicza – stempel lustrzany
- Kolekcja dostępna wyłącznie w Mennica-Numizmaty

RAZEM Z KOLEKCJĄ DLA CIEBIE:

- Elegancka drewniana kaseta do przechowania
- Certyfikat własności
- Certyfikat autentyczności



BEZPŁATNIE! Dla Ciebie w prezencie:

- Przyciągający wzrok, gustowny dodatek na co dzień
- Wygodne zapięcie na klamrę



Mennica-Numizmaty, marka Eldora World AG. Administratorem danych osobowych i stroną umowy jest Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Zamów już teraz! Zadzwoń 22 211 65 99

Odetnij wzdłuż przerywanej linii

TAK! Chcę być jedną z pierwszych osób, która otrzyma kolekcję 6 medali z czystego złota, próby 999/1000, 1/1000 oz „Polskie insygnia koronacyjne” (nr art. 904-281-0) – **WYSYŁKA GRATIS**. Wybieram płatność (proszę zaznaczyć):

- ☐ w 5 comiesięcznych nieoprocentowanych ratach po 299 zł *lub*
☐ jednorazową 1495 zł

Mam prawo do zwrotu kolekcji w ciągu 60 dni i nawet wtedy mogę zatrzymać otrzymany zegarek na rękę. Jeśli nie wybierzesz sposobu płatności, zakładamy, że chcesz zapłacić jednorazowo całą kwotę. Płatność przy odbiorze przesyłki (za pobraniem). Średni czas realizacji zamówienia to 7-10 dni. Firma kurierska poinformuje Cię SMS-em o dokładnym terminie dostawy i kwocie do zapłaty gotówką u kuriera.

Administratorem Twoich danych osobowych jest Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Twoje dane osobowe (imię, nazwisko, adres) przetwarzane są w celu wysłania materiałów promocyjnych dotyczących monet i medali (art. 6 ust. 1 lit. f) RODO). Jeżeli nie zyczysz sobie ich otrzymywania, możesz zgłosić sprzeciw wobec przetwarzania Twoich danych w celach reklamowych, wysyłając go pocztą (na adres: Mennica-Numizmaty, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówkę) lub e-mailem (na adres: bok@mennica-numizmaty.pl). Więcej informacji o sposobie przetwarzania danych osobowych znajdziesz na stronie www.mennica-numizmaty.pl/prywatnos

Mój adres: ☐ Pani ☐ Pan

594 - 03

Imię i nazwisko

Ulica, numer domu i mieszkania

Kod pocztowy

Miejscowość

Nr telefonu (wymagany)

E-mail

Obowiązują *Ogólne warunki handlowe* Mennica-Numizmaty dostępne na stronie www.mennica-numizmaty.pl lub (na żądanie) na piśmie. Stroną umowy jest Eldora World AG, Leubnerstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Data

Podpis

Zamów szybko i wygodnie przez telefon:

22 211 65 99

Zadzwoń do nas już teraz,
a otrzymasz dodatkowy PREZENT!

(Biuro Obsługi Klienta czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-17:00
oraz w soboty w godz. 9:00-15:00)

Stawka za połączenie z numerem stacjonarnym zgodna z taryfą operatora.

Chcę otrzymywać drogą (zaznacz):

- ☐ telefoniczną ☐ elektroniczną
informacje o promocjach produktów Eldora World AG. Wiem, że mogę wycofać moją zgodę, dzwoniąc pod nr 22 489 48 68 albo wysyłając informację na adres bok@mennica-numizmaty.pl lub MENNICA-NUMIZMATY, Biuro Obsługi Klienta, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówkę

Możesz też wypełnić kupon i wysłać go niezwłocznie na adres: Mennica-Numizmaty • ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówkę • bok@mennica-numizmaty.pl

MENNICA
NUMIZMATY