

NETFLIX

Disney+

HBO max

prime video

CANAL+

Program TV 26.06-9.07.2026

nr 13 22 czerwca 2026  
4,29 zł (w tym 8% VAT) nr indeksu 33111A

**HITY  
FILMOWE**  
na każdy  
dzień!

Tele14  
**tele  
świat**  
CYFROWY

**Najlepszy  
Program TV**  
na **14 dni**  
82 stacje



**ALICJA  
SZEMPLIŃSKA**

Zobaczymy ją  
wśród wielu gwiazd  
na wielkim koncercie  
„Wrocław Przyszłości 2026”



TENIS  
WIMBLEDON 2026



THE BEAR  
5. SEZON

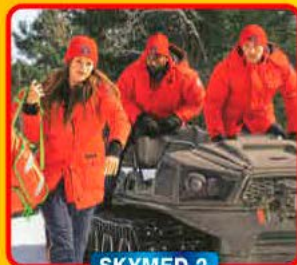
NETFLIX  
DISNEY+  
HBO MAX i inne  
s. 22

ENOLA HOLMES  
3. SEZON



40-LECIE  
TELEEXPRESSU

**LATO  
Z ROZRYWKĄ**



SKYMED 2



ZABÓJCZE TROPIKI



MAXIMA. DROGA NA TRON



ZA MIŁOŚĆ!

ISSN 1234-267X  
26  
9 771234 267606  
Numer  
w sprzedaży  
do 5.07.2026

# Najlepszy kolagen

Sprawdź, jak dobrze działa!

Po 26 roku życia tracimy zdolność odbudowy kolagenu. Nie jesteśmy jednak bezbronni - na rynku są doskonałe preparaty, które pomogą nam w odbudowie włókien kolagenowych. Znakomitym wyborem jest KolagenCito! Jest on skoncentrowany na wysokiej jakości i produktem 100 % oryginalnym.



Dbaj o jakość życia!

**N**azwa kolagen wywodzi się z języka greckiego, w którym słowo „kolla” oznacza „klej”. Kolagen jest dla komórek i tkanek spoiwem, swoistym „rusztowaniem”. Sprawia, że nasza skóra jest gładka, dobrze napięta, łokcie, biodra, kolana funkcjonują bez dolegliwości bólowych, rany sprawnie się goją, a złamane kości szybko zrastają. Kolagen korzystnie wpływa także na układ krwionośny. Dzięki obecnej w nim prolinie ściany tętnic są oczyszczane z tłuszczu. Kolagen pomaga kontrolować ciśnienie krwi, rozszerza tętnice, rozluźnia komórki mięśniowe i naczynia krwionośne. Poprawia to jakość krążenia i jednocześnie minimalizuje ryzyko wystąpienia związanych chorób kardiologicznych.

## Utrata kolagenu wraz z wiekiem

Niestety wraz z wiekiem tracimy kolagen w tempie około aż jednego procenta rocznie. Procent ten zwiększa się, jeżeli dodatkowo opalamy się intensywnie, palimy papierosy, czy po prostu prowadzimy niezdrowy tryb życia, np.: spożywanie dużej ilości alkoholu. Kolagenu zaczyna nam ubywać już po 26 roku życia. Punktem kulminacyjnym jest okres menopauzy, gdy drastycznie spada ilość estrogenu w organizmie. Pierwsze oznaki ubytku kolagenu w skórze łatwo rozpoznać - nasza cera nagle się wysusza, coraz mocniej odznaczają się na niej zmarszczki, ślady po poduszcze znikają coraz wolniej, a w późniejszym etapie widzimy zanik jędrności skóry. Nie tylko skóra gwałtownie

się starzeje. Brak kolagenu odbija się także na kondycji naszych włosów, które stają się matowe, łamliwe i wypadają. Częściej także odczuwamy bóle stawów, kręgosłupa, barków, szyi, łydek, biust nie jest w najlepszej formie, opadają policzki i powieki. Nie lepiej jest z resztą ciała. Pojawia się cellulit. Procesy te są postępujące. Możemy je jednak starać się opóźnić i odbudowywać organizm. Jedną z najważniejszych zasad jest prawidłowa i zróżnicowana dieta, bogata w mikroelementy, witaminy A, C, E, kwasy tłuszczowe omega-3 i 6, oraz związki siarki, które bezpośrednio uczestniczą w produkcji kolagenu.

## Produkty wysokiej jakości

Powinniśmy także regularnie wspomagać się produktami z zawartością kolagenu. Ważne jednak, by sięgać po produkty wysokiej jakości, z opatentowaną formułą i najlepszym składem.

Takim wysokogatunkowym produktem jest KolagenCito renomowanej niemieckiej firmy Reutter, który w swoim składzie ma także odpowiednio dobraną dawkę witaminy C, wspierającą proces odbudowy włókien kolagenowych. Każda pastylka zawiera aż 400 mg cennego kolagenu. Należy regularnie ssać do 3 pastylek dziennie. Wyjątkowa receptura firmy Reutter jest oparta na długoletnim doświadczeniu jej ekspertów. Warto podkreślić, że firma Reutter ma aż ponad 100 lat doświadczenia w produkcji preparatów wyprodukowanych z największą starannością. Dobroczynny KolagenCito to produkt chroniony prawem patentowym na świecie.

Dobry bo oryginalny! KolagenCito jest rekomendowany dla osób dbających o siebie. Można go kupić w aptekach i sklepach medyczno-zielnarskich w korzystnej cenie za ok. 43 zł.

## KolagenCito - bestseller!

Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt - postaw na jakość!

- ✓ Kolagen to ważny, sprężysty budulec, m.in.: ścięgien, kości, stawów, chrząstki, ścięgna, naczyń krwionośnych.
- ✓ Kolagen czynnie wspomaga jędrność skóry, łagodzi zmarszczki oraz cellulit.
- ✓ Znakomity dla uprawiających sport.



1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu



Reutter

— ponad 100 lat zaufania! Perfekcja tkwi w detalach i recepturze!

TANIEC Z GWIAZDAMI

# Pierwsza na parkiecie

Od finału ostatniej edycji minęło zaledwie kilka tygodni, a Polsat już kompletuje ekipę do nowej serii. Pierwszą potwierdzoną uczestniczką okazała się Helena Englert! Aktorka znana m.in. z „Barw szczęścia”, „#BringBackAlice”, a ostatnio z „Rodzinki.pl” o swoim udziale w tanecznym show poinformowała w piątkowym wydaniu „Halo tu Polsat”. Natychmiast padły pytania o to, jak radzi sobie na parkiecie.

– Jako mała dziewczynka tańczyłam, ale większość małych dziewczynek tańczy, więc nie powiedziałabym, że mam jakieś duże doświadczenie. Wiem, gdzie mam prawą i lewą nogę – odpowiedziała z uśmiechem.

Aktorka przyznaje, że lubi tańczyć – niezależnie od wyniku chce dobrze wspominać czas spędzony w programie.

Następny numer  
teleświat<sup>14</sup>  
CYFROWY  
2  
za tygodnie  
do kupienia  
od 6 lipca



NA  
ŻYWO

LATO Z RADIEM  
I TELEWIZJĄ POLSKĄ

## Przystanek – Radom!

Drugim przystankiem wakacyjnej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską” (emisja: SO 27.06 godz. 20.00 TVP 2) będzie Radom. To jedno z najstarszych polskich miast, a zarazem miejsce tragicznych wydarzeń Czerwca '76 – fali strajków i protestów robotniczych, brutalnie spacyfikowanych przez ówczesne władze PRL-u. O samym mieście, a także o wydarzeniach sprzed 50 lat, dowiemy się więcej m.in. w „Pytaniu na śniadanie”, nadawanym ze studia wyjazdowego. Wieczorem odbędzie się koncert z udziałem gwiazd. Na scenie wystąpią m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz, Natalia Kukulska, Halina Mlynkova, Kasia Moś, Liber oraz KSU.

MJ

NOWY  
SEZON

DZIEŃ DOBRY WAKACJE

## Kolonie z gwiazdami

W sobotę, 27 czerwca, rozpoczyna się najbardziej wyczekiwany – zwłaszcza przez najmłodszych – czas: wakacje! Na ten okres magazyn „Dzień Dobry TVN” przechodzi w letni tryb, znany pod hasłem „Dzień Dobry Wakacje” (sobota, 27.06, godz. 7.45, TVN). W tym roku prowadzący będą spotykać się z widzami każdego dnia. Rusza też nowy

projekt – „Kolonie Letnie Dzień Dobry TVN”. Od początku lipca osiem polskich gwiazd wróci do miejsc dobrze znanych im z dzieciństwa. Pierwszą osobą, która wyruszy w tę niezwykłą podróż w czasie, będzie wokalistka Tatiana Okupnik. Pierwsze wydanie wakacyjnego programu poprowadzą Dorota Wellman i Marcin Prokop.

MJ



ŁUKASZ JURKOWSKI

## To już czas na nowe

Po ponad 22 latach z redakcją Polsatu Sport pożegnał się Łukasz „Juras” Jurkowski. – Wiele się nauczyłem, mam nadzieję, że wiele też do stacji wniosłem. To była przyjemność być częścią tej rodziny – napisał dziennikarz w mediach społecznościowych, dodając, że czeka na nowe zawodowe wyzwania. Nasuwa się pytanie,

czy w takim razie nadal będzie komentował dla nas wysiłki uczestników na torze Ninja Warrior? Tego jeszcze nie wiadomo. Produkcja zrobiła sobie w tym roku wolne, co oznacza, że program nie pojawi się w ramówce na jesień ani wiosnę. Czy po tej przerwie czekają nas zmiany w ekipie? Czas pokaże.

JK

„Bardzo lubię mówić i rozmawiać z ludźmi. Do tego wszystkiego dochodzi moja ogromna ciekawość świata. Uważam, że dziennikarz, który nie ma w sobie ciekawości, po prostu nie odnajdzie się w tym zawodzie.”

Katarzyna Dowbor



14 dni  
ROZRYWKA

miasto spotkań

historii  
zajeżdźnia

miasto spotkań

NA  
ŻYWO



Na Placu Wolności we Wrocławiu wystąpi m.in. Alicja Szemplińska.

KONCERT

# Gwiazdy popu i opery

Ostatniego dnia czerwca na Placu Wolności we Wrocławiu odbędzie się kolejna edycja widowiska „Wrocław Przyszłości”. Na scenie pojawią się m.in. Alicja Szemplińska, Edyta Górniak, Andrzej Piaseczny i Ralph Kaminski. Gościem specjalnym będzie kontratenor Jakub Józef Orliński – jeden z najbardziej rozpoznawalnych polskich śpiewaków, zdobywca wielu pre-

stiżowych nagród, występujący na największych scenach świata, m.in. w mediolańskiej La Scali. Gwiazdom towarzyszyć będą Tarkowski Orkiestra oraz Akademicki Chór Politechniki Wrocławskiej. Całość poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny. **MJ**

WROCŁAW PRZYSZŁOŚCI  
2026 **WT 30.06**  
**godz. 19.55** POLSAT



Wrocławski koncert poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny.



Śpiewak  
Bryn Terfel.

Filharmonicy Wiedeńscy znani są na całym świecie.

MUZYKA POWAŻNA

# Uczta dla melomanów

Po raz 23. w ogrodach pałacu Schönbrunn w Wiedniu odbył się „Summer Night – koncert Schönbrunn 2026”. Filharmonicy Wiedeńscy wystąpili pod dyrekcją Lorenzo Viottiego, a gościem specjalnym był Bryn Terfel. Walijski bas-baryton jest synem rolnika i od najmłodszych lat uwielbiał muzykę. Przyjaciół rodziny nauczył go śpiewać, zaczynając od tradycyjnych pieśni walijskich. Po wygranym wielu konkursów wokal-

nych Terfel przeprowadził się do Londynu, gdzie rozpoczął naukę śpiewu operowego. W jego wykonaniu usłyszymy arie z „Mefistofelesa” Boita i „Falstaffa” Verdiego, finał ze „Złota Renu” Wagnera oraz pieśń Tewjego ze „Skrzypka na dachu”. **MJ**

SUMMER NIGHT  
– KONCERT SCHÖNBRUNN  
2026 **PT 26.06**  
**godz. 23.25** TVP 2

INFORMACYJNY

# Świętują z widzami

ODCINEK  
SPECJALNY

Bartosz Cebęko, Aleksandra Kostrzewska, Maciej Orłoś i reszta ekipy zapraszają do TVP 1, TVP Info i TVP VOD.



W połowie lat 80. Józef Węgrzyn, ówczesny szef Warszawskiego Ośrodka Telewizyjnego, wraz ze współpracownikami wymyślił nowy program, w którym informacje miały być podawane w krótkiej, zwartej formie, a kiedy okoliczności na to pozwolą – z uśmiechem i mrugnięciem okiem do widza. „Teleexpress” na antenie zadebiutował 26 czerwca 1986 roku i do dziś gro-

madzi ponad milionową widownię. Jubileusz będziemy świętować m.in. podczas odcinka specjalnego. Pojawiają się w nim m.in. materiały archiwalne i wypowiedzi gwiazd, które zdradzą, z czym kojarzy im się ten program... Na tym nie koniec niespodzianek! **JK**

TELEEXPRESS  
**PT 26.06 godz. 17.00** TVP 1

**WIDOWISKO**



# Kochać to nie znaczy zawsze to samo

I śpiewać o miłości można też na wiele sposobów. Dlatego do udziału w koncercie otwierającym tegoroczny Malta Festival zaproszono artystów reprezentujących różne wrażliwości, ale i różne gatunki muzyczne. Na scenie spotkają się m.in. Anita Lipnicka, Natalia Kukulka, Natalia Przybysz, Anna Maria Jopek, Natalia Szroeder, Grzegorz Turnau, Jakub Józef

Orliński, Krzysztof Zalewski oraz Ralph Kaminski. Wokalistom towarzyszy poznańska orkiestra CoOperate. Koncert na żywo 21 czerwca obejrzała widownia zgromadzona nad Jeziorem Maltańskim; a pozostali mogą liczyć na retransmisję w TVN tydzień później. **JK**

**ZA MIŁOŚĆ!**  
**ND 28.06 godz. 21.40 TVN**

**KONCERT**

## Muzyka dla zdrowia

Jedynka pokaże wyjątkowy koncert, który zainaugurował obywatel, który w dniach 22-24 czerwca we Wrocławiu „Re\_Mind – Kongres i Festiwal Psychologiczny”. W zabytkowej Hali Stulecia artyści w autorski sposób wyrazili własne refleksje na temat wymiany myśli z drugim człowiekiem, ludzkich emocji i doświadczeń. Mela Koteluk (zdj.), Natalia Przybysz, WaluśKraksaKryzys oraz inne gwiazdy zaprezentowali utwory wyrażające ich zaangażowanie



w tematykę zdrowia i dobrostanu psychicznego – tematów kluczowych dla całego festiwalu. Koncert poprowadziła Gabi Drzewiecka. **EGP**

**RE\_MIND. CHCĘ TO POWIĘDZIEĆ PO 29.06 godz. 20.30 TVP 1**

**KONCERT**

## Artystyczne eksperymenty



**NA ŻYWO**

Jak co roku pod koniec czerwca (25-28.06) Rzeszów staje się europejską stolicą kultury, w której artyści ze wschodniej Europy wspólnie eksperymentują ze sztuką. W mieście odbywać się będą koncerty, a najważniejszy z nich – koncert główny – pokaże TVP Kultura. Otworzy go pochodzący z Rzeszowa zespół Pectus. Po nich na scenie pojawią się niezwykle duety muzyczne. I tak Bovska wystąpi z Jerry Heil z Ukrainy, Ralph Kaminski z francusko-amerykańskim duetem Faux Real, a Mary Spolsky (zdj.) zaśpiewa z Tamadą z Gruzji. **EGP**

**WSCHÓD KULTURY – EUROPEJSKI STADION KULTURY 2026 PT 26.06 godz. 21.15 TVP KULTURA**

REKLAMA

# POWIEDZ „NIE” CIĘŻKIM NOGOM



Pani Maria podczas wizyty u swojej przyjaciółki Zosi, zauważyła, że ta porusza się z imponującą łatwością, pomimo że wcześniej często narzekała, że czasami nie może wstać nawet z łóżka. Utrudnione były tak proste czynności jak chodzenie czy wejście po schodach. Zaintrygowana zapytała co takiego stosuje Zosia. Ta z uśmiechem pokazała jej nowy krem z apteki **Kolastaw**.

Bardzo bogaty skład w tym np. kwas hialuronowy, kolagen, elastyna, żywokost czy olejek CBD, bardzo zaciekał Panią Marię i postanowiła sama spróbować. Już po krótkim czasie poczuła różnicę zupełnie jak Zosia! W końcu mogą razem chodzić na ulubione spacerunki z kijkami. Teraz z dumą obie polecają **Kolastaw** bliskim, wiedząc, że naprawdę pomaga przy wszelkim dyskomforcie!

### Nowoczesny krem kolagenowo-hialuronowy z Apteki

Produkt Kolastaw otrzymał prestiżowy tytuł Superproduktu Świata Kobiety 2024, przyznany przez jury tego miesięcznika



zawiera **PONAD 250 SUBSTANCJI** biologicznie aktywnych!

### »»» Dobre wchłanianie, szybkie działanie! »»»

- ✓ **Usuwa/zmniejsza obrzęki i opuchnięcie\***
- ✓ **Daje ulgę zmęczonym nogom\***
- ✓ **Zmniejsza widoczność zmian naczyniowych, tzw. „pajączków”\*\***
- ✓ **Łagodzi uczucie dyskomfortu skóry suchej\***
- ✓ **Jest wydajny w użyciu**
- ✓ **Poprawia kondycję skóry nóg\***



### Dostępny w Aptekach i Zielarniach

Kolastaw jest dostępny w Aptekach i Zielarniach. Możesz go także zamówić telefonicznie **+48 123 510 861** z dostawą do domu lub przez stronę internetową **WWW.NOVAFARM.COM.PL**. Specjalna zniżka z kodem: **KOLASTAW\*\***

\*badania aplikacyjne: <https://novafarm.com.pl/badania-aplikacyjne/>, \*\*zniżka obowiązuje tylko przy zamówieniach telefonicznych i na stronie. Novafarm tel: 616 350 824, [www.novafarm.com.pl](http://www.novafarm.com.pl) ul. Tadeusza 1, 43-382 Bielsko-Biała

14 dni  
SERIALE

Jaka tajemnica  
z przeszłości łączy  
Reese'a i Tristana?

MEDYCZNY

# Kochanek z przeszłości?

NOWY  
SEZON

SkyMed rozszerza usługi ewakuacji medycznej na nowy obszar. Dodatkowo do zespołu dołączają nowi członkowie załogi lotniczej – pilot Reese (Ryan Ali) o pseudonimie Skippy oraz ratowniczką medyczną z Ontario, Stef (Sydney Kuhne). Szczególnie postać Skippy'ego wprowadzi chaos w życie uczuciowe bohaterów, kiedy mężczyzna pocałuje na powitanie Tri-

stana (Kheon Clarke)! Natomiast Hayley (Natasha Calis) po tragicznej diagnozie zgodzi się na wykonanie podwójnej mastektomii. Prawdę o operacji zachowa jednak w tajemnicy przed kolegami ze SkyMed... Serial można obejrzeć także na SkyShowtime! **PM**

SKYMED 2 CZ 2.07  
godz. 15.35 FX



Do zespołu dołącza także bezkompromisowa i pewna siebie ratowniczka medyczna Stef.

KRYMINALNY

# Pięknie i niebezpiecznie

PREMIERA

Serial doczekał się już siedmiu sezonów!

Stanowisko komendanta na Martyrnice obejmuje Méliissa Sainte-Rose (Sonia Rolland). Szybko przekonuje się, że mimo egzotycznych krajoobrazów Karaibom daleko do rajów – czekają na nią mroczne zbrodnie, trudne śledztwa i... współpraca z Gaëlle (Béatrice de la Boulaye), która od nowej przełożonej różni się absolutnie wszystkim, w tym swoim podejściem do obowiązków funkcjonariusza. Muszą jednak połączyć siły, żeby odnaleźć

W sobotę obejrzymy dwa odcinki pierwszej serii.

zabójców 17-latkę, której zwłoki znaleziono na jednej z plaż. Wkrótce przyjdzie im zmierzyć się z kolejną sprawą – tym razem dotyczącą makabrycznego odkrycia dokonanego przez rybaków. **JK**

ZABÓJCZE TROPIKI SO 4.07  
godz. 20.00 ROMANCE TV

BIOGRAFICZNY

# Śledztwo królowej

OD 1.  
ODCINKA



Monarchini Beatrycze poleciła prześwietlić historię rodziny partnerki jej syna.

Sewilla, kwiecień 1999 roku. Na przyjęciu u wspólnych znajomych spotykają się Argentynka Maxima Zorreguieta (Delfina Chaves) i księżę koronny Niderlandów Wilhelm-Aleksander (Martijn Lakemeier). Postanawiają kontynuować znajomość, która wkrótce przeradza się w głębsze uczucie. Po pewnym czasie monarcha zaprasza ukochaną do Hagi, by przedstawić ją swoim

rodzicom. Maxima jest zadowolona z tej wizyty. Nie ma pojęcia, że królowa Beatrycze (Elsie de Brauw) poleciła zbadać historię jej rodziny... Ten serial biograficzny został oparty na powieści Marcii Luyten z 2022 roku, która opisała życie obecnej królowej Niderlandów. **BD**

MAXIMA. DROGA NA TRON ND 28.06 godz. 17.15 TVP 2

KRYMINALNY

OD 1.  
ODCINKA



## Niebezpieczna gra

Stadion Dziesięciolecia to nie tylko targowisko, ale też królestwo mafii, haraczy i brutalnych porachunków. Gdy dochodzi tam do krwawej egzekucji związanej z działalnością gangstera Saïda, do akcji rusza pięciu policjantów z wydziału zabójstw. To impulsywny Despero (Marcin Dorociński), nieprzekupny Gebels (Andrzej Grabowski), błyskotliwy, lecz nadużywający alkoholu Metyl

(Krzysztof Stroński), doświadczony Benek (Janusz Gajos) i najmłodszy w zespole Nielat (Rafał Mohr). Każdy wnosi do śledztwa inne umiejętności. Sprawa nabiera tempa, gdy z Moskwy przybywa tajemniczy Wor. Chce wyręczyć się policją i wyeliminować z gry Saïda...

MAM

PITBULL WT 30.06  
godz. 23.25 TVP 2

KRYMINALNY

## Hrabia w policji

OD 1.  
ODCINKA



Różnią się jak ogień i woda. Tommy Lynley (Leo Suter) to błyskotliwy detektyw, który w środowisku policyjnym jest outsiderem ze względu na swoje arystokratyczne pochodzenie. Jego partnerka, sierżantka Barbara Havers (Sofia Barclay), jest bepośrednia, niezależna i wywodzi się z rodziny robotniczej. A jednak łączy ich podobne poczucie sprawiedliwości. Dzięki jej niezawodnemu instynktowi oraz jego wiedzy i analitycznemu umysłowi stanowią zgrany, skuteczny duet, który rozwiązuje zagadki

w fikcyjnym hrabstwie Three Counties w Norfolk. Brytyjski serial jest adaptacją powieści kryminalnych Elizabeth George.

EGP

LYNLEY PT 26.06  
godz. 21.00 BBC FIRST

BIOGRAFICZNY

## Triumf mimo tragedii

OD 1.  
ODCINKA



Sukces miał dla niej gorzki smak.

Anna German zachwycała głosem, ale jej życie było równie niezwykle jak kariera. Serial Waldemara Krzystka opowiada historię artystki od trudnego dzieciństwa naznaczonego wojną po lata międzynarodowej sławy. Widzowie zobaczą triumfy wokalistki na scenach całej Europy i przypomną sobie jej wielkie przeboje („Wróć do Sorrento”, „Tańczące Eurydyki”). Twórcy pokazują również dramatyczną walkę o powrót do zdrowia po wypadku we Włoszech. W roli głównej dobrze wypada Joanna Moro, a scenografia i kostiumy wiernie oddają realia epoki. MAM

ANNA GERMAN. TAJEMNICA BIAŁEGO ANIOŁA ND 5.07  
godz. 20.00 KINO POLSKA

MORWA BIAŁA

## Obniżyłam poziom cukru we krwi



Pani Krystyna odkryła u siebie podwyższony poziom cukru we krwi. Na szczęście córka poleciła mamie produkowany w Skandynawii **Zuccarin**, który pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi.

Pani Krystyna, wiele lat pracowała w służbie zdrowia. Na emeryturze nadal prowadzi aktywny tryb życia. Kiedy badania wykazały, że ma podwyższony poziom cukru we krwi przestraszyła się.

Na szczęście, córka, zachęciła mamę do wypróbowania tabletek **Zuccarin**. Preparat ten zawiera dużą dawkę wyciągu z liści morwy białej oraz chrom i pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi. Po pewnym czasie poziom cukru powrócił do normy.

„W trakcie przyjmowania tabletek **Zuccarin** mój poziom cukru obniżył się.”

Pani Krystyna pamięta smak owoców morwy z dzieciństwa, zrywała je prosto z drzewa w pięknym ogrodzie rodziców. Cała rodzina cieszyła się ich smakiem, nie znając ich zdrowotnych walorów.

Teraz opowiada znajomym: „Wcześniej próbowałam innych suplementów diety zawierających wyciąg z morwy, jednak tylko kupiony w aptece **Zuccarin** mi pomógł. Nadal go stosuję i nie muszę przestrzegać rygorystycznej diety. **To najlepsze co mogłam zrobić dla siebie!**”

## Liście morwy - przełom!

Wyciąg z liści morwy może stabilizować poziom cukru we krwi, powstrzymując wchłanianie cukrów z węglowodanów. Jedna tabletką zażyta przed posiłkiem pomaga kontrolować poziom cukru we krwi, apetyt na słodkie potrawy oraz wagę.



Wysoka, standaryzowana na 2% DNJ zawartość ekstraktu z morwy białej – 400 mg w tabletkach Zuccarin – twoja gwarancja wysokiej jakości i efektywności.

★★★★★

### Produkt Roku 2025 wg ŚWIATA FARMACJI

w kategorii  
„Preparaty obniżające poziom cukru”  
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

## Zapytaj o Zuccarin™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny w aptekach i na [www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl) w opakowaniach 60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.

W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.

Kod BLOZ 8101001ułatwi zamówienie produktu.



[www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl)  
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



SUPLEMENT DIETY



Maja Chwalińska w maju podbiła Paryż. Jak spisze się w Londynie?

W ubiegłorocznym finale Iga Świątek nie oddała Amandzie Anisimovej żadnego gema.

# Polskie akcenty

**S**tartuje trzecia wielkoszlemowa impreza w tym sezonie. W rywalizacji kobiet tytułu mistrzowskiego broni Iga Świątek. Polka przygotowywała się do tego wyzwania, trenując na Majorce. W planach miała też występ w Bad Homburg Open. Powtórzyła więc sprawdzony schemat sprzed roku. Nową drogą kroczy zaś Maja Chwalińska. Finalistka French Open znalazła się w głównej drabince Wimbledonu dzięki dzikiej karcie przy-

znanej przez organizatorów. Otrzymała ją jako jedyna singlistka spoza Wielkiej Brytanii. W stolicy Anglii rówieśniczka Świątek zmierzy się z presją wyniku, jakiej nie doświadczyła na kortach Rolanda Garrosa. Do tego rywalki będą znacznie lepiej przygotowane do starć z nią. W Wimbledonie zagrają również Magda Linette i Magdalena Fręch. W turnieju mężczyzn natomiast wystąpią Hubert Hurkacz oraz Kamil Majchrzak. Wrocławianin w po-

łowie czerwca wypadł z najlepszej setki rankingu ATP. W Londynie postara się przypomnieć o sobie całemu tenisowemu środowisku. Majchrzak z kolei zamierza potwierdzić, że niedawny triumf w Libéma Open, pierwszy w głównym cyklu ATP Tour w jego karierze, nie był jednorazową eksplozją formy.

TURNIEJ WIMBLEDON  
PO 29.06 godz. 14.30  
POLSAT SPORT 1

## PIŁKA NOŻNA

### Kto będzie liderem?

Norwegowie przeszli eliminacje jak burza. Zdobyli komplet punktów, do tego strzelili najwięcej goli ze wszystkich europejskich drużyn – aż 37 w 8 meczach. Na początku mundialu potwierdzili dobrą skuteczność – pokonali 4:1 Irak. Wszystko wskazuje na to, że z Francją, która rozpoczęła MŚ od wygranej z Senegalem 3:1, będą się bić o pierwsze miejsce w grupie I. Zwycięzca tej batalii w 1/16 finału trafi na jedną z drużyn, które wywalczyły awans z trzeciego miejsca. Zarówno Wikingowie, jak i wicemistrzowie świata będą zdeterminowani, by ułatwić sobie życie na starcie fazy pucharowej.

NORWEGIA – FRANCJA  
PT 26.06 godz. 20.50 TVP 1

## KOLARSTWO



Tadej Pogačar może wygrać Wielką Pętlę trzeci raz z rzędu.

Michał Kwiatkowski ma w CV dwa etapowe zwycięstwa w TdF.

# Pojedynek gigantów

113. odsłona Wielkiej Pętli rozpocznie się drużynową jazdą na czas po ulicach Barcelony. Trzeci raz w historii TdF kolarze zainaugurują wyścig poza Francją. Natomiast po raz pierwszy od 55 lat zrobią to, rywalizując w zespołowej czasówce. Po trzech tygodniach i przejechaniu blisko 3334 kilometrów peleton zakończy zmagania na Polach Elizejskich w Paryżu. W sześciu ostatnich edycjach dwa najwyższe miejsca na podium okupowane były przez

Tadeja Pogačara i Jonasa Vingegaarda. W tym czasie Słoweniec wygrał cztery razy, a Duńczyk dwa. Obaj także w trwającym sezonie prezentują znakomitą formę. Czy w tym roku w stolicy Francji zobaczymy kogoś innego na najwyższym stopniu podium? Po raz jedenasty w swojej karierze na starcie Tour de France stanie Michał Kwiatkowski.

TOUR DE FRANCE SO 4.07  
godz. 16.45 EUROSPORT 1

## KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

### Przedłużyć passę



Do końca tej fazy eliminacji przyszłorocznych mistrzostw świata Biało-Czerwonym pozostały jedynie dwa mecze. Jednak bez względu na ich wynik awansują oni do kolejnej rundy. W poprzednich starciach w trwających kwalifikacjach Polacy spisali się bowiem fenomenalnie. Zanotowali komplet zwycięstw w czterech spotkaniach, co dało im prowadzenie w tabeli grupy F. W poprzednim meczu z reprezentacją Austrii podopieczni Igora Milicicia wygrali w Gdyni 90:78. Znakomite zawody w szeregach Polski rozegrał wówczas Jerrick Harding, który zdobył trzydzieści dwa punkty i zanotował pięć asyst.

AUSTRIA – POLSKA  
PT 3.07 godz. 17.50 TVP 3



## PIŁKA NOŻNA

### Ostatnia szansa

Po mundialu w Katarze wydawało się, że to już kres marzeń Cristiano Ronaldo o wywalczeniu tytułu mistrza świata i czeka go piłkarska emerytura w Arabii Saudyjskiej. CR7 jednak nie spoczął na laurach. W ubiegłym roku razem z kolegami wygrał Ligę Narodów, co rozbudziło w sercach Portugalczyków nadzieję na sukces na mundialu. By ją urzeczywistnić, podopieczni Roberta Martineza muszą grać o wiele lepiej niż w remisowanym 1:1 meczu z Demokratyczną Republiką Konga na starcie rywalizacji w grupie K. Zmagania w tej fazie turnieju zakończą bojem z Kolumbią.

KOLUMBIA – PORTUGALIA  
SO/ND 27.06 godz. 1.20 TVP 1

**DOKUMENTALNY**

## Władczynie mórz

Program skupia się na losach kobiet, które udowodniły, że na morzu potrafią być równie bezwzględne, odważne i bezkompromisowe jak mężczyźni. Jedną z nich jest Marie-Anne Dieu-le-Veut. Na temat tej bohaterki krążyło wiele opowieści i legend. Według jednej z nich poznała pirata Laurensa de Graafa w zaskakujących okolicznościach. Po ślubie towarzyszyła mu w morskich podbojach. Jej dzieje zainspirowały żyjącą na przełomie XVII i XVIII wieku Mary Read. Ta angielska piratka chętnie przebiegała się za mężczyznę.

**KOBIETY POD PIRACKĄ BANDERĄ PT 26.06 godz. 20.00**  
POLSAT VIASAT HISTORY HD



REKLAMA

**DOKUMENTALNY**



## Śladami ukrytych skarbów

Dziesiąte, jubileuszowe wydanie lubianego programu. Prowadzący po raz kolejny wybiorą się w podróż przez Polskę, zaglądając do rzadko uczęszczanych miejsc. Wyruszą z południowej Wielkopolski, będą eksplorować dzikie pomorskie wrzosowiska i malownicze doliny rzek, ponadto zajrzą na śląskie pogranicze i zdobędą beskidzkie szczyty. Każdy odcinek to inna histo-

ria, która zostanie ukazana z lotu ptaka. Ujęcia kręcone przy użyciu drona zobrazują nieuchwytnie piękno przyrody. Twórcy zajrzą do zakątków ukrytych z dala od głównych szlaków i podążą śladami wielkich, ale też lokalnych, często zapomnianych wydarzeń.

**POLSKA Z GÓRY 10 PO**  
29.06 godz. 18.40 PLANETE+

**DOKUMENT**

## Dramat pod ziemią



W czerwcu 2018 roku w Tajlandii dwunastu nastoletnich piłkarzy wraz ze swoim trenerem zwiędzało słynny kompleks jaskiń Tham Luan. Turycy zostali uwięzieni w środku przez powódź, którą wywołały ulewne deszcze. Rozpoczęła się trwająca wiele dni, międzynarodowa akcja ratunkowa w zalanym wodą, podziemnym labiryncie. Relacjonowały ją media z całego świata. Dokumentaliści przedstawiają szczegółową analizę tej dramatycznej walki z potężnymi siłami natury, które wymknęły się spod kontroli.

**POZA KONTROLĄ:**  
TAJLANDIA, UWIĘZIENI  
W JASKINI THAM LUANG SO  
27.06 godz. 23.00 FOKUS TV

## Bogactwo szalwii!

Oryginalne, wielokrotnie wyróżnione, znane na świecie są cukierki szalwiowe firmy Reutter!

- ✓ Wspomagają funkcjonowanie gardła i krtani.
- ✓ Odświeżają śluzówkę jamy ustnej, gardła, górnych dróg oddechowych.
- ✓ Zawierają wysokiej jakości składniki.
- ✓ Cukierki szalwiowe firmy Reutter w milionach ust na świecie.
- ✓ Dla całej rodziny!

Reutter ponad 100 lat zaufania!

PRODUKT ROKU: 2006 2007 2008 2009 2010 2011 2012 2013 2014 2015 2016 2017 2018 2019 2020 2021 2022 2023 2024



## Natura ma rację!

Współczesna medycyna wciąż wykorzystuje tradycyjne receptury.

Rośliny mają moc! Głóg na przykład wspomaga pracę serca i reguluje krążenie krwi. Cukierki głogowe z ekstraktem z liści i kwiatów głogu wiodącej firmy Reutter zostały wyróżnione przez Fundację Rozwoju Kardiologii w Zabrze.

Dostępne w aptekach i zielarniach.



## SERCE LUBI GŁÓG!

Głóg stosowały nasze babcie – poznajmy go i my.

Dbaj o serce i miej pod ręką Cukierki Głogowe firmy Reutter zawierające wysokiej jakości naturalny ekstrakt głogu. Producentem ich jest znana z wysokiej jakości i solidności renomowana niemiecka firma Reutter. Reutter jest pionierem wielu ziołowych cukierków zawierających naturalne wyciągi, m.in. cu-

kierków głogowych, pokrzywowych, szalwiowych, aloesowych i wielu innych. Specjaliści z Fabryki Reutter już od ponad stu lat dostarczają produkty powstające na bazie oryginalnych, sprawdzonych receptur opartych na naturalnych składnikach. Ich dobroczynne wspomaganie wynika z połączenia do-

świadczenia ekspertów, dbałości o najwyższą jakość oraz wykorzystania roślinnych wyciągów. Cukierki Głogowe-Reutter to oryginały, a nie kopie. Wielokrotnie wyróżniane, renomowane wyroby spod znaku Reutter są polecane przez farmaceutów i dostępne w aptekach oraz sklepach zielarsko-medycznych.

Irytujący szum w uszach?

# Teraz w końcu doceniam ciszę...



Jan jest na emeryturze. Obecnie wraz z żoną jest pochłonięty odnawianiem mieszkania, w wolnym czasie chodzi na ryby i gra w siatkówkę.

„Problemy z uszami zaczęły się jakiś czas temu. Często miałem wrażenie, że jestem w centrum głośniego miasta, podczas gdy znajdowałem się na wiejskiej łące. Zaniedbałem ochronę moich uszu.” – powiedział Jan.

## TONE™ POTĘGA SŁUCHU

Po rozpoczęciu przyjmowania tabletek **Tone**, Jan zauważył różnicę. Lepiej słyszał ponieważ **Tone** zawiera ekstrakt z miłorzębu japońskiego, który przyczynia się do poprawy słuchu. Czasem, kiedy jest zmęczony lub zdenerwowany, słyszy tylko lekki szum w uszach.

## DOCENIĆ CISZĘ

„Teraz w końcu mogę docenić ciszę.” – powiedział Jan.

„Czuję ten szczególny spokój, jak nad morzem o wschodzie słońca. Również reklamy przestały być dla mnie irytujące i za głośnie, jak wcześniej.”

– stwierdził Jan, chwając Tone!



Milorzáb

Wyprodukowany w Skandynawii suplement diety **Tone**, zawiera **naturalne składniki: minerały, witaminy oraz wyciągi roślinne, a zwłaszcza miłorzáb** pomagający w prawidłowym funkcjonowaniu ucha wewnętrznego. O słuch możemy zadbać poprawiając mikrokrążenie w uchu wewnętrznym oraz utrzymując równowagę elektrolitów – zdolność organizmu do przewodzenia impulsów elektrycznych, szczególnie istotną dla słuchu.



Ucho wewnętrzne

## Produkt Roku 2024 wg ŚWIATA FARMACJI

w kategorii „Preparaty wspierające słuch” na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Dostępny w aptekach i na [www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl) w opakowaniach 60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek. W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.

Kod BŁOZ 8255901 ułatwi zamówienie produktu.



[www.newnordic.pl](http://www.newnordic.pl)  
tel.: +48 22 212 54 10

New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.



poleca

## FILMOWE HITY DNIA



19.55 POLSAT

## Piraci z Karaibów: Na nieznanym wodach

**PRZYGODOWY** Ekscentryczny korsarz wyrusza na poszukiwania Fontanny Młodości. Ma rywali.

Awanturnik Jack Sparrow (Johnny Depp, zdj.) zostaje pojmany i przewieziony przed oblicze Jerzego II (Richard Griffiths). Władca żąda, aby wraz z kapitanem Barbossą (Geoffrey Rush) odnalazł legendarną Fontannę Młodości. Przebiegły pirat ucieka. Spotyka dawną miłość, Angelicę (Penélope Cruz), i pomaga jej zbiec przed brytyjskimi żołnierzami. Wkrótce budzi się na pokładzie statku ojca dziewczyny, Czarnobrodego (Ian McShane, zdj.). On również pragnie dotrzeć do źródła.

**INFO:** USA 2011, reż. Rob Marshall, wyk. Johnny Depp, Astrid Bergès-Frisbey 180 min do godz. 22.55



20.00 TVN

## Strzelec

**DRAMAT SENSACYJNY** Snajper Bob Lee Swagger (Mark Wahlberg, zdj.), na zlecenie agentów CIA, ma wysledzić człowieka, który planuje zamach na prezydenta. Zostaje wrobiony w zabójstwo arcybiskupa. 170 min

USA 2007, reż. Antoine Fuqua, wyk. Mark Wahlberg, Michael Pena, Danny Glover



20.00 TVN 7

## Miłosny bestseller

**KOMEDIA** Pisarz Henry (Sam Claflin, zdj.) dowiaduje się, że jego powieść stała się hitem w Meksyku. Na miejscu odkrywa, że tłumaczka Maria (Verónica Echegui, zdj.) zmienia jego nudną prozę w erotyk. 140 min

Meksyk/Wlk. Bryt. 2022, reż. Analeine Cal y Mayor, wyk. Sam Claflin, Verónica Echegui



22.05 TV4

## Stan obłączenia

**THRILLER** Nowy Jork paraliżują zamachy. Sytuację usiłuje opanować szef sił specjalnych Hubbard (Denzel Washington, zdj.). Akcję komplikuje słynący z brutalnych metod generał Devereaux (Bruce Willis). 145 min

USA 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis



22.50 TVN

## Epidemia strachu

**THRILLER SF** Po powrocie z Hongkongu do USA umiera żona Mitcha Emhoffa (Matt Damon, zdj.), Beth (Gwyneth Paltrow). Lekarze nie potrafią postawić diagnozy. Wkrótce planetę ogarnia pandemia. 125 min

USA/ZEA 2011, reż. Steven Soderbergh, wyk. Matt Damon, Kate Winslet, Jude Law

REKLAMA

**TVP 1 TVP 1** **DVB T2**

- 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny
- 7.30 **Welon, fura i brawura** (4)
- 8.00 **Serwis Info** – program informacyjny
- 8.10 **Pogoda Info**
- 8.15 **Czterdziestolatek** (20) – obycz., Pol.
- 9.20 **Rancko 6** (66) – serial obycz., Pol. 2012
- 10.15 **Komisarz Alex 6** (74) – serial krym.
- 11.05 **Ojciec Mateusz 14** (183) – krym., Pol.
- 12.00 **Serwis Info** – program informacyjny
- 12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
- 12.30 **Agropogoda**
- 12.40 **Magazyn rolniczy**
- 12.55 **Natura w Jedyne: Ukryte cuda europejskiej przyrody** (3) – dok., Hol.
- 14.00 **Złoty chłopak** (321) – serial obycz.
- 15.00 **Serwis Info** – program informacyjny
- 15.10 **Pogoda Info**
- 15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1054) – telet.
- 16.00 **Dziedzictwo** (960) – serial obycz.
- 17.00 **Telexpress, pogoda**
- 17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
- 18.05 **Reportery** – magazyn reporterów
- 18.25 **Akacjaowa 38** (899) – telen., Hiszpania
- 19.30 **Program informacyjny 19.30**
- 19.55 **Pytanie dnia** – program publicyst.
- 20.10 **Sport, pogoda**
- 20.25 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

**PIŁKA NOŻNA**



- 20.50 **Mistrzostwa świata 2026** – mecz LIVE grupy I: Norwegia – Francja
- Hit trzeciej serii spotkań w fazie zasadniczej, który może okazać się meczem o pierwsze miejsce w grupie I. Obie drużyny dobrze rozpoczęły mundial. Norwegowie pokonali Irak 4:1, a Francuzi – Senegal 3:1. 160 min
- 23.30 **Pułapka** – film sensacyjny, Polska 1997, reż. Adek Drabiński, 130 min
- 1.40 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio
- 1.50 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz grupy H: Urugwaj – Hiszpania
- 4.25 **Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst.
- 4.40 **Pytanie dnia** – program publicyst.

**TVP 2 TVP 2** **DVB T2**

- 4.35 **Na dobre i na złe** (896) – serial obyczajowy, Polska 2023
- 5.30 **M jak miłość** (1782) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 **Anna Dymna – spotkajmy się** – talk-show
- 6.55 **Barwy szczęścia** (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.30 **Operacja zdrowie** (72) – magazyn medyczny
- 12.00 **Rodzinka.pl** (24) – serial kom., Polska
- 12.35 **Kolo fortuny** (1871) – teleturniej
- 13.15 **Panna młoda** (130) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 **Va banque** (998) – teleturniej
- 14.35 **Na sygnale** (863) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
- 15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (420) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
- 16.00 **Kolo fortuny** (1872) – teleturniej
- 16.35 **Familiada** – teleturniej
- 17.20 **Panna młoda** (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 **Va banque** (999) – teleturniej
- 18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
- 19.25 **Barwy szczęścia** (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026

**KOMEDIOWY**



- 20.05 **Rodzinka.pl** (296) – Polska 2025
- Paula w końcu poznaje Sonię. Między dziewczynkami dochodzi do ostrej wymiany zdań. Kacper wspiera Kubę podczas kłótni z rodzicami. Natalia odkrywa marzenia męża i nie kryje rozczarowania jego planami. 35 min
- 20.40 **Lato z Radiem i Telewizją Polska** – widowisko, Polska 2026
- 22.45 **To jest grane – wakacyjnie** (94) – program muzyczny
- 23.25 **Summer Night – koncert Schönbrunn 2026** – koncert, Austria
- 1.15 **Ania** – film dokumentalny, Polska 2022
- 2.55 **Akacjaowa 38** (412) – telen., Hiszpania
- 3.45 **Rodzinka.pl** (182) – serial kom., Polska

**POLSAT** **DVB T2**

- 4.55 **Disco Gramy** – program muzyczny
- 5.40 **Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 **halo tv polsat** – magazyn
- 11.30 **Gliniarze** (854, 855) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 **Dlaczego ja?** (1484, 1485) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- Seniorka Antonina jest gotowa oddać oszustom oszczędności. Narzeczoną jej wnuczki Marii demaskuje przekręt. Kiedy wydaje się, że niebezpieczeństwo minęło, celem kolejnego podstęp-u staje się sama Maria. 130 min
- 15.50 **Wydarzenia, pogoda**
- 16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
- 16.40 **Gliniarze** (1051, 1052) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- ABN przeprowadza nalot na mieszkanie Natalii. Oficerom zależy na zatrzymaniu Filipa, jej życiowego partnera. Mężczyzna jednak ucieka i zabiera ze sobą Antosia. Rozpoczyna się wyścig z czasem. Detektywi próbują odnaleźć syna policjantki. 130 min
- 18.50 **Wydarzenia**
- 19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.30 **Sport, pogoda**

**PRZYGODOWY**



- 19.55 **Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach** – USA 2011, reż. Rob Marshall
- Czwarta odsłona perypetii morskich awanturników z popisową kreacją Johnny'ego Deppa (zdj.). Do obsady dołączyła laureatka Oscara Penélope Cruz („Vicky Cristina Barcelona”) oraz Ian McShane – gwiazda seriali „Deadwood” i „Amerykańscy bogowie”. 180 min
- 22.55 **Van Helsing** – horror s.f., USA/Czechy 2004, reż. Stephen Sommers, 170 min
- 1.45 **Pierwszy śnieg** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, 155 min
- 4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa** (127) – program rozrywkowy

**TVN** **DVB T2**

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1680) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 **Kuchenne rewolucje** (11) – program rozrywkowy
- 7.45 **Dzień Dobry TVN** – magazyn
- 11.25 **Kuchenne rewolucje** (4, 8) – program rozrywkowy
- 13.40 **Ukryta prawda** (1665, 1666, 1715) – serial paradokumentalny, Polska
- 16.50 **Szpital św. Anny** (55) – serial obyczajowy, Polska 2025
- Matka Tomka oferuje Marcie pomoc w schwytaniu prześladowcy. Ratownicza jest mile zaskoczona. Zosia i Filip są gotowi do przeprowadzki do Berlina, ale ich plany ulegają zmianie po telefonie z pogotowia opiekuńczego. 65 min
- 17.55 **Detektywi** (179) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
- Sledczy przyjmują zlecenie od mężczyzny, który wątpi, że jego siostra popełniła samobójstwo. Dziewczyna miesiąc temu wróciła z leczenia odwykowego, a feralny wieczór spędziła w towarzystwie narzeczonej brata. Obie często się kłóciły. 65 min
- 19.00 **Fakty, sport i pogoda**
- 19.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów

**DRAMAT SENSACYJNY**



- 20.00 **Strzelec** – USA 2007, reż. Antoine Fuqua
- Godne polecenia kino akcji. Film powstał na podstawie bestsellerowej powieści zdobywcy Nagrody Pulitzera, Stephena Huntera. Za kamerą stanął Antoine Fuqua, twórca „Dnia próby” i „Bez litości”. 170 min
- 22.50 **Epidemia strachu** – thriller s.f., USA/ Niemcy 2002, reż. Steven Soderbergh, 125 min
- 0.55 **Posejdon** – film katastroficzny, Japonia/USA 2006, 130 min
- 3.05 **Kuba Wojewódzki** (10) – talk-show
- 4.10 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.25 **Szpital św. Anny** (123) – obycz., Pol.

**TV4** **DVB T2**

- 6.00 **Strażnik Teksasu** (14, 15) – serial sens.
- 7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (141) – reality show
- 8.55 **Policjantki i Policjanci** (490, 491) – serial obyczajowy, Polska 2018
- 10.55 **Na ratunek 112** (1148, 1149) – paradok.
- 11.55 **Dlaczego ja?** (1577, 1518) – paradok., Pol.
- 13.55 **Trudne sprawy** (921-923) – paradok., Pol.
- 16.55 **Policjantki i Policjanci** (1389) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 18.00 **Lowcy skarbów. Kto da więcej?** (484) – reality show, Polska
- 19.00 **Policjantki i Policjanci** (1390) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.00 **Gwiazdy Kabaretu** (173, 181) – pr. rozr.
- Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis, 145 min
- 0.30 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
- 1.35 **Love Island. Wyspa miłości** (21) – reality show
- 2.35 **Interwencja** – magazyn reporterów
- 2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (8) – dok.
- 3.25 **Lubię disco!** (268) – program muzyczny
- 4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
- 5.30 **Telezakupy TV Okazje**

**TV PULS** **DVB T2**

- 6.00 **Policjanci z Miami 2** (19, 20) – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 **Kobra – oddział specjalny** (18, 1) – serial sensacyjny, Niemcy
- 10.00 **Maria z przedmieścia** (35, 36) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 **Nie igraj z aniołem** (104) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
- 13.00 **Wspaniałe stulecie** (38) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
- 14.00 **Kurierzy** (23) – serial fab.-dok., Pol. 2023
- 15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (518, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 **Kurierzy** (24) – serial fab.-dok., Pol. 2023
- 18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (961, 962) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.00 **Czarny pies** – film sensacyjny, USA/ Wielka Brytania/Francja 1998, 115 min
- 21.55 **Uprowadzona** – film sensacyjny, Francja 2008, reż. Pierre Morel, wyk. Liam Neeson, Maggie Grace, Famke Janssen, 115 min
- 23.50 **Poza zasięgiem** – dramat sensacyjny, USA/Polska 2004, 95 min
- 1.25 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (957) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 2.25 **Zobacz to!** – programy powtórkowe

**PULS 2** **DVB T2**

- 7.30 **Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013
- 7.50 **Superkoty** – serial animowany, USA 2023
- 8.30 **Myszka Miki: Frajdomek** – serial anim.
- 8.50 **Masza i Niedźwiedź** – serial anim., Rosja
- 9.20 **Świnka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.
- 9.30 **Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
- 9.45 **Basia** – serial animowany, Polska 2016
- 10.10 **Język i Przyjacie** – serial anim., Polska
- 10.35 **Spidey i Superkumple** – serial anim.
- 11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
- 12.00 **Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021
- 12.35 **Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny
- 13.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984
- 13.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992
- 14.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
- 15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**
- 16.00 **Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA
- 17.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984
- 17.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992
- 18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** – serial anim.
- 19.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
- 20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (969) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 21.00 **Dzielnica strachu 9** (401, 402) – krym.
- 23.00 **Solomon Kane: Pogromca zła** – film fantasy, Fr./Czechy/Wlk. Bryt. 2009, 125 min

**TVN 7** **DVB T2**

- 5.20 **Ten moment** (45) – serial paradok., Polska 2022, reż. Analeine Cal y Mayor, 140 min
- 5.55 **Szkola** (752-754) – serial paradokum., Pol.
- 8.45 **Ukryta prawda** (1328, 1425, 1426) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 **W-11 – Wydział Sledczy** (1069-1071) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2013
- 14.00 **Detektywi** (112) – serial fabularno-dokum.
- 15.00 **Szpieta Anna Maria Wesołowska** (496) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
- 18.00 **SOS Ekipy w akcji** (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018
- 19.00 **Ukryta prawda** (1519) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 20.00 **Miłośny bestseller** – komedia romantyczna, Meksyk/Wielka Brytania/USA 2022, reż. Analeine Cal y Mayor, 140 min
- 22.20 **Dzień Bastylli** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 120 min
- 0.20 **Władza absolutna** – film sensacyjny, USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Ed Harris, Judy Davis, 155 min
- 2.55 **Zyjąc z potworem 8** (13) – serial dokumentalny, USA 2020
- 3.55 **Fachowcy 2** (14) – serial paradokum., Pol.

**TVP POLONIA**  
15.00 Słowo daje! – magazyn  
15.10 Wszystko przed nami (92) – serial obyczaj., Pol.  
15.40 Gwiazdy polskich kabaretowców – pr. rozr.  
16.00 Wszystkie role Stanisława Barei – film dokumentalny, Pol. 2021  
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1049) – teleturniej  
17.30 Teleexpress  
17.50 Teleexpress Extra  
18.15 Górna półka smaku (8) – magazyn kulinarny  
18.45 Info Wilno (1878) – inf.  
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (121) – pr. inf.  
19.15 63. KFPP w Opolu – Superjedynki (2)  
20.10 Program informacyjny 19.30  
20.40 Pogoda

**TVP ROZRYWKA**  
6.10 Zakochaj się w Polsce (239) – magazyn  
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1128) – teleturniej  
7.10 Okrasa łamie przepisy  
8.20 Familia da – teleturniej  
8.50 Va banque (931) – telet.  
9.25 Kolo fortuny (2036)  
10.00 Program rozrywkowy  
10.05 Makłowicz w podróży  
10.45 Postaw na milion  
12.35 Familia da – teleturniej  
13.15 Matki, żony i kochanki (11) – serial obyczaj.  
14.10 Pan Mama (32, 33)  
15.15 Program rozrywkowy  
15.30 Tak to leciało! (62)  
16.30 Do śmiechu! (71) – rozr.  
17.25 Va banque (932) – telet.  
18.00 Kolo fortuny (2037)  
18.35 Okrasa łamie przepisy  
19.40 Makłowicz w podróży  
20.15 Postaw na milion

**TTV HD DVBT2**  
5.00 Złomowisko PL 4  
6.00 24 godziny (13) – inf.  
7.10 Express – pr. inform.  
7.35 DeFacto 10 (8, 9)  
8.30 Kartoteka 11 (9, 10)  
10.35 Detektywi (7, 8)  
12.35 Zakup w ciemno 3 (35)  
13.35 Zakup w ciemno 4 (34)  
14.35 Nic do ukrycia 2 (2)  
15.35 Złomowisko PL 4  
16.45 Express – pr. inform.  
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.  
17.05 Usterka 14 (5) – serial fabularno-dokum., Polska  
17.45 Życie na kredyt 8 (5, 6) – reality show, Pol.  
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (11)  
19.45 Express – pr. inform.  
20.05 Idź na całość 2 (8)  
21.05 Zakup w ciemno extra (39) – reality show  
21.45 Express – pr. inform.

**POLSAT 2**  
5.50 Wydarzenia  
6.30 Nasz nowy dom (290) – reality show, Pol. 2023  
7.30 Na ratunek 112 (909, 910) – serial paradokum., Polska 2024  
8.30 Sekrety rodziny (357-359) – paradok., Pol.  
11.30 Trudne sprawy (941) – serial paradokum., Pol.  
12.30 Dzieło czy ja? (1512, 1513) – serial paradokum., Polska 2025  
14.30 Świat według Kiepskich (489-493) – serial komediowy, Pol.  
17.00 48h. Zaginięci (139, 140) – serial krym.  
19.00 Gliniarze (987) – serial paradokum., Polska 2024  
20.00 Ślad (63) – serial krym.  
21.00 Gliniarze (782) – serial paradokum., Polska 2023

**POLSAT FILM**  
6.00 Jedziemy na ryby! (21) – serial dokum., Pol. 2023  
6.55 Na ratunek 112 (859) – serial paradokum., Pol.  
7.25 Doktor Martin 4 (26) – serial obyczaj., Wlk. Bryt.  
8.25 Przyjaciółki (307, 308) – serial obyczaj., Pol. 2025  
10.25 Świat według Kiepskich (153, 154, 219, 220, 208) – serial komediowy, Polska  
13.35 Jurassic World: Dominion – film s.f., Chiny/Malta/USA 2022, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, 185 min  
16.40 Niewidzialny – film sensacyjny, USA 2005, reż. Rob Cohen, 155 min  
19.15 Hancock – film sensacyjny, USA 2008, reż. Peter Berg, 105 min

**AXN**  
6.05 FBI: Most Wanted 3 (2, 3) – serial kryminalny, USA 2020  
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (17, 18) – serial kryminalny, USA  
9.25 Castle 2 (9, 10) – serial krym., USA 2009-2010  
11.20 MacGyver 2 (4, 5) – serial akcji, USA 2017-2018  
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA  
15.10 Agenci NCIS 10 (6, 7) – serial sensacyjny, USA 2012  
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002  
19.05 Castle 2 (11, 12) – serial kryminalny, USA

**OBY CZAJOWY**  
20.50 Echo serca (4) W szpitalu pojawiają się saperszy. Doszło do wypadku, w którym ucierpiał żołnierz. Jan i Szymon podejmują się wyjęcia pocisku. 50 min  
21.40 Na sygnale (647, 648)  
22.40 Moje przeboje (3)  
23.15 Dziennik regionów  
23.40 Matki, żony i kochanki (15) – serial obyczaj.  
0.40 Rodzinka.pl (265)  
1.10 Polskie opowiesci (10)  
1.30 Program informacyjny 19.30

**ROZRYWKA**  
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (43) Wybór najlepszych skeczy Roberta Górskiego (zdj.) i spółki. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle. 40 min  
22.50 Kabaret Letnią Porą (8) – program rozrywk.  
23.50 Do śmiechu! (73) – rozr.  
0.40 Niepewne sytuacje 3 (4) – program rozrywk.  
1.05 Kolo fortuny (2037, 2031) – teleturniej

**ROZRYWKA**  
22.00 Ostre cięcie 12 (6) Atrakcja salonu Marty są dwa koty. Prowadzący sprawdzają cennik usług i profil odbiorców. Wdrażają również niezbędne zmiany. 60 min  
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (4, 5)  
1.00 Diabelnie boskie 2 (1, 2) – reality show, Pol.  
1.55 Damy i wnieścizki. Za granicą (15, 16) – serial fabularno-dokum.  
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (510)

**DRAMAT**  
22.00 Helikopter w ogniu – USA 2001 Rok 1993, Somalia. Amerykanie wysyłają do Mogadisu komandosów, m.in. Johna (Ewan McGregor, zdj.). Rutynowa operacja zamienia się w bitwę. 180 min  
1.00 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, reż. Piotr Mularuk, 145 min  
3.25 Wydarzenia  
4.00 SuperLudzie (26, 27) – serial dokum., Pol. 2018

**DRAMAT**  
21.00 Kapitan Phillips – USA 2013 Piraci przejmują kontrolę nad kontenerowcem. Dowódca jednostki Richard (Tom Hanks, zdj.) ryzykuje życie, by ocalić załogę. 165 min  
23.45 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, USA 1996, reż. Ringo Lam, 130 min  
1.55 Ślad (3-5) – serial krym.  
4.50 Na ratunek 112 (850, 851) – serial paradokum., Polska 2023

**PRZY GODOWY**  
21.05 W 80 dni dookoła świata – USA/Niemcy/Irlandia 2004 Phileas Fogg (Steve Coogan, zdj.) zakłada się, że w ciągu niespełna trzech miesięcy okrzyki kulę ziemską. Towarzyszy mu lokaj (Jackie Chan, zdj.). 140 min  
23.25 Uprowadzona – film sens., Fr. 2008, 110 min  
1.15 Castle 2 (11, 12) – krym.  
3.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – krym., USA/Kan.

**HISTORIA**  
8.45 Czwodziestolatek (8) 9.40 Tajemnice kultowych seriali (5) 10.40 Wenecja, miasto wrosłe z bagien – dok., Fr. 2024  
11.45 Starożytność i mocarstwa (3) 12.45 Moj najszczęśliwszy dzień. Marian Turski 14.00 Królowie (45) – hist. 14.35 Czwodziestolatek (9) – obyczaj.  
15.35 Sensacje XX wieku 17.25 Czas honoru. Powstanie (6) – wojenny, Pol. 18.20 Wszystkie kolory świata (47) 19.25 Polskie parki narodowe – dok.  
20.00 Samowolka – dram. obyczajowy, Pol. 1993 21.15 Historia w postaciach zapisała 23.15 Sensacje XX wieku

**KULTURA**  
13.00 Portrety: Still Alive – film o Krzysztofie Kieślowskim  
14.50 Z archiwum i pamięci (6) 16.00 Słodkie oczy – komedia obyczaj., Polska 1979 17.10 Siemien zyczeń (2) – przyg. 18.10 Video Killed the Radio Star. a-ha – dok. 18.45 Pan wzywał, milordzie? 4 (1) – serial kom.  
19.50 Podróż w czasie: Pocałunek mordercy – dram. kryminalny, USA 1955 21.15 Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów 22.35 Powrót Sherlocka Holmesa (4) – serial krym. 23.35 Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

**SUPER POLSAT**  
7.55 Doktor Martin (39, 40) 10.00 Wydarzenia 10.30 Świat według Kiepskich (423, 424) 11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (192) 13.30 Bitwa o palety (19) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (57) 16.00 Ninja Warrior Polska (27) 18.00 Świat według Kiepskich (495, 496) 19.00 Rolniczki (11) 20.00 Kolacja w ciemno (6) 21.00 Venom – film s.f., Chiny/USA 2018 23.15 Bez snu – thriller, USA 2017 1.20 Backdoor. Wyjście awaryjne (6) – kom. 1.50 Świat według Kiepskich (86, 111, 336, 337) – kom. 4.00 Nasz nowy dom (227, 228)

**ZOOM**  
8.00 Strażnik Teksasu 8 (25) 8.55 Strażnik Teksasu 9 (1) – sens., USA 9.50 MacGyver 2 (18, 19) 11.55 Pularko umysłu 7 (1) – serial dokum., USA 13.00 Wojny magazynowe: Kanada (1, 2) 14.10 Pod pokładem 11 (14) 15.25 Sensacje XX wieku (26, 27) – hist. 17.55 Wojciech Cejrowski – bosko przez świat 20.00 Ekspertyzy: Odsiadka (6) 21.00 Kobra – oddział specjalny 23 (13) 22.00 Pod pokładem 11 (25) 23.00 Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (6) 0.00 Magia nagości. Szwecja (3) 1.00 Magia nagości. Najsmaczniejsze Kąski (2)

**METRO**  
8.30 Szpital (770, 771) – paradok., Pol. 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (339, 340) 12.30 Szkoła (710) – paradok. 13.30 Brzydula (15, 16) 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej? 15.45 The Floor (9, 10) 17.00 Fani czterech kolek 17 (8) 18.00 Prawo Agaty 6 (9) 19.00 Kartoteka (7) – fab.-dok., Pol. 20.00 Gang Story – dram. krym., Fr./Bel. 2011 22.05 Oszukac przeznaczenie 3 – horror, USA/Niem. 2006 0.00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (8) 1.05 Formula E: ePrix Chin – podsumowanie 2.00 Szkoła (514, 515) – paradok.

**ALE KINO +**  
7.35 Długi weekend – obyczaj., Pol. 2004 9.15 Wolna krowa 10.00 Van der Valk 3 (2) – krym. 11.55 Vera 4 (2) – serial krym. 13.50 Terapia dla par – komediogram, Hiszpania 2023 15.50 Włamanie na śniadanie – komedia krym., USA 2001 18.15 Vera 4 (3) – serial krym. 20.10 Largo Winch 3: Cena pieniądza – przyg., Fr./Bel. 2024 22.20 Oddział dla zuchwałych (3, 4) – serial wojenny 0.50 Zabic, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012 2.40 Minuta ciszy (4) 3.35 Na pastwę lasu – dram. obyczaj., Pol. 2024 5.00 Kot 5.10 Klangor (4) – krym.

**TV TRWAM**  
16.40 Za Kościół i zbawienie Świata 17.30 Łączy nas historia – cykl reportaży 17.55 Poczet wielkich Polaków 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacja dnia 18.15 Westerplatte młodych 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu – publ. 19.30 Historie Starego Testamentu 19.45 Modlitwa z telefonycznym udziałem dzieci 20.00 Informacja dnia 20.20 Róznianiec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacja dnia 21.40 Polski punkt widzenia – pr. publicyst. 22.00 My chcemy Boga!

**ANTENA HD**  
9.40 Co Polak potrafi na drodze? (6) – rozr. 10.40 Detektywi z Bordeaux 3 (6) – krym. 11.55 Kłatwa Wypsy Dębow 6 (16, 17) 13.50 Australijski poszukiwacz złota 2 (1, 2) – dok. 15.50 Wojny kontenerowe (9, 10) – dok. 16.50 77 TV 5 (20, 22) 18.55 Astrid i Raphaelle: Kryminalne Genjuszi (1). 20.00 Morderstwa we Francji – Porquerolles – krym., Fr. 2022 21.55 Morderstwa we Francji – Le Mans – krym., Fr. 2023 0.00 Oficer i morderca – dram. krym., Kan. 2012 1.50 Raport 77 (4) – cykl reportaży

**TVS**  
5.30 Pasma ciekawostek 6.00 Teleprzeżył 10.05 Dziś w regionie – inf. 10.15 Pogoda – mag. 10.20 Ekowizja 10.50 Wochenblatt TV 11.10 Dziś w regionie – inf. 11.15 Pogoda 11.25 Muzyczne dzień dobry – pr. muz. 12.55 Klasyki i Lachy 14.35 Spotkanie z balladą 15.50 Muzyczne podróże 16.55 Muzyczne podróże Karoliny Treli 18.00 Koncert zyczeń 19.05 Koncert w TVS – program muz. 22.55 Szlagierowa lista – pr. muz. 0.55 Program kulinarny 3.00 Pasma ciekawostek – pr. popularnonaukowy

**WPI WP**  
11.00 Porzucone budowle 9 (8) 12.00 Wariaci za Kierownica 5 (4) 13.00 Makłowicz w podróży 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (14, 15, 9) – dok. 16.55 Pogoda (54) – pr. inf. 17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3 (3) – krym., Fr. 2019 19.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (7, 11) – dok., Pol. 21.00 Policjanci w akcji (6) – obyczaj. 21.50 Pogoda (54) – inf. 22.00 Mistrzowie Kabaretu 13 (4) 23.00 Mistrzowie Kabaretu 15 (2) 0.00 Mistrzowie Kabaretu 2 (3) – rozr. 1.00 Mistrzowie Kabaretu 7 (5)

**ESKA TV**  
13.00 Eska TV info 13.15 Eska on the Beach 14.00 Eska TV info 14.15 Eska on the Beach 15.00 Eska TV info – pr. inf. 15.15 Podwójna Gorąca 20 18.00 Historia jednej piosenki 19.00 Polacy za granicą – dok. 21.00 Hardcorowy lombard  
**POLO TV**  
14.00 Weselne przeboje 15.00 Disco Weekend z Blondi (127) 16.00 Hit za hitem – muz. 17.00 Disco Weekend z Blondi (112) – pr. muz. 18.00 Hit za hitem 20.00 Rozżanczony PGE Narodowy (1-3) – koncert

**VIASAT EPIC DRAMA**  
7.30 Lekarze na start (15, 16) – obyczaj. 9.00 Poirot 3 (1, 2) 11.20 Zatrącenie w miłości (17, 18) – telen. 13.25 Agenci NCIS 17 (15, 16) – serial krym. 15.15 Lekarze na start (17, 18) – obyczaj. 16.50 Poirot 3 (3, 4) – krym. 19.00 Premiera: Zatrącenie w miłości (19, 20) – telen. 21.00 Królowa węży (7) 22.00 Sprawy pana Booka (1) 23.10 Projekt Błękita Księga (5) 0.05 Zatrącenie w miłości (19, 20) 1.55 Królowa węży (7) 2.45 Sprawy pana Booka (1) 3.35 Projekt Błękita Księga (5) 4.20 Zatrącenie w miłości (19, 20)

## KINO POLSKA

- 6.00 Polska z góry. Nad wodą 2** (4) – serial dok.
- 6.25 Nowy kabaretowy rejs 5** (1) – pr. rozrywk.
- 7.15 Polska z góry. Nad wodą 2** (5) – serial dok.
- 7.45 Wskrzeszenie** – etiuda filmowa, 2022
- 8.05 Diabeł** – film krótkometrażowy, 2022
- 8.35 Chłopi** (1/2, 2-ost.) – film **FILM** obyczajowy, 1973, reż. Jan Rybickowski, 235 min
- 12.30 Czarne Stopy** – przyz., **FILM** 1986, reż. Waldemar Podgóski, wyk. Cezary Pazura, 135 min
- 14.45 Mała wielka miłość** **FILM** – komedia romantyczna, 2008, reż. Łukasz Karwowski, 145 min
- 17.10 Pogranicze w ogniu** (23, 24) – serial sens.

## DRAMAT



- 20.00 Zabawa zabawa** **FILM** – 2018, reż. Kinga Dębska. Trzy kobiety zmagają się z uzależnieniem od alkoholu. Wśród nich jest odnawiająca sukcesy prokurator Dorota (Agata Kulesza, zdj.). 110 min
- 21.50 Jezioro Słone** **FILM** – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 125 min
- 23.55 Ciało** – komedia, **FILM** 2003, 130 min ●
- 2.05 Jak pies z kotem** **FILM** – komediodramat, 2018, 150 min ●

## CANAL+ PREMIUM

- 12.20 LARP. Miłość, trolle i inne kwesty** – komedia, Polska 2025 **13.50** Cat's Eyes (5) – serial przyz., Fr. **14.40** Charlie Chaplin: duch wczególgi
- 16.10** Saga „Zmierch”.: Księżyć w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009 **18.05** Lapu capu **18.10** Saga „Zmierch”.: Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012
- 20.00** Czarownicę Mayfair 2 (4) – fantasy **20.45** Premierowa jazda – mag. **21.00** Premiera: Rok za rokiem (3) **22.00** Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009 **0.15** Kraina mroku – horror, USA 2025

## CANAL+ 360

- 13.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata **15.00** Wykrywców historii 2 (5) **15.00** Co poszło nie tak 3 (3) **16.00** Supersamoloty bojowe (1) – dok. **17.00** Zholnowani: cieżarówki w opalach 8 (14) – dok. **17.55** Porzucone konstrukcje 4 (19) – dok. **18.50** Wykrywców historii 2 (4) – dok. **19.50** Premiera: Zholnowani: cieżarówki w opalach 8 (15) **20.50** Premiera: Kolejka przez świat 3 (5) – dok. **22.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (6) – dok. **22.55** Supersamoloty bojowe (2) – dok.

## TVP SERIALE

- 5.30 Rodzinka.pl** (93, 94) – serial komediowy, Pol.
- 6.35 Na sygnale** (476, 477) – serial fabularno-dokum.
- 7.40 Ojciec Mateusz 2** (26) – serial kryminalny, Pol.
- 8.35 Komisarz Alex 2** (15)
- 9.35 Rodzinka.pl** (95) – kom.
- 10.10 Klan** (1442, 1443)
- 11.00 Ranczo 8** (93, 94)
- 12.45 Komisarz Alex 2** (16)
- 13.40 Ojciec Mateusz 29** (377, 378) – serial krym.
- 15.35 Komisarz Alex 2** (17) – serial kryminalny, Pol.
- 16.25 Na sygnale** (478, 479) – serial fabularno-dokum.
- 17.35 Ranczo 8** (95, 96) – serial obycz., Pol. 2014
- 19.30 Ojciec Mateusz 29** (379) – krym., Pol. 2023
- 20.30 Ojciec Mateusz 2** (27) – serial kryminalny, Pol.

## OBYCZAJOWY



- 21.30 Ranczo 8** (97, 98) – Polska 2014. Mieszkańcy dworku oczekują na wieści z wystawy prac Kusego w Nowym Jorku. Zdenerwowanego mężczyźną uspokaja Babka. 115 min
- 23.25 Ojciec Mateusz 29** (380, 381) – serial krym.
- 1.15 Oficerowie** (4, 5) – sens.
- 3.05 Wojna zastępca** (3) – szpiegowski, Pol. 2025
- 3.50 Klan** (1442) – telen., Pol.
- 2.40 Pan Mama** (15, 16) – serial komediowy, Pol.

## CANAL+ FILM

- 8.00** Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024 **9.30** Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025 **11.15** Lapu capu **11.20** Zgred – dram. obyczajowy, Polska 2025 **12.45** Riefenstahl **14.40** Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013
- 16.00** Saga „Zmierch”.: Zamięnienie – film fantasy, USA 2010 **18.00** Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002 **19.55** Lapu capu **20.00** Ukryty motyw – thriller, Dania/Szwecja/Francja 2024 **21.35** Strefa – thriller s.f., USA 2024, reż. George Nolfi **23.05** Dziki – dram. przyz., Pol. 2025

## BBC FIRST

- 8.40** Lewis 4 (1) – serial krym.
- 9.45** Ojciec Brown 13 (5) **10.40** Śmierć pod palmami 14 (7)
- 11.45** Zagadki doktora Blake'a 2 (4) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 2 (9, 10) – krym. **15.00** Ojciec Brown 6 (9) – krym.
- 16.00** Lewis 4 (1) **17.00** My Life is Murder 2 (3) **18.00** Morderstwa w Midsummer 20 (1)
- 19.55** Śmierć pod palmami 14 (8) – krym. **21.00** Lynley (1, 2) **22.55** Śledztwa siostry Bonifacji 2 (9, 10) **0.55** Śmierć pod palmami 14 (8) – krym. **2.05** Morderstwa w Midsummer 20 (1) **3.50** My Life is Murder 2 (3)

## 13 ULICA

- 6.20 Balthazar 5** (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
- 8.30 Na granicy: Bóg bankructwa** – film kryminalny, Niemcy 2023, reż. Felix Karolus, wyk. André Kaczmarek, 120 min
- 10.30 Chicago P.D. 11** (4, 5) – serial kryminalny, USA
- 12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
- 14.10 Bianca 2** (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2023
- 16.20 Na granicy: Herman** **FILM** – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Dror Zahavi, wyk. Lucas Gregorowicz, Gisa Flake, 115 min
- 18.15 Chicago P.D. 11** (6, 7) – serial kryminalny, USA

## SENSACYJNY



- 20.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (1, 2) Thomas Magnum i Juliet Higgins magają kobiecę, która uważa, że wypadek samochodowy jej męża nie był tylko przypadkiem. 115 min
- 22.00 Podróżnik** (2) – krym.
- 0.00 Ośma strona** – dram. **FILM** polityczny, Wielka Brytania 2011, 120 min
- 2.00 Na granicy: Herman** **FILM** – film kryminalny, Niemcy 2021, 125 min
- 4.05 Bianca 2** (1, 2) – krym.

## FILMBOX+ ONE

- 6.00** Celniczy 2 (4) **6.35** Panna Marple: Tajemnica rezydencji Chimneys – krym., Wlk. Bryt./USA 2010 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11)
- 11.00** Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym. **13.10** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13) – krym. **17.50** Panna Scarlet i komisarz (3, 4) **20.00** Zabójca – film sens., USA **20.27** 102 Bodyguard Zawodowiec – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bulgaria 2017 **0.40** G.I. Jane – dram. obycz., USA/Wlk. Bryt. 1997 **3.30** Daybreakers. Świt – horror s.f., Australia/USA 2009

## ROMANCE TV

- 8.30** Stądina w Piber (13) – familijny, Austria **9.30** Górski lekarz (127) **10.30** Rosamunde Pilcher: Śniadanie u Tessy – melodramat, Niemcy 2024
- 12.25** Mama się zwalnia – komedia, Niem. 2021 **14.20** Inga Lindström: Śmiertelny wróg – film obycz., Niemcy 2024
- 16.15** Statek Marzeń – Mauritius – film obycz., Niem. 2014 **18.05** Górski lekarz (128, 129)
- 20.00** Statek marzeń – Makau – obycz., Niemcy 2015 **21.55** Stracona szansa – komedia romant., USA 2024 **23.45** Górski lekarz (128, 129) – obycz.

## TVN FABUŁA

- 5.05 Szkoła** (768) – paradok.
- 6.00 Filmove duety** (3)
- 6.30 Alfabet filmowy** (14)
- 6.45 Zakochani po uszy** (73, 74) – telen., Pol. 2019
- 7.45 Detektywi** (45-48) – serial fabularno-dokum.
- 9.50 Prawo Agaty 3** (4) – serial obycz., Pol. 2013
- 10.55 Szpital św. Anny** (83) – serial obycz., Pol. 2026
- 11.55 Miłość czy pomyłka?** (19, 20) – telen., Turcja
- 13.55 Prawo Agaty 3** (3) – serial obycz., Pol. 2013
- 14.55 Detektywi** – fab.-dok. **16.00 Motywy filmowe** (4) – magazyn filmowy **16.20 Jądro Ziemi** – dram. **FILM** s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 160 min
- 19.00 Szpital św. Anny** (62) – serial obycz., Pol. 2025

## DRAMAT



- 20.00 Cast Away: Poza światem** – USA 2000. Ocalali z katastrofy samolotu Chuck Noland (Tom Hanks, zdj.) przez cztery lata walczą o przetrwanie na bezludnej wyspie. 185 min
- 21.25 Inwazja** – thriller s.f., **FILM** USA/Australia 2007, 125 min
- 1.10 Plan B** – komediodram., **FILM** Polska 2018, 105 min
- 2.55 Dziewczyny z Holywood** (6) – rozr.
- 3.05 Szkoła** (740) – paradok.

## COMEDY CENTRAL

- 6.00** Tata ma plan (19, 20) – kom. **7.00** Dwoch i pół 3 (23, 24) **7.55** Dwoch i pół 4 (1, 2) **8.55** Przyjaciele 5 (8-13)
- 11.55** Teoria wielkiego podrywy 4 (23, 24) – kom. **12.50** Teoria wielkiego podrywy 5 (1-4) **14.30** Dwoch i pół 4 (3-6)
- 16.30** Przyjaciele 5 (14-19) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywy 5 (5-10) – kom. **22.00** The Office PL (5, 6) **23.05** Comedy Club 4 (3, 4) **0.05** Miasteczko South Park (7, 8) **1.00** Praco-holicy 2 (5, 6) **2.00** Śmieszniej nie będzie 5 (19, 20) **3.00** Miasteczko South Park (4-6) **4.30** Comedy Club 6 (7-9) – pr. rozr.

## FILMBOX+ HITS

- 8.05** Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016 **10.00** Jak kochać się z D – komedia, Wielka Brytania 2019
- 11.45** Wypowiedzenie wojny – dram. obyczajowy, Fr. 2011
- 13.35** Coco Chanel – dram. biograficzny, Francja 2009
- 15.35** Iluzja – thriller, Fr./USA 2013 **17.40** Iluzja 2 – thriller, Francja/USA/Hongkong 2016
- 20.00** Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026 **22.15** Autostrada ziołoci – film sens., USA 2025 **23.55** Igrzyska śmierci – dram. s.f., USA 2012

## TVP HD

- 6.00 Na dobre i na złe** (977) – serial obycz., Pol. 2026
- 6.55 Ranczo 5** (62) – obycz.
- 7.55 Rodzinka.pl** (197, 198) – serial komediowy, Pol.
- 8.55 Ojciec Mateusz 19** (240, 241) – serial krym.
- 10.45 Gra słów. Krzyżówka** (1050) – teleturniej
- 11.20 Na sygnale** (629, 630) – serial fabularno-dokum.
- 12.25 Ojciec Mateusz 5** (65) – serial kryminalny, Pol.
- 13.20 Komisarz Alex 3** (29) – serial kryminalny, Pol.
- 14.15 Ranczo 5** (57, 58) – serial obycz., Pol. 2011
- 16.10 Postaw na milion**
- 17.10 Okrasa łamie przepisy**
- 17.45 Makłowicz w podróży**
- 18.20 Ojciec Mateusz 24** (307) – krym., Pol. 2020
- 19.20 Ranczo 6** (67) – obycz.

## KOMEDIOWY



- 20.10 Rodzinka.pl** (275, 276) Boska uważa, że za mało czasu spędza z wnuczką. Młoda mama przyznaje się Natalii, że wzięła ślub z Tomkiem. 75 min
- 21.25 Ojciec Mateusz 34** (435) – krym., Pol. 2025
- 22.20 Miłość, ślub i inne nieszczęścia** – komedia romantyczna, USA 2020, reż. Dennis Dugan, wyk. Maggie Grace, 110 min
- 0.10 Kruk 3. Jak tu ciemno** (4-6) – serial kryminalny

## HBO HBO

- 9.55** Noc w zoo – anim., Kanada/Bel./Fr. 2024 **11.25** Na planie 23 (26) – magazyn filmowy
- 11.55** Miami Vice – sens., USA/Niemcy/Paragwaj 2006 **14.05** Nowy początek – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve
- 16.00** Przepiekne! – komediodramat, Polska 2025 **18.00** Premiera: Agentka – komedia, USA 2015, reż. Paul Feig
- 20.00** Premiera: Złoto – film sensacyjny, Australia 2022 **21.35** Lighthouse – horror psychologiczny, USA/Kan. 2019 **23.20** Ostatni wiking – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, reż. Anders Thomas Jensen

## TV 6

- 8.55** Kobra – oddział specjalny (8, 9) – serial sens., Niemcy
- 11.00** 48h. Zaginięcia (118-120) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1190) – obycz. **14.55** Uroczysko (25, 26) – krym.
- 15.55** Kobra – oddział specjalny (10, 11) – sens. **18.05** Strzałny Teksas (16, 17) – serial sens.
- 20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (33, 34) – krym. **21.55** Kości (99, 100) – krym. **23.00** Krwawa rozgrywka – sens. Chiny/Hongkong 2017 **2.05** Krejpatrol (15-19) – krym. **4.40** Kochane pieniądze (71) **5.45** Telemeky TV Okazje

## STOPKLATKA

- 6.00 Kabaretowe hity** (3) – program rozrywkowy
- 6.50 Złoty Interes** (7) – rozr.
- 7.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat** – cykl reportaży, Polska
- 9.00 Robert Makłowicz** (146, 120) – mag. kulin.
- 10.55 Górski lekarz** (12, 13) – obycz., Niemcy/Austria
- 13.00 Katastrofy w przestworzach** (1, 8) – serial dokum., Kanada
- 16.00 MacGyver 3** (18, 19) – sens., USA/Kan. 1988
- 18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2** (35) – reality show, Kanada 2014
- 18.35 Wojny magazynowe: Kanada** (36) – reality show, Kanada 2014
- 19.10 Aukcja w ciemno** (20, 21) – serial dok., USA

## KOMEDIA



- 20.00 Kingsjazz** – Polska 1987, **FILM** reż. Juliusz Machulski. Krasnoludek Adaś zostaje uwieczniony przez tyrana Kilkujadka. Na pomoc wyrusza jego przyjaciel, Ole (Jacek Chmielnik, zdj.). 145 min
- 22.25 Szczęk** – thriller, USA **FILM** 1975, 150 min
- 0.55 Joanna** – dram. psychologiczny, log., 2010, 160 min
- 3.35 Paragon, gola!** – film **FILM** przyz., Pol. 1969, 130 min
- 5.45 Kabaretowe hity** (1) – program rozrywkowy

## FX FX

- 7.09** Kości (13, 14) **9.00** Z archiwum X (13) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22)
- 11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) – krym.
- 13.45** Agenci NCIS (24) **14.40** Premiera: Agenci NCIS 10 (1)
- 15.35** SkyMed (6) – obycz. **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) **18.20** Z archiwum X (14) **19.15** FBI 4 (1) – krym.
- 20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **22.00** Premiera: Grey's Anatomy: Chirurgurzy (15) **22.55** Szklana pułapka 2 – sens., USA 1990
- 1.20** Z archiwum X (14) – s.f. **2.15** Zabójcze umysły 14 (3-5)

## PARAMOUNT NETWORK

- 10.20** Pingwiny z Madagaskaru 3 – anim. **10.50** Star Trek 5: Ostatyczna granica – film s.f., USA 1989, reż. William Shatner
- 13.00** Czardziejki 2 (17, 18) – fantasy, USA **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.
- 15.30** Daredevil – film sensacyjny, USA/Szwajcaria 2003 **17.50** Wolny dzień Ferrisa Buellera – komedia, USA 1986
- 20.00** Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sensacyjna, USA 1987 **22.10** Adrenalina 2: Pod napięciem – film sensacyjny, USA 2009 **23.55** Uśmiechnij się – horror, USA 2022

**TVN 24**

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 7.30 Jeden na jeden  
 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 9.55 Biznes – pr. publicyst.  
 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 10.55 Biznes – pr. publicyst.  
 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 11.55 Biznes – pr. publicyst.  
 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 13.55 Biznes – pr. publicyst.  
 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 14.55 Biznes – pr. publicyst.  
 15.00 15 na żywo – mag. inf.  
 16.00 Fakty po południu  
 18.00 Tak jest – pr. publicyst.  
 19.15 Serwis informacyjny  
 19.25 Fakty po Faktach – inf.

**TLC**

8.00 Dom wygrany na loterii 16 – dok.  
 9.00 Poligamista szuka żony 3 – serial dokum.  
 10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
 11.00 Rodzina 10+ 8 (10)  
 12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (15) – reality show, USA  
 14.00 Cztery żony i mąż 12  
 15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
 16.00 Historie wielkiej wagi  
 18.00 Pokonać otyłość (8) – serial dokumentalny  
 19.00 Wiza na miłość: Romans na Karabach 3 – reality show

**TVN STYLE**

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show, Polska 2016  
 5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (9) – serial fabularno-dokum., Polska  
 6.45 Będzie pięknie (3)  
 – program rozrywkowy  
 7.45 Dzień Dobry LIVE TVN – magazyn  
 11.25 Ugotowani (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016  
 13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy  
 15.35 Babski biznes (3) – program rozrywkowy  
 16.35 Jestem z Polski 14 (16) – serial dokumentalny  
 17.40 Kuchenne rewolucje (1, 3, 4) – program rozrywkowy

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

6.00 Mistrzowie logistyki (9) – serial dokumentalny  
 7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.  
 8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dokumentalny  
 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6 – serial dok.  
 10.00 Klan z Alaski – dok.  
 11.00 Przetwierać nad Jukonem – serial dok.  
 12.00 Fani czterech kółek – serial dokumentalny  
 13.00 Nagi instykt przetwarzania: Elita 2 – serial dokumentalny  
 15.00 Złomowisko PL 5 (14) – serial dokumentalny  
 16.00 Gorączka złota 16 – serial dokumentalny  
 17.00 Nic do zgłoszenia (7) – serial dokumentalny

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

9.55 Miasta w liczbach (3)  
 11.00 Plemienna szkoła przetwarzania: Mekong (4) – serial dokumentalny  
 12.00 Odludna wyspa (15)  
 13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (2) – dok.  
 14.00 Tajemnice wojennych wraków (8) – serial dok.  
 15.00 Katastrofa w przestworzach (5)  
 16.00 Złapać przemytnika (2) – serial dokumentalny  
 16.55 Laos: Miejsce pełne tajemnic (1) – film dok., Nowa Zelandia 2023  
 17.55 Ochlani: Powstanie i upadek nazizmu (7) – serial dokumentalny  
 19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3)  
 20.00 Katastrofa w przestworzach (10)

**FOKUS TV**

6.00 Wehikuł czasu (626)  
 6.05 48h. Zaginięci (54)  
 7.00 Byli sobie podróżnicy  
 8.55 Wehikuł czasu (626)  
 9.00 Starożytni kosmici (9)  
 10.00 Gwiazdy lombardu (15, 16) – reality show  
 12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (2) – dok.  
 13.00 Poszukiwacze historii (12, 13) – serial dokum.  
 14.00 II wojna światowa – jednostki specjalne (1, 2) – serial dokum.  
 16.00 Dorwać tuńczyka 2 (11, 12) – serial dokum.  
 18.00 Rolnicy. Podlasie (40, 41) – serial dokum.  
 20.00 Największe wynalazki starożytności (5) – dok.  
 21.00 Największe mity historii (3) – serial dok.

**PUBLICYSTYCZNY**

20.00 Bez kitu  
 Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki. 60 min  
 21.00 Polska i świat – inf.  
 22.00 Szkło kontaktowe  
 23.00 Dzień po dniu – mag.  
 23.40 Biznes – pr. publicyst.  
 0.00 Fakty po Faktach – inf.  
 0.45 Bez kitu – pr. publicyst.  
 1.50 Tak jest – pr. publicyst.  
 2.45 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

**DOKUMENTALNY**

20.00 Baylen – życie na głos 3 (3)  
 Tiki Baylen nasłaja się podczas świątecznej sesji zdjęciowej z Colinem i ich psami. 60 min  
 21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3  
 22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami – reality show  
 23.00 Dr Pryszczyla 5 – dok.  
 0.00 Dr Pryszczyla – kulisy  
 1.00 Baylen – życie na głos 3 (3)

**DOKUMENTALNY**

20.50 Bazyry Europy (3)  
 Maria Konarowska (zdj.) odwiedza barceloński targ Los Encants. Na kilkuset stoiskach można nabyć m.in. designerskie przedmioty. 60 min  
 21.50 Jestem z Polski 16 (14) – serial dokumentalny  
 22.50 Jestem z Polski 14 (17)  
 23.45 Hotel Paradise 6 (13, 14) – reality show  
 1.45 Ślubny marzeń (2) – rozr.  
 2.45 Co nas truje (4, 5)  
 4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (2) – mag.

**ROZRYWKA**

18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (7)  
 Collinsowie rozpoczynają pracę w w fabryce tkanin. Do ich obowiązków należy farbowanie, pranie i rozwieszanie materiałów. 60 min  
 19.00 Nagi instykt przetwarzania 11 (6)  
 21.00 Specjalistki (5) – dok.  
 22.00 Bimbrownicy 14 – dok.  
 23.00 Nagi instykt przetwarzania: Mistrzostwa świata 1.00 Hot rod wg Kindiga

**DOKUMENTALNY**

21.00 Wojna koreańska (2)  
 – Francja 2019  
 Śmierć Stalina w 1953 r. przyniosła rozjem, ale podział trwa do dziś. Korea Północna cały czas się zbroi i próbuje obalić rząd w Seulu. 65 min  
 22.05 Kimowie: Rodzina dyktatura (2) – film dokumentalny, USA 2021  
 23.05 Nazistowskie stworzenia – film dokumentalny, Fr. 2017  
 0.10 Wojna koreańska (1) – film dok., Francja 2019

**DOKUMENTALNY**

22.00 Apokalipsa: Upadek Hitlera (1, 2) – Fr. 2022  
 Ostatnie lata III Rzeszy, ukazując wydarzenia z perspektywy Hitlera – od przelomowej klęski pod Kurskiem aż po upadek Berlina. 120 min  
 0.00 Oto Ameryka XXL – głosy prowincji – film dokumentalny, Francja 2024  
 1.00 Rolnicy. Podlasie (8-11) – serial dokumentalny  
 5.00 Kolowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

**POLSAT NEWS**

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 12.45 Pogoda  
 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda  
 15.50 Wydarzenia 15.50 16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego  
 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.  
 19.50 Debata Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny

**CANAL+ KUCHNIA**

12.30 Comfort Food (27, 28)  
 13.25 M jak mięso 5 (5, 6)  
 14.25 ABC gotowania – kuchnia turecka (1) 14.50 Włoskie życie Sophie Grigson 2 (7, 8)  
 15.45 Z pola na stół (8, 9) 16.40 Jamie Oliver: gotuj sezonowo (6) 17.35 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5) – dok. 18.30 Maximum Foodie 4 (3) – dok. 18.55 M jak mięso 10 (5-7)  
 20.15 Premiera: Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (6) – dok. 21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 (2-4) 23.55 M jak mięso 10 (2, 3) – magazyn 0.45 Azjatycka kuchnia Evy Pau (6)

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki – obycz. 8.00 Co ludzie powiedzą? – kom. 9.15 Amazonki – dok., Polska 2021 9.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show  
 12.35 Bogaty dom – biedny dom – reality show 14.35 Kolacja w ciemno 15.35 Drugie życie sukni ślubnej – pr. rozr.  
 16.05 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 18.00 Nasz nowy dom  
 20.00 Ranka w ciemno – pr. rozr. 21.00 Wstydlive choroby: Pilot – dok. 22.00 Gry malżeńskie – reality show 1.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 3.05 Wzięcie kobiet – serial dok. 4.00 Zdrady – paradok.

**DISCOVERY SCIENCE**

6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok. 8.00 Gwiezdne bitwy – dok. 9.00 Jak działa wszechświat? 11.00 Mega maszyny Alaski – dok. 13.00 Zoom na architekturę 15.00 Jak działa wszechświat? – dok. 18.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2  
 20.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – serial dok. 21.00 Tajemnice starożytnych mumii – dok. 23.00 Kosmiczna mapa skarbów – dok. 1.00 Jak działa wszechświat? – serial dok. 5.00 Zsyfry i spiski 2 (4) – dok. 5.00 Jak działa wszechświat? – serial dok.

**TVP DOKUMENT**

12.00 Korona Gór Polskich – cykl dok. 12.35 Malediwy – sztuczny raj 13.40 Wyspy Kanaryjskie (4) 14.45 Kolory natury 15.40 Dobre wieści z planety Ziemia (6) 16.45 Machu Picchu – tajemnice miasta Inków – dok. Fr. 2024 17.50 Sanatorium miłości 3 (6) 18.45 Król Karol III. Nowa Monarchia  
 20.05 Orlando – światowa stolica rozrywki – dok. Fr. 2022 21.10 Krainy cudów natury (3) 22.15 Kto zabił Tupaca Shakurę? 23.25 Barbara Włodarczyk zaprasza – mag. 23.35 Rdzenni Amerykanie – odrodzenie 0.40 Sanatorium miłości 3 (5)

**PLANETE+**

10.20 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (3) – serial dok., Fr.  
 11.30 Patagonia. Życie na krańcu świata (5) 12.35 Wielki powrót łosia 13.50 Krajobrazy świata (10) – dok. 14.50 Najpiękniejsze rzeki świata 2 (5)  
 15.50 Niezwykłe podróże koleją 7 (7) 16.55 360° Świat bez granic (20) 17.55 Dokąd dzisiaj? 4 (45, 46) – dok., Fr. 18.45 1942. Drugi rok przelomu 5)  
 19.45 Kongo. Kraina zbrodni 20.50 W poszukiwaniu 9. planety 22.00 Wytwór 1 wysił (2) 23.10 Zniewoleni. Rodzina w palupce strachu (2) 0.20 Niezwykłe podróże koleją 8 (1)

**TVN 24 BIS**

16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty 19.25 Fakty po Faktach – inf.  
 20.00 Fakty o świecie 21.00 Kijek w kosmosie 21.40 24 go godziny – mag. inf. 22.50 Fakty o świecie 23.30 Tak jest 0.55 Fakty po Faktach 1.45 Tak jest

**WYDARZENIA 24**

18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.  
 20.00 Wydarzenia, opinie, komentarze 21.00 Wydarzenia, pogoda 21.40 Pogoda 21.50 Wydarzenia wieczorne

**TVP 3**

13.00 Agrobiznes 13.20 Agropogoda – inf. 14.30 Niebezpieczne związki 14.50 Felieton sportowy 14.30 Program informacyjny 14.30 14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego 15.20 Serwis Info Dzień 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka – mag.  
 20.00 Dziennik regionów 20.10 Gość Regionów 20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów – inf. 22.30 Złoty chłopak (182) – obycz. 23.30 Kryminalna siódemka

**HGTV**

9.05 Remontujemy dom na plaży 5 (15) – pr. rozr. 10.05 Letnia chatka na lata (4, 5) – pr. rozr.  
 11.55 Usterka 10 (7, 8) – fab.-dok. 13.00 Zbudujemy fajny dom 2 (5) 14.00 Zbudujemy fajny dom 7 (15) Mieszkanie na miarę 4 (3, 4) – pr. rozr.  
 17.00 Polowanie na ogród 7 (3, 4) – rozr. 18.15 Weekendowa metamorfoza 2 (5, 6) – rozr. 20.10 Będzie pięknie (7) – pr. rozr. 21.10 Złoty remont 4 (3) – program rozrywk. 22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (3-6) – pr. rozr. 0.15 Sprzątaczkki 2 (10-12) – obycz.

**TVP KOBIETA**

12.30 Pięknie przyprawiona 2 (3) – mag. 12.45 Przepis dnia (46) 13.00 Dzieje słow – Maciej Orłoś (4) 14.00 Omnibus – szybcy i mądry (12) – telet. 14.35 Omnibus – szybcy i mądry (2) – dogrywka (12) 15.00 Po prostu na wieś (4) 16.30 Ojciec Mateusz 33 (429, 430) 17.25 Wypsy Kanaryjskie (5) – dok. 18.30 63. KFPP w Opolu – Premieri 19.30 Miłość i nadzieja (286) – telet.  
 20.30 Wichrowe wzgórze (267) 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (261) 22.30 Szansa na miłość – obycz., USA 2023

**BBC EARTH**

11.15 Skarby przeszłości i ich tajemnice 4 (2) – dok., Wlk. Bryt.  
 12.20 Malownicze trasy kolejowe (4) 13.20 Mroźna planeta 13.45 W okowach mrozu 2 (19) 15.25 Życie na pustkowiach: powroty 3 (6) – dok., Wlk. Bryt.  
 16.55 Wielkie koty 24/7 2 (6) 17.40 Azja (6) 18.45 Malownicze trasy kolejowe 2 (3) – dok. 19.50 Ben Fogle: wyjść do źródła Nilu (2) – dok. 20.55 Życie na pustkowiach: powroty 3 (7) – dok. 21.55 W okowach mrozu 2 (20) – dok. 22.55 Burze widziane z góry 23.55 Zabójcza pogoda 5 (3) 1.00 Azja (6)

**HISTORY**

13.05 Starożytni kosmici 14 (20) – dok. 14.00 Tajemnice skryte w mroku (3) 14.50 Największe tajemnice świata 6 (8) 15.45 Gwiazdy lombardu 12 (51)  
 16.15 Jak to wyjaśnić? 5 (16) – dok. 17.10 II wojna światowa: Walka o Europę (5) – dok. 18.10 Największe tajemnice świata 5 (12) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 16 (13) – serial dok. 20.00 Starożytni kosmici 14 (16) – serial dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (2) 22.00 Premiera: W poszukiwaniu potwora 5 (6) 23.00 Tom Hanks: II wojna światowa (9, 10) – dok.

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje

**16.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Iran – Japonia Japonia świetnie rozpoczęła zmagania w tegorocznej edycji LN, notując cztery zwycięstwa. Z Iranem Japonczycy mierzyli się w 2024 roku, wówczas wygrali 3:0. 180 min

**EUROSPORT II**

**7.45 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – zjazd mężczyzn

**8.30 Kolarstwo:** Giro d'Italia U23 – podsumowanie

**9.30 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**12.00 Snooker:** Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh

**14.00 Cycling Show** – mag.

**14.30 Cycling Show** – mag.

**15.00 Kolarstwo górskie:** PS w Lenzerheide – cross-country kobiet

**16.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

**17.30 Kolarstwo:** Giro d'Italia U23 – podsumowanie

**18.30 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**TVP SPORT**

**3.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz grupy D: Paragwaj – Australia

**6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026: Ekwador – Niemcy

**9.00 Mistrzostwo poranek (15)** – magazyn piłkarski

**10.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026: Japonia – Szwecja

**12.45 Strongman:** Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026

**13.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026: Paragwaj – Australia

**16.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026: Turcja – USA

**18.30 Dzień na mundialu (15)** – magazyn piłkarski

**CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Raków Częstochowa

**8.20 Speedway+** – mag.

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – Real Madryt CF

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia – RCD Espanyol

**13.30 O krok od tytułu** – Mistrzostwa Świata 1974 – dok., Polska 2024

**14.45 Premier League Review** – mag. piłkarski

**15.45 Premier League: The Big Interview (16)** – magazyn piłkarski

**16.15 Premier League Stories (46)** – mag.

**16.55 Speedway+** – mag.

**17.30 Żużel:** PGE Ekstraliga: KS Toruń – Włókniarz

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 LaLiga Best 11** – mag.

**7.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki** – dok.

**8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: VfB Stuttgart – FC Bayern Monachium

**9.50 Formula 3:** Grand Prix Austrii – sesja treningowa

**11.00 Formula 2:** Grand Prix Austrii – sesja treningowa

**12.15 F2: Chasing the Dream** – mag.

**12.35 GP Confidential** – mag.

**13.10 Formula 1:** GP Austrii – 1. sesja treningowa

**14.55 Formula 3:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**15.50 Formula 2:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**16.40 Formula 1:** GP Austrii – 2. sesja treningowa

**TVP ABC**

**7.05 Przyjaciele Misia i Margolki (37)**

**7.30 Bazgrolika** – anim.

**7.40 Tytaci** – serial anim.

**8.14 Koty 2** – serial anim.

**8.30 Odo** – serial animowany

**9.00 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**9.30 Domisie**

**10.00 Ugotuj nam bajkę**

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.45 Dziwne przygody Koziołka Matołka**

**11.05 Male i duże przygody Miffy** – serial anim.

**11.20 Swinka Peppa** – anim.

**11.35 Stacykowo** – anim.

**11.55 Strażak Sam** – anim.

**12.25 Domisie**

**12.50 Halo, halo!** (80) – eduk.

**12.55 Zaczarowany Świat...** (25) – cykl reportaży, Pol.

**13.20 Pszczółka Maja** – anim.

**SIATKÓWKA**

**19.45 Liga Narodów** – mecz: Brazylia – Włochy Canarinhos już pięć lat czekają na drugie złoto LN. Rok temu ich marzenia zostały przekreślone w półfinale przez Polaków. 135 min

**22.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja Biało-Czerwoni wygrali try ostatnie mecze z ekipą znad Bosforu bez straty seta. 180 min

**1.00 Boks**

**SNOOKER**

**20.00 Turniej World Open:** R. O'Sullivan – T. Un-Nooh Pojedynek wyłoni snookerzystę, który zostanie triumfátorem szesnastego rankingowego turnieju w sezonie 2025/26. 120 min

**22.00 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – cross-country kobiet

**23.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

**PIŁKA NOŻNA**

**20.00 MŚ 2026:** Senegal – Irak Sadio Mané (zd.) strzelił najwięcej goli dla Lwów Terangi w kwalifikacjach. Czy zdobędzie też bramkę w spotkaniu z Irakiem? 215 min

**23.35 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026: Norwegia – Francja

**1.35 Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio

**1.50 Piłka nożna:** MŚ 2026: Republika Zielonego Przylądka – Arabia Saudyjska

**ŻUŻEL**

**20.00 PGE Ekstraliga** – mecz: Betard Sparta Wrocław – GKM Grudziądz Pierwsze spotkanie tych zespołów 48:42 wygrali żużlowcy z Grudziądza. Spartanie liczą na rewanż przed własną publicznością. 180 min

**23.00 Sporty walki:** Sporty walki: ONE Friday Fights 160

**2.15 Ligomistrzowie historii (1)** – mag.

**3.00 Sporty walki:** ONE Fight Night 44

**FORMUŁA 1**

**18.30 Grand Prix Austrii** – 1. sesja treningowa Kierowcy, wśród nich broniarcy tytułu mistrza świata Lando Norris (zd.), szlifują formę przed wyścigiem na Red Bull Ringu. 90 min

**20.00 Formula 1:** GP Austrii – 2. sesja treningowa

**21.20 Formula 2:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**22.20 Formula 3:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**23.20 Bundesliga Special (22, 20)** – mag. piłkarski

**ANIMOWANY**

**13.50 Lupin wśród bajek** Lupin odgrywa rolę odważnego rycerza, który musi zdobyć kurę znoszącą złote jajka. 15 min

**14.05 Lassie i przyjaciele**

**14.30 Swinka Peppa 8**

**14.45 Kid Lucky** – serial anim.

**15.15 Al-chemik (41)**

**15.35 Bella i Sebastian**

**16.05 Krecio** – serial anim.

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

**17.05 Dino Ranczo** – anim.

**17.30 Piotruś Królík** – anim.

**18.00 Kucharz Shane**

**18.25 Leo da Vinci 2 (77, 78)**

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów: Iran – USA

**8.30 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów: Francja – Kuba

**11.00 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów: Ukraina – Włochy

**13.00 Siatkówka mężczyźni:** LN

**15.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – półfinał

**17.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – półfinał gry pojedynczej

**18.00 Lekkoatletyka:** World Athletics Continental Tour Gold – Zagrzeb 2026

**20.15 Siatkówka mężczyźni:** LN: Serbia – Kuba

**23.00 Siatkówka mężczyźni:** LN: Iran – Japonia

**1.00 Sporty walki:** FEN

**EUROSPORT 2**

**12.30 Kolarstwo górskie:** Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – zjazd kobiet

**13.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – zjazd mężczyzn

**14.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**16.30 Snooker:** Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh

**18.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – cross-country kobiet

**19.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

**21.00 Golf:** Travelers Championship – 2. runda

**0.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap

**TVN TURBO**

**10.15 Złomowisko PL 9 (10, 11)**

**12.15 Naprawy nie do naprawy** – mag.

**13.00 Zawodowcy handlarze (5, 6)** – rozr.

**14.30 Wójny samochodowe (16, 1)**

**16.30 Jeździć, obserwować (3, 4)** – dok.

**18.00 Raport Turbo** – mag. inf.

**18.15 Jeździć, obserwować (1, 6)** – dok., Pol.

**19.45 Moto kombat (5)** – mag.

**20.30 Mobilni mechanicy (2)** – mag.

**21.15 Duda kontra Szafranski (9)** – pr. rozrywk.

**22.00 Raport Turbo** (9) – mag. inf.

**22.15 Z drugiej ręki** (9) – mag.

**23.00 Zawodowcy handlarze (10)**

**23.45 Moto Fichury (5)**

**0.30 Wojny samochodowe (15, 16)**

**CANAL+ SPORT 5**

**6.00 Liga+ Extra** – mag. piłkarski

**8.00 Żużel:** Metalkas 2. Ekstraliga: INNPRO ROW Rybnik – Orzeł

**10.45 Premier League Stories (46)** – magazyn piłkarski

**11.25 Speedway+** – mag.

**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**17.30 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: PRES Grupa Deweloperka Toruń – Włókniarz

**20.00 Dart:** US Darts Masters 2026

**22.00 Boks:** BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon

**23.15 Ligomistrzowie historii (3, 1)** – mag. piłkarski

**1.00 Dart:** US Darts Masters 2026

**ELEVEN SPORTS 2**

**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Stade Rennais FC

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Heidenheim – Bayern

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Genoa – Inter

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Mainz

**18.00 Serie A**

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter – Como

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Barcelona – Real Madryt

**23.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (3, 4) – mag.

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Le Havre AC

**NICK JR.**

**14.35 Zwierzęce zagadki 15.05** Rogata ekipa 2 (5) – dla dzieci

**15.36 Swinka Peppa 7** – anim.

**15.55 Swinka Peppa** – anim.

**16.00 Swinka Peppa 5**

**16.16 Swinka Peppa 8**

**16.40 Psi Patrol 6**

**17.00 Rubble i jego ekipa 4** – anim.

**17.30 Pan Krokodyl** – anim.

**18.00 Barbapapa** i jego rodzinka

**18.50 Tim Rex** wśród gwiazd

**18.25 Przygody Misia Paddingtona 2**

**19.25 Przygody Misia Paddingtona**

**20.00 Swinka Peppa 4** – anim.

**20.30 Male Królestwo** Bena i Holly – anim.

**21.00 Barbapapa** i jego rodzinka – anim.

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów

**8.30 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów

**11.00 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów

**13.30 Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – mecz półfinałowy gry pojedynczej

**15.30 Tenis:** Turniej ATP w Eastbourne – mecz półfinałowy gry pojedynczej

**16.15 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów: Chiny – Argentyna

**20.15 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Niemcy

**23.00 Siatkówka mężczyźni:** Liga Narodów

**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (4, 5)** – dok.

**14.10 I nie opuszczę mnie aż do śmierci 5** – dok.

**15.05 Tajemnice polskich mordsterw (2)** – dok.

**16.00 Ferie, impreza, morderstwo 2 (6)**

**17.00 Morderstwo czy wypadek? (3)**

**20.18.00 Cała prawda o zbrodni 2 (3, 4)**

**19.00 Dowody zbrodni:** Morderstwa na bagnach (4) – dok.

**20.00 I nie opuszczę mnie aż do śmierci 5 (10)** – dok.

**21.00 Dowody zbrodni 4 (17)** – serial dok.

**22.00 Serwiny mordercy:** Joel Rifkin (1)

**23.55 Szkokujące morderstwa:** Atlanta (8) – dok.

**POLSAT PLAY**

**6.00 Dorwać tuńczyka (7-9)** – dok.

**9.10 Wojny magazynowe 15 (329, 330)** – reality show

**10.05 Wojny kontenerowe (7, 8)** – serial dokum.

**USA 11.05 Hardkorowy lombard (153-158)** – dok.

**14.05 Polacy za granicą (133, 134)** – dok.

**16.00 Złomiarze (17, 18)** – serial dok.

**18.05 Poszukiwacze historii (247-250)** – serial dokum.

**20.05 Chłopaki do wzięcia (487-490)** – serial dok.

**22.00 Zawód glina (12)** – dok.

**23.05 Łowca pedofilów (151-158, 160, 161)** – dok., Pol.

**4.05 Starożytni kosmici (49, 50)** – dok.

**DTX**

**9.10 Militaria na warsztat (2, 3)**

**11.10 Dwa oblicza survivalu 3** – serial dok.

**13.10 Autostrada na Zachód 5 (14, 15)** – dok.

**15.10 Fani czterech kólek: w trasie** – dok.

**17.10 Absurdy drogowe 8 (3, 4)** – rozr.

**18.10 Premiera: Dwa oblicza survivalu: Meksyk** – dok.

**19.10 Fani czterech kólek** – serial dok.

**20.10 Niechciani w Gas Monkey (1)**

**21.10 Będzie pan zadowolony 2 (1, 2)** – rozr.

**22.10 Uliczne wyścigi nocą**

**23.10 Militaria na warsztat (15)** – dok.

**0.10 Kroniki policyjne:** Szwecja

**2.10 Megatransports 2 (1)**

**ELEVEN SPORTS 3**

**10.00 Werder Double 10.55 Ronaldo 11.25 Birds of paradise**

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Juventus

**14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: RCD Espanyol – Real Madryt

**16.00 Made in Italy (7, 5, 6, 4)** – mag.

**17.00 Ligue 1 Show (36)** – mag.

**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Torino – AC Milan

**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: BVB – Borussia M'gladbach

**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Lille – Olympique Marsylia

**0.00 Serie A** – mag.

**1.00 Bundesliga Special (12)** – mag. piłkarski

**MINIMINI+**

**7.33 Kicia Kocia 2** – anim.

**8.30 Cloudy & Stormy 9.05 Bing 2**

**9.48 Bing 10.00 Baranek Shaun 11.25 Bączne oczka 2**

**11.55 Marta mówi 12.50 Moje urodziny 12.59 Marta mówi 13.55 Moje urodziny 14.00 Basia 15.10 Kicia Kocia 2** – anim.

**15.55 Blaze i megamaszyny 17.20 Staś i fajna Babcia** – anim.

**17.50 Moje urodziny** – dla dzieci

**17.57 Staś i fajna Babcia** – anim.

**18.15 Lesna rodzina: Freya** spełnia swoje marzenia

**18.40 Dora i przyjaciele 19.35 Kicia Kocia 2**

**20.25 Mały Charlie** – serial anim.

## FILMOWE HITY DNIA



HIT

22.15 TVN 7

## Kryptonim U.N.C.L.E.

**KOMEDIA SENSACYJNA** Agenci rywalizujących mocarstw łączą siły, aby powstrzymać wroga.

Początek lat 60., czas zimnej wojny. Doświadczony wysłannik CIA Napoleon Solo (Henry Cavill, zdj.) zostaje zmuszony do współpracy ze służącym w KGB Illją Kuriakinem (Armie Hammer, zdj.). Wraz z Gaby (Alicia Vikander), córką zaginionego niemieckiego profesora Udo Tellera (Christian

Berkel), muszą udaremnić atak na globalną skalę. Ludzkość zagraża organizacja przestępcza, która zamierza zdobyć dostęp do broni jądrowej i z jej pomocą zburzyć funkcjonujący na świecie ład.

**INFO:** USA/Wlk. Bryt. 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer **145 min do godz. 0.40**



20.00 TVN

## Poznaj mojego tatę

**KOMEDIA** Greg (Ben Stiller, zdj.) pragnie oświadczyć się Pam (Teri Polo). Jej ojciec (Robert De Niro, zdj.) na każdym kroku próbuje mu udowodnić, że nie jest odpowiednim kandydatem na męża. **140 min**

USA 2000, reż. Jay Roach, wyk. Robert De Niro, Ben Stiller, Teri Polo, Blythe Danner



20.00 TVN 7

## Godziny szczytu

**KOMEDIA SENSACYJNA** Do Los Angeles przybywa policjant z Hongkongu, Lee (Jackie Chan, zdj.). Ma ocalić porwaną córkę chińskiego konsula. Pomaga mu miejscowy funkcjonariusz (Chris Tucker, zdj.). **135 min**

USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, Tom Wilkinson



20.00 TVP KULTURA

## Księga ocalenia

**DRAMAT SENSACYJNY** Wędrowiec Eli (Denzel Washington, zdj.) trafia do zbudowanego na zgliszczach miasta. Rządzi nim Carnegie (Gary Oldman). Pragnie on zdobyć księgę, którą posiada przybysz. **125 min**

USA 2010, reż. Albert Hughes, Allen Hughes, wyk. Denzel Washington, Gary Oldman



20.00 TV PULS

## Uprowadzona 2

**SENSACYJNY** Emerytowany agent amerykańskiego wywiadu, Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.), wyjeżdża na wakacje do Stambułu. Staje do nierównej walki z bandytami, którzy zagrażają jego rodzinie. **115 min**

Francja/USA/Wlk. Bryt. 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Famke Janssen



20.00 KINO POLSKA

## Legiony

**HISTORYCZNY** I wojna światowa. Józek (Sebastian Fabijański), dezerterski z carskiego wojska, trafia do sztabu Legionów Polskich Piłsudskiego. Zakochuje się w agentce wywiadu (Wiktoria Wolańska, zdj.). **175 min**

Polska 2019, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Sebastian Fabijański, Wiktoria Wolańska



20.25 TVP 1

## Pelé: Narodziny legendy

**DRAMAT BIOGRAFICZNY** Rok 1940. Wychowujący się w slumsach Pelé pasjonuje się piłką nożną. Jako siedemnastoletni chłopak (Kevin de Paula, zdj.) debiutuje w meczu reprezentacji Brazylii. **115 min**

USA 2016, reż. Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist, wyk. Kevin de Paula, Seu Jorge



20.45 PULS 2

## Wszystko zostanie w rodzinie

**KOMEDIA** Franck (Philippe Lacheau, zdj.) chce oświadczyć się Sonii (Alice David, zdj.) na wakacjach w Brazylii. Miłosne plany niweczą nieokrzesani przyjaciele chłopaka. **100 min**

Francja 2015, reż. Nicolas Benamou, Philippe Lacheau, wyk. Alice David, Christian Clavier



22.20 TVN

## Był sobie chłopiec

**KOMEDIODRAMAT** Zatwardziały kawaler Will (Hugh Grant, zdj.) zaprzyjaźnia się z 12-letnim Marcusem (Nicholas Hoult). Chłopiec planuje wyswatać go ze swoją samotną matką, Fioną (Toni Collette). **130 min**

Niemcy/USA/Wlk. Bryt. 2002, reż. Chris Weitz, Paul Weitz, wyk. Hugh Grant, Toni Collette



22.30 STOPKLATKA

## Ostatni bastion

**SENSACYJNY** Generał Irwin (Robert Redford, zdj.) zostaje umieszczony w więzieniu o zastraszonym rygorze. Jego konflikt z zarządzającym zakładem Winterem (James Gandolfini, zdj.) zapoczątkowuje bunt. **150 min**

USA 2001, reż. Rod Lurie, wyk. Robert Redford, James Gandolfini, Mark Ruffalo, Steve Burton



22.30 TVP KOBIETA

## Wykapany ojciec

**KOMEDIA** 42-letni David (Vince Vaughn, zdj.) odkrywa, że za sprawą nasienia, które sprzedawał do banku spermy, jest ojcem ponad 500 dzieci. Część z nich zamierza poznać jego tożsamość. **115 min**

USA 2013, reż. Ken Scott, wyk. Vince Vaughn, Chris Pratt, Cobie Smulders, Simon Delaney



22.55 POLSAT

## Bez litości 2

**THRILLER** Emerytowany agent CIA Robert McCall (Denzel Washington, zdj.) dowiadyuje się, że jego przyjaciółka i zawodowa partnerka Susan (Melissa Leo) została zamordowana. Postanawia ją pomścić. **160 min**

USA 2018, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Bill Pullman



23.05 TVP 2

## Wielkie wesele

**KOMEDIA** Rozwiedzeni Ellie (Diane Keaton, zdj.) i Don (Robert De Niro, zdj.), na prośbę adoptowanego syna (Ben Barnes), na jego ślubie mają udawać zgodne małżeństwo. Mistyfikacja ich przerasta. **100 min**

USA 2013, reż. Justin Zackham, wyk. Robert De Niro, Diane Keaton, Katherine Heigl

TVP 1 TVP 1 DVB T2

- 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny
- 7.40 **Rok w ogrodzie** (1171) – magazyn
- 8.05 **Rok w ogrodzie extra** (444) – mag.
- 8.20 **Pełnosprawni** (658) – mag.
- 8.45 **Ranczo 6** (67) – serial obycz., Pol. 2012
- 9.40 **Komisarz Alex 6** (75) – serial krym.
- 10.35 **Ojciec Mateusz 14** (184) – krym., Pol.
- 11.30 **Natura w Jedyńce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego** (4) – serial dokum., Hiszpania 2026
- 12.35 **Gwiazdy w południe: Rzymskie wakacje** – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, 130 min
- 14.45 **Okrasza łamię przepisy** – mag. kulin.
- 15.20 **Rozmowy na medal** (3) – mag.
- 16.00 **Dziedzictwo** (961) – serial obycz.
- 17.00 **Telexpress, pogoda**
- 17.35 **Rolnik szuka żony 12** (4) – telen. dok.
- 18.40 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
- 19.30 **Program informacyjny** 19.30
- 19.55 **Pytanie dnia** – program publicyst.
- 20.05 **Sport, pogoda**

TVP 2 TVP 2 DVB T2

- 4.35 **Piłka nożna: Mistrzostwa**
- LIVE** świata 2026 – studio
- 4.50 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Belgia
- 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.20 **Górna półka smaku** (1) – magazyn kulinarny
- 11.55 **Zmiennicy** (4) – serial komediowy, Pol.
- 13.05 **Panna młoda** (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.00 **Familiada** – teleturniej
- 14.35 **Koło fortuny** (1873) – teleturniej
- 15.15 **Szansa na sukces. Opole 2026** (8) – widowisko, Polska 2025
- 16.20 **Na dobre i na złe** (985) – serial obycz.
- 17.20 **Panna młoda** (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 18.15 **Va banque** (1000) – teleturniej
- 18.45 **Wyższa Szkoła Jazdy** (4) – magazyn motoryzacyjny
- 19.10 **Słowo na niedzielę**
- 19.25 **Rodzinka.pl** (297) – serial kom., Polska

polsat POLSAT DVB T2

- 4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny
- 5.25 **Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
- 8.00 **halo tu polsat** – magazyn
- 10.45 **Przełom cwaniaczka: Droga**
- FILM** **Przez mękę** – komedia, USA 2017, reż. David Bowers, 120 min
- 12.45 **Piksele** – komedia, USA/Chiny/Kanada
- FILM** 2015, reż. Chris Columbus, 135 min
- 15.00 **Jak rozpełtałem II wojnę światową**
- FILM** – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, 110 min
- 16.50 **Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów** – mecz: Polska – Niemcy
- LIVE** Przedostatni występ Biało-Czerwonych w turnieju w Gliwicach. Przeciwnik Aleksandrowi Śliwce i jego kolegom stanie zespół, który podobnie jak Polacy po pierwszym tygodniu Ligi Narodów miał na koncie dwa zwycięstwa i taką samą liczbę porażek. 120 min
- 18.50 **Wydarzenia**
- 19.15 **Prezydenci i premierzy** (457)
- 19.30 **Sport, pogoda**

tvn TVN DVB T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 **Ukryta prawda** (1681) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 **Pogromcy chaosu** (8) – program rozrywkowy
- 7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.30 **Na Wspólnej** (4232-4235) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 13.00 **Młode gliny** (7) – serial kryminalny, Polska 2026
- 14.10 **Za duży na bajki** – film familijny, **FILM** Polska 2022, reż. Kristoffer Rus
- Pod nieobecność nadopiekuńczej mamy (Karolina Gruszka) dziesięcioletni Waldek (Maciej Karas) trafia pod opiekę ekscentrycznej ciotki (Dorota Koliak). Narzuca ona chłopcu nieznaną mu dotąd rygor. 140 min
- 16.30 **Indiana Jones i Królestwo**
- FILM** **Kryształowej Czaszki** – film przygodowy, USA 2008, reż. Steven Spielberg, 150 min
- 19.00 **Fakty, sport i pogoda**
- 19.45 **Uwaga!** – magazyn reporterów

## WYDANIE SPECJALNE to.owoTV NA MUNDIAL

dostępne we wszystkich punktach STS na terenie całego kraju



- 20.25 **Pelé: Narodziny legendy** – dramat biograficzny, USA 2016
- Opowieść o niełatwych początkach drogi na piłkarski szczyt legendarnego brazylijskiego zawodnika. Autorem zdjęć jest nominowany do Oscara Matthew Libatique („Requiem dla snu”, „Czarny labędz”). 115 min
- 22.20 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz grupy L: Chorwacja – Ghana
- 1.20 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz grupy K: Kolumbia – Portugalia
- 3.55 **63. FKPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank** – skrót koncertu, Polska 2026
- 4.45 **Sprawdzamy** – magazyn



- 20.00 **Lato z Radiem i Telewizją Polską** – Polska 2026
- Kolejnym przystankiem na wakacyjnej trasie koncertowej jest Radom. Zaspiewają m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz (zdj.), Natalia Kukulska oraz Viki Gabor. Nie zabraknie także dodatkowych atrakcji. 130 min
- 22.10 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (3) – talk-show
- 23.05 **Wielkie wesele** – komedia romantyczna, USA 2013, 100 min
- 0.45 **Żona do podziału** – komedia, **FILM** Francja/Belgia 2015, 90 min
- 2.15 **Akacja 38** (413) – telen., Hiszpania
- 3.05 **Rodzinka.pl** (183) – serial kom., Polska



- 19.55 **Sopocki Hit Kabaretowy – Siaba pleć** – Polska 2020
- Przypomnienie skeczy, które w ubiegłych latach zaprezentowano podczas festiwalu w Operze Leśnej. Zawilosci relacji damsko-męskich oraz inne życiowe tematy przybliżają takie gwiazdy satyry jak Ani Mru-Mru, Kabaret Smile (zdj.) czy Kabaret Moralnego Niepokoju. 180 min
- 22.55 **Bez litości 2** – thriller, USA 2018, reż. **FILM** Antoine Fuqua, 160 min
- 1.35 **Nikt** – film sensacyjny, USA/Japonia/ **FILM** Chiny 2021, reż. Ilya Naishuller, 115 min
- 3.30 **Świat według Kiepskich** (588, 50) – serial komediowy, Polska



- 20.00 **Poznaj mojego tatę**
- FILM** – USA 2000, reż. Jay Roach
- Świetnie zagrana, zabawna opowieść z brawurową, nieco przewrotną rolą Roberta De Niro (zdj.). W głównego bohatera – granego przez Bena Stillera (zdj.) – początkowo miał wcielić się Jim Carrey. 140 min
- 22.20 **Był sobie chłopiec** – komediodramat, **FILM** Niemcy/USA/Francja 2002, 130 min
- 0.30 **365 dni** – film erotyczny, Polska **FILM** 2020, reż. Barbara Białowąs, Tomasz Mandes, 140 min ●
- 2.50 **Uwaga!** – magazyn reporterów
- 3.10 **Wallander** (4) – serial kryminalny
- 5.05 **Recepta na stary dom 3** (1) – pr. rozr.

TV4 DVB T2

- 6.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (189) – reality show, Polska
- 7.00 **Galileo** (1164, 1165) – program popularnonaukowy
- 9.05 **Jesteśmy dla dzieci** – magazyn
- 9.30 **Galileo** (1166) – program popularnonaukowy
- 10.30 **Mini Galileo** (65) – program popularnonaukowy
- 10.35 **Galileo** (1174, 1175) – program popularnonaukowy
- 12.40 **Obsesja** – thriller, USA 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter, Bruce McGill, 135 min
- 14.55 **Policjantki i Policjanci** (1376-1380) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (117-120) – serial kryminalny, Polska 2026
- 0.05 **Gwiazdy Kabaretu** (179, 180) – program rozrywkowy
- 2.05 **STOP Drogówka** – magazyn policyjny
- 3.05 **Intercjacja** – magazyn reporterów
- 3.25 **Lubię disco!** (269) – program muzyczny
- 4.25 **Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny
- 5.30 **Telezakupy TV Okazje**

puls TV PULS DVB T2

- 6.00 **Kobra – oddział specjalny** (15-17) – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 9.00 **Taki jest świat 11** (26) – program informacyjny
- 9.25 **Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009
- 10.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (511, 513, 515, 517, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958-962) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.00 **Mocne sobotnie kino: Urowadzona 2** – film sensacyjny, Francja/USA/ **FILM** Turcja 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Famke Janssen, Maggie Grace, Leland Orser, 115 min
- 21.55 **Moonafl** – film katastroficzny, USA/ **FILM** Chiny/Wielka Brytania 2022, reż. Roland Emmerich, wyk. Halle Berry, Patrick Wilson, John Bradley, Charlie Plummer, Kelly Yu, Michael Peña, Carolina Bartczak, 145 min
- 0.20 **Maczeta** – film sensacyjny, USA 2010, **FILM** reż. Robert Rodriguez, Ethan Maniquis, wyk. Danny Trejo, Robert De Niro, Jessica Alba, Steven Seagal, 125 min
- 2.25 **Zobacz to!** – programy powtórkowe

puls PULS 2 DVB T2

- 6.35 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984
- 7.35 **Kacze opowieści** – serial animowany
- 8.40 **Corgi, psiak królowej** – film **FILM** animowany, Belgia/USA 2019, 95 min
- 10.15 **Gnomeo i Julia** – film animowany, **FILM** Wielka Brytania/USA 2011, 105 min
- 12.00 **Wojciech Ceirowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (7-9) – serial dokum., Pol. 2015
- 13.50 **Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (7) – program rozrywkowy
- 14.55 **Kajtek CZarodziej** – film fantasy, **FILM** Polska/Czechy/Słowacja 2023, 125 min
- 17.00 **Kapitan Szablodzięba i skarb piratów** **FILM** – film familijny, Norwegia/Wielka Brytania 2014, reż. John Andreas Andersen, 120 min
- 19.00 **Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali** – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, 105 min
- 20.45 **Wszystko zostanie w rodzinie** **FILM** – komedia, Francja 2015, 100 min
- 22.25 **Uciekaj albo walcz** – film sensacyjny, **FILM** USA 2020, reż. Kyle Rankin, 125 min
- 0.30 **Wstydlive choroby: Nastolatki 2** (3, 4)
- 2.45 **Lombard. Życie pod zastaw 4** (179, 180) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 **Kręcimy z gwiazdami** (6) – pr. rozrywk.

TVN 7 DVB T2

- 5.15 **Szkoła** (755) – serial paradokum., Pol. 2019
- 6.15 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (22) – program rozrywkowy
- 7.10 **Nowe Zwariowane Melodie** – anim.
- 7.55 **Psy i koty** – film familijny, USA 2001, reż. Lawrence Guterman, 105 min
- 9.40 **Zgłoś remont 11** (4) – program rozrywk.
- 10.45 **Bitwa o gości** (5) – reality show
- 11.50 **Ukryta prawda** (1417-1419) – paradok.
- 14.55 **Szpital św. Anny** (13, 14) – serial obycz.
- 16.55 **Detektyw (327)** – serial fabularno-dokum.
- 17.55 **Wehikuł czasu** – film s.f., USA/ **FILM** Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, 125 min
- 20.00 **Godziny szczytu** – komedia sensacyjna, **FILM** USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Ken Leung, 135 min
- 22.15 **Kryptonim U.N.C.L.E.** – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer, Alicia Vikander, 145 min
- 0.40 **Matri Revolucje** – film s.f., USA/ **FILM** Australia 2003, reż. Andy Wachowski, Larry Wachowski, wyk. Keanu Reeves, 160 min
- 3.20 **Zyjąc z potworem 8** (14) – serial dok.
- 4.20 **Fachowcy 2** (15) – serial paradokum., Pol.

**TVP POLONIA** **TVP POLONIA**

7.15 **Turystyczna jazda** (200) – magazyn

7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn

7.55 **Pytanie na śniadanie**

11.20 **Podróż z historią** (12)

12.05 **GRUBY** (5, 6) – przyg., Pol.

13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dok., 2025

13.45 **Echo serca** (4) – obycz.

14.35 **Na sygnale** (647, 648)

15.35 **Okrasa łamie przepisy**

16.10 **Ycieo Zasu. Bogactwo runa i podszytu** – film dokumentalny, Pol. 2019

17.05 **Ja wam pokażę!** (7)

17.55 **Telexpress**

18.20 **Wojna domowa** (7, 8)

19.50 **63. KFPP w Opolu** – **Debiuty**

20.10 **Program informacyjny 19.30**

20.40 **Pogoda**

**rozywka** **TVP ROZYWKA**

8.20 **Górna półka smaku**

8.50 **Kiedyś było...** – mag.

9.30 **Koło fortuny** (2037)

10.10 **Tancząca ze światem – Malta** (3) – magazyn

10.40 **Szana na sukces. Opole 2026 2** (6)

11.45 **To jest game – wakacyjnie** (94)

12.20 **Prywatne życie zwierząt 14** (6)

12.45 **Program rozrywkowy**

13.00 **Daję słowo – Maciej Orłós 2** (20) – talk-show

13.55 **Postaw na milion**

15.50 **Va banque** (962, 963)

17.00 **Koło fortuny** (2038) – teleturniej

17.40 **Szana na sukces. Opole 2026 2** (7)

18.45 **Olga Lipińska zaprasza** (6) – talk-show

19.30 **Program rozrywkowy**

**TTV HD** **DVB-T2**

8.45 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (13)

9.45 **Express** – pr. inform.

10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (14)

11.05 **Nic do zgłoszenia 6** (6)

12.05 **Zakup w ciemno extra** (25) – reality show

12.35 **Zakup w ciemno 7** (26-28) – reality show

15.45 **Express** – pr. inform.

16.05 **Idź na całość 2** (10)

17.05 **Usterka 14** (6)

17.45 **Express** – pr. inform.

18.00 **Pogoda, sport** – pr. inf.

18.10 **Zakup w ciemno 7** (25) – reality show, Pol. 2026

19.05 **Zakup w ciemno extra** (24) – reality show

19.45 **Express** – pr. inform.

20.00 **Idź na całość 2** (7)

21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 19** (15)

**polosat 2** **POLSAT 2**

5.50 **Wydarzenia**

6.30 **Nasz nowy dom** (291) – reality show, Pol. 2023

7.30 **Ewa gotuje** (575, 562) – magazyn kulinarny

8.30 **Z klimatem i z pasją** (248) – program publicystyczny

9.00 **Dlaczego ja?** (1383-1387) – serial paradokum, Polska 2024

14.00 **Sekrety rodziny** (148) – serial paradokum, Pol.

15.05 **Wieżenie kobiet** (106-109) – serial dok.

17.00 **Nasz nowy dom** (363) – reality show, Pol. 2026

18.10 **Maly** – komedia **FILM** kryminalna, USA 2006, rez. Keenen Ivory Wayans, wyk. Marlon Wayans, Tracy Morgan, 120 min

**polosat film** **POLSAT FILM**

6.00 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo** (168) – pr. rozr.

7.55 **Sąsiedzi** – anim. ●

8.20 **Byli sobie podróżnicy** – serial animowany, Fr.

10.05 **Prezent nocnej furii** – film anim., USA 2011

10.35 **Vivo** – film animowany, USA 2021, 120 min

12.35 **Ace Ventura Junior** – film przygodowy, USA 2008, 105 min

14.20 **Faceli w czerni 3** – komedia s.f., USA 2012, 140 min

16.40 **Rodzina Addamsów 2** – film animowany, USA/Kanada 2021, 115 min

18.35 **Dzień Niepodległości. Odrodzenie** – film s.f., USA 2016, rez. Roland Emmerich, wyk. Liam Hemsworth, 145 min

**AXN** **AXN**

6.05 **Legenda Zorro** **FILM** – film przygodowy, USA 2005, rez. Martin Campbell, 145 min

8.30 **Rekrut 8** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2026

10.30 **MacGyver** (17-21) – serial akcji, USA 2017

Angus i jego współpracownicy zostają oskarżeni o planowanie zamachu. Muszą uciekać przed wymiarem sprawiedliwości. 290 min

15.20 **FBI: Most Wanted 3** (4-8) – serial kryminalny, USA 2020

Carrie Chen zostaje uprowadzona. Jej mąż wmuśnięty do laboratorium, by pomóc synowi Franka Zhao, który stoi za porwaniem. 280 min

**SZPIEGOWSKI**



20.50 **Zatoka szpiegów** (7) Kessler szuka winnego niepowodzenia programu torped. Anna opowiada Franzowi, jak wywiad upozorował jej śmierć, by skłonić go do współpracy. 50 min

21.40 **Uwaga – premiera! Liczba doskonała** – dram. obycz., Polska/Wł./Izrael 2022, 90 min

23.10 **63. KFPP w Opolu** – **Superjedynki**

23.45 **Laskowik & Malicki** – **niezłazka i wścizor**

**ROZYWKA**



20.00 **Kabaret Letnią Porą** (7, 8) Przymiennie zostana najbardziej udane skecze, monologi oraz piosenki popularnych polskich grup. 120 min

22.00 **Postaw na milion** – teleturniej

0.00 **Koło fortuny** (2038, 2032) – teleturniej

1.20 **Łowcy śmiechu** (2) – talk-show

2.30 **Kabaret Potem przedstawia – Trąbka dla gubernatora** – pr. rozr.

**FABULARNO-DOK.**



22.00 **Damy i wiesniacki. PL 11** (5) – Pol. 2026

Trojmiejska restauratorka ściera się z wiejskimi porządkami, zaś pochodząca z prowincji Krysiya odkrywa uroki miejskiego życia. 60 min

23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 24** (2, 3)

1.00 **Diabelnie boskie 2** (3, 4) – reality show, Pol.

1.55 **Zapukaj do moich drzwi** (124, 125) – telen.

3.55 **Detektyw** (129) – serial fabularno-dokum., Polska

**KOMEDIA**



20.10 **W jak morderstwo** **FILM** – Polska 2021

W Podkowie Leśnej (zdj.) i Marcus (Martin Lawrence, zdj.) stają w obronie szefa wroboniego w działalność przestępczą. 135 min

22.20 **Koysanka** – czarna **FILM** komedia, Polska 2010, 140 min

0.40 **Blade Runner 2049** **FILM** – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Wędry 2017, 205 min

4.05 **Wydarzenia**

**KOMEDIA**



21.00 **Bad Boys: Ride or Die** – USA 2024

Sledczy Mike (Will Smith, zdj.) i Marcus (Martin Lawrence, zdj.) stają w obronie szefa wroboniego w działalność przestępczą. 135 min

23.15 **Morbius** – horror, USA 2022, rez. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, Matt Smith, 135 min

1.30 **Ślad** (25, 6, 7) – serial krym., Polska 2018-2019

4.30 **Na ratunek 112** (851, 852) – paradok., Pol.

**SENSACYJNY**



20.00 **Uprowadzona** **FILM** – Francja 2008

Były agent Mills (Liam Neeson, zdj.) rusza do Paryża, by ratować córkę Kim. Następnie porwał gang Albańczyków handlujących żywym towarem. 120 min

22.00 **Uprowadzona 2** – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 105 min

23.45 **Hostel 2** – horror, USA **FILM** 2007, 125 min ●

1.50 **Hostel 3** – horror, USA **FILM** 2011, 110 min ●

**WYST. HISTORIA** **TVP HISTORIA** **DVB-T2**

9.05 **Przybylice i kaptury** (5) 10.10 Korona Gór Polski 10.40 Wszystkie kolory świata – dok.

11.45 **Podziemne Włochy** (4)

12.55 **Krainy cudów natury** (2)

14.00 **Ex Libris 14.30** Poznań '56 – dram. społ., Polska 1996

16.25 **Flesz historii** (767) 16.55 Tajemnice kulturowych seriali (2) 17.50 **Blisko, coraz bliżej** (8) 19.05 **Independence Dawn: The Forgotten Revolution** (1)

20.00 **Zbrodnie sprzed lat** (4) – dok. 20.55 **Operacja „Samum”** – dram. sens., Pol. 1999

22.40 **Lombardzista** – dram. obycz., USA 1964 0.45 **Historia** w postaciach zapisana

**WYST. KULTURA** **TVP KULTURA** **DVB-T2**

12.35 **Pocinalny mordercy** – dram. krym., USA 1955 13.55 **Komedia 14.40** Serialowa nostalgia: Kariera Nikodema Dymy (7-ost.) – obycz., Pol. 1980

15.55 **Dekalog 1** – dram. psychologiczny, Pol. 1988 17.05 **Rewolwa** (7, 10). rocznica Czerwca '56 – reportaż 17.35 **Retro kino: Siedmiu wspaniałych** – western, USA/Meksyk 1960

20.00 **Bilet do kina: Księga oczenia** – dram. sens., USA 2010

22.05 **63. KFPP w Opolu** – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (1) – koncert 23.10 **Kino nocne: Dzięki Bogu** – dram. obycz., Fr./Bel. 2018

**WYST. POLSAT** **SUPER POLSAT** **DVB-T2**

6.05 **Wydarzenia** 6.40 **SuperLudzie** (36) – dok., Pol. 7.15 **Była sobie Ziemia** 10.00 **Smerfy** – film familijny, USA 2011

12.05 **Świat według Kiepskich** (83, 531-535) – kom. 15.00 **Złomiarze** (18, 19) – dok., Pol.

17.00 **Świat według Kiepskich** (536-539) – kom. 19.00 **Kolacja w ciemno** (7, 8) – pr. rozrywk.

21.00 **Pociąg za forsa** – film sens., USA 1995 23.15 **Metro strachu** – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2009 1.30 **Backdoor. Wyjście awaryjne** (7) – kom., Pol. 2.00 **Świat według Kiepskich** (353-356) – kom. 4.00 **Nasz nowy dom** (229, 230)

**ZOOM** **ZOOM**

8.00 **Jakubik** rozgryza Tajlandię i Kambodżę (5-7) – dok. 9.35 **Wojciech Cejrowski** – bosso przez świat – cykl reportaży

12.55 **Sensacje XX wieku** (27, 28)

15.20 **Stawka większa niż życie** (9, 10) 18.00 **Sprawa się rypla** – kom., Pol. 1984 19.50 **love** kabaret EXTRA (12) – pr. rozr.

20.00 **Hity polskiego kabaretu 7** (6) 21.00 **Brunet wieczorową porą** – komedia obycz., Polska 1976 23.00 **Adam szaga Ewy**. Niemy (2) 0.00 **Magia nagosci**. Niemy (3) 0.00 **Magia nagosci**. Dania (3) – rozr. 1.55 **Wulkan: Los Angeles** – film katastrof., USA 2018

**METRO** **METRO**

8.00 **Klan z Alaski** – serial dok.

10.00 **The Floor** (3, 4) – telet.

11.15 **Złomowisko PL 5** (15, 16)

13.15 **Gwiazdy lumpeków** (6) 14.15 **Makłowicz w Polsce** (4) 14.50 **No to leć!** (2) – rozr.

15.50 **Niezwykłe Stany Prokopa** 6 (7) – rozr. 16.50 **Justem z Polski 2** (4) – dok. 17.50 **Kryminalni** (11, 12) – krym., Pol.

20.00 **Czyja to kochanka?** – kom. romant., Fr./Wł./Belgia 2006 22.00 **Starski i Hutch** – kom. sens., USA 2004 0.00 **Kuba Wojewódzki** (5) – talk-show 1.10 **Szpital** (766) 2.10 **Szkola** (517, 518) 4.05 **Nowa Maja** w ogrodzie 4 (17, 18, 14)

**Ale Kino** **ALE KINO +**

8.10 **Poprzednie życie** – dram. obyczajowy, USA/Korea Południowa 2023 10.20 **Matthew Perry**. Ten, którego zabrakło 11.35 **The Office PL 2** (7-9) 13.25 **Georgie ma się dobrze** – komediadramat, Wlk. Bryt. 2023

15.15 **Sprawa nierozwiązana** (1-5) – krym. 17.45 **Prawnik z Lincoln** – thriller, USA 2011

20.10 **Źródło nadziei** – dram. wojenny, Australia/USA/Turcja 2014 22.25 **Michael Clayton** – thriller, USA 2007 0.50 **Superintendent** – thriller, Dania 2023 2.50 **Minuta ciszy** (5) 3.50 **Wiarołom** – dram. obyczajowy, Polska 2021 5.05 **Meduzy**

**TRAM** **TV TRWAM** **DVB-T2**

16.30 **Ludzki święty. Św. Alfons Liguori** 17.30 **Przelamując bariery** 17.55 **Poczet wielkich Polaków** – pr. hist. 18.00 **Anioł Pański** 18.05 **Informacje dnia** 18.15 **Rozmowy niedokończono** – pr. publ. 19.25 **Święty na każdy dzień** 19.30 **Manna z Nieba** 19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci** 20.00 **Informacje dnia** 20.20 **Rozaniec 20.50** **Mysłąg** **Ojczyzna** 21.20 **Apel Jasnogórski** 21.20 **Informacje dnia** 21.40 **Polski punkt widzenia** – publ. 22.00 **Warto być ojcem** – mag. 22.15 **Głos serca** (Sezon 13) (132)

**antena HD** **ANTENA HD** **DVB-T2**

8.05 **Sekretne historie muzyczne** (4) – pr. rozrywk. 9.00 **Wojny kontenerowe** (1-10) – dok.

14.00 **Australijscy poszukiwacze złota 2** (10) – serial dok.

15.00 **Australijscy poszukiwacze złota 3** (1-3) – serial dok. 18.00 **Polska**. Największe tajemnice (1) – rozr. 19.00 **77 TV 5** (30)

20.00 **Morderstwa we Francji** – Font-Romeu – krym., Francja 2023 22.00 **Uprowadzona Elizabeth Smart** – dram. biograf., USA 2017 23.55 **Krwawo polowanie** – horror, USA/Wielka Brytania 2022 2.05 **Tajemnice ludzkości** (1-4)

**TVS** **TVS**

6.00 **Telesprzedaj 7.00 Pogoda** – mag. 7.05 **Klacy i Lacy** – pr. rozr. 7.40 **Koncert zyczeń** 9.25 **Muzyczny dzień dobry** – pr. muz. 10.05 **Przy muzyce po Śląsku** 11.00 **Klacy i Lacy** 11.20 **Spotkanie z balladą** 12.35 **Przy muzyce po Śląsku** – pr. rozr. 13.35 **Klacy i Lacy** – rozr. 14.00 **Szlagierowa lista** 16.00 **Koncert zyczeń** 17.45 **Przy muzyce po Śląsku** – rozr. 18.25 **Śląska karuzela** – muz. 19.55 **Hansi Hinterseer** zaprasza – pr. rozrywk. 22.00 **Koncert w TVS** 23.45 **Szlagierowa lista** 1.40 **Program muzyczny**

**WPI WP** **DVB-T2**

12.05 **Pokochoj lub sprzedaj 6** (9) – dok. 13.05 **Pokochoj lub sprzedaj** Vancouver 3 (13)

14.05 **Pokochoj lub sprzedaj** Quebec 4 (5) 15.00 **Policjanci z sąsiedztwa** 4 (9, 10) – dok. 16.55 **Pogoda** (55) – inf. 17.05 **Policjanci z sąsiedztwa** 4 (11) – dok. 18.00 **Stracacy z sąsiedztwa** 2 (10) – dok. 19.00 **Policjanci w akcji** (6) – obycz. 20.00 **Policjanci z sąsiedztwa** 4 (12, 13) – dok. 21.50 **Pogoda** (55) – pr. inf. 22.00 **Mistrzowie Kabaretu** 16 (6) – rozr. 23.00 **Przebojowe kabarety** (8) 0.00 **Mistrzowie Kabaretu** 11 (5)

**ESKA TV** **ESKA TV** **DVB-T2**

13.00 **Eska TV info** 13.15 **Eska on the Beach** 14.00 **Eska TV info** 14.15 **Eska on the Beach** 15.00 **Eska TV info** – pr. inf.

15.15 **Podwójna Gorąca** 20 18.00 **Historia jednej piosenki** 19.00 **Polacy za granicą** – dok. 21.00 **Hardcorowy lombard**

**POLO TV** **DVB-T2**

12.30 **Gwiazdy dla Ciebie** (39)

13.00 **Polskie szlagiery** 14.00 **Disco Weekend z Blondi** (112)

15.00 **Hit za hitem** – muz. 19.00 **Disco Polo Live** (848) – pr. muz. 20.00 **Imprezowe sztosy** – muz. 23.00 **Hit za hitem** – pr. muz.

**VIASAT EPIC DRAMA**

6.00 **Lekarze na start** (9-11) – obycz., Pol. 2017 8.00 **Poirós** (5-8) – serial kryminalny

12.35 **Tajemnicza historia w Stylu** – film krym., Wlk. Bryt. 1990

14.50 **Zatrącenie w miłości** (11-15) – telenowela, Turcja 2023

20.00 **Detektyw Murdoch** 19 (2) – krym., Kan./Wielka Brytania 21.00 **Dalgiest** (2, 3) – serial krym., Wlk. Bryt. 23.00 **Królowa wezy** (7) – serial kostium., USA 0.00 **Zatrącenie w miłości** (11-15) – telen., Turcja 4.25 **Detektyw Murdoch** 19 (2) – serial kryminalny 5.10 **Lekarze na start** (12) – serial obycz.

**KINO POLSKA**

**6.00 Dom w cenie mieszkania 3** (4, 5) – magazyn poradnikowy  
**7.00 Przgody Myszki** – serial animowany ●  
**7.25 Reksio** – serial anim. ●  
**7.50 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.  
**8.25 7 słów o przemianiu** – etiuda dokumentalna  
**8.45 Ranking najpolskiego kina** (1) – pr. rozrywk.  
**9.30 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka** – komedia obycz., 1976, 105 min  
**11.15 Znachor** – dramat  
**FILM** obycz., 1981, 185 min  
**14.20 Krzyżacy** – film hist.,  
**FILM** 1960, 215 min  
**17.55 Rozmowy kontrolowane** – komedia, 1991, 125 min

**HISTORYCZNY**



**20.00 Legiony** – 2019, reż. Dariusz Gajewski  
**FILM** I wojna światowa. Józek (Sebastian Fabijański, zdj.), dezerterski w wojsku, wstępuje do Legionów Polskich Piłsudskiego. 175 min  
**22.55 Demony wojny wg Goi** – dramat wojenny, 1998, 120 min  
**0.55 Dług** – dramat sensacyjny, 1999, 140 min ●  
**3.15 Ściera po polsku** – komedia obyczajowa, 2021, 145 min ●

**CANAL+ PREMIUM**

**9.50 Naturalna dzikość serca** – film dokum., Norwegia 2024  
**11.15 Godzina zero** (1-4) – krym. **14.15 Kopnieć w czasie** – komedia, Fr./Belgia 2025  
**16.00** Premiera: Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl  
**18.30** Łąka capu – pr. rozr. **18.35** Premierowa jazda – mag. **18.50** Chopin, Chopin! – dramat biograf., Polska 2025  
**21.00** Premiera: Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – thriller, USA/Węgry 2025  
**23.00** Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007  
**0.45** Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026

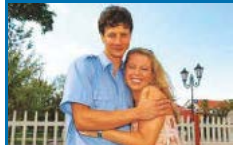
**CANAL+ 360**

**12.00** Messi: Fenomen futbolu  
**13.00** W trasie z Normanem Reedusem 3 (5) **13.55** Co poszło nie tak 5 (5) **15.00** Kolejną przez świat 3 (4, 5) – dok.  
**16.55** Wykrzywacz historii 5 (5) – dok. **18.00** Droga do Arktyki. Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016 **19.00** Premiera: Sładami Marco Polo (4) **20.00** Nepal – z zachodu na wschód **21.00** Zabójcze drogi (2) – dok. **22.00** Porzucone konstrukcje (4) – serial dok. **22.55** Wykrzywacz historii 6 (2) – dok. **0.00** Co poszło nie tak 5 (3) – dok. **1.00** Cztery pory lgi (1)

**TVP SERIALE**

**5.20 Na sygnale** (850-852) – serial fab.-dokum., Polska 2026  
**6.45 U Pana Boga w ogródku** (6) – serial komediowy, Polska 2008  
**7.30 Na sygnale** (853-857) – serial fab.-dokum., Polska 2026  
**10.20 Ranczo 7** (90, 91) – serial obycz., Pol. 2013  
**12.00 Rodzinka.pl** (294-296) – serial komediowy, Pol.  
**13.35 Ojciec Mateusz 29** (371, 372) – serial kryminalny, Polska 2023  
**15.35 Komisarz Alex 24** (301) – serial kryminalny, Pol.  
**16.30 Ranczo 8** (92) – serial obyczajowy, Polska 2014  
**17.30 Czerdziestolatek** (15) – serial obyczajowy, Polska 1976

**KOMEDIOWY**



**18.45 U Pana Boga w ogródku** (7)  
Bocian wyłamuje się z zasadniczymi zastawianymi przez bandytów. Schronienie znajduje na posterunku, na którym tkwi jedynie aspirant Cielecki. 50 min  
**19.35 Ojciec Mateusz 29** (373-375) – serial krym.  
**22.30 Ranczo 8** (93, 94)  
**0.25 Komisarz Alex 24** (301, 302) – serial krym.  
**2.10 PiłBull** (17) – sens., Pol.  
**3.10 Oficzerowie** (5) – sens.  
**4.05 Rodzinka.pl** (147, 148)

**CANAL+ FILM**

**10.25** Łąka capu **10.30** Długi weekend – obycz., Pol. 2004  
**11.45** Moje pieczone kurczaki – film obycz., Pol. 2002 **12.50** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji **13.45** Holiday – komedia romantyczna, USA 2006  
**15.55** Miazd ci los! – komedia, Pol. 2023 **17.20** Gorzko – film krótkometrażowy **17.50** Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **19.55** Łąka capu – program rozrywk.  
**20.00** Bekarty wojny – dram. wojenny, USA/Niem. 2009 **22.30** To nie mój film – komediodramat, Pol. 2024 **0.05** Megan is Missing – horror, USA 2011

**BBC FIRST**

**8.00** Co ludzie powiedzą? 2 (9) – kom., Wlk. Bryt. **8.40** McDonald i Dodsds 2 (1) **10.30** Morderstwa w Midsomer 24 (3)  
**12.00** Ojciec Brown 5 (13-15)  
**15.25** My Life is Murder 4 (5, 6)  
**17.35** Ulica nadziei 5 (6) **18.35** Śmierć z dała od palm (1)  
**19.50** Śmierć pod palmami 15 (1) – serial krym. **21.00** Annika (1) – krym. **22.05** Milczący świadek 22 (3, 4, 1) **23.00** Śmierć z dała od palm (1) **1.20** Śmierć pod palmami 15 (1) **2.30** Z pamiętnika pośluzi 10 (5, 6) **4.35** Ojciec Brown 5 (15) **5.25** Co ludzie powiedzą? 2 (9) – kom.

**13 ULICA**

**6.40 Grace 3** (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.  
**8.40 Magnum: Detektyw z Hawajów 4** (13-20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022  
**16.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (1, 2): Pasażer; Punkt krytyczny – serial sensacyjny, USA 2023  
**17.55 Kobra – oddział specjalny** (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2021  
**20.00 Niepokojące zaginięcia: Sprawa osobista 3** – dramat kryminalny, Francja 2021, reż. Arnaud Mercadier, wyk. Alix Poisson, Rayane Bensetti, Charlotte de Turckheim, Hubert Delattre, 120 min

**KRYMINALNY**



**22.00 Morderstwa między wierszami: Martwa gra** – USA 2019  
Amy (Jill Wagner, zdj.) pomaga przy spektaklu. Gdy aktorze grozi niebezpieczeństwo, współpracuje z detektywem Burke'em (Kristoffer Polaha, zdj.). 110 min  
**23.50 Worricker – Drugie starcie** – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 125 min  
**1.55 Podróżnik 2** – serial kryminalny, Francja 2021

**FILMBOX+ ONE**

**8.15** Stawka większa niż życie (5, 6) – serial wojenny **10.50** C.K. Dezerterzy (2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985  
**12.15** Niekończąca się opowieść – film fantazyjny, RFN/USA 1984 **14.10** Mail agenci. Wyciąg z czasem od 40 – pr.ż. USA 2011  
**16.05** Kung Fu Panda 2 – anim. USA/Kan. 2011 **18.05** Napad – komedia krym., USA 1999  
**20.00** Ścieśle tajne – komedia, USA 1984 **21.50** Need for Speed – film sens., USA/Filipiny/Irlandia 2014 **0.40** Spacer w chmurach – melodramat, USA/Meksyk 1995 **5.00** Pięści – dramat karate, USA 2011

**ROMANCE TV**

**8.25** Stadnina w Piber (10-13)  
**12.25** Gabinet z widokiem na morze: Tajemnice – film obycz., Niemcy 2024 **14.20** Stątek marzeń – Afryka: Madikwe – film obycz., Niem. 2025  
**16.15** Inga Lindström: Hanna i dobre życie – obycz., Niemcy 2023 **18.05** Zakochana w Panu Niam – film obycz., USA 2023  
**20.00** Detektywy von Fock (7, 8)  
**21.50** Nord Nord Mord – Clüver i martwy kucharz – krym., Niemcy 2016 **23.45** Rosamunde Pilcher: Magia miłości – obycz., Niemcy 1999  
**1.40** Detektywy von Fock (7, 8)

**TVP FABUŁA**

**5.05 Szkoła** (769) – serial paradokum., Polska 2019  
**6.00 Seriaale 2** (3) – magazyn filmowy  
**6.30 Top 100: filmy wszech czasów** (9) – pr. rozrywk.  
**7.00 Prawo Agaty 3** (5-8) – serial obycz., Pol. 2013  
**11.10 Miś Yogi** – film familijny, USA/Nowa Zelandia 2010, reż. Eric Brevig, wyk. Anna Faris, 100 min  
**12.50 Kosmiczny mecz** – film familijny, USA 1996, reż. Joe Pytko, wyk. Michael Jordan, 115 min  
**14.45 Pierścieni róża** – baśń filmowa, Polska 1986, reż. Jerzy Gruza, 135 min  
**17.00 Aquaman** – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, 180 min

**DRAMAT**



**20.00 Znachor** – Polska 1981  
Chirurg Rafał Wilczur (Jerzy Bińczycki, zdj.) traci pamięć. Po latach jako wiejski znachor przeprowadza trudną operację. 170 min  
**22.50 Operacja „Napoleon”** – thriller, Islandia/Niemcy 2023, 145 min  
**1.15 Martwe zioła: Przebudzenie** – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 125 min ●  
**3.20 Seriaale: rozmowy 2**

**COMEDY CENTRAL**

**6.00** Tąta ma plan (11-15) – serial kom. **8.30** Teoria wielkiego podnydu 4 (9-19) – serial kom.  
**13.30** Przyjaciele 4 (14-16) – kom. **15.00** DMV – Ci od prawka (12-15) – serial kom.  
**17.00** 9JKL (5-8) – kom. **19.00** Przyjaciele 4 (20, 21) – kom.  
**20.00** Dyktator – komedia, USA 2012 **21.50** The Office PL (7, 8) – kom. **23.00** Comedy Club 4 (5, 6) **0.00** Miasteczko South Park 27 (4, 5) – anim. dla dorosłych **1.00** Miasteczko South Park (1, 2) – anim. dla dorosłych **2.00** Pracoholicy (7-10) – kom. **4.00** Śmiešniej nie będzie 5 (11-14)

**FILMBOX+ HITS**

**10.20** Zaczynij od śniadania – komedia, Kanada 2020  
**12.00** Kto zabił ciocię Cookie? – komediodramat, USA 1999  
**14.10** Opowieści z laweczki – komedia, Francja 2009  
**16.15** Szeť – komedia, USA 2014 **18.20** Klub cudownych kobiet – komediodramat, Irlandia/Wielka Brytania 2023  
**20.00** Portret kobiety w ogniu – melodramat, Francja 2019  
**22.15** Dziedzictwo. Hereditary – horror, USA 2018, reż. Ari Aster, wyk. Alex Wolff **0.35** Izgrzyska śmierci – dramat s.f., USA 2012, reż. Gary Ross

**TVP HD**

**5.25 Zakochaj się w Polsce** (165) – magazyn  
**6.00 Na dobre i na złe** (978) – serial obycz., Pol. 2026  
**6.55 Ranczo 5** (63) – obycz.  
**7.55 Rodzinka.pl** (199, 200) – serial komediowy, Pol.  
**8.55 Ojciec Mateusz 19** (242, 243) – serial krym.  
**10.45 Czy wiesz, że?** (282)  
**11.20 Na sygnale** (631, 632) – serial fabularno-dokum.  
**12.25 Ojciec Mateusz 5** (66) – serial kryminalny, Pol.  
**13.20 Komisarz Alex 3** (30) – serial kryminalny, Pol.  
**14.15 Ranczo 5** (59, 60) – serial obycz., Pol. 2011  
**16.10 Postaw na milion**  
**17.10 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulinarny  
**17.45 Makłowicz w podróży** – magazyn kulinarny

**KRYMINALNY**



**18.20 Ojciec Mateusz 24** (308) – Polska 2020  
Jola i Przemek przygotowują się do ślubu. Przyszły pan młody znika w tajemniczych okolicznościach. Mateusz bada sprawę. 60 min  
**19.20 Ranczo 6** (68-70) – serial obyczajowy, Polska 2012  
**22.20 Spectre** – sens., Wlk. Bryt./USA 2015, 155 min  
**0.55 Pflerka** (1-3) – krym.  
**3.40 Greenland** – dramat katastrof., USA/Wielka Brytania 2020, 125 min

**HBO HBO**

**8.55** Horton słyszy Ktosia – film animowany, USA 2008  
**10.20** Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor  
**12.30** Agentka – komedia, USA 2015 **14.25** Zabawy z piłką – komedia, USA/Niemcy 2004  
**15.55** Priscilla – dramat biograficzny, Wlk./USA 2023 **17.45** Wichrowe wzgórze – dramat obycz., USA/Wlk. Bryt. 2026  
**20.00** Księgowny – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor  
**22.05** Premiera: Klika – dram. obycz., USA 2026 **23.30** Kaskader – komedia sens., USA 2024 **1.40** Joe Baby – thriller, USA 2024, reż. Steven Brand

**TV 6**

**6.00** Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk  
**7.25** Jeźdźcy smoków  
**7.55** Hellboy – horror s.f., USA 2004 **10.15** Cobra Kai (20-22)  
**12.35** Strażnik Teksasu (5, 6) – sens. **14.30** Poirot (5, 6)  
**16.50** Columbo (15, 16) – krym.  
**20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (35, 36) – krym. **21.55** Resident Evil: Zagłada – horror, Fr./Australia/Niemcy 2007 **1.55** Książki patrol (20) – krym., Pol. 2023 **2.25** Kochane pieniądze (72-74) – paradok. **5.30** Super-Ludzkie Extra (53) – mag. **5.45** Teleszkapy TV Okazje – mag.

**STOPKlatka**

**6.00 Komisarz Rex 2** (6-9) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1995  
**9.55 Hudson i Rex 8** (2, 3) – serial kryminalny, Kan.  
**11.50 Top Dog, Niemcy** (6) – reality show, Niemcy 2021  
**13.45 Bitwa o Anglię** – dramat wojenny, Wielka Brytania 1969, reż. Guy Hamilton, wyk. Laurence Olivier, 170 min  
**16.35 Ści(aga)nny** – komedia sensacyjna, Niemcy/USA 1998, reż. Pat Prof, wyk. Leslie Nielsen, 105 min  
**18.20 Poszukiwany, poszukiwana** – komedia, Polska 1972, reż. Stanisław Bareja, wyk. Wojciech Pokora, Jolanta Bohdal, 100 min

**DRAMAT**



**20.00 Wykaddafi** – USA 1989  
**FILM** James Dalton (Patrick Swayze, zdj.) zostaje wynajęty do przywrócenia porządku w barze. Musi skonfrontować się z gangiem Wesleya. 150 min  
**22.30 Ostatni bastion** – film sensacyjny, USA 2001, reż. Rod Lurie, 150 min  
**1.00 Kroll** – film sensacyjny, Polska 1991, 150 min ●  
**3.30 Wszyscy jesteście Chrystusami** – dramat psychologiczny, Polska 2006, 140 min ●

**FX FX**

**5.00** Tropiciel (19) – serial krym., USA **5.55** Matlock (12) – serial krym. **6.50** FBI 3 (12, 13) – krym. **8.40** CSI: Kryminalne zagadki Miami (15, 16) – krym. **10.30** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) – krym. **12.20** Agenci NCIS (21-23) – sens. **15.10** Z archiwum X (10-12) – serial s.f., USA 1994 **18.10** Hellboy – horror s.f., USA 2004  
**20.40** Liberátor – film sens., USA/Fr. 1992 **22.45** Uprowadzona – film sens., Fr. 2008 **0.35** Uciec, ale dokąd? – film sensacyjny, USA 1993 **2.35** Paradise (7) – krym., USA **3.45** Tropiciel (19) – serial krym.

**PARAMOUNT NETWORK**

**8.55** Wredne dziewczyny – komedia, USA/Kanada 2004  
**11.00** Gang Wiewióra 2 – film anim., Korea Południowa/Kan. 2017 **13.15** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – anim., USA/Jap./Kan. 2023  
**15.30** Wybuchowa para – komedia sens., USA 2010 **18.00** Dziewczyny z drużyny – komedia obyczajowa, USA 2000 **20.00** Gliniarz z Beverly Hills 3 – komedia sensacyjna, USA 1994 **22.05** Milczenie owiec – thriller, USA 1991 **0.30** Sekcja rytmiczna – thriller, Wielka Brytania/USA/Hiszpania 2020

**TVN 24**

**6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**9.50 Kadr na Kino** – magazyn filmowy

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**15.30 Ranking Mazura** – program informacyjny

**16.00 Fakty po południu** – program informacyjny

**18.00 Dwie strony** – program informacyjny

**19.00 Kadr na Kino** – magazyn filmowy

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.25 Fakty po Faktach** – program informacyjny

**20.00 Superwizjer** – magazyn reporterów – dziennikarze przybliżają problemy, które bulwersują Polaków. Ujawniają skandale i afery. 60 min

**TLC TLC**

**8.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów**

**9.00 Kiedy dzieci mają dzieci** – serial dokum.

**10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 2**

**11.00 Miss świata i jej siostry** – serial dokum.

**12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8)** – dok.

**13.00 Rodzina 10+ 8 (9)** – rozr.

**14.00 Niezwykłe przypadki medyczne (7, 8)**

**15.00 Niezwykłe przypadki medyczne 2 (2, 3)** – dok.

**16.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (10)** – serial dok.

**17.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show, 2024

**18.00 Wiza na miłość 12 (5)**

**20.00 Baylen – życie na głos 3 (2)** – dok.

**TVN STYLE**

**5.05 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8)** – reality show, Polska 2016

**5.45 Damy i wieśniaczki. PL 8 (10)** – serial fabularno-dokum., Polska

**6.40 Co za tydzień** – mag.

**7.10 Pouklądani (6)** – pr. rozr.

**7.45 Dzień dobry LIVE wakacje** – magazyn

**11.30 Jestem z Polski 14 (4, 17, 7)** – serial dokum.

**14.35 EuroPOLKI studencki (4)** – program rozrywk.

**15.35 Do zobaczenia (6)** – magazyn poradnikowy

**16.05 Ostre cięcie (1)** – rozr.

**17.05 Będzie pięknie (4)** – program rozrywkowy

**18.05 Bitwa o gości (7)** – reality show, Pol. 2025

**19.05 Kuchenne rewolucje (6, 7)** – program rozrywk.

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

**6.00 Budowa na końcu świata** – serial dokum.

**7.00 Klan z Alaski** – dok.

**8.00 Bimbrownicy 14** – dok.

**9.00 Gorączka złota: na kłopyty Freddy Dodge 5** – serial dokum.

**10.00 Łowcy opali** – dok.

**11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6)** – dok.

**12.00 Wyciągi po antyki** – serial dokumentalny

**13.00 Złomowisko PL 2 (4, 5)**

**15.00 Nic do ukręcia (8)** – serial dokumentalny

**16.00 Przypadki truckerki (4)** – serial dokumentalny

**17.00 Ciężarówka przez Afrykę (2)** – serial dok.

**18.00 Nagi instyntyk przetrwania 12** – dok.

**20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (1)** – serial dokum.

**NATIONAL GEOGRAPHIC NATIONAL GEOGRAPHIC**

**6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (1, 2): Kto tu rządzi?** – Młodzi pod presją – serial dokumentalny

**8.00 Katastrofy pod lupą (3, 7)** – serial dokumentalny

**10.00 Katastrofa w przestworzach (8, 3, 1, 2, 4, 5)** – serial dokumentalny

**16.00 Premiera: Car SOS (8)** – serial dokumentalny

**17.00 Kluczowe tygodnie wojny (3, 4): 5 tygodni wojny: grudzień 1941 – maj 1942; 5 tygodni wojny: maj 1942 – grudzień 1942** – serial dokumentalny

**19.00 Tajne misje USA** – film dokumentalny, USA 2020

**FOKUS TV FOKUS TV**

**6.00 Wehikuł czasu (627)** – program informacyjny

**6.05 48h. Zaginięci (33)** – serial kryminalny, Pol.

**7.00 Rolnicy. Podlasie (35, 36)** – serial dokum.

**9.00 Premiera: Niezwykłe pociągi (1, 2)** – dok.

**11.00 Porzucone konstrukcje (5, 6)** – dok.

**13.00 Rolnicy. Podlasie (1-3)** – serial dokumentalny

**16.00 Podgadacze przyrody (4, 5)** – serial dokum.

**17.00 Premiera: Wielkie wycieczkowce (8)**

**18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (9)** – dok.

**19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić? 2 (18, 19)**

**20.00 Tajemnice piramid (6)** – serial dokumentalny

**INFORMACYJNY**

**21.00 Ranking Mazura** Maciej Mazur (zdj.) podsumowuje wydarzenia tygodnia ze świata polityki i show-biznesu. Układa je w swoją „listę przebojów”. 30 min

**21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**22.00 Szkło kontaktowe**

**23.00 Dzień po dniu** – mag.

**0.00 Fakty po Faktach** – inf.

**0.40 Superwizjer** – mag.

**1.45 Nowa Maja w ogrodzie** – mag.

**2.10 Akademia ogrodnika**

**ROZRYWKA**

**21.00 Design w australijskim stylu (1)** Richie Morris i Georgia Ezra (obojna ze zdj.) tworzą nowoczesne projekty i dostosowują przestrzeń do potrzeb klientów. 60 min

**22.00 Gdy jeden mąż to za mało** – reality show, USA

**23.00 Lekarze od twarzy**

**0.00 Dr Pyszczyła – kulisy 1.00 Baylen – życie na głos 3 (2)** – serial dok.

**2.00 Design w australijskim stylu (1)** – pr. rozr.

**DOKUMENTALNY**

**21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (1/2)** – Wielka Brytania 2024 Widzowie poznają kulisy zaciętego sporu o warunki okkupacji praw autorskich między menedżerem gwiazd a znaną wokalistką. 70 min

**22.15 Ślub od pierwszego wejścia 10 (9, 10)** – reality show, Pol. 2024

**0.25 Ślub last minute (1)** – program rozrywkowy

**1.25 Ślub marzeń (3)** – rozr.

**3.25 Co nas truje (6, 7)**

**DOKUMENTALNY**

**21.00 Bimbrownicy 14** Mark i Digger odkrywają, że z ich magazynu znika whisky. Podejrzewają, że ktoś z ich otoczenia ich okrada. Trop prowadzi do Mike'a. 60 min

**22.00 Łowcy opali** – dok.

**23.00 Akta ekspedycji 2**

**0.00 Teoria spiskowa pod lupą** – serial dokum.

**1.00 Tajemnice Alaski**

**2.00 Łowcy staroci 12**

**4.00 Gorączka złota: Australia 5 (2)** – dok.

**5.00 Fani czterech kółek**

**DOKUMENTALNY**

**20.00 Miasta w liczbach (7)** Las Vegas, stolica hazardu położona na pustyni, przyciąga ponad 40 milionów turystów rocznie. Władze miasta wprowadzają ekologiczne rozwiązania. 60 min

**21.00 Zaginięte skarby Biblii: Tajemnice wiary (5, 2)** – serial dokum.

**23.00 Ciemna strona świata (4, 6)** – serial dokum.

**1.00 Złapać przemytnika (1)** – serial dok.

**2.00 Wyprawa na dno (3, 8)**

**DOKUMENTALNY**

**21.00 Wielkie miasta starożytności (4)** Sekretary największego miasta świata starożytności. Twórcy w tym odcinku odkrywają na nowo Panteon oraz Koloseum. 60 min

**22.00 Nowyjaśnione zagadki (4)** – serial dokumentalny

**23.00 Premiera: Poza kontrolą: Tajlandia, uwięzieni w jaskini Tham Luang** – film dokumentalny, Fr. 2019

**POLSAT NEWS**

**12.45 Pogoda – inf. 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia** – serwis informacyjny

**13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia** – serwis informacyjny

**14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia** – serwis informacyjny

**15.30 Sport, pogoda – pr. inf.**

**15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 Czysta Polska – pr. inf. 17.10 Interwencja – taka jest Polska** – mag.

**18.00 W rytmie dnia** – serwis informacyjny

**18.35 Debaty polityczna**

**19.15 Prezydenci i premierzy**

**19.50 Dobry wieczór, Polsko**

**21.50 Wydarzenia wieczorne**

**22.30 Dzień na świecie – inf.**

**CANAL+ KUCHNIA CANAL+ KUCHNIA**

**12.50 Jelitna woźność (5, 6)** 13.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (13, 14) 14.30 U sąsiadów w kuchni 16 (5, 6) – dok.

**15.40 Zgrillowani 3 (5)**

**16.05 M jak mięso 10 (7, 8)** – mag.

**16.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3)** – mag. kulin.

**17.55 Jakubak rozmazywa Polskę (1, 2)** – magazyn kulin.

**18.50 Włoska kuchnia Gino: sekrety południa (4, 5)** – serial dokum.

**19.45 Planeta słodczyki (5, 6)** – dok.

**20.45 Premiera: Kulisy wielkiej kuchni (3)**

**21.40 Mistrzowie przekąsek w akcji** – Nowa Zelandia (6) – pr. rozr.

**22.35 M jak mięso 10 (7, 8)**

**POLSAT CAFÉ**

**6.00 Komisarz Mama – krym.**

**8.00 Bogaty dom – biedny dom** – reality show

**10.00 Polacy za granicą – miłość – dok.**

**12.00 Shopping Queens. Królowe Zakupów** – program rozrywk.

**14.00 Ani słowa pannie młodej** – serial dok.

**16.00 Kolacja w ciemno** – program rozrywkowy

**18.00 Nasz nowy dom** – reality show

**20.00 Bogaty dom – biedny dom** – reality show

**23.00 Gry małżeńskie** – reality show

**1.00 Kolacja w ciemno** – program rozrywkowy

**3.05 Wziesięcie kobiet** – serial dok., Pol. 4.00 Zdrady – serial paradokum.

**DISCOVERY SCIENCE**

**6.00 Autostarda spotkanie z UFO** – dok.

**7.00 NASA** – archiwum tajemnic – dok.

**8.00 Zoom na architekturę** – dok.

**10.00 Jak to jest zrobione?** – dok.

**12.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17)**

**14.00 Jak działa wszechświat?** – dok.

**16.00 NASA** – archiwum tajemnic – serial dok.

**18.00 Jak to jest zrobione? 25** – serial dok.

**20.00 Autostarda spotkanie z UFO** – dok.

**22.00 Tajemnice Alaski** – dok.

**0.00 Na tropie legendarnych potworów**

**2.00 Przypadki z archiwum 10 (7, 8)**

**4.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17)**

**TVP DOKUMENT**

**11.10 Machu Picchu** – tajemnice miasta Inków – dok., Fr. 2024

**12.15 Korona Gór Polski 12.50 Podróże Małej i Dużej 4 (1)** – mag.

**13.15 Tacy byliśmy (2)**

**13.50 Fascynujące migracje (3)**

**14.50 Latające rzeki Amazonii**

**15.55 Program „Mamut”** – na raunek gatunkom – dok.

**16.55 Plaża Europy (4)**

**18.00 Sanatorium miłości 3 (7)**

**18.50 Pan Olbrzychski** – dok., Polska 2025

**20.00 Portret zdefiniowanego ojca 21.45 Bruce Willis** – bohater kina akcji

**22.45 Sprawdzamy** – magazyn

**23.15 Wiele hałasu o umieranie**

**0.45 Sanatorium miłości 3 (6)**

**PLANETE+**

**10.20 Piesze wędrowki po świecie (4)** – dok.

**11.25 Piesze wędrowki po świecie 2 (1)**

**12.30 Mongolia.** Pomiedzy niebem a ziemią (1)

**13.35 Dzikie psy (1)** – dok., Fr. 2022

**14.45 Zaginiona cywilizacja Elamu**

**15.50** Nazwano ich wikingami

**17.00 Rok z dziką przyrodą (6)** – serial przyrod.

**18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (47, 48)** – dok.

**18.40 Mam zamek (6, 7)** – dok., Pol.

**19.45 Superheroes** – dok., Pol. 2022

**21.50 Żyć i umrzeć jak Christopher Lee** – dok., Wilk. Bryt. 2023

**23.45 Nowoczesna Turcja** Ataturka (4)

**0.45 Zniknięcie doktora Godarda (4)** – dok.

**TVN 24 BIS**

**16.40 Kijęk w kosmosie 17.15 Podziemne sekrety (2)** – dok.

**18.00 Ranking Mazura** – pr. inf.

**18.35 Horyzont 19.00 Fakty**

**19.20 Fakty po Faktach** – inf.

**20.00 Podziemne sekrety (5)** – serial dok.

**21.00 Rozmowy na szczyście** – pr. publicyst.

**TVP 3 TVP 3**

**11.55 Fascynujące migracje (2)** – dok.

**12.55 Regiony na TAK 13.25** Łato na ROD'os – dok.

**14.00 Rączka gotuje 14.30** Program lokalny

**15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego

**15.20** Program lokalny

**19.30** Łato na ROD'os – serial dok.

**20.00** Dziennik regionów – inf.

**20.10** Gość Regionów – publ.

**20.30** Piosenka od Ciebie

**21.00** Program lokalny

**22.00** Dziennik regionów – inf.

**22.30** Kryminalna siódemka

**23.00** Piosenka od Ciebie

**23.30** Regiony na TAK

**23.55** Panorama

**0.25** Serwis Info Wieczór – inf.

**HGTV HGTV**

**11.00** Polowanie na ogród 2 (6)

**11.30** Najgorejsze nieruchomości pod słońcem (7, 8) – serial dok.

**12.35** Będzie pięknie (7)

– pr. rozr.

**13.35** Weekendowa metamorfoza 2 (7, 8) – pr. rozr.

**15.35** Kamera, akcja, wypadki! (10-12) – pr. rozr.

**17.10** House Hunters – Poszukiwacze domów 3 (8-10) – pr. rozr.

**18.50** Złóż remont 4 (3) – pr. rozr.

**19.50** Weekendowa metamorfoza 4 (7)

**20.45** Weekendowa metamorfoza 2 (2) – rozr.

**21.40** Mieszkanie na miarę 4 (2, 3)

**23.35** Letnia chałupa na lata (5)

**0.30** Sprzątaczkę (1-3) – obycz.

**TVP KOBIECIA**

**12.30** Pięknie, przyprawiONA 2 (4)

**12.55** Niedziwiedzie, niebezpieczne sąsiadztwo

**14.00** Rodzinka.pl (140, 141) – kom., Pol.

**15.00** Tańcząca ze słońcem – Oman (3) – mag.

**15.30** Ojciec Mateusz 33 (431, 432)

**17.25** Tajemnice kulturowych seriali (3)

**18.25** Lemon na dobry wieczór – widowisko

**19.30** Miłość i nadzieja (287) – telen.

**20.30** Wichrowe wzgórze (268) – obycz.

**21.30** Cztery pory roku w Hawanie (3)

**22.30** Wykapany ojciec – komedia, USA

**2013** 0.25 Bardotka (2)

**1.35** Ranczo 8 (96) – obycz.

**BBC EARTH**

**9.45** Wielkie koty 24/7 2 (6) – dok.

**11.05** Ben Fogle: wyciąg do źródła Nilu (2) – serial dok.

**12.05** W okowach mrozu 2 (6-10)

**17.15** David Attenborough i cuda natury (1) – serial dok.

**17.55** Ben Fogle: wyciąg do źródła Nilu (2) – dok.

**18.55** Najpiękniejsze trasy spacerowe (2)

**19.55** Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (1, 2) – dok.

**22.00** W okowach mrozu 3 (1) – dok.

**23.00** Wielkie koty 24/7 2 (6) – dok.

**0.15** Burze widziane z góry

**1.15** Superchirurdzy: szansa na życie (2)

**1.15** W okowach mrozu 2 (16-18)

**HISTORY HISTORY**

**11.10** Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA

**12.05** Starożytni kosmici (14, 16) – dok.

**13.05** Tajemnice skryte w mroku (5, 4) – dok.

**14.55** Gwiazdy lombardu 25 (13)

**15.50** Gwiazdy lombardu 12 (52, 16)

**15.55** Tajemnice Dolnego Śląska (2, 3)

**17.10** Ścisłe tajne samoloty wojskowe

**19.05** Starożytni kosmici 16 (14)

**20.00** Starożytni kosmici 14 (15) – dok.

**21.00** Starożytni kosmici: geneza (3) – dok.

**23.00** Nowyjaśnione tajemnice świata 3 (37, 38) – serial dok.

**0.50** Starożytni kosmici 14 (15)

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Magazyn Polskiego Sportu** – mag. sportowy

**11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – eliminacje

**16.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy Biało-Czerwoni zmierzą się z naszymi zachodnimi sąsiadami. Rok temu przegrali z Niemcami 1:3. Teraz spróbują im się zrewanżować. 45 min

**19.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – studio



**SIATKÓWKĄ**

**20.15 Liga Narodów – mecz:** Turcja – Argentyna W tegorocznej edycji LN Argentynczyści zakończyli pierwszą część z czterema porażkami na koncie. Turcja zanotowała bilans dwóch zwycięstw i dwóch przegranych. Ostatnie dwa spotkania bezśrednie tych ekip wygrała Argentyna. 165 min

**23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**1.00 Boks**

**EUROSPORT II**

**7.00 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap

**8.30 Kolarstwo kobiet:** Tour de Suisse – 5. etap

**9.30 Snooker:** Tour Championship – mecz finałowy

**10.45 Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały

**11.45 Cycling Show** – mag.

**12.15 Kolarstwo:** Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego

**14.00 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

**16.25 Kolarstwo:** Tour de Suisse – 5. etap

**17.20 BMX:** Mistrzostwa Europy – Sarrians 2026



**KOLARSTWO KOBIECI**

**21.00 Mistrzostwa Francji** – wyścig ze startu wspólnego Tegoroczne zmagania odbędą się w Tour-du-Pin. Na liście startowej nie zabrakło Marie Le Net (zdj.), która wygrała w zeszłym roku. 90 min

**22.30 Snooker:** Tour Championship – mecz finałowy

**0.00 Snooker:** Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy: Shaun Murphy – Wu Yize

**TVP SPORT**

**4.35 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Egipt – Iran

**7.45 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Francja

**9.00 Mundialowy poranek** (16) – magazyn piłkarski

**10.30 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Nowa Zelandia – Belgia

**12.50 Strongman:** Puchar Polski – Polkowice 2026

**13.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Egipt – Iran

**16.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Urugwaj – Hiszpania

**18.30 Dzień na mundialu** (16) – magazyn piłkarski



**PIŁKA NOŻNA KOBIECI**

**19.55 Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026** – mecz: Szwecja – Polska W ubiegłym roku Biało-Czerwone zakończyły czempionat Starożytnego Kontynentu na fazie grupowej. 125 min

**22.00 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Panama – Anglia

**1.20 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: DR Kongo – Uzbekistan

**CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Raków Częstochowa

**8.30 Premier League Review** – magazyn piłkarski

**10.30 Turbokozak** – magazyn piłkarski

**11.45 Turbokozak** – magazyn piłkarski

**13.00 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: PRES Grupa Deweloperka Toruń – KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa

**16.00 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Betard Sparta Wrocław – BAYERSYS-TEM GKM Grudziądz

**19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA:** Podsumowanie sezonu



**DOKUMENTALNY**

**20.00 Premiera: Liderzy. W centrum gry** (1) Po 9 latach występów w Polsce Jesus Imaz (zdj.) ma szansę przejść do historii jako najskuteczniejszy zagraniczny piłkarz Ekstraklasy. 60 min

**21.00 Boks:** Boks: BKFC Fight Night: Hammond: Cameron VanCamp – Gregoris Cisneros

**0.10 Liga+ Extra** – mag.

**2.10 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski

**6.40 Formula 1:** Grand Prix Austrii – 1. sesja treningowa

**7.45 Formula 1:** Grand Prix Austrii – 2. sesja treningowa

**9.00 Formula 3:** Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna

**10.00 Formula 3:** Grand Prix Austrii – sprint

**11.15 Formula 2:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**12.10 Formula 1:** GP Austrii – 3. sesja treningowa

**14.10 Formula 2:** Grand Prix Austrii – sprint

**15.15 Formula 1:** GP Austrii – sesja kwalifikacyjna

**17.15 Formula 1:** Grand Prix Austrii – studio



**FORMUŁA 1**

**18.00 Grand Prix Austrii** – sesja kwalifikacyjna Oscar Piastri (zdj.) nadal czeka na pierwsze zwycięstwo w tym sezonie. Najbliższe triumfy był w GP Japonii, gdzie zajął drugie miejsce. 85 min

**19.25 Formula 2:** Grand Prix Austrii – sprint

**20.40 Formula 3:** Grand Prix Austrii – sprint

**22.00 GP Confidential** – magazyn Formuły 1

**22.40 Made in Italy** (8) – mag.

**23.00 Serie A** – mag. piłkarski

**TVP ABC**

**6.45 Przygody kota Filemona** – serial anim.

**7.05 Pamiętnik Florki**

**7.30 Male i duże przygody Maffei** – serial anim.

**7.40 Płtyś i Bill** – serial anim.

**8.10 44 Koty 2** – serial anim.

**8.35 Wegezaury 2** – anim.

**8.40 Świnka Peppa** – anim.

**9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści** – serial anim.

**9.30 Studio Stodoła**

**10.00 Kocie kalamburki** (1)

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.45 Rodzina Trefików**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowo** – anim.

**11.55 Pszczółka Maja** – anim.

**12.25 Domisie**

**13.00 Go-tu-jemy** (1, 2) – mag.

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.



**ANIMOWANY**

**13.45 Świnka Peppa** Kolejne przygody sympatycznej świnki Peppy, jej brata George'a oraz ich rodziców. 25 min

**14.10 Pajak Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.

**14.50 Oktonauci** – serial anim.

**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (1) – mag.

**15.35 Mała Marinette**

**16.05 Pat i świat** – anim.

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

**17.05 Pszczółka Maja** – anim.

**17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt**

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**15.30 Magazyn sportowy**

**16.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: USA – Japonia

**20.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Słowenia – Brazylia. Za faworytów uchodzą Canarinhos, którzy po pierwszym tygodniu rozgrywek LN mieli na koncie komplet zwycięstw. 23.00 Siatkówka 1.00 Sporty walki: FEN

**POLSAT SPORT 3**

**8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**13.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**15.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – mecz finałowy gry pojedynczej

**17.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**20.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Francja – Serbia. Trójkolorowi w ostatnich latach zadowolili oczekiwania swoich kibiców. Ten sezon ma być jednak inny.

**23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**EUROSPORT 2**

**10.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

**11.45 Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały

**12.45 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały

**14.00 Formula E:** ePrix Chin 15.00 Wspinaczka: Puchar World Series w Pradze – bouldering mężczyzn

**16.30 Snooker:** Tour Championship – mecz finałowy

**19.00 Golf:** Travelers Championship – 3. runda

**0.00 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji

**CI POLSAT**

**13.15 Morgan Freeman: wielkie ucieczki 2** (1) – dok. 14.10 Dwa tygodnie zbrodni 4 (17)

**15.05 Absurdalne przestępstwa 2** – dok. 15.35 Absurdalne przestępstwa 3 (1) – dok.

**16.00 Daj znać, jak będziesz w domu 2** (9)

**17.00 Pogrzebani za domem 6** (8) – dok. 18.00 Dowody zbrodni: Wielka Brytania 2) – dok. 19.00 Zbrodnia na prowincji 2 (8) – serial dok.

**20.00 Polowanie na podofila** (7)

**21.00 Morderstwo w rodzinie 2** (9) – dok. 22.00 Zbrodnia na żywo (10)

**23.00 Jak zostałem seryjnym mordercą** (7)

**TVN TURBO**

**8.45 Samochód marzeń** – kup i zrób (4) – mag. 9.45 Naprawy nie do naprawy (2) – mag.

**10.30 Moto kombat** (5)

**11.15 Cieżarówka przez RPA** (9)

**12.15 Moto Fatury** (5) – mag.

**13.00 Jeździć, obserwować** (7, 8) – dok., Pol. 14.30 Zawodowi handlarze (5, 6) – pr. rozr.

**16.00 Wojny samochodowe** (9, 11, 8) – pr. rozr. 19.00 Nic do zgłoszenia (9, 10) – dok.

**21.00 Samochód marzeń** – kup i zrób (1, 2) – mag. 22.55 Naprawy nie do naprawy (6-8)

**1.05 Zawodowi handlarze** (9) – rozr. 1.50 Wypad z kraju 2

**2.35 Megatransporty** (3, 4)

**POLSAT PLAY**

**9.20 Poszukiwacze historii** (250) – serial dok. 9.50 Lowcy naziistów (7-9) – serial dokum.

**13.10 Nieznany syn Hitlera**

**14.20 Superdziła** – ostatnia nadzieja Hitlera

**15.40 Tajna historia XX wieku** (88) – dok.

**16.00 Niezwykłe pociągi** (13)

**17.00 Polacy za granicą** (152) – dok. 18.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (17-21, 222)

**21.05 Wakacje z Bałtykiem** (49, 50) – dok. 22.00 Polacy za granicą (154, 142) – dok. 0.05 Łowca podofiliów (162-164)

**1.50 Jedziemy na ryby!** (13)

**2.50 Dorwać tuńczyka** (10-12)

**CANAL+ SPORT 2**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock

**8.30 Żużel:** PGE Ekstraliga: KS Toruń – Włókniarz

**11.25 Premier League:** The Big Interview (21) – mag.

**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**17.15 Boks:** Gala w El Paso: S. Han – H. Holm

**18.20 Premier League Stars** (46) – mag.

**19.00 Żużel:** Metalikas 2. Ekstraklasa: Wilki – ZKS Stal Rzeszów

**21.30 Snooker:** Championship League – 1. runda

**2.45 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Raków

**5.00 Przerwa techniczna**

**DTX**

**9.10 Królowie asfaltu** (1) 10.10 Dwa oblicza survivalu – dok. 12.10 Królowie kempingu (1)

**13.10 Militaria na warsztat** (10, 12, 13, 1-3)

**19.10 Będzie pan zadowolony 3** (9, 10) – pr. rozr.

**20.10 Od samochodu do domu** – mag.

**21.10 Mistrzowie logistyki** (2) – dok. 22.10 Militaria na warsztat 5 – dok. 23.10 Dwa oblicza survivalu: Brazylia

**0.10 Dwa oblicza survivalu:** Meksyk

**0.10 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante** – dok. 2.10 Retroranimacja: Pojady bojowe (2) – dok. 3.10 Metro po szwedzku (14)

**ELEVEN SPORTS 2**

**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: FC Metz – PSG

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – Wolfsburg

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter – Lecce

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Mainz

**18.00 Ligue 1 Season Review** (36) – mag.

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Genoa – Inter

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Betis

**23.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (5, 6) – mag. 0.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Stade Rennais FC

**ELEVEN SPORTS 3**

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: AC Milan – Sassuolo

**14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Real Oviedo

**16.00 Made in Italy** (1-3, 12) – mag. piłkarski

**17.00 Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski

**17.30 Bundesliga Spezial** (2) – mag.

**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Como – Milan

**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Heidenheim – FC Köln

**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: RC Lens – Nice

**0.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (3, 2) – dok. 1.00 Hugo Sanchez – film dok.

**NICK JR.**

**15.05 Rogata ekipa 2** (6) – dla dzieci

**15.36 Świnka Peppa 7** – anim.

**15.55 Świnka Peppa**

**16.00 Świnka Peppa 5**

**16.10 Świnka Peppa**

**16.15 Anna i przyjaciele**

**16.20 Świnka Peppa 8**

**16.40 Psi Patrol 6**

**17.00 Rubble i jego ekipa 4** – anim.

**17.30 Pan Krokodyl**

**18.00 Barbapapa i jego rodzinka**

**18.30 Tim Rex wśród gwiazd**

**18.55 Przygody Misia Paddingtona 2** – anim.

**19.25 Przygody Misia Paddingtona**

**20.00 Świnka Peppa 4** – anim.

**20.30 Male Królestwo Bena i Holly** – anim.

**21.00 Barbapapa i jego rodzinka** – anim.

**MINIMINI+**

**13.21 Kicia Kocia 2** – anim. 13.37 Robotkowo

**13.55 Moje urodziny**

**14.00 Bing** 12.00 Strzak Sam

**16.14.45 Looloo Kids**

**15.01 Gazu, pieski, gazul!** – anim.

**15.28 Kicia Kocia 2** – anim.

**15.45 Jezyk Happy**

**16.02 Marta mówi**

**16.30 Mega Ekspres**

**16.56 Ciekawski George 7**

**17.50 Moje urodziny** – dla dzieci

**17.55 Barbie: Delfiny z magicznej wyspy** – film anim., USA 2017

**19.03 Baczne oczka**

**19.40 Smerfy**

**20.08 Cloudy & Stormy** – anim.

**20.35 Dolina Muminków 2**

**21.01 Wierszyki domowe**

FILMOWE HITY DNIA



19.50 TVN

Druga połowa



**KOMEDIA** Młoda kobieta wikła się w miłosny trójkąt. Będzie musiała podjąć trudną decyzję.

Lekarka Magda (Marianna Zydek, zdj.) zakochuje się w dziennikarzu sportowym Mateuszu Ostrowskim (Jacek Knap, zdj.). Mężczyzna pozostaje w konflikcie z jej ojcem, selekcjonerem reprezentacji narodowej, Zbigniewem Biernatem (Cezary Pazura). Do tego o wzglę-

dy kobiety zabiega utalentowany, ale rozkapryszony piłkarz Jarosław Kot (Maciej Musiał). Rywale toczą zaciętą rozgrywkę, w której stawką są szczęście i miłość.

**INFO:** Polska 2021, reż. Łukasz Wiśniewski, wyk. Marianna Zydek, Jacek Knap **110 min do godz. 21.40**



20.00 TV PULS

Pasażer

**THRILLER** Michael (Liam Neeson, zdj.) spotyka w pociągu tajemniczą Joannę (Vera Farmiga, zdj.). Nieznajoma ma zaskakująco dużo informacji o nim. Zleca mu zadanie. **130 min**  
USA/Francja 2018, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson



22.20 POLSAT

Bad Boys for Life

**KOMEDIA SENSACYJNA** Z więzienia ucieka szefowa kartelu (Kate del Castillo). Jej tropem ruszają detektywi Burnett (Martin Lawrence, zdj.) i Lowrey (Will Smith, zdj.). **150 min**  
USA/Meksyk 2020, reż. Bilal Fallah, Adil El Arbi, wyk. Will Smith, Martin Lawrence



22.50 TVP 2

Country Strong

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Beau (Garrett Hedlund, zdj.) jest początkującym wokalistą. Poznaje byłą gwiazdkę country (Gwyneth Paltrow). Razem ruszają w trasę koncertową. **130 min**  
USA 2010, reż. Shana Feste, wyk. Garrett Hedlund, Gwyneth Paltrow, Tim McGraw



23.30 TVP 1

Za jakie grzechy

**KOMEDIA** Lucy (Renée Zellweger, zdj.) ma przeprowadzić restrukturyzację fabryki. Na prowincji przewartościowuje życie, zdobywa przyjaciół i zyskuje szansę na miłość. **105 min**  
Kanada/USA 2009, reż. Jonas Elmer, wyk. Renée Zellweger, Harry Connick Jr., Mike O'Brien

CO OGLĄDAĆ W INTERNECIE



DISNEY+ PREMIERA 26.06

The Bear 5

**SERIAL OBYCZAJOWY** W finale serii zespół kucharzy mierzy się z widmem zamknięcia lokalu.

Czas na zakończenie zapoczątkowanego w 2022 roku serialowego fenomenu, który w ciągu czterech lat dorobił się okazałej liczby nagród branżowych. Smakowita kulinarna produkcja zdobyła m.in. pięć Złotych Globów i aż dwadzieścia jeden nagród Emmy. W ostatnim sezonie personel tytułowej

restauracji staje w obliczu konsekwencji decyzji Carmy'ego, który odszedł z branży. Przekonamy się, jak załoga poradzi sobie bez szefa, dzięki któremu gastronomiczny biznes odniósł ogromny sukces.

**INFO:** USA 2026, wyk. Ebon Moss-Bachrach, Ayo Edebiri, Lionel Boyce, Liza Colón-Zayas **8 odcinków**



NETFLIX DOSTĘPNY

Awatar: Ostatni władca wiatru 2

**SERIAL FANTASY** Aang, Katara i Sokka kierują się do Królestwa Ziemi, by w Ba Sing Se zdobyć wsparcie przeciw Władcy Ognia. Wpadają w wir politycznych intryg. **7 odcinków**

USA 2024, wyk. Gordon Cormier, Kiawentiio, Ian Ousley, Dallas Liu, Paul Sun-Hyung Lee



CANAL+ DOSTĘPNY

Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka

**THRILLER** Eve Macarro jest wyszkolona na bezlitosną maszynę do zabijania. Celem adeptki krwawego fachu staje się zemsta na ludziach, którzy odebrali jej ojca. **89 min**

USA/Węgry 2025, reż. Len Wiseman, wyk. Ana de Armas, Catalina Sandino Moreno



NETFLIX PREMIERA 01.07

Enola Holmes 3

**KRYMINAŁ** Enola i jej ukochany Tewkesbury przygotowują się do ślubu. Jednocześnie pani detektyw musi zmierzyć się z najtrudniejszym zadaniem w swojej dotychczasowej karierze. Wyrusza na Maltę. **105 min**

USA 2026, reż. Philip Barantini, wyk. Henry Cavill, Millie Bobby Brown, Helena Bonham Carter



APPLE TV PREMIERA 03.07

Silos 3

**SERIAL SF** Juliette Nichols udaje się przeżyć przymusowe czyszczenie. Traci jednak pamięć. Mieszkańcy silosu wracają do codzienności po rebelii. Czyha jednak na nich całkiem nowe zagrożenie. **10 odcinków**

USA 2026, wyk. Rebecca Ferguson, Common, Chinaza Uche, Harriet Walter, Tim Robbins

## TVP 1 TVP 1

DVB T2

- 5.25 Sprawa dla reportera** – magazyn interwencyjny
- 6.20 Słownik polsko-polski** (679) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn kulinarny
- 8.35 Stawka większa niż życie** (6, 7) – serial wojenny, Polska 1968
- 11.00 Ojciec Mateusz 14** (185) – krym., Pol.
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Anioł Pański** – transmisja modlitwy Ojca Świętego
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Portret kapłana** – cykl reportaży, Pol.
- 13.05 BBC w Jedyne: Planeta Ziemia 3** (2) – serial dok., Wielka Brytania 2023
- 14.10 Dom** (22) – serial obyczajowy, Pol. 2000
- 16.00 Dziedzictwo** (962) – serial obycz.
- 17.00 Telexpress, pogoda**
- 17.35 Żona dla Polaka** (4) – reality show, Polska 2024
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicyst.
- 20.05 Sport, pogoda**
- 20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa**
- LIVE** świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



- 20.50 Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz 1/16 finału
- Pojedyńkiem na Los Angeles Stadium rozpocznie się faza pucharowa. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach A i B. Szansę na udział w tym spotkaniu ma reprezentacja Kanady. 160 min
- 23.30 Za jakie grzechy** – komedia romantyczna, Kan./USA 2009, 105 min
- 1.15 Pelé: Narodziny legendy** – dramat biograficzny, USA 2016, reż. Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist, 115 min
- 3.10 Rzymskie wakacje** – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, 120 min

## TVP 2 TVP 2

DVB T2

- 3.40 Piłka nożna: Mistrzostwa**
- LIVE** świata 2026 – studio
- 3.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz grupy J: Jordania – Argentyna
- 6.30 M jak miłość** (1916) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.20 Tamte lata, tamte dni** – magazyn
- 11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polska** – widowisko, Polska 2026
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** (1874) – teleturniej
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (9) – widowisko, Polska 2025
- 16.15 „Nadzieja mimo wszystko”. Koncert Fundacji Anny Dymnej** – koncert, Polska 2026
- 17.15 Maxima. Droga na tron** (1) – serial biograficzny, Holandia 2024
- 18.20 Pan Mama** (59) – serial komediowy, Polska 2026
- Miras niespodziewanie zdobywa popularność w internecie. Po nietypowej sesji terapeutycznej Sylwester i Patrycja całują się. 35 min
- 18.55 Kocham Cię, Polsko!** (3) – program rozrywkowy, 90 min
- 20.25 Postaw na milion** – teleturniej

## KONCERT



- 21.25 Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów** – Polska 2026
- Podczas koncertu w Rzeszowie polskie gwiazdy stworzą duety z zagranicznymi artystami. Na liście wykonawców znajdują się m.in. Bovska i Jerry Heil, Mery Spolsky (zdj.) i Tamada oraz Ralph Kaminski i Faux Real. 85 min
- 22.50 Country Strong** – dramat obyczajowy, USA 2010, reż. Shana Feste, 130 min
- 1.00 Kruczata 2. Znak bliźniąt** (13-ost.) – serial kryminalny, Polska 2024
- 2.05 Wielkie wesele** – komedia romantyczna, USA 2013, 100 min
- 3.45 Rodzinka.pl** (184) – serial kom., Polska

## polsat POLSAT

DVB T2

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.00 halo tu polsat** – magazyn
- 11.35 Smerfy 2** – film familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell, 130 min
- 13.45 RV: Szalone wakacje na kółkach**
- FILM** – film familijny, USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2006, reż. Barry Sonnenfeld
- Skupiony na pracy Bob (Robin Williams) chce naprawić relacje z zaniebawianymi bliskimi. Obiecuje im wyprawę na Hawaje. Na zlecenie szefa musi jednak załatwić pilne sprawy w Kolorado. By nie rozczarować rodziny, rusza z nią w pełną przysługę podróż kamperem. 130 min
- 15.55 Piraci z Karalibów: Na nieznanych wodach** – film przygodowy, USA 2011, reż. Rob Marshall
- Król żąda, by Jack (Johnny Depp) odnalazł Fontannę Młodości. W jednej z tawern pirat spotyka córkę nieślawnego Czarnobrodego, Angelikę (Penélope Cruz). Tak zaczyna się kolejna eskapada. 175 min
- 18.50 Wydarzenia, sport i pogoda**
- 19.35 Państwo w państwie** (618) – program publicystyczny

## SIATKÓWKA



- 19.50 Liga Narodów** – mecz: Polska – Argentyna
- LIVE** Zespół Nikoli Grbicia spróbuje zrewanżować się mistrzostw Ameryki Południowej za porażkę 1:3 w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Wagnera. Jeśli mu się uda, zbliży się do wywalczenia awansu do finałów LN. 150 min
- 22.20 Bad Boys for Life** – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, 150 min
- 0.50 Nigdy więcej** – thriller, USA 2002, reż. Michael Apted, 145 min
- 3.15 Świat według Kiepskich** (381, 382) – serial komediowy, Polska 2012
- 4.25 Kabaretowa Ekstraklasa** (132) – program rozrywkowy

## tvn TVN

DVB T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1682) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Bez kompleksów** (8) – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn, Polska 2026
- 11.30 Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- 12.10 Ugotowani** (4) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2025
- 13.20 Bella i Sebastian 2** – film familijny, Francja 2015, reż. Christian Duguay
- Sebastian (Félix Bossuet) czeka na przyjazd swojej przyjaciółki (Margaux Châtelle). Dowiaduje się, że awionetka, którą leciała dziewczyna, zaginęła. Razem z psem Bellą wyrusza na jej poszukiwania. 125 min
- 15.25 Nieoczekiwana zmiana miejsc**
- FILM** – komedia, USA 1983, reż. John Landis
- Złodziejczak Billy (Eddie Murphy) i obiecujący biznesmen Louis (Dan Aykroyd) padają ofiarą manipulacji zadowolonych zyciem miliardersów. Kiedy obaj odkrywają prawdę, postanawiają odegrać się na intrygantach. 145 min
- 17.50 Kuchenne rewolucje** (3) – program rozrywkowy
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**

## KOMEDIA



- 19.50 Druga połowa** – Polska 2021, reż. Łukasz Wiśniewski
- Pełna humoru romantyczna opowieść z efektywnym sportowym tłem. W główną rolę wcieliła się znana m.in. z „Warszawianki” Marianna Zyddek (zdj.). Na ekranie pojawia się także piłkarz Grzegorz Krychowiak. 110 min
- 21.40 Za miłość** – koncert, Polska 2026
- 23.30 Adwokat diabła** – thriller, USA/Niemcy 1997, 185 min
- 2.35 Szpital św. Anny** (124, 125) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 4.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.55 Nauka jazdy 5** (10) – pr. rozrywk.
- 5.20 Recepta na stary dom 3** (2) – pr. rozr.

## 4 TV4

DVB T2

- 6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (190) – reality show, Polska
- 7.00 Nieznane zdjęcia Hitlera** (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2022
- 9.00 Galileo** (1176, 1177) – program popularnonaukowy
- 11.15 Linia ryzyka** – film sensacyjny, USA 2007, reż. Andy Cheng, wyk. Nathan Phillips, Nadia Bjorlin, Angus Macfadyen, Eddie Griffin, 105 min
- 13.00 Stan obłączenia** – thriller, USA 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis, Tony Shalhoub, 155 min
- 15.35 Terminator: Ocalenie** – thriller s.f., USA/Film Niemcy/Wielka Brytania 2009, 140 min
- 17.55 Uroczysko** (167-170) – serial krym., Polska
- 20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1000-1003) – serial kryminalny, Pol. 2026
- 0.00 STOP Drogówki** – magazyn policyjny
- 1.05 Polowanie na Hitlera** (1, 2) – serial dok.
- 3.05 Interwencja** – magazyn reporterów
- 3.25 Lubię disco!** (270) – program muzyczny
- 4.25 Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny
- 5.30 Telezakupy TV Okazje**

## puls TV PULS

DVB T2

- 6.00 Taki jest świat 11** (26) – program inform.
- 6.40 Kobra – oddział specjalny** (18) – serial sensacyjny, Niemcy 2015
- 7.45 Don Matteo: Boski detektyw 14** (15, 16) – serial kryminalny, Włochy 2024
- 9.55 Zaklinaczka duchów 4** (64, 65) – serial fantasy, USA 2008-2009
- 11.50 Agent XXL 2** – komedia, USA 2006, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, Nia Long, Emily Procter, Zachary Levi, 115 min
- 13.45 Złote dziecko** – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, 120 min
- 15.45 Need for Speed** – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, reż. Scott Waugh, wyk. Aaron Paul, Dominic Cooper, 160 min
- 18.25 Juniper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, 95 min
- 20.00 Niedziela z gwiazdami: Pasażer** – thriller, USA/Francja 2018, 130 min
- 22.10 Bóg zemsty** – dramat sensacyjny, USA 2011, reż. Roger Donaldson, 125 min
- 0.15 Skazany** – film sensacyjny, USA 2017, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Nikolaj Coster-Waldau, Omar Hardwick, Lake Bell, Jon Bernthal, 155 min
- 2.50 Zobacz to!** – programy powtórkowe

## puls PULS 2

DVB T2

- 6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (8) – program rozrywkowy
- 7.00 Taki jest świat 11** (26) – program inform.
- 7.20 Aukcja w ciemno 3** (25, 26) – serial dok.
- 8.20 Aukcja w ciemno** (1) – serial dok., USA
- 8.45 Wojciech Ciejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (10, 11) – serial dok., Pol. 2015
- 10.10 Zwiariowany weekend** – komedia, Film Francja/Włochy 1968, 105 min
- 11.55 Gamoń** – komedia, Francja/Włochy/Hiszp. 1965, 145 min
- 14.20 Najpiękniejsze baśnie: Szczęśliwy pechowiec** – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2012, reż. Jiří Strach, 140 min
- 16.40 Najpiękniejsza baśnie: Uczeń zegarmistrza** – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2019, 125 min
- 18.45 Królowna Śnieżka** – baśń filmowa, Niemcy 2009, 75 min
- 20.00 Centurion** – dramat przygodowy, Wielka Brytania 2010, reż. Neil Marshall, 120 min
- 22.00 Dzielnicia strachu 9** (398-402) – krym.
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 9** (475) – serial obyczajowy, Polska 2021
- 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4** (182)
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (496)

## 7 TVN 7

DVB T2

- 5.05 Szkoła** (756) – serial paradok., Pol. 2019
- 6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2** (23) – program rozrywkowy
- 7.00 Nowe Zwiariowane Melodie** – serial animowany, USA 2018
- 7.30 Kroniki Spiderwick** – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Waters, wyk. Freddie Highmore, Sarah Bolger, 120 min
- 9.30 Ukryta prawda** (1420-1424) – serial paradokumentalny, Pol. 2022
- 14.35 Szpital św. Anny** (15, 16) – serial obycz.
- 16.35 Detektywi** (328) – serial fabularno-dokum.
- 17.40 Footloose** – film muzyczny, USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 140 min
- 20.00 Na zabójczej ziemi** – film sensacyjny, Film USA 1994, reż. Steven Seagal, 135 min
- 22.15 Oszukać przeznaczenie 4** – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, 95 min
- 23.50 Mroczna dzielnica** – film sensacyjny, Film USA/Australia/Kanada 2001, 135 min
- 2.05 Złyżak z potworem 8** (15) – serial dok.
- 3.05 Fachowcy** (1) – serial paradok., Pol. 2017
- 3.40 Dorota was urządzi!** (11, 12) – pr. rozr.

TVP POLONIA TVP POLONIA 12.50 Słowo na niedzielę 13.00 Transmisja mszy świętej z parafii Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Gietrzwałdzie...

rozrywka TVP ROZRYWKA 6.40 Rosół polski (28) - mag. 7.15 Okrasa łamie przepisy 8.20 Górna półka smaku (1)...

TTV HD DVB T2 8.45 Nic do zgłoszenia 5 (2) 9.45 Express - pr. inform. 10.05 Idź na całość 2 (3)...

polsat2 POLSAT 2 5.50 Wydarzenia 6.30 Sekrety rodziny (149) - serial paradokum., Pol. 7.30 Z Klimatem i z pasją...

polsat1 POLSAT FILM 6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (169) - pr. rozr. 7.55 Śpiędlisz - anim. 8.25 Byli sobie podróżnicy...

AXN AXN 6.05 Śmierć: Poszukiwaczka cze zaginionej wioski - film animowany, USA/Hongkong 2017...

KRYMINALNY 20.50 Komisarz Alex 23 (283) Zamordowano małżeństwo. Świadczył by chłopiec, który narysował buty sprawcy...

ROZRYWKA 20.30 Kocham Cię, Polsko! (5) Swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzi m.in. II Wicemiss Świata 2025...

DOKUMENTALNY 22.00 Żony Podlasia 3 (5) Benia, która ma nowy dom i kupiła samochód, planuje także zmianę pracy...

SCIENCE FICTION 21.25 Blade Runner 2049 - USA/Wielka Brytania/Węgry 2017. Oficer policji K (Ryan Gosling, zdj.) dowiadyuje się o groźnym spisku...

SENSACYJNY 21.00 Maksimum ryzyka - USA 1996. Francuski policjant Alain Moreau (Jean-Claude Van Damme, zdj.) dowiadyuje się, że zginął jego brat bliźniak...

SENSACYJNY 20.00 Uprowadzona 2 - Fr./USA/Turcja 2012. Były agent Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.) jedzie na wakacje do Stambułu. Staje do walki z bandytami, którzy zagrażają jego rodzinie...

HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2 10.55 Wszystkie kolory świata 11.55 Wenecja, miasto wyrosłe z bagien 13.00 Attenborough i jurajski potwór morski 14.00 Flesz historii (767) 14.30 Cwał - komediodram, Polska 1995...

KULTURA TVP KULTURA DVB T2 12.35 14. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '76. Mikrofon i ekran - pr. rozr. 14.20 Zabawka - kom., Francja 1976 16.05 Seriewalwa nostalgia: Noce i dnie (1) - serial obycz., Pol. 17.15 Niedziela z... - program kult.

SUPER POLSAT DVB T2 11.15 Była sobie Ziemia (18-22) 10.00 SuperMocni (2, 3) - mag. 11.05 Kłopsiki i inne zjawiska pogodowe - anim., USA 2009 12.55 Duże dzieci - komedia, USA 2010, rozr. Dennis Dugan 15.05 Venom - film s.f., Chiny/USA 2018 17.30 Polacy w świecie (11) 18.00 Świat według Klepskich (121, 540) 19.00 Rankda w ciemno (1, 2) 21.00 Na południe od nieba - krym., USA 2021 23.20 Świat wczorówka - kom., USA/Chiny 2018 1.50 Backdoor. Wyjście awaryjne (8) 2.20 Świat według Klepskich (87, 137, 357) 3.55 Nasz nowy dom (231, 232)

ZOOM ZOOM 8.00 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (8) - dok. 8.30 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) - mag. 9.35 Wojciech Cejrowski - bosso przez świat 11.45 Sensacje XX wieku (28, 29) 14.00 Stawka większa niż życie (11, 12) - wojenny 16.45 Brunet wieczorową porą - kom. obycz., Pol. 1976 18.45 Kabaretowe przeboje (5) 19.50 I love kabaret EXTRA (21) - rozr. 20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (2, 7) - pr. rozr. 22.00 Ekspertyz - odsiadka (6) 23.10 Magia nagości. Najszczęśliwszej kaski (2) - pr. rozr. 0.20 Adam szuka Ewy. Niemcy (2) - rozr.

METRO METRO 6.45 Gorączka złota 9 (22) - serial dok. 8.05 Klan z Alaski - dok. 10.05 The Floor (5, 6) 11.35 Psy i koty - film familijny, USA 2001 13.30 Diagnoza (4, 5) - serial obycz., Pol. 15.30 Kryminalni (13) 16.35 Kryminalny 2 (1, 2) - krym. 18.50 Milionerzy (619, 620) - telet. 20.00 Yellowstone 2 (3) - serial obycz. 22.05 Na zbójczej ziemi - sens., USA 1994 0.05 Zbrodnice z pierwszych stron gazet 4 (9) 1.10 Szpital (768) - paradok. 2.10 Szkoła (519) 3.15 Formula E: ePrix Chin - podsumowanie 4.10 Nowa Maja w ogrodzie 4 (18, 19)

ALE KINO + 8.20 Arktyka - dramat przygodowy, Islandia 2018 10.20 Szczęki. Megahit Hollywoodu 11.35 The Office Pl. 2 (10-12) - serial kom. 13.30 Porwanie Heinekena - dramat sens., Belgia/Holandia/USA 2015 15.15 Sprawy nierozwiązane (6-10) 17.45 Włamanie na Śniadanie - kom. krym., USA 2001 20.10 Detektyw Surprenant: Morderstwo na wyspie (1-6) - krym. 2.00 Poof - krótkometraż. 2.00 Minuta ciszy (6-ost.) - obycz., Pol. 3.00 Julia wraca do domu - dramat obycz., Niemcy/Kan./Pol. 2002 4.55 Kot 5.05 Klangor (6) - krym.

TV TRWAM DVB T2 17.00 Natura et Homo 17.30 Sól ziemi - kult. 17.55 Poczet wielkich Polaków - pr. hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacja dnia 18.15 Rozmowa niedokończona - publ. 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Baśniowy teatr lalek 20.00 Informacja dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 20.15 Apel Jasnogórski 21.20 Informacja dnia 21.40 Retrospekcja - pr. publ. 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa - pr. publ. 21.55 Święty na każdy dzień 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile - kult.

ANTENA HD DVB T2 7.10 Oszukali przeznaczenie. Historia prawdziwa 13 (3, 4) - dok. 8.05 Papier: Najpotężniejszy człowiek w historii (3) - dok. 9.00 Co Polak potrafi na drzewie? (6) - pr. rozr. 10.05 Evakuacja Ziemi (5, 6) - dok. 12.05 Polska. Największe tajemnice (5, 6) - pr. rozrywk. 14.00 Łowcy skarbów 2 (20-22) 17.00 Łowcy skarbów 3 (1) - pr. rozr. 18.00 77 TV 5 (30, 5) 20.00 Alex Hugo - górski detektyw (25, 26) 0.10 Uprowadzona Elizabeth Smart - dramat biograf., USA 2017 1.55 77 TV 5 (17, 18) 4.25 77 TV 3 (13)

TVS 7.15 Klachy i Lachy - rozr. 8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzień dobry 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.55 Klachy i Lachy 11.25 Muzyczne podróże Karoliny Trel - rozr. 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza 14.30 Śląska karuzela 16.00 Koncert zyczeń 17.50 Szlagierowa lista - pr. muz. 19.45 Koncert w TVS - pr. muz. 21.45 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Miłość to najlepsza terapia - obycz., Niemcy 2023 23.35 Śląska karuzela - pr. muz. 1.20 Program kulinarny 2.50 Pasma ciekawostek

WP WP DVB T2 11.05 Pogoda (56) - pr. inform. 11.10 Hitler: mordercza obsesja (1, 2) 13.10 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (6) 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (10) 15.05 Strazacy z saszkiwata 2 (10) - dok., Pol. 16.00 Policjanci w akcji (6) 16.55 Pogoda (56) 17.00 Policjanci z saszkiwata 3 (8-10) - dok. 20.00 Policjanci z saszkiwata 2 (1, 2) - dok. 21.55 Pogoda (56) 22.00 Kabaret na żądanie (3) - rozr. 22.55 Mistrzowie Kabaretu 14 (7) - rozr. 23.55 Mistrzowie Kabaretu 17 (3) 1.00 Mistrzowie Kabaretu 10 (2)

ESKA TV DVB T2 13.00 ESKA TV info 13.15 ESKA na the Beach 14.00 ESKA TV info 14.15 ESKA on the Beach 15.00 ESKA TV info - pr. inf. 15.15 Podwójna Gorąca 20 18.00 Historia jednej piosenki 19.00 Polacy za granicą - dok. 21.00 Hardcorowol Lombard 19.00 Disco Polo Live (848) 20.00 Kochamy Łała 90! - muz. 21.00 Czekając na imprezę (3) - dok. 21.30 10 najlepszych... (39) - muz. 22.00 Co my tu robimy? Fajnie się bawimy (30) 23.00 Hit za hitem

VIASAT EPIC DRAMA 6.00 Lekarze na start (13-18) - serial obyczajowy, Pol. 2017 10.20 Poirot 3 (1-4) - serial kryminalny, Wielka Brytania 1991 14.55 Zatrącenie w miłości (16-20) - telenowela, Turcja 2023 20.00 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (3) - serial kryminalny, Australia 2019 21.00 Morderstwo to nic trudnego (2) - serial krym., Wlk. Bryt. 22.00 Poirot 12 - serial krym., Wlk. Bryt./USA 23.55 Zatrącenie w miłości (16-20) - telen., Turcja 2023 4.20 Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2, 3) - serial kryminalny, Australia

## KINO POLSKA

- 6.00 Dom w cenie mieszkania 3** (6, 7) – magazyn poradnikowy
- 7.00 Przycody Myszkki** – serial animowany
- 7.25 Reksio** – serial anim.
- 7.50 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- 8.25 Basia sama w domu** – komedia, 2021, 105 min
- 10.10 Pan Anatol szuka miliona** – komedia obyczaj., 1958, 105 min
- 11.55 Podróż za jeden uśmiech** – film przyg., 1972, 115 min
- 13.50 Wielka majówka** – film obyczaj., 1981, 120 min
- 15.50 Pokaż, kotku, co masz w środku** – komedia, 2011, 120 min
- 17.50 Piłsudski** – film biograf., 2019, 130 min

## DRAMAT



- 20.00 Boże Ciało** – 2019, reż. Jan Komasa Po opuszczeniu poprawczyka Daniel (Bartosz Bielena, zdj.) trafia do wsi, której mieszkańcy podzieliła tragedia. Udaje księdza. 140 min
- 22.20 Job, czyli ostatnia szara komórka** – kom. obyczaj., 2006, 115 min
- 0.15 Ekstradycja 3** (1, 2)
- 2.55 Co dzień bliżej nieba** – dramat obyczajowy, 1984, 145 min
- 5.20 Przez ciebie, po tobie**

## CANAL+ PREMIUM

- 11.40 Larger than Life: Złota era boysbandów** – dok., USA 2024
- 13.15 Morderstwo w ambasadzie** – krym., Wlk. Bryt. 2025
- 14.40 Kiedy nadchodzi jesień** – dramat obyczajowy, Fr. 2024
- 16.20 Making of CANAL+** – magazyn filmowy **16.30** Krującia Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004 **18.15** Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007
- 20.00** Premiera: Herosi wojny – thriller, USA 2024 **21.45** The Killer – thriller, USA/Kanada/Korea Południowa 2024 **23.50** Być kochaną – dramat obyczaj., Norwegia/Szwecja 2024

## CANAL+ 360

- 12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Raków** **14.15** Wolne duchy. Startuje z żywołami (8) – dok. **15.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – dok., Niem. 2023
- 16.05** Zabójcze drogi (4) – dok. **17.00** Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (3) **18.00** Sung Kang – szybki i dociekliwy (4) – dok. **19.00** Co poszło nie tak 3 (1) – dok., Wlk. Bryt.
- 20.00** Porzuczone konstrukcje (5) – dok. **21.00** Premiera: W trąsie z Normanem Redueem 3 (6) **22.00** Słodko-gorzki – dramat obyczaj., Polska 1996

## TVP SERIALE

- 5.25 Na sygnale** (856, 857) – serial fabularno-dokum.
- 5.55 Na sygnale** (857) – serial fab.-dokum., Polska 2026
- 6.30 Czerdziesiątolatek** (14-16) – serial obyczaj.
- 9.45 U Pana Boga w ogródku** (6, 7) – serial komediowy, Polska 2008
- 11.25 Cztery pancerni i pies** (1, 2) – serial wojenny, Polska 1966
- 13.35 Ojciec Mateusz 29** (373, 374) – serial krym.
- 15.35 Komisarz Alex 24** (302) – serial kryminalny, Polska 2025
- 16.30 Ranczo 8** (95) – serial obyczajowy, Polska 2014
- 17.30 Cztery pancerni i pies** (3, 4) – serial wojenny, Polska 1966

## KRYMINALNY



- 19.40 Ojciec Mateusz 29** (375-377) – Polska 2023 Dziennikarz Galos postanawia przeprowadzić z Mateuszem wywiad do książki biograficznej. Następnego ranka mężczyzna znika. 175 min
- 22.35 Ranczo 8** (96, 97) – serial obyczaj., Pol. 2014
- 0.20 Rodzinka.pl** (292, 293)
- 1.25 Korna królów. Jagiellonowie** (7, 8)
- 2.25 Erynie** (5) – krym., Pol. ●
- 3.25 Londynczy** (1)
- 4.15 Powracanie na cmy** (3)

## CANAL+ FILM

- 12.15 Azył** – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017 **14.15** L.A.R.P. Miłość, trolej i inne kwesty – komedia, Polska 2025
- 15.50** Asekuracja **16.15** Zapalenie. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Pol. 2024 **17.45** Jason Bourne – thriller, USA 2016 **19.45** Łapę capu – program rozrywkowy
- 20.00** Canal+ Film w akcji: Gdy zgłasza światła – film sens., USA 2024 **21.25** Canal+ Film w akcji: Wojna o przetrwanie – horror, Australia 2025 **23.35** Innego końca nie będzie – obyczaj., Pol. 2024 **1.00** Trzy miłości – thriller erot., Pol. 2025

## BBC FIRST

- 8.35** Śmierć z dala od palm (1) – krym. **9.40** Lewis 9 (3, 4)
- 11.45** Ale akcja! 2 (5-7) **13.45** Śmierć pod palmami 15 (1)
- 14.55** Ojciec Brown (6) – krym.
- 15.55** Tajemnice Brokenwood 11 (6) **17.50** Ulica nadziei 5 (7) – serial krym. **18.50** Detektyw z Chelsei (3) – serial krym.
- 19.50** Śmierć pod palmami 15 (2) – krym. **21.00** Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym.
- 22.55** Annika (1) **0.00** Na niebieskich świątach 3 (1, 2) **2.15** Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym. **4.05** Ulica nadziei 5 (7) **4.55** Ale akcja! 2 (6, 7)

## 13 ULICA

- 6.15 Follow** (4) – serial sensacyjny, Francja 2023
- 7.00 Na granicy:** **FILM** **Demokracja umiera w ciemności** – krym., Niemcy 2018, 120 min
- 9.00 Chicago P.D. 10** (20-22): Walka; Nowe życie; Lepsze miejsce – serial kryminalny, USA 2024
- 11.40 Chicago P.D. 11** (1-7) – serial kryminalny, USA 2024
- 18.05 Niewidomy detektyw** (3): Podpalacz z Wiednia – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2019 Dyrektorka prestiżowej szkoły zostaje podpalona i wkrótce umiera. Sledztwo prowadzi detektyw Laura. 115 min

## KRYMINALNY



- 20.00 Morderstwo w Saint-Paul De Venice** – Francja 2017 W hotelowym basenie zostaje znalezione ciało kobiety. Kapitan policji Marie (Mimie Mathy, zdj.) jest pewna, że nie był to wypadek. 120 min
- 22.00 Morderstwo w Tours** – film kryminalny, Francja 2018, 120 min
- 0.00 Zbrodnia w Luberon** – krym., Fr. 2018, 125 min
- 2.05 Kobra – oddział specjalny** (3, 4) – sens.

## FILMBOX+ ONE

- 9.00** Stawka większa niż życie (7, 8) – serial wojenny, Polska **11.35** Kung Fu Panda 2 – anim., USA/Kanada 2011 **13.15** Ścisłe tajne – komedia, USA 1984
- 15.10** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – anim., USA/Japonia/Kan. 2023 **17.30** BFG: Bardzo Fajny Gigant – film familijny, USA/Indie 2016
- 20.00** Niepokonani – dramat przyg., USA/Polska/ZE 2010 **22.45** Millennium: Zamek z piasku, który runął – dramat krym., Dania/Niemcy/Szwecja 2009 **1.45** Anatomia strachu – thriller, USA 2011 **3.50** Ciarron Strip (13) – przyg., USA

## ROMANCE TV

- 12.40** Gabinet z widokiem na morze: Cała naprzód! – film obyczaj., Niem. 2025 **14.30** Detektyw von Fock (5, 6) – krym.
- 16.20** Nord Nord Mord – Tajemnica Cluivera – komedia kryminalna, Niemcy 2015 **18.15** Zagłosuj na miłość – komedia romantyczna, Kanada 2023
- 20.00** Blizniaczka miłość – kom. romant., USA 2021 **22.00** Miłość jak ze snu? – obyczaj., USA 2019 **23.50** Inga Lindström: Droga do ciebie – film obyczaj., Niemcy 2005 **1.40** Blizniaczka miłość – kom. romant., USA 2021 **3.40** Grzechy i grzeszki (8)

## TVN FABUŁA

- 5.05 Szkoła** (770) – serial paradokum, Polska 2019
- 6.00 Kino w drodze** (3) – program kulturalny
- 6.30 Po pierwsze kino** (9) – program rozrywkowy
- 6.35 Prawo Agaty 3** (9-11) – serial obyczaj., Pol. 2013
- 9.30 Liga potworów** – film animowany, USA 2022, 125 min
- 11.35 Znachor** – dram. obyczaj., Polska 1981, 175 min
- 14.30 Cast Away: Poza światem** – dramat przygodowy, USA 2000, 185 min
- 17.35 Aquaman i zaginione królestwo** – film s.f., USA/Australia/Islandia 2023, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, Ben Affleck, 145 min

## SCIENCE FICTION



- 20.00 Jestem legendą** – USA/Australia 2007 Tajemniczy wirus zmienia ludzi w zombi. Ocalały naukowiec (Will Smith, zdj.) szuka antidotum, aby ocalić świat przed zagładą. 140 min
- 22.20 Ranka w ciemno** – komedia romantyczna, Polska 2009, 105 min
- 0.05 Top Gun** – film sens., USA 1986, 145 min
- 2.30 Top 100: filmy wszech czasów** (7) – pr. rozrywk.
- 3.05 Szkoła** (741) – paradok.

## COMEDY CENTRAL

- 6.00** Tata ma plan (16-20) – kom. **8.30** Teoria wielkiego podrywku 4 (24) **9.00** Teoria wielkiego podrywku 5 (1-10)
- 13.35** Przyjaciele 4 (22-24) **15.05** Przyjaciele 5 (1-3) – serial kom.
- 16.35** Tata ma plan (11-13) – kom. **18.05** Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta? – komedia sensacyjna, USA 1991
- 20.00** Naga broń 3 1/3: Ostateczna zniewaga – komedia, USA 1994 **21.50** Colin od rachunków (1, 2) **23.05** Comedy Club 4 (7, 8) **0.05** Miasteczko South Park (3-6) **2.00** Pracoholicy 2 (1-4) **4.00** Śmiešniejszej nie będzie 5 (17-20) – pr. rozr.

## FILMBOX+ HITS

- 8.20** Bigger: Historia Joego Weidera – dramat biograf., USA 2018 **10.20** Pokonać górę – dramat przyg., USA 2024
- 12.10** Wyciszyć z życie – dramat przygodowy, USA 2023 **14.10** Linoleum – komediodramat, USA 2022, reż. Colin West
- 16.05** Belcanto – melodramat, USA 2018 **18.20** W kregu zdrady – thriller, Kanada 2017
- 20.00** To nasza młodzież – kom. obyczaj., USA 2014 **21.50** Edge of the World – film przyg., Chiny/Malezja/USA 2021 **23.45** Poznajmy się jeszcze raz – komediodramat, Fr./Belgia 2019

## TVP HD

- 6.00 Na dobre i na złe** (979) – serial obyczaj., Pol. 2026
- 6.55 Ranczo 5** (64) – obyczaj.
- 7.55 Rodzinka.pl** (201, 202) – serial komediowy, Pol.
- 8.55 Ojciec Mateusz 19** (244, 245) – serial krym.
- 10.45 Czy wiesz, że?** (283)
- 11.20 Na sygnale** (633, 634) – serial fabularno-dokum.
- 12.25 Ojciec Mateusz 5** (67) – serial kryminalny, Pol.
- 13.20 Komisarz Alex 3** (31) – serial kryminalny, Pol.
- 14.15 Ranczo 5** (61, 62) – serial obyczaj., Pol. 2011
- 16.10 Postaw na milion**
- 17.10 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulinarny
- 17.45 Makłowicz w podróży** – magazyn kulinarny
- 18.20 Ojciec Mateusz 24** (309) – krym., Pol. 2020

## OBYCZAJOWY



- 19.20 Ranczo 6** (71-73) – Pol. Kusy kwestionuje program szkolny. Zmusza dyrektorkę do przepytania dawnych uczniów z zaliczonego przez nich materiału. 180 min
- 22.20 Dzieci i ryby** – komedia obyczajowa, Polska 1996, 115 min
- 0.15 Ogniem i mieczem** (3, 4-ost.) – serial hist.
- 2.25 Miłość, ślub i inne nieszczęścia** – komedia romantyczna, USA 2020, 110 min

## HBO HBO

- 10.35** IO – dramat obyczajowy, Polska/Włochy 2022
- 12.00** Wichrowe wzgorza – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2026 **14.15** Kochanek królowej – dramat hist., Dania/Szwecja/Czechy 2012
- 16.30** Do usług szanownej pani – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023 **18.20** Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, reż. Meg Ryan
- 20.00** Premiera: Księgowy 2 – thriller, USA 2025 **22.15** Queer – dramat obyczajowy, Wł./USA 2024 **0.30** Zaulek koszmarów – dramat psychologiczny, Kanada/Meksyk/USA 2021

## TV 6

- 6.00** Cobra Kai (22) **6.50** Columbo (15, 16) **9.55** Poirrot (5, 6)
- 12.20** S.W.A.T.: Miasto w ogniu – sens., USA 2011 **14.00** Policjantki i Policjanci (209-232)
- 18.00** Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sens., USA 1998-1999
- 20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (37, 38) – krym. **21.55** Kości (103, 104) – krym. **23.55** Resident Evil: Retribucja – horror s.f., Niem./Kan./USA 2012 **1.55** Krejzi patrol (21) – krym. **2.30** Kochane pieniądze (75-77) – paradok. **5.35** SuperLudzie Extra (50) – mag. **5.45** Teleshowsy TV Okazje

## STOPKLATKA

- 6.00 Komisarz Rex 2** (9-12) – krym., Niemcy/Austria
- 10.00 Hudson & Rex 8** (4, 6, 7) – serial kryminalny, Kanada 2024
- 13.00 Top Dog, Ameryka** (1) – serial dokumentalny
- 14.30 Komisarz Rex** – Początek – film kryminalny, Niemcy/Austria 1997, reż. Oliver Hirschbiegel, 120 min
- 16.30 Tata i małolata** – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, wyk. Gérard Depardieu, Katherine Heigl, Dalton James, 110 min
- 18.20 Motylem jestem, czyli romans czterdziolatka** – komedia obyczajowa, Polska 1976, reż. Jerzy Gruza, 100 min

## DRAMAT



- 20.00 G.I. Jane** – USA/Wielka Brytania 1997 Porucznik Jordan O'Neil (Demi Moore, zdj.) dołącza do oddziału komandosów. Udowodnia, że kobieta może czynnie służyć w armii. 160 min
- 22.40 Karma** – thriller, USA 2015, reż. Diane Bell, wyk. Jessica Biel, 115 min
- 0.35 Haker** – komedia sens., USA 2002, 105 min
- 2.20 Cicha noc** – dramat obyczajowy, Polska 2017, 130 min ●

## FX FX

- 5.00** Grey's Anatomy: Chirurgzy (15) **5.55** 9-1-1 (16) **6.50** FBI 3 (14, 15) **8.40** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17-19) – krym.
- 11.25** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3-5) – krym.
- 14.10** Agenci NCIS (24) **15.05** Agenci NCIS 10 (1) – sens.
- 16.00** Z archiwum X (13, 14) – s.f. **17.55** Faceci w czerni – komedia s.f., USA 1997
- 19.55** Premiera: Faceci w czerni 3 – komedia s.f., USA 2012
- 22.05** Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, USA 1990 **0.30** Na krawędzi – sens., USA/Fr./Włochy 1993 **2.50** Zabójcze umysły 14 (3, 4) – serial krym.

## PARAMOUNT NETWORK

- 10.50** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – film animowany, USA/Jap./Kan. 2023
- 13.05** Lara Croft: Tomb Raider – film przygodowy, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2001
- 15.20** Lara Croft Tomb Raider: Kolęba życia – film przygodowy, USA/Niemcy/Jap. 2003 **17.50** Gliniarz z Beverly Hills – komedia sensacyjna, USA 1984
- 20.00** Ostra jądza – komedia, USA 2000 **22.00** American Psycho – thriller, USA/Kanada 2000, reż. Mary Harron **0.00** Milczenie owiec – thriller, USA 1991, reż. Jonathan Demme

**TVN 24**

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
7.15 Kadr na Kino – mag.  
7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
10.45 Kawa na ławę – mag.  
11.55 Łoza prasowa – publ.  
12.50 Ewa Ewart poleca: **Powiedz tak** – historia miłości Taylor Swift i Travisa Kelce'ego – film dokumentalny  
13.35 Serwis informacyjny  
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
15.45 Kadr na Kino – mag.  
16.00 Falty po południu – program informacyjny  
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
18.35 Ranking Mazura – inf.  
19.10 Serwis informacyjny  
19.25 Falty po Faktach – inf.

**TLC TLC**

9.00 Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.  
10.00 Wiza na miłość: **Romans na Karabimach 2** – reality show  
11.00 Wiza na miłość: **Znowu do wzięcia 5** (15) – reality show, USA  
13.00 Premiera: **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami** (15)  
14.00 **Włoskie zdrady** (17, 18)  
15.00 **Miłość za granicą** (1)  
16.00 **Wiza na miłość: ostatnia szansa 2**  
18.00 Premiera: **100 kucharzy** – reality show  
19.00 **Megasknery: Brazylia** – serial dokumentalny  
20.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3** – reality show, 2024

**TVN STYLE**

5.20 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (9) – reality show, Polska 2016  
5.55 **Rajska posiadłość Pamel Anderson** (5) – serial dokumentalny  
6.50 **Będzie pięknie** (4) – program rozrywkowy  
7.45 **Dzień dobry LIVE wakacje** – magazyn  
11.30 **Ostre cięcie 11** (2) – program rozrywkowy  
12.30 **Babski biznes** (4) – program rozrywkowy  
13.30 **Jestem z Polski 16** (13, 14, 12) – serial dokumentalny  
16.35 **Bitwa o gości** (8) – reality show, Polska 2025  
17.35 **Do zobaczenia** (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2025

**DISCOVERY CHANNEL**

8.00 **Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante**  
9.00 **Złomowisko PL 2** (4, 5)  
11.00 **Kamperem przez świat** (5) – serial dokum.  
12.00 **Przygodowy truckerki** (4)  
13.00 **Cieżarówki przez Afrykę** (3) – serial dok.  
14.00 **Gończąca złota: na kłopoty Freddy Dodge 5** – serial dokum.  
15.00 **Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem** (2) – serial dokumentalny  
16.00 **Specjalistki** (5) – dok.  
17.00 **Nic do ukrycia** (8) – serial dokumentalny  
18.00 **Celnicy na straży Szwecji 4** (6) – dok.  
19.00 **Włoska kontrola celna** (5) – serial dokum.  
20.00 **Akta ekspedycji 2**

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

8.00 **Katastrofy pod lupą** (1, 2) – serial dokum.  
10.00 **W pułapce żywiłów** (8) – serial dokumentalny  
11.00 **Porzucane konstrukcje** (11) – serial dokumentalny  
12.00 **Wielkie konstrukcje: Megamolot** – film dokumentalny, Fr. 2019  
13.00 **Logistyka na wielką skalę** (1) – serial dokum.  
14.00 **Inżynieria po katastrofie** (3) – dok.  
15.00 **Imperium Mongołów: Historia Czngis-chana** (2) – serial dok.  
16.00 **Egipt: Miejsce pełne tajemnic** (7) – serial dok.  
17.00 **Kluczowe tygodnie wojny** (5, 6) – serial dok.  
19.00 **Tajemnice Strefy 51** – film dokum., USA 2010

**FOKUS TV**

6.00 **Wehikul czasu** (628) – program informacyjny  
6.05 **48h. Zaginięci** (34) – serial kryminalny, Pol.  
7.00 **Rolnicy. Podlasie** (37, 38) – serial dokum.  
9.00 **Wioski wioseczki** (6, 7) – serial dokumentalny  
10.00 **Podglądacze przyrody** (3, 4) – serial dokum.  
11.00 **Z klimatem i z pasją** (6) – program publicyst.  
11.30 **Wojny magazynowe** (12-16) – reality show  
14.00 **Premiera: Gwiazdy lombardu 25** (12)  
15.00 **Technologie jutra** (3, 4) – serial dokumentalny  
17.00 **Rolnicy. Podlasie** (23-26) – serial dokum.  
21.00 **Podglądacze przyrody 2** (8) – dok.  
21.30 **Górale** (16) – serial dok.

**INFORMACYJNY**

**20.00 W kulaarach**  
Prowadzący: Agata Adamek (zdj.), Piotr Kraško i Radomir Wit podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia. 90 min  
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
22.00 Szkoło kontaktowe  
23.00 Dzień po dniu – mag.  
0.00 Falty po Faktach – inf.  
0.50 Kawa na ławę – mag.  
2.00 Nowa Maja w ogrodzie – mag.  
2.30 Szkoło kontaktowe

**REALITY SHOW**

**21.00 Wiza na miłość 12** (6)  
Shea chce zacząć od nowa z Annabelle. Wpadka w halloweenowym domu strachów wywołuje konflikt Debby z Miód. 120 min  
23.00 **Twarz od nowa** – dok.  
0.00 **Dr Pryszczyla – kulisy**  
1.00 **Wiza na miłość: Wielka Brytania 3**  
2.00 **Wiza na miłość 12** (6)  
4.00 **Suknie ślubne dla puszystych** – pr. rozr.  
5.00 **Salon sukien ślubnych** – pr. rozrywk.

**KULIN.-ROZRYWK.**

18.10 **Ugotowani** (8) – Pol. W kulinarnym pojedynku uczestniczą mieszkańcy Lublina. Trzy panie rywalizują z Damianem, przygotowując wyjątkowe kolacje. 60 min  
19.10 **Kuchenne rewolucje** (5, 7) – program rozrywk.  
21.05 **Ostre cięcie 11** (2)  
22.05 **Taylor Swift kontra Scooter Braun** (2) – dok., Wlk. Bryt. 2024  
23.20 **EuroPOLKI studentki** (1) – program rozrywk.  
0.20 **Pał jej świat** (8)

**DOKUMENTALNY**

21.00 **Gończąca złota: na kłopoty Freddy Dodge 5**  
Fredy i Juan wspierają początkującego górnik, który zamknął rodzinny warsztat samochodowy, aby spróbować sił w wydobyciu złota. 60 min  
22.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dokum.  
23.00 **W oku cyklonu: Łowcy burz** (1) – serial dokum.  
0.00 **Nagi instyntyk przetrwania: Mistrzostwa świata**

**DOKUMENTALNY**

20.00 **Czarnobyl: Świadkowie tragedii** (4): Prawda Ponad rok po wybuchu pracownicy elektrowni trafiają przed sąd. Okazuje się, że zniknęło niemalże 180 ton niebezpiecznego paliwa. 60 min  
21.00 **Największe katastrofy budowlane** (10)  
22.00 **Katastrofa w przestworzach** (3, 4, 7) – serial dokum.  
2.00 **Alaska: Następne pokolenie** (13, 14)

**DOKUMENTALNY**

22.00 **Hezbollah. Polowanie na ludzi** – Francja 2024 Kulisy infiltracji, która pozwoliła Izraelczykom zniszczyć struktury Hezbollahu. Film analizuje skuteczność nowoczesnego wywiadu. 60 min  
23.00 **Pogromcy mafii** (2) – serial dokumentalny  
0.00 **Największe śledztwa CBSP** (2) – serial dokum.  
1.00 **Rolnicy. Podlasie** (5-8) – serial dokumentalny  
5.00 **Kolowrotek** (3, 4) – magazyn wędkarski

**POLSAT NEWS**

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 12.45 Pogoda  
12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda  
15.50 Wydarzenia 15.50 16.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 17.30 Z drugiej strony 18.35 Debata polityczna 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.  
19.30 Państwo w państwie 21.00 Polsat News ujawnia 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – inf.

**CANAL+ KUCHNIA**

12.50 **Hiszpańskim szlakiem z Gonzalo** (6) 13.50 **Podróż przez smaki Chin** (2) 14.50 **Kulisy wielkiej kuchni** (3) – dok.  
15.45 **Po prostu Jamie: szybko i łatwo** (4) 16.40 **Letnie inspiracje** (4) – dok. 16.50 **Z pola na stół** (4) 17.15 **Premiera: U sasiadów w kuchni** (1, 7, 8) 18.25 **Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę** (5-7) – dok.  
19.45 **Dzień dobry, obiad 2** (3, 4) 20.40 **M jak mięso** 10 (7, 8) 21.30 **Wszystkie smaki fermentacji** (3) – dok. 22.00 **Podróż przez smaki Chin** 4 (7) – dok. 23.00 **Anthony Bourdain – miejsca nieznanne** 8 (1, 2)

**POLSAT CAFÉ**

6.00 **Komisarz Mama** – krym., Pol. 8.00 **Bogaty dom** – biedny, Pol. 11.00 **Rolniczy** – dok., Pol. 11.00 **Działkowcy** – dok. 12.00 **Darek Stolarz** – remont w 3 dni 13.00 **Bogaty dom** – biedny dom 14.00 **Nasz nowy dom** 15.05 **Demakija** 16.00 **Kolacja w ciemno** – rozr. 17.00 **Randka w ciemno** – pr. rozr. 18.00 **Nasz nowy dom** 20.00 **Bogate dzieciaki bez kasy** – reality show 21.00 **Gry małżeńskie** – reality show 22.00 **Kolacja w ciemno** 23.00 **Gry małżeńskie** – reality show, Pol. 1.00 **Kolacja w ciemno** – rozr. 3.05 **Więzienie kobiet** – dok.

**DISCOVERY SCIENCE**

8.00 **Zoom na architekturę** 10.00 **Jak to jest zrobione?** – dok. 12.00 **Zwycięzcy rzeczy – niezwykłe wynalazki** 16 (20) – dok. 12.30 **Jak to jest zrobione – samochody marzeń** – serial dok. 14.00 **Czy jest z nami inżynier?** (1, 2) 16.00 **Jak działa wszechświat?** (8) 18.00 **Jak to jest zrobione?** 25 (24, 26) 19.30 **Jak to jest zrobione?** – dok. 20.00 **Premiera: Wyprawa w nieznanne** 10 – dok. 21.00 **Wyprawa w nieznanne** 9 – dok. 22.00 **Sekrety Houdiniego** – serial dok. 23.00 **Smakoloty z fabryki** 0.00 **Jak działa wszechświat?** – serial dokumentalny

**TVP DOKUMENT**

12.10 **Korona Gór Polskich** 12.45 **Podróż Małej i Dużej 4** (2) 13.10 **Tacy byliśmy** (3) 13.40 **Wielka naturalna bariera** (3) 14.45 **Misja: Morze Śródziemne. Podwodne muzeum**  
15.50 **Sekrety dzikich kwiatów** (4) 16.55 **Kultura miast** (4) – cykl dok. 17.55 **Sanatorium miłości** 3 (8) 18.50 **Agatha Christie: w stulecie Herkulesa Poirota i Miss Marple**  
20.10 **Tom Cruise: ostatnia godzina filmu** 21.35 **Gwardia Szwajcarska. Armia Watykańu** – dok., Fr. 2024 22.40 **Tamte lata, tamte dni** 23.20 **Portret zdezorientowanego ojca**

**PLANETE+**

10.20 **Pieszne wędrówki po świecie** 2 (2, 3) – serial dok., Hiszp. 12.30 **Mongolia. Pomieści niebem a ziemia** (2) 13.55 **Dzikie psy** (2) 14.45 **Niewolnicy Kanalu Panamskiego**  
15.55 **1312. Afryka odkrywa Amerykę** 16.00 **Ginace ziemloskora Korei** (1) – serial dok. 18.00 **Dokąd dzisiaj?** 4 (49, 50) – dok. 18.40 **Mam zamek** (8) 19.10 **Mam zamek** 2 (1) – dok. 19.45 **Nicole Kidman. Oczywiście otwarte** – dok., Fr. 2023 20.50 **Henry Ford. XX-wieczny zyciorys** – dok., Fr. 2023 22.00 **Sekta** (2) 23.55 **Triady. Chińska mafia podbija świat** (3) – dok.

**TVN 24 BIS**

16.30 **Kijew w kosmosie** 16.50 **Za zasłoną: Kabuiski salon piękności** 18.00 **Alarm dla Ziemi** 18.35 **Horyzont** 19.00 **Falty** 19.20 **Falty po Faktach** – inf.  
20.00 **Bez polityki** 21.40 **Skąd pochodzi?** (4) – dok. 22.50 **Uboğa jeśień życia** – film dok.

**TVP 3**

12.20 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** – pr. publicyst. 12.55 **Piosenka dla Ciebie** 14.00 **Rączka gotuje** 14.30 **Program lokalny** 15.00 **Koronka do Miłosierdzia Bogoego** – religijny  
15.20 **Program lokalny** 19.30 **kóždy Kultur** – magazyn kult. 20.00 **Dzienniki regionów** – inf. 20.10 **Regiony na TAK** – mag. 20.30 **Sanatoria** 21.00 **Program lokalny** 22.00 **Dzienniki regionów** 22.30 **Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie** 23.00 **Kościół z bliska** 23.30 **Całkiem niezła historia** 23.55 **Panorama** 0.25 **Serwis Info Wieczór**

**HGTV**

8.55 **Nowa Maja w ogrodzie** 4 (21, 22) 9.55 **Nowa Maja w ogrodzie** (11, 12) 11.05 **Polowanie na ogród 7** (1, 4) – rozr. 12.05 **Polowanie na ogród** 4 (1) 12.40 **Letnia chata na lata** (5, 4) 14.35 **Złoty remont** 4 (3) 15.35 **Będzie pięknie** (7) 16.40 **Weekendowa metamorfoza** 5 (4) – rozr. 17.40 **Kamera, akcja, wpadka!** (10-12) – pr. rozrywk. 19.20 **House Hunters – Poszukiwacze domów** 4 (1-4) 21.30 **Dorota inspiruje** 3 (4, 5) 23.25 **Najgorętsze nieruchomości pod słońcem** (7, 8) – dok. 0.30 **Sprzątaczki** (4-6) – obycz., Pol.

**TVP Kobieta**

12.00 **Okrasałam przepisy** 12.30 **Kwiaty na warsztat 2** (19) 13.00 **63. KFPW w Opolu** – Premiera 14.00 **Rodzinka.pl** (142, 143) 15.00 **Podróż Małej i Dużej** 6 (12) 15.30 **Ojciec Mateusz** 33 (433) – krym., Pol. 16.25 **Ojciec Mateusz** 34 (434) – krym., Pol. 17.25 **Marianna** – królowa lotów 18.30 **Daje słowo** – Maciej Orłoś (5) 19.30 **Miłość i nadzieja** (2388) – telen. 20.30 **Wichrowe wzgórze** (269) 21.30 **Cztery pory roku w Hawanie** (4) – krym. 22.30 **Uczciwy złodziej** – dramat krym., USA 2020 0.20 **Bardotka** (3)

**BBC EARTH**

11.00 **Dzikie konie Gór Skalistych** 1 – film dok. 12.05 **W okowach mrozu** 3 (2) – serial dok. 13.05 **Ben Fogle: wysięg do źródła Nilu** (2) – dok. 14.05 **Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii** (1, 2) – dok. 16.15 **Mroźna planeta II: kulisy** 2 (3) – dok. 16.30 **Zdrowa zmiana** 2 (7, 8) 17.50 **W okowach mrozu** 3 (2) – dok. 18.50 **Mroźna planeta** (3, 4) – dok. 21.00 **Dzikie konie Gór Skalistych** i ja 22.05 **W okowach mrozu** 3 (2) – dok. 23.05 **Dla ogółek giną wieloryby?** (1) 0.10 **Układ Słoneczny** (5) – dok.

**HISTORY**

13.00 **Niewyjaśnione tajemnice Świata** 5 (1) 14.00 **Piątka z historii** (4) 14.25 **David Duchovny: archiwum tajemnic** 2 (3) 15.20 **Starożytni kosmici** 17 (9) 16.10 **Tajemnice starożytności: śmierć** (3) 17.10 **Naziści na tropie skarbow** (4-6) – serial dok. 20.00 **Tom Hanks: II wojna Świata** (9) – dok. 21.00 **Premiera: II wojna Świata: wysięg zbrojeń** (2) – dok. 22.00 **Premiera: Tajemnice, które miały trwać wiecznie** 2 (15) 23.00 **Tom Hanks: II wojna Świata** (10) – serial dok. 23.55 **Starożytni kosmici** 14 (17) – dok.

## POLSAT SPORT 1

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy

**12.45 Siatkówka mężczyzn:** **LIVE** Liga Narodów – mecz: Chiny – Niemcy

**16.15 Siatkówka mężczyzn:** **LIVE** Liga Narodów – mecz: Francja – Japonia Japończycy pierwszą część rozgrywek zakończyli z kompletem czterech zwycięstw. Francja z kolei zdołała wygrać zaledwie jedno spotkanie. 165 min

**19.00 Siatkówka mężczyzn:** **LIVE** Liga Narodów – studio

## SIATKÓWKA



**19.45 Liga Narodów** – mecz: **LIVE** Polska – Argentyna Polacy zakończą gilotkę turniej meczem z Argentyną. Zespół Nikoli Grbićia będzie chciał zrewanżować się za porażkę 1:3 sprzed roku w Memoriale Huberta Wagnera. 135 min

**22.00 Siatkówka mężczyzn:** **LIVE** Liga Narodów – studio

**23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna

## POLSAT SPORT 2

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów **8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**11.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów **13.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Iran – Kuba

**16.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów **18.00 Lekkoatletyka:** Diamentowa Liga w Paryżu

**20.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Serbia – USA **23.00 Sporty walki:** UFC Fight Night – walka: Rafael Fiziev – Manuel Torres 28.06.2026 **1.00 Sporty walki:** Gala FEN

## POLSAT SPORT 3

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów **8.00 Tenis:** Turniej ATP na Majorce – mecz finałowy gry pojedynczej **10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**12.45 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Ukraina **15.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**16.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Brazylia

**20.15 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Słowenia – Włochy **23.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów **1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

## EUROSPORT 1

**12.00 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji

**13.00 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego

**13.30 Kolarstwo:** Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego

**15.15 Kolarstwo:** Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

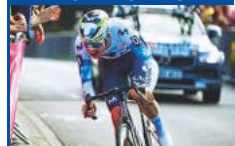
**17.15 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

**18.30 Snooker:** Mistrzostwa świata w Sheffield: Shaun Murphy – Wu Yize

**20.00 Żużel** – magazyn

**20.30 Kolarstwo:** Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego

## KOLARSTWO



**21.00 Mistrzostwa Francji** – wyścig ze startu wspólnego W 2025 roku po złoto sięgnął Dorian Godon. Kolarza zobaczymy również w tej odsłonie zmagają. 60 min

**22.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie

**0.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**1.30 Kolarstwo kobiet:** Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

## EUROSPORT 2

**11.00 BMX:** ME – Sarriens 2026

**12.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans **14.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie – wyścig w klasie MX2 **15.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MXGP

**16.00 Formula E:** ePrix Chin

**17.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MX2 **18.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MXGP **19.00 Kolarstwo:** Mistrzostwa Francji

**20.00 Golf:** Travelers Championship – finał **1.00 Snooker:** Turniej Masters w Londynie – finał: K. Wilson – J. Higgins

## CI POLSAT

**13.15 Dowody zbrodni 4 (4)**

**14.10 48 godzin 26 (1)**

**15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (9)**

**16.00 Akta Fabjuszewicza 2 (3)** – mag.

**17.00 Zbrodnia: oszukać prawdę 4 (4)**

**18.00 Kobiety, które zabijają:** wyznania Izzy krat (5) **19.00 Sprawa Iwona Wieczorek 2 (2)** – dok., Pol. 2023

**20.00 Chippendales: mroczne sekrety 2 (2)** – serial dok.

**21.00 Nasłostki mordercy 3 (3)** – dok.

**22.00 Najbardziej szokujące pościgi 2 (11, 12)** – dok.

**23.00 Dowody zbrodni: Morderstwo na bagnach 4 (4)**

**23.55 Serjini mordercy: Grim Sleeper**

● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych **LIVE** Na żywo

## TVP SPORT

**3.50 Piłka nożna:** **LIVE** Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Algieria – Austria

**6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Chorwacja – Ghana

**9.00 Mundialowy poranek** (17) – magazyn piłkarski

**10.35 Polska Liga Żeglarska** – magazyn sportowy

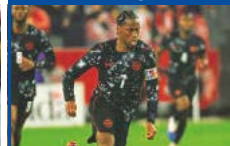
**11.00 Wioslarstwo:** Zawody Pucharu Świata w Lucernie – finały

**15.00 Lekkoatletyka:** **LIVE** Memorial Czesława Cybulskiego – Poznań 2026

**19.00 Dzień na mundialu** (17) – magazyn piłkarski

**20.00 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



**20.50 Mistrzostwa świata LIVE 2026** – mecz 1/16 finału Kanadyjczy nie wyszli z grupy podczas MŚ. Liczą, że na turnieju, którego są współgospodarzami przejdą do historii. 200 min

**0.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026: Kolumbia – Portugalia

**0.45 Sporty walki:** Oktogon 90 w Berlinie

**3.00 Boks:** Gala w Las Vegas **LIVE** – walka legka: E. De Los Santos – J. Valenzuela

## TVN TURBO

**10.45 Wojny samochodowe 6 (6)**

**11.45 Z drugiej ręki 10 (10)** – mag.

**12.30 Jeździć, obserwować 6 (6)**

**13.15 Moto kombat 6 (6)**

**14.00 Zawodowi handlarze 11 (7)**

**15.30 Naprawy nie do naprawy 3 (7)**

**17.00 Cieżarówka przez Stany 4 (4) – roz.**

**18.00 Mobilni mechanicy 3 (3)** – mag.

**18.45 Raport końcowy 824 (4)** – mag.

**19.10 Nic do zgłoszenia 2 (2)** – dok.

**21.10 Jeździć, obserwować 6 (6)** – dok.

**21.55 Moto kombat 6 (6)** – mag.

**22.40 Uwaga! Oszust: Schemat z ogłoszenia 6 (6)**

**23.10 Moto Factory 6 (6)**

**23.55 Wojny samochodowe 6 (6)**

**0.55 101 napraw 7 (8)**

## POLSAT PLAY

**8.05 Kolowrotek 241, 232, 233**

**9.35 Taaka ryba 117 (17)**

**10.05 Jeździemy na ryby! (55, 56)**

**12.10 Chłopaki do wzięcia (338, 339)**

**13.05 Zawód glina 14 (14)**

**14.00 Budowlanicy 53 (54)**

**15.00 Złomiarze 52 (2)** – dok.

**16.00 Polacy za granicą (153, 154) – dok.**

**18.05 Górale (157-161, 235)** – serial dokum.

**21.05 Chłopaki do wzięcia (491, 492) – dok.**

**22.00 Drwalie i inne opowieści Bieszczadu (244)** – dok.

**22.30 Łowca pedofilów (242)** – dok.

**23.05 Wieszanie (228, 229)**

**0.05 Tajna historia XX wieku (87-94)**

● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych **LIVE** Na żywo

## CANAL+ SPORT

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Korona Kielce

**8.30 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska – finałowy mecz barażowy: Malaga CF – UD Almeria

**11.00 Liderzy. W centrum gry (1):** Jesus Imaz – serial dokumentalny

**12.10 Turbokozak** – magazyn piłkarski

**13.20 Turbokozak** – magazyn piłkarski

**14.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026

**15.40 Magazyn Ligii Mistrzów UEFA**

**16.45 Żużel:** PGE Ekstraliga: **LIVE** Stelmet Falubaz Zielona Góra – Motor Lublin

## ŻUŻEL



**19.15 PGE Ekstraliga:** Stal **LIVE** Gorzów – Unia Leszno Poprzednie spotkanie tych zespołów 50:40 wygrały Byki. Paweł Przedpeński (zdj.) wywalczył wówczas siedem punktów. 135 min

**21.30 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy

**23.15 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros

**0.30 Liderzy. W centrum gry (1)** – serial dokum.

## CANAL+ SPORT 5

**10.30 Premier League Review**

**11.45 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – ZKS Stal Rzeszów**

**14.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Polonia Piła**

**17.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026 **18.20 Magazyn Ligii Mistrzów UEFA**

**19.20 Premier League Stories 46 (6)** – magazyn piłkarski

**20.00 Liderzy. W centrum gry (1)** – dok.

**21.00 Sporty walki: ONE Friday Fights 160 23.15 Magazyn PGE Ekstraliga** – mag.

**0.55 Boks: BKFC Fight Night: Hammond: Cameron Vancamp – Gregoris Cisneros**

## DTX

**7.05 Fani czterech kółek 15 – dok.**

**9.10 Królowie asfaltu 2 (2)**

**10.10 Fantastyczne zwierzęta z Forresterem Galante 11.10 Dwa oblicza survivalu**

**12.10 Militarizm na warsztach 15 (15)**

**13.10 Fani czterech kółek – dok.**

**21.10 Dwa oblicza survivalu: Meksyk – dok.**

**22.10 Alé jazda 2 (1, 2)**

**23.10 Królowie kempingu (1)**

**0.10 Mistrzowie logistyki 2 (2)**

**1.10 Od samochodu do domu 2.10 Retrospero: animacja: Pojazdy bojowe 3 (3)**

**3.10 Metro po szwedzku 15 (15)**

**4.10 Megatransporty 2**

**5.00 Alpejscy drwalie 5 (5)**

● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych **LIVE** Na żywo

## ELEVEN SPORTS 1

**6.00 LaLiga Best 11** – magazyn piłkarski

**7.55 GP Confidential** – magazyn Formuły 1

**8.35 Formula 3:** **LIVE** Grand Prix Austrii

**10.05 Formula 2:** **LIVE** Grand Prix Austrii

**11.15 F2: Chasing the Dream** – magazyn motoryzacyjny

**11.30 Formula 1:** Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna

**12.55 Formula 1:** Grand Prix Austrii – parada kierowców

**13.30 Formula 1:** Grand Prix Austrii – studio

**14.55 Formula 1:** **LIVE** Grand Prix Austrii

**17.00 Formula 1:** Grand Prix Austrii – studio

## FORMUŁA 1



**18.00 Grand Prix Austrii** Kimi Antonelli (zdj.) imponuje w tym sezonie formą. Po nieudanym starcie w Barcelonie na pewno liczy na lepszy występ. 120 min

**20.00 Formula 2:** GP Austrii

**21.15 Formula 3:** GP Austrii

**22.40 Bundesliga Original Series: Droga na mundial 5 (6)** – mag.

**23.45 Made in Italy 11 (11)**

**0.00 Ligue 1 Show 33 (33)**

**0.40 Bundesliga Special 2 (1)** – magazyn piłkarski

## ELEVEN SPORTS 2

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – FC Bayern Monachium **14.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Pisa SC – Inter Mediolan

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – VfL Wolfsburg **18.00 Bundesliga Special 22 (2)** – magazyn piłkarski

**18.30 Ligue 1 Show 35 (35)** – mag.

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter – Lecce

**21.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: FC Barcelona – Levante **23.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial 1 (1, 2)** – mag.

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Metz – PSG

## ELEVEN SPORTS 3

**11.10 Miguel Soler** – film dok.

**11.40 Królowie goli** – mag.

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Juventus – AS Roma **14.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Athletic Club

**16.00 Made in Italy 9 (9, 11)**

**17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial 5 (6)** – mag.

**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: AC Milan – Sassuolo

**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Eintracht – BVB **22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lille OSC – Paris FC **0.00 Bundesliga Special 20 (18)** – mag.

**1.00 LaLiga Best 11** – mag. piłkarski

## TVP ABC

**7.40 Prys i Bill** – serial anim.

**7.50 Czardziejskie miasteczko Pinokia**

**8.10 Piotruś Królik** – anim.

**8.35 Wegezaury 2** – anim.

**8.40 Świnka Peppa** – anim.

**9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści** – serial anim.

**9.30 Ziarno** – pr. dla dzieci

**10.00 Go-tu-jemy 3 (3, 4)** – mag.

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.45 Rodzina Treflików**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowski** – anim.

**11.55 Pszczołka Maja** – anim.

**12.25 Studio Stołola**

**13.00 Zwierzaki Czątki** (170) – program eduk.

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**13.45 Świnka Peppa** – anim.

**14.10 Pająk Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.

## ANIMOWANY



**14.50 Oktonauci** Niedźwiedź polarny, pingwin, kot i ich towarzysze przemierzają głębinę i ratują stworzenia żyjące pod wodą. 30 min

**15.20 Cześć, czy mogę Ci zjeść? 2 (2)** – mag.

**15.35 Mała Marinette**

**16.05 Pat i świat** – anim.

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

**17.05 Pszczołka Maja** – anim.

**17.30 Petronka: Obronny zwierząt** – serial anim.

**18.00 Kucharz Shane** – anim.

**18.25 Leo da Vinci 2**

## NICK JR.

**14.35 Zwierzęce zagadki 15.05** Rogata ekipa 2 (7) – dla dzieci

**15.36 Świnka Peppa 7** – anim.

**15.55 Świnka Peppa** – anim.

**16.00 Świnka Peppa 5**

**16.10 Świnka Peppa 16.15 Świnka Peppa 8**

**16.40 Psi Patrol 6**

**17.00 Rubble i jego ekipa 4** – anim.

**17.30 Pan Krokodyl 18.00 Barbapapa i jego rodzinka**

**18.30 Tim Rex wśród gwiazd**

**18.55 Przygody Misia Paddingtona 2** – anim.

**19.25 Przygody Misia Paddingtona**

**20.00 Świnka Peppa 4** – anim.

**20.30 Male Królestwo Bena i Holly** – anim.

**21.00 Barbapapa i jego rodzinka** – anim.

## MINIMINI+

**13.21 Kicia Kocia 2** – anim.

**13.37 Robotkowo 13.55 Moje urodziny**

**14.00 Bieg 110** Strzałak Sam 16

**14.45 Looloo Kids**

**15.01 Gazu, pieszki, gazul!** – anim.

**15.28 Kicia Kocia 2** – anim.

**15.45 Jezyk Hega**

**16.02 Marta może 16.30 Mappa Ekspres**

**16.56 Ciekawski George**

**17.55 Barbie: Przygody księżniczki** – anim.

**USA 2020 19.11** Baczne oczka 2 – anim.

**19.20 Baczne oczka 19.40 Smerfy**

**20.08 Cloudy & Stormy** – anim.

**20.35 Dolina Muminków 2**

**21.01 Wierszycy domowe**

● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych **LIVE** Na żywo **teleświat 27**

FILMOWE HITY DNIA



20.00 POLSAT

# Szklana pułapka 5

**SENSACYJNY** Niezniszczalny policjant wyrusza na ratunek synowi. Czeka ich ważna misja.

Detektyw John McClane (Bruce Willis, zdj.) jedzie do Moskwy, aby wyciągnąć z więzienia dawno niewidzianego syna, Jacka (Jai Courtney, zdj.). Na miejscu dowiaduje się, że chłopak jest agentem CIA, mającym chronić niejakiego Komarowa (Sebastian Koch). Okazuje się, że dawny part-

ner Rosjanina, Czagarin (Siergiej Kolesnikow), planuje atak nuklearny na światowe mocarstwa. McClane'owie łączą siły, by go powstrzymać. Trop prowadzi do elektrowni jądrowej w Czarnobylu.

**INFO:** USA 2013, reż. John Moore, wyk. Bruce Willis, Sebastian Koch, Jai Courtney **125 min do godz. 22.05**



20.00 TVN 7

## Push

**THRILLER SF** Tajna agencja, zwana Wydziałem, chce stworzyć armię z ludzi obdarzonych niezwykle wysokimi zdolnościami. Nick (Chris Evans, zdj.) i Kira (Camilla Belle, zdj.) nie zamierzają się podporządkować. **145 min**

USA/Kanada 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Chris Evans, Joel Gretscht, Djimon Hounsou

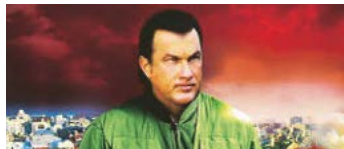


20.00 TVP KULTURA

## Śmierć nadejdzie jutro

**SENSACYJNY** Zdemaskowany w Korei Płn. brytyjski szpieg James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) jest podejrzewany o zdradę. Zamierza oczyścić się z zarzutów. Pomaga mu agentka Jinx Johnson (Halle Berry). **145 min**

USA/Wielka Brytania 2002, reż. Lee Tamahori, wyk. Pierce Brosnan, Halle Berry, Judi Dench



20.00 TV PULS

## Szalony lot

**DRAMAT SENSACYJNY** Terrorysty uprowadzają samolot. Chcą wykorzystać go do zrzućenia bomby biologicznej. Misja odzyskania maszyny zostaje powierzona agentowi Sand-sowi (Steven Seagal, zdj.). **125 min**

Wielka Brytania/USA 2007, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Steve Toussaint



20.00 STOPKLATKA

## Za linią wroga

**WOJENNY** II wojna światowa, Polska. Wtrąckiemy grupa aliantów, do której należy m.in. Kaminski (Ed Westwick, zdj.), zostaje wysłana za linię wroga z ryzykowną misją. Żołnierze mają uwolnić naukowca. **120 min**

Wielka Brytania 2020, reż. Anders Banke, wyk. Ed Westwick, John Hannah, Tom Wisdom



21.05 SUPER POLSAT

## 8 części prawdy

**THRILLER** Hiszpania. Na konferencji poświęconej walce z terroryzmem zostaje postrzelony prezydent USA (William Hurt). Poszukiwania sprawcy prowadzi kilka osób, m.in. agent Barnes (Dennis Quaid, zdj.). **110 min**

USA 2008, reż. Pete Travis, wyk. Dennis Quaid, Forest Whitaker, Sigourney Weaver



22.00 TVN

## Zmierzch

**FANTASY** 17-letnia Bella Swan (Kristen Stewart, zdj.) poznaje Edwarda (Robert Pattinson, zdj.), w którym się zakochuje. Okazuje się, że jest on wampirem. Ich miłość zagraża jego drapieżny instynkt. **140 min**

USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Billy Burke



22.00 STOPKLATKA

## Mścicielka

**THRILLER** Płatny zabójca Frank (Michelle Rodriguez, zdj.) zostaje wbrew swojej woli poddany zabiegowi zmiany płci. Postanawia zemścić się na lekarce Rachel (Sigourney Weaver), która go operowała. **115 min**

Francja/Kanada/USA 2016, reż. Walter Hill, wyk. Michelle Rodriguez, Sigourney Weaver



22.05 POLSAT

## Wielki mur

**FANTASY** William (Matt Damon, zdj.) wraz z towarzyszem (Pedro Pascal) dociera do warowni otoczonej zapórą. Stają się świadkami ataku przerażających stworzeń. Przyłączają się do walki z bestiami. **130 min**

USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe



22.05 TV PULS

## Zatopieni

**SENSACYJNY** Cody (Steven Seagal, zdj.) ma schwycić terrorystę, przetrzymującego na pokładzie okrętu podwodnego amerykańskich żołnierzy. Nie wie, że uwięzieni zostali poddani eksperymentowi. **115 min**

Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams



22.30 TVP KOBIETA

## Parker

**SENSACYJNY** Doświadczony złodziej (Jason Statham, zdj.) zostaje zdradzony podczas jednej z akcji. Obmyśla plan zemsty na swoich kompanach. Znajduje sojuszniczkę, Leslie (Jennifer Lopez, zdj.). **120 min**

USA 2013, reż. Taylor Hackford, wyk. Jason Statham, Jennifer Lopez, Michael Chiklis



23.05 TV4

## Dziedzictwo

**THRILLER** Po śmierci nestora rodu większość majątku przypada jego żonie (Connie Nielsen, zdj.) i synowi. Tymczasem córka (Lily Collins, zdj.) odkrywa, że ojciec więził w bunkrze nieznanego... **145 min**

USA 2020, reż. Vaughn Stein, wyk. Lily Collins, Simon Pegg, Connie Nielsen, Chace Crawford



23.25 TVP 2

## Pułkownik Kwiatkowski

**KOMEDIODRAMAT** Wojskowy lekarz (Marek Kondrat, zdj.), by zaimponować kobiecie, podaje się za pułkownika UB. Kontynuując mistyfikację, doprowadza do uwolnienia więźniów politycznych. **130 min**

Polska 1995, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Marek Kondrat, Renata Danciewicz, Adam Ferency

TVP 1 TVP 1

DVB T2

- 5.20 63. **KFPF w Opolu – Superjedynki**  
 5.50 **Akacja 38** (885) – telen., Hiszpania  
 7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny  
 7.30 **Studio Raban** – mag. dla młodzieży  
 8.00 **Serwis Info** – program informacyjny  
 8.10 **Pogoda Info**  
 8.15 **Czterdziestolatek** (21-ost.) – obycz.  
 9.25 **Ranczo 6** (68) – serial obycz., Pol. 2012  
 10.15 **Komisarz Alex 6** (76) – serial krym.  
 11.05 **Ojciec Mateusz 14** (186) – krym., Pol.  
 12.00 **Serwis Info** – program informacyjny  
 12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
 12.30 **Agropogoda**  
 12.40 **Rok w ogrodzie extra** (444) – mag.  
 12.55 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (2) – serial dokumentalny, Wlk. Bryt.  
 14.00 **Złoty chłopak** (322) – serial obycz.  
 15.00 **Serwis Info** – program informacyjny  
 15.10 **Pogoda Info**  
 15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1055) – telet.  
 16.00 **Dziedzictwo** (963) – serial obycz.  
 17.00 **Teleexpress, pogoda**  
 17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz.  
 18.05 **Reporteryzy** – magazyn reporterów  
 18.25 **Akacja 38** (900) – telen., Hiszpania  
 19.30 **Program informacyjny** 19.30  
 19.55 **Pytanie dnia** – program publicyst.  
 20.10 **Sport, pogoda**

## KONCERT



- 20.30 **Re\_Mind. Chcę to powiedzieć**  
 – Polska 2026  
 Widowisko inauguracyjne pierwszy Kongres i Festiwal Psychologiczny Re\_Mind. We wrocławskiej Hali Stulecia wystąpią m.in.: Mela Koteluk (zdj.), Natalia Szroeder, Krzysztof Zalewski oraz zespół Zakopower. 100 min  
 22.10 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio  
 22.20 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz 1/16 finału  
 0.55 **Za jakie grzechy** – komedia romantyczna, Kan./USA 2009, 105 min  
 2.40 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz 1/16 finału

TVP 2 TVP 2

DVB T2

- 4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023  
 5.30 **M jak miłość** (1783) – serial obyczajowy, Polska 2024  
 6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny  
 6.55 **Barwy szczęścia** (3342) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
 7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn  
 11.30 **Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulinarny  
 12.00 **Wyższa Szkoła Jazdy** (4) – magazyn motoryzacyjny  
 12.35 **Koło fortuny** (1874) – teleturniej, Polska 2025  
 13.15 **Panna młoda** (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
 14.05 **Va banque** (999) – teleturniej  
 14.35 **Na sygnale** (864) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
 15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (421) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
 16.00 **Koło fortuny** (1875) – teleturniej  
 16.35 **Familiała** – teleturniej  
 17.20 **Panna młoda** (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
 18.20 **Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

## PIŁKA NOŻNA



- 18.50 **Mistrzostwa świata 2026**  
 LIVE – mecz 1/16 finału  
 W Houston o awans do 1/8 finału mundialu zaważcza zwycięzca grupy C i drugi zespół grupy F. Bardzo prawdopodobna wydaje się konfrontacja faworyzowanych Canarinhos z reprezentacją Holandii lub Szwecji. 155 min  
 21.25 **Postaw na milion** – teleturniej  
 22.20 **Na sygnale** (855, 856) – serial fab.-dok.  
 23.25 **Pułkownik Kwiatkowski**  
 FILM – komediodramat, Polska 1995, 130 min  
 1.35 **Karol, władca Hiszpanii** (2) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015  
 2.35 **Nasz dom w górach** (9) – obycz.  
 3.35 **Akacja 38** – telen., Hiszpania 2015

polsat POLSAT

DVB T2

- 4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny  
 5.25 **Telezakupy TV Okazje**  
 6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny  
 8.30 **Malanowski i partnerzy** (308, 309) – serial fab.-dok., Polska 2011  
 9.30 **Trudne sprawy** (1239, 1240) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
 11.35 **Gliniarze** (856, 857) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
 13.40 **Dlaczego ja?** (1486, 1487) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Marta rozstaje się z Patrykiem, który ją zdradził. Wkrótce zakochuje się w Marku. Pewnego dnia ktoś rzuci w nią kamieniem. Podejrzania padają na byłego chłopaka, ale ma on alibi. Ustalenia policji zaskakują wszystkich. 130 min  
 15.50 **Wydarzenia, pogoda**  
 16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów  
 16.40 **Gliniarze** (1053, 1054) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Śledczy poszukują mężczyzny, który przed zaginięciem kontaktował się z narzeczoną. Jeden z tropów prowadzi do siłowni, w której pracował. 130 min  
 18.50 **Wydarzenia**  
 19.15 **Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
 19.30 **Sport, pogoda**

## SENSACYJNY



- 20.00 **Megahit: Szklana pułapka 5**  
 FILM – USA 2013, reż. John Moore  
 Ostatnią odsłonę perypetii nowojorskiego detektywa Johna McClane'a a wyreżyserował twórca „Maksa Payne'a”. Bruce'owi Willisowi (zdj.) partneruje w roli syna znany z „Legionu samobójców” Jai Courtney (zdj.). 125 min  
 22.05 **Wielki mur** – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, 130 min  
 0.15 **Zasady walki** – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2000, 160 min  
 2.55 **Nasz nowy dom** (368) – reality show, Polska 2026  
 4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (62) – rozr.

tvn TVN

DVB T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów  
 5.55 **Ukryta prawda** (1683) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 6.50 **Kuchenne rewolucje** (12) – program rozrywkowy  
 7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn  
 11.20 **Doradca smaku** (9) – magazyn kulinarny  
 11.25 **Kuchenne rewolucje** (3) – program rozrywkowy  
 12.35 **Ukryta prawda** (1667, 1668, 1716) – serial paradokumentalny, Polska  
 15.45 **Detektywi** (100) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
 16.50 **Szpital św. Anny** (56) – serial obyczajowy, Polska 2025  
 Młody bokser skarży się na ból w klatce piersiowej. Kaja podejrzewa u niego zawał serca. Tymczasem na SOR trafia wystraszony siedmiolatek z bólem brzucha. 65 min  
 17.55 **Młode gliny** (8) – serial kryminalny, Polska 2026  
 Na bazarku znaleziono zwłoki wychudzonej kobiety. Na ciele denatki widoczne są ślady przemocy. Wkrótce pojawia się młody Czechen poszukujący zaginionych sióstr. 65 min  
 19.00 **Fakty, sport i pogoda**  
 19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

## OBYCZAJOWY



- 20.15 **Na Wspólnej** (4236) – Polska 2026  
 Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. Matka Remka wysyła jej pieniądze. Igor wyjeżdża służbowo. Julka wyłudza pieniądze od Anki i szuka narkotyków u Leona. 35 min  
 20.50 **Bitwa o gości** (7) – reality show, Pol.  
 22.00 **Zmierzc** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 140 min  
 0.20 **Matrix: Zmartwychwstania**  
 FILM – film s.f., USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, 190 min  
 3.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów  
 3.50 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny  
 4.35 **Szpital św. Anny** (126) – obycz., Pol.

4 TV4

DVB T2

- 6.00 **Strażnik Teksasu** (16, 17) – serial sens.  
 7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (142) – reality show  
 8.55 **Policjantki i Policjanci** (492, 493) – serial obyczajowy, Polska 2018  
 10.55 **Na ratunek 112** (1150, 1151) – paradok.  
 11.55 **Dlaczego ja?** (1519, 1520) – paradok., Pol.  
 13.55 **Trudne sprawy** (924-926) – paradok., Pol.  
 16.55 **Policjantki i Policjanci** (1390) – obycz.  
 18.00 **Lowcy skarbów. Kto da więcej?** (485) – reality show, Polska  
 19.00 **Policjantki i Policjanci** (1391) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 20.00 **Uroczysko** (189, 190) – serial kryminalny  
 21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (121) – serial kryminalny, Polska 2026  
 22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1004) – serial kryminalny, Polska 2026  
 23.05 **Dziedzictwo** – thriller, USA 2020, reż. Vaughn Stein, wyk. Lily Collins, Simon Pegg, Connie Nielsen, Chace Crawford, 145 min  
 1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (22) – reality show  
 2.35 **Interwencja** – magazyn reporterów  
 5.00 **SuperLudzie** (31-35) – serial dokum., Pol.  
 5.30 **Telezakupy TV Okazje**

puls TV PULS

DVB T2

- 6.00 **Policjanci z Miami 2** (20, 21) – serial kryminalny, USA 1985  
 8.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2) – serial sensacyjny, Niemcy 2016  
 10.00 **Maria z przedmieścia** (37, 38) – telenowela, Meksyk 1995  
 12.00 **Nie igraj z aniołem** (105) – serial obyczajowy, Meksyk 2008  
 13.00 **Wspaniałe stulecie** (39) – serial kostium.  
 14.00 **Kurierzy** (24) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
 15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (520, 521) – serial obyczajowy, Polska 2022  
 17.00 **Kurierzy** (25) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
 18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (962, 963) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 20.00 **Szalony lot** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Rumunia/USA 2007, 125 min  
 22.05 **Zatopieni** – film sensacyjny, Bułgaria/FILM Wielka Brytania 2005, 115 min  
 0.00 **Uciekaj albo walcz** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Kyle Rankin, wyk. Eli Brown, Isabel May, Oly Sholotan, 130 min  
 2.10 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958) – serial obyczajowy, Polska 2026  
 3.10 **Dzielnica strachu 9** (396) – serial krym.  
 4.15 **Zobacz to!** – programy powtórkowe

puls 2

DVB T2

- 7.00 **Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020  
 7.30 **Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013  
 7.50 **Superkoty** – serial animowany, USA 2023  
 8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (1)  
 8.50 **Masza i Niedzwiedź** – serial anim., Rosja  
 9.20 **Straszne historie Maszy** – serial anim.  
 9.25 **Swinika Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.  
 9.45 **Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
 10.00 **Język i Przyjaciele** – serial anim., Polska  
 10.35 **Spidey i superkumple** – serial anim.  
 11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.  
 12.00 **Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021  
 12.35 **Marta mówi!** – anim., USA/Kan./Filipiny  
 13.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984  
 13.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
 14.00 **Kacze opowieści** – serial animowany  
 15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**  
 16.00 **Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA  
 17.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984  
 17.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
 18.00 **Pingwinny z Madagaskaru** – serial anim.  
 19.00 **Kacze opowieści** – serial animowany  
 20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (970)  
 21.00 **Dzielnica strachu 9** (402, 403) – krym.  
 23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (3, 4) – serial dokum., Wielka Brytania

tvn 7

DVB T2

- 5.20 **Ten moment** (46) – serial paradok., Polska  
 5.55 **Szkola** (757-759) – serial paradokum., Pol.  
 8.45 **Ukryta prawda** (1329, 1427, 1428) – serial paradokumentalny, Polska  
 11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1072-1074) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.  
 14.00 **Detektywi** (113) – serial fabularno-dokum.  
 15.00 **Szpital św. Anny** (764, 765) – serial paradokum., Pol.  
 17.00 **Szpital Anna Maria Wesołowska** (497) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010  
 18.00 **SOS Ekipy w akcji** (9) – serial paradok.  
 19.00 **Ukryta prawda** (1520) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
 20.00 **Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Colin Ford, Joel Grey, 145 min  
 22.25 **Ghost in the Shell** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Chiny 2017, reż. Rupert Sanders, wyk. Scarlett Johansson, Pilou Asbaek, Takeshi Kitano, Juliette Binoche, 135 min  
 0.40 **Tzamosość strachu** – thriller, USA 2021, reż. Castille Landon, wyk. Katherine Heigl, Harry Connick Jr., 140 min  
 3.00 **Związ z potworem 8** (16) – serial dokumentalny, USA 2020  
 4.00 **Fachowcy** (2) – serial paradok., Pol. 2017



**KINO POLSKA**

**7.40 Powstanie warszawskie** – dokument fabularyzowany, 2014

**9.10 Czarne Stopy** – film przyg., 1986, 140 min

**11.30 Pokój z widokiem na morze** – film psycholog., 1977, reż. Janusz Zaorski, 120 min

**13.30 Papierowe małżeństwo** – komedia obyczajowa, Pol./Wielka Brytania 1991, 115 min

**15.25 Motylem jestem, czyli romans czterdziolatka** – komedia obyczajowa, 1976, reż. Jerzy Gruza, 105 min

**17.10 Pogranicze w ogniu** (24) – serial sensacyjny

**18.45 Cztery pancerni i pies** (1) – wojenny

**KOMEDIA**



**20.00 Nie ma róży bez ognia** – 1974 Jan (Jacek Fedorowicz, zdj.) i jego żona mieszkają w ciasnym pokoju. Zgadają się na zmianę lokum. To początek ich kłopotów. 120 min

**22.00 Tam i z powrotem** – film obyczajowy, 2001, 125 min

**0.05 Ostatnia rodzina** – dramat obyczajowy, 2016, 170 min

**2.55 Chemia** – dramat obycz., 2015, 140 min

**CANAL+ PREMIUM**

**10.20 Kung Fu Panda 2** – film animowany, USA/Kan. 2011

**11.50 LARP** Miłość, trolle i inne kwesty – komedia, Pol. 2025

**13.20 Cat's Eyes (6)** **14.15 Girl Climber** Wspinaczka

**15.40 Battleship**: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **17.50** Łapę capu – rozr. **17.55** Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017

**20.00 Mamma Mia!** – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008 **21.50 Mamma Mia!**: Here We Go Again – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018 **23.40** Dotyk – melodramat, Islandia/Wlk. Bryt. 2024

**CANAL+ 360**

**13.00 Hot Roads** – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (1)

**14.00 Wykrzywczy historii 3** (1)

**15.00 Co poszło nie tak 3** (4)

**16.00 Supersamoloty bojowe** (2) **17.00** Zholowani: ciężarówku w opalach 8 (15) **17.55** Porzucone konstrukcje 4 (20)

**18.50 Wykrzywczy historii 2** (5)

**19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówku w opalach 8 (16) **20.50** Co poszło nie tak 4 (4) – dok. **21.55** Śladami Marco Polo (4) **23.00** Supersamoloty bojowe (3) **0.00** Zabajćce drogi (3) **1.00** Przemierzając Mauretanię – dok., Wlk. Bryt./Niem. 2023

**TVP SERIALE**

**5.55 Rodzinka.pl** (95) – kom. **6.30 Na sygnale** (477, 478) – serial fabularno-dokum.

**7.40 Ojciec Mateusz 2** (27) – serial kryminalny, Pol. **8.40 Komisarz Alex 2** (16) – serial kryminalny, Pol.

**9.35 Rodzinka.pl** (96) – kom. **10.10 Klan** (1443, 1444) **11.00 Ranczo 8** (94, 95) **12.45 Komisarz Alex 2** (17) **13.40 Ojciec Mateusz 29** (378, 379) – serial krym. **15.40 Komisarz Alex 2** (18) – serial kryminalny, Pol. **16.30 Na sygnale** (479, 480) – serial fabularno-dokum. **17.40 Ranczo 8** (96, 97) – serial obycz., Pol. 2014 **19.35 Ojciec Mateusz 29** (380) – krym., Pol. 2023 **20.30 Ojciec Mateusz 2** (28) – serial kryminalny, Pol.

**OBYCZAJOWY**



**21.30 Ranczo 8** (98, 99) – Pol. Czerepach odkrywają, że senatorowa jest związana z aptekarzem. Tymczasem Łódźka dowiadyuje się o bliskich relacjach Kozioła i Moniki. 110 min

**23.20 Ojciec Mateusz 29** (381) – krym., Pol. 2023 **0.20 Ojciec Mateusz 30** (382) – krym., Pol. 2023

**1.20 Ratownicy** (12, 13-ost.) – serial obycz., Pol. 2010 **3.15 Wojna zastępcza** (4) **4.10 Klan** (1443) – telen., Pol. **4.35 Pan Mama** (16) – kom.

**CANAL+ FILM**

**10.45 Łapę capu 11.00** Charlie Chaplin: duch włóczęgi **12.30** Wszyscy święci – obycz., Pol. 2002 **13.45** Chopin, Chopini! – zrem. biograf., Pol. 2025 **16.00** Zmierzch – film fantasy, USA 2008 **18.00** Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004 **19.45** Łapę capu – rozr. **20.00** Wieczór skomplikowanych relacji: Follemente. W tym ślaństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025 **21.35** Wieczór skomplikowanych relacji: Rocznica – thriller, USA 2025 **23.25** Wzstęskie odcienie światła – dramat obyczajowy, Indie/Francja/Hol. 2024

**BBC FIRST**

**8.40 Lewis 4** (2) – krym. **9.35 Ojciec Brown** 13 (6) **10.40** Śmierć pod palmami 15 (2) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 2 (5) **12.55** Sledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2023 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023 **15.00** Ojciec Brown 6 (10) **16.00** Lewis 4 (2) **17.00** My Life is Murder 2 (4) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (2) **19.55** Śmierć pod palmami 15 (3) **21.00** My Life is Murder 4 (8) **22.00** Luther 5 (1, 2) **0.20** Harry Wild 4 (3) **1.20** Śmierć pod palmami 15 (3) **2.25** Morderstwa w Midsomer 20 (2)

**13 ULICA**

**6.05 Bianca 2** (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2023

**8.20 Na granicy: Herman** – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Dror Zahavi, 115 min

**10.15 Chicago P.D. 11** (6, 7) – serial kryminalny, USA

**12.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (1, 2) – serial sensacyjny, USA

**14.00 Bianca 2** (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023

**16.25 Na granicy: Spadek** **Hildy** – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, wyk. Lucas Gregorowicz, 115 min

**18.20 Chicago P.D. 11** (8, 9) – serial kryminalny, USA

**20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (3, 4) – serial sensacyjny, USA

**DRAMAT**



**22.00 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4** – Francja 2022 Dyrektorka firmy zaginęła po spotkaniu służbowym. Léonore (Julie Depardieu, zdj.) próbuje wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia. 115 min

**23.55 Niedwidowy detektyw** (3) – krym., Austria/Niem. **1.30 Na granicy: Spadek** **Hildy** – film kryminalny, Niemcy 2022, 125 min **3.35 Bianca 2** (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023

**FILMBOX+ ONE**

**6.00** Celniczy 2 (5) **6.35** Panna Marple: Błękitne geranium – krym., USA/Wlk. Bryt. 2010 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13) – serial krym. **11.00** Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym. **13.10** Poirot (1) **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1, 2) – krym. **17.50** Panna Scarlet i komisarz (5, 6) **20.00** 13 godzin: Tajna misja w Benghazii – sens., USA/Malt./Maroko 2016 **22.55** Efekt motyla – thriller, USA 2004 **1.25** Sztos – komedia sens., Polska 1997 **3.10** Cimarron Strip (14) – przyg. **4.55** Klasyka krótkich animacji – filmy animowane

**ROMANCE TV**

**8.50** Górski lekarz (128, 129) – serial obycz. **10.45** Diagnosta Betty (157, 158) –diag. **12.30** Rosamunde Pilcher: Długa droga do szczęścia – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2000 **14.20** Lato we Włoszech – film obycz., Niemcy 2025 **16.15** Serca pod drzewem oliwnym – komedia romantyczna, USA 2023 **18.05** Górski lekarz (130, 131) – serial obyczajowy **20.00** Najlepsze na koniec – komedia, Niem. 2024 **21.55** Miłość zagubiona w dzicy – film obycz., USA 2021 **23.45** Górski lekarz (130, 131) – serial obycz.

**TVN FABUŁA**

**5.05 Szkoła** (771) – paradok. **6.00** Seriale 3 (4) – mag. **6.30** Alfabet filmowy (15) **6.45** Zakochani po uszy (75, 76) – telen., Pol. 2019 **7.45 Detektywi** (49-52) – serial fabularno-dokum. **9.50 Prawo Agaty 3** (5) – serial obycz., Pol. 2013 **10.55 Szpital św. Anny** (84) – serial obycz., Pol. 2026 **11.55** Miłość czy pomyłka? (21, 22) – telen., Turcja **13.55 Prawo Agaty 3** (5) **14.55 Detektywi** – fab.-dok. **16.00** Kino w drodze (3) **16.35** Najpiękniejsza muzyka filmowa (4) **16.50** Zatańcz ze mną **FILM** – komedia romantyczna, USA 2004, 130 min **19.00 Szpital św. Anny** (63) – serial obycz., Pol. 2025

**WOJENNY**



**20.00 Dunkierka** – Wlk. Bryt./Holandia/Francja 2017 Lato 1940 r. Armia III Rzeczy otacza Aliantów we francuskim mieście. Ucałay Tommy (Fionn Whitehead, zdj.) walczy o życie. 140 min

**22.50 Seks w wielkim mieście** – kom. romant., USA 2008, 180 min

**1.20 Nagle** – thriller, **FILM** Francja/Islandia/Belgia 2023, 140 min

**3.40 Dziewczyny z Hollywood 3** (11)

**COMEDY CENTRAL**

**6.00** Tata ma plan (21, 22) – kom. **7.00** Dwóch i pół 4 (3-6) **8.55** Przyjaciele 5 (14-19) **11.55** Teoria wielkiego podrywu 5 (5-10) – kom., USA **14.30** Dwóch i pół 4 (7-10) – kom. **16.30** Przyjaciele 5 (20-24) **19.00** Przyjaciele 6 (1) – serial kom. **19.30** Duchy (1, 2) – fantasy **20.30** Teoria wielkiego podrywu 5 (11-13) **22.00** The Office PL (9, 10) **23.05** Comedy Club 4 (9, 10) **0.05** Miasteczko South Park (9, 10) **1.00** Praco-holicy 2 (7, 8) **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (1, 2) – rozr. **3-8** Miasteczko South Park (6-8) **4.30** Comedy Club 6 (9-11)

**FILMBOX+ HITS**

**9.35** Melodia wiatru – dramat obyczajowy, Boliwia 2019 **11.05** W harmonii – dramat obyczajowy, Francja 2015 **12.45** Droga pod wiatr – dramat krym., Fr./Belgia 2011 **14.30** Weekend z królem – dramat biograf., Wielka Brytania 2012 **16.15** Zaginiona – thriller, USA 2012 **18.00** Książę i ja – kom. romant., USA/Czechy 2004 **20.00** Irgyśka śmierci – dramat s.f., USA 2012 **22.35** Czworzo do pary – dramat obycz., USA 2014 **0.20** Whiplash – dramat obyczajowy, USA 2014 **2.15** Widzę cię – thriller, USA 2019

**TVP HD**

**5.25 Zakochaj się w Polsce** (166) – magazyn

**6.00** Na dobre i na złe (980) – serial obycz., Pol. 2026

**6.55 Ranczo 5** (65) – obycz. **7.55 Rodzinka.pl** (203, 204) **8.55 Ojciec Mateusz 19** (246, 247) – serial krym. **10.45 Gra słów. Krzyżówka** (1051) – teleturniej

**11.20** Na sygnale (635, 636) **12.25 Ojciec Mateusz 5** (68) **13.20 Komisarz Alex 3** (32) **14.15 Ranczo 5** (63, 64) **16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 2** (23) – mag. kulin. **16.40 Tańcząca ze światłem** – Maroko (2) – magazyn

**17.10 Okrasa lamie przepisy** **17.45** Makkłowicz w podróż **18.20 Ojciec Mateusz 29** (310) – krym., Pol. 2024 **19.20 Ranczo 6** (74) – obycz.

**KOMEDIOWY**



**20.10 Rodzinka.pl** (304, 305) – Polska 2026 Zosia stara się wesprzeć Kacpra w poszukiwaniu sensu życia. Magda niepokoi się o córkę, szuka dla niej możliwości rozwoju. 75 min

**21.25 Ojciec Mateusz 33** (433) – krym., Pol. 2025

**22.20 Sicaño 2: Soldado** – thriller, USA 2018, reż. Stefano Sollima, 135 min

**0.35 Dzieci i ryby** – komedia obyczajowa, Polska 1996, 110 min

**HBO HBO**

**9.45** Emotki. Film – film animowany, USA 2017

**11.15** Eddie zwany Orłem – biograf., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2016 **13.00** Beznier – dram. obycz., Włochy/Fr. 2022 **14.40** Agentka – komedia, USA 2015

**16.40** Zła kuratorka – dramat obyczajowy, USA 2024 **18.10** Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada

**20.00** Ród smoka 3 (2) – fantasy **21.00** Premiera: Miniaturowa żona (2) – kom. **21.45** Akademia pana Kleksa 2 – film familijny, Pol. 2024 **23.45** Mroczny fajter – film sens., USA 2023

**TV 6**

**8.50** Kobra – oddział specjalny (10, 11) – serial sens., Niem. **10.55** 48h. Zaginięci (121-123) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1191) – obycz. **14.55** Uroczysko (27, 28) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (12, 13) – sens. **18.00** Stróż Teksasu (18, 19) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (183, 184) **21.55** Czarna lista (17) – krym. **22.55** Łowca pedofilów (177-180) **0.55** Wiezienie (199, 201, 200, 202) **2.55** Cobra Kai (20) **3.35** Septagon (86, 87) – krym. **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag.

**STOKLATKA** **STOKLATKA** **DVB T2**

**6.00 Kabaretowe hity** (4) – program rozrywkowy

**6.50 Złoty Interes** (8) – program rozrywkowy

**7.50 Wojciech Cejrowski – bosą przez świat** – cykl reportaży, Polska

**9.00 Robert Makkłowicz** (138, 181) – mag. kulin. **10.55** Górski lekarz (13, 14) – obycz., Niemcy/Austria

**13.00 Katastrofy w przestworzach** (2, 9) – serial dokum., Kanada

**16.00 MacGyver 3** (19, 20) – sens., USA/Kan. 1988

**18.00 Wojny magazynowe: Kanada** (36, 1) – reality show, Kanada

**19.10 Aukcja w ciemno** (21) – serial dokumentalny

**19.40 Aukcja w ciemno 2** (1) – serial dokumentalny

**WOJENNY**



**20.00 Za linią wroga** – Wielka Brytania 2020 W czasie II wojny światowej grupa alianatów, m.in. Kaminski (Ed Westwick, zdj.), zostaje wysłana za linię wroga z niebezpieczną misją. 120 min

**22.00 Mścicielka** – thriller, Fr./Kan./USA 2016, 115 min

**23.55 W nich cała nadzieja** – dramat s.f., Polska 2023, 115 min

**1.50 Mniej zło** – obycz., **FILM** Polska 2009, 145 min

**4.15 Szumy i fonie**

**FX FX**

**5.00** Master Crimes (3, 4) **7.09** Kości (15, 16) **9.00** Z archiwum X (14) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (1, 2) **15.35** SkyMed (7) – obycz. **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) **18.20** Z archiwum X (15) **19.15** FBI 4 (2) – krym. **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **22.00** Premiera: Tropiciel (20) **22.55** Z archiwum X (15) **23.55** 9-1-1 (16) **0.55** FBI 4 (2) **1.50** Agenci NCIS 10 (2) **2.45** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1)

**PARAMOUNT NETWORK**

**9.25** Policynia grupa pościgowa 15 (2) – dok. **10.30** Star Trek 6: Wojna o pokój – film s.f., USA 1991, reż. Nicholas Meyer **13.00** Czardziejki (2, 19, 20) – fantasy, USA **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim. **15.30** Gliniarz z Beverly Hills – komedia sens., USA 1984 **17.50** Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sensacyjna, USA 1987

**20.00** Męska gra – dramat obyczajowy, USA 1999 **23.10** Rambo – sens., USA/Niemcy 2008 **0.55** Pasażer – thriller, USA 2023, reż. Carter Smith, wyk. Johnny Berchtold

TVN 24
6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Rozmowa Piaseckiego - pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes - pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes - pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes - pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes - pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes - pr. publicyst.
15.00 15 na żywo - magazyn informacyjny
16.00 Fakty po południu - program informacyjny

TLC
7.00 Suknie ślubne dla puzystych - pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 16 - dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 (1) - serial dok.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 - reality show
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (9) - serial dok.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) - dok.
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 - reality show
16.00 Historie wielkiej wagi - serial dokumentalny
18.00 Pokonać otyłość (9)

TVN STYLE
5.15 I nie odpuszczę Cię aż do ślubu (10) - reality show, Polska 2016
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (11) - serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Poukładani (6) - program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień - magazyn kulturalny
7.45 Dzień dobry LIVE wakacje - magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) - pr. kulin.-rozr., Polska 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) - program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski 14 (5) - serial dokumentalny
16.35 Jestem z Polski 16 (14) - serial dokumentalny
17.40 Kuchenne rewolucje (8-10) - program rozrywk.

Discovery DISCOVERY CHANNEL
6.00 Mistrzowie logistyki (10) - serial dokum.
7.00 Budowa na końcu świata - serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6 - serial dok.
10.00 Klan z Alaski - dok.
11.00 Przetwać nad Jukonem - serial dok.
12.00 Fani czterech kółek (4) - serial dokumentalny
13.00 Nagi instyntyk przetrwania: Elita 2
15.00 Złomowisko PL 5 (15)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6) - dok.
18.00 Porty: Hiszpania (5) - serial dokumentalny
18.30 Nagi instyntyk przetrwania 11 - dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC
10.00 Miasta w liczbach (4)
11.00 Piemienna szkoła przetrwania: Mekong (5) - serial dokumentalny
12.00 Odludna wyspa (16)
13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (3) - dok.
14.00 Normandia '44: Inwazja (1) - film dok., Wielka Brytania 2020
15.00 Katastrofa w przestworzach (6)
16.00 Złapać przemytnika (1) - serial dokumentalny
17.00 Laos: Miejsce pełne tajemnic (2) - film dok., Nowa Zelandia 2023
18.00 Odciań: Powstanie i upadek nazizmu (8) - serial dokumentalny
19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4) - serial dokumentalny

FOKUS TV
6.00 Wehikuł czasu (629) - program informacyjny
6.05 48h. Zaginięci (55) - serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (629)
9.00 Starożytni kosmici (10) - serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (17, 18) - reality show
12.00 Apokalipsa - wojny 1945-1991 (3) - dok.
13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) - serial dokum.
14.00 II wojna światowa - jednostki specjalne (3, 4) - serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (13, 14) - serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (42, 1) - serial dokum.
20.00 Galileo (19) - program popularnonaukowy

PUBLICYSTYCZNY
18.00 Tak jest Andrzej Morozowski (zdj.) przedstawi i omawia najważniejsze wydarzenia z polskiej areny politycznej. 75 min
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i - pr. publ.
20.20 Fakty o świecie - inf.
21.00 Polska i świat - inf.
22.00 Szkoła kontaktowe
23.00 Dzień po dniu - mag.
0.25 Biznes - pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach - inf.
1.20 Kropka nad i - pr. publ.

REALITY SHOW
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 - USA 2023 April poznaje rodzinę Valentina. Podczas tego pierwszego spotkania dochodzi do napięć w ich relacjach. 60 min
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
21.00 Wiza na miłość 12 (5)
23.00 Koleżanki na zabój 0.00 Dr Pryszczylla - kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
2.00 Wiza na miłość 12 (5)

ROZRYWKOWA
20.50 Babski biznes (4) Marta Klepka (zdj.) pomaga Ani, założycielce marki modowej. Uczy ją pozyskiwania klientów. Gościem odcinka jest Dorota Wellman. 60 min
21.50 Jestem z Polski 14 (8) - serial dokumentalny
22.50 Jestem z Polski (3)
23.45 Hotel Paradise 6 (15, 16) - reality show
1.45 Ślubny marzeń (8) - rozr.
2.45 Co nas truje (10, 11)
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (3) - mag.

DOKUMENTALNY
21.00 Nic do ukrycia (9) Funkcjonariusze Krajowej Administracji Skarbowej chronią UE przed napływem zakazanych towarów m.in. na przejściach granicznych. 60 min
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (7)
23.00 Premiera: Celnicy na straży Niemiec (1)
0.00 Od samochodu do domu - mag. motor.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Militaria na warsztat 5 (14) - serial dokum.

DOKUMENTALNY
20.00 Katastrofa w przestworzach (5) Kulisy wypadku lotu Alaska Airlines 261. Śledztwo ujawniło, że samolot nie był w pełni sprawny. 60 min
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (8) - serial dokumentalny
22.00 Katastrofa w przestworzach (7, 8)
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

DOKUMENTALNY
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczymi III Rzeszy (2) W tym odcinku doku-mentalności przybliżają najistotniejsze momen-ty w karierze konstruk-tora rakiet Wernhera von Brauna. 60 min
22.00 Czolgij: Evolucja maszyny wojennej (5, 6) - serial dokum.
0.00 Starożytni kosmici (3) - serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12)
5.00 Kolowrotek (5, 6)

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 12.45 Pogoda
12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia - serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda.
15.50 Wydarzenia 15.50 16.10 Wiecej „Wydarzeń” - inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego
18.00 Najważniejsze pytania
19.15 Gość „Wydarzeń” - publ.
19.50 Debaty Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia - serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA
12.30 Comfort Food (29, 30) - dok. 13.25 M jak mięso 5 (6) 13.55 M jak mięso 6 (1) 14.25 ABC gotowania - kuchnia turcka (10) 14.50 Włoskie życie Sophie Grigson 2 (8, 9) - dok.
15.45 2 pola na stół (10, 11) - dok.
16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (1) - dok.
17.35 Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (1, 2) 18.30 Maximum Foodie 4 (4) - dok.
18.55 M jak mięso 5 (5) - dok.
19.25 M jak mięso 8 (1, 2) - dok., Pol.
20.15 Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (10, 11) 21.15 Anthony Bourdain - miejsca nieznane 10 (3-5) - serial dok.

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki - serial obycz., Polska 8.00 Co ludzie powiedzą? - serial komediowy, Wlk. Bryt. 9.25 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show
12.30 Bogaty dom - biedny dom - reality show 14.30 Kola-cja w ciemno - pr. rozrywk.
16.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show 18.00 Nasz nowy dom - reality show
20.05 Wziewanie kobiet - serial dokum. 22.00 Walka o życie - dok., Pol. 23.00 Gry mażeńskie - reality show 1.00 Kola-cja w ciemno - pr. rozr. 3.05 Wziewanie kobiet - dok., Pol. 4.00 Zdrady - paradok., Pol.

Discovery SCIENCE
6.00 Jak to jest zrobione - samo-chody marzeń 2 - dok. 8.00 Tajemnice łądowania na Ksie-zycu (1, 3, 6) - dok. 11.00 Mega maszyny Alaski - dok.
13.00 Zoom na architekturę
15.00 Jak działa wszechświat? - serial dokum. 18.00 Jak to jest zrobione - samochody marzeń 3 - serial dokumentalny
20.30 Zwycięzcy rzeczy - niezwykle wynalazki 11 - dok. 21.00 Tajemnice łądowania na Ksie-zycu (1, 2) - dok. 23.00 NASA - archiwum tajemnic - dok.
1.00 Jak działa wszechświat? - dok. 4.00 Szyfry i spiski 2
5.00 Zoom na architekturę

TVP DOKUMENT
12.15 Korona Gór Polskich 12.50 Orlando - światowa stolica rozrywki 13.50 Wyspy Kara-nyjskie (5) - dok. 14.50 Manu-sła - królestwo Himalajów
15.55 Podniebni mechanicy 16.55 Podróże z Agatą Chris-tie i sir Davidem Suchetem (1) 17.55 Sanatorium mił-ości 3 (9) 18.55 Ręka fryzjera
20.00 Alhambra, utracony raj 21.05 Zatocka Neapolitanska. W cieniu wulkanów 22.10 Luc-cja w pajęczej sieci (1) 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza
23.20 Zabójcze roboty: przy-szołość wojny - dok., Fr. 2025
0.25 Sanatorium miłości 3 (8)

PLANETA+
12.35 Orzeł przedni. Władca przestworzy (1) 13.50 Krajo-brazy świata (11) 14.50 Naj-piękniejsze rezerwy świata 2 (6)
15.50 Niezwykłe podróże kole-ją 8 (1) 16.55 360° Świat bez granic (21) 17.55 Dokąd dzie-siaj? 4 (51, 52) - dok., Fr. 18.40 Premiera: Polska z góry (10)
19.10 Mam zamek 2 (2) - dok.
19.45 Rzym, renesans, trzej ge-nusze - dok., Fr. 2023 20.50 1979 - rok islamskiej rewolu-cji (2) 22.00 Starożytny Egipt. Najświetniejsza piramida 23.10 Zniewoleni. Rodzina w pulap-ce strachu (3) - dok. 0.20 Nie-zwykłe podróże koleją 8 (2)

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i 20.20 Fakty o świecie 21.00 Rozmowy dnia 21.40 24 godziny 22.55 Fakty o świecie 23.35 Polska i świat 0.35 Fakty po Faktach
WYDARZENIA 24
18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 Gość „Wydarzeń” - pr. publicyst.
20.00 Wydarzenia 21.00 Wyda-żenia, pogoda 21.40 Pogoda
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.25 Pogoda - pr. inf.

TVP 3
13.20 Agropogoda 13.30 Roz-mowy (nie)wygodne 14.10 Cakiem niezła historia 14.30 Program informacyjny 14.30
14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego - reli-gijny 15.20 Serwis Infon Dzień
15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... - mag. 19.45 Kryminalna siódemka - mag.
20.00 Dziennik regionów - inf.
20.10 Pogoda 20.13 Gość Re-gionów 20.30 Kryminalna siód-temka - mag. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regio-nów 22.20 Pogoda 22.30 Zio-ty chłopak (183) - obycz.

HGTV
9.55 Widok, na który cię stać (9, 10) - dok. 11.00 Zarobic na remoncio 10 (13) - pr. rozr.
11.31 Usterka 11 (2, 3) - fab.-dok. 13.00 Zbudujemy fajny dom 2 (6) - rozr. 13.55 Zbudu-jemy większy dom (1) 14.55 Mieszkanie na miarę (1, 2)
16.55 Polowanie na ograd 7 (5, 6) 18.05 Weekendowa me-tamorfoza 2 (6, 7) - pr. rozr.
20.00 Złóźł remont 4 (3) - rozr.
21.00 Dorota na targach (1, 2) 22.30 House Hunters - Poszukiwacze domów 6 (7-10) 0.40 Kupujemy dom na plaży 28 (12, 13) - dok., USA

TVP Kobieta
12.50 Przepis dnia (47) 13.00 Na dobre i na źle (573) 13.50 Kiedyś to było... 14.30 Okrasa łamie przepisy 15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (60) 15.30 Ojciec Mateusz 34 (435, 436) - serial krym.
17.25 Tajemnice królewskiej po-siadłości 19.30 Hity wszech czasów (5) 19.30 Miłość i na-dzieja (289) - telen.
20.30 Wichrowe wzgórze (270)
21.30 La Promesa - pałac ta-jemnic (262) 22.30 Parker - film sens., USA 2013 0.30 Kennedy, Sinatra i mafia - film dokumentalny, Irlandia 2023

BBC EARTH
12.25 Malownicze trasy kolejo-we (5) - dok. 13.25 Mroźna planeta (4) - serial dok. 14.30 W okowach mrozu 2 (20) - dok.
15.35 Życie na pustkowie: po-woity 3 (7) 16.35 Ben Fogle: wysięd do źródła Nilu (2) 17.35 Azja (7) - dok. 18.45 Malowni-cze trasy kolejowe 2 (4) - dok.
19.50 Tajemnice wulkanów (1) - film dokum., Wlk. Bryt. 2025
20.55 Życie na pustkowie: po-woity 3 (8) 21.55 W okowach mrozu 3 (3) 22.55 Simon Re-ve wraca do Kormwalii (1) 0.00 Szlakiem przypływ z Joanną Lumley (4) - dok. 1.00 Azja (7)

HISTORY
14.00 Tajemnice skryte w mro-ku (6) 14.50 Największe tajem-nice świata 6 (9) - dok. 15.45 Gwiazdy lombardu 12 (53)
16.15 Wykute w ogniu 4 (9)
17.10 II wojna światowa: wy-sięd zbójców (2) - dok. 18.10 Największe tajemnice świa-ta 5 (13) - dok. 19.05 Staroży-tni kosmici 16 (15) - serial dok.
20.00 Starożytni kosmici 14 (17) - serial dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (5) - serial dok.
22.00 Premiera: Największe tajemnice świata 7 (11) - dok.
23.00 Niewyjaśnione tajemni-ce świata 2 (6) - serial dok.

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna

**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – zapowiedź

**13.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio

**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej



**TENIS**

**18.30 Turniej Wimbledon** – mecz 1. rundy Aryna Sabalenka (zdj.) wciąż czeka na pierwszy finał w Londynie. Jej najlepsze wyniki to trzy półfinały, w tym ubiegłoroczny, przegrany z Amerykanką Amanda Anisimową 1:2. 150 min

**21.00 Formuła 1:** Grand Prix Austrii

**22.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**1.00 Boks**

**EUROSPORT II**

**8.30 BMX:** Mistrzostwa Europy – Sarrians 2026

**10.00 Motocross:** MS w Aguedzie

**11.00 Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfastie – finał: Jack Lisowski – Judd Trump

**13.00 Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap

**15.30 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

**18.30 Racing on the Edge**

**19.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

**20.00 Trójbój siłowy:** World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki 2026 – podsumowanie

**21.00 Żużel** – magazyn



**SNOOKER**

**21.30 Turniej Northern Ireland Open w Belfastie** – finał: J. Lisowski – J. Trump Ostatni mecz dziesiątej edycji zmagani. Judd Trump (zdj.) ma szansę na piąty triumf. 30 min

**22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap

**23.00 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

**0.00 Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfastie: J. Lisowski – J. Trump

**TVP SPORT**

**6.15 Polska Liga Żeglarska** – magazyn sportowy

**6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**9.00 Mundialowy poranek** (18) – magazyn piłkarski

**10.05 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz grupy J: Algieria – Austria

**12.25 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Argentyna

**14.35 Wioślarstwo:** Zawody Pucharu Świata w Lucernie – finały

**15.35 Boks:** Gala w Las Vegas – waga lekka: E. De Los Santos – J. Valenzuela

**16.35 Dzień na mundialu** (18) – magazyn piłkarski



**PIŁKA NOŻNA**

**18.00 Mistrzostwa Świata 2026** – mecz 1/16 finału Na Houston Stadium powinniśmy zobaczyć reprezentację Brazylii, która była faworytem grupy C. 260 min

**22.20 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**1.20 Strongman:** Puchar Polski – Polkowice 2026

**2.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio

**2.50 Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału

**CANAL+ SPORT**

**8.30 Premier League Stories** (18) – magazyn piłkarski

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – FC Barcelona

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Betis Balompie – Valencia

**13.30 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy

**15.10 Premier League Stories** (45) – magazyn piłkarski

Historie piłkarzy, trenerów, zespołów i sędziów jednej z największych lig na świecie. 35 min

**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – FC Barcelona

**18.00 Liderzy. W centrum góry** (1) – serial dokum.



**MAGAZYN**

**19.10 Premier League Review** Widzowie mają okazję zobaczyć skróty wszystkich meczów z poszczególnych kolejek ligi angielskiej. 65 min

**20.15 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy

**22.00 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros

**0.15 Liga+ Extra** – mag.

**2.20 Ligomistrzowe historie** (5) – mag.

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 Bundesliga Clubs**

**6.20 Bundesliga Clubs**

**6.40 Bundesliga Clubs**

**7.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (3, 4) – mag.

**8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – FC Bayern Monachium

**10.00 Formula 1:** GP Austrii

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Parma – Inter

**14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – Bayern

**16.00 Serie A** – mag. piłkarski

**17.05 Ligue 1 Show** (36) – magazyn piłkarski

**18.00 Bundesliga Special** (21) – magazyn piłkarski

**19.05 Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski

**19.40 F2: Chasing the Dream** – mag. motor.



**FORMUŁA 1**

**20.00 Grand Prix Austrii** – podsumowanie Lewis Hamilton (zdj.) w każdym wyścigu udowodni, że jest w stanie powrócić na szczyt i po sześciu latach zdobyć mistrzostwo F1. 40 min

**20.40 Formula 2:** GP Austrii

**21.50 Formula 3:** GP Austrii

**23.10 Made in Italy** (14, 13, 12) – mag.

**0.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Lipsk – Bayern

**2.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Pisa – Juventus

**TVP ABC**

**9.30 Domisie**

**10.00 Zwierzaki Czytaki** (171) – program eduk.

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.45 Rodzina Treflików**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowo** – anim.

**11.55 Pszczołka Maja** – anim.

**12.25 Domisie**

**13.00 Figu Migu** na planecie Czochras (34) – program dla dzieci

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**13.50 Świnka Peppa** – anim.

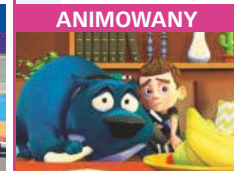
**14.10 Pajak Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.

**14.55 Oktonauci** – serial anim.

**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (3) – mag.

**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem** – serial animowany



**ANIMOWANY**

**16.05 Pat i świat** Lola planuje zabrać Pata na szczyt. Pies próbuje różnych sztuczek, by tego uniknąć. 30 min

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

**17.05 Pszczołka Maja** – anim.

**17.30 Petronix: Obrońcy Zwiherat** – serial anim.

**18.00 Kucharz Shane** – anim.

**18.25 Leo da Vinci 2** – anim.

**19.10 Płyś i Bill** – serial anim.

**19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia**

**19.25 Piotrusz Królik** (6, 7)

**19.45 Weagaury 2** (3)

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**8.30 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**11.00 Polsat Sport Talk** – mag.

**12.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy 1.00 Sporty walki: FEN

**EUROSPORT 2**

**14.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały

**15.00 Motocross:** Mistrzostwa Świata w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MX2

**15.30 Motocross:** Mistrzostwa Świata w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MXGP

**16.00 Motocross:** MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MX2

**16.30 Motocross:** MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MXGP

**17.00 Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfastie – finał: Jack Lisowski – Judd Trump

**19.00 Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap

**TVN TURBO**

**10.15 Złomowisko PL 9** (12, 13)

**12.15 Naprawy nie do naprawy** – mag.

**13.00 Zawodowi handlarze** (7, 8) – rozr.

**14.30 Wojny samochodowe** (2, 3)

**16.30** Jeździć, obserwować (5, 6)

**18.00 Raport Turbo** 18.15 Jeździć, obserwować (6) – dok.

**19.00 Prawko na świecie.** Jazda bez zasad (1)

**19.45 Usterka 16** (12) – fab.-dok.

**20.15 Naprawy nie do naprawy**

**21.00 Wojny samochodowe** (6)

**22.00 Raport Turbo** 22.16 Jeździć, obserwować (9, 10) – dok.

**23.45 Z drugiej ręki** (10)

**0.30 Nauka jazdy** (19)

**1.00 Wojny samochodowe** (2)

**CANAL+ SPORT 5**

**8.00 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Gezet Stal Gorzów – Unia Leszno

**11.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraliga – podsumowanie sezonu 2025/2026

**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**17.15 Premier League Stories** (44) – magazyn piłkarski

**18.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**23.00 Magazyn Metalaks** 2. Ekstraliga – mag.

**0.00 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond: C. Vancamp – G. Cisneros

**1.15 Sporty walki:** ONE Friday Fights 160

**2.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraliga: Korona – Jagiellonia

**ELEVEN SPORTS 2**

**8.50 Magazyn piłkarski**

**9.30 Magazyn piłkarski**

**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Atalanta BC – Inter Mediolan

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Augsburg

**18.00 Made in Italy** (12-14) – mag.

**19.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter

**21.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim

**23.00 Ligue 1 Show** (36) – mag.

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – PSG

**NICK JR.**

**14.35 Zwierzęce zagadki**

**15.05 Rogata ekipa 2** (8) – dla dzieci

**15.36 Świnka Peppa 7** – anim.

**15.55 Świnka Peppa** – anim.

**16.00 Świnka Peppa 5**

**16.10 Świnka Peppa 16.15 Świnka Peppa 8**

**16.40 Psi Patrol 6** – anim.

**17.00 Rubble i jego ekipa 2** – anim.

**17.30 Pan Krokodyl 2**

**18.00 Barbapapa i jego rodzinka 18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2**

**18.55 Przygody Misia Paddingtona 2** – anim.

**19.25 Przygody Misia Paddingtona**

**20.00 Świnka Peppa 4** – anim.

**20.30 Male Królestwo Bena i Holly** – anim.

**21.00 Barbapapa i jego rodzinka** – anim.

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**8.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**10.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – 1. runda

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – 1. runda

**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2** (6, 7) – dok.

**14.10** I nie opuszczaj mnie aż do śmierci 5 (9) – dok.

**15.05 Tajemnice polskich morderstw** (3) – dok.

**16.00** Ferie, impreza, morderstwo 2 (7)

**17.00** Lepiej nie otwierać drzwi (4) – dok.

**18.00** Cała prawda o zbrodni 2 (5, 6) – dok.

**19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (2) – serial dokum.

**20.00** Kobiety z piekła rodem (1) – dok.

**21.00** Pogrzebani za domem 6 (9) – dok.

**22.00** Prawdziwy potwór: Ed Gein (2) – film dokum.

**23.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (4) – dok.

**POLSAT PLAY**

**6.00** Dorwać tuńczyka (15, 1, 2) – dok.

**9.00** Wojny magazynowe 15 (343, 344) – reality show

**10.00** Wojny kontenerowe (9, 10) – serial dok.

**USA** 11.00 Hardkorowy lombard (160, 159, 161, 1-3) – serial dokum.

**14.00** Polacy za granicą (135, 136) – serial dokum.

**16.00** Złomiarze (19, 20) – serial dok.

**18.05** Poszukiwacze historii (137-140) – serial dokum.

**20.00** Złomiarze (38, 52) – serial dokum.

**Pol.** 22.00 Kolowrotek (176-187) – magazyn wędkarski

**4.05** Starożytni kosmici (142, 141) – serial dokum.

**DTX**

**9.10** Militaria na warsztat (4, 5)

**11.10** Dwa oblicza survivalu 1

**12.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok.

**13.10** Autostrada na Zachód 5 (16, 17) – dok.

**15.10** Fani czterech kółek: w trasie (3, 4) – rozr.

**17.10** Absurdy drogowe 8 (5-8) – rozr.

**19.10** Fani czterech kółek – dok.

**20.10** Niechciani w Gas Monkey (2)

**21.10** Od samochodu do domu – mag.

**22.10** Militaria na warsztat (16, 17) – dok.

**0.10** Kroniki policyjne: Szwecja – dok.

**2.10** Megatransporty 2 (2)

**3.00** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (1) – dok.

**ELEVEN SPORTS 3**

**11.45 Bundesliga Clubs** – mag.

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Napoli

**14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lille OSC – Stade Rennais FC

**16.00 Ligue 1 Show** (35) – mag.

**16.30 Bundesliga Special** (22)

**17.00 Made in Italy** (3, 5-7) – mag.

**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Hellas

**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Werder

**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – Lille

**0.00 Bundesliga Special** (12) – mag.

**0.30** Podróż do świata Calcio

**1.00** Birds of paradise – dok.

**MINIMINI+**

**7.33** Kicia Kocia 2 – anim.

**8.30** Cloudy & Stormy – anim.

**9.05** Bing – anim.

**10.00** Baranek Shaun

**11.25** Babcine oczka

**11.55** Marta mówi 12.50

**12.50** Moje urodziny

**12.59** Marta mówi

**13.55** Moje urodziny

**14.00** Basia

**15.10** Kicia Kocia 2 – anim.

**15.55** Blaze i megamaszyna

**17.20** Staś i fajna Babcia – anim.

**17.50** Moje urodziny – dla dzieci

**17.57** Staś i fajna Babcia – anim.

**18.15** Lesna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia

**18.40** Dora i przyjaciele

**19.35** Kicia Kocia 2

**20.25** Mały Charlie – serial anim.

## FILMOWE HITY DNIA



20.50 TVN

## Przyjęta

**THRILLER** Rybak z Florydy na nowo układa sobie życie. Dawna ukochana wikła go w intrygę.

Po rozwodzie Baker Dill (Matthew McConaughey, zdj.) zamieszkuje na prowincji i organizuje połowy dla amatorów wędkarstwa. Jego spokój burzy wizyta ekszóny, Karen (Anne Hathaway). Twierdzi ona, że obecny mąż Frank (Jason Clarke) znęca się nad nią oraz synem (Rafael Sayegh). Prosi by-

łego partnera, aby podczas rejsu rzucił prześladowcę na pożarcie rekinom. Dill jest rozdarty między pragnieniem ocalenia ukochanej a oporem przed zbrodnią. Wkrótce dokonuje zaskakującego odkrycia.

**INFO:** Wlk. Bryt./USA 2019, reż. Steven Knight, wyk. Matthew McConaughey 140 min do godz. 23.10



20.00 TVN 7

## Władza absolutna

**SENSACYJNY** Złodziej Luther Whitney (Clint Eastwood, zdj.) włamuje się do rezydencji, gdzie staje się świadkiem zabójstwa kochanki prezydenta USA. Sprawę bada detektyw Frank (Ed Harris, zdj.). 160 min

USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Ed Harris, Judy Davis



20.00 TV PULS

## Polowanie na czarownicę

**PRZYGODOWY** XIV w. Rycerze Behmen (Nicolas Cage, zdj.) i Felson (Ron Perlman, zdj.) eskortują czarownicę. Podróż do opactwa, gdzie ma być osądzona, jest naznaczona potwornymi zdarzeniami. 120 min

USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore



20.00 KINO POLSKA

## Na układy nie ma rady

**KOMEDIA** Marek (Grzegorz Mątecki, zdj.) otrzymuje dobrze płatne stanowisko w rządzie. Z dnia na dzień trafia do świata wielkich pieniędzy, w których wpływową figurą jest Lech (Piotr Polk, zdj.). 110 min

Polska 2017, reż. Christoph Rurka, wyk. Grzegorz Mątecki, Katarzyna Glinka, Piotr Polk



20.00 STOPKLATKA

## RoboCop

**SCIENCE FICTION** Detroit, 2028 rok. Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman, zdj.) ginie podczas akcji. Jego umysł zostaje połączony z maszyną. Jako RoboCop staje do bezwzględnej walki z bezprawiem. 150 min

USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton



20.00 FILMBOX+ ONE

## SexiPistols

**WESTERN KOMEDIOWY** Nowojorski bank chce wybudować linię kolejową wzdłuż Meksyku. Inwestorzy przejmują ziemie za bezcen. Z wyzyskiem walczą Maria (Penélope Cruz, zdj.) i Sara (Salma Hayek, zdj.). 120 min

Meksyk/USA 2006, reż. Joachim Roenning, Espen Sandberg, wyk. Penélope Cruz



21.00 POLSAT FILM

## Bejbis

**KOMEDIA** Po narodzinach drugiego dziecka związek Mikołaja (Grzegorz Mątecki, zdj.) i Ady (Marta Żmuda Trzebiatowska, zdj.) dopada kryzys. Małżonkowie próbują uratować miłość, która ich połączyła. 145 min

Polska 2022, reż. Andrzej Saramonowicz, wyk. Grzegorz Mątecki, Marta Żmuda Trzebiatowska



21.00 SUPER POLSAT

## Wieczórówka

**KOMEDIA** Teddy Walker (Kevin Hart, zdj.) ma szansę przejąć sklep szafa. Jego plany krzyżuje jednak niefortunny wypadek. Mężczyzna chce zmienić swoje życie. Podejmuje naukę w szkole wieczorowej. 145 min

USA/Chiny 2018, reż. Malcolm D. Lee, wyk. Kevin Hart, Tiffany Haddish, Rob Riggle



21.50 POLSAT

## Plan ucieczki 3

**SENSACYJNY** Specjalista do spraw zabezpieczeń, Ray Breslin (Sylvester Stallone, zdj.), ma uratować uprowadzoną córkę miliardera (Malese Jow). Musi dostać się do pilnie strzeżonego więzienia. 125 min

USA 2019, reż. John Herzfeld, wyk. Sylvester Stallone, 50 Cent, Dave Bautista, Devon Sawa



22.00 TVP KULTURA

## Drive My Car

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Yusuke (Hidetoshi Nishijima, zdj.), uznany aktor i reżyser, przed dwoma laty stracił żonę. Dowiadyuje się, że kobieta miała romans. Wdowiec musi zmierzyć się z gorzką prawdą. 185 min

Japonia 2021, reż. Ryusuke Hamaguchi, wyk. Hidetoshi Nishijima, Toko Miura, Masaki Okada



22.00 TV PULS

## Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia

**DRAMAT SF** Mija rok od wygranej Katniss (Jennifer Lawrence, zdj.) i Peety (Josh Hutcherson) w turnieju. Zostają zmuszeni do wzięcia udziału w kolejnej edycji. 175 min

USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid



22.30 TVP KOBIETA

## Rodziny się nie wybiera

**KOMEDIA** Valentin (Dany Boon, zdj.) traci pamięć. Mentalnie wraca do czasów, gdy miał siedemnaście lat. Nie znał wtedy swojej ukochanej (Laurence Arné, zdj.), a uczuciem darzył przyszłą bratową. 115 min

Francja 2018, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Laurence Arné, Valérie Bonneton



23.00 PULS 2

## Waleczne serce. Król Szkotów

**PRZYGODOWY** Robert Bruce (Angus Macfadyen, zdj.) koronuje się na króla Wolnej Szkocji. Pomimo wygranej Anglików nie traci nadziei na walkę o niepodległość kraju. 145 min

USA/Wielka Brytania 2019, reż. Richard Gray, wyk. Angus Macfadyen, Diarmaid Murtagh

TVP 1 TVP 1

DVB T2

- 5.20 63. KFPP w Opolu – Premieri  
5.55 Akacja 38 (886) – telen., Hiszpania  
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny  
7.30 Kościół z bliska – magazyn religijny  
8.00 Serwis Info – program informacyjny  
8.10 Pogoda Info  
8.15 Janosik (1) – serial przyg., Polska 1973  
9.15 Ranczo 6 (69) – serial obycz., Pol. 2012  
10.10 Komisarz Alex 6 (77) – serial krym.  
11.05 Ojciec Mateusz 15 (187) – krym., Pol.  
12.00 Serwis Info – program informacyjny  
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy  
12.30 Agropogoda  
12.40 Magazyn rolniczy  
12.55 Natura w Jedyne: Ukryte cuda europejskiej przyrody (4-ost.) – dok.  
14.00 Złoty chłopak (323) – serial obycz.  
15.00 Serwis Info – program informacyjny  
15.10 Pogoda Info  
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1056) – telet.  
16.00 Dziedzictwo (964) – serial obycz.  
17.00 Teleexpress, pogoda  
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.  
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów  
18.25 Akacja 38 (901) – telen., Hiszpania  
19.30 Program informacyjny 19.30  
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.  
20.10 Sport, pogoda

## KRYMINALNY



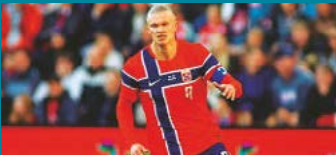
- 20.30 Prokurator (6) – Polska 2015  
W renomowanej agencji reklamowej w centrum Warszawy dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy. Gdy do zabójstwa przynajmniej jej koleżanka, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa. 55 min  
21.25 Jerzy Piekarzewski. Moje życie dla klubu – film dokumentalny, Pol. 2026  
22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio  
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału  
1.30 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej

TVP 2 TVP 2

DVB T2

- 4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023  
5.35 M jak miłość (1784) – serial obyczajowy, Polska 2024  
6.30 To, co najważniejsze – reportaż, Polska 2026  
6.55 Barwy szczęścia (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026  
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn  
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn  
11.25 Rodzinka.pl (25, 26) – serial komediowy, Polska 2011  
12.35 Koło fortuny (1875) – teleturniej  
13.15 Panna młoda (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
14.05 Va banque (1000) – teleturniej  
14.35 Na sygnale (865) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (422) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
16.00 Koło fortuny (1876) – teleturniej  
16.35 Familiada – teleturniej  
17.20 Panna młoda (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
Derya i Cemil chcą pomóc spodziewającej się dziecka Yoncy. Mukadder odkrywa kłamstwo Beyzy. 60 min  
18.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



- 18.50 Mistrzostwa świata 2026  
LIVE – mecz 1/16 finału  
Na Dallas Stadium druga drużyna grupy I – w której za faworytów uchodzili Norwegia i Francja – zmierzy się z wicemistrzem grupy E. Przed mundialem eksperci typowali Ekwador lub Wybrzeże Kości Słoniowej. 155 min  
21.25 Postaw na milion – teleturniej  
22.20 Na sygnale (857, 858) – serial fab.-dok.  
23.25 PitBull (1, 2) – serial sensacyjny, Polska  
1.10 Karol, władca Hiszpanii (3)  
2.10 Nasz dom w górach (10) – obycz.  
3.05 Koniec świata Natalki – film dokumentalny, Polska 2021  
4.10 Akacja 38 – telen., Hiszpania 2015

polsat POLSAT

DVB T2

- 4.40 Disco Gramy – program muzyczny  
5.25 Teleszukaj TV Okazje  
6.00 Nowy dzień z Polsat News  
8.30 Malanowski i partnerzy (310, 311) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011  
9.30 Trudne sprawy (1241, 1242) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
11.35 Gliniarze (858, 859) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
13.40 Dłaczego ja? (1488, 1489) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Anna przekonuje się, że ukochany ma ciężarną żonę. W dodatku ukradł jej sąsiadowi zegarek. Poszkodowany deklaruje, że na własną rękę rozliczy się z oszustem. 130 min  
15.50 Wydarzenia, pogoda  
16.25 Interwencja – magazyn reporterów  
16.40 Gliniarze (1055, 1056) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Ciało kuriera zostaje znalezione w lesie. Okazuje się, że rozwodził on nie tylko żadenie. Kluczem do znalezienia sprawców zbrodni jest pewien nastolatek. 130 min  
18.50 Wydarzenia  
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny  
19.30 Sport, pogoda

## KONCERT



- 19.55 Wrocław przyszłości – Polska 2026  
Spektakularne widowisko łączy muzykę z nowoczesną oprawą wizualną. Wystąpią między innymi Jakub Józef Orliński, Edyta Górniak i Margaret. W roli gospodarzy – Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny (oboje na zd.). 115 min  
21.50 Plan ucieczki 3 – film sensacyjny, USA 2019, reż. John Herzfeld, 125 min  
23.55 Szklana pułapka 5 – film sensacyjny, USA 2013, reż. John Moore, 130 min  
2.05 Wpół do śmierci – film sensacyjny, Niemcy/USA 2002, reż. Don Michael Paul, 135 min  
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (50) – program rozrywkowy

tvn TVN

DVB T2

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów  
5.55 Ukryta prawda (1684) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywkowy  
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn  
11.20 Doradca smaku (11) – magazyn kulinarny  
11.25 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywkowy  
12.35 Ukryta prawda (1669, 1670, 1717) – serial paradokumentalny, Polska  
15.45 Detektywi (101) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
26-latkę zgłasza zniknięcie męża. Detektywi sprawdzają siłownie, gdzie zaginiony wdał się w bójkę i nawiązał kontakt z kryminalistą. 65 min  
16.50 Szpital św. Anny (57) – serial obyczajowy, Polska 2025  
17.55 Młode giłny (9) – serial kryminalny, Polska 2026  
Policjanci wyjaśniają sprawę brutalnego pobicia kobiety. Jeden z tropów prowadzi ich do nauczyciela chemii. Funkcjonariusze znajdują go martwego. 65 min  
19.00 Fakty, sport i pogoda  
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów  
20.15 Na Wspólnej (4237) – serial obyczajowy, Polska 2026

## THRILLER



- 20.50 Przynęta – Wielka Brytania/USA 2019, reż. Steven Knight  
Anne Hathaway przyznała, że perspektywa kolejnej współpracy z Matthew McConaugheyem (zdj.) bardzo ją ucieszyła. Aktorzy zagrali razem w „Interstellar”. 140 min  
23.10 Kuba Wojewódzki (12) – talk-show, Polska 2025  
0.15 Kursk – dramat historyczny, Belgia/Luksemburg/Francja 2018, 145 min  
2.40 Szpital św. Anny (127, 128) – serial obyczajowy, Polska 2026  
4.45 Uwaga! – magazyn reporterów  
5.05 Nauka jazdy 5 (11) – program rozrywkowy

4 TV4

DVB T2

- 6.00 Strażnik Teksasu (18, 19) – serial sens.  
7.55 Bogaty dom – biedny dom (143) – reality show  
8.55 Policjantki i Policjanci (494, 495) – serial obyczajowy, Polska  
10.55 Na ratunek 112 (1152, 1153) – paradok.  
11.55 Dłaczego ja? (1521, 1522) – paradok., Pol.  
13.55 Trudne sprawy (927-929) – paradok., Pol.  
16.55 Policjantki i Policjanci (1391) – serial obyczajowy, Polska 2026  
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (486) – reality show, Polska  
19.00 Policjantki i Policjanci (1392) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.00 Uroczyski (191, 192) – serial kryminalny  
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (122) – serial kryminalny, Polska 2026  
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1005) – serial kryminalny, Polska 2026  
23.05 Obrońca – film sensacyjny, USA/FILM Niemcy/Rumunia 2004, 115 min  
1.00 Love Island. Wyspa miłości (23) – reality show  
2.10 Hardkorowy lombard 2 (16) – serial dok.  
2.50 SuperLudzie (33-37) – serial dokum., Pol.  
5.30 Teleszukaj TV Okazje

puls TV PULS

DVB T2

- 6.00 Policjanci z Miami 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA 1985  
8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3) – serial sensacyjny, Niemcy 2016  
10.00 Maria z przedmieścia (39, 40) – telenowela, Meksyk 1995  
12.00 Nie igraj z aniołem (106) – serial obycz.  
13.00 Wspaniałe stulecie (40) – serial kostium.  
14.00 Kurierzy (25) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (522, 523) – serial obyczajowy, Polska 2022  
17.00 Kurierzy (26) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963, 964) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.00 Wtorki z Nicolasem Cage'em: FILM Polowanie na czarownicę – film przygodowy, USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, 120 min  
22.00 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia FILM – dram. s.f., USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid, 175 min  
0.55 Tajniak – dram. kryminalny, Australia FILM 2023, reż. Matt Noble, 130 min  
3.05 Dziedzic strachu 9 (397) – serial krym.  
4.00 Zobacz to! – programy powtórkowe

puls PULS 2

DVB T2

- 7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013  
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023  
8.30 Wielkie przygody małego rekina (2)  
8.50 Masza i Niedzwiedz – serial anim., Rosja  
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.  
9.25 Swinka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.  
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska  
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.  
11.35 Gus. Mały – wielki rycearz – serial anim.  
12.00 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2018  
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny  
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia  
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992  
14.00 Kacze opowieści – serial animowany  
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot  
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA  
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1984  
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992  
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.  
19.00 Kacze opowieści – serial animowany  
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (971) – serial obyczajowy, Polska 2026  
21.00 Dzienica strachu 9 (403, 404) – krym.  
23.00 Walczące serce. Król Szkotów – przyg., USA/Australia/Wlk. Bryt. 2019, 145 min

puls TVN 7

DVB T2

- 5.20 Ten moment (47) – serial paradok., Polska  
5.55 Szkoła (760-762) – serial paradokum., Pol.  
8.45 Ukryta prawda (1330, 1429, 1430) – serial paradokumentalny, Polska  
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1075-1077) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.  
14.00 Detektywi (114) – serial fabularno-dokum.  
15.00 Szpital (766, 767) – serial paradokum., Pol.  
17.00 Sądzia Anna Maria Wesołowska (498) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010  
18.00 SOS Ekipy w akcji (10) – serial paradok.  
19.00 Ukryta prawda (1521) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
20.00 Władza absolutna – film sensacyjny, FILM USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, 160 min  
22.40 Oszułak przeznaczenie 4 FILM – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, Haley Webb, 95 min  
0.15 Na zabójczej ziemi – film sensacyjny, FILM USA 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Joan Chen, Michael Caine, 135 min  
2.30 Złoty remont 11 (4) – program rozrywk.  
3.30 Fachowy (3) – serial paradok., Pol. 2017  
4.15 Dorota was urządzi! (1) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA TVP POLONIA
14.30 Moda na język polski (90) – magazyn
15.00 Mysliściele – sylwetki polskie (5)
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (5) – serial dokumentalny
16.00 Zaraz wracam 2 (103)
16.30 Barwy szczęścia (3333) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1051) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Telexpress Extra
18.15 Oko na Wschód – publ.
18.45 Ino Wilno (1881) – inf.
19.05 Włoseczyna w obiektywie: Portret własny (123) – pr. inf.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

roziywka TVP ROZRYWKA
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1130) – teleturniej
7.10 Okrasa lamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (933) – telet.
9.25 Koło fortuny (2040)
10.00 Makłowicz w podróży
10.35 Program rozrywkowy
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (13) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (189, 190) – serial komediowy, Pol.
15.25 Kabaret Letnią Porą (5, 6) – program rozrywk.
17.25 Va banque (934) – telet.
18.00 Koło fortuny (2041)
18.35 Okrasa lamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (27) – program rozrywk.

TTV HD DVB T2
4.55 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (15) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 10 (12, 13)
8.30 Kartoteka 11 (13, 14)
10.35 Detektywi (11, 12)
12.35 Zakup w ciemno 3 (37)
13.35 Zakup w ciemno 7 (22)
14.35 Nic do ukrycia 2 (4)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (7)
18.05 Zakup w ciemno extra (35) – reality show
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (8)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (30)
21.05 Zakup w ciemno extra (28) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (293) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (913, 914) – serial paradowum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (363-365) – serial paradowum., Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (943) – serial paradowum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1516, 1517) – serial paradowum., Polska 2025
14.30 Świat według Kiepskich (499-503) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (143, 144) – serial kryminalny, Polska 2022
19.00 Gliniarze (989) – serial paradowum., Polska 2024

POLSAT FILM
6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (127-129) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin 4 (28) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (311, 312) – serial obycz., Pol. 2025
10.25 Świat według Kiepskich (157, 158, 223, 224, 162, 214, 208) – serial komediowy, Pol.
14.50 Małolaty na obozie – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr., Paul Rae, 110 min
16.40 Ghost Rider 2 – thriller s.f., USA/ Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 120 min
18.40 Wykiwać klawisz – komedia obyczajowa, USA 2005, 140 min

AXN
6.05 FBI: Most Wanted 3 (6, 7) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA
9.25 Castle 2 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2010
11.25 MacGyver 2 (8, 9) – serial akcji, USA 2017-2018
13.15 Agenci NCIS: Hawaje 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024
15.10 Agenci NCIS 10 (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (9, 10) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2010

FANTASY
20.50 Wiedźmin (5) – Polska
Geralt i Yennefer zatrzymują się w mieście Aed Gynvael. Wiedźmin najmuje się do zabicia potwora grasującego na śmietniku. 55 min
21.45 Ojciec Mateusz 2 (24)
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (8) – program rozrywk.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Miłość – dok., Pol. 2013
0.40 Zaraz wracam 2 (103)
1.10 Polacy na ratunek Zydów (18)

KOMEDYOWY
22.10 Rodzinka.pl (52) – Pol.
Podczas obiadu Boscy rozmawiają o seksie przedmażeńskim. Tomek obiecuje jak najszybciej skorzysta z ich porad. 40 min
22.50 Tak to leciało! (63)
23.50 Gabi Drzewicka zaprasza (4) – talk-show
0.45 Koło fortuny (2041, 2035) – teleturniej
2.10 Kabaret Letnią Porą (2, 35) – pr. rozrywk.
4.15 Hity wszech czasów (52) – magazyn muzyczny

DOKUMENTALNY
22.00 Nic do zgłoszenia 6 (7)
W Malaszewiczach znaleziono towar wart miliony. W Medyce pasażerka próbowała przewieźć produkty odzwierzęce. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (2)
0.00 Fachowcy 2 (10)
0.45 Zony Podlasia 3 (5)
1.45 Niebezpieczne dziełnice (4) – dok., Pol.
2.25 Nauka jazdy 5 (6) – rozr.
3.00 Szpital (923) – paradok.
4.00 Szkoła (805) – paradok.

KRYMINALNY
20.00 Ślad (65) – Polska 2019
Dwie młode kobiety zostają porwane przez maniaka seksualnego. Jednej z nich udaje się uciec. Dziewczyna opowiada o wszystkim policjantom. 60 min
21.00 Gliniarze (784)
22.00 Łowca pedofilów (168)
23.00 Świat według Kiepskich (349, 350)
0.00 Ślad (88) – krym., Pol.
1.00 Zdrady II (7) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.55 Ewa gojuje (542)

KOMEDIA
21.00 Bejbis – Polska
2022, reż. Andrzej Saramonowicz
Narodzin drugiego dziecka wystawiają małżeństwo Mikolaj (Grzegorz Molecki, zdj.) i Ady (Marta Zmuda Trzebiatowska, zdj.) na próbie. 145 min
23.25 Pokusa – dramat obycz., Polska 2023, 130 min
1.35 Fala zbrodni (70-73) – serial sensacyjny, Pol.
5.20 Na ratunek 112 (855) – serial paradowum., Pol.

KRYMINALNY
21.05 Rekrut 8 (11, 12)
Wesley zamierza zaproponować Glasserowi ugody. Sytuację komplikuje jednak wyznanie Novaka. Lucy z Timem pomagają Johnowi i Celi nie w śledztwie. 115 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (9, 10) – krym., USA/Kan.
0.45 Castle 2 (15, 16) – krym.
2.40 Rekrut 8 (11, 12) – krym.
4.25 Walker: Strážnik Teksasu (5) – krym., USA
5.10 Blok promocyjny AXN

HISTORIA TVP HISTORIA DVB T2
11.50 Attenborough i jurajski potwór morski
12.50 Zapomniane dyktatory w Europie (2) – dok.
13.40 „Kogel-mogel” – ćwierć wieku później
14.00 Królowie (47) – hist., Pol. 2024
14.30 Czerdziestolatek (11)
15.20 Piosenka przez historię
15.40 Sensacje XX wieku
17.40 Czas honoru. Powstanie (8) – wojenny
18.30 Historia Polski: Paradoks o konduktorze
19.30 Polskie parki narodowe
20.10 Oficer (3) – sens.
21.15 Brytyjskie oddzielenie do wojny (3)
22.10 Islandia: na granicy zimnej wojny (2)
23.15 Sensacje XX wieku – pr. hist.

TVP KULTURA DVB T2
9.00 Siedem życzeń (3)
10.05 Weiser – dram. psycholog., Niem./Pol./Szwajcaria 2000
11.50 Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56
12.15 Ina Benita. Dwa życia
13.45 Angielskie śniadanie: Kosmos 1999 (8)
14.50 Śmierć nadzieje jutro – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2002
17.10 Siedem życzeń (4) – przyg.
18.15 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (5) – dok.
18.55 Pan wzywał, milordzie? 4 (3) – kom., Wlk. Bryt.
20.10 Teatr Telewizji: Czwarata siostra
22.00 Kino bez granic: Drive My Car – dram. obyczajowy, Japonia 2021

SUPER POLSAT DVB T2
6.55 Na ratunek 112 (698, 699) – paradok.
7.55 Doktor Martin (43, 44)
10.00 Wydarzenia
10.30 SuperLudzie 2 (29, 30)
11.30 Świat według Kiepskich (429-432)
13.30 Bitwa o palety (21)
14.30 Hell’s Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (57)
16.00 Ninja Warrior (30) (29)
17.55 Świat według Kiepskich (499, 500, 543, 544) – kom.
20.00 Złomiarze (2)
21.00 Wiesz-czórówka – kom., USA/Chiny 2018
23.25 Ryzykanci – dram. sens., USA 1997
1.15 Świat według Kiepskich (89, 113, 127, 361, 362) – kom.
3.55 Nasz nowy dom (235, 236)

ZOOM
8.00 Strażnik Teksasu 9 (2, 3)
9.50 MacGyver 2 (20, 21)
11.55 Pulałki umysłu 7 (3) – dok.
13.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (9, 10, 14)
12.30 Szkoła (712) – paradok.
13.30 Bryzdała (19, 20)
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (9)
15.45 The Floor (13, 14) – telet.
17.50 Fani czterech kółek 17 (10)
18.00 Prawo Agaty 6 (11)
19.00 Kartoteka (10, 11)
21.05 Kryminalni 2 (8, 9)
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (4)
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (11)
1.20 Szpital (767)
2.20 Szkoła (522, 523)
2.40 Nowa Maja w ogrodzie 4 (20, 21)

METRO
7.35 Tajemnice miłości (20) – paradok., Pol.
8.30 Szpital (774, 775)
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (343, 344)
12.30 Szkoła (712) – paradok.
13.30 Bryzdała (19, 20)
14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (9)
15.45 The Floor (13, 14) – telet.
17.50 Fani czterech kółek 17 (10)
18.00 Prawo Agaty 6 (11)
19.00 Kartoteka (10, 11)
21.05 Kryminalni 2 (8, 9)
23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (4)
0.15 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (11)
1.20 Szpital (767)
2.20 Szkoła (522, 523)
2.40 Nowa Maja w ogrodzie 4 (20, 21)

ALE KINO +
7.00 Problem
7.30 Fuks – kom. sens., Polska 1999
9.25 Mother Dear
10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (1, 2)
12.15 Vera 4 (4) – serial krym.
14.10 Konie Valdeza – western, Francja/Hiszp./Wł. 1973
16.05 Konwoi – film sens., USA 1978
18.15 Vera 5 (1, 11) – krym.
20.10 Premiera: Szpieg – thriller, Fr./Wlk. Bryt./Niemcy 2011
22.40 Miasteczko Cut Bank – thriller, USA 2014
0.40 Sny o miłości – komedia dramatu, Norwegia 2024
2.45 Powrót (2) – kom.
3.35 Ultima Thule – dram. obycz., Polska 2023
5.05 Kłangor (8-ost.) – krym.

TV TRWAM DVB T2
16.40 Zdrowie z Bożej Apteki
17.00 Wierze w Boga
17.30 24. Międzynarodowy Rajd Kartyński
17.55 Poczet wielkich Polaków – pr. hist.
18.00 Aniol Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończono
19.25 Święty na każdy dzień
19.30 Każdy maluch to potrafi
19.45 Modlitwa z telefonynym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia 20.20 Róznice
20.50 Myśląc Ojczyzna
21.00 Apel Jasnogórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Polski punkt widzenia – publ.
22.00 Rotmistrz Piłcecki. Ofiarowanie

ANTENA HD DVB T2
8.40 Kabaretowy Szal (16) – pr. rozr.
9.40 Co Polak potrafi na drodze? (8) – pr. rozr.
10.40 Detektywi z Bourdeaux 3 (8)
11.50 Kłątwa Wyspy Dębów 6 (20, 21)
13.45 Australijscy poszukiwacze złota 2 (5, 6) – dok.
15.45 Wojny kontenerowe (13, 14) – dok.
16.50 77 TV 3 (1, 3)
18.50 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniusis (3)
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (6) – krym., Fr. 2017
22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniusis (8)
23.20 Detektywi z Bourdeaux 4 (7)
0.30 Polska. Największe tajemnice 2 (5)

TVS
12.25 Muzyczne dzień dobry
13.30 Emeryci na tropie – krym.
14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz.
15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel
17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział
18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny
19.50 Rosamunde Pilcher: Przyjmy miłość – obycz., Niem./Austria 2009
21.50 Rosamunde Pilcher: Miłość na pierwszą stronę – obycz., Niem.
2023
23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

WP WP DVB T2
12.00 Wariaci za kierownicą 5 (6)
13.00 Makłowicz w podróży
14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (19-21) – dok.
16.50 Pogoda (58) – pr. inform.
17.00 Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpac 4 (2) – serial krym.
19.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (15) – dok., Polska
20.00 Policjanci w akcji (7) – obycz.
21.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (18) – dok.
21.55 Pogoda (58) – inf.
22.00 Mistrzowie Kabaretu 5 (7)
23.00 Mistrzowie Kabaretu 5 (0.05)
Mistrzowie Kabaretu 7 (3)
1.00 Kabaret na żądanie (2) – rozr.

ESKA TV DVB T2
13.00 Eska TV info
13.15 Eska on the Beach
14.00 Eska TV info
14.15 Eska on the Beach
15.00 Eska TV info – pr. inf.
15.15 Podwójna Gorąca 20
18.00 Historia jednej piosenki
19.00 Polacy za granicą – dok.
21.00 Hardcorowy lombard
21.00 POLO TV DVB T2
15.00 Co my tu robimy? Fajnie się bawimy (30) – pr. muz.
16.00 Hit to hitem – pr. muz.
20.00 Kochamy Lata 90!
21.00 Chłopaki do wzięcia (67, 68) – dok.
22.00 Wakacje z Bałtykiem (9, 10)
23.00 Zdrady (70)

VIASAT EPIC DRAMA
6.05 Agenci NCIS 17 (17, 18) – krym.
7.40 Lekarze na start (19, 20)
9.10 Poirot 3 (5, 6)
11.25 Zatraceni w miłości (21, 22) –telen.
13.30 Agenci NCIS 17 (19, 20) – serial krym.
15.15 Lekarze na start (21, 22) – obycz.
16.50 Poirot 3 (7, 8) – krym.
19.00 Premiera: Zatraceni w miłości (23, 24) –telen.
21.00 Joan (6)
22.00 Premiera: Królowa weży (8)
23.15 Detektywy Murdoch 19 (2)
0.10 Zatraceni w miłości (23, 24)
2.00 Joan (6)
2.50 Królowa weży (8)
3.45 Poirot 15
5.20 Lekarze na start (20) – obycz.

## KINO POLSKA

- 6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (6) – serial dok.
- 6.25 Nowy Kabaretowy rejs 5 (3) – pr. rozrywk.
- 7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (7) – serial dok.
- 7.45 Pokój – film krótkometr.
- 8.05 W pustyni i w puszczy **FILM** – film przygodowy, 2001, reż. Gavin Hood, 135 min
- 10.20 Trędowata **FILM** – melodramat, 1976, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
- 12.35 Skradziona kolekcja **FILM** – komedia kryminalna, 1979, reż. Jan Batory, 120 min
- 14.35 Znachor – dramata **FILM** obyczajowy, 1981, reż. Jerzy Hoffman, 165 min
- 17.20 Cztery pancerni i pies (1, 2) – serial wojenny, 1966

## KOMEDIA

- 20.00 Na układy nie ma rady – 2017 Marek (Grzegorz Matecki, zdj.) ma problemy finansowe. Dawny wykładowca ze studiów proponuje mu stanowisko w rządzie. 110 min
- 21.50 Kroll – film sensacyjny, **FILM** 1991, 125 min
- 23.55 Symetria – dramata **FILM** obycz., 2003, 130 min ●
- 2.05 Drogówka – dramata **FILM** krym., 2013, 150 min ●
- 4.35 Sabina – krótkometraż.
- 5.00 Moja – film krótkometr.

## CANAL+ PREMIUM

- 10.25 Jutro będzie nasze – komediadramat, Włochy 2023
- 12.20 W kogo ja się wrodziłem? – obycz., Pol. 2001 13.25 Ca-t's Eyes (7) – przr. 14.15 Fu-kushina: atomowy koszar
- 15.45 Balony 16.20 Kawalek po kawalku – anim., USA/Dania 2024 17.55 Łapu capu 18.00 Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
- 20.00 Dziedzictwo Bourne'a – film sensacyjny, USA 2012
- 22.10 Premiera: Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł
- 23.15 Kuracja – czarna komedia, USA 2024 0.55 Dom tysiąca trupów – horror, USA 2003

## CANAL+ 360

- 12.15 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (7)
- 13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (2) – dok. 14.00 Wykrywacz historii 3 (2)
- 15.00 Co poszło nie tak 3 (5) – dok.
- 16.00 Supersamoloty bojowe (3)
- 17.00 Zholowni: ciężarówka w opalach 8 (16) – dok. 18.00 Porzucone konstrukcje (1)
- 18.55 Wykrywacz historii 3 (1)
- 19.50 Premiera: Zholowni: ciężarówka w opalach 8 (17)
- 20.50 Co poszło nie tak 4 (5) – dok.
- 22.00 Grip – w świecie supersamochodów (1) – dok. 23.00 Supersamoloty bojowe (1)

## TVP SERIALE

- 5.25 Rodzinka.pl (95, 96) – serial komediowy, Pol.
- 6.30 Na sygnale (478, 479) – serial fabularno-dokum.
- 7.35 Ojciec Mateusz 2 (28) – serial kryminalny, Pol.
- 8.30 Komisarz Alex 2 (17) – serial kryminalny, Pol.
- 9.25 Rodzinka.pl (97) – kom.
- 10.00 Klan (1444, 1445) – telenowela, Pol. 2008
- 10.55 Ranczo 8 (95, 96)
- 12.35 Komisarz Alex 2 (19) – serial kryminalny, Pol.
- 16.30 Na sygnale (480, 481) – serial fabularno-dokum.
- 17.40 Ranczo 8 (97, 98) – serial obycz., Pol. 2014
- 19.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023

## KRYMINALNY

- 20.30 Ojciec Mateusz 2 (29) Na uczelni zostaje zamordowany jeden z asystentów. W zastępstwie zmarłego wykładowcy zajęcia ma poprowadzić Mateusz. 60 min
- 21.30 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Pol. 2014
- 23.20 Ojciec Mateusz 30 (382, 383) – serial krym.
- 1.20 Polowanie na tmy (3, 4) – serial hist., Polska
- 3.20 Wojna zastępcza (5)
- 4.10 Klan (1444) – telen., Pol.
- 4.40 Pan Mama (17) – kom.

## CANAL+ FILM

- 12.10 Łapu capu – rozr. 12.15 Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa
- 13.55 Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013 15.15 Morderstwo w amblaszynie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025
- 16.40 Łapu capu – pr. rozr. 16.45 Peacock – thriller, USA 2024 18.15 Kiedy nadchodzi jesień – dramata obyczajowy, Fr. 2024
- 19.55 Łapu capu – pr. rozrywk.
- 20.00 Zapiski śmiertelnika – komediadramat, Pol. 2025 21.35 Cicha noc, śmierć noc – horror, USA 2025 23.10 Riff Raff. Zabójcza rodzina – komedia krym., USA/Wlk. Bryt. 2024


## BBC FIRST

- 8.40 Lewis 4 (3) – serial krym.
- 9.40 Ojciec Brown 13 (7)
- 10.40 Śmierć pod palmami 15 (3)
- 11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (6) – krym. 12.55 Siedzia siostry Bonifacji 3 (1, 2)
- 14.55 Ojciec Brown 7 (1) – krym.
- 15.55 Lewis 4 (3) 17.00 My Life is Murder 2 (5)
- 18.00 Morderstwa w Midsomer 2 (3)
- 19.55 Śmierć pod palmami 15 (4)
- 21.00 Harry Wild 4 (4)
- 22.00 Luther 5 (3, 4)
- 24.00 McDonald i Dadds 2 (1)
- 2.05 Śmierć pod palmami 15 (4) – krym.
- 3.10 Morderstwa w Midsomer 2 (3)
- 4.45 Moja rodzinka 2 (4)

## 13 ULICA

- 6.05 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023
- 8.30 Na granicy: Spadek **FILM** Hildy – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, 115 min
- 10.25 Chicago P.D. 11 (8, 9) – serial kryminalny, USA
- 12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (3, 4) – serial sensacyjny, USA
- 14.05 Blanca 2 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2023
- 16.25 Na granicy: Potworna matka – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, wyk. Maria Simon, 115 min
- 18.20 Chicago P.D. 11 (10, 11) – serial kryminalny, USA
- 20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (5, 6) – serial sensacyjny, USA

## KRYMINALNY

- 22.00 Flashback (2) – Fr. Elsa pomaga swojemu ojcu Josselinowi w śledztwie dotyczącym morderstwa. Później kobieta je kolacje z jej matką. 65 min
- 23.05 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 1.05 Na granicy: Potworna matka – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, 110 min
- 2.55 Blanca 2 (4-6) – serial kryminalny, Włochy 2023

## FILMBOX+ ONE

- 6.00 Celniczy 2 (6)
- 6.35 Panna Marple: Zwierciadło pęka w odłamków stos – krym., Wlk. Bryt. 2011 8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1, 2)
- 11.00 Panna Scarlet i komisarz (5, 6) – krym. 13.10 Poirot
- 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4) – serial krym.
- 17.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) – serial kryminalny
- 20.00 Sexipistolos – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006 22.00 Haker – film sens., USA 2015 0.35 Ucieczka gangstera – sens., USA/Jap. 1994 3.00 Pięści 2: Ulubiona broń – dram. Karate, USA 2014

## ROMANCE TV

- 10.40 Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – obycz., Niem. 2026
- 12.30 Mój brat, jego spadek i ja – dramata obycz., Niemcy 2011
- 14.20 Miłość się nie przedawnia – komedia, Niemcy 2019
- 16.15 Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – film obycz., Austria/Niemcy 2006 18.05 Górski lekarz (132, 133) – serial obyczajowy
- 20.00 Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – komedia obycz., Niem. 1997 21.50 Gdy kobiety odchodzi – komedia, Niem. 2017 23.45 Górski lekarz (132, 133) – serial obyczajowy

## TVN FABUŁA

- 5.05 Szkoła (772) – paradok.
- 6.00 Top 100: filmy wszech czasów (2) – pr. rozrywk.
- 6.30 Alfabet filmowy (16)
- 6.45 Zakołani po uszy (77, 78) – telen., Pol. 2019
- 7.45 Detektywi (53-56) – serial fabularno-dokum.
- 9.50 Prawo Agaty 3 (6) – serial obycz., Pol. 2023
- 10.55 Szpital św. Anny (85) – serial obycz., Pol. 2026
- 11.55 Miłość czy pomyłka? (23, 24) – telen., Turcja
- 13.55 Prawo Agaty 3 (5) – serial obycz., Pol. 2023
- 14.55 Detektywi – fab.-dok.
- 16.00 Alfabet filmowy (21)
- 16.15 Jądro Ziemi – dramata **FILM** s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 165 min
- 19.00 Szpital św. Anny (64) – serial obycz., Pol. 2025

## KOMEDIA

- 20.00 Zanim odejda wody – USA 2010 Peter (Robert Downey Jr., zdj.) spieszy się na narodziny pierwszego dziecka. Podczas podróży ma wyjątkowego pecha. 130 min
- 22.10 Specjalista – film sens., **FILM** USA/Peru 1994, 135 min
- 0.25 Równi goście – kom. **FILM** sens., USA 2016, 145 min
- 2.50 Dziewczyny z Hollywood 2 (3)
- 3.05 Szkoła (742) – paradok.
- 4.05 Ukryta prawda (1342)

## COMEDY CENTRAL

- 6.00 Tata ma plan 2 (1, 2) – kom.
- 7.00 Dwóch i pół 4 (7-10) – kom.
- 8.55 Przyjaciele 5 (20-24)
- 11.25 Przyjaciele 6 (1)
- 11.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (11-16) – kom.
- 14.30 Dwóch i pół 4 (11-14) – kom.
- 16.30 Przyjaciele 6 (2-7) – kom.
- 19.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (17-22)
- 22.00 The Office PL (11, 12)
- 23.05 Comedy Club 4 (11, 12)
- 0.05 Miasteczko South Park (11, 12)
- 1.00 Pracocholery 2 (9, 10)
- 2.00 Śmieszniej nie będzie 6 (3, 4)
- 3.00 Miasteczko South Park (8-10)
- 4.30 Comedy Club 6 (11, 12)
- 5.30 Comedy Club 7 (1)

## FILMBOX+ HITS

- 10.50 Przyjaźń czy kochanie? – film kostiumowy, Francja/Holandia/Irlandia 2016
- 12.35 Joga dla dwojga – obycz., USA/Kan. 2019 14.10 Miłość x 3 – komediadram., USA 2020
- 15.55 Proza życia – kom., USA 2017 17.50 Magyżyczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019
- 20.00 Wyspa śmierci – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2023 21.40 Niewygodna prawda – dramata biograficzny, Australia/USA 2015 23.55 Żywioł. Deepwater Horizon – dramata katastroficzy, Hongkong/USA 2016

## TVP HD

- 5.25 Zakołaj się w Polsce (167) – magazyn
- 6.00 Na dobre i na złe (981) – serial obycz., Pol. 2026
- 6.55 Ranczo 6 (66) – obycz.
- 7.55 Rodzinka.pl (205, 206)
- 8.55 Ojciec Mateusz 19 (248, 249) – serial krym.
- 10.45 Gra słów. Krzyżówka (1052) – telurtniej
- 11.20 Na sygnale (637, 638)
- 12.25 Ojciec Mateusz 5 (69)
- 13.20 Komisarz Alex 3 (33)
- 14.15 Ranczo 5 (65) – obycz.
- 15.15 Ranczo 6 (66) – obycz.
- 16.10 Górna półka smaku (16) – magazyn kulinarny
- 16.40 Przystanek słow food 3 (8) – mag. kulin.
- 17.10 Okrasa lamie przepisy
- 17.45 Mąkiewicz w podróży
- 18.20 Ojciec Mateusz 24 (311) – krym., Pol. 2020

## OBYCZAJOWY

- 19.20 Ranczo 6 (75) Dzieci podejmują różne inicjatywy, aby zebrać środki na wycieczkę. Czerepach wykorzystuje ich działania do promowania senatora. 50 min
- 20.10 Rodzinka.pl (277, 278)
- 21.25 Ojciec Mateusz 32 (408) – krym., Pol. 2024
- 22.20 Morderstwa **FILM** w Montauban – film krym., Fr. 2024, 105 min
- 0.05 Syn (5) – serial obycz.
- 1.05 Służby specjalne (2, 3)
- 3.05 Ranczo 8 (94) – obycz.

## HBO

- 12.25 Premiera: Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (16) – talk-show
- 13.05 Wielka, odważna, piękna podróz – dramata fantasy, Irlandia/USA 2025 14.55 Amrum – dram. wojenny, Niem. 2025
- 16.25 Na rauszu – komediadramat, Dania/Hol./Szwecja 2020
- 18.20 Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024
- 20.00 Premiera: Startad 4 (8) – serial grozy, USA 21.00 Premiera: Ta inna siostra Bennet (2) – kostium. 21.30 Premiera: Życie Larry'ego pogoż za nieszczęściem (1) – serial kom. 22.00 Złoto – sens., Australia 2022

## TV 6

- 8.50 Kobra – oddział specjalny (12, 13) – serial sens., Niem.
- 10.55 48h. Zaginięni (124-126) – krym. 13.55 Policjantki i Policjanci (1192) – obycz. 14.55 Uroczysko (29, 30) – krym.
- 15.55 Kobra – oddział specjalny (14, 15) – sens. 18.00 Strażnik Teksasu (20, 21) – serial sens.
- 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (185, 186) – krym. 21.55 Czarna lista (18)
- 22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (699, 700)
- 1.05 Kości (99, 100)
- 3.00 Cobra Kai (21) 3.40 Septagong (88, 89)
- 5.45 Telegazety TV Okazje

## STOPKlatka

- 6.00 Kabaretowe hity (5) – program rozrywkowy
- 6.50 Złoty Interes (9) – program rozrywkowy
- 7.50 Wojciech Czerjowski – bosso przez świat – cykl reportaży, Polska
- 9.00 Robert Makłowicz (161, 151) – mag. kulin.
- 10.55 Górski lekarz (14, 15) – obycz., Niemcy/Austria
- 13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10) – serial dok., Kan.
- 16.00 MacGyver 3 (20) – sens., USA/Kan. 1988
- 17.00 MacGyver 4 (1) – serial sensacyjny, USA/Kanada
- 18.00 Nowy magazynowe: Kanada (1, 2) – reality show, Kanada 2013
- 19.10 Aukcja w ciemno 2 (1, 2) – serial dok., USA

## SCIENCE FICTION

- 20.00 RoboCop – USA 2014, **FILM** reż. José Padilha Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman, zdj.) zostaje śmiertelnie ranny. Naukowcy postanawiają wszczęć w jego ciału części maszyny. 150 min
- 22.30 Wykidało – dramata **FILM** sens., USA 1989, 140 min
- 0.50 Nieśmiertelny 3: **FILM** Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Francja/Wlk. Bryt. 1994, 125 min
- 2.55 Supermarket – thriller, **FILM** Polska 2012, 115 min ●

## FX

- 5.00 Master Crimes (4, 5)
- 7.08 Kości (17, 18)
- 9.00 Z archiwum X (15)
- 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1)
- 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) – krym.
- 13.45 Agenci NCIS 10 (2, 3)
- 15.35 SkyMed (8)
- 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3)
- 18.20 Z archiwum X (16) – s.f. 19.15 FBI 4 (3) – krym.
- 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14)
- 22.00 Premiera: 9-1-1
- 22.55 Z archiwum X (16)
- 23.50 Matlock (12)
- 0.45 FBI 4 (3)
- 1.40 Agenci NCIS 10 (3)
- 2.35 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3)

## PARAMOUNT NETWORK

- 6.00 Czarodziejki 2 (17-20)
- 9.25 Policjacyjna grupa posługująca (3) – dok. 10.30 Star Trek 7: Pokolenia – film s.f., USA 1994
- 13.00 Czarodziejki 2 (21, 22) – fantasy, USA
- 15.00 Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.
- 15.30 Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sens., USA 1987
- 17.50 Gliniarz z Beverly Hills 3 – komedia sens., USA 1994
- 20.00 Gorączka – sens., USA 1995 23.35 Adrenalina 2: Pod napięciem – sens., USA 2009
- 1.30 American Psycho – thriller, USA/Kan. 2000 3.35 Rambo – sens., USA/Niemcy 2008

**TVN 24**

**7.30 Rozmowa Piaseckiego** – pr. publ.

**8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**9.55 Biznes** – pr. publicyst.

**10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**10.55 Biznes** – pr. publicyst.

**11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**11.55 Biznes** – pr. publicyst.

**12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**13.55 Biznes** – pr. publicyst.

**14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody**

**14.55 Biznes** – pr. publicyst.

**15.00 15 na żywo** – mag. inf.

**16.00 Fakty po południu** – program informacyjny

**18.00 Tak jest** – pr. publicyst.

**19.15 Serwis informacyjny**

**19.30 Fakty po Faktach** – inf.

**TLC**

**8.00 Dom wygrany na loterii 16** – dok.

**9.00 Poligamista szuka żony 4** – serial dokum.

**10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7** – reality show

**11.00 Wiza na miłość 12** (5)

**13.00 Niepokonani** (9, 10)

**15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7** – reality show

**16.00 Historie wielkiej wagi**

**18.00 Pokonał otyłość** (1) – serial dokumentalny

**19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3** – reality show

**20.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 11** (9) – serial dokumentalny

**TVN STYLE**

**5.15 I nie odpuszczę Cię aż do ślubu** (1) – reality show, Polska 2016

**5.50 Damy i wiesniaczk. PL 8** (12) – serial fabularno-dokum., Polska

**6.45 Pogromcy chaosu** (5) – program rozrywkowy

**7.45 Dzień dobry LIVE wakacje** – magazyn

**11.20 Ugotowani** (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016

**13.30 Kuchenne rewolucje** (13, 12) – program rozrywkowy

**15.35 Jestem z Polski** (1) – serial dokumentalny

**16.35 Jestem z Polski 16** (12) – serial dokumentalny

**17.40 Kuchenne rewolucje** (2, 11, 12) – program rozrywkowy

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

**6.00 Mistrzowie logistyki** (11) – serial dokum.

**7.00 Budowa na końcu świata** – serial dokum.

**8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie**

**9.00 Gorączka złota: rzeka skarobów 7** – serial dok.

**10.00 Klan z Alaski** – dok.

**11.00 Przetwrać nad Jukonem** – serial dok.

**12.00 Fani czterech kółek** (5) – serial dokumentalny

**13.00 Nagi instynkt: przetrwania: Elita 2**

**14.00 Nagi instynkt: przetrwania 6** (1) – dok.

**15.00 Złomowisko PL 5** (16)

**16.00 Gorączka złota 16**

**18.00 Bracia Collins biorą się do roboty** (8) – rozr.

**19.00 Nagi instynkt: przetrwania 12** – dok.

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

**12.00 Przetwranie w kanadyjskiej dżicy** (1) – serial dokumentalny

**13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce** (4) – dok.

**14.00 Normandia '44: Inwazja** (2) – film dok., Wielka Brytania 2020

**15.00 Katastrofa w przestworzach** (7)

**16.00 Złapać przemetyka** (5) – serial dokumentalny

**16.55 Skarby Wyspy Wielkocennej** – dok., USA 2018

**17.55 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (9) – serial dokumentalny

**19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda** (5) – serial dokumentalny

**20.00 Katastrofa w przestworzach** (6) – serial dokumentalny

**FOKUS TV**

**6.00 Hehikul czasu** (630)

**6.05 48h. Zaginięci** (56)

**7.00 Byli sobie podróżnicy**

**8.55 Hehikul czasu** (630)

**9.00 Starożytni kosmici** (11) – serial dokum.

**10.00 Gwiazdy lombardu** (19, 20) – reality show

**12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991** (4) – dok.

**13.00 Poszukiwacze historii** (3, 4) – serial dokum.

**14.00 II wojna światowa – jednostki specjalne** (5, 6) – serial dokum.

**16.00 Dorwać tuńczyka 2** (15) – serial dokum.

**17.00 Dorwać tuńczyka 3** (1)

**18.00 Rolnicy. Podlasie** (2, 3)

**20.00 Galileo** (20)

**21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczo III Rzeszy** (3) – serial dok.

**PUBLICYSTYCZNY**

**20.00 Kropka nad i** Monika Olejnik (zdj.) prowadzi rozmowy z polskimi parlamentaryzistami. Nie boi się zadawania trudnych i niewygodnych pytań. 20 min

**20.20 Fakty o świecie** – inf.

**21.00 Polska i świat** – inf.

**22.00 Szkło kontaktowe** – program rozrywkowy

**23.00 Dzień po dniu** – mag.

**0.25 Biznes** – pr. publicyst.

**0.45 Fakty po Faktach** – inf.

**1.20 Kropka nad i** – pr. publ.

**1.50 Tak jest** – pr. publicyst.

**ROZRYWKA**

**21.00 Rodzina 10+ 8** (11) Dalsze losy rodziny Plathów, która liczy sobie jedenastu członków. Ich wspólną pasją jest muzyka. 60 min

**22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7** (11)

**23.00 Transplantacja: drugie życie** – serial dokum.

**0.00 Dr Pryszczyla – kulisy** – serial dokumentalny

**1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11** (9) – serial dokumentalny

**2.00 Rodzina 10+ 8** (11)

**ROZRYWKA**

**20.50 Ostre cięcie 11** (2) Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt (obaj na zdj.) przekonują szefową bydgoskiego salonu, by zmieniła podejście do pracy. 60 min

**21.50 Jestem z Polski 14** (15) – serial dokumentalny

**22.50 Jestem z Polski 5**

**23.45 Hotel Paradise 6** (17, 18) – reality show

**1.45 Śluby marzeń** (1) – rozr.

**2.45 Co nas truje** (12, 2)

**4.20 Zrób coś z tym dzieckiem** (4) – mag.

**DOKUMENTALNY**

**21.00 Co kryje Strefa 51?** – UKJA 2019 Na pustyni w stanie Nevada Joe i Emmett Hayes obserwują szturm na Strefę 51. Badają też historię tego niezwykłego obiektu. 60 min

**22.00 Premiera: W oku cyklonu: Łowcy burz** (2) – serial dokumentalny

**23.00 Premiera: Bimbrownicy 14** – serial dokum.

**0.00 Od samochodu do domu** – mag. motor.

**1.00 Hot rod wg Kindiga**

**DOKUMENTALNY**

**21.00 Służby ratownicze: Jukon** (1, 2) Mieszkańcom Dawson City dają się we znaki siarczyste mrozy. Z powodu zimna w mieście pękają rury. Nocą służby dostają zgłoszenie do pożaru ciężarówki. 120 min

**23.00 Premiera: Procesy czarownic: Prawdziwe historie** (1) – film dokum., USA 2026

**0.00 Katastrofa w przestworzach** (2) – serial dokumentalny

**DOKUMENTALNY**

**22.00 Czolg: Ewolucja maszyny wojennej** (7, 8) By zyskać przewagę, niemiecki sztab generalny zaplanował operację Cytadela. Zmobilizował prawie 50% sił pancernych Rzeszy. 120 min

**0.00 Starożytni kosmici** (4) – serial dokumentalny

**1.00 Rolnicy. Podlasie** (13-16) – serial dokumentalny

**5.00 Kolowrotek** (7, 8) – magazyn węgderski

**POLSAT NEWS**

**12.00 W rytmie dnia** – serwis informacyjny **12.45 Pogoda**

**12.50 Wydarzenia** 12.50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55 Pogoda** **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55 Pogoda** **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30 Sport, pogoda**

**15.50 Wydarzenia** 15.50 **16.10** Więcej „Wydarzeń” – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń” – pr. publ.

**19.50** Debata Gozdry – publ.

**21.50** Wydarzenia wieczorne

**22.30** Dzień na świecie – inf.

**CANAL+ KUCHNIA**

**12.30** Nico wirzaca na ruszt (1, 2) **13.25** M jak mięso 6 (1, 2) – dok. **14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (1) **14.50** Włoskie życie Sophie Grigson (9, 10) – dok. **15.40** Letnie inspiracje (4) – dok., Pol. **15.45** Z pola na stoł (1, 2) **16.40** Jamie Oliver: jedź na zdrowie (2) **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (3, 4) **18.30** Maximum Foodie 4 (5) **18.55** M jak mięso 5 (6) **19.25** M jak mięso 8 (3, 4) – dok., Pol. **20.15** Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (6) – rozr. **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 (4-6)

**POLSAT CAFÉ**

**6.00** Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą – kom.

**9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show

**12.30** Bogaty dom – biedny **14.30** Kolacja w ciemno

**16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia

**18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Najpiękniejsze domy na wsi

**21.00** Rolnicy – serial dok.

**Pol. 22.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **23.00** Gry małżeńskie – reality show

**1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozrywk.

**3.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol. 2021

**DISCOVERY SCIENCE**

**8.00** Jak to jest zrobione? – dok. **8.30** NASA: Nieokńcząca się podróż – dok., USA 2018 **10.00** Kuchnia – reality show

**11.00** Mega maszyny Alaski – dok. **12.00** Poszukiwacze dinozaurów – dok. **13.00** Zoom na architekturę – dok. **15.00** Jak działa wszechświat? – dok.

**17.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **18.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3

**19.30** Zwykłe rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok. **21.00** Czy jest z nami inżynier? (3, 4) – dok. **23.00** W sieci eksperymetów – serial dok. **1.00** Jak działa wszechświat? – dok.

**TPV DOKUMENT**

**12.25** Korona Gór Polski 2 (1)

**13.00** Alhambra, utracony raj

**14.00** Smaragdowe wyspy (1) **15.00** Król łki (1)

**15.55** Niezwykłe pojazdy ratownictwa i ochrony **16.55** Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (2) **17.55** Sanatorium miłości 3 (10)

**18.50** Henryk Wars – pieśniarz Warszawy – dok., Polska 2007

**20.00** Tajemnice samolotów prezydenckich **21.05** Sardynia: Tajemnice wieże – Nura-gi **22.10** Lucia w pajęczej sieci (2) – dok. **23.05** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.15** Zabić czas – naukowo o nudzie

**PLANETE+**

**11.25** Jak przetrwać w Australii (1) – serial dokum., Australia

**12.35** Orzeł przedni. Władca przestworzy (2) **13.50** Krajo-brazy świata (12) **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (7)

**15.50** Niezwykłe podróże koleja 8 (2) **16.55** 360° Świat bez granic **12.00** Dokąd dzisiaj? 4 (53, 54) – dok., Fr. **18.40** Długi rok przelomu (6)

**19.45** First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj (5) **20.50** Śmieci na orbicie **22.00** Poza ciemną stronę Księżyca **23.10** Zniewoleni. Rodzina w pulapce strachu (4) – dok. **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (3)

**TVN 24 BIS**

**16.00** Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf.

**20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

**WYDARZENIA 24**

**18.00** Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.

**20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

**TVP 3**

**12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropodro- ga **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **14.30** **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłostwiego Bożego – pr. religijny **15.20** Serwis Info Dzień – inf.

**15.30** Program lokalny **19.30** Calkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (184) – obycz.

**HGTV**

**10.00** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) **11.05** Zarobić na remoncie 6 (2)

**11.36** Usterka 11 (4, 5) – fab.-dok. **13.05** Zbdujący fajny dom 2 (7) **14.00** Zbdujący większy dom (2) **15.00** Mieszkanie na miarę (3, 4) – pr. rozr.

**17.00** Polowanie na ogród (7, 8) **18.10** Będzie pięknie (7)

**19.05** Zgłoś remont 4 (3) – rozr.

**20.05** Dorota inspiruje 3 (6) – reality show **21.00** Dorota was urządził! (3, 4) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów (7, 1) **4.00** Kupujemy dom na plaży 29 (1, 2) – dok.

**TPV KOBIETA**

**12.00** Okrasa łmie przepisy **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (21) **12.50** Przepis dnia (48)

**13.00** Na dobre i na złe (574) – obycz. **13.55** Zadzijający świat chrząszczy – dok., Pol.

**15.00** Rosół polski (29) **15.30** Ojciec Mateusz 3 (437, 438) – krym. **17.30** Tajemnice królewskiej posiadłości **18.30** Lato z Radem i Telewizją Polska **19.30** Miłości i nadzieja (290) – telen., Turcja

**20.30** Wichrowe wzgórze (271)

**21.30** La Promesa – pałac tajemnic (263) **22.30** Rodziny się nie wybiera – kom., Fr. 2018

**BBC EARTH**

**11.20** Skarby przeszłości i ich tajemnice 4 (4) – dok., Wlk. Bryt.

**12.20** Malownicze trasy kolejowe (6) **13.20** Mroźna planeta (5) **14.25** W oknach mrozu 3 (3) – dok. **15.25** Życie na pustkowi: powroty 3 (8) – dok.

**16.30** Pociągami przez starożytną Grecję (1) **17.35** Azja: kulisy produkcji **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (5) – dok.

**19.45** Dzikie konie Gór Skalistych i ja **20.55** Życie na pustkowi: powroty 3 (9) **21.55** W oknach mrozu 3 (4) **22.55** Superchirurgi: szansa na życie 2 (2) **23.55** Życie z PTSD

**HISTORY**

**12.10** Gwiazdy lombardu 24 (14) **13.05** Starożytni kosmici 14 (19) – dok. **14.00** Tajemnice skryte w mroku (7) – dok.

**14.50** Największe tajemnice świata 6 (10) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (54)

**16.15** Gwiazdy lombardu 24 (34) **17.10** II wojna światowa w kolorze (10) – serial dokum.

**18.10** Największe tajemnice świata 5 (14) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 16 (16) – dok.

**20.00** Starożytni kosmici 14 (18)

**21.00** Hitler i narkotyki **23.00** II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (2)

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Siatkówka mężczyzn:** Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Formula 1:** Grand Prix Austrii

**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy

**12.00 Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy

**13.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio

**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**TENIS**



**18.30 Turniej Wimbledon** – mecz 1. rundy gry pojedynczej Coco Gauff (zdj.) nie może zaliczyć dotychczasowych występów w Londynie do udanych. W zeszłym roku odpadła już w 1. rundzie. 150 min

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**1.00 Boks**

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**1.00 Sporty walki:** FEN

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

**EUROSPORT II**

**6.00 Kolarstwo:** Tour de France – 9. etap

**7.15 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

**8.30 FIA World Endurance Championship:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**10.30 Racing on the Edge** – magazyn sportowy

**11.00 Snooker:** Turniej UK Championship – finał

**13.00 Kolarstwo:** Tour de France – 10. etap

**14.30 Kolarstwo:** Tour de France – 11. etap

**16.30 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

**18.15 Kolarstwo**

**18.30 Cycling Show** – magazyn sportowy Omówienie i zapowiedź najciekawszych wydarzeń kolarskich. 30 min

**WSPINACZKA**



**19.00 Zawody World Series w Pradze** – bouldering mężczyzn – finały Sorato Anraku (zdj.) do stolicy Czech przyjechał po czwarte z rzędu zwycięstwo. 60 min

**20.00 Snooker:** Turniej UK Championship – mecz finałowy: Mark Selby – Judd Trump

**22.00 Kolarstwo**

**22.15 Kolarstwo:** Tour de France – 11. etap

**23.00 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

**EUROSPORT 2**

**14.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

**15.00 FIA WEC:** Wyścig 24-godzinny w Le Mans

**17.00 Snooker:** Turniej UK Championship – mecz finałowy

**19.00 Kolarstwo górskie:** PS w Lenzerheide – zjazd mężczyzn

**19.30 Kolarstwo:** Tour de France – 11. etap

**20.30 Kolarstwo:** Tour de France – 12. etap

**21.30 Cycling Show** – mag. 22.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

**23.00 Snooker:** Turniej UK Championship – finał

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2** (8, 9) – dok. **14.10** I nie opuszczaj mnie aż do śmierci 5 – dok. **15.05** Tajemnice polskich morderstw (4) – dok. **16.00** Ferie, impreza, morderstwo 2 (8) **17.00** Lepiej nie otwierać drzwi (6) **18.00** Z archiwum 997 (1, 2) **19.00** Do wody zbrodni: ślady DNA (4) **20.00** Kobiety z piekła rodem (2) – serial dok. **21.00** Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (2) **22.00** Seryjni mordercy: zło z bliska (2) **23.00** Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć (2) – dok.

**TVP SPORT**

**6.05 Mundial 2026** – **Legends miejskie** (10) – cykl reportaży

**6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**9.00 Mundialowy poranek** (19) – magazyn piłkarski

**10.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**12.30 Jeździectwo:** Zawody CSIO w Sopocie – GP

**14.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału

**16.30 Dzień na mundialu** (19) – magazyn piłkarski

**18.00 Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio

**19.00 Piłka nożna kobiet:** Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: Szwecja – Polska

**PIŁKA NOŻNA KOBIEC**



**19.55 ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026** – mecz: Polska – Niemcy Polki świetnie spisały się w kwalifikacjach. Nie przegrały żadnego meczu i tylko raz podzieliły się punktami. 125 min

**22.00 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – 1/16 finału

**1.45 Mundial 2026** – **Legends miejskie** (1) – cykl reportaży

**2.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – mecz 1/16 finału

**TVN TURBO**

**10.15 Złomowisko PL 9** (14, 15)

**12.15 Naprawy nie do naprawy** – mag. **13.00** Zawodowi handlarze (10, 1) – rozr. **14.30** Wojny samochodowe (4, 5)

**16.30** Jeździectwo, obserwować (7, 8) – dok. **18.00** Raport Turbo

**18.15** Zawodowi handlarze (11)

**19.10** Moto kombat (6)

**19.45** Duda kontra Szafranski (10)

**20.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – pr. rozr. **21.15** Z drugiej reki (10) **22.00** Raport Turbo **22.16** Jeździectwo, obserwować (11, 12) – dok. **23.45** Naprawy nie do naprawy (3) **0.25** Nauka jazdy (20) **0.55** Wojny samochodowe (4)

**POLSAT PLAY**

**6.00** Dorwać tuńczyka (3-5) – dok. **9.00** Wojny magazynowe 15 (345, 346) **10.00** Wojny kontenerowe (11, 12) – dok. **11.00** Hardkorowy lombard (4-9) – serial dok. **14.00** Polacy za granicą (137, 138) – dok. **15.55** Złomiarze (21, 22) – serial dok. **17.55** Poszukiwacze historii (142, 143) – serial dokum. **19.55** Zakochana w Hitlerze **21.05** Tajna historia XX wieku (45, 46) **22.00** Poszukiwacze historii (245) – dok. **22.30** Kowalczek (233) **23.10** Wakacje z Bałtykiem (56-58, 1-7) **4.10** Starożytni kosmici (143, 144)

**CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Lech Poznań

**8.20 Premier League Stories** (19) – mag.

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Valencia CF – Real Madryt CF

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico – Real Betis Balompie

**13.30 Liderzy. W centrum gry** (1) – serial dokum.

**14.40 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA**

**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Valencia CF – Real Madryt CF

**18.00 Boks:** Gala w El Paso: S. Han – H. Holm

**19.00 Piłka nożna:** 2. liga hiszpańska: Malaga CF – UD Almeria

**SPORTY WALKI**



**21.15 ONE Friday Fights 160** W pojedynku wieczoru NumSurin Chor Ket-wenna zmierzy się z Songchainoiem Kiat-songrita. 60 min

**22.15 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros

**23.25 Premier League Stories** (45) – mag.

**0.00 Liga + Extra** – mag.

**2.10 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Zagłębie Lubin

**CANAL+ SPORT 5**

**6.00 Liga + Extra** – mag. piłkarski

**8.10** Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – ORLEN OIL Motor Lublin **11.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag. żużlowy

**12.00** Snooker: Championship League – 1. runda

**17.15** Premier League Stories (45) – magazyn piłkarski

**18.00** Snooker: Championship League – 1. runda **23.15** Sporty walki: ONE Friday Fights 160 **0.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Lech Poznań **3.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – magazyn żużlowy **4.00** Przerwa techniczna

**DTX**

**9.10** Militaria na warsztat (6, 7)

**11.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Autostrada na Zachód 5 (18) – dok. **14.10** Niemiecka budowlanka (1)

**15.10** Fani czterech kolek: w trasie – dok. **17.10** Absurdy drogowe 8 (1, 2) **19.10** Absurdy drogowe (3, 4) **19.10** Fani czterech kolek 2 (1) – dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Dżiki Frank w Afryce (1) **22.10** Militaria na warsztat – unboxing (1, 2) – dok. **0.10** Kroniki policyjne: Szwecja – dok. **2.10** Megatransporty 2 (3) – pr. rozr.

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**6.20 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**6.40 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**7.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.

**8.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Lipsk – FC Bayern Monachium

**10.00 Formula 1:** Grand Prix Austrii

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – SSC Napoli

**14.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Augsburg

**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Atalanta BC – Inter Mediolan

**PIŁKA NOŻNA**



**18.00 Liga niemiecka** – mecz: Hamburger SV – Bayern Bawarczycki do meczu z HSV przystępowali po pierwszej porażce w sezonie. Lidera pokonał FC Augsburg (1:2). 120 min

**20.00 Made in Italy** (15) – magazyn piłkarski

**20.25 Ousmane Dembélé** – Pierwsze kroki – dok.

**20.40 Formula 1:** Grand Prix Austrii

**22.40 GP Confidential** – mag.

**23.10 Made in Italy** (11, 10, 9) – magazyn piłkarski

**ELEVEN SPORTS 2**

**8.40** Magazyn piłkarski **9.20** Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

**12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter

**16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern **18.00** Made in Italy (11, 10, 9) – mag.

**19.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter

**21.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Augsburg **23.00** Serie A – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC

**ELEVEN SPORTS 3**

**11.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.

**12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Hellas Verona **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: AS Monaco – Olympique Lyon

**16.00** Ligue 1 Show (36) – mag.

**17.00** Bundesliga Special (21) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Juventus

**20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – St. Pauli **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: RC Lens – Le Havre AC **0.00** Bundesliga Special (18) – mag. **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Moi bohaterowie – mag.

**TVP ABC**

**9.30 Domisie**

**10.00 Figu Migu na planecie Czochras** (13)

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.45 Rodzina Trefików**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowo** – anim.

**12.25 Domisie**

**13.00 Zagadki zwierozgro-madki** (14) – mag.

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**13.50 Świnika Peppa** – anim.

**14.10 Pająk Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.

**14.55 Oktonauci** – serial anim.

**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (4) – mag.

**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem** – serial animowany

**16.05 Pat i Świat** – anim.

**ANIMOWANI**



**16.35 Rev i Roll** Rev dowiadyuje się od taty, że na dnie stawu spoczywają zaginiony skarb. Chłopiec wyrusza na poszukiwanie kosztowności. 30 min

**17.05 Pszczółka Maja** – anim.

**17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt** – serial anim.

**18.00** Kucharz Shane – anim.

**18.25 Leo da Vinci 2** – anim.

**19.00 Petyś i Bill** – serial anim.

**19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia**

**19.25 Piotruś Królik** – anim.

**NICK JR.**

**14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (9) – dla dzieci **15.36** Świnika Peppa 7 – anim.

**15.55** Świnika Peppa – anim.

**16.00** Świnika Peppa **5** **16.10** Świnika Peppa **16.15** Świnika Peppa **8** **16.40** Psi Patrol 6 – anim. **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl **2** **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd **2** **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.00** Świnika Peppa **4** **20.15** Świnika Peppa **20.30** Male Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

**MINIMINI+**

**8.30** Cloudy & Stormy – anim. **9.05** Bing **10.00** Baranek Shaun **11.25** Bączne oczka **11.55** Marta mówi – anim. **12.50** Moje urodziny **12.59** Marta mówi **13.55** Moje urodziny **14.00** Basia **14.24** Basia **2** **15.10** Kicia Kocia **2** – anim. **15.55** Blaze i megamaszyny **17.20** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny – dla dzieci **17.57** Staś i fajna Babcia – anim. **18.15** Lesna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia **18.40** Dora i przyjaciele **19.35** Kicia Kocia **2** **20.25** Mały Charlie – serial anim.

## FILMOWE HITY DNIA



20.00 TVN 7

## Głowa rodziny

HIT

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Pracoholik musi wybierać pomiędzy karierą a dobrem swoich najbliższych.

Zatrudniony w dużej agencji HR Dane Jensen (Gerard Butler, zdj.) zaczyna zaniedbywać rodzinę. Pewnego dnia dowiaduje się, że u jego 10-letniego syna Ryana (Max Jenkins) zdiagnozowano śmiertelną chorobę. Mężczyzna staje przed trudnym wyborem.

**INFO:** USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol **145 min do godz. 22.20**



19.55 POLSAT

## Dorwać byłą

**KOMEDIA** Milo Boyd (Gerard Butler) jest łowcą nagród. Ma doprowadzić przed sąd byłą żonę, dziennikarkę Nicole (Jennifer Aniston, zdj.). Los sprawia, że staje po jej stronie. Razem wpadają w tarapaty. **140 min**

USA 2010, reż. Andy Tennant, wyk. Gerard Butler, Jennifer Aniston, Gio Perez, Joel Garland



20.00 TV PULS

## Pole rażenia

**THRILLER** Pittsburgh. Policjant Tom Hardy (Bruce Willis, zdj.) na własną rękę tropi seryjnego mordercę, którego ofiarami są kobiety. W śledztwie pomaga mu Jo Christman (Sarah Jessica Parker, zdj.). **125 min**

USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina



20.00 FILMBOX+ ONE

## Dobry rok

**KOMEDIODRAMAT** Londyński karierowicz Max (Russell Crowe, zdj.) dziedziczy posiadłość w Prowansji. Postanawia zostać we Francji na dłużej. Dzięki Fanny (Marion Cotillard) odzyskuje radość życia. **155 min**

USA/Wielka Brytania 2006, reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Abbie Cornish



20.00 STOPKLATKA

## Święty

**SENSACYJNY** Złodziej Simon Templar (Val Kilmer, zdj.) przyjmuje zlecenie od rosyjskiego bogacza (Rade Serbedzija). Ma wykraść wyniki badań dr Russell (Elisabeth Shue, zdj.). Jego plany komplikuje miłość. **155 min**

USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, Rade Serbedzija



20.50 TVN

## Godzilla

**SCIENCE FICTION** Ford (Aaron Taylor-Johnson, zdj.) dowiaduje się, że jego ojca (Bryan Cranston, zdj.) zatrzymano w elektrowni atomowej. Na terenie kompleksu trwają badania nad potworem. **155 min**

USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards, wyk. Aaron Taylor-Johnson, Ken Watanabe



21.00 POLSAT FILM

## Hanna

**THRILLER** Szkolona przez ojca (Eric Bana) na perfekcyjną zabójczynię nastoletnia Hanna (Saoirse Ronan, zdj.) wyrusza na pierwszą misję. Odkrywa nieznane dotąd fakty na temat własnej przeszłości. **135 min**

USA/Wielka Brytania 2011, reż. Joe Wright, wyk. Saoirse Ronan, Eric Bana, Cate Blanchett



22.05 TV PULS

## Czarny pies

**SENSACYJNY** Jack (Patrick Swayze, zdj.) zatrudnia się u Cutlera (Graham Beckel) jako mechanik. Szef proponuje mu kurs ciężarówek za wysokie wynagrodzenie. W drodze kierowca odkrywa, że przewozi broń. **110 min**

USA/Wielka Brytania 1998, reż. Kevin Hooks, wyk. Patrick Swayze, Meat Loaf, Randy Travis



22.15 POLSAT

## Policja zastępcza

**KOMEDIA SENSACYJNA** Sławy nowojorskiej policji giną podczas ryzykownej akcji. Okazję do wykazania się zyskują dwaj nieudacznicy – Terry Hoitz (Mark Wahlberg, zdj.) i Allen Gamble (Will Ferrell, zdj.). **145 min**

USA 2010, reż. Adam McKay, wyk. Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson



22.30 TVP KOBIECIA

## Figurant

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Połowa XX wieku. Młody fotograf Broniek (Mateusz Więclawek, zdj.) ma głęboką niechęć do religii. Wstępuje do SB. Rozpracowuje biskupa Wojtyłę (Maciej Mikołajczyk). **125 min**

Polska 2023, reż. Robert Gliński, wyk. Mateusz Więclawek, Marianna Żydek, Adrian Brząkała



22.35 TVP KULTURA

## Lęk

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Cierpiąca na raka Małgosia (Magdalena Cielecka, zdj.) chce odejść na własnych warunkach. W drodze do szwajcarskiej kliniki towarzyszy jej siostra, Łucja (Marta Nieradkiewicz, zdj.). **105 min**

Polska/Szwajcaria 2023, reż. Sławomir Fabicki, wyk. Magdalena Cielecka, Sabine Timoteo



22.35 STOPKLATKA

## Szpica

**KOMEDIA SENSACYJNA** Księgowy (Jackson Lou) i jego córka stają się celem najemników. Bezpieczeństwo ma zapewnić im grupa ochroniarska Tanga (Jackie Chan), do której należy m.in. Kaixuan (Lun Ai, zdj.). **125 min**

Chiny 2020, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yang Yang, Lun Ai, Qimiya Mu



23.00 TV4

## Samolot z forsą

**SENSACYJNY** Jack (Adam Copeland, zdj.) i jego ludzie otrzymują zlecenie obrabowania kasyna na pokładzie samolotu, z którego korzystają przestępcy. Złodzieje mają przejąć rezerwy kryptowaluty i gotówkę. **110 min**

USA 2020, reż. Andrew Lawrence, wyk. Adam Copeland, Kelsey Grammer, Thomas Jane

**TVP 1 TVP 1** **DVB T2**

- 7.30 Rodzina (nie od) święta – mag.
- 8.00 Serwis Info – program informacyjny
- 8.10 Pogoda Info
- 8.20 Janosik (2) – serial przyg., Polska 1973
- 9.15 Ranczo 6 (70) – serial obycz., Pol. 2012
- 10.10 Komisarz Alex 6 (78) – serial krym.
- 11.05 Ojciec Mateusz 15 (188) – krym., Pol.
- 12.00 Serwis Info – program informacyjny
- 12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
- 12.25 Agropogoda
- 12.40 Kazimierskie granie – relacja z Festiwalu Kapel i Śpiewaków Ludowych – reportaż, Polska 2026
- 13.00 Relacja z greckokatolickich uroczystości św. Piotra i Pawła w Chrzanowie – program religijny
- 14.00 Złoty chłopak (324) – serial obycz.
- 15.00 Serwis Info – program informacyjny
- 15.10 Pogoda Info
- 15.25 Gra słów. Krzyżówka (1057) – telet.
- 16.00 Dziedzictwo (965) – serial obycz.
- 17.00 Telexpress, pogoda
- 17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
- 18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
- 18.25 Akcja 38 (902) – telen., Hiszpania
- 19.30 Program informacyjny 19.30
- 19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
- 20.00 Koncert
- 21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

**PIŁKA NOŻNA**



- 21.50 Mistrzostwa świata 2026 **LIVE** – mecz 1/16 finału  
Przed startem turnieju faworyci byli zgodni, że największe szanse na występ w tym meczu 1/16 finału na Seattle Stadium ma Belgia. Czerwone Diabły uchwyciły za głównych faworytów grupy G. 160 min
- 0.30 Parzyć może poczekać – komedia obyczajowa, Jap./USA 2016, 100 min
- 2.10 Pułapka – film sensacyjny, Polska
- 4.10 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
- 4.25 Pytanie dnia – program publicystyczny

**TVP 2 TVP 2** **DVB T2**

- 5.30 M jak miłość (1785) – serial obyczajowy, Polska 2024
- 6.25 Pozyteczni.pl – magazyn
- 6.55 Barwy szczęścia (3344) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
- 11.30 Rodzinka.pl (27, 28) – serial komediowy, Polska 2011
- 12.35 Koło fortuny (1876) – teleturniej
- 13.15 Panna młoda (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024
- 14.05 Va banque (1001) – teleturniej
- 14.35 Na sygnale (866) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
Zespół doktora Góry pomaga choremu z demencją, który zamknął się w swoim mieszkaniu, gdzie zasnął. 30 min
- 15.05 La Promesa – pałac tajemnic (423) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
Samobójcza śmierć Jimeny budzi poruszenie wśród służących. Curro oświadcza Martinie, że już jej nie kocha. Don Romulo zamierza zatrudnić syna Ricarda jako lokaja. 55 min
- 16.00 Koło fortuny (1877) – teleturniej
- 16.35 Familiada – teleturniej
- 17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

**PIŁKA NOŻNA**



- 17.50 Mistrzostwa świata 2026 **LIVE** – mecz 1/16 finału  
W Atlancie o awans do 1/8 finału powalczy m.in. zwycięzca grupy L. Być może będzie to typowana na faworyta reprezentacja Anglii. Zobaczymy również ekipę, która zajęła 3. miejsce w grupie E, H, I, J lub K. 175 min
- 20.45 Omnibus – szybcy i mądrcy (13)
- 21.15 Omnibus – szybcy i mądrcy – dogrywka (13) – teleturniej
- 21.35 Postaw na milion – teleturniej
- 22.30 Na sygnale (859, 860) – serial fab.-dok.
- 23.35 Pitbull (3, 4) – serial sensacyjny, Polska
- 1.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

**POLSAT** **DVB T2**

- 4.40 Disco Gramy – program muzyczny
- 5.25 Telezakupy TV Okazje
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
- 8.30 Malanowski i partnerzy (312, 313) – serial fab.-dok., Polska 2011
- 9.30 Trudne sprawy (1243, 1244) – serial paradokumentalny, Polska 2024
- 11.35 Gliniarze (860, 861) – serial paradokumentalny, Polska 2023
- 13.40 Dłaczego ja? (1490, 1491) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Wioletta zatrudnia się u wdowca Adama jako gospodyni domowa. Ten każe jej nosić określone ubrania i udawać, że ma na imię Grażyna. Z czasem kobieta zauważa, że jest podobna do zmarłej żony męża. 130 min
- 15.50 Wydarzenia, pogoda
- 16.25 Interwencja – magazyn reporterów
- 16.40 Gliniarze (1057, 1058) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Policjantka z Pomorza prosi śledczych z Warszawy o pomoc w rozbiurciu międzynarodowej szajki przemytników substancji odurzających. 130 min
- 18.50 Wydarzenia
- 19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
- 19.30 Sport, pogoda

**KOMEDIA**



- 19.55 Komediowa środa: Dorwać byłą **FILM** – USA 2010, reż. Andy Tennant  
Romytka skłóconej pary łączące perypetie i humor z kryminalną intrygą. W skazany na siebie duet wcielił się Jennifer Aniston i Gerard Butler (oba na zdj.), a za kamerą stanął twórca „Dziewczyny z Alabamą”. 140 min
- 22.15 Policja zastępca – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, 145 min
- 0.40 Kung-fu szal – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong/USA 2004, 130 min
- 2.50 Nasz nowy dom (369) – reality show, Polska 2026
- 4.10 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – rozr.

**TVN** **DVB T2**

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda (1685) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
- 11.20 Doradca smaku (20) – magazyn kulinarny
- 11.25 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywkowy
- 12.35 Ukryta prawda (1671, 1464, 1718) – serial paradokumentalny, Polska
- 15.45 Detektywi (102) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
Lena Kalińska zwraca się do śledczych z prośbą o odnalezienie jej ojca. Detektywi uzyskują informację, że zaginiony mógł udać się do Niemiec. 65 min
- 16.50 Szpital św. Anny (58) – serial obyczajowy, Polska 2025  
Marta próbuje porozmawiać z Tomkiem po ich ichotni. Ratownicy spieszą z pomocą matce Darii, która zasłabła podczas prowadzenia auta. 65 min
- 17.55 Młode gliny (10) – serial kryminalny, Polska 2026
- 19.00 Fakty, sport i pogoda
- 19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
- 20.15 Na Wspónej (4238) – serial obyczajowy, Polska 2026

**SCIENCE FICTION**



- 20.50 Godzilla – USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards  
Kolejna odsłona losów słynnego jaszczurka. Po raz pierwszy Godzilla pojawił się na ekranach kin w latach 50. XX w. Stał się jedną z ikon japońskiej popkultury. Po 2014 r. powstały jeszcze cztery filmy należącego do tego cyklu. 155 min
- 23.25 Strzelec – dramata sensacyjna, USA 2007, reż. Antoine Fuqua, 150 min
- 1.55 Szpital św. Anny (129) – serial obycz.
- 2.45 Uwaga! – magazyn reporterów
- 3.00 Wallander (5) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010
- 4.35 Recepta na stary dom 3 (5) – pr. rozr.
- 5.00 Nauka jazdy 5 (12) – pr. rozrywk.

**TV4** **DVB T2**

- 6.00 Strażnik Teksasu (20, 21) – serial sens.
- 7.55 Bogaty dom – biedny dom (68)
- 8.55 Policjantki i Policjanci (496, 497) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 10.55 Na ratunek 112 (1154, 1155) – paradok.
- 11.55 Dłaczego ja? (1523, 1524) – paradok., Pol.
- 13.55 Trudne sprawy (930, 1344, 1305) – serial paradokument., Polska
- 16.55 Policjantki i Policjanci (1392) – obycz.
- 18.00 Lowcy skarbów. Kto da więcej? (487) – reality show, Polska
- 19.00 Policjantki i Policjanci (1393) – obycz.
- 20.00 Uroczysko (193, 194) – serial kryminalny
- 21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (123) – krym.
- 22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1006) – serial kryminalny, Polska 2026
- 23.00 Samolot z forsą – film sensacyjny, USA 2020, reż. Andrew Lawrence, 110 min
- 0.50 Love Island. Wyspa miłości (24) – reality show
- 1.55 Hardkorowy lombard 2 (17) – serial dok.
- 2.25 Interwencja – magazyn reporterów
- 2.55 Śmierć na 1000 sposobów (9) – dok.
- 3.25 Lubię disco! (271) – program muzyczny
- 4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
- 5.30 Telezakupy TV Okazje

**TV PULS** **DVB T2**

- 6.00 Policjanci z Miami 2 (22, 23) – serial kryminalny, USA 1985
- 8.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2016
- 10.00 Maria z przedmieścia (41, 42) – telenowela, Meksyk 1995
- 12.00 Nie igraj z aniołem (107) – obycz.
- 13.00 Wspaniałe stulecie (41) – kostium.
- 14.00 Kurierzy (26) – serial fab.-dok., Pol. 2023
- 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (524, 525) – serial obyczajowy, Polska 2022
- 17.00 Kurierzy (27) – serial fab.-dok., Pol. 2023
- 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964, 965) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 20.00 Pole rażenia – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina, 125 min
- 22.05 Czarny pies – film sensacyjny, USA/ Wielka Brytania/ Francja 1998, 110 min
- 23.55 Igrzyska Śmierci: Kosogłos. Część 1 **FILM** – dramata s.f., USA 2014, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, 140 min
- 2.15 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 3.20 Dzielnica strachu 9 (398) – serial krym.
- 4.35 Zobacz to! – programy powtórkowe

**PULS 2** **DVB T2**

- 7.00 Blaze i megaszynny – anim., USA 2020
- 7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
- 7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
- 8.30 Wielkie przygody małego rekina (3)
- 8.50 Masza i Niedzwiedz – serial anim., Rosja
- 9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
- 9.25 Swinka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
- 9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
- 10.00 Język i Przyjaciele – serial anim., Polska
- 10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
- 11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
- 12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
- 12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
- 13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
- 13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
- 14.00 Kacze opowieści – serial animowany
- 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
- 16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
- 17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia
- 17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
- 18.00 Pingwin z Madagaskaru – serial anim.
- 19.00 Kacze opowieści – serial animowany
- 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (952)
- 21.00 Dzielnica strachu 9 (404, 405) – krym.
- 23.00 Wszystko zostanie w rodzinie **FILM** – komedia, Francja 2015, 115 min

**TVN 7** **DVB T2**

- 5.30 Ten moment (48) – serial paradok., Polska
- 5.55 Szkoła (763-765) – serial paradokument., Pol.
- 8.45 Ukryta prawda (1331, 1431, 1432) – serial paradokumentalny, Polska
- 11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1078-1080) – serial fabularno-dokument., Pol. 2013
- 14.00 Detektywi (115) – serial fabularno-dokument., Polska
- 15.00 Szpital (768, 769) – serial paradokument., Pol.
- 17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (499) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
- 18.00 SOS Ekipy w akcji (11) – serial paradok.
- 19.00 Ukryta prawda (1522) – serial paradok.
- 20.00 Głowa rodziny – dramata obyczajowy, USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, Alison Brie, Anupam Kher, 145 min
- 22.25 Godziny szczytu – komedia sensacyjna, USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, 130 min
- 0.35 Bękart – komedia przygodowa, USA 2017, reż. Lawrence Sher, wyk. Owen Wilson, Ed Helms, J.K. Simmons, 125 min
- 2.40 Żyjąc z potworem 8 (17) – serial dok.
- 3.30 Usterka 11 (1) – serial fab.-dok., Pol. 2019
- 4.05 Faworky (4) – serial paradok., Pol. 2017
- 4.40 Dorota was urządzi! (2) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA TVP POLONIA
14.00 Polka po indyjsku
15.00 Słowo daje!
15.10 Zakochaj się w Polsce
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura
16.00 Zaraz wracam 2
16.30 Barwy szczęścia
17.00 Gra słów. Krzyżówka
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Ludzie z dobrego towarzystwa
18.45 Inio Wilno
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny
19.15 Laskowicki & Malicki
20.10 Program informacyjny
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA TVP ROZRYWKA
6.10 Zakochaj się w Polsce
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa lamie przepisy
8.20 Familiada
8.55 Va banque
9.25 Kolo fortuny
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada
13.15 Matki, żony i kochanki
14.15 Rodzinka.pl
14.50 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque
18.00 Kolo fortuny
18.35 Okrasa lamie przepisy

TTV HD DVB T2
6.00 24 godziny
7.10 Express
7.35 DeFacto
8.30 Kartoteka
9.35 Kartoteka
10.35 Detektywi
12.35 Zakup w ciemno
13.35 Zakup w ciemno
14.35 Nic do zgłoszenia
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Pogoda, sport
17.05 Gogglebox
18.05 Zakup w ciemno
18.45 Niezwykłe Stany
19.45 Express
20.05 Zakup w ciemno
21.05 Zakup w ciemno
21.45 Express

POLSAT 2
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom
7.30 Na ratunek
8.30 Sekrety rodziny
11.30 Trudne sprawy
12.30 Dłaczego ja?
14.30 Świat według Kiepskich

POLSAT FILM
6.05 Rolnicy
7.30 Doktor Martin
8.30 Przyjaciółki
10.25 Świat według Kiepskich
13.00 Ogniem i mieczem
16.45 Obsesja
19.00 Alfa

AXN
6.05 FBI: Most Wanted
7.35 Agenci NCIS: Hawaje
9.20 Castle
11.10 MacGyver
13.10 Agenci NCIS: Hawaje
15.05 Agenci NCIS
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas
19.05 Castle

OBYCZAJOWY
20.50 Miłość nad rozlewiskiem
22.35 Rozmowy
23.05 Niezwykłe miejsca
23.15 Dziennik regionów
23.40 Tamte lata, tamte dni
0.10 Słowo daje!
0.20 63. KFPP w Opolu

MAGAZYN
19.40 Makłowicz w podróży
20.15 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą
22.10 Rodzinka.pl
22.50 Tak to leciało!
23.50 Gali Drzewiecka
0.50 Kolo fortuny

ROZRYWKA
22.00 Idź na całość 2
23.00 Gogglebox
0.00 Nic do zgłoszenia
1.00 Życie na kredycie
2.10 Dobra robota
3.00 Detektywi
4.10 Szpital

KRYMINALNY
17.00 48h. Zaginieni
19.00 Gliniarze
20.00 Ślad
21.00 Gliniarze
22.00 Ambulans
23.00 Świat według Kiepskich
0.00 Ślad

THRILLER
21.00 Hanna
23.15 Ukojenie
1.30 Fała zbrodni
3.25 Ślad
5.25 Na ratunek

SENSACYJNY
21.05 Zabójcza broń
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas
0.45 Castle
2.40 Zabójcza broń
4.35 Walker: Strażnik

HISTORIA TVP HISTORIA
8.30 Czerdziestolatek
12.05 Wasztykie kolory świata
13.05 Brytyjskie odliczanie
15.40 Sensacje XX wieku
18.35 Generali Władysław Sikorski
20.10 Oficer
23.35 Sensacje XX wieku

TVP KULTURA TVP KULTURA
12.10 Tajemnice kulturowe
13.05 Serialowa nostalgia
14.25 Profesory
15.40 Personal
17.15 Siedem zepsuć
18.15 Muzeum Polskiej Piosenki
20.00 Koncert
22.35 Panorama kina polskiego

SUPER POLSAT DVB T2
6.55 Na ratunek
7.55 Doktor Martin
10.00 Wydarzenia
11.30 Świat według Kiepskich
16.00 Ninia Kuchnia
18.00 Świat według Kiepskich
20.00 Złomiarze
21.00 Nieobliczalny
23.00 Na południe od nieba

ZOOM
8.05 Strażnik Teksasu
9.55 MacGyver
12.05 Pułapki umysłu
13.15 Profesory
15.35 Pod pokładem
16.35 Dynam
20.00 Kobra
22.00 Pod pokładem
23.00 Adam szuka Ewy

METRO
8.30 Szpital
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska
13.30 SOS Ekipy
13.30 Brzydula
15.45 The Floor
17.00 Fani czterech kółek
18.00 Prawo Agaty
19.00 Kartoteka
20.00 Kartoteka 2

ALE KINO +
7.35 Nadzieja
10.00 Co się wydarzyło
12.15 Vera
14.05 Opadające liście
15.50 Bracia ze stali
18.15 Vera
20.10 Karen Pirie
22.05 Kamdesh

TV TRWAM DVB T2
15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia
17.00 Rozmowy o edukacji
17.50 Poczet wielkich Polaków
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
19.20 Przetrawiliśmy
21.40 Polski punkt widzenia

ANTENA HD DVB T2
8.40 Kabaretowy szal
9.40 Co Polak potrafi
11.55 Kłątwa Wyspy Dębów
13.50 Australijscy poszukiwacze
15.50 Wojny kontenerowe
16.50 77 TV
18.50 Astrid i Raphaëlle
20.00 Alex Hugo

TVS
12.25 Muzyczne dzień dobry
13.30 Emeryci
14.40 Doktor Kleist
15.45 Doktor z alpejskiej wioski
17.50 Doktor z alpejskiej wioski
18.50 Doktor Kleist
19.50 Rosamunde Pilcher

WP WP DVB T2
11.00 Premiera: Niepojęte
12.00 Wariaci
13.00 Makłowicz
14.00 Pokochaj lub sprzedaj
16.55 Pogoda
17.00 Komisarz Cassandra

ESKA TV DVB T2
13.00 ESKA TV info
14.15 ESKA na Beach
15.00 ESKA TV info
15.15 Podwójna Gość
18.00 Historia jednej piosenki
19.00 Polacy za granicą
21.00 Hardcorowo lombard

VIASAT EPIC DRAMA
6.05 Agenci NCIS
7.45 Lekkarze
11.25 Zatraceni w miłości
15.15 Lekkarze
16.50 Piętro
19.00 Premiera: Zatraceni w miłości
21.00 Sprawy pana Booka

KINO POLSKA	TVP SERIALE	13 ULICA	TVN FABUŁA	TVP HD	STOPKlatka
<p><b>6.00 Zwierzęta Wajraka</b> 3 (1, 2) – serial dok., 2022</p> <p><b>6.50 Polska Kronika Filmowa</b> – serial dokum.</p> <p><b>7.20 Bolek i Lolek</b> – serial animowany, 1963</p> <p><b>7.45 Reksio</b> – serial anim.</p> <p><b>8.10 Siedem życzeń</b> (1, 2) – serial przygodowy</p> <p><b>10.30 Akademia Pana Kleksa</b> (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 100 min</p> <p><b>12.10 To nie ze mną</b> (1, 2) – serial obyczajowy, 2022</p> <p><b>13.40 Noce i Dnie</b> (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1975, reż. Jerzy Antczak, wyk. Jadwiga Barańska, Jerzy Bińczycy, 245 min</p> <p><b>17.45 Cztery pancerni i pies</b> (2, 3) – serial wojenny, 1966</p>	<p><b>5.25 Rodzinka.pl</b> (96, 97) – serial komediowy, Pol.</p> <p><b>6.30 Na sygnale</b> (479, 480) – serial fabularno-dokum.</p> <p><b>7.35 Ojciec Mateusz 2</b> (29) – serial kryminalny, Pol.</p> <p><b>8.30 Komisarz Alex 2</b> (18)</p> <p><b>9.25 Rodzinka.pl</b> (98) – kom.</p> <p><b>10.00 Klan</b> (1445, 1446)</p> <p><b>10.55 Ranczo 8</b> (96, 97)</p> <p><b>12.35 Komisarz Alex 2</b> (19)</p> <p><b>13.35 Ojciec Mateusz 29</b> (380, 381) – serial krym.</p> <p><b>15.30 Komisarz Alex 2</b> (20) – serial kryminalny, Pol.</p> <p><b>16.25 Na sygnale</b> (481, 482) – serial fabularno-dokum.</p> <p><b>17.35 Ranczo 8</b> (98, 99) – serial obycz., Pol. 2014</p> <p><b>19.30 Ojciec Mateusz 30</b> (382) – krym., Pol. 2023</p> <p><b>20.30 Ojciec Mateusz 2</b> (30) – serial kryminalny, Pol.</p>	<p><b>6.20 Bianca 2</b> (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2023</p> <p><b>8.40 Na granicy: Potworna matka</b> – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, 110 min</p> <p><b>10.30 Chicago P.D. 11</b> (10, 11) – serial kryminalny, USA</p> <p><b>12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5</b> (7, 8) – serial sensacyjny, USA</p> <p><b>14.10 Bianca 2</b> (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2023</p> <p><b>16.25 Na granicy: Miłość do ojczyzny</b> – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, 115 min</p> <p><b>18.20 Chicago P.D. 11</b> (12, 13) – serial kryminalny, USA</p> <p><b>20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5</b> (9, 10) – serial sensacyjny, USA</p>	<p><b>5.05 Szkoła</b> (773) – paradok</p> <p><b>6.00 Superhaterowie</b> (5)</p> <p><b>6.30 Kino Buzz Top 5</b> (1)</p> <p><b>6.45 Zakochani po uszy</b> (79, 80) – telen., Pol. 2019</p> <p><b>7.45 Detektywi</b> (57-60) – serial fabularno-dokum.</p> <p><b>9.50 Prawo Agaty 3</b> (7) – serial obycz., Pol. 2013</p> <p><b>10.55 Szpital św. Anny</b> (64) – serial obycz., Pol. 2025</p> <p><b>11.55 Miłość czy pomyłka?</b> (25, 26) – telen., Turcja</p> <p><b>13.55 Prawo Agaty 3</b> (6)</p> <p><b>14.55 Detektywi</b> – fab.-dok. (5) – magazyn</p> <p><b>16.45 Serieale Top 5</b> (13)</p> <p><b>17.00 Liga potworów</b> – film animowany, USA 2022, 120 min</p> <p><b>19.00 Szpital św. Anny</b> (65) – serial obycz., Pol. 2025</p>	<p><b>5.25 Zakochaj się w Polsce</b> (168) – magazyn</p> <p><b>6.00 Na dobre i na złe</b> (982)</p> <p><b>6.55 Ranczo 6</b> (67) – obycz.</p> <p><b>7.55 Rodzinka.pl</b> (207, 208)</p> <p><b>8.55 Ojciec Mateusz 19</b> (250, 251) – serial krym.</p> <p><b>10.45 Gra słów. Krzyżówka</b> (1053) – teleturniej</p> <p><b>11.20 Na sygnale</b> (639, 640)</p> <p><b>12.25 Ojciec Mateusz 6</b> (70)</p> <p><b>13.20 Komisarz Alex 3</b> (34)</p> <p><b>14.15 Ranczo 6</b> (67, 68)</p> <p><b>16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką!</b> (8) – mag.</p> <p><b>16.40 Operacja zdrowie</b> (79)</p> <p><b>17.10 Okrasa łamie przepisy</b></p> <p><b>17.45 Makłowicz w podróży</b></p> <p><b>18.20 Ojciec Mateusz 24</b> (312) – krym., Pol. 2020</p> <p><b>19.20 Ranczo 6</b> (76) – obycz.</p> <p><b>20.10 Rodzinka.pl</b> (279, 280) – serial komediowy, Pol.</p>	<p><b>6.00 Kabaretowe hity</b> (6) – program rozrywkowy</p> <p><b>6.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat</b></p> <p><b>7.55 Robert Makłowicz</b> (139, 160) – mag. kulin.</p> <p><b>9.45 Zagadki kryminalne panny Fisher</b> (1) – serial kryminalny, Australia</p> <p><b>10.55 Górski lekarz</b> (15, 16) – obycz., Niemcy/Austria</p> <p><b>12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher</b> (2) – serial kryminalny, Australia</p> <p><b>14.00 Katastrofy w przestworzach</b> (4, 1) – serial dokum., Kanada</p> <p><b>17.00 MacGyver 4</b> (2) – sens.</p> <p><b>18.00 Wojny magazynowe: Kanada</b> (2, 3) – reality show, Kanada 2013</p> <p><b>19.10 Aukcja w ciemno 2</b> (2, 3) – serial dok., USA</p>
SENSACYJNY	OBY CZAJOWY	KRYMINALNY	THRILLER	KRYMINALNY	SENSACYJNY
<p><b>20.00 Ekstradycja 3</b> (3, 4) Henio zaprasza do współpracy hakerkę Cmę. Odkrywa ona coś ciekawego. Tuwara obawia się o swoje bezpieczeństwo. 135 min</p> <p><b>22.15 Misja Afganistan</b> (9)</p> <p><b>23.25 Rozmowy kontrolowane</b> – komedia, 1991, 130 min</p> <p><b>1.35 Drogówka</b> – dramat krym., 2013, 160 min</p> <p><b>4.15 Zwolnieni z życia</b> – dramat obycz., Polska/Francia 1992, 105 min</p>	<p><b>21.30 Ranczo 8</b> (100, 101) – Polska 2014 Czerepaka podejrzewa, że tłumy fotoreporterów, które zjawiały się w Wilkowyjach, zostały nasyłane przez politycznych wrogów senatora. 110 min</p> <p><b>23.20 Ojciec Mateusz 30</b> (383, 384) – serial krym.</p> <p><b>1.20 Erynie</b> (5, 6) – serial kryminalny, Pol. 2021</p> <p><b>3.15 Wojna zastępcza</b> (6) – szpiegowski, Pol. 2025</p> <p><b>4.05 Klan</b> (1445) – telen., Pol.</p> <p><b>4.35 Pan Mama</b> (18) – kom.</p>	<p><b>22.00 Niewidomy detektyw</b> (4) – Niem./Austria 2020 Siostra Alexa walczy o życie po tym, jak wykonała sztuczne oddychanie bankierowi, który został otruty cyjankiem. 115 min</p> <p><b>23.55 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4</b> – dramat krym., Francja 2022, 115 min</p> <p><b>1.50 Na granicy: Miłość do ojczyzny</b> – krym., Niemcy 2019, 115 min</p> <p><b>3.45 Bianca 2</b> (7, 8) – krym.</p>	<p><b>20.00 Grawitacja</b> – USA/ Wielka Brytania 2013 Prom kosmiczny zostaje uszkodzony. Para ocਾਲių astronautów, Ryan Stone (Sandra Bullock, zdj.) i Matt Kowalski, walczą o życie. 120 min</p> <p><b>22.00 Znachor</b> – dram. obycz., Pol. 1981, 165 min</p> <p><b>0.45 Zatańczy ze mną</b> – komedia romantyczna, USA 2004, 130 min</p> <p><b>2.55 Serieale Top 5</b> (16)</p> <p><b>3.05 Szkoła</b> (743) – paradok.</p> <p><b>4.05 Ukryta prawda</b> (1343)</p>	<p><b>21.25 Ojciec Mateusz 32</b> (409) – Polska 2024 Zespołowi policjantów grozi rozpad. Dziubak i Nocul obejmują posterunek w pobliskim Klimontowie. Dochodzi tam do morderstwa. 55 min</p> <p><b>22.20 1941</b> – komedia, USA 1979, 130 min</p> <p><b>0.30 Morderstwa na Côte Bleue</b> – film krym., Fr./Belgia 2024, 105 min</p> <p><b>2.15 Morderstwa w Montauban</b> – film krym., Fr. 2024, 105 min</p>	<p><b>20.00 Święty</b> – USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, Wiłamywacz (Val Kilmer, zdj.) ma wykraść projekt wynalazku dr Emmy Russell (Elisabeth Shue, zdj.). Jego plany komplikuje miłość. 155 min</p> <p><b>22.35 Szpica</b> – komedia sens., Chiny 2020, 125 min</p> <p><b>0.40 Kosmiczny grzech</b> – film s.f., USA 2021, reż. Edward Drake, 120 min</p> <p><b>2.40 Noce i Dnie</b> (1) – obycz., Polska 1975, 105 min</p>
CANAL+ PREMIUM	CANAL+ FILM	FILMBOX+ ONE	COMEDY CENTRAL	HBO	FX
<p><b>9.40 Lilly i kangurek</b> – film familijny, Australia 2025</p> <p><b>11.25 Hollywood Buzz</b> – magazyn film.</p> <p><b>11.55 Fuks</b> – kom. sens., Polska 1999</p> <p><b>13.25 Cat's Eyes</b> (8-ost.) – serial przyg.</p> <p><b>14.20 Prawda czy fałsz.</b> Psychologia trampuzino</p> <p><b>15.55 Making of CANAL+</b></p> <p><b>16.00 Ultimatum Bourne'a</b> – sens., USA/Niem. 2007</p> <p><b>17.55 Łapu capu – rozr.</b></p> <p><b>18.00 Jason Bourne</b> – thriller, USA 2016</p> <p><b>20.00 Kontyngent</b> (1)</p> <p><b>20.45 Herosi wojny</b> – thriller, USA 2024</p> <p><b>22.30 Jeszcze jeden strzał</b> – thriller, Wielka Brytania/USA 2024</p> <p><b>0.10 Grindhouse: Planet Terror</b> – horror, USA 2007</p>	<p><b>10.15 Kiler-ów 2</b> – 2-óch – komedia, Polska 1999</p> <p><b>12.10 Łapu capu</b></p> <p><b>12.15 Riefenstahl</b> – dok., Niem. 2024</p> <p><b>14.15 Masz ci los!</b> – kom., Pol. 2023</p> <p><b>15.45 Mama mia</b> – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008</p> <p><b>17.35 Hollywood Buzz</b> – mag.</p> <p><b>18.00 Tutto będzie nasze</b> – komediodramat, Włochy 2023</p> <p><b>19.55 Łapu capu – rozr.</b></p> <p><b>20.00 Najpierw strzelaj, potem zwiędzaj</b> – komediodram., Belgia/Wlk. Bryt./USA 2008</p> <p><b>21.45 8. mila</b> – dramat obycz., USA/Niemcy 2002</p> <p><b>23.30 Wspaniałe kilka minut</b></p> <p><b>0.00 Dzięki</b> – dramat przygodowy, Polska 2025</p>	<p><b>6.00 Celnicy 2</b> (7)</p> <p><b>6.35 Panna Marple: Karaibska tajemnica</b> – film krym., Wlk. Bryt./USA 2013</p> <p><b>8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3</b> (3, 4) – krym.</p> <p><b>11.00 Panna Scarlet i komisarz 2</b> (1, 2)</p> <p><b>13.10 Poirot</b></p> <p><b>15.30 Zagadki kryminalne panny Fisher 3</b> (5) – krym.</p> <p><b>16.45 Panna Scarlet i komisarz 2</b> (3)</p> <p><b>17.50 Poirot</b> (1, 2) – dok.</p> <p><b>20.00 Dobry nok</b> – komediodram., USA/Wlk. Bryt. 2006</p> <p><b>22.35 Nim diabeł dowie się, że nie zjyszesz</b> – dramat sens., USA/Wlk. Bryt. 2007</p> <p><b>1.05 Wykładaj!</b> – dramat sens., USA 1989</p> <p><b>3.50 Kodeks zabójcy</b> – sens., USA/Kan. 2018</p>	<p><b>8.55 Przyjaciele 6</b> (2-7) – kom.</p> <p><b>11.55 Teoria wielkiego podryw 5</b> (17-22) – kom.</p> <p><b>14.30 Dwoch i pół 4</b> (15-18) – kom.</p> <p><b>16.30 Przyjaciele 6</b> (8-13) – kom.</p> <p><b>19.30 Teoria wielkiego podryw 5</b> (23, 24) – kom., USA</p> <p><b>20.25 Teoria wielkiego podryw 6</b> (1-4) – kom.</p> <p><b>22.00 The Office PL 2</b> (1, 2) – kom.</p> <p><b>23.05 Comedy Club 5</b> (1, 2) – pr. rozr.</p> <p><b>0.05 Miasteczko South Park</b> (13)</p> <p><b>0.30 Miasteczko South Park</b> (2)</p> <p><b>1.00 Pracochłoczy 3</b> (1, 2) – kom.</p> <p><b>2.00 Śmiesznie nie będzie 6</b> (5, 6, 4) – rozr.</p> <p><b>3.15 Miasteczko South Park</b> (10-12)</p> <p><b>4.20 Comedy Club 6</b> (12) – rozr.</p>	<p><b>10.05 Harry Potter i Komnata Tajemnic</b> – film przyg., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002</p> <p><b>12.40 Pan Aznavour</b> – dramat biograficzny, Fr. 2024</p> <p><b>14.50 Felek i Tola ratują las</b> – anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024</p> <p><b>16.00 Czerwoną Jędynką</b> – kom. przyg., USA 2024</p> <p><b>18.05 Everest</b> – film katastroficzny, Wlk. Bryt./USA/Islandia 2015</p> <p><b>20.00 Księgowiec 2</b> – thriller, USA 2025</p> <p><b>22.10 Ród smoka 3</b> (2) – fantasy</p> <p><b>23.10 Ognie</b> – thriller, Islandia 2025</p> <p><b>0.55 Źródło</b> – dramat psychologiczny, USA/Kan. 2006</p> <p><b>2.30 Sprawa Friedy</b> – dram. hist., Szwajcaria 2024</p>	<p><b>9.00 Z archiwum X</b> (16) – serial s.f.</p> <p><b>10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (2, 3) – krym., USA</p> <p><b>11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (13, 14) – krym.</p> <p><b>13.45 Agenci NCIS</b> 10 (3, 4)</p> <p><b>15.35 SkyMed</b> (9)</p> <p><b>16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (4, 5)</p> <p><b>18.18 Na wielkim ekranie</b></p> <p><b>18.20 Z archiwum X</b> (17) – s.f.</p> <p><b>19.15 FBI 4</b> (4) – krym.</p> <p><b>20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (15, 16)</p> <p><b>22.00 Premiera: Matlock</b> (13)</p> <p><b>22.55 Z archiwum X</b> (17)</p> <p><b>23.50 Liberat 2</b> – sens., USA 1995</p> <p><b>1.55 Agenci NCIS</b> 10 (4)</p> <p><b>2.40 CSI: Kryminalne zagadki Miami</b> (4, 5)</p>
CANAL+ 360	BBC FIRST	ROMANCE TV	FILMBOX+ HITS	TV 6	PARAMOUNT NETWORK
<p><b>13.00 Hot Roads</b> – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (3)</p> <p><b>14.00 Wykrywczy historii 3</b></p> <p><b>15.00 Co poszło nie tak</b> 3 (6)</p> <p><b>16.00 Supersamoloty bojowe</b> (4)</p> <p><b>17.00 Zholowani</b>: ciężarówka w opalach 8 (17)</p> <p><b>17.55 Porzucone konstrukcje</b> (2)</p> <p><b>18.50 Wykrywczy historii 3</b> (2)</p> <p><b>19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówka w opalach 8</b> (18)</p> <p><b>20.10 Co poszło nie tak</b> 4 (6) – dok.</p> <p><b>22.00 Grip</b> – w świecie supersamolochów (2) – dok.</p> <p><b>23.00 Supersamoloty bojowe</b> (2)</p> <p><b>23.55 Hot Roads</b> – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1)</p>	<p><b>8.45 Lewis 4</b> (4) – serial krym.</p> <p><b>9.40 Ojciec Brown</b> 13 (8)</p> <p><b>10.40 Śmierć pod palmami</b> 15 (4)</p> <p><b>11.45 Zagadki doktora Blake'a 2</b> (9) – krym.</p> <p><b>12.55 Śledztwa siostry Bonifacji 3</b> (4)</p> <p><b>14.55 Ojciec Brown 7</b> (2) – krym.</p> <p><b>16.00 Lewis 4</b> (4)</p> <p><b>17.00 My Life is Murder 2</b> (6)</p> <p><b>18.00 Morderstwa w Midsomer</b> 20 (4)</p> <p><b>19.50 Śmierć pod palmami</b> 15 (5)</p> <p><b>21.00 McDonald i Dodds 2</b> (2)</p> <p><b>22.55 Na niebieskich świątyniach 3</b> (1, 2)</p> <p><b>1.05 Śmierć pod palmami</b> 15 (5) – krym.</p> <p><b>2.10 Morderstwa w Midsomer</b> 20 (4)</p> <p><b>3.55 My Life is Murder 2</b> (6)</p>	<p><b>12.05 Katie Fforde: Dlaczego powiedziałam "tak"?</b> – melodram., USA/Niem. 2016</p> <p><b>14.00 Weekendowi buntownicy</b> – komediodram., Niem. 2023</p> <p><b>16.15 Zakonnica i komisarz</b> – komedia kryminalna, Niemcy 2006</p> <p><b>18.05 Górski lekarz</b> (134, 135) – serial obyczajowy</p> <p><b>20.00 Przyjaźni to coś więcej</b> – Na chwale dnia – dramat obyczajowy, Niemcy 2022</p> <p><b>21.55 Przyjaźni to coś więcej</b> – Potworna dawka emocji – dramat obyczajowy, Niem. 2022</p> <p><b>23.50 Górski lekarz</b> (134, 135) – obycz., Niem./Austria 2017</p>	<p><b>8.05 Disco</b> – kom. muz., Francja 2008</p> <p><b>10.00 Opowieści z ławeczki</b> – kom., Francja 2009</p> <p><b>12.05 Coco Chanel</b> – dramat biograficzny, Francja 2009</p> <p><b>14.05 Wypowiedzenie wojny</b> – dram. obyczajowy, Fr. 2011</p> <p><b>16.00 Delikatność</b> – komedia romantyczna, Fr. 2011</p> <p><b>18.00 Scenariusz na miłość</b> – komedia romantyczna, USA 2014</p> <p><b>20.00 Winner</b> – dramat biograficzny, Kan./USA 2024</p> <p><b>21.55 To nasza młodość</b> – komedia obyczajowa, USA 2014</p> <p><b>23.45 Kolaćka pożegnana</b> – komediodramat, Niemcy 2023</p>	<p><b>8.50 Kobra</b> – oddział specjalny (14, 15) – serial sens., Niemcy</p> <p><b>9.55 48h. Zaginieni</b> (127-129) – krym.</p> <p><b>13.55 Policjantki i Policjanci</b> (1193) – obycz.</p> <p><b>14.55 Uroczysko</b> (31, 32) – krym.</p> <p><b>15.55 Kobra</b> – oddział specjalny (16, 17) – sens.</p> <p><b>18.00 Strażnik Teksasu</b> (22, 1) – serial sens.</p> <p><b>20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku</b> (187, 188)</p> <p><b>21.55 Czarna lista</b> (19) – krym.</p> <p><b>22.55 Sprawiedliwi</b> – Wydział Kryminalny (701, 702)</p> <p><b>0.55 Kości</b> (101, 102)</p> <p><b>2.50 Cobra Kai</b> (23)</p> <p><b>3.30 Septagion</b> (90, 91)</p> <p><b>5.35 SuperLudzie Extra</b> (34) – mag.</p>	<p><b>6.00 Czarodziejki 2</b> (19-22) – serial fantasy</p> <p><b>9.25 Policjanka</b> grupa pościgowa 15 (4) – dok.</p> <p><b>10.30 Star Trek: Pierwszy kontakt</b> – film s.f., USA 1996</p> <p><b>13.00 Czarodziejki</b> (1, 2)</p> <p><b>15.00 Gliniarz z Beverly Hills 3</b> – komedia sens., USA 1994</p> <p><b>17.25 Dzień zagłady</b> – film katastroficzny, USA 1998</p> <p><b>20.00 Ojciec chrzestny</b> – dram. sens., USA 1972</p> <p><b>23.45 Ostra jęzda</b> – kom., USA 2000</p> <p><b>1.45 Rambo</b> – sens., USA/Niemcy 2008</p> <p><b>3.05 Pasażer</b> – thriller, USA 2023</p> <p><b>4.55 Śmiesznie nie będzie</b> 3 (14) – pr. rozrywk.</p>

● Polecany dla dzieci

● Tylko dla dorosłych

LIVE Na żywo

**TVN 24**

8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 9.55 Biznes – pr. publicyst.  
 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 10.55 Biznes – pr. publicyst.  
 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 11.55 Biznes – pr. publicyst.  
 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 13.55 Biznes – pr. publicyst.  
 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 14.55 Biznes – pr. publicyst.  
 15.00 15 na żywo – mag. inf.  
 16.00 Fakty po południu – program informacyjny  
 18.00 Tak jest – pr. publicyst.  
 19.15 Serwis informacyjny  
 19.30 Fakty po Faktach – inf.  
 20.00 Kropka nad i – pr. publ.  
 20.20 Fakty o Świecie – inf.

**TLC**

8.00 Dom wygrany na loterii 16 – dok.  
 9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.  
 10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
 11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami  
 13.00 Dr Pryszczyla 3 – dok.  
 14.00 Dr Pryszczyla 4 – dok.  
 15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show  
 16.00 Historie wielkiej wagi  
 18.00 Pokonać otyłość (2)  
 19.00 Wiza na miłość: Romans na Karabach 3 – reality show  
 20.00 Nie do uwierzenia! – serial dokumentalny

**TVN STYLE**

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show, Polska 2016  
 5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (13) – serial fabularno-dokum., Polska  
 6.45 Śluby marzeń (1) – program rozrywkowy  
 7.45 Dzień dobry LIVE wakacje – magazyn  
 11.20 Ugotowani (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2016  
 13.30 Kuchenne rewolucje (16, 15) – program rozrywkowy  
 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1, 2) – reality show, Polska 2018  
 17.05 W czym do ślubu? (1) – program rozrywkowy  
 17.40 Kuchenne rewolucje (13, 1, 2) – program rozrywkowy

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.  
 8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie  
 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.  
 10.00 Klan z Alaski (5) – dok.  
 11.00 Przetwac nad Jukonem – serial dok.  
 12.00 Włoska kontrola celna (2) – serial dokum.  
 13.00 Ed Stafford: inicjacja  
 14.00 Nagi instyngt  
 15.00 Włomowisko PL 6 (1)  
 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.  
 17.00 Nic do zgłoszenia 4 (8)  
 18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (9) – rozr.  
 19.00 Włomowisko PL 2 (6)  
 20.00 Włomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokumentalny

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (1) – dok., Wlk. Bryt. 2018  
 12.00 Przetwacanie w kanadyjskiej dziczy (2) – serial dokumentalny  
 13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (5) – dok.  
 14.00 Normandia '44: Inwazja (3) – film dok., Wielka Brytania 2020  
 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (1, 2) – serial dok.  
 17.00 Tajemnice dawnych cywilizacji (1) – film dokumentalny, USA 2021  
 18.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (10) – serial dokumentalny  
 19.00 Pustynna porażka Hitlera – dok., Fr. 2021  
 20.00 Katastrofa w przestworzach (3)

**FOKUS TV**

6.00 Wehikul czasu (701) – program informacyjny  
 6.05 48h. Zaginięci (57) – serial kryminalny, Pol.  
 7.00 Byli sobie podróżnicy – Francja 1997  
 8.55 Wehikul czasu (701) – program informacyjny  
 9.00 Starożytni kosmici (12) – serial dokum.  
 10.00 Gwiazdy lombardu (10, 1, 2) – reality show  
 12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (5) – dok.  
 13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – serial dokum.  
 14.00 Najbliższe akcje bojowe II wojny światowej (1, 2) – dok.  
 16.00 Dorwać tuńczyka (2, 3) – serial dokumentalny  
 18.00 Rolnicy. Podlasie (4, 5) – serial dokumentalny

**INFORMACYJNY**



21.00 Polska i świat  
 Program Marty Kuligowskiej (zdj.), który podsumowanie wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród obywateli Polski. 60 min  
 22.00 Szkoła kontaktowe  
 23.00 Dzień po dniu – mag. 0.27 Biznes – pr. publicyst.  
 0.45 Fakty po Faktach – inf.  
 1.20 Kropka nad i – pr. publ.  
 1.50 Tak jest – pr. publicyst.  
 2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.  
 3.10 Akademia ogrodnika

**DOKUMENTALNY**



21.00 Skórce na ratunek 8  
 Do doktor Emmy Craythorne trafia dwudziestolatnia Zoe, której problemem jest wyjątkowo duża blizna na twarzy. 60 min  
 22.00 Twarz od nowa – dok.  
 23.00 Moje koszarne stopy 2 – serial dokum.  
 0.00 Dr Pryszczyla – kulisy  
 1.00 Nie do uwierzenia!  
 2.00 Skórce na ratunek 8  
 3.00 Twarz od nowa – dok.  
 4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

**DOKUMENTALNY**



20.50 Jestem z Polski (7)  
 Beata mieszka w okolicach Manchesteru. Prezentuje lokalne atrakcje, w tym jedno z największych europejskich Chinatown. 60 min  
 21.50 Jestem z Polski 16 (19)  
 22.50 Hotel Paradise 6 (19)  
 23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9  
 1.35 Dorota was urządził! (1) – program rozrywk.  
 2.20 Nieoczywiste miejsca (11) – serial dokum.  
 2.55 Dieta czy cud? (1, 2)

**REALITY SHOW**



22.00 Nagi instyngt przetrwania: Mistrzostwa świata (3) – USA 2026  
 Survivorzy z całego świata rywalizują w wymagających czterdziestodniowych zawodach bushcraftowych o nagrodę pieniężną. 120 min  
 0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.  
 1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny  
 2.00 Najszybsze pociągi Ameryki – serial dokum.

**DOKUMENTALNY**



21.00 Ukryte pod miastami (5): Labirynty i legendy W 1924 roku, w trakcie prac budowlanych w Waszyngtonie, natrafiono na labirynt. We Włoszech archeolodzy znajdują grobowiec. 60 min  
 22.00 Inżynieria po katastrofie (1) – dok.  
 23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (1)  
 0.00 Katastrofa w przestworzach (10)  
 1.00 Cienna strona świata (1) – serial dokumentalny

**POPULARNONAKOWY**



20.00 Galileo (21)  
 Pojawia się propozycja potraw, m.in. deser czekoladowy z kapusta. Widzowie poznają również pięć ciekawostek o Malediwach. 60 min  
 21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczości III Rzeszy (4) – serial dok.  
 22.00 Człgi: Ewolucja maszyny wojennej (9) – serial dokumentalny  
 23.00 Mordcy z Hitlerjugend – dok., Fr. 2019  
 0.00 Starożytni kosmici (5)

**POLSAT NEWS**

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 12.45 Pogoda 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda 15.50 Wydarzenia 15:50 16.10 Więcej „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego – publ. 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza – publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” – pr. publ. 19.50 Debata Gozdry – publ. 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie – inf.

**CANAL+ KUCHNIA**

12.30 Nico wiruwa na ruszt (3, 4) 13.25 M jak mięso 6 (3, 4) 14.25 ABC gotowania – kuchnia francuska (2) 14.50 U sąsiadów w kuchni (12 (1, 2) 15.45 Z pola na stół (2) – dok. 16.15 Jelita vs mózg (1) 16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (3) 17.35 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (5, 6) 18.25 Maximum Foodie 4 (6) 19.00 M jak mięso 6 (1) – dok. 19.25 M jak mięso 8 (5, 6) 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (11, 12) 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 (5-7) – dok. 23.55 M jak mięso 10 (5, 6) – mag.

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki – serial obycz., Polska 8.00 Co ludzie powiedzą – serial komedowy, Wlk. Bryt. 9.25 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show 12.30 Bogaty dom – reality show 14.30 10 lat młodszą w 10 dni – pr. rozr. 16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show 18.00 Naz bogaty dom – reality show 20.00 Nowe detektywy bez kasy – reality show 23.00 Gry mafiejskie – reality show 1.00 Kolacja w ciemno – program rozrywkowy 3.00 Wieszienie kobieci – serial dokum. 4.00 Zdrady – serial paradokm.

**Discovery SCIENCE**

6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – dok. 7.30 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. 8.00 Jak działa wszechświat? 11.00 Poszukiwacze dinozaurów 12.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda 13.00 Kosmiczna mapa skarbów – dok. 15.00 Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny 18.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – serial dokum. 21.00 Śladami Wielkiej Stopy – dok. 23.00 Zaginione miejsca (2) – dok. 1.00 Autostrada spotkań z UFO – dok. 4.00 Poszukiwacze dinozaurów

**TVP DOKUMENT**

12.20 Korona Gór Polski 2 (2) 12.55 Tajemnice samolotów prezydenckich – film dokum., Fr. 2024 13.55 Szmaragdowe wyspy (2) 14.55 Król i ja (2) 15.45 Przyczyny upadku cywilizacji Majów 16.50 Podróż z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (3) – dok. 17.50 Sanatorium miłości 4 (1) 18.50 Grzesiuk, chłopak z ferajny 20.00 Najszybsze wycieczkowe świata – dok., Fr. 2024 21.05 W objęciu lodu 22.10 Lucia w pajęczej sieci (3) 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza 23.20 Oblicza wojny 0.25 Sanatorium miłości 3 (10)

**PLANETE+**

11.25 Jak przetrwać w Australii (2) – serial dokum., Australia 12.35 Żywiły w akcji. Ziemia na krawędzi (1) – dok. 13.45 Ocalić raj (1) – dok. 14.50 Najpiękniejsze rzeki świata (8) 15.50 Niezwykłe podróże kolejją 8 (3) 16.55 360° Świat bez granic (23) – dok., Fr. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (55, 56) – dok. 18.45 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (1) 19.45 Homo plasticus 20.50 Kto zapłacił za II wojnę światową? 22.00 TikTok. Chińska superbroń – dok. 23.10 Seks chruszczowskiej chińska 0.20 Niezwykłe podróże kolejją 8 (4)

**TVN 24 BIS**

16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty 19.30 Fakty po Faktach – inf. 20.00 Kropka nad i 20.20 Fakty o świecie 21.00 Rozmowy dnia 21.40 24 godziny 22.55 Fakty o świecie 23.35 Polska i świat 0.35 Fakty po Faktach  
**WYDARZENIA 24**  
 18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.  
 20.00 Wydarzenia 21.00 Wydarzenia, pogoda 21.40 Pogoda 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.25 Pogoda – pr. inf.

**TVP 3**

12.30 Górna półka smaku (8) 13.00 Agrobiznes 13.20 Agrobiznes – pr. inf. 13.30 Daje słowo – Maciej Orłoś 14.30 Program informacyjny 14.30 14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosterskiego Bożego – religijny 15.20 Serwis Info Dzień 15.30 Program lokalny 19.30 Z indexem w rękę (2) – mag. 19.45 Kryminała siodemka 20.00 Dziennik regionów 20.10 Pogoda 20.13 Gość Regionów 20.30 Telekurier 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Pogoda 22.30 Złoty chłopak (185) – obycz.

**HGTV**

11.40 Usterka 11 (6, 7) – serial fab.-dok. 13.05 Moje miasto, mój dom 8 (1, 2) – pr. rozrywk.  
 15.05 Mieszkanie na miarę 2 (1, 2) – rozr. 17.00 Polowanie na ogród 7 (9) – pr. rozr. 17.35 Polowanie na ogród (1) – pr. rozr. 18.10 Zgłosz remont 4 (3) 19.05 Będzie pięknie (7) – rozr. 20.05 Dorota inspirowa 3 (7) – reality show 21.00 Dorota was urządził! (5, 6) 22.30 House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (5, 6) 23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1, 2) 0.45 Kupujemy dom na plaży 29 (3, 4) – dok.

**TVP KOBIECIA**

12.00 Okrasa lamie przepisy 12.30 Ziołowa apteka (5) 12.50 Przepis dnia (49) – mag. 13.00 Na dobre i na złe (575) 14.00 Omnibus – szybicy i mądry (13) 14.35 Omnibus – szybicy i mądry – dogrywka (13) 15.00 Piękno, zgłoś się! (1) – reality show 15.30 Ojciec Mateusz 34 (439, 440) – krym. 17.30 Wyspa Świętej Heleny 18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) 19.30 Miłość i nadzieja (29.1) 20.30 Wichrowe wzgórze (272) 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (264) 22.30 Figurant – dramat obycz., Polska 2023

**BBC EARTH**

12.20 Malownicze trasy kolejowej 2 (1) – dok. 13.20 Mroźna planeta (6) 14.25 W okowach mrozu 3 (4) – dok. 15.25 Życie na pustkowiu: powroty 3 (9) 16.25 Cywilizacje: rozkwit i upadek (3) – dok. 17.40 Dzieciwie zakałki Ziemi (1) – serial dok. 18.45 Malownicze trasy kolejowej 2 (6) – serial dokum. 19.45 Pociągami przez starożytną Grecję (2) 20.55 Życie na pustkowiu: powroty 4 (1) 21.55 W okowach mrozu 3 (5) – dok. 22.55 Cywilizacje: rozkwit i upadek (4) 0.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (1)

**HISTORY**

14.00 Tajemnice skryte w mroku (8) 14.50 Najszybsze tajemnice świata 6 (11) – dok. 15.45 Gwiazdy lombardu 12 (55) 16.15 Gwiazdy lombardu 25 (1) 17.10 II wojna światowa w kolorze (11) – serial dok. 18.10 Najszybsze tajemnice świata 5 (3) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 13 (16) – serial dok. 20.00 Starożytni kosmici 17 (6) – dok. 21.00 Premiera: David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) – dok. 22.00 Premiera: Jak to wyjaśnić? 5 (17) – dok. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (7) – dok.

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy

**12.00 Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy

**13.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio

**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej



**TENIS**

**18.30 Turniej Wimbledon** – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**1.00 Boks**

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**1.00 Sporty walki:** FEN

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

**EUROSPORT 1**

**8.30 Cycling Show** – mag.

**9.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering – mecz 1. rundy

**10.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały

**11.00 Snooker:** Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu

**13.00 Cycling Show** – mag.

**13.30 Kolarstwo:** Tour de France – 14. etap

**15.30 Cycling Essential Stories** – mag. sportowy

**15.45 Kolarstwo:** Tour de France – 16. etap

**18.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały



**SNOOKER**

**20.00 Turniej Scottish Open** – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu

**22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 14. etap

**23.00 Kolarstwo:** Tour de France – 16. etap

**0.00 Snooker:** Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu

**EUROSPORT 2**

**13.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały

**15.00 Triathlon:** T100 World Tour – Gold Coast

**17.00 Snooker:** Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu

**19.00 Cycling Show** – mag.

**19.30 Kolarstwo górskie:** PS w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

**20.00 Kolarstwo:** Tour de France – 14. etap

**21.00 Kolarstwo:** Tour de France – 16. etap

**22.00 Discovery golf** – mag.

**22.30 Snooker:** Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2** (10, 11)

**14.10 Kobiety z piekła rodem** (1)

**15.05 Tajemnice polskich morderstw** (5)

**16.00 Pogrzebani za domem 3**

**17.00 Lepiej nie otwierać drzwi** (7) – dok.

**18.00 Z archiwum 997** (3, 4)

**19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA** (5) – dok.

**20.00 Kobiety z piekła rodem** (3) – dok.

**21.00 Chippendale's: mroczne sekrety** (1)

**22.00 Spowiedź seryjnego mordercy** (3)

**23.00 Dowody zbrodni 4** (17)

**23.55 Kobiety, które niosły śmierć** (11)

**2.00 Spowiedź seryjnego mordercy** (2)

**TVP SPORT**

**6.05 Mundial 2026** – Legendy miejskie (16) – cykl reportaży, Szwajcaria 2025

**6.40 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**9.00 Mundialowy poranek** (20) – magazyn piłkarski

**10.15 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**12.35 Polska Liga Żeglarska** – magazyn sportowy

**13.05 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**15.30 Dzień na mundialu** (20) – magazyn piłkarski

**15.45 Mistrzostwa Świata** (20) – magazyn piłkarski

**15.50 Najważniejsze wydarzenia z areny MŚ, analizy i komentarze do minionych meczów.** 90 min



**PIŁKA NOŻNA**

**17.00 Mistrzostwa świata** – mecz 1/16 finału

**21.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa Świata 2026 – mecz 1/16 finału

**0.45 Mundial 2026** – Legendy miejskie (14) – cykl reportaży

**1.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/16 finału

**TVN TURBO**

**10.15 Cieżarówką przez RPA** (1)

**11.15 101 napraw** (9, 10)

**12.15 Jędrzycki, obserwować** (10) – dok.

**13.00 Mobilni mechanicy** (1, 2) – mag.

**14.30 Zawodowi handlarze** (2, 3) – pr. roz.

**16.00 Wojny samochodowe** (7, 9)

**18.00 Raport Turbo** – inf.

**18.15 Z drugiej reki** (10, 4)

**19.45 Moto Kombat** (6) – mag.

**20.30 Zawodowi handlarze** (11) – roz.

**21.15 Naprawy nie do naprawy** (3)

**22.00 Raport Turbo** – mecz 2.15 Jędrzycki, obserwować (1, 2) – dok.

**23.45 Duda kontra Szafranski** (10)

**0.30 Nauka jazdy** (21)

**1.00 101 gadzetów motoryzacyjnych** (1)

**POLSAT PLAY**

**6.00 Budowlancy** (1)

**6.30 Kolowrotek** (196)

**7.00 Dorwać tunczyka** (6, 7)

**9.00 Wojny magazynowe** 15 (347, 348)

**10.00 Wojny kontenerowe** (13, 1)

**11.00 Hardkorowy lombard** (10-15) – dok.

**14.00 Polacy za granicą** (139, 140) – serial dok.

**16.00 Złomiarze** (23, 24) – dok.

**18.05 Poszukiwacze historii** (141, 144-146) – serial dokum.

**20.00 Zawód gлина** (12) – dok.

**21.00 Złomiarze** (53) – dok.

**22.00 Więzienie** (218)

**22.30 Łowca pedofilów** (243)

**23.00 Więzienie** (180-189) – dok.

**4.00 Starożytni kosmici** (145, 146)

**CANAL+ SPORT**

**8.20 Premier League Stories** (20) – magazyn piłkarski

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – FC Barcelona

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Celta Vigo

**13.30 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy

**15.05 Ligomistrzowe historie** (1) – magazyn piłkarski

**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – FC Barcelona



**MAGAZYN**

**18.00 Magazyn PGE Ekstraliga** – Podsumowanie ostatniej kolejki, skróty meczów oraz zakulisowe ciekawostki. 120 min

**20.00 Premier League Stories** (47) – mag.

**20.45 Liderzy. W centrum gry** (1) – serial dokum.

**21.50 Sporty walki:** ONE Friday Fights 160

**22.55 Ligomistrzowe historie** (3) – magazyn piłkarski

**23.50 Liga+ Extra** – mag.

**CANAL+ SPORT 5**

**6.00 Liga+ Extra** – mag. piłkarski

**8.10 Żużel:** PGE Ekstraliga: KS Toruń – KRONO-PLAST Włocławek

**11.00 Li-gomistrzowe historie** (3) – mag.

**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**17.15 Premier League Stories** (46) – magazyn piłkarski

**18.00 Snooker:** Championship League – 1. runda

**23.15 Magazyn Metalaks 2.** Ekstraliga – magazyn żużlowy

**0.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Legia Warszawa

**2.45 Premier League Stories** (47) – magazyn piłkarski

**3.15 Przerwa techniczna**

**DTX**

**9.10 Militaria na warsztat** (8, 9)

**11.10 Dwa oblicza survivalu** – serial dok.

**13.10 Niemiecka budowlanka** (2, 3) – pr. roz.

**15.10 Fani czterech kółek:** w trasie (8)

**17.10 Absurdy drogowe** (5-8)

**19.10 Fani czterech kółek** (2, 1, 2) – serial dok.

**20.10 Niechciani w Gas Monkey** 21.01 Premieria: Królowie kempingu (2)

**22.10 Militaria na warsztat** (1, 2) – dok.

**0.10 Kroniki policyjne:** Szwecja – dok.

**1.10 Policjanci z Kent** – dok.

**2.10 Królowie asfaltu** (1, 2)

**3.40 Retroteleimacja:** Pojazdy bojowe (3) – dok.

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**6.20 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**6.40 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski

**7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – FC Augsburg

**9.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Atalanta BC – Inter Mediolan

**11.00 Formula 3:** Grand Prix Austrii

**12.30 Formula 2:** GP Austrii

**13.40 Made in Italy** (15) – magazyn piłkarski

**14.00 Formula 1:** GP Austrii

**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Bologna FC



**PIŁKA NOŻNA**

**18.00 Liga niemiecka** – mecz: 1. FC Köln – Bayern Munchen

**20.00 Made in Italy** (16) – magazyn piłkarski

**20.25 F2: Chasing the Dream** – mag. motor.

**20.40 Formula 1:** GP Austrii

**22.40 Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski

**23.10 Made in Italy** (8, 7, 6)

**ELEVEN SPORTS 2**

**8.40 Najlepszy napastnicy** Bundesligi lat 90. – mag.

**9.30 Najlepsze gole** VfB Stuttgart – mag.

**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska: AJ Auxerre – PSG

**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim

**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Inter – Napoli

**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: RB Lipsk – Bayern

**18.00 Formula 1:** Grand Prix Austrii

**20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Parma – Inter

**22.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (4-6)

**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

**ELEVEN SPORTS 3**

**11.30 Bundesliga Clubs** – mag.

**11.45 Bundesliga Clubs** – mag.

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Pisa SC – Juventus FC

**14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Toulouse FC – RC Lens

**16.00 Made in Italy** (8-11)

**17.00 Serie A** 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese

**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – Mainz

**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Lille OSC – Stade Rennais

**0.00 Bundesliga Special** (20) – mag. piłkarski

**0.30 Magazyn piłkarski** 1.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

**TVP ABC**

**10.00 Zagadki zwierzymadki** (15) – mag.

**10.20 Bajki Bolka i Lolka**

**10.30 Bolek i Lolek na wakacjach** – anim.

**10.45 Rodzina Tręflików**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowie** – anim.

**11.55 Pszczołka Maja** – anim.

**12.25 Domisie**

**13.00 Przyjaciele** (1)

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**13.45 Świnka Peppa** – anim.

**14.10 Pająk Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.

**14.55 Oktonauci** – serial anim.

**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (5) – mag.

**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem**

**16.05 Pat i Świat** – anim.

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.



**ANIMOWANY**

**17.05 Pszczołka Maja** – anim.

**17.30 Petronix: obrońcy zwierząt** – serial anim.

**18.00 Kucharz Shane** – anim.

**18.25 Leo da Vinci 2** – anim.

**19.00 Petyś i Bill** – serial anim.

**19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia**

**19.25 Piotrusz Królik** – anim.

**19.45 Wegaury 2** – anim.

**NICK JR.**

**12.25 Psi Patrol 2** – anim.

**12.54 Świnka Peppa** 8

**13.40 Barabapa i jego rodzinka 2**

**14.35 Zwierzęce zagadki**

**15.05 Rogata ekipa 2** (8) – dla dzieci

**15.36 Świnka Peppa 2** – anim.

**16.00 Świnka Peppa 5**

**16.10 Male Królestwo Bena i Holly**

**16.40 Psi Patrol 4**

**17.00 Rubble i jego ekipa 2** – anim.

**18.00 Barabapa i jego rodzinka** – anim.

**18.30 Tim Rex wśród gwiazd 2**

**18.55 Przygody Misia Paddingtona 2** – anim.

**19.25 Przygody Misia Paddingtona 2**

**20.01 Świnka Peppa** 20

**20.30 Male Królestwo Bena i Holly** 20

**21.00 Barabapa i jego rodzinka 2**

**MINIMINI+**

**14.03 Kicia Kocia 2**

**14.22 Cloudy & Stormy**

**14.45 Gazu, pieski, gazu!**

**15.10 Baranek Shaun** – anim.

**15.36 Język Hopy** – anim.

**15.55 Mały Charlie**

**16.05 Mega Ekspres**

**16.30 Ciekawski George** 6

**17.00 Tomek i przyjaciele** 20

**17.25 Staś i fajna Babcia** – anim.

**17.50 Moje urodziny**

**17.56 Smery** – anim.

**18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frey**

**18.50 Babcia oczka**

**19.05 Kicia Kocia 2**

**19.25 Mały Charlie**

**19.36 Język Hopy**

**19.52 Basia 2**

**20.05 Wierszyki**

**20.56 Dolina Muminków 3** – anim.

FILMOWE HITY DNIA



20.00 TVN 7

Millerowie



**KOMEDIA KRYMINALNA** Udający rodzinę sąsiedzi chcą dokonać przemytu. Sprawy się komplikują.

Diler marihuany, David (Jason Sudeikis, zdj.), chce pomóc mieszkającym w sąsiedztwie nastolatkom. Traci towar i gotówkę. Staje się również dłużnikiem dostawcy (Ed Helms). Aby spłacić zobowiązanie, musi sprowadzić z Meksyku partię używek. Dla niepoznaki organizuje sobie pomocników,

którzy udają jego najbliższą rodzinę. W drogę wraz z nim wyruszają: striptizerka Rose (Jennifer Aniston, zdj.), fajtłapowaty Kenny (Will Poulter, zdj.) oraz sprytna Casey (Emma Roberts, zdj.).

**INFO:** USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jason Sudeikis **145 min do godz. 22.20**



19.55 POLSAT

Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta

**KOMEDIA** Pewny siebie Alex (Will Smith) uczy mężczyzn sztuki uwodzenia. Jeden z jego klientów (Kevin James, zdj.) zakochuje się w Allegrze (Amber Valletta, zdj.). **145 min**

USA 2005, reż. Andy Tennant, wyk. Will Smith, Kevin James, Amber Valletta, Eva Mendes



20.00 TV PULS

Kickboxer: Zemsta

**SENSACYJNY** Kurt Sloane (Alain Moussi, zdj.) jest świadkiem śmierci starszego brata Erica (Darren Shahlavi) podczas walki. Zamierza go pomścić. Prosi o pomoc Duranda (Jean-Claude Van Damme). **115 min**

USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moussi, Gina Carano, T.J. Storm



20.00 CANAL+ PREMIUM

Thelma

**KOMEDIA** 93-letnia Thelma (June Squibb, zdj.) pada ofiarą oszusta, który podszywa się pod jej wnuka Danny'ego (Fred Hechinger). Dziarska seniorka jest zdeterminowana, by odzyskać pieniądze. **95 min**

Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, wyk. June Squibb, Fred Hechinger, Clark Gregg



20.00 STOPKLATKA

Kuloodporni

**KOMEDIA SENSACYJNA** Funkcjonariusz Carter (Damon Wayans, zdj.) przenika w szeregi mafii. Udaje mu się zaprzyjaźnić z Archiem (Adam Sandler, zdj.), który stopniowo wtajemnicza go w plany szefa. **110 min**

USA 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler, James Caan



21.50 STOPKLATKA

G.I. Jane

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Porucznik Jordan O'Neil (Demi Moore, zdj.) dołącza do oddziału komandosów. Ma udowodnić, że kobieta może służyć w armii. Szykanowana przez kolegów z uporem dąży do celu. **160 min**

USA/Wielka Brytania 1997, reż. Ridley Scott, wyk. Demi Moore, Anne Bancroft, Jason Beghe



21.55 TV PULS

Legionista

**PRZYGODOWY** Alain Lefevre (Jean-Claude Van Damme, zdj.) wygrywa walkę bokserską wbrew zawartej z mafiosom umowie. Zaciąga się do Legii Cudzoziemskiej. Jego tropem podążają gangsterzy. **120 min**

USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, Nicholas Farrell



22.00 TVN

Lepiej późno niż później

**KOMEDIA** Podstarzały uwodziciel Harry (Jack Nicholson, zdj.) dostaje ataku serca w letnim domku kochanki (Amanda Peet). Kłopotliwym gościem musi zająć się matka dziewczyny (Diane Keaton, zdj.). **155 min**

USA 2003, reż. Nancy Meyers, wyk. Diane Keaton, Keanu Reeves, Jack Nicholson



22.20 POLSAT

Moja dziewczyna wychodzi za mąż

**KOMEDIA** Uwodziciel Tom (Patrick Dempsey, zdj.) odkrywa, że Hannah (Michelle Monaghan, zdj.), którą kocha, ma wyjść za mąż. Postanawia nie dopuścić do ślubu. **145 min**

USA/Wielka Brytania 2008, reż. Paul Weiland, wyk. Patrick Dempsey, Michelle Monaghan



22.25 TVN 7

Jak boss

**KOMEDIA** Rośnie zadłużenie sklepu z kosmetykami Mii (Tiffany Haddish) i Mel (Rose Byrne). Doświadczona bizneswoman z branży beauty, Claire Luna (Salma Hayek, zdj.), proponuje przyjaciółkom pomoc. **95 min**

USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Billy Porter



22.50 KINO POLSKA

Boże Ciało

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Po opuszczeniu poprawczaka Daniel (Bartosz Bielenia, zdj.) trafia do prowincjonalnej parafii. Udając księdza, pomaga lokalnej społeczności uporać się z tragicznymi zdarzeniami. **140 min**

Polska 2019, reż. Jan Komasa, wyk. Bartosz Bielenia, Eliza Rycembel, Tomasz Ziętek



23.00 PULS 2

Iluzjonista

**DRAMAT KOSTIUMOWY** XIX wiek. Słynny magik Eisenheim (Edward Norton, zdj.) pragnie odzyskać ukochaną Sophie (Jessica Biel). Wykorzystuje sztukę iluzji w walce z rywalem (Rufus Sewell). **125 min**

USA/Czechy 2006, reż. Neil Burger, wyk. Edward Norton, Paul Giamatti, Jessica Biel



23.50 TVP 2

Człowiek z magicznym pudełkiem

**DRAMAT SF** Warszawa, rok 2030. Sprzątaczkę Adam (Piotr Polak, zdj.) znajduje stare radio. Wkrótce odkrywa, że odbiornik emituje fale umożliwiające podróże w czasie. **110 min**

Polska 2017, reż. Bodo Kox, wyk. Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz

## TVP 1 TVP 1 DVBT2

- 5.55 Akacja 38 (888) – telen., Hiszpania  
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny  
7.30 Dobre historie – magazyn  
8.00 Serwis Info – program informacyjny  
8.10 Pogoda Info  
8.20 Janosik (3) – serial przyg., Polska 1973  
9.15 Ranczo 6 (71) – serial obycz., Pol. 2012  
10.10 Komisarz Alex 7 (79) – serial krym.  
11.05 Ojciec Mateusz 15 (189) – krym., Pol.  
12.00 Serwis Info – program informacyjny  
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy  
12.30 Agropogoda  
12.40 To się oplaca – magazyn  
13.00 Sprawa dla reportera – mag.  
14.00 Złoty chłopak (325) – serial obycz.  
15.00 Serwis Info – program informacyjny  
15.10 Pogoda Info  
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1058) – telet.  
16.00 Dziedzictwo (966) – serial obycz.  
17.00 Telexpress, pogoda  
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.  
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów  
18.25 Akacja 38 (903) – telen., Hiszpania  
19.30 Program informacyjny 19.30  
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.  
20.10 Sport, pogoda  
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa  
LIVE świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



- 20.50 Mistrzostwa świata 2026  
LIVE – mecz 1/16 finału  
Na murawie Los Angeles Stadium możemy być świadkami piłkarskiego spektaklu z udziałem Hiszpanów. Jeśli mistrzowie Europy wygrają grupę H, czeka ich najprawdopodobniej starcie z Austrią lub Algierią. 160 min  
23.30 Białe-Czerwoni z Chrząstawy – film dokumentalny, Polska 2013  
0.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio  
LIVE  
0.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału  
3.20 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst.  
3.40 Pytanie dnia – program publicyst.

## TVP 2 TVP 2 DVBT2

- 4.55 Rodzinka.pl – serial kom., Polska 2025  
5.30 M jak miłość (1786) – serial obyczajowy, Polska 2024  
6.25 Operacja zdrowie (73) – magazyn medyczny  
6.55 Barwy szczęścia (3345) – serial obyczajowy, Polska 2026  
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn  
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn  
11.30 Rodzinka.pl (29, 30) – serial komediowy, Polska 2011  
12.35 Koło fortuny (1877) – teleturniej  
13.15 Postaw na milion – teleturniej  
14.05 Va banque (1002) – teleturniej  
14.35 Na sygnale (867) – serial fab.-dok., Pol.  
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (424) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
16.00 Koło fortuny (1878) – teleturniej  
16.35 Familiada – teleturniej  
17.20 Panna młoda (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
18.15 Va banque (1003) – teleturniej  
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej  
19.25 Barwy szczęścia (3346) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.05 Omnibus – szybcy i mądzy (14) – teleturniej  
20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka (14) – teleturniej

## ROZRYWKA



- 20.55 Kocham Cię, Polsko! (4)  
W drużynie Filipa Gurlacza do rywalizacji stają: Katarzyna Ankudowicz, Anna Rusowicz i Joanna Moro (wszyscy na zdj.). W ekipie Michała Koterskiego pojawiają się: Tomasz Oświeciński, Łukasz Zagrobelny i mecenas Piotr Kaszewiak. 90 min  
22.25 Daleko od szosy (4) – serial obyczajowy, Polska 1976  
23.50 Człowiek z magicznym pudełkiem – dramat s.f., Polska 2017, reż. Bodo Kox, 110 min  
1.40 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021  
3.40 Rodzinka.pl – kom., Polska 2025

## polsat POLSAT DVBT2

- 4.35 Disco Gramy – program muzyczny  
5.25 Teleshopping TV Okazje  
6.00 Nowy dzień z Polsat News  
8.30 Malanowski i partnerzy (314, 316) – fab.-dok., Polska 2011  
9.30 Trudne sprawy (1245, 1246) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
11.35 Gliniarze (862, 863) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
13.40 Dlaczego ja? (1492, 1493) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Beata z dumą wspiera męża pianistę. Mężczyzna tuż przed recitale padł ofiarą ataku. Złamane palce przekreślają jego karierę. W trudnych chwilach kobieta odnawia kontakt z dawnym ukochanym. 130 min  
15.50 Wydarzenia, pogoda  
16.25 Interwencja – magazyn reporterów  
16.40 Gliniarze (1059, 1060) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
Do komendy trafia anonim. Adam i Olga wacają do zamkniętego śledztwa. Autor listu utrzymuje, że doszło do zbrodni, mimo że sprawę zakwalifikowano jako samobójstwo. 130 min  
18.50 Wydarzenia  
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny  
19.30 Sport, pogoda

## KOMEDIA



- 19.55 Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta  
FILM – USA 2005, reż. Andy Tennant  
Oparta na sprawdzonym schemacie opowieść o zawiłościach relacji damsko-męskich. Kreację Willa Smitha (zdj.) przyćmił drugoplanowy Kevin James (zdj.) – znany m.in. z sitcomu „Diabli nadali”. 145 min  
22.20 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2008, 145 min  
0.45 Pitch Perfect – komedia muzyczna, FILM USA 2012, reż. Jason Moore, 150 min  
3.15 Nasz nowy dom (371) – reality show, Polska 2026

## tvn TVN DVBT2

- 5.40 Uwaga! – magazyn reporterów  
5.55 Ukryta prawda (1686) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
6.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywkowy  
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn  
11.20 Doradca smaku (24) – magazyn kulinarny  
11.25 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywkowy  
12.35 Ukryta prawda (1465, 1466, 1719) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
15.45 Detektywi (103) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
16.50 Szpital św. Anny (59) – serial obyczajowy, Polska 2025  
Daria czuwa przy matce, która powoli wraca do siebie, choć wypiera problem z alkoholem. Na SOR trafia młoda kobieta po punkcji jajników. 65 min  
17.55 Młode giiny (11) – serial kryminalny, Polska 2026  
Szymon ratuje nastolatka przed samobójstwem. Chłopaka dręczy poczucie winy po tajemniczym zdarzeniu w lesie. 65 min  
19.00 Fakty, sport i pogoda  
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów  
20.15 Na Wspónej (4239) – serial obyczajowy, Polska 2026

## ROZRYWKA



- 20.50 Kuchenne rewolucje (4) – Pol. 2025  
Maciek prowadzi w Mrokowie Bistro Kociołek, krótko zmaga się z problemem braku klientów poza porą obiadową. Włamanie do lokalu dodatkowo komplikuje sytuację przed wizytą Magdy Gessler (zdj.). 70 min  
22.00 Lepiej późno niż później – komedia, FILM USA 2003, reż. Nancy Meyers, 155 min  
0.35 OSS 117: Kair. gniazdo szpiegów  
FILM – komedia, Francja/Bel. 2006, 115 min  
2.30 Uwaga! – magazyn reporterów  
2.45 Największe polskie katastrofy (3)  
3.35 Detektywi (103) – serial fab.-dokum.  
4.25 Recepta na stary dom 3 (6) – pr. rozr.  
4.55 Nauka jazdy 5 (13) – pr. rozrywk.

## TV4 DVBT2

- 6.00 Strażnik Teksasu (22, 1) – serial sens.  
7.55 Bogaty dom – biedny dom (69)  
8.55 Policjantki i Policjanci (498, 499) – serial obyczajowy, Polska 2019  
10.55 Na ratunek 112 (1156, 1157) – paradok.  
11.55 Dlaczego ja? (1525, 1526) – paradok., Pol.  
13.55 Trudne sprawy (1338, 1341, 1342) – serial paradokumentalny, Pol.  
16.55 Policjantki i Policjanci (1393) – obycz.  
18.00 Lowcy skarbów. Kto da więcej? (488) – reality show, Polska  
19.00 Policjantki i Policjanci (1394) – obycz.  
20.00 Uroczysko (195, 196) – serial kryminalny  
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (124) – krym.  
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1007) – serial kryminalny, Polska 2026  
23.00 Sisu – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, 115 min  
0.55 Love Island. Wyspa miłości (25) – reality show  
2.00 Hardkorowy lombard 2 (18) – serial dok.  
2.30 Sisu i Kabaretu (77) – pr. rozrywk.  
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (10) – dok.  
3.25 Lubię disco! (272) – program muzyczny  
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.  
5.30 Teleshopping TV Okazje

## puls TV PULS DVBT2

- 6.00 Policjanci z Miami 2 (23) – serial krym.  
7.00 Policjanci z Miami 3 (1) – serial krym.  
8.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5) – serial sensacyjny, Niemcy  
10.00 Maria z przedmieścia (43, 44) – telenowela, Meksyk 1995  
12.00 Nie igraj z aniołem (108) – serial obyczajowy, Meksyk 2008  
13.00 Wspaniałe stulecie (42) – kostium.  
14.00 Kurierzy (27) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (526, 527) – serial obyczajowy, Polska 2022  
17.00 Kurierzy (28) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965, 966) – serial obyczajowy, Polska 2026  
20.00 Kickboxer: Zemsta – film sensacyjny, FILM USA 2016, reż. John Stockwell, 115 min  
21.55 Legionista – film przygodowy, USA FILM 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, 120 min  
23.55 Miasto odkupienia – film sensacyjny, FILM USA 2014, reż. Keith Parmer, 130 min  
2.05 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961) – serial obyczajowy, Polska 2026  
3.00 Dzielnica strachu 9 (399) – serial krym.  
4.00 Zobacz to! – programy powtórkowe

## puls PULS 2 DVBT2

- 7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020  
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013  
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023  
8.30 Wielkie przygody małego rekina (4)  
8.50 Masza i Niedzwiedź – serial anim., Rosja  
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.  
9.25 Swinka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.  
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
10.00 Język i Przyjaciele – serial anim., Polska  
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.  
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.  
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021  
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny  
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988  
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992  
14.00 Kacze opowieści – serial animowany  
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot  
16.00 Finesz i Ferb – serial animowany, USA  
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988  
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992  
18.00 Pingwin z Madagaskaru – serial anim.  
19.00 Kacze opowieści – serial animowany  
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953)  
21.00 Dzielnica strachu 9 (405, 406) – krym.  
23.00 Iluzjonista – dramat kostiumowy, USA/FILM Czechy 2006, reż. Neil Burger, 125 min

## TVN 7 DVBT2

- 5.30 Ten moment (49) – serial paradok., Polska  
5.55 Szkoła (766-768) – serial paradokum., Pol.  
8.45 Ukryta prawda (1332, 1433, 1434) – serial paradokumentalny, Pol.  
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1081-1083) – serial fabularno-dokum., Polska  
14.00 Detektywi (116) – serial fabularno-dokum.  
15.00 Szpital (770, 771) – serial paradokum., Pol.  
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (500) – serial fab.-dokum., Polska 2009-2010  
18.00 SOS. Ekipy w akcji (12) – paradok., Pol.  
19.00 Ukryta prawda (1523) – serial paradok.  
20.00 Millerowie – komedia kryminalna, FILM USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts, Will Poulter, Ed Helms, 145 min  
22.25 Jak boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Jennifer Coolidge, 95 min  
0.00 Kryptonim U.N.C.L.E. – komedia sensacyjna, USA/Wlk. Bryt. 2015, 145 min  
2.25 Zgłoś remont 11 (4) – program rozrywk.  
3.15 Fachowcy (5) – serial paradok., Pol. 2017  
3.50 Usterka 11 (2) – serial fab.-dok., Pol. 2019  
4.25 Dorota was urządzi! (3, 4) – pr. rozrywk.

**TVP POLONIA**

12.10 Miłość nad rozlewiskiem (2, 3)

13.50 Daję słowo - Maciej Orłoś 2 (20) – talk-show

14.40 Turystyczna jazda

15.00 Słowo daje! – magazyn

15.10 Tamte lata, tamte dni

15.40 Słownik polsko@polski (674)

16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko, Pol.

16.30 Barwy szczęścia (3335) – obycz., Pol. 2026

17.00 Gra słów. Krzyżówka (1053) – teleturniej

17.30 Teleexpress

17.50 Teleexpress Extra

18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dok., 2025

18.45 Ino Wilno – pr. inform.

19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.



**OBYCZAJOWY**

19.15 Ranczo 2 (26)  
Zbliżają się urodziny Księżda, a zatem i wójt. Lucy wpada na pomysł, żeby przy tej okazji doszło do pojednania braci. 55 min

20.10 Program informacyjny 19.30

20.40 Pogoda

20.50 Korona Gór Polski – cykl dokumentalny, Pol.

21.20 Polonia 24 Tygodnik

22.25 Profilakcja Jastrzę (9) – serial kryminalny, Pol.

23.15 Dziennik regionów

**TVP ROZRYWKÓWKA**

6.10 Zakochaj się w Polsce (245) – magazyn

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1132) – teleturniej

7.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny

8.15 Familia – teleturniej

8.50 Va banque (935) – telet.

9.25 Kolo fortuny (2042)

10.05 Makłowicz w podróży

10.45 Postaw na milion

12.35 Familia – teleturniej

13.15 Matki, żony i kochanki (15) – serial obycz.

14.15 Pan Mama (33, 34) – serial komediowy, Pol.

15.20 Program rozrywkowy

15.30 Tak to leciało! (63) – teleturniej muz., Polska

16.30 Do śmiechu! (72) – rozr.

17.25 Va banque (936) – telet.

18.00 Kolo fortuny (2043) – teleturniej



**MAGAZYN**

18.35 Okrasa łamie przepisy  
Prowadzący przygotowuje potrawy z czerwonym burakiem. Przyrządził m.in. kotlet po parysku z królika z wędzonymi warzywami. 65 min

19.40 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny

20.10 Postaw na milion

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (43) – pr. rozrywk.

22.50 Kabaret Letnią Porą (9) – program rozrywk.

23.55 Do śmiechu! (74) – rozr.

**TTV HD DVB T2**

5.10 Złomowisko PL 4

6.00 24 godziny (17) – inf.

7.10 Express – pr. inform.

7.35 DeFacto 13 (3, 4)

8.30 Kartoteka (2, 3) – serial fabularno-dokument., Polska

10.35 Detektywki (15, 16)

12.35 Zakup w ciemno 7 (24, 25) – reality show

14.35 Nic do zgłoszenia (2)

15.35 Złomowisko PL 4

16.45 Express – pr. inform.

16.58 Pogoda, sport – pr. inf.

17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (1)

18.05 Nauka jazdy 6 (1) – rozr.

18.45 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (5, 6) – rozr.

19.45 Express – pr. inform.

20.05 Zakup w ciemno 7 (32)

21.05 Zakup w ciemno extra (30) – reality show

21.45 Express – pr. inform.



**REALITY SHOW**

22.00 Życie na kredycie 8 (7, 8) – Polska 2026  
Na półtora tygodnia przed planowanym powrotem do Polski rodzina ze Szkoły musi zmierzyć się z widmem braku dachu nad głową. 65 min

23.05 Żony Podlasia 3 (5)

0.05 Ostre cięcie 12 (6)

1.05 Orzeł czy reszka? 3 (1)

2.05 Dobra robota 3 (20)

2.30 Osadzone. Blok F (15, 16, 18) – paradok.

3.45 Dama i wiesniaczki. Ukryta 8 (6) – fab.-dok.

**POLSAT 2**

5.50 Wydarzenia

6.30 Nasz nowy dom (295) – reality show, Pol. 2023

7.30 Na ratunek 112 (917, 918) – serial paradokum., Polska 2024

8.30 Sekrety rodziny (369-371) – paradok., Pol.

11.30 Trudne sprawy (945) – serial paradokum., Pol.

12.30 Dłaczego ja? (1340, 1397) – serial paradokum., Polska 2024

14.30 Świat według Kiepskich (509-513) – serial komediowy, Pol.

17.00 48h. Zaginięci (147, 148) – serial krym.

19.00 Gliniarze (991) – serial paradokum., Polska 2024

20.00 Ślad (67) – serial krym.

21.00 Gliniarze (786) – serial paradokum., Polska 2023



**KRYMINALNY**

22.00 Komisarz Mama (4)  
Maria bada sprawę śmierci prostytutki Cecylii. Trop prowadzi do Romana i Piotra – pracowników firmy Practico, którzy świętowali podpisanie kontraktu. 60 min

23.00 Świat według Kiepskich (353, 354)

0.00 Ślad (90) – krym., Pol.

1.10 Zdrady II (9) – paradok.

2.10 Wydarzenia

2.50 Ewa gotuje (544) – mag.

3.20 SuperLudzie (28) – dok.

3.50 Interwencja – mag.

**POLSAT FILM**

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (133-135) – dok., Polska 2019-2026

7.30 Doktor Martin 4 (30) – serial obycz., Wlk. Bryt.

8.30 Przyjaciółki (123, 124) – serial obycz., Pol. 2018

10.25 Świat według Kiepskich (161, 202, 207) – kom.

12.35 Kochaj albo rzuć  
**FILM** – komedia, Polska 1977, 140 min

14.55 Jaś Fasola: Naciągają totalny kataklizm – kom., Wielka Brytania/USA 1997, 115 min

16.50 Wykiwać klawisza  
**FILM** – komedia obyczajowa, USA 2005, 145 min

19.15 Nadchodzi Polly  
**FILM** – komedia romantyczna, USA 2004, 105 min



**KOMEDIA**

21.00 Zabij mnie, kochanie  
**FILM** – Polska 2023  
Natalia (Weronika Książkiewicz, zdj.) i Piotr (Mateusz Banaś, zdj.) wygrają fortunę. Zadane z nich nie zamierza się nią dzielić... 120 min

23.00 Szybcy i wściekli 10 – film sensacyjny, USA/Chiny/Jap. 2023, 175 min

1.55 Ślad (5, 30, 31) – serial krym., Polska 2018-2019

4.55 Na ratunek 112 (856, 857) – serial paradokum., Polska 2023

**AXN**

6.00 FBI: Most Wanted 3 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2020

7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024

9.20 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny, USA 2010

11.15 MacGyver 2 (12, 13) – serial akcji, USA 2017-2018

13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024

15.10 Agenci NCIS 10 (14, 15) – serial sensacyjny, USA 2012

17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial kryminalny, USA/Kanada

19.05 Castle 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA 2010



**SENSACYJNY**

21.05 Agenci NCIS 20 (20)  
Córka senator Seleny Grayson zostaje zamordowana. Matka dziewczyny domaga się, by agencja powołała dodatkowego biegłego. 60 min

22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.

23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial krym.

0.45 Castle 2 (19, 20) – krym.

2.40 Agenci NCIS 20 (20)

3.40 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.

**TVP HISTORIA**

8.30 Czerdziestolatek (12) – obycz., Pol. 9.45 Korona Gór Polski

10.25 Wszystkie kolory świata – dok. 11.25 Ex Libris

11.50 Podziemne Włochy (5) – dok. 13.00 Zapomniane agentki II wojny światowej (1) – hist. 14.00 Królowie (49)

14.35 Czerdziestolatek (13)

15.35 Sensacje XX wieku

18.15 Czas honoru. Powstanie (10) – wojenny, Pol. 19.10 Ex Libris

19.40 Flešz historii (768)

20.10 Officer (5) – sens. 21.10 Zbrodnie sprzed lat (5) – dok. 22.05 Zagłębie. Pamięć 23.10 Sensacje XX wieku 11.5 Encyklopedia II wojny światowej

**TV TRWAM DVB T2**

15.00 Po stronie prawdy 15.50 Ma się rozumieć – pr. religijny

16.00 Informacje dnia 16.10 Z węgła nad wodę w Polsce i świat 16.35 Sól ziemi 17.00 Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu 19.25 Akademia pro-life – pr. eduk. 19.30 Każdy małuch to potrafi – dla dzieci 19.45 Modlitwa z telefonycznym udziałem dzieci

20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Śladami historii

21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca (133) – obycz., USA

**TVP KULTURA**

13.05 Reżyserzy 14.05 Serialowa nostalgia: Noce i dnie (1)

15.10 Romeo i Julia z Saskiej Kępy – dramat obycz., Polska 1988

17.00 Siedem życzeń (6)

18.15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka 18.55 Pan wywołał, miłordziu 24 (5) – kom.

20.00 Koncert 20.55 Czwartkowy klub filmowy – mag. 21.05 Czwartkowy klub filmowy: Kronika wypadków miłosnych – dramat obycz., Polska 1985

23.15 Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu – film dokum., Fr. 2021

0.20 Panorama kina polskiego: Lęk – dramat obycz., Pol./Szwajcaria/Niem. 2023

**ANTENA HD DVB T2**

9.40 Co Polak potrafi na drodze? (10) – rozr. 10.40 Detektywi z Bordeaux 3 (10) – krym.

11.55 Kłątwa Wyspy Dębów 6 (24, 25) 13.50 Australijskie poszukiwacze złota 2 (9, 10)

15.50 Wojny kontenerowe (1, 2) – dok. 16.50 77 TV 3 (11) – rozr. 17.50 77 TV 4 (4) – rozr.

18.50 Astrid i Raphaële: Kryminalne Geniuszki (5) – krym.

20.00 Alex Hugo – górski detektyw (8) – krym. 22.05 Astrid i Raphaële: Kryminalne Geniuszki (2) – krym. 23.15 Detektywi z Bordeaux 4 (9) 0.30 Ewakuacja Ziemi (5, 6) – dok.

**SUPER POLSAT DVB T2**

6.05 Wydarzenia 6.45 SuperLudzie Extra (62)

7.00 Na ratunek 112 (702, 703)

8.00 Doktor Martin (47, 48)

10.00 Wydarzenia 10.30 SuperMocni (2, 3)

11.30 Świat według Kiepskich (437-440)

13.30 Bitwa o palety (23)

14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (59)

16.00 Ninja Warrior Polska (31)

18.00 Świat według Kiepskich (503, 504, 547, 548) – kom.

20.00 Złomiarze (4) – serial dok.

21.00 Detonator – sens., USA/Rumunia 2006

23.00 8 części prawdy – thriller, USA 2008

0.50 Świat według Kiepskich (368-373) – serial kom.

**TVS**

12.25 Muzyczne dzień dobry

13.30 Emeryci na tropie – krym. 14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz.

15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny

19.50 Rosamunde Pilcher: Niepodzwianą miłość – obycz., Niem. 2015

21.50 Rosamunde Pilcher: Męczyczna moich marzeń – obycz., Niem./Austria 2007

23.35 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

**ZOOM ZOOM**

8.05 Strażnik Teksasu 9 (3, 4) – sens. 9.55 MacGyver 2 (22) – sens. 11.00 MacGyver 3 (1)

12.05 Pułapki umysłu 7 (5) – serial dok. 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (12-15)

15.35 Pod pokładem: Morze Śródziemne 1 (1)

16.35 Dyma – Więcej niż magia (3) – serial dokum.

17.50 Wojciech Cejrowski – bosy przez świat

20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (16, 17) – sens. 22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (2)

23.00 Magia nagości. Szwecja (4) – rozr. 23.55 Magia nagości 6 (10) – pr. rozr. 1.00 Magia nagości. Dania (4)

**WP WP DVB T2**

11.00 Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (4) – serial dok., USA

12.00 Wariaci za kierownicą 5 (8)

13.00 Makłowicz w podróży 14.00 Pokochał lub sprzedał Vancouver 3 (18-20) – dok.

16.50 Pogoda (60)

17.50 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpalch 4 (4) – serial krym.

19.00 Strażacy z sąsiedztwa (1)

20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (21, 22) – dok. 21.50 Pogoda (60)

22.05 Mistrzowie Kabaretu 12 (7)

23.05 Mistrzowie Kabaretu 2 (6) – rozr. 0.05 Mistrzowie Kabaretu 9 (3)

1.00 Mistrzowie Kabaretu 15 (5)

**METRO METRO**

8.30 Szpital (778, 779) – paradok., Pol. 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (347, 348)

12.30 SOS Ekipy w akcji (26)

13.30 Brzydula (23, 24)

14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (11)

15.45 The Floor (17, 18) – telet.

17.00 Fani czterech kółek 17 (2)

18.00 Prawo Agaty 6 (13)

19.00 Kartoteka 2 (2, 3) – serial fab.-dokum. 21.05 Kryminalni 2 (12, 13-ost.) 23.15 Kuba Wojewódzki (6)

0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (1) – dok. 1.20 Szpital (771) 2.20 Szkoła (524, 525) 3.50 Nowa Mają w ogrodzie 4 (22, 23)

4.40 SoS Ekipy w akcji (24)

**ESKA TV DVB T2**

13.00 Eska TV info 13.15 Eska on the Beach 14.00 Eska TV info 14.15 Eska on the Beach 15.00 Eska TV info – pr. inf.

15.15 Podwójna Gorąca 20

18.00 Historia jednej piosenki

19.00 Polacy za granicą – dok.

21.00 Hardcorowolombard

**POLO TV DVB T2**

15.00 Disco Polo Live (848)

16.00 Hit za hitem – pr. muz.

20.00 Chłopaki Lata 90!

21.00 Chłopaki do wzięcia (71, 72) – dok. 22.00 Wakacje z Bałtyku (13, 14) – dok. 23.00 Ciekawejka na imprezę (5, 6) – dok.

**ALE KINO +**

9.30 Wyraj – krótkometraż 10.00 Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (5, 6-ost.) – serial krym.

12.15 Vera 5 (2) 14.10 King Kong żyje – film przyg. USA 1989

16.20 Terapia dla par – komediodramat. Hiszpania 2023

18.15 Vera 5 (3) – serial kryminalny

20.10 Premiera: Pokuta – melodram., Wlk. Bryt./Fr./USA 2007

22.35 Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012

0.35 Dream Scenario – horror kom., USA 2023

2.30 Powrót (4) 3.15 Cudownie ocалony – komedia obycz., Pol. 2004

4.50 Misie polarne 5.10 Kruk. Szeptki słychać po zmroku (2)

**VIASAT EPIC DRAMA**

7.40 Lekarze na start (23, 24) – obycz. 9.10 Poirot 3 (9, 10)

11.20 Zatraceni w miłości (25, 26) – telen., Turcja 2023

13.25 Agenci NCIS 18 (3, 4) – sens.

15.15 Lekarze na start (25, 26) – obycz., Pol. 16.50 Poirot 4 (1) – krym.

19.00 Premiera: Zatraceni w miłości (27, 28) – telen.

21.00 Premiera: Detektyw Murdoch 19 (3) 21.55 Poirot 13 – krym. 23.55 Morderstwo to nie trudnego (2) – krym. 0.55 Zatraceni w miłości (27, 28) 2.30 Detektyw Murdoch 19 (3) 3.15 Morderstwo to nie trudnego (2) 4.00 Poirot 13

**KINO POLSKA**

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (2, 3) – serial dok., 2022  
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.  
7.25 Bolek i Lolek – serial animowany  
7.45 Reksio – serial anim.  
8.05 Siedem życzeń (2, 3) – serial przygodowy  
10.30 Akademia Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min  
12.05 To nie ze mną (2, 3) – serial obyczajowy, 2022  
13.30 Jesteśmy razem – film dokumentalny, 2025  
14.35 Tama – etiuda filmowa  
15.05 Stara baśń – film kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski, 135 min

**KINO POLSKA**

5.20 Rodzinka.pl (97, 98) – serial komediowy, Pol.  
6.25 Na sygnale (480, 481) – serial fabularno-dokum.  
7.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – serial kryminalny, Pol.  
8.30 Komisarz Alex 2 (19)  
9.25 Rodzinka.pl (99) – kom.  
10.00 Klan (1446, 1447)  
10.55 Ranczo 8 (97, 98)  
12.35 Komisarz Alex 2 (20)  
13.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023  
14.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023  
15.35 Komisarz Alex 2 (21) – serial kryminalny, Pol.  
16.25 Na sygnale (482, 483) – serial fabularno-dokum.  
17.35 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Pol. 2014  
19.30 Ojciec Mateusz 30 (383) – krym., Pol. 2023

## WOJENNY



17.20 Cztery pancerni i pies (3, 4) – 1966 Załoga człoga 102 rusza w drogę. Janek i Gustlik demaskują szpiega. Pod Studziankami żołnierze niszczą trzy nieprzyjacielskie czołgi. 160 min  
20.00 Legiony – film hist., 2019, 170 min  
22.50 Boże Ciało – dramat  
FILM obycz., 2019, 140 min  
1.10 Słodko-gorzki – dramat  
FILM obycz., 1996, 125 min  
3.15 Supermarket – thriller,  
FILM 2012, 155 min

**TVP SERIALE**

5.20 Rodzinka.pl (97, 98) – serial komediowy, Pol.  
6.25 Na sygnale (480, 481) – serial fabularno-dokum.  
7.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – serial kryminalny, Pol.  
8.30 Komisarz Alex 2 (19)  
9.25 Rodzinka.pl (99) – kom.  
10.00 Klan (1446, 1447)  
10.55 Ranczo 8 (97, 98)  
12.35 Komisarz Alex 2 (20)  
13.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023  
14.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023  
15.35 Komisarz Alex 2 (21) – serial kryminalny, Pol.  
16.25 Na sygnale (482, 483) – serial fabularno-dokum.  
17.35 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Pol. 2014  
19.30 Ojciec Mateusz 30 (383) – krym., Pol. 2023

## KRYMINALNY



20.30 Ojciec Mateusz 3 (31) Barbara Nocul wygryna wyjazd do spa. W tym samym ośrodku przebywa gwiazda Ewa Pol. Niebawem aktorka zostaje zamordowana. 60 min  
21.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Pol. 2014  
23.20 Ojciec Mateusz 30 (384, 385) – serial krym.  
1.20 PitBull (18, 19) – sens.  
3.25 Wojna zastępcza (7) – szpiegowski, Pol. 2025  
4.15 Klan (1446) – telen., Pol.  
4.45 Pan Mama (19) – kom.

**13 ULICA**

6.10 Bianca 2 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2023  
8.30 Na granicy: Miłość do ojczyzny – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, 115 min  
10.25 Chicago P.D. 11 (12, 13) – serial kryminalny, USA  
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (11, 12) – serial sensacyjny, USA  
14.05 Bianca 2 (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2023  
16.25 Na granicy: Sprawa Sikorskiej – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Komatz, wyk. Maria Simon, Lucas Gregorowicz, 115 min  
18.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (13-16) – serial sensacyjny, USA

## SENSACYJNY



22.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – Niemcy 2021 Handlarz bronią próbuje dopaść złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc. Podejrzewa, że jednym z przestępców jest jego syn. 120 min  
0.00 Flashback (2) – serial kryminalny, Francja 2024  
1.10 Na granicy: Sprawa Sikorskiej – film krym., Niemcy 2018, 115 min  
3.05 Bianca 2 (8-10) – serial kryminalny, Włochy 2023

**TVN FABUŁA**

5.05 Szkoła (774) – paradok.  
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (7) – pr. rozryw.  
6.30 Alfabet filmowy (18)  
6.45 Zakochani po uszy (81, 82) – telen., Pol. 2019  
7.45 Detektywki (61-64) – serial fabularno-dokum.  
9.50 Prawo Agaty 3 (8) – serial obycz., Pol. 2013  
10.55 Szpital św. Anny (65) – serial obycz., Pol. 2025  
11.55 Miłość czy pomyłka? (27, 28) – telen., Turcja  
13.55 Prawo Agaty 3 (7)  
14.55 Detektywki – fab.-dok.  
16.00 Największa muzyka filmowa (7)  
16.15 List w butelce  
FILM – melodramat, USA 1999, 165 min  
19.00 Szpital św. Anny (66) – serial obycz., Pol. 2025

## DRAMAT



20.00 Nocny pościg  
FILM – USA 2015 Plątny zabójca (Liam Neeson, zdj.) odkrywa, że mafia wydała wyrok na jego syna. Musi zdecydować, po której stronie stanąć. 155 min  
22.35 Dunkierka – wojenny,  
FILM Wlk. Bryt./Holandia/ Francja 2017, 130 min  
0.45 Spotkanie na Atlantyku – film obyczajowy, Polska 1980, 135 min  
3.00 Alfabet filmowy (41)  
3.05 Szkoła (744) – paradok.

**TVP HD**

5.25 Zakochaj się w Polsce (169) – magazyn  
6.00 Na dobre i na złe (983) – serial obycz., Pol. 2026  
6.55 Ranczo 6 (68) – obycz.  
7.55 Rodzinka.pl (209, 210) – serial komediowy, Pol.  
8.55 Ojciec Mateusz 20 (252, 253) – serial krym.  
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1054) – teleturniej  
11.20 Na sygnale (641, 642)  
12.25 Ojciec Mateusz 6 (71)  
13.20 Komisarz Alex 3 (35)  
14.15 Ranczo 6 (69, 70)  
16.10 Tańcząca ze światem – Maroko (2) – magazyn  
16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (4) – magazyn motor.  
17.10 Okrasa łamie przepisy  
17.45 Makłowicz w podróży  
18.20 Ojciec Mateusz 24 (313) – krym., Pol. 2020

## OBYCZAJOWY



19.20 Ranczo 6 (77) Hadziukowa prosi o pożyczkę Włocławskiego. Ten jednak w zamian żąda pomocy w sprawie wakacji, o które upomina się jego żona. 50 min  
20.10 Rodzinka.pl (281, 282)  
21.25 Komisarz Alex 25 (312)  
22.20 Planeta singli  
FILM – komedia romantyczna, Polska 2016, 145 min  
0.45 Dracula – horror, USA 1992, 135 min  
3.00 Kocham Cię, Polsko! (5) – program rozryw.

**STOPKLATKA**

6.00 Złoty interes (5) – rozr.  
6.50 Wojciech Czejrowski – bosso przez świat – cykl reportaży, Polska  
7.50 Robert Makłowicz (147, 146) – mag. kulin.  
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – serial kryminalny, Australia  
10.55 Górski lekarz (16, 1) – obycz., Niemcy/Austria  
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – serial kryminalny, Australia  
14.00 Katastrofy w przestworzach (5, 2) – serial dokum., Kanada  
17.00 MacGyver 4 (3) – sens.  
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (3, 4) – reality show, Kanada 2013  
19.10 Aukcja w ciemno 2 (3, 4) – serial dok., USA

## KOMEDIA



20.00 Kuloodporni  
FILM – USA 1996 Policjant Jack (Damon Wayans, zdj.) przenika w szereg mafii i zaprzysiężnia się ze złodziejem aut, Archem Sandler, zdj.). 110 min  
21.50 G.I. Jane – dramat  
FILM obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 160 min  
0.30 Poszukiwany, poszukiwana – kom., Polska 1972, 120 min  
2.30 Noce i dnie (2) – obycz., FILM Polska 1975, 105 min

**CANAL+ PREMIUM**

10.05 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017  
12.10 Długi weekend – film obycz., Pol. 2004  
13.25 Luca. Legenda Ferrariego (1, 2) – dok.  
15.15 Zmierzch – film fantasty, USA 2008  
17.15 Hollywood Buzz – mag. 17.45 Łapu capu – rozr. 17.45 Chopin, Chopin! – dramat biograf., Polska 2025  
20.00 Premiera: Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024  
21.35 Bałkańska vendetta 2 – film sens., USA/Wlk./Hongkong 2024  
23.00 Pila – thriller, USA 2004, reż. James Wan  
0.40 Amerykański gangster – film sensacyjny, USA 2007

## CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (4)  
14.00 Wykrywacz bojowe (5) 17.00 Zholowani: ciezarówki w opalach 8 (18)  
18.55 Wykrywacz historii 3 (3)  
19.50 Premiera: Zholowani: ciezarówki w opalach 8 (19) – dok.  
20.50 Premiera: Kolejka przez świat 4 (1)  
22.00 Grip – w świecie supersamochodów (3) – dok.  
23.00 Supersamoloty bojowe (3) – serial dok.

**CANAL+ FILM**

10.25 Łapu capu – rozr. 10.30 Fuks – kom. sens., Pol. 1999  
11.55 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji 12.50 Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu – film fantasty, Australia/USA 2009  
14.55 Zapalenie. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Polska 2024  
16.25 Ultimatum Bourne'a – sens., USA/Niem. 2007  
18.15 Listy do Julii – kom. romant., USA 2010  
19.55 Łapu capu – 20.00 Cięcie – thriller, Wielka Brytania/USA 2024  
21.40 Dziedzictwo Bourne'a – sens., USA 2012  
23.50 Skrzyżowanie – dramat obycz., Polska 2024

## BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (5) – serial krym.  
9.40 Ojciec Brown 13 (9)  
10.35 Śmierć pod palmami 15 (5)  
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (10)  
12.55 Śledztwa siostry Bonifacji 3 (5, 6) – krym.  
15.00 Ojciec Brown 7 (3) – krym.  
16.00 Lewis 4 (5) – 17.00 My Life is Murder 2 (7)  
18.00 Morderstwa w Midsomer 20 (5)  
19.55 Śmierć pod palmami 15 (6) – krym.  
21.00 Na niebieskich świątłach 3 (3, 4)  
23.10 Lynley (1, 2)  
1.10 Śmierć pod palmami 15 (6) – krym.  
2.15 Morderstwa w Midsomer 20 (5)  
3.55 My Life is Murder 2 (7)

**FILMBOX+ ONE**

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (5) – krym.  
9.50 Panna Scarlet i komisarz 2 (3) – krym.  
11.00 Panna Marple: Szaleństwo Greenshawa – krym., Wlk. Bryt. 2023  
13.05 Poirot 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (6) – serial krym.  
16.40 Panna Scarlet i komisarz 2 (4) – serial kryminalny  
17.50 Poirot (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.  
20.00 RoboCop – film s.f., USA 2014  
22.35 Nieuchwytny cel – film sens., USA 1993  
0.45 Zderzenie – film sens., Wlk. Bryt./Niem./Chiny 2016  
2.55 Strzelec wyborowy – sens., USA/Czechy/Hiszpania 1995

## ROMANCE TV

10.15 Statek marzeń – Bahamy – film obycz., Niemcy 2023  
12.05 Rejs ku szczęściu – Podróż posłubna do Nowej Zelandii – film obycz., Niem. 2007  
14.00 Cud w Kapsztadzie – dramat biograficzny, Niemcy 2022  
16.15 Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obycz., Niemcy 2007  
18.05 Górski lekarz (136, 137) – serial obycz.  
20.00 Inga Lindström: Po prostu powiedz tak – film obyczajowy, Niemcy 2024  
21.55 Toni akuszer – Niemowlę w koszyku – komedia romant., Niem. 2024  
23.50 Górski lekarz (136, 137)

**COMEDY CENTRAL**

6.00 Tata ma plan 2 (5, 6) – kom.  
7.00 Dwóch i pół 4 (15-18)  
8.55 Przyjaciele 6 (8-13) – kom.  
11.55 Teoria wielkiego podrywku 5 (23, 24)  
12.50 Teoria wielkiego podrywku 6 (1-4)  
14.30 Dwóch i pół 4 (19-22)  
16.30 Przyjaciele 6 (14-19) – kom.  
19.30 Teoria wielkiego podrywku 6 (5-10)  
22.00 The Office PL 2 (3, 4)  
23.05 Comedy Club 5 (3, 4)  
0.05 Miasteczko South Park 2 (3, 4)  
1.00 Pracoholicy 3 (3, 4)  
2.00 Śmiesznie nie będzie 6 (7, 8)  
3.15 Miasteczko South Park (12, 13)  
3.55 Miasteczko South Park (2)  
4.20 Comedy Club 7 (2-5)

## FILMBOX+ HITS

10.55 Przyjaźń czy kochanie? – film kostiumowy, Francja/Holandia/Irlandia 2016  
12.40 Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016  
14.35 Obywatelka Jane – dramat kryminalny, USA 2009  
16.15 El camino – dramat obyczajowy, USA 2008  
17.55 Sześć – komedia, USA 2014  
20.00 Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026  
22.00 Superbohaterowie – komedia romantyczna, Wł. 2021  
0.25 Gra fortuny – kom. sens., USA/Chiny/Wielka Brytania 2023

**HBO**

12.55 Horton słyszy Ktosia – film animowany, USA 2008  
14.20 Kurier Francuski z Liberty, Kansas Evening Sun – komediodramat, Niemcy/USA 2021  
16.10 Kompletnie nieznany – dramat biograf., USA 2024  
18.30 Wdowa Clitquot – dramat obyczajowy, USA 2023  
20.00 Premiera: Wasza wysokość – komedia przygodowa, USA 2011  
21.04 Premiera: Stoł powitalny – film dokum., USA 2025  
23.40 Premiera: USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadra narodową (5) – dok.  
0.55 Nocna sukca – komediodramat, USA 2024

## TV 6

8.50 Kobra – oddział specjalny (16, 17) – serial sens., Niemcy  
10.55 48h. Zaginieni (130-132) – krym.  
13.55 Policjantki i Policjanci (1194) – obycz.  
14.55 Uroczysko (33, 34) – krym.  
15.55 Kobra – oddział specjalny (18, 19) – sens.  
18.00 Strażnik Teksasu (2, 3) – serial sens.  
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (39, 40) – krym.  
21.55 Czarna lista (20) – krym.  
22.55 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (703, 704)  
0.55 Kości (103, 104)  
2.55 Cobra Kai (24)  
3.40 Septagone (92, 93)  
5.45 Telemeky TV Okazje – mag.

**FX**

7.10 Kości (21, 1)  
9.00 Z archiwum X 2 (17)  
10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5)  
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) – krym.  
13.45 Agenci NCIS 10 (4, 5)  
15.35 Premiera: Skymed 2 (1)  
16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7)  
18.20 Z archiwum X 2 (18)  
19.15 FBI 4 (6)  
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18)  
22.00 Premiera: Paradise (8)  
23.00 Z archiwum X 2 (18) – s.f.  
23.55 Bad Boys – kom. sens., USA 1995  
2.15 Tropiciel (20)  
3.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (6)

## PARAMOUNT NETWORK

6.00 Czarodziejki 2 (21, 22)  
7.30 Czarodziejki (1, 2)  
9.25 Pożyczona grupa pościgowa 15 (5) – dok.  
10.20 Pingwiny z Madagaskaru 3  
10.50 Star Trek: Rebelia – film s.f., USA 1998  
13.00 Czarodziejki (3, 4)  
15.00 Jadro Ziemi – dramat s.f., Wlk. Bryt./USA 2003  
17.55 Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Jap./Kan. 2020  
20.00 Ojciec chrzestny 2 – film sens., USA 1974  
0.15 Mekska gra – dramat obycz., USA 1999  
3.05 American Psycho – thriller, USA/Kan. 2000  
4.45 Śmiesznie nie będzie 3 (17)

**TVN 24**  
**6.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**7.30** Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.  
**8.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**9.55** Biznes – pr. publicyst.  
**10.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**10.55** Biznes – pr. publicyst.  
**11.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**11.55** Biznes – pr. publicyst.  
**12.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**13.55** Biznes – pr. publicyst.  
**14.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**14.55** Biznes – pr. publicyst.  
**15.00** 15 na żywo – mag. inf.  
**16.00** Fakty po południu  
**18.00** Tak jest – pr. publicyst.  
**19.15** Serwis informacyjny

**INFORMACYJNY**



**19.30** Fakty po Faktach  
 Dziennikarze prowadzący główny serwis informacyjny stacji wraz z zaproszonymi gośćmi komentują makroekawse wydarzenia. 30 min  
**20.00** Kropka nad i – pr. publ.  
**20.20** Fakty o świecie – inf.  
**21.00** Polska i świat – inf.  
**22.00** Szkło kontaktowe  
**23.00** Dzień po dniu – mag.  
**0.27** Biznes – pr. publicyst.  
**0.45** Fakty po Faktach – inf.  
**1.20** Kropka nad i – pr. publ.  
**1.50** Tak jest – pr. publicyst.

**TLC**  
**9.00** Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.  
**10.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
**11.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania 3  
**12.00** Miłość bez przyzwoitów  
**13.00** Przyjaźń wielkiej wagi 2 – reality show  
**15.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show  
**16.00** Historie wielkiej wagi (6) – serial dokumentalny  
**18.00** Pokonać otyłość (3) – serial dokumentalny  
**19.00** Wiza na miłość: Romani na Karaibach 3 – reality show  
**20.00** Rodzina 10+ 8 (11)

**REALITY SHOW**



**21.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5  
 Trwają romantyczne przygody osób, które po utracie szansy na miłość za granicą, zapragnęły znowu poszukać drugiej połowy. 120 min  
**23.00** Wiza na miłość: Single na polowaniu – reality show, USA 2025  
**1.00** Rodzina 10+ 8 (11)  
**2.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5  
**4.00** Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

**TVN STYLE**  
**5.15** I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1) – reality show, Polska 2018  
**5.50** Damy i wieszniaczk. PL 8 (14) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
**6.45** Śluby marzeń (2) – program rozrywkowy  
**7.45** Dzień dobry LIVE wakacje – magazyn  
**11.20** Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016  
**13.30** Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy  
**15.35** I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3, 4) – reality show, Polska 2018  
**17.05** W czym do ślubu? (2) – program rozrywkowy, Polska 2020

**ROZRYWKA**



**17.40** Kuchenne rewolucje (3-5)  
 Georgi i Vasył prowadzą restaurację Sakartvelo. Mimo ich wysiłków lokal świsler pustkami. Magda Gessler (zdj.) próbuje im pomóc. 190 min  
**20.50** Jestem z Polski (6) – serial dokumentalny  
**21.50** Jestem z Polski 16 (18)  
**22.50** Hotel Paradise 6 (20)  
**23.50** Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9  
**1.35** Dorota was urządził (2) – program rozrywk.

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**  
**9.00** Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.  
**10.00** Klan z Alaski – dok.  
**11.00** Przetrwac nad Junknem – serial dok.  
**12.00** Wioska kontrola celna (3) – serial dokum.  
**13.00** Ed Stafford: inicjacja  
**14.00** Nagi instynkt przetrwania: Elita 3  
**15.00** Złomowisko PL 6 (2)  
**16.00** Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.  
**17.00** Na straży duńskiego lotniska 2 (1) – dok.  
**18.00** Bracia Collins biorą się do roboty (10) – program rozrywkowy  
**19.00** Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.  
**21.00** Premiera: Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – dok.

**DOKUMENTALNY**



**22.00** Łowcy opali 8  
 Przez chorobę Joego Kalmara ekipa Misfits jest zdana sama na siebie. Zespół Bushmen zmagają się za to z presją kończącego się sezonu. 60 min  
**23.00** Premiera: Akta ekspedycji 2 – dok.  
**0.00** Od samochodu do domu 2 – mag.  
**1.00** Hot rod wg Kindiga  
**2.00** Najwyższe konsekwencje Ameryki – serial dokum.  
**2.50** Królowie asfaltu 11 (12) – reality show

**NATIONAL GEOGRAPHIC**  
**10.00** Mega Metro (2) – dok.  
**11.00** Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018  
**12.00** Przetwanie w kanadyjskiej dzicy (3) – serial dokumentalny  
**13.00** Wojenna szkoła przetrwania (1) – dok.  
**14.00** II wojna światowa: Ukryta prawda (1) – serial dokumentalny  
**15.00** Alarm na lotnisku: Peru (3, 4) – serial dok.  
**17.00** Tajemnice dawnych cywilizacji (1) – film dokumentalny, USA 2021  
**18.00** USA kontra III Rzesza: Bitwy na Atlantyku (1, 2) – dok., Kanada 2021  
**20.00** Katastrofa w przestworzach (4) – serial dokumentalny

**DOKUMENTALNY**



**21.00** Katastrofy pod lupą (1)  
 Do tragedii promu Columbia, eksplozji platformy Deepwater Horizon oraz katastrofy jądrowej w elektrowni Fukushima. 60 min  
**22.00** Jak oni to zbudowali? (9) – serial dokumentalny  
**23.00** Mega Metro (1) – dok.  
**0.00** Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4)  
**1.00** Ciemna strona świata (2) – serial dokumentalny

**FOKUS TV DVB T2**  
**6.00** Wehikuł czasu (702) – serial kryminalny, Pol.  
**6.05** 48h. Zaginięci (58)  
**7.00** Byli sobie podróżnicy  
**8.55** Wehikuł czasu (702)  
**9.00** Starożytni kosmiccy (13) – serial dokum.  
**10.00** Gwiazdy lombardu (11, 3, 4) – reality show  
**12.00** Apokalipsa – wojny 1945-1991 (6) – dok.  
**13.00** Poszukiwacze historii (7, 8) – serial dokum.  
**14.00** Najśmieszniejsze akcje bojowe II wojny światowej (3, 4) – dok.  
**16.00** Dorwać tęczycy (4)  
 – serial dokumentalny  
**17.00** Dorwać tęczycy 3 (5) – serial dokumentalny  
**18.00** Rolnicy. Podlasie (6, 7) – serial dokumentalny  
**20.00** Galileo (22)

**DOKUMENTALNY**



**21.00** Poszukiwacze historii (3-6)  
 Każda miejscowość na szlaku walk z 1945 r. ma swoją legendę. Olaf Popkiewicz sprawdzi historie o dwóch niemieckich pojazdach. 120 min  
**23.00** Mauthausen. Obóz śmierci – film dok., 2021  
**0.00** Starożytni kosmiccy (6) – serial dokumentalny  
**1.00** Rolnicy. Podlasie (21-24) – serial dokum.  
**5.00** Kolowrotek (1, 2) – magazyn wędkarski

**POLSAT NEWS**  
**12.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**12.45** Pogoda  
**12.50** Wydarzenia 12:50  
**13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**13.55** Pogoda  
**14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**14.55** Pogoda  
**15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**15.30** Sport, pogoda  
**15.50** Wydarzenia 15:50  
**16.10** Więcej „Wydarzeń” – inf.  
**16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ.  
**18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ.  
**19.15** Gość „Wydarzeń” – pr. publ.  
**19.50** Debata Gozdry – publ.  
**21.50** Wydarzenia wieczorne  
**22.30** Dzień na świecie – inf.

**CANAL+ KUCHNIA**  
**12.30** Nico wrzUCA na ruszt (5, 6)  
**13.25** M jak mięso 6 (5, 6)  
**14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (3)  
**14.50** U sąsiadów w kuchni (12, 3, 4)  
**15.45** Z pola na stół 2 (3) – dok.  
**16.15** Jelitka vs móżg (2)  
**16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (4)  
**17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (7, 8)  
**18.30** Maximum Foodie 6 (7) – dok.  
**18.55** M jak mięso 6 (2)  
**19.25** M jak mięso 9 (1, 2)  
**20.15** M jak mięso 10 (7, 8)  
**21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 10 (6, 3) – dok.  
**23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11 (1) – serial dok.

**POLSAT CAFÉ**  
**6.00** Przyjaciółki – serial obycz., Polska  
**8.00** halo tu polsat cafe – mag.  
**10.30** Demakijaz  
**11.00** Hell’s Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show  
**12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show  
**14.30** 10 lat młodszą w 10 dni – pr. rozr.  
**16.30** Hell’s Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show  
**18.00** Nasz nowy dom – reality show  
**20.00** Kolacja w ciemno – rozr.  
**21.00** Wieżenie kobiet – dok.  
**22.00** AmbulanS – dok.  
**23.00** Gry małżeńskie – reality show  
**1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr.  
**3.00** Wieżenie kobiet – dok.  
**4.00** Zdrady – paradok.

**DISCOVERY SCIENCE**  
**6.00** Zwykle rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok.  
**8.00** Jak działa wszechświat? – dok.  
**11.00** Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr.  
**13.00** Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny  
**15.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny  
**18.00** Zwykle rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – serial dokum.  
**21.00** Jak to jest zrobione? – serial dokum.  
**23.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokum.  
**1.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dok.  
**4.00** Poszukiwacze dinozaurów – serial dok.

**TVP DOKUMENT**  
**12.15** Korona Gór Polski 2 (3) – cykl dok.  
**12.50** Największe wyściewcze świata – dok., Fr. 2024  
**13.55** Szmaragdowe wyspy (3)  
**14.55** Król łak (3)  
**15.45** Ciemna strona Wschę Świata  
**16.55** Podróż z Agatą Christie i Sir Davidem Suchetem (4)  
**17.55** Sanatorium miłości 4 (2)  
**18.50** Legenda. Hubert Jerzy Wagner  
**20.00** Moda na sportowo  
**21.05** Latąjące rzeki Amazonii  
**22.10** Lucia w pajęczej sieci (4)  
**23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn  
**23.15** Katastrofa Air India. Jak do tego doszło?  
**0.15** Sanatorium miłości 4 (1)

**PLANETE+**  
**11.25** Jak przetwac w Australii (3) – serial dokum., Australia  
**12.35** Żywiły w akcji. Ziemia na krąwędzi (2) – dok.  
**13.45** Ocalić raj (2) – dok.  
**14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (9)  
**15.50** Niezwykłe podrzże koleją 8 (4)  
**16.55** 360° Świat bez granic (24) – dok., Fr.  
**18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (57, 58) – dok.  
**18.45** Życie codzienne w Proktoracie Czech i Moraw (2)  
**19.45** Wojna indochińska. 14 lat piekła (2)  
**20.50** Normanowie na Sycylii  
**22.00** Osierocone. Dzieci i wojna (1)  
**23.10** Strefa nągosci (1) – dok.  
**0.20** Niezwykłe podrzże koleją 8 (5)

**TVN 24 BIS**  
**16.00** Dzień na świecie  
**18.30** Fakty o świecie  
**19.00** Fakty  
**19.30** Fakty po Faktach – inf.  
**20.00** Kropka nad i  
**20.20** Fakty o świecie  
**21.00** Rozmowa dnia  
**21.40** 24 godziny  
**22.55** Fakty o świecie  
**23.35** Polska i świat  
**0.35** Fakty po Faktach

**WYDARZENIA 24**  
**18.00** Wydarzenia, pogoda  
**18.50** Wydarzenia 18.50  
**19.15** Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.  
**20.00** Wydarzenia  
**21.00** Wydarzenia, pogoda  
**21.40** Pogoda  
**21.50** Wydarzenia wieczorne  
**22.25** Pogoda – pr. inform.

**TVP 3**  
**13.00** Agrobiznes – mag.  
**13.20** Agropogoda  
**13.30** Bez tręby. Justyna Dobrosz-Oracz  
**14.20** Poznaj region  
**14.30** Program informacyjny  
**14.30** Pogoda  
**14.50** Pogoda  
**15.00** Koronka do Miłostwiego Bożęgo – pr. religijny  
**15.20** Serwis Info Dzień – inf.  
**15.30** Program lokalny  
**19.30** Calkiem niezła historia  
**19.45** Kryminalna siódemka – mag.  
**20.00** Dziennik regionów  
**20.10** Pogoda  
**20.13** Gosć Regionów  
**20.30** Telekurier  
**21.00** Program lokalny  
**22.00** Dziennik regionów  
**22.20** Pogoda  
**22.30** Złoty chłopak (186) – obycz.

**HGTV**  
**10.00** Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4 (1, 2) – serial dok.  
**11.05** Zarobic na remoncie 10 (15) – pr. rozrywk.  
**11.35** Usterka 11 (8, 9) – fab-  
 -dok., Pol.  
**13.00** Moje miasto, mój dom 8 (3, 4)  
**15.00** Mieszkanie na miarę 2 (3, 4) – rozr.  
**17.00** Polowanie na ogród (2, 3)  
**18.10** Weekendowa metamorfoza 2 (8)  
**19.05** Weekendowa metamorfoza 3 (1)  
**20.05** Dorota was urządził (7, 8)  
**21.35** Będzie pięknie (8)  
**22.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (3-6)  
**0.45** Kupujemy dom na plaży 29 (5, 6)

**TVP Kobieta**  
**12.50** Przepis dnia (83) – mag.  
**13.30** Cafe Fogg (1)  
**14.00** Omnibus – szczyby i mądry (14)  
**14.35** Omnibus – szczyby i mądry – dogrywka (14)  
**15.00** Operacja zdrowie (57)  
**15.30** Ojciec Mateusz 34 (441, 442)  
**17.25** Fontainebleau: prawdziwym dom francuskich monarchów 18.30  
 Zona dla Polaka. Toronto (4)  
**19.30** Miłosci i nadzieja (292) – telen.  
**20.30** Wichrowe wzgórzę (273) – serial obycz.  
**21.30** La Promesa – pałac tajemnic (265)  
**22.30** Fucking Northholm – komediodramat, Polska 2022

**BBC EARTH**  
**12.35** Malownicze trasy kolejowej 2 (2) – dok.  
**13.35** Mroźna planeta 2 (1) – dok.  
**14.40** W okowach mrozu 3 (5) – dok.  
**15.35** Życie na pustkowiu: powroty 4 (1)  
**16.35** Tajemnice wulkanów (1) – dok., Wlk. Bryt.  
**2025** 17.40 Dziewicze zakatki Ziemi (2)  
**18.45** Malownicze trasy kolejowej 2 (7) – dok.  
**19.45** Poszukiwanie ostatniego jednorozca – dok.  
**20.55** Życie na pustkowiu: powroty 4 (2)  
**21.55** W okowach mrozu 3 (6) – dok.  
**22.55** Zdrowa zmiana 2 (9, 10) – dok.  
**0.05** Superchirurg: szansa na życie 2 (2) – dok.

**HISTORY**  
**14.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (1)  
**14.50** Największe tajemnice świata 6 (12)  
**15.45** Gwiazdy lombardu 12 (56)  
**16.15** Gwiazdy lombardu 25 (2)  
**17.10** II wojna światowa w kolorze (12) – serial dok.  
**18.10** Największe tajemnice świata 6 (1) – dok.  
**19.05** Starożytni kosmiccy 13 (17) – serial dok.  
**20.00** Starożytni kosmiccy 14 (13) – dok.  
**21.00** Premiera: Kłgwa Wyspy Debow 13 (25) – reality show  
**22.00** Premiera: Wojny magazynowe 17 (5)  
**23.00** Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (6) – serial dok., USA



## FILMOWE HITY DNIA



19.55 POLSAT

## Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara

HIT

**PRZYGODOWY** Morski awanturnik musi pokrzyżować zbrodniczy plan wroga. Zyskuje sojuszników.

Złowrogie kapitan Salazar (Javier Bardem) ucieka na statku z Diabelskiego Trójkąta. Udęczony duch pragnie zadać śmierć każdemu piratowi, którego napotka na swojej drodze. Aby go powstrzymać, Jack Sparrow (Johnny Depp, zdj.) musi zdobyć Trójząb Posejda, dający władzę nad morzami. W odnalezieniu go pomagają mu m.in. oskarżana przez władze o uprawianie czarnej magii Carina (Kaya Scodelario). Okazuje się, że do wyścigu o mityczną broń staje też Hector Barbossa (Geoffrey Rush).

**INFO:** USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg, wyk. Johnny Depp 170 min do godz. 22.45

zienia go pomagają mu m.in. oskarżana przez władze o uprawianie czarnej magii Carina (Kaya Scodelario). Okazuje się, że do wyścigu o mityczną broń staje też Hector Barbossa (Geoffrey Rush).

**INFO:** USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg, wyk. Johnny Depp 170 min do godz. 22.45



20.00 TVN

### Legion samobójców

**SCIENCE FICTION** Harley Quinn (Margot Robbie, zdj.), Deadshot (Will Smith, zdj.) i inni obdarzeni nadludzkimi mocami antybohaterowie mają szansę na odkupienie win. Biorą udział w ryzykownej misji. 155 min

USA 2016, reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie, Joel Kinnaman



20.00 TVN 7

### Walentynki

**KOMEDIA** Mozaika miłosnych historii. Julia (Jennifer Garner, zdj.) marzy o życiu u boku Harrisona (Patrick Dempsey, zdj.). Nie ma pojęcia, że jest on żonaty i nie wiąże z ich znajomością żadnych planów. 165 min

USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Ashton Kutcher, Julia Roberts, Jamie Foxx, Anne Hathaway



20.00 TV PULS

### Komando

**SENSACYJNY** Córka byłego żołnierza do zadań specjalnych, Johna Matriksa (Arnold Schwarzenegger, zdj.), zostaje porwana na zlecenie obalnego dyktatora z Ameryki Płd. Ojciec spieszy jej na ratunek. 115 min

USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya



20.00 METRO

### Adwokat diabła

**THRILLER** Kevin Lomax (Keanu Reeves, zdj.) dostaje posadę w prestiżowej kancelarii prawnej. Oddaje się pracy dla charyzmatycznego szefa Johna Milтона (Al Pacino, zdj.). Płaci za to jednak wysoką cenę. 180 min

USA/Niemcy 1997, reż. Taylor Hackford, wyk. Al Pacino, Charlize Theron, Keanu Reeves



21.00 SUPER POLSAT

### Kod 7500

**THRILLER** Młody pilot Tobias Ellis (Joseph Gordon-Levitt, zdj.) musi przejąć stery samolotu z Berlina do Paryża, gdy jego kolega ginie z rąk terrorystów. Los niemal stu osób spoczywa w jego rękach. 115 min

Niem./Austria/USA/Fr. 2019, reż. Patrick Vollrath, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Omid Memar



22.00 TV4

### Patriota

**DRAMAT HISTORYCZNY** Rok 1776. Amerykanie walczą z Anglikami. Benjamin Martin (Mel Gibson, zdj.) zamierza pozostać neutralny. Zmienia zdanie, gdy ginie jego syn. Staje się bojownikiem o wolność. 205 min

USA/Niemcy 2000, reż. Roland Emmerich, wyk. Mel Gibson, Heath Ledger, Gregory Smith



22.00 STOPKLATKA

### Taśmy Watykanu

**HORROR** Angela (Olivia Taylor Dudley, zdj.) w zagadkowy sposób sprawdza cierpienie i śmierć na innych ludzi. Doświadczeni egzorcyści nie zdają sobie sprawy, że czeka ich walka z potężnym demonem. 105 min

USA 2015, reż. Mark Neveldine, wyk. Olivia Taylor Dudley, Dougray Scott, Michael Pena



22.35 TVN

### Jupiter: Intronizacja

**SCIENCE FICTION** Sprzątaczką Jupiter Jones (Mila Kunis, zdj.) w dramatycznych okolicznościach spotyka zwiadowcę przybyłego na Ziemię z kosmosu. Dowiaduje się, że ma do wypełnienia ważną misję. 160 min

USA/Wlk. Bryt. 2015, reż. Andy i Lana Wachowscy, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum



22.45 POLSAT

### Pamięć absolutna

**DRAMAT SF** Douglas (Colin Farrell, zdj.) poddaje się procedurze wszczęcia wspomnień. Wbrew planom staje się renegatem poszukiwanym przez policję. Żeby się ratować, dołącza do ruchu oporu. 145 min

USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel



22.45 TVN 7

### Footloose

**MUZYCZNY** Wychowany w Bostonie niepokorny Ren (Kenny Wormald, zdj.) przeprowadza się do konserwatywnej miejscowości Bomont. Wbrew zakazowi lokalnego pastora zamierza urządzić bal maturalny. 135 min

USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid



23.00 PULS 2

### Centurion

**DRAMAT PRZYGODOWY** Piktowie napadają na rzymską twierdzę. Biorą do niewoli Quintusa (Michael Fassbender, zdj.). Jeniec ucieka. Przejmuje dowództwo nad rozbitym przez wroga oddziałem. 120 min

Wlk. Bryt. 2010, reż. Neil Marshall, wyk. Michael Fassbender, Olga Kurylenko, Dominic West



23.50 TV6

### Resident Evil: Retrybcja

**HORROR SF** Alice (Milla Jovovich, zdj.) ucieka z siedziby korporacji, która odpowiada za epidemię wirusa zmieniającego ludzi w zombi. Podczas misji odkrywa nieznane fakty ze swojej przeszłości. 125 min

Niem./Kan./USA 2012, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich, Sienna Guillory

**TVP 1** **TVP 1** **DVB T2**

**5.50 Akacja 38** (889) – telen., Hiszpania  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny  
**7.30 Welon, fura i brawura** (5)  
**8.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.20 Janosik** (4) – serial przyg., Polska 1973  
**9.15 Ranczo 6** (72) – serial obycz., Pol. 2012  
**10.10 Komisarz Alex 7** (80) – serial krym.  
**11.05 Ojciec Mateusz 15** (190) – krym., Pol.  
**12.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda**  
**12.40 Magazyn rolniczy**  
**12.55 Natura w Jedynce: Opowieści z dzikiego Madrytu** – film dokumentalny, Hiszpania 2023  
**14.00 Złoty chłopak** (326) – serial obycz.  
**15.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**15.10 Pogoda Info**  
**15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1059) – telet.  
**16.00 Dziedzictwo** (967) – serial obycz.  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.  
**18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów  
**18.25 Akacja 38** (904) – telen., Hiszpania  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – program publicyst.  
**20.00 Sport, pogoda**



**KRYMINALNY**

**20.15 Ojciec Mateusz 29** (370) – Pol. 2023  
 W Sandomierzu dochodzi do napadu na bank. Złodzieje noszą maski i są przebrani w sanitariuszy. W czasie ucieczki mają wypadek. Niebawem do kościoła wpada ranny mężczyzna. Prosząc o pomoc. 45 min  
**21.00 Koncert**  
**23.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio **LIVE**  
**23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz 1/16 finału  
**2.30 Zakochany anioł** – komedia romantyczna, Polska 2005, 100 min  
**4.10 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst.  
**4.30 Pytanie dnia** – program publicyst.

**TVP 2** **TVP 2** **DVB T2**

**4.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio **LIVE**  
**4.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – mecz 1/16 finału **LIVE**  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.30 Operacja zdrowie** (74) – magazyn  
**12.00 Rodzinka.pl** (31) – serial komediowy, Polska 2011  
**12.35 Kolo fortuny** (1878) – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque** (1003) – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (868) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (425) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
 Cruz namawia Alonsa, by przekonał Cataline do przekazania rodzinnego interesu Lorenzowi. Oznajmia też Pii, że odkryła jej sekret. 55 min  
**16.00 Kolo fortuny** (1879) – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**18.15 Va banque** (1004) – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
**19.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio **LIVE**



**PIŁKA NOŻNA**

**19.50 Mistrzostwa świata 2026** **LIVE** – mecz 1/16 finału  
 Na Dallas Stadium odbędzie się jedno z ostatnich spotkań 1/16 finału. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach D i G. Niewykluczone, że jedną z nich będzie reprezentacja Australii. 160 min  
**22.30 To jest grane – wakacyjnie** (95) – program muzyczny  
**23.10 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2** – skrót koncertu, Polska  
**0.15 Natalia Kudulska na dobry wieczór** – wudowisko, Polska 2025  
**1.25 Akacja 38** – telen., Hiszpania 2015  
**2.20 Rodzinka.pl** – serial kom., Polska 2025

**POLSAT** **DVB T2**

**4.40 Disco Gramy** – program muzyczny  
**5.25 Telegazety TV Okazje**  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny  
**8.30 Malanowski i partnerzy** (317, 318) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011  
**9.30 Trudne sprawy** (1247, 1248) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**11.35 Gliniarze** (864, 865) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**13.41 Dlaczego ja?** (1494, 1495) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Podczas spaceru zostaje porwany syn Adama i Barbary. Mężczyzna podejrzewa swojego podwładnego. Wkrótce wychodzi na jaw, że chłopiec jest owocem pozamażeńskiego romansu żony. 129 min  
**15.50 Wydarzenia, pogoda**  
**16.25 Interwencja** – magazyn reporterów  
**16.40 Gliniarze** (1061, 1062) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Pobity i okradziony biznesmen nie chce pomocy policji. Detektywi próbują ustalić, co ukrywa. 130 min  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.30 Sport, pogoda**



**PRZYGDOWY**

**19.55 Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara** – USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg  
 Pięta odsłona perypetii sprytnego kapitana, w którego wciela się Johnny Depp (zdj.). Role jego antagonisty powierzono Javierowi Bardemowi (zdj.) – laureatowi Oscara za kreację w „To nie jest kraj dla starych ludzi”. 170 min **HIT**  
**22.45 Pamięć absolutna** – dramat s.f., USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, 145 min  
**1.10 Państwo młodzi: Chuck i Larry** – komedia, USA 2007, reż. Dennis Dugan, 150 min  
**3.40 Ewa gotuje** (560) – magazyn kulinarny

**TVN** **DVB T2**

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1687) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (4) – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn  
**11.25 Babski biznes** (4) – program rozrywkowy  
**12.35 Ukryta prawda** (1467, 1468, 1720) – serial paradokumentalny, Polska  
**15.45 Detektywi** (104) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
**16.50 Szpital św. Anny** (60) – serial obyczajowy, Polska 2025  
 Wojtek coraz bardziej odczuwa ciężar skrywanej tajemnicy. Podczas dyżuru spieszy na pomoc spadochroniarzowi, który uległ wypadkowi. W domu Kaśki dzieje zawiązujący spisek, by zesłać matkę z Maćkiem. 65 min  
**17.55 Młode giiny** (12) – serial kryminalny, Polska 2026  
 Podczas próby układów walk rycerskich biznesmen zostaje zraniony. Umiera w szpitalu. Podejrzeń pada na bibliotekarza wcielającego się w Krzyżaka. Wcześniej doszło między mężczyznami do kłótni. 65 min  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.50 Uwaga!** – magazyn reporterów



**SCIENCE FICTION**

**20.00 Legion samobójców** **FILM** – USA 2016, reż. David Ayer  
 Wsokobudżetowe kino akcji w reżyserii twórcy m.in. „Furii”. Na ekranie plejada gwiazd Hollywood. W tym gronie znaleźli się m.in. dwukrotnie nominowany do Oscara Will Smith, a także Margot Robbie (oboje na zdj.). 155 min  
**22.35 Jupiter: Introniczacja** – film s.f., USA/Wielka Brytania 2015, 160 min **FILM**  
**1.15 Godzilla** – film s.f., USA/Japonia **FILM** 2014, reż. Gareth Edwards, 135 min  
**3.30 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**3.45 Kuba Wojewódzki** (12) – talk-show, Polska 2025  
**4.50 Recepta na stary dom 3** (7) – pr. rozr.

**TV4** **DVB T2**

**6.00 Strażnik Teksasu** (2, 3) – serial sens., USA  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom** (70) – reality show  
**8.55 Policjantki i Policjanci** (500, 501) – serial obyczajowy, Polska 2019  
**10.55 Na ratunek** 112 (1158, 1159) – serial paradokumentalny, Polska  
**11.55 Dlaczego ja?** (1527, 1528) – serial paradokumentalny, Pol. 2026  
**13.55 Trudne sprawy** (1343-1345) – serial paradokumentalny, Pol. 2024  
**16.55 Policjantki i Policjanci** (1394) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (489) – reality show, Polska  
**19.00 Policjantki i Policjanci** (1395) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Gwiazdy Kabaretu** (174, 165) – pr. rozr.  
**22.00 Patriota** – dramat historyczny, USA/Niemcy 2000, 205 min **FILM**  
**1.25 STOP Drogówka** – magazyn policyjny  
**2.25 Love Island. Wyspa miłości** (26) – reality show  
**3.25 Lubię disco!** (273) – program muzyczny  
**4.25 Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.  
**5.30 Telegazety TV Okazje**

**TV PULS** **DVB T2**

**6.00 Policjanci z Miami 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA 1986  
**8.00 Kobra – oddział specjalny** (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2017  
**10.00 Maria z przedmieścia** (45, 46) – telenowela, Meksyk 1995  
**12.00 Nie igraj z aniołem** (109) – serial obyczajowy, Meksyk 2008  
**13.00 Wspaniałe stulecie** (43) – serial kostium.  
**14.00 Kurierzy** (28) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (528, 529) – serial obyczajowy, Polska 2022  
**17.00 Kurierzy** (29) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (966, 967) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Komando** – film sensacyjny, USA 1985, **FILM** reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min  
**21.55 Uprowadzona 2** – film sensacyjny, **FILM** Francja/USA/Turcja 2012, 110 min  
**23.45 Szalony lot** – dramat sensacyjny, Wielka **FILM** Brytania/Rumunia/USA 2007, 130 min  
**1.55 Lombard. Życie pod zastaw 18** (962) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**2.55 Zobacz to!** – programy powtórkowe

**PULS 2** **DVB T2**

**7.00 Blaze i megaszynny** – anim., USA 2020  
**7.30 Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013  
**7.50 Superkoty** – serial animowany, USA 2023  
**8.30 Wielkie przygody małego rekina** (5)  
**8.50 Masza i Niedzwiedz** – serial anim., Rosja  
**9.20 Straszne historie Maszy** – serial anim.  
**9.25 Świnika Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.  
**9.45 Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
**10.00 Jeżyk i Przyjaciele** – serial anim., Polska  
**10.35 Spidey i superkumple** – serial anim.  
**11.35 Gus. Mały – wielki rycearz** – serial anim.  
**12.00 Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021  
**12.35 Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny  
**13.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**13.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**14.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**  
**16.00 Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA  
**17.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**17.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**18.00 Pingwiny z Madagaskaru** – serial anim.  
**19.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (954)  
**21.00 Dzielnica strachu 9** (406, 407) – krym.  
**23.00 Centurion** – dramat przygodowy, Wielka **FILM** Brytania 2010, reż. Neil Marshall, 120 min

**TVN 7** **DVB T2**

**5.30 Ten moment** (50) – serial paradok., Polska  
**5.55 Szkoła** (769-771) – serial paradokum., Pol.  
**8.45 Ukryta prawda** (1333, 1435, 1436) – serial paradokumentalny, Polska  
**11.55 W-11 – Wydział Śledczy** (1084-1086) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.  
**14.00 Detektywi** (117) – serial fabularno-dokum.  
**15.00 Szpital** (772, 773) – serial paradokum., Pol.  
**17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (501) – serial fabularno-dokumentalny, Polska  
**18.00 SOS. Ekipy w akcji** (13) – serial paradok.  
**19.00 Ukryta prawda** (1524) – serial paradok.  
**20.00 Walentynki** – komedia romantyczna, **FILM** USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, 165 min  
**22.45 Footloose** – film muzyczny, USA 2011, **FILM** reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 135 min  
**1.00 Wehikuł czasu** – film s.f., USA/**FILM** Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, 115 min  
**2.55 Żyjąc z potworem 8** (18) – serial dokumentalny, USA 2020  
**3.45 Usterka 11** (3) – serial fab.-dok., Pol. 2019  
**4.20 Dorota was urządzi!** (5, 6) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA
12.00 Polacy świata
12.10 Ja wam pokażę! (7, 8)
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Słowo daje! - magazyn
15.10 Wszystko przed nami
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretów - pr. rozr.

TVP ROZRYWKA
6.10 Zakochaj się w Polsce
6.40 Gra słów. Krzyżówka
7.10 Okrasa lamie przepisy
8.20 Familiada - teleturniej
8.50 Va banque (936) - telet.

TTV HD
5.10 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (18) - inf.
7.10 Express - pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (5, 6)
8.30 Kartoteka (4, 5)
10.35 Detektywi (17, 18)
12.35 Zakup w ciemno 7

POLSAT 2
5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (296)
7.30 Na ratunek 112
8.30 Sekrety rodziny
11.30 Trudne sprawy (946)
12.30 Dłaczego ja?

POLSAT FILM
6.00 Jedziemy na ryby! (22)
6.55 Na ratunek 112 (860)
7.25 Doktor Martin 4 (31)
8.25 Przyjaciółki (125, 126)
10.25 Świat według Kiepskich

AXN
6.15 FBI: Most Wanted 3
7.00 Agenci NCIS: Hawaje 3
8.45 Castle 2
10.45 MacGyver 2
12.45 Agenci NCIS: Hawaje 3



OBYCZAJOWY
20.50 Echo serca (5)
21.40 Na sygnale (649, 650)
22.40 Moje przeboje (4)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Matki, żony i kochanki

ROZRYWKA
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju - The Best of (44)
22.50 Kabaret Letnią Porą (10)
23.50 Do śmiechu! (75) - rozr.
0.45 Niepewne sytuacje 3

ROZRYWKA
22.00 Ostre cięcie 12 (7)
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)
1.00 Diableni boskie 2

DRAMAT
22.00 Lzy słońca - USA 2003
0.35 Pitch Perfect 3
2.35 Wydarzenia
3.15 Ewa gotuje (545) - mag.

THRILLER
21.00 Ukojenie - USA 2015, reż. Afonso Poyart
23.10 Obcy - ósmy pasażer „Nostromo” - horror

SENSACYJNY
21.05 Uprowadzona 3 - Fr./Hiszpania/USA 2014
1.45 Castle 2 (21, 22) - krym.
3.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3

TVP HISTORIA
8.05 Flesz historii (768)
8.40 Czwadziestolatek (13)
9.45 Płaze Europy (1)
11.45 Jacek Cugan. Życie jest sztuką
13.00 Starożytnie mozarstwa

TVP KULTURA
12.10 Jim Morrison - ostatnie dni w Paryżu
13.20 Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego
14.15 Muzeum Polskiej Piosenki

SUPER POLSAT
8.00 Doktor Martin (49, 50) - obycz., Wlk. Bryt.
10.00 Wydarzenia
10.30 Świat według Kiepskich

ZOOM
8.05 Strażnik Teksasu 9 (4, 5) - sens.
9.55 MacGyver 3 (1, 2)
12.05 Pułapki umysłu 7 (6)
13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2

METRO
8.30 Szpital (780, 781) - paradok., Pol.
10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (349, 350)
12.30 SOS Ekipy w akcji (327)
13.30 Brzydula (25, 26)

ALE KINO +
6.30 Polska z góry 5 (3)
7.00 Woiwa krowa - krótkometraż.
7.40 Królowa chmur - obycz., Pol.
9.05 Piórot 4 (1)
10.00 Grantchester 10 (1, 2) - krym.

TV TRWAM
16.35 Harcerz nr 1. Rzecz o Andrzeju Malkowskim
17.30 Łączy nas historia
17.55 Poczet wielkich Polaków - hist.

ANTENA HD
9.35 Co Polak potrafi na drodze? (11) - rozr.
10.40 Detektywi z Bordeaux 4 (1) - krym.
11.55 Kłatwa Wyspy Dębow 6 (26, 27)
13.50 Australijscy poszukiwacze złota 3 (1, 2) - dok.

TVS
5.30 Pasma ciekawostek - pr. popularnonaukowy
6.00 Teleprzeład 10.05 Działaj w regionie - pr. inf.
10.15 Pogoda - mag.
10.20 Ekonomia

WP
10.00 Zawody z piekła rodem - dok.
11.00 Premiera: Niepójcie: Stręfa tajemnic (5) - hist.

ESKA TV
13.00 ESKA TV info - inf.
13.15 ESKA na the Beach
14.00 ESKA TV info
14.15 ESKA na the Beach

VIASAT EPIC DRAMA
6.00 Agenci NCIS 18 (3, 4) - sens.
7.35 Lekarze na start (25, 26)
9.05 Piórot 4 (1)
11.20 Zatrącenie w miłości (27, 28) - telen.

**KINO POLSKA**

**6.00 Zwierzęta Wajraka** (3, 4) – serial dok., 2022

**6.50 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.

**7.20 Bolek i Lolek** – anim.

**7.45 Reksio** – serial anim.

**8.05 Siędem zyczeń** (3, 4) – serial przygodowy

**10.35 Podróż za jeden uśmiech** – przyg., 1972, wyk. Alina Janowska, 105 min

**12.20 To nie ze mną** (3, 4) – serial obyczajowy, 2022

**13.45 Pan Anatol szuka miliona** – komedia obyczajowa, 1958, reż. Jan Rybkowski, 105 min

**15.30 Tam i z powrotem** – film obyczajowy, 2001, 135 min

**17.45 Cztery pancerni i pies** (4, 5) – wojenny



**DRAMAT**

**20.00 Demony wojny wg Goli** – 1998  
Bosnia, 1996 r. Ludzie mjr. Kellera (Bogusław Linda, zdj.) ratują dziennikarkę. Ma ona do-wody kompromitujuce prezydenta. 120 min

**22.00 Job, czyli ostatnia szara komórka** – kom. obycz., 2006, 120 min

**0.00 Dzień świra** – komediodramat, 2002, 120 min

**2.00 Trick** – komedia sens., 2010, 135 min

**TVP SERIALE**

**5.20 Rodzinka.pl** (98, 99) – serial komediowy, Pol.

**6.20 Na sygnale** (481, 482) – serial fabularno-dokum.

**7.30 Ojciec Mateusz 3** (31) – serial kryminalny, Pol.

**8.25 Komisarz Alex 2** (20)

**9.25 Rodzinka.pl** (100)

**10.00 Klan** (1447, 1448)

**10.50 Ranczo 8** (98, 99)

**12.35 Komisarz Alex 2** (21)

**13.30 Ojciec Mateusz 30** (382, 383) – serial krym.

**15.30 Komisarz Alex 2** (22) – serial kryminalny, Pol.

**16.25 Na sygnale** (483, 484) – serial fabularno-dokum.

**17.35 Ranczo 8** (100, 101) – serial obycz., Pol. 2014

**19.30 Ojciec Mateusz 30** (384) – krym., Pol. 2023

**20.30 Komisarz Alex 24** (304) – serial kryminalny, Pol.



**OBYCZAJOWY**

**21.30 Ranczo 8** (102, 103) – Polska 2014  
Lucy planuje wyjazd z rodziną do Ameryki. Tymczasem Kinga i jej nowy przyjaciel, leśniczy, postanawiają pogodzić Klaudię i Dudę. 110 min

**23.20 Ojciec Mateusz 30** (385, 386) – serial krym.

**1.20 Oficerowie** (5, 6) – serial sensacyjny, Pol.

**3.15 Wojna zastępcza** (8) – szpiegowski, Pol. 2025

**4.10 Klan** (1447) – telen., Pol.

**4.35 Pan Mama** (20) – kom.

**13 ULICA**

**6.15 Bianca 2** (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2023

**8.35 Na granicy: Sprawa Sikorskiej** – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Kornatz, wyk. Maria Simon, Lucas Gregorowicz, 115 min

**10.30 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (13-16) – serial sensacyjny, USA

**14.10 Bianca 2** (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023

**16.25 Na granicy: Przepaść** – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarczyk, Patrick Kalupa, 115 min

**18.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5** (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023



**KRYMINALNY**

**22.00 Podróżnik** (3) – Fr.  
Tajemniczy notatnik zawiera listę zbrodni. W trakcie prowadzenia śledztwa Kandinsky odkrywa, że to on jest kolejnym celem. 115 min

**23.55 Worricker - Drugie starcie** – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 125 min

**2.00 Na granicy: Przepaść** – film kryminalny, Niemcy 2022, 115 min

**3.55 Bianca 2** (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023

**TVP FABUŁA**

**5.05 Szkoła** (775) – paradok.

**6.00 Filmowe duety** (4)

**6.30 Alfabet filmowy** (19)

**6.45 Zakochani po uszy** (83, 84) – telen., Pol. 2019

**7.45 Detektywi** (65-68) – serial fabularno-dokum.

**9.50 Prawo Agaty 3** (9) – serial obycz., Pol. 2013

**10.55 Szpital św. Anny** (66) – serial obycz., Pol. 2025

**11.55 Miłość czy pomyłka?** (29, 30) – telen., Turcja

**13.55 Prawo Agaty 3** (8)

**14.55 Detektywi** – fab.-dok. (4) – magazyn

**16.45 Alfabet filmowy** (19)

**16.55 Wakacje w krzywym zwierciadle** – komedia, USA 1983, 125 min

**19.00 Szpital św. Anny** (67) – serial obycz., Pol. 2025



**FANTASY**

**20.00 Ciekawy przypadek Benjamin Buttona** – USA 2008  
Rodzi się dziecko o wyglądzie starca. Z czasem Benjamin (Brad Pitt, zdj.) młodziuje.

**23.30 Zanim odejdą wody** – komedia, USA 2010, reż. Todd Phillips, 125 min

**1.35 Jestem legendą** – film s.f., USA/Australia 2007, reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, 125 min

**3.40 Zawieruchy przepis na kino** (20) – pr. rozr.

**TVP HD**

**6.00 Na dobre i na złe** (984) – serial obycz., Pol. 2026

**6.55 Ranczo 6** (69) – obycz.

**7.55 Rodzinka.pl** (211, 212) – serial komediowy, Pol.

**8.55 Ojciec Mateusz 20** (254, 255) – serial krym.

**10.45 Gra słów. Krzyżówka** (1055) – teleturniej

**11.20 Na sygnale** (643, 543) – serial fabularno-dokum.

**12.25 Ojciec Mateusz 6** (72) – serial kryminalny, Pol.

**13.20 Komisarz Alex 3** (36)

**14.15 Ranczo 6** (71, 72)

**16.10 Postaw na milion**

**17.10 Okrasa łamie przepisy**

**17.45 Makłowicz w podróży**

**18.20 Ojciec Mateusz 24** (314) – krym., Pol. 2020

**19.20 Ranczo 6** (78) – obycz.

**20.10 Rodzinka.pl** (283, 284) – serial komediowy, Pol.



**KRYMINALNY**

**21.25 Ojciec Mateusz 34** (436) – Polska 2025  
W mieście pojawia się autorka poradników. Wspomina brata, z którym od lat nie ma kontaktu. Policja bada próbę zamachu na pisarkę. 55 min

**22.20 Pozdrowienia z Paryża** – film sens., Francja 2010, 105 min

**0.05 Profilerka** (4-6) – serial kryminalny, Polska 2024

**3.05 Alfabet** – komedia, USA 1979, reż. Steven Spielberg, 125 min

**STOKPŁATKA**

**6.00 Złoty interes** (6) – rozr.

**6.50 Wojciech Czerwowski – bosso przez świat** – cykl reportaży, Polska

**7.50 Robert Makłowicz** (188, 149) – mag. kulin.

**9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher** (3) – serial kryminalny, Australia

**10.55 Górski lekarz** (1, 2) – serial obycz., Niemcy

**12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher** (4) – serial kryminalny, Australia

**14.05 Katastrofy w przestworzach** (6, 3) – serial dokum., Kanada

**17.00 MacGyver 4** (4) – sens.

**18.00 Wojny magazynowe: Kanada** (4) – reality show, Kanada 2013

**19.10 Aukcja w ciemno 2** (4, 5) – serial dok., USA



**KOMEDIA**

**20.00 Motylem jestem, czyli romans czterdziestoletnia** – Polska 1976  
Stefan Karwowski (Andrzej Kopiczyński, zdj.) nawiguje znajomości z atrakcyjną piosenkarką. Chce dla niej zostawić swoją żonę. 120 min

**22.00 Taśmy Watykanu** – horror, USA 2015, reż. Mark Neveldine, 105 min

**23.45 Oczy smoka** – film sens., USA 2012, 120 min

**1.45 Kroll** – film sensacyjny, Polska 1991, 135 min

**CANAL+ PREMIUM**

**11.40 MTV Unplugged:** Maryla Rodowicz **13.00 Hollywood Buzz** **13.30 Yintah** **15.35 Call me lala** – film krótkometraż.

**16.00 Saga „Zmierch”:** Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz **18.10 Łąpu capu** – rozr.

**18.15 Niania w Nowym Jorku** – komedia romant., USA 2007

**20.00 Czwaronogie Mayfair 2** (5) – fantasy **20.45 Premierowa jazda** – mag. **21.00 Premiera: Rok za rokiem** (4) – obycz.

**22.00 Ballerina.** Z uniwersum Johna Wicka – thriller, USA/Węgry **2025 0.00 Spałę** was wszystkich – horror, Hiszp. 2021

**CANAL+ 360**

**14.00 Wykrywacz historii 3** (5) – dok. **15.00 Grip** – w świecie supersamochodów (2) – dok.

**16.00 Supersamoloty bojowe 11** (1) – dok. **17.00 Zholowani: ciężarówkowi w opałach 8** (19) – dok. **18.00 Porzucone konstrukcje** (4) – dok. **18.55 Wykrywacz historii 3** (4) – dok. **19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówkowi w opałach 8** (20) – serial dok. **20.50 Premiera: Kolejka przez świat** (4) – serial dok. **22.00 Grip** – w świecie supersamochodów (4) – serial dok. **23.00 Supersamoloty bojowe** (4) – serial dok.

**CANAL+ FILM**

**12.55 W kogo ja się wrodziłem?** – film obycz., Pol. 2001 **13.55 Saga „Zmierch”:** Zaciemnienie – film fantasy, USA 2010

**15.55 Mój jedyny wróg** – film krótkometraż. **16.15 L.A.R.P.** Miłość, trolle i inne qusty – komedia, Polska 2025 **17.45 Battleship:** Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **19.55 Łąpu capu** – pr. rozrywk.

**20.00 Dotyk** – melodramat, Islandia/Wlk. Bryt. 2024 **22.00 Wcielenie** zła – horror, Meksyk 2024, reż. Jack Zagna Kababie **23.25 Innego końca nie będzie** – film obycz., Polska 2024 **0.50 Paraliż** – thriller, USA 2024

**BBC FIRST**

**8.40 Lewis** 4 (6) – krym. **9.40 Ojciec Brown** 13 (10) **10.40 Śmierć pod palmami** 15 (6)

**11.45 Zagadki doktora Blake'a** 3 (1) **12.55 Śledztwa siostry Bonifacji** 3 (7, 8) – krym. **15.00 Ojciec Brown** 7 (4) – krym.

**16.00 Lewis** 4 (6) – krym. **My Life is Murder** 2 (8) **18.00 Morderstwa w Midsummer** 20 (6)

**19.50 Śmierć pod palmami** 15 (7) – krym. **21.00 Lynley** (3, 4)

**22.55 Tajemnice Brokenwood** 12 (1) **0.50 Annika** (1) **1.55 Morderstwa w Midsummer** 20 (6) **3.45 My Life is Murder** 2 (8) **4.30 Moja rodzinka** 2 (7) – kom.

**FILMBOX+ ONE**

**6.30 Robin** z Sherwood (2, 3) – przyg. **8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher** 3 (6) **9.50 Panna Scarlet i komisarz 2** (4)

**11.00 Panna Marple:** Noc i ciemność – film krym., Wlk. Bryt./USA 2013 **13.05 Poirot**

**15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher** 3 (7) – serial krym.

**16.40 Panna Scarlet i komisarz 2** (5) **17.50 Poirot** (5, 6)

**20.00 12 godzin** – film sensacyjny, USA 2012 **22.00 Efekt motyla** – thriller, USA 2004 **0.10 Carrie** – horror, USA 2013

**2.40 Przychodzą** z ciemności – horror, USA/Kolumbia/Hiszp. 2014 **4.30 Bonanza** – obycz.

**ROMANCE TV**

**12.25 Toni** – akuszer. Skradzione marzenia – komedia, Niemcy 2021 **14.20 Inga Lindström:** Cud z Sandbergen – film obycz., Niemcy 2008

**16.15 Katie Forde:** Rodzinne wakacje – film obycz., Niem./USA 2018 **18.05 Górski lekarz** (138, 139) – serial obyczajowy

**20.00 Statek marzeń** – Nusanbara – film obycz., Niem. 2024 **21.55 Wydział zabójstw** Sztambuł: Zwłoki w cysternie – film krym., Niem. 2008 **23.50 Wydział zabójstw** Sztambuł: Morderstwo nad Bosforem – film krym., Niemcy/Turcja 2009

**COMEDY CENTRAL**

**6.00 Tata** ma plan 2 (7, 8) – kom. **7.00 Dwóch i pół** 4 (19-22) **8.55 Przyjaciele** 6 (14-19) – kom.

**11.55 Teoria wielkiego podrywu** 6 (5-10) – kom., USA **14.30 Dwóch i pół** 4 (23, 24) **15.30 Dwóch i pół** 5 (1, 2) – kom.

**16.30 Przyjaciele** 6 (20-25) – kom.

**19.30 Teoria wielkiego podrywu** 6 (11-16) – kom. **22.00 The Office** PL 2 (5, 6) – kom. **23.05 Comedy Club** 5 (5, 6) – pr. rozr.

**0.05 Miasteczko South Park** 2 (5, 6) **1.00 Pracoholicy** 3 (5, 6) – kom. **2.00 Śmieśniej** nie będzie (9, 10, 8) – pr. rozr. **3.15 Miasteczko South Park** 2 (2-4) **4.20 Comedy Club** 7 (4-7)

**FILMBOX+ HITS**

**8.50 Guido Superbohater** – komedia, Kanada 2010 **10.30 Niewygodna prawda** – thriller, USA 2018, reż. Joe Chappelle

**12.25 W kregu zdrady** – thriller, Kanada 2017 **14.05 Klub cudodrogich kobiet** – komediodram., Irlandia/Wlk. Bryt. 2023

**15.50 Scenariusz na miłość** – komedia romant., USA 2014 **17.50 Spencer** – dram. obycz., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2021

**20.00 Tajemnica Trójcy** – western, USA 2024 **21.45 Wyspa śmierci** – sens./USA/Wlk. Bryt. **23.25 Dziedzictwo**. Hereditary – horror, USA 2018

**HBO**

**10.10 Wasza wysokość** – komedia przygodowa, USA 2011

**11.55 Na planie** 23 (27) – mag.

**12.25 Detektyw Monk:** Ostatnia sprawa – film kryminalny, USA 2023 **14.00 Karate kid** – film przygodowy, USA 1984

**16.05 Rozważni i romantyczni** – klub miłośników Jane Austen – komediodramat, USA 2007 **17.50 Superman** – film przygodowy, USA 2025

**20.00 Premiera:** Szycybi w ścielki: Hobbs i Shaw – film sens., USA/Japonia 2019 **22.15 Księgowy** – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor **0.20 Abigail** – horror, USA/Irlandia 2024

**TV 6**

**8.55 Kobra** – oddział specjalny (18, 19) – serial sens., Niemcy

**10.55 48h.** Zaginieni (133-135) – krym. **13.55 Policjantki i Policjanci** (1195) – obycz. **14.55 Uroczysko** (35, 36) – krym.

**15.55 Kobra** – oddział specjalny (20, 21) – sens. **18.00 Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sens.

**20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (41, 42) – krym. **21.55 Kości** (105, 106) – krym. **23.50 Resident Evil: Retribucja** – horror s.f., Niem./Kan./USA 2012 **1.55 Krejzł piatek** (22-26) **4.30 Kochane pieniądze** (78) **5.35 SuperLudzie Extra** (1)

**FX**

**5.10 Master Crimes** (1, 2) **7.10 Kości** (2, 3) **9.00 Z archiwum X** 2 (18) **10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (6, 7)

**11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (17, 18) – krym. **13.45 Agenci NCIS** 10 (5, 6)

**15.35 Premiera: Skymed** 2 (2)

**16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami** (8, 9) **18.20 Z archiwum X** 2 (19) **19.15 FBI** 4 (5)

**20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku** (19, 20) – krym. **22.00 Premiera: Grey's Anatomy: Chirurgi** (16) **22.55 Hellboy** – horror s.f., USA 2004

**1.25 Z archiwum X** 2 (19) – s.f. **2.20 Zabójcze umysły** 14 (6-8)

**PARAMOUNT NETWORK**

**6.00 Czarodziejki** (1-4) – fantasy **9.25 Policjanka grupa pościgowa** 15 (6) **10.30 Star Trek: Nemesis** – film s.f., USA 2002

**13.00 Czarodziejki** (5, 6) **15.00 Pingwiny z Madagaskaru** 3

**15.30 Step Up: Taniec zmysłów** – film muzyczny, USA 2006

**17.50 Pompeje** – film katastrof., Kan./Niemcy/USA 2014

**20.00 Ojciec chrzestny: Epilog** – Śmierć Michaela Corleone – dramat krym., USA 2020

**23.20 Gorączka** – sens., USA 1995 **2.40 Pasażer** – thriller, USA 2023 **4.20 Policjanka grupa pościgowa** 15 (7) – serial dok.

**TVN 24**

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 7.30 Jeden na jeden  
 8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 9.55 Biznes – pr. publicyst.  
 10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 10.55 Biznes – pr. publicyst.  
 11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 11.55 Biznes – pr. publicyst.  
 12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 13.55 Biznes – pr. publicyst.  
 14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
 14.55 Biznes – pr. publicyst.  
 15.00 15 na żywo – mag. inf.  
 16.00 Fakty po południu  
 18.00 Tak jest – pr. publicyst.  
 19.15 Serwis informacyjny  
 19.25 Fakty po Faktach – inf.

**TLC**

7.00 Suknie ślubne dla poszyczystych – pr. rozr.  
 8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.  
 9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.  
 10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
 11.00 Rodzina 10+ 8 (11)  
 12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5  
 14.00 Cztery żony i mąż 12  
 15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show  
 16.00 Historie wielkiej wagi (7) – serial dokumentalny  
 18.00 Pokonać otyłość (4)  
 19.00 Wiza na miłość: Romans na Karabach 3 – reality show

**TVN STYLE**

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show, Polska 2018  
 5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (15) – serial fabularno-dokum., Polska  
 6.45 Będzie pięknie (4) – program rozrywkowy  
 7.45 Dzień dobry LIVE wakacje – magazyn  
 11.25 Ugotowani (1, 2) – pr. kulin. rozrywki., Pol. 2016  
 13.30 Kuchenne rewolucje (4, 3) – program rozrywkowy  
 15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show, Polska 2018  
 17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywkowy  
 17.40 Kuchenne rewolucje (3, 6, 7) – program rozrywkowy

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.  
 8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie  
 9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.  
 10.00 Klan z Alaski – dok.  
 11.00 Przetwrać nad Jukonem – serial dok.  
 12.00 Włoska kontrola celna (4) – serial dokum.  
 13.00 Ed Stafford: inicjacja  
 14.00 Nagi instytnkt Przetwarcia: Elita 3  
 15.00 Złomowisko PL 6 (3)  
 16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.  
 17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (2) – dok.  
 18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (11)  
 19.00 Nagi instytnkt Przetwarcia 12 – dok.

**NATIONAL GEOGRAPHIC**

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018  
 12.00 Przetwarcie w kanadyjskiej dzicyz (4) – serial dokumentalny  
 13.00 Wojenna szkoła przetrwania (5) – dok.  
 14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (2)  
 15.00 Alarm na lotnisku: Peru (6, 7) – serial dok.  
 17.00 Tajemnice dawnych cywilizacji (2) – film dokumentalny, USA 2021  
 18.00 Atak Hitlera na Amerykę – film dokumentalny, USA 2012  
 19.00 Tajemnica bomby atomowej Hitlera – film dok., Niemcy 2022  
 20.00 Katastrofa w przestworzach (1)

**FOKUS TV DVB T2**

6.00 Wehikul czasu (703)  
 6.05 48h. Zaginiony (59) – serial kryminalny, Pol.  
 7.00 Byli sobie podróżnicy  
 8.55 Wehikul czasu (703)  
 9.00 Starożytni kosmici (14) – serial dokum.  
 10.00 Gwiazdy lombardu (12, 5, 6) – reality show  
 12.00 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokumentalny, Niemcy 2016  
 13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – serial dokum.  
 14.00 Najślynniejsze akcje bojawie II wojny światowej (5, 6) – dok.  
 16.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)  
 18.00 Rolnicy. Podlasie (8, 9) – serial dokumentalny  
 20.00 Największe wynalazki starożytności (6) – dok.

**PUBLICYSTYCZNY**

20.00 Bez kitu  
 Przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów spotykają się, aby dyskutować na temat polityki, społeczeństwa i gospodarki. 60 min  
 21.00 Polska i świat – inf.  
 22.00 Szkoła kontaktowe  
 23.00 Dzień po dniu – mag.  
 23.40 Biznes – pr. publicyst.  
 0.00 Fakty po Faktach – inf.  
 0.45 Bez kitu – pr. publicyst.  
 1.50 Tak jest – pr. publicyst.  
 2.45 Nowa Mają w ogrodzie – mag.

**DOKUMENTALNY**

20.00 Baylen – życie na głos 3 (4)  
 Zareczyni mlodych rozpoczynają przygotowania do ślubu. Baylen leci na Florydę, by szukać sukienki. 60 min  
 21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3  
 22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu  
 23.00 Dr Pryszczyla 5 – dok.  
 0.00 Dr Pryszczyla – kulisy  
 1.00 Baylen – życie na głos 3 (4)

**DOKUMENTALNY**

20.50 Jestem z Polski (9)  
 Jana mieszka z rodziną w Kalifornii. Zabiera widzów na spacer po swojej dzielnicy La Jolla. Pokazuje, czym zaskakują teutejsze domy. 60 min  
 21.50 Jestem z Polski 16 (15)  
 22.50 Hotel Paradise 6 (21)  
 23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9  
 1.35 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywk.  
 2.20 Nieoczywiste miejsca (1) – serial dokumentalny  
 2.55 Dieta czy cud? (5, 6)

**DOKUMENTALNY**

21.00 Specjalistki (6)  
 Te kobiety postanowiły spróbować swoich sił w typowo „męskich” zawodach i stały się profesjonalistkami w swoim fachu. 60 min  
 22.00 Bimbrownicy 14 – dok.  
 23.00 Nagi instytnkt Przetwarcia: Mistrzostwa świata (3) – reality show, USA  
 1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny  
 2.00 Najszybsze pociągi Ameryki – serial dokum.

**DOKUMENTALNY**

21.00 Korea Póincna: Przestępcy w państwie  
 Dynastia Kimów od dekad sprawuje dyktatorską władzę. Dokłada starań, aby pomnożyć swój majątek, choć kraj znajduje się na granicy bankructwa. 60 min  
 22.00 Korea Póincna: Kolejny przywódca  
 23.00 Czechosłowacja: Tajny front zimnej wojny – dok., Fr. 2022  
 0.00 Wcielenia zła – dok.

**DOKUMENTALNY**

21.00 Największe mity historii (4)  
 Przekazywane z pokolenia opowieści przechodzą do pamięci zbiorowej. Dawne czasy wydają się szczęśliwsze niż teraz. 60 min  
 22.00 Apokalipsa – niekończąca się wojna 1918 – 1926 (1, 2) – serial dokum.  
 0.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – dok., Fr. 2024  
 1.00 Rolnicy. Podlasie

**POLSAT NEWS**

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 12.45 Pogoda  
 12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda  
 15.50 Wydarzenia 15.50 16.10 Wieści „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego  
 18.00 Najważniejsze pytania 19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.  
 19.50 Debata Gozdry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Zrobzone dni – serwis informacyjny

**CANAL+ KUCHNIA**

12.30 Nico wrucza na ruszt (7, 8) 13.25 M jak mięso 6 (7, 8) 14.25 ABC gotowania – kuchnia francuska (4) 14.50 U sąsiadów w kuchni 12 (5, 6) 15.45 Z pola na stół 2 (4) – dok.  
 16.15 Jelita vs mózg (3) 16.40 Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5) 17.35 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (9, 10) 18.30 Maximum Foodie 4 (8) 18.55 M jak mięso 10 (6-8)  
 20.15 Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (7) – dok. 21.10 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11 (1-3) 23.55 M jak mięso 10 (7, 8) 0.50 Top Chef 22 (3)

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki – obycz., Pol. 2015 8.00 halo tu polsat cafe  
 11.00 Hell’s Kitchen – Piekielną Kuchnia – reality show  
 13.00 Drugie życie sukni ślubnej – rozr. 13.30 Bogaty dom – biedny dom – reality show  
 14.30 10 lat młodsza w 10 dni  
 15.30 Hell’s Kitchen – Piekielną Kuchnia – reality show 18.00 Nasz nowy dom – reality show  
 20.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 21.00 Wiezienie kobiet – dok., Pol. 22.00 Gry małżeńskie – reality show 1.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 3.00 Wiezienie kobiet – dok., Pol. 4.00 Zdrady – paradok., Pol.

**Discovery DISCOVERY SCIENCE**

8.00 Jak działa wszechświat?  
 11.00 Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr.  
 12.00 Pomoc drogową na Alasce – dok. 13.00 Kosmiczna mapa skarbów – serial dok.  
 15.00 NASA – archiwum tajemnic 18.00 Wyalazki rzeczy – niewyżnacje wynalazki 11 – dok.  
 18.30 Zwyczajne rzeczy – niewyżnacje wynalazki (1-5) – dok.  
 21.00 Tajemnice starożytnych mumii – dok. 22.00 Podziemie sekrety (8) – dok. 23.00 Kosmiczna mapa skarbów (3) – dok. 1.00 NASA – archiwum tajemnic – dok. 4.00 Poszukiwacze dinozaurów – dok.

**TVP DOKUMENT**

12.10 Korona Gór Polski 2 (4)  
 12.45 Moda na sportowo 13.45 Pójdźcie ziemie – historia miłości 14.50 Reunion – laboratorium ewolucji  
 15.55 Tajemnice piuronów 16.55 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – dok., Wlk. Bryt. 17.55 Sanatorium miłości 4 (3) 18.55 Siłaczka  
 20.00 Ludzie z mikroplastiku – film dokum., Wlk. Bryt./USA 2023 21.05 Honk – opowieść o pewnym gasiorze 22.05 Lucia w pajęczej sieci (5) – dok. 23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza 23.15 Kuba i Alaska 0.25 Sanatorium miłości 4 (2)

**PLANETE+**

11.25 Jak przetrwać w Australii (4) – serial dokum., Australia  
 12.35 Jak się bawi przyroda?  
 13.45 Ocalali raj (3) 14.50 Najpiękniejsze rzeki świata 2 (10)  
 15.50 Niewyżnacje podróże koleją 8 (5) 16.55 360° Świat bez granic (25) – dok., Fr. 18.00 Dokąd dziesiątka 4 (59, 60) – dok. 18.45 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (3)  
 19.45 Ohtarz pęgarmoni. Zrabowany zabitek – dok., Niem. 2023 20.50 Berlusconi. Początki imperium (1) – dok. 22.00 Wyloty i wysyły (3) 23.10 Strefa nagości (2) 0.20 Niezwyczajne podróże koleją 8 (6)

**TVN 24 BIS**

16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty 19.25 Fakty po Faktach – inf.  
 20.00 Fakty o świecie 21.00 Kijek w kosmosie 21.40 24 godziny – mag. inf. 22.50 Fakty o świecie 23.50 Tak jest 0.55 Fakty po Faktach 1.45 Tak jest  
 WYDARZENIA 24  
 18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.  
 20.00 Wydarzenia 21.00 Wydarzenia, pogoda 21.40 Pogoda 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.25 Pogoda – pr. inform.

**TVP 3**

13.20 Agropogoda – inf. 13.30 Niebezpieczne związki 14.30 Niewyżnacje miejsca 14.30 Program informacyjny 14.30 14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bózego – religij. 15.20 Serwis Info Dzień (1-3) 15.30 Program lokalny 17.50 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MS: Austria – Polska  
 20.00 Dzienniki regionów 20.10 Pogoda 20.13 Gość Regionów 20.30 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. 21.00 Program lokalny 22.00 Dzienniki regionów 22.20 Pogoda 22.30 Złoty chłopak (187) – obycz.

**HGTV**

8.00 Poszukiwacze domów: Australia (1, 2) 9.00 Remontujemy dom na płazy 5 (19) 10.00 Letnia chatka na lata 3 (6, 7)  
 11.50 Usterka 11 (6) – fab.-dok. 12.30 Usterka 10 (1) 13.00 Moje miasto, mój dom (1, 2)  
 15.05 Mieszkanie na 9 (1, 2) – rozr. 17.00 Polowanie na ogród (4) 17.40 Polowanie na ogród 2 (1) 18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (2, 3)  
 20.10 Będzie pięknie (8) 21.10 Zgłosz remont 4 (4) – rozr. 22.10 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (7-10) 0.25 Usterka 11 (2, 4, 8) – fab.-dok.

**TVP Kobieta**

14.00 Omnibus – szybcy i mądzy (15) – teleturniej 14.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka (15) 15.00 Po prostu na wies (5-ost.) 15.30 Ojciec Mateusz 34 (443, 444)  
 17.25 Najwspanialsze ikony natury (1) 18.30 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza 19.30 Miłość i nadzieja (293) – telen.  
 20.30 Wichrowe wórzce (274)  
 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (266) – obycz. 22.30 Niezapomniany miesiąc miody – kom. romant. Kan. 0.15 Daję słowo – Maciej Orłoś

**BBC EARTH**

12.20 Malownicze trasy kolejowe 2 (3) – dok. 13.20 Mroźna planeta 2 (2) 14.30 W okwach mrozu 3 (6) 15.30 Życie na pustkowiu: powroty 4 (2)  
 16.30 Dziekie konie Gór Skalistych i ja – dok., Wlk. Bryt. 2025 17.40 Dziewicze żakaty Ziemi (3) – serial dok. 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (1) – dok.  
 19.45 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. 20.55 Życie na pustkowiu: powroty 4 (3) – dok. 21.55 W okwach mrozu 3 (7) – dok. 22.55 Na krawędzi katastrofy (1)  
 23.55 Zabójcza pogoda 5 (4)

**HISTORY**

14.00 Niewyżnacje tajemnic świata 4 (2) – serial dok. 14.50 Największe tajemnice świata 6 (13) – dok. 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (1) – reality show  
 16.15 Jak to wyjaśnić? 5 (17)  
 17.10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok.  
 18.10 Największe tajemnice świata 6 (2) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 13 (18) – dok.  
 20.00 Starożytni kosmici 14 (20) – serial dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (3) 22.00 Premiera: W poszukiwaniu potwora 5 (7) 23.00 Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (6) – dok.

**POLSAT SPORT 1**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski

**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy

**12.00 Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy

**13.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio

**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej



**TENIS**

**18.30 Turniej Wimbledon**  
LIVE – mecz 3. rundy gry pojedynczej Jannik Sinner (zdj.) liczy na powtórzenie sukcesu sprzed roku. Wówczas wygrał Wimbledon, pokonując w finale Carlosa Alcaraza 3:1. 150 min

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**1.00 Boks**

**EUROSPORT II EUROSPORT 1**

**11.00 Snooker:** Turniej Players Championship – mecz finałowy

**13.00 Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap

**15.00 Cycling Africa** – mag.

**15.15 Kolarstwo:** Tour de France – prezentacja zespołów

**16.45 Kolarstwo górskie:** Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie

**17.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile – short track kobiet

**18.15 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile – short track mężczyzn

**19.15 Kolarstwo górskie:** Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie



**SNOOKER**

**19.45 Turniej Players Championship** – finał Decydująca rozgrywka czternastego rankinguowego turnieju w sezonie 2025/2026. Nowy mistrz zgarnie 150 tys. funtów. 135 min

**22.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile – short track kobiet

**22.30 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile – short track mężczyzn

**23.00 Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap

**TVP SPORT TVP SPORT DVBT2**

**4.00 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

**8.00 Strongman:** Puchar Polski – Polkowice 2026

**9.00 Mundialowy poranek** (22) – magazyn piłkarski

**10.15 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

**12.35 Mistrzostwa Polski w motocrossie – Prabuty** – reportaż

**13.05 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

**15.25 Dzień na mundialu** (22) – magazyn piłkarski

**16.55 Piłka nożna kobiet:** LIVE Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz: Polska – Bośnia i Hercegowina



**PIŁKA NOŻNA**

**19.00 Mistrzostwa świata**  
LIVE 2026 – mecz 1/16 finału Cztery lata temu Australia awansowała do 1/8 finału, w której uległa Argentynie. W tegorocznych MŚ liczy na powtórzenie tego wyniku. W pierwszej kolejce fazy grupowej pokonała Turcję 2:0. 240 min

**23.00 Piłka nożna:** MŚ 2026 LIVE – studio

**23.50 Piłka nożna:** LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

**CANAL+ SPORT CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – KGHM Zagłębie Lubin

**8.20 Speedway+** – mag.

**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Villarreal CF

**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – RCD Espanyol

**13.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Arka Gdynia

**16.15 Premier League Stories** (47) – magazyn piłkarski

**16.55 Speedway+** – mag.

**17.30 Żużel:** PGE Ekstraliga LIVE – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra



**ŻUŻEL**

**20.00 PGE Ekstraliga** – mecz: LIVE Unia Leszno – Sparta Beniaminek przed własną publicznością chce się zrewanżować przeciwnikom za porażkę 40:50 w poprzednim spotkaniu. 180 min

**23.00 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros

**1.15 Premier League Stories** (47) – mag.

**2.00 Boks:** BKFC Liberty LIVE Brawl: Philadelphia

**ELEVEN SPORTS 1 ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 Bundesliga Clubs**

**6.20 Bundesliga Clubs**

**6.40 Bundesliga Clubs**

**7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – FC Bayern Monachium

**9.00 Made in Italy** (15-17)

**9.50 Formula 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa

**11.00 Formula 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa

**12.15 F2: Chasing the Dream** – mag. motor.

**12.30 GP Confidential** – mag.

**13.10 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – 1. sesja treningowa

**14.55 Formula 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**15.50 Ligue 1 Show** (35)



**FORMUŁA 1**

**16.30 GP Wielkiej Brytanii**  
LIVE – kwalifikacje do sprintu Sesja kwalifikacyjna jest okazją do wypracowania sobie przewagi już na starcie. Na dobrą pozycję liczy m.in. Lewis Hamilton (zdj.). 125 min

**18.35 Formula 1**

**20.00 Formula 1**

**21.20 Formula 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**22.25 Formula 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**TVP abc TVP ABC DVBT2**

**8.10 Piotruś Królik** – anim.

**8.35 Wegezaury 2** – anim.

**8.40 Świnka Peppa** – anim.

**9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści** – serial anim.

**9.30 Domisie**

**10.00 Ugoty nam bajkę** – program dla dzieci

**10.20 Bolek i Lolek na wakacjach** – anim.

**10.45 Rodzina Treflików**

**10.55 Rodzina Treflików 2**

**11.10 Odo** – serial animowany

**11.35 Stacyjkowski** – anim.

**11.55 Pszczółka Maja** – anim.

**12.25 Domisie**

**13.00 Kocie kalamburki** (2, 3) – program dla dzieci

**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.

**13.45 Świnka Peppa** – anim.

**14.10 Pajak Lucas 2** – anim.

**14.30 Oli i Luna** – serial anim.



**ANIMOWANY**

**14.55 Oktonauci**  
Niedźwiedź polarny, pingwin, kot i ich towarzysze ratują stworzenia żyjące pod wodą. 25 min

**15.20 Cześć, czy może Cię zjeść?** (7) – mag.

**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem**

**16.05 Pat i świat** – anim.

**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

**17.05 Pszczółka Maja** – anim.

**17.30 Petronka: Obrońcy zwierząt** – serial anim.

**18.00 Kucharz Shane**

**18.25 Leo da Vinci** (2, 91, 92)

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**1.00 Sporty walki:** FEN

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy

**12.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy

**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – 3. runda

**23.00 Sześć Superligi** – mag.

**23.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – 3. runda

**1.30 Sporty walki:** Babilon MMA

**EUROSPORT II EUROSPORT 2**

**12.00 Kolarstwo:** Tour de France – 19. etap

**13.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie – finały

**15.00 Triathlon:** T100 World Tour – Pampeluna

**17.00 Snooker:** Turniej Players Championship: J. Higgins – Z. Xintong

**19.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie

**19.45 Kolarstwo:** Tour de France – 21. etap

**21.00 Kolarstwo górskie:** PS w La Thuile – short track kobiet

**21.30 Kolarstwo górskie:** PS w La Thuile – short track mężczyzn

**22.00 Golf:** John Deere Classic – 2. runda

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała** (3, 2), **14.10 Kobiety z piekła rodem** (3) **15.05 Ferie, impreza, morderstwo** (1)

**16.00 Pogrzebani za domem** (3) **17.00** Lepiej nie otwierać drzwi (9) – dok. **18.00** Z archiwum 997 (7, 8) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (7) – dok.

**20.00 Kobiety, które niosły śmierć** 11 (4) – dok. **21.00** Psy na służbie z Jimem Belushim (1, 2) **22.00** Seryjni mordercy: Joel Rifkin (2) – dok., USA 2023 **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (4) – dok. **0.50** Spowiedź seryjnego mordercy (4)

**TVN TURBO**

**8.20** Nic do zgłoszenia (6) – dok.

**9.15** Samochód marzeń – kup i zrób 6 (5) – mag. **10.15** Ciężarówka przez RPA (3) – rozr.

**11.15** 101 napraw 4 (3, 4)

**12.15** Jeździć, obserwować (12) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (5, 6) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (6, 7) – pr. rozr.

**16.00** Wojny samochodowe (12, 1) **18.00** Raport Turbo

**18.15** Zawodowi handlarze (13-16, 12) **22.00** Raport Turbo

**22.15** Wojny samochodowe (1, 2) **0.10** Niebezpieczne dzielnice (1, 2) **1.40** Najpopularniejsze auta świata (3) **2.05** K2 – kierowców dwóch (3)

**POLSAT PLAY**

**6.00** Budowlancy (3) – dok. **6.30** Kolowrotek (198) – mag. **7.00** Dorwać tunicyzka (10, 11) – dok. **9.00** Wojny magazynowe 15 (351, 352) **10.00** Wojny kontenerowe (4, 5) – dok.

**11.00** Hardkorwoy lombard (22-27) – dok. **14.00** Polacy za granicą (143, 144) – serial dok.

**16.00** Złomiarz (27, 28) – dok. **18.05** Poszukiwacze historii (248-250, 245) – serial dokum.

**20.05** Chłopałki do wzięcia (489-492) **22.00** Zawód glina (1) **23.05** Łowca pedofilów (165, 167, 169, 171-177) **4.00** Starożytni kosmici (150, 151)

**CANAL+ SPORTS CANAL+ SPORT 5**

**8.30 Żużel:** Metalas 2. Ekstraliga – mecz: Arged – Polonia Piła **11.25** Speedway+ – mag.

**12.00** Snooker: Championship League – 1. runda

**16.45** Premier League: The Big Interview (39) **17.30** Żużel: PGE Ekstraliga: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

**20.00** Snooker: Championship League – 1. runda **22.15** Boks: Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm **23.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin **2.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

**DTX**

**9.10** Militaria na warsztat (12, 13) – dok., Niemcy 2018

**11.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Niemiecka budowlanka (6, 7) – pr. rozr.

**15.10** Fani czterech kółek **17.10** Absurdy drogowe (5, 6) – rozr.

**18.10** Absurdy drogowe **18.10** Fani czterech kółek **19.10** Fani czterech kółek **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Dwa oblicza survivalu: Meksyk **22.10** Uliczne wyścigi **0.10** Policjanci z Kent **2.10** Królowie asfaltu **3.40** Metro po szwedzku (2) – dok. **4.25** Śmigłowce ratunkowe – Kornwalia (3) – dok.

**ELEVEN SPORTS 2 ELEVEN SPORTS 2**

**9.20** Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Paris FC

**12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern

**14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter

**15.50** Formula 2: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**17.00** Formula 3: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**18.00** Formula 1: GP Austrii

**20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – H. Holm **22.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin **2.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

**9.20** Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Paris FC

**12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern

**14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter

**15.50** Formula 2: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**17.00** Formula 3: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**18.00** Formula 1: GP Austrii

**20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – H. Holm **22.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin **2.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

**9.20** Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Paris FC

**12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern

**14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter

**15.50** Formula 2: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**17.00** Formula 3: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

**18.00** Formula 1: GP Austrii

**20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – H. Holm **22.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin **2.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

**ELEVEN SPORTS 3 ELEVEN SPORTS 3**

**11.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.

**12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Lazio – SSC Napoli **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

**16.00** Ligue 1 Show (36) – mag.

**17.00** Bundesliga Special (21) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – Napoli

**20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: SC Freiburg – FC Köln **22.10** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens

**0.00** Bundesliga Special (18) – mag. **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Moi bohaterowie – mag.

**NICK JR.**

**12.25** Psi Patrol 4 – anim. **12.54** Świnka Peppa **8** **13.40** Barabapa i jego rodzinka **14.35** Wzierzece zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (10) – dla dzieci

**15.36** Świnka Peppa 2 – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Male Królestwo Bena i Holly **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **18.00** Barabapa i jego rodzinka – anim. **18.30** Tim Rex wśród gwiazd **2.18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.02** Świnka Peppa **20.30** Male Królestwo Bena i Holly **21.00** Barabapa i jego rodzinka 2

**MINIMINI+**

**14.03** Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Język Happy – anim. **15.55** Mały Charlie

**16.05** Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George **6** **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frey **18.50** Babcine oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Język Happy **19.52** Basia 2 **20.05** Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

## FILMOWE HITY DNIA



22.00 POLSAT

## Wrogowie publiczni

HIT

**GANGSTERSKI** Znienawidzony przez władze, kochany przez tłumy – historia legendarnego przestępcy.

Rok 1933. John Dillinger (Johnny Depp) warunkowo opuszcza więzienie. Wkrótce razem z kompaniami dokonuje serii napadów na banki. Popularność bandy wśród Amerykanów, zmęczonych życiem w czasach wielkiego kryzysu, rośnie równoległe z irytacją policji, która jest bezsilna. John zo-

staje ogłoszony wrogiem publicznym numer jeden. Zadanie jego schwytania otrzymuje nieustraszonego agent Melvin Purvis (Christian Bale, zdj.). Rozpoczyna się pościg, który przejdzie do historii.

**INFO:** USA 2009, reż. Michael Mann, wyk. Johnny Depp, Christian Bale, Jason Clarke 120 min do godz. 0.00



20.00 TVN

## Poznaj moich rodziców

**KOMEDIA** Konserwatywni rodzice Pam (Teri Polo) odwiedzają przyszytych teściów córki – byłych hipisów, Berniego (Dustin Hoffman) i Rozalin (Barbra Streisand, zdj.). Konflikt wywołuje się kwestią czasu. 150 min

USA 2004, reż. Jay Roach, wyk. Robert De Niro, Ben Stiller, Dustin Hoffman, Blythe Danner



20.00 TVN 7

## Godziny szczytu 2

**KOMEDIA SENSACYJNA** W Hongkongu detektyw Lee (Jackie Chan, zdj.) zajmuje się sprawą morderstwa dwóch amerykańskich agentów. Pomaga mu Carter (Chris Tucker, zdj.), policjant z Los Angeles. 130 min

USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang



20.00 TVP KULTURA

## Whiplash

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Perkusista Andrew (Miles Teller, zdj.) dołącza do szkolnej orkiestry pod kierunkiem Fletchera (J.K. Simmons, zdj.). Surowy nauczyciel wyładowuje swoje frustracje na uczniach. 115 min

USA 2014, reż. Damien Chazelle, wyk. Miles Teller, J.K. Simmons, Paul Reiser, Austin Stowell



20.00 TV PULS

## Najwyższy wyrok

**SENSACYJNY** Byli komandosi Manning (Steve Austin, zdj.) i Cross (Steven Seagal, zdj.) mają eskortować skazańców z likwidowanego zakładu karnego. Więzienie zostaje zaatakowane przez najemników. 125 min

USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison



20.00 STOPKLATKA

## Nietykalni

**DRAMAT KRYMINALNY** Chicago, czasy prohibicji. Agent Ness (Kevin Costner) kompletuje zespół, który ma doprowadzić do uwiezienia słynnego gangstera, Ala Capone (Robert De Niro, zdj.). 155 min

USA 1987, reż. Brian De Palma, wyk. Kevin Costner, Sean Connery, Andy Garcia



20.45 PULS 2

## Jak upolować faceta

**KOMEDIA** Rozwiedziona Stephanie (Katherine Heigl, zdj.) zatrudnia się u kuzyna, który tropi zbiegłych przestępców. Na początek ma namierzyć Joego (Jason O'Mara, zdj.), który kiedyś złamał jej serce. 95 min

USA 2012, reż. Julie Anne Robinson, wyk. Katherine Heigl, Jason O'Mara, Daniel Sunjata



21.00 CANAL+ PREMIUM

## Smashing Machine

**DRAMAT BIOGRAFICZNY** Koniec lat 90. XX wieku. Mark Kerr (Dwayne Johnson, zdj.), zawodnik MMA, uzależnia się od opiatów. Po odwyku zaczyna przygotowania do najważniejszej walki w karierze. 120 min

USA 2025, reż. Benny Safdie, wyk. Dwayne Johnson, Emily Blunt, Ryan Bader, Bas Rutten



21.00 SUPER POLSAT

## Wydział zabójstw, Hollywood

**KOMEDIA SENSACYJNA** Joe (Harrison Ford, zdj.) i Calden (Josh Hartnett, zdj.) tropią mordercę. Bardziej niż śledztwem zajmują się jednak prywatnymi sprawami. 150 min

USA 2003, reż. Ron Shelton, wyk. Harrison Ford, Josh Hartnett, Lena Olin, Bruce Greenwood



22.10 TVN 7

## Drużyna potępionych

**SENSACYJNY** Pięciu komandosów wpada w pułapkę w boliwijskiej dżungli. Gdy Clay (Jeffrey Dean Morgan, zdj.) i jego towarzysze uświadamiają sobie, że zostali zdradzeni, omysławiają plan odwetu. 130 min

USA/Fr. 2010, reż. Sylvain White, wyk. Evan Mirand, Jeffrey Dean Morgan, Zoe Saldana



22.30 TVN

## Kocha, lubi, szanuje

**KOMEDIA** Cal (Steve Carell) cierpi po odejściu żony Emily (Julianne Moore). Pomaga mu playboy Jacob (Ryan Gosling, zdj.). Wciąga on spokojnego domatora w świat rozrywek i przelotnych romansów. 150 min

USA 2011, reż. Glenn Ficarra, John Requa, wyk. Steve Carell, Ryan Gosling, Emma Stone



22.30 TVP KOBIETA

## Milionerzy

**CZARNA KOMEDIA** Historie ludzi, do których, jak się wydaje, uśmiechnął się los. Paul (Fabrice Eboué, zdj.) i jego żona próbują dotrzeć do Marsylii, by odebrać wygraną w lotto. Mają bardzo mało czasu. 115 min

Fr. 2024, reż. Maxime Govare, Romain Choay, wyk. Anouk Grinberg, Pauline Clément



23.05 TVP 2

## Ślubne wojny

**KOMEDIA** Najlepsze przyjaciółki Liv (Kate Hudson, zdj.) oraz Emma (Anne Hathaway, zdj.) planują wesele w wymarzonym hotelu. Błąd w rezerwacji sprawia, że stają się zagorzałymi rywalkami. 100 min

USA 2009, reż. Gary Winick, wyk. Kate Hudson, Anne Hathaway, Chris Pratt

**TVP 1** **TVP 1** **DVB T2**

**5.50 Słownik polsko@polski** (680) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska

**6.20 Balans bieli** – program religijny

**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny

**7.40 Rok w ogrodzie** – magazyn

**8.05 Rok w ogrodzie extra** – magazyn

**8.20 Pełnosprawni** (659) – magazyn dla niepełnosprawnych

**8.50 Ranczo 6** (73) – serial obycz., Pol. 2012

**9.45 Komisarz Alex 7** (81) – serial krym.

**10.40 Ojciec Mateusz 15** (191) – serial kryminalny, Polska 2016

**11.40 Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego** (5-ost.) – serial dokumentalny, Hiszp.

**12.40 Gwiazdy w południe: Hondo** – western, USA 1953, reż. John Farrow, 125 min

**14.45 Okrasa lamie przepisy** – mag. kulin.

**15.20 Rozmowy na medal** (4) – magazyn sportowy

**16.00 Dziedzictwo** (968) – serial obycz.

**17.00 Telexpress, pogoda**

**17.25 Rolnik szuka żony 12** (5) – telenowela dokumentalna, Pol. 2025

**18.20 Program informacyjny 19.30**

**18.40 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio



**PIŁKA NOŻNA**

**18.50 Mistrzostwa świata 2026**  
**LIVE** – mecz 1/8 finału  
Czas zacząć walkę o awans do ćwierćfinału. Jedną z ekip, która wystąpi dziś na stadionie w Houston może być Holandia. Cztery lata temu podczas MŚ Katarze Pomarańczowi znaleźli się w najlepszej ósemce turnieju. 160 min

**21.30 Deyna. Geniusz do zatracenia** – film dokumentalny, Polska 2024

**22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

**22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – mecz 1/8 finału

**1.30 Amok** – film psychologiczny, Polska 1998, 115 min

**TVP 2** **TVP 2** **DVB T2**

**3.00 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – studio

**3.20 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata 2026** – mecz 1/16 finału

**5.55 Barwy szczęścia** (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026

**6.25 M jak miłość** (1917) – serial obyczajowy, Polska 2026

**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn

**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn

**11.25 Górna półka smaku** (2) – magazyn kulinarny

**11.55 Zmiennicy** (5) – serial komediowy, Pol.

**13.05 Panna młoda** (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024

**14.00 Familiada** – teleturniej

**14.35 Kolo fortuny** (1880) – teleturniej

**15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (9) – widowisko, Polska 2025

**16.20 Na dobre i na złe** (986) – serial obyczajowy, Polska 2026

**17.20 Panna młoda** (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024

**18.10 Va banque** (1005) – teleturniej

**18.45 Wyższa Szkoła Jazdy** (5) – magazyn motoryzacyjny

**19.10 Słowo na niedziele**

**19.25 Rodzinka.pl** (298) – serial komediowy, Polska 2025



**WIDOWISKO**

**20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską** – Polska 2026  
Trzecim przystankiem na wakacyjnej trasie koncertowej jest Zakopane. U podnóża Tatr wystąpią m.in. Justyna Steczkowska, Majka Jeżowska, Reni Jusis, Afromental, Piersi, Organek, Universe oraz Brathanki (zdj.). 130 min

**22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza** (4) – talk-show

**23.05 Ślubne wojny** – komedia romantyczna, USA 2009, reż. Gary Winick, 100 min

**0.45 Krytyczna godzina** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2019, 105 min

**2.30 Akcyjowa 38** – telen., Hiszpania 2015

**TV4** **DVB T2**

**6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (191) – reality show, Polska

**7.00 Galileo** (1167, 1168) – program popularnonaukowy

**9.05 Jesteśmy dla dzieci** – magazyn

**9.30 Galileo** (1169) – program popularnonaukowy

**10.30 Mini Galileo** (95, 28) – program popularnonaukowy

**11.05 Galileo** (1176, 1177) – program popularnonaukowy

**13.05 Doktor Dolittle** – komedia, USA 1998, reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Ossie Davis, Oliver Platt, Peter Boyle, Richard Schiff, 110 min

**14.55 Policjantki i Policjanci** (1381-1385) – serial obyczajowy, Polska 2026

**20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (121-124) – serial kryminalny, Polska 2026

**23.55 Gwiazdy Kabaretu** (180, 181) – pr. rozr.

**1.55 STOP Drogowka** – magazyn policyjny

**2.55 Interwencja** – magazyn reporterów

**3.25 Lubię disco!** (274) – program muzyczny

**4.25 Top 10 – lista przebojów** – program muzyczny

**5.30 Telezakupy TV Okazje**

**TV PULS** **DVB T2**

**6.00 Kobra – oddział specjalny** (2-4) – serial sensacyjny, Niemcy 2016

**9.00 Taki jest świat 11** (27) – program informacyjny

**9.25 Boso przez świat** – cykl reportaży, Polska 2009

**10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (521, 523, 525, 527, 529) – serial obyczajowy, Polska 2022

**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (963-967) – serial obyczajowy, Polska 2026

**20.00 Mocne sobotnie kino: Najwyższy wyrok** – film sensacyjny, USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison, Aliyah O'Brien, 125 min

**22.05 Pasażer** – thriller, USA/Francja 2018, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson, Jonathan Banks, Sam Neill, Elizabeth McGovern, Killian Scott, 125 min

**0.10 Polowanie na czarownicę** – film przygodowy, USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore, Stephen Graham, 115 min

**2.05 Zobacz to!** – programy powtórkowe

**POLSAT** **DVB T2**

**4.40 Disco Gramy** – program muzyczny

**5.25 Telezakupy TV Okazje**

**6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny

**8.30 halo tv polsat** – magazyn

**11.30 Pierwsza miłość** (4171-4174) – serial obyczajowy, Polska 2025

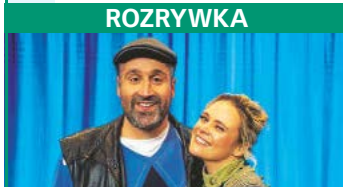
**14.40 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna** – film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus  
Nastoletni Percy (Logan Lerman) dowiaduje się, że jest synem Posejdana. Zostaje oskarżony o kradzież pioruna należącego do Zeusa. Bogowie wysyłają za nim mitologiczne bestie, aby odebrały mu broń. 150 min

**17.10 Jak rozpełtałem II wojnę światową** (2/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski  
Franek Dolas (Marian Kociniak) zostaje wcielony do Legii Cudzoziemskiej. Po apelu generała de Gaulle'a legioniści przechodzą na stronę aliantów. Pechowiec trafia do angielskiego obozu jenieckiego. 100 min

**18.50 Wydarzenia**

**19.15 Prezydenci i premierzy** (458) – program publicystyczny

**19.30 Sport, pogoda**



**ROZRYWKA**

**19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf** (173) – Polska 2026  
Olga Łasak (zdj.) i artyści z kabaretu Zdolni i Skromni przedstawia m.in. skecz o naukach przedmażeńskich. 125 min

**22.00 Wrogowie publiczni** – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann  
Scenariusz oparty na książce Bryana Burroughsa przybliży ostatni okres życia legendarnego przestępcy. 120 min

**0.00 Escape Room: Najlepsi z najlepszych** – horror, RPA/USA/Węgry 2021, reż. Adam Robitel, 175 min

**2.55 Świat według Klepskich** (383, 384)

**4.05 Kabaretowa Ekstraklasa** (102)

**TVN** **DVB T2**

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów

**5.55 Ukryta prawda** (1688) – serial paradokumentalny, Polska 2025

**6.50 Pogromcy chaosu** (9) – program rozrywkowy

**7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn

**11.25 Niezwykłe Stany Prokopa 4** (1) – program rozrywkowy

**12.00 Wspinaćka: Zawody World LIVE** Series w Krakowie – studio

**12.20 Wspinaćka: Zawody World Series LIVE** w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały  
Na Rynku Głównym do rywalizacji staną specjalistki i specjaliści we wspinaćce na czas. Po raz ostatni przed polską publicznością zaprezentuje się Aleksandra Mirosław. Mistrzini olimpijska po tym sezonie zakończy karierę. 60 min

**13.20 Wspinaćka: Zawody World LIVE** Series w Krakowie – studio

**13.30 Młode gliny** (13) – serial krym., Polska

**14.35 Step Up: Taniec zmysłów** – film muzyczny, USA 2006, reż. Anne Fletcher, 130 min

**16.45 Nigdy w życiu!** – komedia romantyczna, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, 135 min

**19.00 Fakty, sport i pogoda**

**19.45 Uwaga!** – magazyn reporterów



**KOMEDIA**

**20.00 Poznaj moich rodziców**  
**FILM** – USA 2004, reż. Jay Roach  
Kontynuacja filmu „Poznaj mojego tatę” z 2000 roku. Gratka dla kinomanów jest ekranowy pojedynek hollywoodzkich gigantów: Roberta De Niro i Dustina Hoffmana (zdj.). 150 min

**22.30 Kocha, lubi, szanuje** – komedia romantyczna, USA 2011, reż. Glenn Ficarra, John Requa, 150 min

**1.00 Zmierzc** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 135 min

**3.15 Uwaga!** – magazyn reporterów

**3.30 Wallander** (6) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010

**5.10 Nauka jazdy 5** (14) – pr. rozrywk.

### TVP POLONIA

6.30 **Kulturalni** – magazyn  
7.15 **Turystyczna jazda**  
7.30 **Pytanie na śniadanie**  
11.20 **Wilczy apetyt** – mag.  
11.30 **Podróże z historią** (13)  
12.05 **Gruby** (7-ost.) – przyg.  
12.40 **Panna z mokną głową**  
(1) – dla młodzieży, Pol.  
13.15 **UNESCO: Skarby Polski** – serial dok., 2025  
13.45 **Echo serca** (5) – obycz.  
14.35 **Na sygnale** (649, 650)  
15.35 **Okrasa łamie przepisy**  
16.05 **Zycie lasu. Ptaki** – film dokumentalny, Pol. 2018  
16.50 **Fajna Polska** – mag.  
17.05 **Ja wam pokażę!** (9)  
17.55 **Teleexpress**  
18.20 **Wojna domowa** (9, 10)  
20.10 **Program informacyjny** 19.30  
20.30 **Pogoda**  
20.40 **Zatoka szpiegów** (8)

### TVP ROZRYWKA

11.50 **To jest grane – wakacyjnie** (95)  
12.20 **Prywatne życie zwierząt** 14 (7)  
12.55 **Daję słowo – Maciej Orłoś** (5) – talk-show  
13.50 **Postaw na milion**  
15.45 **Moje przeboje** (10)  
16.20 **Omnibus – szybcy i mądry** (1) – teleturniej  
16.50 **Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka** (1) – teleturniej  
17.10 **Omnibus – szybcy i mądry** (2) – teleturniej  
17.40 **Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka** (2) – teleturniej  
18.00 **Koło fortuny** (2045)  
18.40 **Moje przeboje** (12)  
19.15 **Olga Lipińska zaprasza** (9) – talk-show  
20.00 **Program rozrywkowy**

### TTV HD

7.20 **Raport końcowy** (824)  
7.45 **Cieżarówka przez Wietnam** (1) – dok., Pol.  
8.45 **Gogglebox. Przed telewizorem** 24 (2)  
9.45 **Express** – pr. inform.  
10.05 **Gogglebox. Przed telewizorem** 24 (3)  
11.05 **Nic do zgłoszenia** 6 (7)  
12.05 **Zakup w ciemno extra** (29) – reality show  
12.35 **Zakup w ciemno** 7 (30-32) – reality show  
15.45 **Express** – pr. inform.  
16.05 **Idź na całość** 2 (12)  
17.05 **Usterka** 14 (9)  
17.45 **Express** – pr. inform.  
18.00 **Pogoda, sport** – pr. inf.  
18.10 **Zakup w ciemno** 7 (29) – reality show, Pol. 2026  
19.05 **Zakup w ciemno extra** (28) – reality show  
19.45 **Express** – pr. inform.

### POLSAT 2

5.50 **Wydarzenia**  
6.30 **Nasz nowy dom** (297) – reality show, Polska 2023  
7.30 **Ewa gotuje** (562, 563) – magazyn kulinarny  
8.30 **Z klimatem i z pasją** (249) – program publicystyczny  
9.00 **Dlaczego ja?** (1388-1392) – serial paradok., Polska 2024  
14.00 **Sekrety rodziny** (152) – serial paradok., Pol.  
15.05 **Więźnienie kobiet** (114-116) – serial dokumentalny, Pol. 2025  
17.45 **Express** – pr. inform.  
18.00 **Pogoda, sport** – pr. inf.  
18.10 **Zakup w ciemno** 7 (29) – reality show, Pol. 2026  
19.05 **Zakup w ciemno extra** (28) – reality show  
19.45 **Express** – pr. inform.

### POLSAT FILM

6.00 **Twoja Twarz Brzmi Znamo** (170) – pr. rozr.  
7.55 **Sąsiedzi** – anim.  
8.15 **Byli sobie podróżnicy**  
9.55 **Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki** – film anim., USA 2008  
10.30 **Sezon na misia** – film animowany, USA 2006, reż. Jill Culton, 100 min  
12.10 **Ania z Zielonego Wzgórza** (1/2) – film obyczajowy, Kanada/RFN/USA 1985, 130 min  
14.20 **Ghostbusters – pogromcy duchów** – komedia, USA/Australia 2016, 140 min  
16.40 **Krudowie** – film anim., USA 2013, 125 min  
18.45 **Pacific Rim: Rebelia** – film s.f., Wlk. Bryt./Chiny/Jap. 2018, 135 min

### AXN

6.15 **Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2** – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Peter Facinelli, 115 min  
8.10 **Rekrut 8** (11, 12) – serial kryminalny, USA 2026  
10.05 **MacGyver 2** (6-10) – serial akcji, USA 2017-2018  
15.05 **FBI: Most Wanted 3** (14-18) – serial kryminalny, USA 2020  
LaCroix wraz z ekipą Ściga Harleya Rossa, brutalnego partnera Lucy Carver. Meżczyzna podczas poszukiwania byłej towarzyszyki dokonał wielu zbrojstw. 295 min

### DRAMAT

21.35 **Figurant** – Polska 2023, reż. Robert Gliński  
FILM 2023, reż. Robert Gliński Kraków, połowa XX wieku. Fotograf Bronisław Budny (Mateusz Więcławek, zdj.) wstępuje do SB. Ma rozpracować Karola Wojtyłę. 115 min  
23.30 **Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje** – koncert, Pol.  
23.45 **Laskowik & Malicki – niedziela wieczór** (20) – program rozrywki.  
0.40 **Ja wam pokażę!** (9) – serial obycz., Pol. 2007

### ROZRYWKA

20.25 **Kabaret Letnią Porą** (9, 10)  
Podczas widowiska, utrzymanego w letniej konwencji, gwiazdy polskiego humoru prezentują swoje najbardziej udane skecze. 120 min  
22.25 **Postaw na milion** – teleturniej  
0.20 **Koło fortuny** (2045)  
1.05 **Omnibus – szybcy i mądry** (1) – teleturniej  
1.35 **Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka** (1) – teleturniej

### ROZRYWKA

20.00 **Idź na całość** 2 (9)  
W każdym odcinku uczestnicy podejmują ryzyko i próbują uniścić zronka. Prowadzą Zygmunta Chajzer (zdj.) i Robert Motyka. 60 min  
21.00 **Gogglebox. Przed telewizorem** 20 (9) – program rozrywkowy  
22.00 **Damy i wieśniaczki. PL** 11 (6) – serial fab.dok.  
23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem** 21 (1, 2)  
1.00 **Diabelne boskie** 2 (7, 8) – reality show, Pol.

### KOMEDIA

20.20 **Pitch Perfect 3** – USA/FILM 2017, reż. Trish Sie Amy (Rebel Wilson, zdj.), Becca (Anna Kendrick, zdj.) i pozostałe artystki skończyły koleż. Pragną ponownie razem zaśpiewać. Okazją jest udział w tournée. 100 min  
22.00 **Wojna żeńsko-męska** – komedia, Polska 2011, 135 min  
0.15 **Zyczenie śmierci** – film sensacyjny, USA 2018, reż. Eli Roth, 140 min  
2.35 **Interwencja** – mag.

### SENSACYJNY

21.00 **Szybcy i wściekli 10** – USA/Chiny/Japonia 2023, reż. Louis Leterrier  
Przed laty ekipa Domara Toretto (Vin Diesel, zdj.) doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Syn przestępcy planuje zemstę. 175 min  
23.55 **Life** – horror s.f., USA 2017, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jake Gyllenhaal, 130 min  
2.05 **Ślad** (29, 10, 11) – krym.  
5.00 **Na ratunek** 112 (858, 859) – paradok., Pol.

### THRILLER

20.00 **Olimp w ogniu** – USA 2013, reż. Antoine Fuqua, wyk. Gerard Butler, Aaron Eckhart, Finley Jacobsen  
Terrorysty przejmują kontrolę nad Białym Domem. Do walki z nimi staje Mike (Gerard Butler, zdj.), który był ochroniarzem prezydenta. 150 min  
22.30  **Londyn w ogniu** – film sens., Wlk. Bryt./USA/Bulgaria 2016, 110 min  
0.20 **Uprrowadzona** 2 – film sensacyjny, Francia/USA/Turcja 2012, 120 min

### HISTORIA

11.50 **Wszystkie kolory świata** – serial dokum.  
12.55 **Krainy cudów natury** (3)  
14.00 **Ex Libris**  
14.30 **Wielka droga – dramat wojenny**, Polska/Wł. 1946  
16.05 **Flesz historii** (768)  
16.35 **Tajemnice kulturowych seriali** (3) – serial dok.  
17.25 **Blisko, coraz bliżej** (10) – obycz., Pol.  
19.05 **Independence Dawn: The Forgotten Revolution** (2)  
20.00 **Zbrodnie sprzed lat** (5) – dok.  
20.55 **Ferrari – dramat biograf.**, USA/Wlk. Bryt./Wł. 2023  
23.15 **Mechanik: Czas zemsty** – dram. sens., USA/Niem. 2005  
1.00 **Historia w postaciach** zapisana – cykl dok.

### TVP KULTURA

11.40 **Dokument w podróży: Podróże z Agatą Christie** i sir Davidem Suchetem (1) 12.45 Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931  
14.25 **Seriałowa nostalgia: Noce i dnie** (2)  
15.40 **Wydarzenia aktualne**  
16.15 **Retroskopia**: Lawrence z Arabii – dramat przygodowy, Wielka Brytania 1962  
20.00 **Bilet do kina: Whiplash – dramat obycz.**, USA 2014  
21.55 **63. KFPF** w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (2) – koncert  
23.00 **Kino nocne: Niczego nie żałuje** – Edith Piaf – dramat biograf., Fr./Wlk. Bryt./Czechy 2007

### SUPER POLSAT

6.05 **Wydarzenia** 6.40 **SuperLudzkie** (38) – dok. 7.15 **Była sobie Ziemia** 9.30 **Kupiliśmy zoo** – komediodramat, USA 2011  
11.55 **Świat według Kiepskich** (541-546) – serial kom., Polska 15.25 **Złomiarze** (20, 21) – dok. 17.25 **Świat według Kiepskich** (547-549) – kom. 18.55 **Kolacja w ciemno** (10, 11) – pr. rozr.  
21.00 **Wydział zbrojstw, Hollywood – kom. sens.**, USA 2003  
23.30 **Gran Turismo** – dramat przyg., USA/Jap. 2023  
2.05 **Backdoor. Wycisze awaryjne** (10) – kom. 2.35 **Świat według Kiepskich** (378, 379) 3.45 **Nasz nowy dom** (243, 244)

### ZOOM

8.05 **Jakubiak rozgrywa** Tajlandię i Kambodżę (8) – dok. 8.35 **Jakubiak rozgrywa Polskę** 2 (1, 2) – mag. 9.40 **Wojciech Cejrowski** – boso przez świat  
13.00 **Stawka większa niż życie** (11, 12) – serial wojenny, Pol.  
15.45 **Gang Olsena** idzie na wojnę – komedia sens., Dania 1978  
18.00 **Dynamo: Więcej niż magia** (1, 2) – serial dok.  
20.00 **Hity polskiego kabaretu** 7 (6) – rozr. 20.15 **Psy** – dramat sens., Pol. 1992  
23.15 **Adam szuka Ewy**, Niemcy (3) – rozr. 0.10 **Magia nagosci**, Niemcy – reaktywacja (7) – pr. rozr. 1.15 **Magia nagosci**, Dania (4)

### METRO

8.00 **Klan z Alaski** – serial dok. 10.00 **The Floor** (7, 8) – telet. 11.15 **Złomowisko** PL 6 (1, 2) 13.15 **Gwiazdy lumpeków** (7) 14.15 **Makłowicz** w Polsce (5) 14.50 **No to leć!** (3) – rozr. 15.50 **Niewzłykie Stany** Prokopa 6 (8) – rozr. 16.50 **Jestem z Polski** 2 (5) – dok. 17.50 **Kryminalni** 2 (6, 7) – serial krym. 20.00 **Jak boss** – komedia, USA 2020  
22.00 **Na zabójczych ziemiach** – film sens., USA 1994  
0.05 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** 5 (3) – dok. 1.05 **Szpital** (773) – paradok. 2.05 **Szkoła** (526, 527) 3.35 **Nowa Maja** w ogrodzie 4 (24, 25) – mag.

### ALE KINO +

10.20 **Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu** – dok. 11.35 **The Office** PL 3 (1-3) – kom. 13.25 **Śmierć na Nilu** – film krym., Wlk. Bryt. 1978  
16.10 **Opadające liście** – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023  
18.00 **USA sieci wojny** – thriller, USA 2025  
20.10 **Morderstwo na basenie** – thriller, USA 2024  
22.05 **Walden** – thriller, USA 2023  
0.15 **Pokusa** – thriller, USA 2012  
2.25 **Powrót** (6-ost.) – kom. 3.05 **Sweat** – dram. obycz., Polska 2020  
4.50 **Meduzy** – film krótkometraż. 5.05 **Kruk**, Szepty słychać po zmroku (4) – krym.

### TV TRWAM

17.00 **Wybierz więc życie** – pr. religijny 17.30 **Przelamując bariery** – cykl reportaży 17.55 **Poczet wielkich Polaków** 18.00 **Aniol Pański** 18.05 **Informacja dnia** 18.15 **W Naszej Rodzinie** 19.25 **Święty na każdy dzień** 19.30 **Manna z Nieba** – pr. dla dzieci 19.45 **Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci** 20.00 **Informacja dnia** 20.20 **Rozdzianec** 20.50 **Ślady historii** (3) – dok. 21.00 **Apel Jagodziński** 21.20 **Informacja dnia** 21.40 **Polski punkt widzenia** 22.00 **Warto być ojcem** 22.15 **Głos serca** (134) – obycz., USA

### ANTENA HD

8.00 **Sekretne historie muzyczne** (1) – rozr. 9.10 **Wojny kontenerowe** (11-16, 1-4) – dok. 14.00 **Australijscy poszukiwacze złota** 2 (4) – dok., Australia 15.00 **Australijscy poszukiwacze złota** 3 (5-7) – serial dok. 18.00 **Polska. Największe tajemnice** (2) – rozr. 19.00 **77 TV** 5 (30)  
20.00 **Morderstwa we Francji – Plaza Omaha** – film krym., Francja/Bel. 2018  
22.00 **Girl in Room** 13 – dram. obycz., Kan./USA 2022  
0.00 **Helen nie żyje** – komediodramat, USA 2023  
1.40 **Zagłada Ziemi** – dok., USA 2013  
3.40 **77 TV** 4 (3, 2)

### TVS

6.00 **Telesprzedaż** 7.00 **Pogoda** – mag. 7.05 **Klasyki i Lachy** – pr. rozr. 7.40 **Koncert zyczeń** 9.25 **Muzyczne dzień dobry** – pr. muz. 10.05 **Przy muzyce po Śląsku** 11.00 **Klasyki i Lachy** 11.20 **Spotkanie z balladą** 12.35 **Przy muzyce po Śląsku** – pr. rozr. 13.35 **Klasyki i Lachy** – rozr. 14.00 **Ślagierowa lista** 16.00 **Koncert zyczeń** 17.45 **Przy muzyce po Śląsku** – rozr. 18.25 **Śląska karuzela** – muz. 19.55 **Hansi Hinterseer** zaprasza – pr. rozrywki. 22.00 **Koncert w TVS** 23.45 **Ślagierowa lista** 1.40 **Program muzyczny**

### WP

12.00 **Pokochoł lub sprzedaj** 6 (10) – dok. 13.00 **Pokochoł lub sprzedaj Vancouver** 3 (20)  
14.00 **Pokochoł lub sprzedaj Quebec** 4 (6) 15.00 **Policjanci z sąsiedztwa** 4 (14, 15) – dok. 16.55 **Pogoda** (62) – inf. 17.00 **Policjanci z sąsiedztwa** 4 (16) – dok. 18.00 **Strażacy z sąsiedztwa** 2 (1) – dok. 19.00 **Policjanci w akcji** (8) – obycz. 20.00 **Kabaretowa noc pod gwiazdami** (1, 2) 21.55 **Pogoda** (62) 22.00 **Kabaretowa noc pod gwiazdami** (3, 4) 0.00 **Kabaret** na żądanie (28) 1.00 **Mistrzowie Kabaretu** 16 (3) – rozr.

### ESKA TV

13.00 **Eska TV info** – inf. 13.15 **Eska na the Beach** 14.00 **Eska TV info** 14.15 **Eska na the Beach** 15.00 **Eska TV info** – inf. 15.15 **Podwójna Gorąca** 20  
18.00 **Historia jednej piosenki**  
19.00 **Polacy za granicą** – dok. 21.00 **Hardcorow Łombard**  
POLKO TV  
12.30 **Gwiazdy dla Ciebie** (40)  
13.00 **Polskie szlagiery** 14.00 **Disco Weekend z Blondi** (113)  
15.00 **Hit za hitem** – muz. 19.00 **Disco Polo Live** (849) – pr. muz. 20.00 **Imprezowe sztosy** – muz. 23.00 **Hit za hitem** – pr. muz.

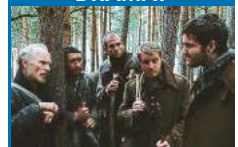
### VIASAT EPIC DRAMA

6.00 **Lekarze na start** (19-23) – serial obyczajowy, Pol. 2017  
9.35 **Polaris** 3 (5-9) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1991  
15.00 **Zatrącenie w miłości** (21-25) – telenowela, Turcja 2023  
20.05 **Detektyw Murdoch** 19 (3) – krym., Kan./Wielka Brytania 21.00 **Dalgliesh** 3 (1) – serial krym., Wlk. Bryt. 23.00 **Królowa weży** (8) – serial kostium., USA 0.05 **Zatrącenie w miłości** (21-25) – telenowela, Turcja 2023  
4.25 **Poirot** 3 (9) – krym., Wielka Brytania 1991  
5.15 **Detektyw Murdoch** 19 (3) – serial kryminalny, Kan./Wlk. Bryt.

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (8, 9) - magazyn poradnikowy
7.00 Polska Kronika Filmowa - serial dokum.
7.15 Miś Kudłatek - anim.
7.45 Bolek i Lolek na wakacjach - anim.
8.15 Chłopi (1, 2-ost.) - film obyczajowy, 1973, reż. Jan Rybkowski, 215 min
11.50 Potop Redivivus - film hist., 2014, 240 min
15.50 Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy - komedia kryminalna, 1978, 145 min
18.15 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka - komedia obyczajowa, 1976, reż. Jerzy Gruza, 105 min

DRAMAT



20.00 Niepokonani - USA/ FILM Polska/ZEA 2010
Syberia, 1940 rok. Janusz (Jim Sturgess, zdj.) trafia do sowieckiego łagru. Razem ze współwięźniami decyduje się na ucieczkę. 170 min
22.50 Rozmowy nocą - komedia romantyczna, 2008, 120 min
0.50 Ostatnia misja - film sens., 1999, 135 min
3.05 Dom zły - dramat kryminalny, 2009, 155 min
5.40 Diabeł - film krótkometr.

TVP SERIALE

5.15 Na sygnale (856-858) - serial fab.-dokum., Polska 2026
6.40 U Pana Boga w ogródku (7) - serial komediowy, Polska 2008
7.30 Na sygnale (859-863) - serial fab.-dokum., Polska 2026
10.15 Ranczo 8 (95, 96) - serial obycz., Pol. 2014
12.00 Rodzinka.pl (297-299) - serial komediowy, Pol.
13.35 Ojciec Mateusz 29 (376, 377) - serial kryminalny, Polska 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (303) - serial kryminalny, Pol.
16.30 Ranczo 8 (97) - serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Czerdziestolatek (16) - serial obyczajowy, Polska 1976

KOMEDIOWY



18.30 U Pana Boga w ogródku (8)
Odbывается się buczne wesele młodszego aspiranta Cieleckiego i córki komendanta. Tymczasem Bocian planuje ślub z Halinką Struzikową. 55 min
19.25 Ojciec Mateusz 29 (378-380) - serial krym., 2023
22.25 Ranczo 8 (98, 99)
0.20 Komisarz Alex 24 (303, 304) - serial krym., 2023
2.10 PitBull (18) - sens., Pol.
3.10 Oficerowie (6) - sens.
4.10 Rodzinka.pl (149, 150)

13 ULICA

6.15 Follow (4) - serial sensacyjny, Francja 2023
7.00 Na granicy: Spadek Hildy - film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarczyk, Ada Philine Stappenbeck, Lars Rudolph, 115 min
8.55 Marnus: Detektyw z Hawajów 5 (7-16) - serial sensacyjny, USA 2023
18.05 Kobra - oddział specjalny (5, 6) - serial sensacyjny, Niemcy 2021
18.05 Mściwy handlarz bronią próbuje dopaść dwójkę złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc w sprawie. 120 min

DRAMAT



20.05 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 - Francja 2022
Zaginęła dyrektorka firmy. Léonore (Julie Depardieu, zdj.) próbuje wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia. 115 min
22.00 Morderstwo między wierszami: Słowa mogą zabić - krym., USA 2019, 110 min
23.50 Worricker - Ostateczna rozgrywka - dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 120 min

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (776) - paradok.
6.00 Superbohaterowie (1)
6.30 Serieale: rozmowy 2 (1) - magazyn
7.10 Kino Buzz Top 5 (13)
7.20 Dziewczyny z Hollywood 3 (16)
7.35 Prawo Agaty 3 (12, 13) - serial obycz., Pol. 2013
9.30 Prawo Agaty 4 (1, 2) - serial obycz., Pol. 2013
11.40 Tom i Jerry - film familijny, USA/Wlk. Bryt./ Francja 2021, 130 min
13.50 Nowe przygody Aladyna - komedia, Fr./Bel. 2015, 135 min
16.05 Liga potworów - film animowany, USA 2022, 125 min
18.10 Bella i Sebastian 3 - film familijny, Francja 2017, 110 min

OBYCZAJOWY



20.00 Polityka - Polska 2019
Sceny z życia rządzących. Prezes (Andrzej Grabowski, zdj.) przechodzi operację nogi. Poznaje rehabilitanta o innych poglądach politycznych. 170 min
22.50 Zakonnica 2 - horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min
1.05 Nocny pościg - dramat sens., USA 2015, 125 min
3.10 Zawieruchy przepis na kino (19) - pr. rozr.

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (170) - magazyn
6.00 Na dobre i na złe (985) - serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (70) - obycz.
7.55 Rodzinka.pl (213, 214) - serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (256, 257) - serial krym.
10.45 Czy wiesz, że? (284)
11.20 Na sygnale (644, 645) - serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (73) - serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (37) - serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 6 (73, 74) - serial obycz., Pol. 2012
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Mąkłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (316) - krym., Pol. 2020

OBYCZAJOWY



19.20 Ranczo 7 (79-81) - Polska 2013
Czerepach i Koziół zakładają Polka Partię Uczciwości. Jej członkiem zostaje m.in. Sołejuk. Liczy, że otrzyma immunitet. 180 min
22.20 Dracula - horror, USA 1992, reż. Francis Ford Coppola, wyk. Gary Oldman, 135 min
0.35 Profilerka (7-9) - krym.
3.30 Planeta singli - komedia romantyczna, Polska 2016, 140 min

STOPKlatka

6.00 Komisarz Rex 2 (6-9) - krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson i Rex 8 (4, 5) - serial kryminalny, Kan.
12.00 Top Dog. Ameryka (1) - serial dokumentalny
13.35 Tata i małolata - komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, wyk. Gérard Depardieu, Katherine Heigl, 115 min
15.30 Święty - film sensacyjny, USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, Rade Serbedžija, 135 min
17.45 RoboCop - film s.f., USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 135 min

DRAMAT



20.00 Nietykali - USA 1987
Ness (Kevin Costner, zdj.), uczciwy agent federalny, wypowiada wojnę gangowi Ala Capone. Pomagają mu policjant i księgowy. 155 min
22.35 48 godzin - komedia sens., USA 1982, 120 min
0.35 Przepraszam, czy tu biją? - film sensacyjny, Polska 1976, 115 min
2.30 Klub wycieczkowy - film familijny, Polska 2015, 130 min
4.40 Karetowe hity (3)

CANAL+ PREMIUM

11.25 Jutro będzie nasze - komediodramat, Wł. 2023
13.20 Kiedy nadchodzi jesień - dram., Francja 2024
15.00 Premiera: Kaska Sochacka - „Ta Druga na Bis” (Live)
15.50 Niania w Nowym Jorku - komedia romant., USA 2007
17.30 Ultimatum Bourne'a - film sens., USA/Niem. 2007
19.25 Thelma - komedia, Szwajcaria/USA 2024
21.00 Premiera: Smashing Machine - dramat biograficzny, USA 2025
23.00 Grindhouse: Death Proof - thriller, USA 2007
0.50 Królestwo - dramat sensacyjny, USA/Niemcy/ZEA 2007

CANAL+ FILM

12.20 Łapu capu - program rozrywk.
12.25 Saga „Zmierzczeni”: Księżyc w nowiu - film fantasy, Australia/USA 2009
14.20 Call me mela 14.45 Ida - dram., obycz., Polska/Dania/Fr. 2013
16.05 Azyl - dramat biograf., Czechy/Wielka Brytania/USA 2017
18.10 Krucjata Bourne'a - thriller, USA/Niemcy 2004
19.55 Łapu capu - pr. rozrywk.
20.00 Zdążyć przed śmiercią - western, USA 2025, reż. Ned Crowley
21.45 Aftermath - thriller, USA 2024
23.20 Dom 1000 trupów - horror, USA 2003
0.45 Malpa - horror, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2025

FILMBOX+ ONE

6.15 Gang Olsena: Paryski plan - kom. krym., Dania 1981
8.15 Stawka większa niż życie (7, 8)
10.50 Merlin i wojna smoków - film fantasy, USA 2008
12.45 Mit - film przygodowy, Chiny/Hongkong 2005
15.05 Dobry rok - komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006
17.40 Książę i ja - komedia romantyczna, USA/Czechy 2004
20.00 American Pie - komedia, USA 1999
21.55 Patriota - film sensacyjny, USA 1998
23.50 Straznik czasu - thriller s.f., USA/Japonia 1994
2.00 Turistas - thriller, USA 2006
4.00 Bonanza - serial obyczajowy

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (21, 22)
7.00 Tata ma plan 2 (1-3)
8.30 Teoria wielkiego podrywku 5 (14-24)
13.05 Teoria wielkiego podrywku 6 (1) - kom.
13.30 Przyjaciele 5 (20-22)
15.00 DMV - Ci o prawka (14-16, 18) - kom.
17.00 9JKL (7-10) - serial kom.
19.00 Duchy (1, 2) - fantasy
20.00 Depresja gangstera - kom., USA/Australia 1999
22.00 The Office PL 2 (7, 8) - kom.
23.05 Comedy Club 5 (7, 8) - pr. rozrywk.
0.05 Miasteczko South Park (9-12)
2.05 Pracoholicy 2 (7-10) - kom.
3.35 Pracoholicy 3 (1) - kom.
4.00 Śmieszniej nie będzie 6 (1-5) - rozr.

HBO HBO

9.30 Jak wytresować smoka - film animowany, USA 2010
11.10 Pierwsza sprawa - dram., obycz., Francja 2023
11.55 Nasz syn - dramat obycz., USA 2023
14.40 Zabawy z piłką - kom., USA/Niemcy 2004
16.15 Akademia Pana Kleksa - film fantasy, Pol. 2023
18.25 O psie, który wrócił do domu - film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith
20.00 Premiera: Eleanor Wspaniała - dramat obyczajowy, USA 2025
21.40 Księgowy 2 - thriller, USA 2025
23.50 Noż w nocnej ciszy - horror kom., USA/Wlk. Bryt./Kanada 2023

FX FX

5.10 Tropiciel (20) - serial krym.
5.55 Matlock (13)
6.50 Agenci NCIS 10 (2-4)
9.35 FBI 4 (2, 3) - s.f.
Kryminalne zagadki Miami (25, 1) - krym.
13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) - serial krym.
15.05 Z archiwum X 2 (15-17) - s.f.
18.00 Faceli w czerni 2 - komedia s.f., USA 2002
19.45 Faceli w czerni 3 - kom. s.f., USA 2012
22.00 Anakondy: Polowanie na krwawą orchidę - sens., USA 2004
0.05 Pociąg z forsą - sens., USA 1995
2.15 Paradise (8) - krym.
3.00 Tropiciel (20) - krym.
3.50 Zabójczcy umysły 14 (6) - krym.

CANAL+ 360

12.00 Pelé: Król gry
13.00 W trasie z Normanem Reedusem 3 (6) - dok.
13.55 Co poszło nie tak 5 (6)
15.00 Kolejną pracę świat 4 (1, 2) - dok.
16.55 Wykrzywacz historii 6 (1) - serial dok., Wł. 1980
19.00 - z zachodu na wschód
19.00 Premiera: Speedshop: warsztat marzeń (1) - serial dokum.
20.15 Hot Roads - Najniebezpieczniejsze drogi świata (1) - dok.
21.10 Zabójcze drogi (3) - dok.
22.05 Porzucone konstrukcje (5) - dok.
23.00 Wykrzywacz historii 6 (3) - dok.
0.05 Co poszło nie tak 5 (4)

BBC FIRST

6.00 Z pamiętnika polóżnej 10 (6, 7) - obycz.
8.00 Co ludzie powiedzą? 2 (10)
8.40 McDonald i Dodds 2 (2)
10.30 Morderstwa w Midsomer 24 (4)
12.00 Ojciec Brown 6 (3-5)
15.30 My Life is Murder 4 (7, 8)
17.35 Ulica nadziei 5 (7)
18.35 Śmierć z dala od palm (2)
19.50 Śmierć pod palmami 15 (8) - serial krym.
21.00 Annika (2) - krym.
22.05 Ojciec świadek 22 (5, 6)
22.35 Śmierć z dala od palm (2)
1.25 Śmierć pod palmami 15 (8)
2.35 Z pamiętnika polóżnej 10 (7)
3.35 Ojciec Brown 6 (3-5) - krym.

ROMANCE TV

12.25 Gabinet z widokiem na morze: Zareczony z przeszłości (1) - film obycz., Niemcy 2025
14.20 Statek marzeń - Mąka - obycz., Niem. 2015
16.15 Świeża krew w starym kraju: Beke rozrabia - dramat obyczajowy, Niemcy 2024
18.05 Świeża krew w starym kraju: Na mielnie - dramat obyczajowy, Niemcy 2024
20.00 Zabójcze tropiki (1, 2)
22.05 Nord Nord Nord - Clüver i szalona noc - krym., Niem. 2017
0.00 Jeśli to miłość - melodram., Niem. 2016
1.55 Zabójcze tropiki (1, 2) - krym.

FILMBOX+ HITS

9.45 Romans (jak) z powieści - komediodramat, USA 2011
11.30 Camino - dramat obycz., Hiszpania 2008
14.10 Powrót. Historia Howarda Winstone'a - dram. biograf., Wlk. Bryt. 2010
16.20 Belcanto - melodramat, USA 2018
18.15 Zaginiona - thriller, USA 2012
20.00 The Occupant - thriller s.f., Holandia 2025
22.00 Jazda bez zasad - thriller, USA 2018, reż. Jeremy Ungar, wyk. Bella Thorne
23.30 Olimp w ogniu - thriller, USA 2013
1.40 Mroczna korona - film fantasy, Wielka Brytania 2025

TV 6

6.00 Jeźdźcy smoków - serial anim.
7.20 Przygody Tintina - film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011
9.35 Cobra Kai (23-25) - serial przygodowy
11.55 Strażnik Teksasu (7, 8) - serial sensacyjny
13.45 Poirot (7, 8) - serial krym.
15.55 Colombo (17, 18) - krym.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (43, 44) - krym.
21.55 Kości (107, 108) - krym.
23.50 S.W.A.T.: Miasto w ogniu - film sensacyjny, USA 2011
1.40 Kochane pieniądze (79, 80, 1, 2) - paradok., Pol.
5.45 Teledrugi TV Okazje - magazyn rekl.

PARAMOUNT NETWORK

8.55 Dziewczyny z drużyny - komedia obyczajowa, USA 2000
11.00 Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos - anim., USA/Japonia/Kan. 2023
13.05 Lego przygoda - film anim., Australia/Dania/USA 2014
15.25 Dzień zagłady - film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder
17.55 Sonic: Szybki jak błyskawica - film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020
20.00 Mission: Impossible - film sensacyjny, USA 1996
22.30 Pyszczał - thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024
0.30 Ojciec chrzestny - dramat sens., USA 1972

TVN 24
6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino - mag.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
16.00 Fakty po południu

TLC
7.00 Suknie ślubne dla patszystych - pr. rozr.
8.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci - serial dokum.

TVN STYLE
5.20 Damy i wieśniaczki. PL 8 (16) - serial fab.-dok.
6.15 Anatomia piękna 2 (1) - program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień - mag.

Discovery DISCOVERY CHANNEL
6.00 Budowa na końcu świata - serial dokum.
7.00 Klan z Alaski - dok.
8.00 Bimbrownicy 14 - dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC
6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (3, 4): Akcja na skalach; Strome zbocze
8.00 Inżynieryjne tragedie (1, 2)

FOKUS TV
6.00 Wehikul czasu (704) - program informacyjny
6.05 48h. Zaginieli (36) - serial kryminalny, Pol.

MAGAZYN
20.00 Superwizjer
Program przybliży pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawidłowości w życiu publicznym. 60 min
21.00 Rozmowy o końcu świata - pr. publicyst.

ROZRYWKA
21.00 Design w australijskim stylu
Georgia i Richie zajmują się metamorfozą starego domu nad zatoką, który po metamorfozie zmieni się za sanktuarium muzyki. 60 min
22.00 Gdy jeden mąż to za dwa - reality show, USA

DOKUMENTALNY
21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) - Wielka Brytania 2024
Zdaniem gwiazdy pop menedżer artystów przejął prawa do jej twórczości. Twórcy badają, czy mogło dojść do przestępstwa. 70 min
22.15 Ślub od pierwszego wejścia 10 (11, 12) - reality show, Pol. 2024

DOKUMENTALNY
20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2): 5 w skali EF
Seria burz w Północnej Dakocie przeraża się w tornado, które osiąga najwyższą kategorię EF5 - pierwszą tak silną od ponad 12 lat. 60 min
21.00 Bimbrownicy 14 - dok.

DOKUMENTALNY
20.00 Miasta w liczbach (1)
Powstanie kanału łączącego Atlantyk z wodami Pacyfiku skróciło tasy i uczyniło go niezwykle ważnym dla globalnej gospodarki. 60 min
21.00 Tajemniczy świat Majów (4, 2) - dok.

DOKUMENTALNY
21.00 Niezwykle konstrukcje 2 (1)
Twórcy dają wgląd w osiągnięcia w dziedzinie technologii i inżynierii. Odwołują się do różnej zakątki świata, by pokazać nowoczesne konstrukcje. 60 min
22.00 Niewyjaśnione zagadki (5) - dok.

POLSAT NEWS
12.45 Pogoda - inf. 12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia - serwis informacyjny
13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny
14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA
14.30 U sąsiadów w kuchni 16 (7, 8) 15.40 ABC gotowania - kuchnia amerykańska (1)
16.05 M jak mięso 4 (1, 2) - dok.
16.55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) - mag. kulin. 17.50 Ekoporady z Julią Oles 2 (1) - mag. 17.55 Jakubiak rozgryza Polskę (3, 4) - mag.

POLSAT CAFÉ
6.00 Komisarz. Mama - serial kryminalny 8.00 Bogaty dom - biedny dom - reality show
11.00 Polacy za granicą - miłość. Ateny - serial dokum.
12.00 Shopping Queens. Królówce Zakupów - pr. rozrywk. 14.00 Nasz nowy dom 15.00 Walka o życie - serial dok., Pol. 2025

DISCOVERY SCIENCE
6.00 NASA - archiwum tajemnic - dok. 8.00 Poszukiwacze dinosaurow - dok. 10.00 Jak to jest zrobione? - serial dok.
12.00 Jak to jest zrobione - samochody marzeń - serial dokumentalny 14.00 Jak działa wszechświat? - serial dok.
16.00 NASA - archiwum tajemnic - serial dok. 18.00 Jak to jest zrobione? 20.00 Autostrada spotkań z UFO - dok. 22.00 Tajemnice Alaski - dokum. 0.00 Ślady Wielkiej Stopy - dok. 2.00 Zaginione miejsca (2) - serial dok. 4.00 Jak to jest zrobione - samochody marzeń - serial dokum.

TVP DOKUMENT
11.00 Podróż z Agata Christie i sir Davidem Suchetem (5)
12.00 Korona Gór Polski 2 (5) - cykl dokum. 12.30 Podróż Matej i Dużej 4 (2) 13.00 Tacy bylibyśmy (3) 13.30 Fascynująca migracja (4) - dok. 14.30 Las Kolorów - Góry Tenasserim
15.35 Eurostar: rewolucyjna kolej 16.35 Plaża Europy (5) 17.40 Sanatorium miłości 4 (4) 18.30 Pierwszy Plan 7/9
20.10 Jak przejadamy naszą przyszłość 21.40 Tajemnice kultowych seriali (1) 22.35 Zełnamie, mój świecie wesoly 23.40 Sanatorium miłości 4 (3) 0.40 Podróż z historią (36)

PLANETE+
11.25 Targowiska świata (4) 12.30 Mongolia. Pomiedzy niem a ziemią (3) 13.35 Caley rok z panda (1) 14.40 Światlik. Boskie światło natury
15.50 Concorde. Wypredzić własny los 17.00 Ginące rzeźmiola Korei (2) - dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (61, 62) 18.40 Mami zamek 2 (2, 3) - dok., Pol.
19.45 Louis de Funes - król francuskiej komedii 20.50 Catherine Deneuve. W centrum kadru 22.00 Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda 23.10 AC/DC - Forever Young 0.15 Teodor Herzl - człowiek, który wymyślił Izrael

TVN 24 BIS
16.40 Kijew w kosmosie 17.20 Dokument w TVN24 BIS 18.05 Podcast ekonomiczny - ekon. 18.35 Horyzont 19.00 Fakty 19.20 Fakty po Faktach - inf. 20.00 Dokument w TVN24 BIS 21.00 Kobiet na krańcu świata

TVP 3
12.55 Regiony na TAK 13.25 Lato na ROD'os - dok., Pol. 14.00 Rączka gotuje 14.30 Program lokalny 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego - religijny
15.20 Program lokalny 19.30 Lato na ROD'os - serial dok.
20.10 Dziennik regionów - inf. 20.10 Pogoda 20.13 Gość Regionów - publ. 20.30 Piosenka od Ciebie 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów - inf. 22.20 Pogoda 22.30 Kryminalna siódemka 23.00 Piosenka od Ciebie 23.30 Regiony na TAK 23.55 Panorama 0.25 Serwis Info Wieczór - inf.

HGTV
9.55 Polowanie na ogród 7 (5) - pr. rozrywk. 10.30 Uratuj swój ogród 8 (14) - mag.
11.30 Wymarzony dom za granicą (1, 2) - rozr. 12.35 Będzie pięknie (8) - rozr. 13.35 Weekendowa metamorfoza 3 (1, 2) 15.30 Kamera, akcja, wpadka! (13-15) 17.05 House Hunters - Poszukiwacze domów 4 (6-8) 18.45 Wzłoch remont 4 (4) 19.45 Weekendowa metamorfoza 4 (8) 20.40 Weekendowa metamorfoza 2 (7) - rozr. 21.40 Mieszkanie na miarę 2 (4) 22.35 Mieszkanie na miarę (1) 23.35 Usterka 11 (9, 3, 5, 7)

TVP Kobieta
12.00 Okrasa Jamie przepisy 12.30 Pięknie przypawio! NA 2 (7) 13.00 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru 14.00 Rodzinka.pl (144, 145) - kom., Pol. 15.00 Tancząca ze Światłem - Oman (4) 15.30 Ojciec Mateusz 34 (445, 446) 17.25 Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru 18.30 Justyna Steczkowska na dobry wieczór 19.30 Miłość i nadzieja (294) - telen. Turcja
20.30 Wichrowe wzgórze (275) 21.30 Cztery pory roku w Hawanie (5) - krym. 22.30 Milionerzy - czarna kom., Fr. 2024

BBC EARTH
9.55 Dzikie konie Gór Skalistych i ja 11.05 Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) - serial dok.
12.10 W okowach mrozu 2 (6-10) 17.15 David Attenborough i cuda natury 2 (7) - serial dok. 17.50 Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (1) - dok. 18.55 Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) - dok.
19.55 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) - dok. 22.00 W okowach mrozu 3 (8) - dok. 23.00 Dzikie konie Gór Skalistych i ja 0.05 Na krawędzi katastrofy (1) 1.05 Superchirurdzy: szansa na życie 2 (2)

HISTORY
12.05 Starożytni kosmici 14 (15) - serial dok. 13.05 Tajemnice skryte w mroku (6) - dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) - serial dokum. 14.55 Gwiazdy lombardu 25 (14) 15.10 Gwiazdy lombardu 13 (2) 16.15 Tajemnice Dolnego Śląska (4, 5) 17.10 Hitler i narkotyki - film dok., USA 19.05 Starożytni kosmici 13 (19) 20.00 Starożytni kosmici 14 (14) - dok. 21.00 Starożytni kosmici: geneza (4) - dok. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (39, 40) - serial dok. 0.50 Starożytni kosmici 14 (14)



## FILMOWE HITY DNIA



20.00 POLSAT

## Dom Gucci

HIT

**KRYMINAŁ** Małżeński kryzys wpływowej i zamożnej pary prowadzi do tragicznego finału.

Mediolan, 1978 rok. Wnuk założyciela domu mody, Maurizio (Adam Driver), poślubia ambitną oraz kochającą luksus Patrizię Reggiani (Lady Gaga, zdj.). Z czasem kobieta nabiera przekonania, że w sposobie zarządzania słynną firmą powinny zająć zmiany. Kieruje decyzjami męża, który pozba-

wiony jest instynktu biznesmena. Ich związek zaczyna trawić kryzys. Mężczyzna porzuca Patrizię dla innej kobiety. Gdy przyznaje żonie zbyt małe alimenty, ta decyduje się podjąć drastyczne kroki.

**INFO:** Kanada/USA 2021, reż. Ridley Scott, wyk. Lady Gaga, Adam Driver, Al Pacino **200 min do godz. 23.20**



19.45 TVN

## Transformers

**SCIENCE FICTION** Ziemia staje się areną odwiecznej walki inteligentnych maszyn z kosmosu. W środek konfliktu trafia para nastolatków: Sam (Shia LaBeouf, zdj.) oraz Mikaela (Megan Fox, zdj.). **190 min**

USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson



20.00 TVN 7

## Krytyczna decyzja

**SENSACYJNY** Terroryci przejmują kontrolę nad odrzutowcem pasażerskim. W akcji odbicia maszyny bierze udział David Grant (Kurt Russell, zdj.). Władze podejmują decyzję o zestrzeleniu samolotu. **175 min**

USA 1996, reż. Stuart Baird, wyk. Kurt Russell, Halle Berry, David Suchet, Steven Seagal



20.00 TVP KULTURA

## Reguła milczenia

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Prawnik Jim Grant (Robert Redford) ukrywa, że przed 30 laty brał udział w napadzie na bank. Młody reporter Ben Shepard (Shia LaBeouf, zdj.) burzy jego spokojne życie. **130 min**

USA 2012, reż. Robert Redford, wyk. Robert Redford, Shia LaBeouf, Susan Sarandon



20.00 TV PULS

## Ostatni ślad

**THRILLER** Will (Gerard Butler zdj.) na własną rękę próbuje odnaleźć swoją żonę Lisę (Jaimie Alexander, zdj.), która zniknęła na stacji benzynowej. Kiedy bada kolejne tropy, sam staje się podejrzanym. **120 min**

USA 2022, reż. Brian Goodman, wyk. Gerard Butler, Jaimie Alexander, Russell Hornsby



20.00 HBO

## Sisu: Droga do zemsty

**WOJENNY** Aatami (Jorma Tommila, zdj.) rozbiera dom, w którym podczas wojny zamordowano jego rodzinę. Chce go odbudować gdzie indziej. Plany krzyżuje mu odpowiedzialny za zbrodnię radziecki dowódca. **90 min**

Wlk. Bryt./Fin./USA 2025, reż. Jalmari Helander, wyk. Jorma Tommila, Stephen Lang



20.00 STOPKLATKA

## Niezgodna

**SCIENCE FICTION** Przyszłość. Wyjątkowa nastolatka Beatrice (Shailene Woodley, zdj.) nie pasuje do systemu funkcjonującego w utopijnym państwie. Postanawia zbuntować się przeciwko opresji władz. **170 min**

USA 2014, reż. Neil Burger, wyk. Shailene Woodley, Theo James, Ashley Judd, Jai Courtney



20.00 FILMBOX+ ONE

## Projekt Koliber

**THRILLER** Anton (Alexander Skarsgard, zdj.) i Vincent (Jesse Eisenberg, zdj.) chcą zyskać przewagę na Wall Street. Zamierzają umieścić pod ziemią kabel światłowodowy wiodący do serwerów giełdowych. **150 min**

Kan./Bel. 2018, reż. Kim Nguyen, wyk. Salma Hayek, Jesse Eisenberg, Alexander Skarsgard



22.30 TVP KOBIETA

## Eiffel

**DRAMAT BIOGRAFICZNY** Lata 80. XIX w. W Paryżu ma się odbyć światowa wystawa. Francuski rząd chce olśnić gości. Zleca Gustave'owi Eiffelowi (Romain Duris, zdj.) stworzenie wyjątkowego projektu. **120 min**

Francja/Belgia/Niemcy 2021, reż. Martin Bourboulon, wyk. Romain Duris, Emma Mackey



22.50 STOPKLATKA

## Family Man

**KOMEDIODRAMAT** Bogaty i samotny Jack (Nicolas Cage, zdj.) budzi się w alternatywnej rzeczywistości. Niechętnie gra rolę męża oraz ojca. Po pewnym czasie jednak zaczyna sprawiać mu to przyjemność. **165 min**

USA 2000, reż. Brett Ratner, wyk. Nicolas Cage, Don Cheadle, Jeremy Piven, Téa Leoni



22.55 TVN

## Nieznośny ciężar wielkiego talentu

**KOMEDIA SENSACYJNA** Gwiazdor z Hollywood Nicolas Cage (zdj.) leci na Majorkę, żeby uświetnić urodziny tajemniczego milionera. Staje się częścią niebezpiecznej gry. **125 min**

USA 2022, reż. Tom Gormican, wyk. Nicolas Cage, Pedro Pascal, Jacob Scipio, Demi Moore



22.55 TVN 7

## Oszukać przeznaczenie 5

**HORROR** W drodze na integracyjny spotkanie Sam (Nicholas D'Agosto, zdj.) ma wizję walącego się mostu. Przekonuje towarzyszy podróży, aby uciekli z autobusu. To jednak dopiero początek ich koszmaru. **110 min**

USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, Miles Fisher



23.30 SUPER POLSAT

## Boogeyman

**HORROR** W domu Sadie (Sophie Thatcher, zdj.) i jej siostry, pogrążonych w żałobie po śmierci matki, zjawia się pacjent ich ojca. Przybywa za nim nadprzyrodzona istota, która karmi się cierpieniem ofiar. **135 min**

Kan./USA 2023, reż. Rob Savage, wyk. Sophie Thatcher, Chris Messina, Vivien Lyra Blair

## TVP 1 TVP 1

DVB T2

- 5.25 Sprawa dla reportera** – mag.
- 6.20 Słownik polsko@polski** (681) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska
- 6.55 Słowo na niedzielę**
- 7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach**
- 8.00 Tydzień** – magazyn rolniczy
- 8.35 Sławka większa niż życie** (8, 9) – serial wojenny, Polska
- 10.55 Ojciec Mateusz 15** (192) – krym., Pol.
- 11.55 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.00 Anioł Pański** – transmisja modlitwy Ojca Świętego
- 12.15 Między ziemią a niebem** – magazyn
- 12.45 Portret kapłana** – cykl reportaży, Pol.
- 13.10 BBC w Jeddynie: Planeta Ziemia 3** (3) – serial dok., Wielka Brytania 2023
- 14.10 Dom** (23) – serial obyczajowy, Pol. 2000
- 16.00 Dziedzictwo** (969) – serial obycz.
- 17.00 Teleexpress, pogoda**
- 17.35 Żona dla Polaka** (5) – reality show, Polska 2024
- 18.40 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
- 19.30 Program informacyjny 19.30**
- 19.55 Pytanie dnia** – program publicyst.
- 20.05 Sport, pogoda**
- 20.25 Prokurator** (7) – serial kryminalny, Pol.
- 21.20 Piłka nożna: Mistrzostwa**
- LIVE** świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



- 21.50 Mistrzostwa świata 2026**
- LIVE** – mecz 1/8 finału
- Czwierćfinał mundialu to najgorszy, ale i najczystszy wynik Brazylii na MŚ od 1990 r. Kibice Canarinhos na tytuł mistrzowski swoich ulubieńców czekają od 2002 roku. Choć teraz nie są w gronie głównych faworytów, awans do czwartej osmerki to ich obowiązek. 160 min
- 0.30 Morderstwa w Chartres** – krym.,
- FILM** Fr. 2025, reż. Sandrine Cohen, 105 min
- 2.15 Hondo** – western, USA
- FILM** 1953, reż. John Farrow, 85 min
- 3.40 Sędziowie pod presją** – film dokumentalny, Polska 2021
- 4.35 Sprawdzamy** – magazyn

## TVP 2 TVP 2

DVB T2

- 4.40 Barwy szczęścia** (3344-3346) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 6.25 M jak miłość** (1918) – serial obyczajowy, Polska 2026
- 7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
- 7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn
- 11.20 Dzień z życia artysty** (9) – talk-show
- 11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską** – widowisko, Polska 2026
- 14.00 Familiada** – teleturniej
- 14.35 Koło fortuny** (1881) – teleturniej
- 15.10 Szansa na sukces. Opole 2026** (10) – widowisko, Polska 2025
- 16.15 Tak to leciało!** (66) – teleturniej muzyczny, Polska 2025
- 17.15 Maxima. Droga na tron** (2) – serial biograficzny, Holandia 2024
- 18.05 Przepis dnia** (88) – magazyn kulinarny
- 18.20 Pan Mama** (60-ost.) – serial komediowy, Polska 2026
- Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Zamiast porozmawiać, postanawia udawać znaniec tantry, licząc, że zaimponuje dziewczynie. Bruno i Miras tworzą kuriozalną pieśń ku czci patrona szkoły. 35 min
- 18.55 Kocham Cię, Polsko!** (4) – program rozrywkowy
- 20.20 Postaw na milion** – teleturniej

## WIDOWISKO



- 21.25 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana** (1, 2) – Polska 2026
- Wybitny tenor Wiesław Ochman (zdj.) słynie nie tylko z muzycznego kunsztu, lecz także z poczucia humoru i scenicznych anegdot. Ponadto jest wielkim pasjonatem malarstwa. Jego benefis uświetnią występy m.in. Eleni i Justyny Steczkowskiej. 125 min
- 23.30 Na przekór losowi** (1, 2) – serial obycz., Wł./Francja/Niem. 2024
- 1.35 Piłka nożna: Mistrzostwa**
- LIVE** świata 2026 – studio
- 1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata**
- LIVE** 2026 – mecz 1/8 finału

## polsat POLSAT

DVB T2

- 4.40 Disco Gramy** – program muzyczny
- 5.25 Telezakupy TV Okazje**
- 6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
- 8.30 halo tu polsat** – magazyn
- 11.30 Sing 2** – film animowany, Japonia/USA 2021, reż. Garth Jennings, Christophe Lourdelet
- Koala Buster Moon i jego ekipa pragną, by ich widowisko zostało wystawione w światowej stolicy rozrywki. Najpierw muszą przekonać do współpracy gwiazdę rocka, która widzieje pustelnicze życie. 135 min
- 13.55 Policja zastępca** – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay
- Sławy nowojorskiej policji giną podczas ryzykownej akcji. Nieudacznicy Terry (Mark Wahlberg) i Allen (Will Ferrell) postanawiają się wykazać. Wpadają na trop afery. 145 min
- 16.10 Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara** – film przygodowy, USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg, 160 min
- 18.50 Wydarzenia**
- 19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny
- 19.35 Sport, pogoda**

## KRYMINALNY



- 20.00 Dom Gucci** – Kanada/USA 2021, reż. Ridley Scott
- FILM** Lady Gaga (zdj.), jedna z najpopularniejszych amerykańskich piosenkerek, ponownie udowadnia, że ma talent aktorski. Jej rolę żony dziedzica włoskiego domu mody wyróżzono nominacjami do Złotego Globu i BAFTA. 200 min
- 23.20 Pięćdziesiąt twarzy Greya** – melodramat, USA 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, 165 min
- 2.05 Ucieczka z piekła** – thriller, USA/Tajlandia 2015, reż. John Erick Dowdle, 135 min
- 4.20 Kabaretowa Ekstraklasa** (115) – program rozrywkowy

## tvn TVN

DVB T2

- 5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 5.55 Ukryta prawda** (1689) – serial paradokumentalny, Polska 2025
- 6.50 Kuchenne rewolucje** (1) – program rozrywkowy
- 7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn
- 11.30 Co za tydzień** – magazyn kulturalny
- 12.15 Niezwykłe Stany Prokopa 4** (2) – program rozrywkowy
- 12.50 Ugotowani** (5) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2025
- 14.00 Bella i Sebastian 3** – film familijny, Francja 2017, reż. Clovis Cornillac
- FILM** W wiosce zjawia się nieznamy (Clovis Cornillac). Twierdzi, że jest prawowitym właścicielem Belli i chce ją zabrać wraz ze szczęściami. Sebastian (Félix Bossuet) nie zamierza do tego dopuścić. 110 min
- 15.50 Akademia policyjna** – komedia, USA 1984, reż. Hugh Wilson
- FILM** Burmistrz znosi wszelkie wymagania stawiane kandydatom na policjantów. W ich szereg chce wstąpić m.in. złodziej Mahoney (Steve Guttenberg). Porucznik Harris (G.W. Bailey) stara się zniechęcić kandydatów. 125 min
- 17.55 Kuchenne rewolucje** (4) – program rozrywkowy
- 19.00 Fakty, sport i pogoda**

## SCIENCE FICTION



- 19.45 Transformers** – USA 2007, reż. Michael Bay
- FILM** Nominowany do Oscara za efekty specjalne, dźwięk, a także jego montaż film to propozycja dla miłośników nowoczesnego kina science fiction. W rolach głównych Shia LaBeouf (zdj.) oraz Megan Fox. 190 min
- 22.55 Nieznośny ciężar wielkiego talentu** – komedia sensacyjna, USA 2022, reż. Tom Gormican, 125 min
- 1.00 Prime Time** – thriller, Polska 2021, reż. Jakub Piątek, 115 min
- 2.55 Największe polskie katastrofy** (3)
- 3.45 Uwaga!** – magazyn reporterów
- 4.05 Detektywi** (104) – serial fab.-dokum.

## 4 TV4

DVB T2

- 6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (192) – reality show, Polska
- 7.00 Ewa gotuje** (474) – magazyn kulinarny
- 7.30 Nieznane zdjęcia Hitlera** (4) – serial dok.
- 8.30 Kultowe pociągi – najspanialsze podróże koleją** – film dok., Francja 2024
- 9.40 Galileo** (1178, 1179) – program popularnonaukowy
- 11.40 Mini Galileo** (106) – program popularnonaukowy
- 11.55 Czaszki ostatnie: Pozostawieni** – film sensacyjny, USA/Kanada 2014, 135 min
- 14.10 Doktor Dollittle** – komedia, USA 1998, reż. Betty Thomas, 110 min
- 16.00 Jaś Fasola: Naciąga totalny kataklizm** – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, reż. Mel Smith, 115 min
- 17.55 Uroczysko** (171-174) – serial krym., Polska
- 20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1004-1007) – serial kryminalny, Pol. 2026
- 0.05 STOP Drogówka** – magazyn policyjny
- 1.05 Polowanie na Hitlera** (3, 4) – serial dok.
- 3.05 Interwencja** – magazyn reporterów
- 3.25 Lubię disco!** (275) – program muzyczny
- 4.25 Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
- 5.30 Telezakupy TV Okazje**

## puls TV PULS

DVB T2

- 5.50 Taki jest świat 11** (27) – program inform.
- 6.15 Kobra – oddział specjalny** (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
- 8.10 Don Matteo: Boski detektyw 14** (17, 18) – serial kryminalny, Włochy 2024
- 10.10 Zaklinaczka duchów 4** (66, 67) – serial fantasy, USA 2008-2009
- 12.15 Złote dziecko** – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, 105 min
- 14.00 Agent XXL: Rodzinny interes** – komedia, USA 2011, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, 150 min
- 16.30 Jumper** – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, 110 min
- 18.20 Polowanie na prezydenta** – sens., Finlandia/Wlk. Bryt./Niemcy 2014, wyk. Samuel L. Jackson, Onni Tommila, 100 min
- 20.00 Niedziela z gwiazdami: Ostatni ślad** – thriller, USA 2022, reż. Brian Goodman, wyk. Gerard Butler, 120 min
- 22.00 Pole rażenia** – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, 125 min
- 0.05 Zapieni** – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, 120 min
- 2.05 Zobacz to!** – programy powtórkowe

## puls PULS 2

DVB T2

- 6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej** (10) – program rozrywkowy
- 7.00 Taki jest świat 11** (27) – program inform.
- 7.30 Aukcja w ciemno** (2, 3) – serial dok., USA
- 8.35 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj** (12) – serial dokumentalny, Pol.
- 9.10 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana** (1, 2) – serial dokum., Polska 2025
- 10.40 Gamoń** – komedia, Fr./Włochy/USA 1965, 135 min
- 12.55 Człowiek orkiestra** – komedia, Francja/Włochy 1970, reż. Serge Korber, 115 min
- 14.50 Najpiękniejsze baśnie: Duch gór** – baśni film., Niemcy/Czechy 2017, 120 min
- 16.50 Najpiękniejsze baśnie: Poszukiwacze skarbu** – baśni film., Czechy 2012, 115 min
- 18.45 Stańcowane pantofelki** – baśni filmowa, Niemcy 2011, reż. Wolfgang Eisler, 75 min
- 20.00 Zabójcze mokrada** – horror, Wielka Brytania 2025, reż. Brad Watson, 120 min
- 22.00 Dzielnica strachu 9** (403-407) – krym.
- 3.00 Lombard. Życie pod zastaw 2** – obycz.
- 4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4** (189) – serial obyczajowy, Polska 2019
- 5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (501) – serial obyczajowy, Polska 2022

## TVN 7

DVB T2

- 5.10 Szkoła** (773) – serial paradok., Pol. 2020
- 6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie** (2) – program rozrywkowy
- 6.55 Nowe Zwiariowane Melodie** – serial animowany, USA 2018
- 7.25 Alvin i wiewiórki** – film familijny, USA 2007, reż. Tim Hill, wyk. Jason Lee, David Cross, Cameron Richardson, 110 min
- 9.15 Ukryta prawda** (1430-1434) – serial paradokumentalny, Pol. 2022
- 14.20 Szpital św. Anny** (19, 20) – serial obycz.
- 16.20 Detektywi** (330) – serial fabularno-dokum.
- 17.25 Jupiter: Intronizacja** – film s.f., USA/USA 2009, reż. Andy Serkis, 125 min
- 20.00 Krytyczna decyzja** – film sensacyjny, USA 1996, reż. Stuart Baird, wyk. Kurt Russell, Halle Berry, David Suchet, 175 min
- 22.55 Oszukać przeznaczenie** 5 – horror, USA/FILM Kanada 2011, reż. Steven Quale, 110 min
- 0.45 Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, 125 min
- 2.50 Żyjąc z potworem 9** (1) – serial dok., USA
- 3.40 Fachowcy** (7) – serial paradok., Pol. 2017
- 4.15 Usterka 11** (4) – serial fab.-dok., Pol. 2019
- 4.50 Dorota was urządzi!** (9) – pr. rozrywk.

**TVP POLONIA**

**TVP POLONIA**

12.50 Słowo na niedzielę  
13.00 Transmisja mszy świętej z sanktuarium Najświętszego Imienia Jezusa w Łodzi  
14.20 Janosik (13-ost.) - przyg.  
15.10 Joanna Kolaczowska - królowa kabaretu  
16.15 Niedziela z... - pr. kult.  
17.05 Ja wam pokażę! (10) - serial obycz., Pol. 2007  
17.55 Teleexpress  
18.15 Kabaretomania (65)  
19.10 63. KFPP w Opolu - Kiedy mnie już nie będzie... W holdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej (1) - koncert, Polska 2026  
20.10 Program informacyjny 19.30  
20.40 Pogoda

**TVP ROZRYWKA**

11.50 Postaw na milion  
13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (8)  
14.10 Przyrodnik na tropie (37) - serial dokum., Pol.  
14.45 Olga Lipińska zaprasza (9) - talk-show  
15.30 Program rozrywkowy  
15.45 Moje przeboje (11)  
16.20 Omnibus - szybcy i mądzy (3) - teleturniej  
16.50 Omnibus - szybcy i mądzy - dogrywka (3) - teleturniej  
17.10 Omnibus - szybcy i mądzy (4) - teleturniej  
17.35 Omnibus - szybcy i mądzy - dogrywka (4) - teleturniej  
18.00 Koło fortuny (2046) - teleturniej  
18.40 Szpasa na sukces. Opole 2026 (3)

**TTV HD DVB T2**

8.45 Nic do zgłoszenia 5 (3)  
9.45 Express - pr. inform.  
10.05 Idź na całość 2 (5)  
11.10 Zakup w ciemno 7 (29)  
11.20 Zakup w ciemno 3 (36)  
13.10 Zakup w ciemno extra (30) - reality show  
13.40 Damy i wiesniaczki. PL 5 (1) - serial fab.-dok.  
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)  
15.45 Express - pr. inform.  
16.05 Idź na całość 2 (1)  
17.10 Życie na kredycie 8 (7)  
17.45 Express - pr. inform.  
18.00 Pogoda, sport - pr. inf.  
18.10 Życie na kredycie 8 (8)  
18.45 Żony Podlasia 3 (5)  
19.45 Express - pr. inform.  
20.00 Zakup w ciemno 7 (30) - reality show, Pol. 2026  
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (10)

**POLSAT 2**

5.50 Wydarzenia  
6.30 Sekrety rodziny (153) - serial paradokumentalny, Polska 2020  
7.30 Z klimatem i z pasją (248) - program publicystyczny  
8.00 Sekrety rodziny (154) - serial paradokumentalny, Polska 2020  
9.00 Trudne sprawy (982-986) - serial paradokum., Polska 2020  
14.00 Sekrety rodziny (155) - serial paradokum., Pol.  
15.05 Więzienie kobiet (117-119) - serial dokumentalny, Polska  
16.30 Nasz nowy dom (365) - reality show, Polska 2026  
17.40 Awantura o kasę - teleturniej

**POLSAT FILM**

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (171) - pr. rozr.  
8.00 Sędzieli - anim.  
8.20 Byli sobie podróżnicy - serial anim., Fr. 1997  
10.10 Jeźdźcy smoków na końcu świata - serial anim., USA 2016  
12.00 Krudowie - film anim., USA 2013, 120 min  
14.00 Gruby i chudy 2  
14.50 Rodzina Klumpów - komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, 140 min  
16.20 Jumanji: Przygoda w dżungli - film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, reż. Jake Kasdan, 145 min  
18.45 Liga niezwykłych dzentelmenów - film przygodowy, USA/Niem./Czechy 2003, 135 min

**AXN**

6.30 Angry Birds 2 Film - film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, reż. Thuropan Van Orman, 100 min  
8.10 Zabójcza broń 3 (12, 13) - serial sensacyjny, USA 2018  
10.10 MacGyver 2 (11-15) - serial akcji, USA 2017-2018  
15.05 FBI: Most Wanted 3 (19-22) - serial kryminalny, USA 2020  
19.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) - serial kryminalny, USA/Kanada 2010  
Policjanci ekspres badają sprawę zamachu bombowego, do którego doszło podczas pogrzebu oficera Clarka. 60 min

**KRYMINALNY**

20.50 Komisarz Alex 23 (284) - Licealistka Pola ginie pod kołami pociągu. Alex zauważa w pobliżu miejsca zdarzenia zakapturzona postać. Wraz z Kozierą ruszają w pościg. 50 min  
21.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską  
23.40 N jak Neo-Nówka (1)  
0.40 Ja wam pokażę! (10) - serial obycz., Pol. 2007  
1.30 Program informacyjny 19.30  
2.00 Pogoda

**ROZRYWKA**

19.50 N jak Neo-Nówka (1) - Członkowie wrocławskiej grupy prezentują absurdalną współczesną rzeczywistość. Angażują do współpracy osoby z widowni. 60 min  
20.50 Kocham Cię, Polsko! (6) - program rozrywk.  
22.25 Postaw na milion  
0.20 Koło fortuny (2046)  
1.00 Omnibus - szybcy i mądzy (3) - teleturniej  
1.30 Omnibus - szybcy i mądzy - dogrywka (3) - teleturniej

**DOKUMENTALNY**

22.00 Żony Podlasia 3 (6) - Markotna Benia pomaga przy żniwach. Marcin i jego synowie postanawiają ją rozвеселić. Aldona wybiera się z bilskimi na ryby. 60 min  
23.00 Nic do zgłoszenia 5 (4)  
0.00 Damy i wiesniaczki. PL 6 (17) - serial fab.-dok.  
1.00 Kanapowcy 5 (4) - rozr.  
2.00 SOS. Ekipy w akcji (9, 10) - serial paradok.  
3.35 Sedzia Anna Maria Wesolowska (513)  
4.20 Szpital (602) - paradok.

**SENSACYJNY**

20.00 Życzenie śmierci - USA 2018, reż. Eli Roth  
FILM - Żona i córka dra Kersey'a (Bruce Willis, zdj.) zostają napadnięte. Wobec bezsilności policji lekarz planuje zemstę na własną rękę. 130 min  
22.10 Strzelec wyborowy - film sensacyjny, USA/Rumunia 2005, 130 min  
0.20 N Jesteśmy dla dzieci  
0.45 Kabaretowa Ekstraklasa (65) - rozr.  
1.05 Wydarzenia  
1.45 Oblicza Ameryki

**HORROR SF**

21.00 Oby - ósmy pasażer „Nostromo” - Wielka Brytania/USA 1979  
Bestia dostaje się na pokład statku. Sierżant Ripley (Sigourney Weaver, zdj.) i jej koledzy muszą walczyć o przetrwanie. 135 min  
23.15 Jak ukradłem miliony - komedia krym., Pol. 2024, 120 min  
1.15 Ślad (30, 31) - krym., Pol.  
3.15 Gliniarze (347, 348) - serial paradokum., Pol.  
5.20 Na ratunek 112 (860)

**SENSACYJNY**

20.00 Londyn w ogniu - Wielka Brytania/USA/Bulgaria 2016  
Terrorysta atakuje Londyn w czasie pogrzebu premiera Wielkiej Brytanii. Agent Banning (Gerard Butler, zdj.) musi chronić życie prezydenta USA. 120 min  
22.00 Świat w ogniu - film sensacyjny, USA 2019, 140 min  
0.20 Obleśny rycerz - komedia przygodowa, USA 2001, 175 min

**HISTORIA**

10.15 Starożytność mocarstwa (4)  
11.10 Jacek Cygan. Życie jest sztuką - dok., Polska 2025  
12.15 Wszystkie kolory świata - dok. 13.20 Góry Europy (1)  
14.25 Narodziny narodu - dramat hist., USA 1915  
17.40 Błisko, coraz bliżej (1)  
19.05 Nieznana wojna na Poloncy (1)  
20.10 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1) - dok. 21.10 2026 rokiem Andrzeja Wajdy: Wszystko na sprzedaż - dramat psycholog., Pol. 1968  
23.00 Wielka droga - dramat wojenny, Pol./Wł. 1946  
0.45 Opięknyno (nie) pamięci - dok., Pol. 2026

**TVP KULTURA**

12.30 Opole - koncertowe wspomnienia (10) - cykl fel.  
12.45 Opole na bis  
13.55 Chiński syndrom - thriller, USA 1979  
16.05 Seriewalwa nostalgia: Noce i dnie (3) - obycz., Pol.  
17.15 Niedziela z... - kult. 18.10 Niedziela z... - Porwać się na życie  
19.20 Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji - reportaż  
20.00 Regula milczenia - dramat obyczajowy, USA 2012  
22.10 Kulturalni (25) - mag. 23.05 Więcej niż fikcja: Wyglodniałe dusze w wielkim mieście. Legenda „Nocnego kowboja” - film dokum., USA 2022  
1.00 Noc krótkich filmów: Afonia

**SUPER POLSAT**

6.05 Wydarzenia 6.40 SuperLudzie (39) - dok. 7.15 Była sobie Ziemia 9.50 SuperMocni (4) - mag. 10.20 Małe kobiety - melodramat, USA 2019  
13.05 Kupiliśmy zoo - komediodramat, USA 2011  
15.55 Formula 1: GP Wielkiej Brytanii 18.25 Świat według Kiepskich (550) - kom. 19.00 Randka w ciemno (3, 4) - rozr.  
21.00 Na linii ognia - dramat sens., USA 1993  
23.30 Boogeyman - horror, Kan./USA 2023  
1.45 Backdoor. Wyjście awaryjne (1) 2.15 Świat według Kiepskich (380-382) 3.50 Nasz nowy dom (245, 246)

**ZOOM**

6.00 Kojak 3 (3, 4) - krym. 8.00 Jakubiak rozgryza Polskę 2 (3-5) - mag. 9.35 Wojciech Czejrowski - bosso przez świat z Alaski 9.50 The Floor (9, 10)  
11.45 Cztery pancerni i pies (1, 2) - wojenny 14.30 Gang Olsena nigdy się nie poddaje - komedia sens., Dania 1979  
16.50 Dymno: Więcej niż magia (3, 4) - dok. 18.50 Kabaretowe hity (4, 2) - pr. rozr.  
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (7, 10, 9) - rozr. 23.00 Magia nagoci. Najsamocześniejsze kąski (3) - rozr. 0.00 Adam szuka Ewy. Niemcy (3) - rozr. 1.00 Magia nagoci. Finlandia 4 (4) - rozr. 1.35 I love kabaret (5-8)

**METRO**

5.45 Niezwykłe Stany Prokopa 3 (2) - pr. rozr. 6.10 Gorączka złota 11 (2) - dok. 7.50 Klan z Alaski 9.50 The Floor (9, 10)  
11.10 Footloose - muz., USA 2011  
13.30 Diagnosta (6, 7) 15.30 Kryminalni 2 (8-10) 18.50 Milionerzy (621, 622) - telet.  
20.00 Yellowstone (4, 5) - obycz. 22.00 Millerowie - kom. krym., USA/Wlk. Bryt. 2013  
0.05 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (4) 1.10 Szpital (774) - paradok. 2.10 Szkoła (527, 528) - paradok. 3.40 Nowa Majja w ogrodzie 4 (25, 26) 4.30 Osadzone. Blok F (2) 4.55 Złomowisko PL 6 (2)

**ALE KINO +**

8.00 Minari - dramat obyczajowy, USA 2020  
10.20 Premiera: Bruce Lee, wejście smoka  
11.35 The Office PL 3 (4-6) 13.20 Morderstwo w Orient Express - krym., Wielka Brytania 1974  
15.50 Karen Pirie (1) - krym. 17.45 Pokuta - melodramat, Wielka Brytania/Fr. 2007  
20.10 Premiera: Niezwykłe miejsce na śmierć (1) - krym. 22.05 Bestie - thriller, Hiszp./Francja 2022  
0.45 Daaa...! - komediodramat, Francja 2023  
2.30 Król (1) - sens., Pol. 3.40 Żurek - film obycz., Pol. 2003  
4.55 Meduzy 5.05 Kruk. Szeptaj slychać po zmroku (5) - krym.

**TV TRWAM**

16.50 Mateczniki Polkości (6)  
17.00 Natura et Homo - eduk. 17.30 Sól ziemi 17.55 Poczet wielkich Polaków - hist. 18.00 Polonijna Piętrzymka Rodziny Radia Maryja do Amerykańskiej Czeszczoławy - pr. religijny  
20.00 Informacje dnia 20.20 Róznaniec 20.50 Od Lutra do Marxa - Historia Kościoła (1) - dok. 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja - pr. publ. 21.45 Stan bezpieczeństwa państwa 21.55 Święty na każdy dzień 22.00 Mocni Jego mocą 22.30 Muzyczne chwile - kult.

**ANTENA HD**

8.15 Papierz: Najpotężniejszy człowiek w historii (4) - serial dok. 9.10 Co Polak potrafi na drodze? (7) - pr. rozr. 10.15 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek - dok., USA 2015  
12.05 Polska. Największe tajemnice (7, 8) - program rozrywk.  
14.05 Łowcy skarbow 3 (2-5) - przyg. 18.00 77 TV 5 - pr. rozr. 19.00 77 TV 4 (18) - rozr. 20.00 Alex Hugo - górski detektyw (27, 28) - krym. 0.10 Girl in Room 13 - dramat obycz., Kanada/USA 2022  
1.55 Nostradamus: prorocтва na XXI wiek 3.50 77 TV (2) - pr. rozr.

**TVS**

7.05 Pogoda - mag. 7.15 Klachy i Lachy - rozr. 8.05 Przy muzyce po Śląsku 8.35 Muzyczne dzień dobry 9.35 Przy muzyce po Śląsku 10.45 Klachy i Lachy 11.15 Spotkanie z balladą 12.20 Hansi Hinterseer zaprasza 14.30 Śląska karuzela  
16.00 Koncert zyczeń 17.50 Szlagiewka lista - pr. muz. 19.45 Koncert w TVS - pr. muz. 21.45 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Upagnione dziecko Amy - dramat obycz., Niemcy 2023  
23.35 Śląska karuzela - muz. 1.20 Program kulinarny 2.50 Pasma ciekawostek

**WP**

10.55 Pogoda (63) - pr. inform. 11.00 Premiera: Whitney Houston: rodzinna tragedia  
13.00 Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (7) - reality show 14.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (17) - dok. 15.00 Stracy z sąsiedztwa 2 (2) - dok. 16.00 Policjanci w akcji (7) 16.55 Pogoda (63) 17.00 Policjanci z sąsiedztwa 2 (3-7) - dok. 21.55 Pogoda (63) - inf. 22.00 Mistrzowie Kabaretu 10 (4) - pr. rozr. 23.00 Mistrzowie Kabaretu 11 (1) - pr. rozr. 0.00 Przebojowe kabarety (3) 1.00 Mistrzowie Kabaretu 15 (7)

**ESKA TV**

13.00 Eska TV info - inf. 13.15 Eska on the Beach 14.00 Eska TV info 14.15 Eska on the Beach 15.00 Eska TV info - inf. 15.15 Podwójna Gorąca 2  
18.00 Historia jednej piosenki 19.00 Polacy za granicą - dok. 21.00 Hardcorowo Lombard  
2.00 Hit za hitem - pr. muz. 13.00 Disco Star (10) - muz. 14.40 Hit za hitem - pr. muz. 19.30 Biesiada w Polsce - Mragowo 2025 (1, 2-ost.) - koncert 22.15 Hit za hitem 0.00 Pamiętniki z wakacji (94)

**VIASAT EPIC DRAMA**

6.00 Lekarze na start (24-28) - obycz., Pol. 2017  
9.55 Poirót 3 (10) - serial kryminalny 10.40 Poirót 4 (1, 2) - serial krym.  
15.05 Zatrącenie w miłości (26-30) - telenowela, Turcja 2023  
20.00 Zagadki kryminalne nowej paniny Fisher (4) - krym., Australia 21.00 Morderstwo to nic trudnego (3) - serial kryminalny 22.00 Poirót 13 - krym., Wlk. Bryt. 23.55 Zatrącenie w miłości (26-30) - telen., Turcja 4.10 Poirót 3 (10) - serial kryminalny 5.05 Zagadki kryminalne nowej paniny Fisher (4) - serial kryminalny

KINO POLSKA
6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (10, 11)
7.10 Polska Kronika Filmowa - serial dokum.
7.55 Miś Kudłatek - anim.
8.15 Bolek i Lolek na wakacjach - anim.
8.50 Nibylandex
9.30 Jesli serce masz bijace - dram. psychologiczny, 1980, reż. Wojciech Fiwek, 120 min
11.30 1920 Bitwa - dram. wojenny, 2011, 140 min
13.50 Stara baśń - film kostium., 2003, 150 min
16.20 Poszukiwany, poszukiwana - komedia, 1972, 120 min
18.20 Na układy nie ma rady - komedia, 2017, 100 min

TVP SERIALE
5.35 Na sygnale (863) - serial fab.-dokum., Polska 2026
6.10 Czerdziestolatek (15-17) - serial obyczajowy, Polska
9.35 U Pana Boga w ogródku (7, 8) - serial komediowy, Polska 2008
11.20 Cztery pancerni i pies (2, 3) - serial wojenny, Polska 1966
13.35 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) - serial kryminalny, Polska 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (304) - serial kryminalny, Polska 2025
16.30 Ranczo 8 (100) - serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Cztery pancerni i pies (4, 5) - serial wojenny, Polska 1966

13 ULICA
6.15 Follow (5) - serial sensacyjny, Francja 2023
7.00 Na granicy: Miłość do ojczyzny - film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, wyk. Lucas Gregorowicz, Marcin Piętoski, Maria Simon, 115 min
8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20): Świadomość winy; Zajęcia pozalekcyjne; W proch się obrócisz; Wielki wyścig - serial sensacyjny, USA 2023
12.35 Chicago P.D. 11 (8-13) - serial kryminalny, USA 2024
18.05 Niewidomy detektyw (4) - serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020

TVN FABUŁA
5.10 Szkoła (777) - paradok.
6.00 Kino w drodze (4) - program kulturalny
6.30 Seriale: rozmowy 2 (2) - magazyn
7.10 Najpiękniejsza muzyka filmowa (6) - program rozrywkowy
7.25 Prawo Agaty 4 (3-6) - serial obyczaj., Pol. 2013
11.30 Happy Feet: Tupot małych stóp - film animowany, Australia/USA 2006, 135 min
13.45 Wakacje w krzywym zwierciadle - komedia, USA 1983, 125 min
15.50 Zatańcz ze mną - komedia romantyczna, USA 2004, 135 min
18.05 Grawitacja - thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 115 min

TVP HD
6.00 Na dobre i na złe (986) - serial obyczaj., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (71) - serial obyczajowy, Polska 2012
7.55 Rodzinka.pl (215, 216) - serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (258, 259) - serial kryminalny, Polska 2018
10.45 Czy wiesz, że? (285) - serial dokumentalny, Fr.
11.20 Na sygnale (646, 647) - serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (74) - serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (38) - serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 6 (75, 76) - serial obyczaj., Pol. 2012
16.10 Postaw na milion - teleturniej
17.10 Okrasa lamie przepisy - magazyn kulinarny

STOPKLATKA
6.00 Komisarz Rex 2 (9-12) - krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson i Rex 8 (6-8) - serial kryminalny, Kan.
13.00 Top Dog. Ameryka (2) - serial dokumentalny
14.20 Kryptonim Panda - komedia sensacyjna, Chiny 2024, reż. Luan Zhang, wyk. Jackie Chan, Xiang Wei, 130 min
16.30 Czego dusza zapagnie - komedia s.f., Wielka Brytania/USA 2015, reż. Terry Jones, wyk. Simon Pegg, Kate Beckinsale, 110 min
18.20 Czyszciciel - komedia sensacyjna, USA 2007, reż. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, Nicollette Sheridan, 100 min

BIOGRAFICZNY
20.00 Anna German (1) - koniec lat 30. ubiegłego wieku. Niemieccy koloniści z Urgencza, Germanowie, żyją w ciągłym lęku przed aresztowaniem. 65 min
21.05 Anna German. Tajemnica białego anioła (2) - serial biograf.
22.10 Horror Story - czarna komedia, 2023, 115 min
0.05 Ekstradycja 3 (3, 4)
3.35 Mój dług - dram.
FILM krym., 2021, 125 min
5.40 High Life

KRYMINALNY
19.40 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) - Polska 2023
21.35 Ojciec Mateusz 30 (382) - krym., Pol. 2023
22.30 Ranczo 8 (101, 102)
0.20 Rodzinka.pl (294, 295)
1.30 Korona królów. Jagiellonowie (9, 10)
2.35 Erynie (6) - krym., Pol.
3.30 Londyńczyk (2)

KRYMINALNY
20.00 Morderstwa w Tours - Francja 2018
22.00 Morderstwo w Miribel - film kryminalny, Francja 2024, 120 min
0.00 Morderstwo w koronkach - dram. kryminalny, Francja/Krym 2025, 120 min

KOMEDIA
20.00 Jak stracić chłopaka w 10 dni - USA/Niemcy 2003, reż. Donald Petrie
22.25 Zwyčajna przysługa - komedia kryminalna, USA/Kan. 2018, 145 min
0.50 List w butelce - melodramat, USA 1999, 140 min
3.10 Zawieruchy przepis na kino (18)

MAGAZYN
17.45 Makłowicz w podróży - Po kąpiei w Morzu Martwym Robert Makłowicz (zdj.) z szefem kuchni miejscowego hotelu wspólnie przygotowują kebab. 35 min
18.20 Ojciec Mateusz 25 (317) - krym., Pol. 2021
19.20 Ranczo 7 (82-84) - serial obyczajowy, Polska 2013
22.20 Czarny mercedes - film kryminalny, Polska 2019, 135 min
0.35 Jan Serce (1, 2) - serial obyczajowy, Polska 1981

SCIENCE FICTION
20.00 Niezgodna - USA 2014, reż. Neil Burger
22.50 Family Man - komediodramat, USA 2000, 165 min
1.35 Ciało - komedia, Polska 2003, 130 min
3.45 Pieczona gołąbki - komedia, Polska 1966, 135 min

CANAL+ PREMIUM
8.30 Premiera: Zwierzaki na ratunek - anim., Kan./USA 2024
9.55 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl - koncert
12.10 Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł 13.15 Kawalek po kawkaiku - anim., USA/Dania 2024
14.50 Kopnięci w czasie - kom., Fr./Bel. 2025
16.30 Tożsamość Boume'a - thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002
18.25 LARP: Miłość, troleje i inne kwesty - kom., Pol. 2025
20.00 Barry Seal: Król przemytu - biograf., USA/Jap./Kan. 2017
21.50 Wujowy dwór - kom., Wlk. Bryt./USA 2025
23.25 Kilk Bill: Vol. 1 - sens., USA 2003

CANAL+ FILM
11.50 Łapu capu - pr. roznywk.
12.05 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji - dok., Niemcy 2024
13.00 Saga „Zmierzczeni”. Przed świtem. Część 2 - film fantasy, USA 2012
14.50 Zgred - dram. obyczaj., Polska 2025
16.15 Peacock - thriller, USA 2010
17.45 Jason Bourne - thriller, USA 2016
19.45 Łapu capu - program roznywkowy
20.00 Canal+ Film w akcji: Pies 51 - thriller, Francja 2025
21.40 Canal+ Film w akcji: Namierzony - dram. sensacyjny, USA/Włochy 2025
23.25 Franz Kafka - dram. biograf., Czechy/Polska/Niemcy 2025

FILMBOX+ ONE
5.55 Gang Olsena: Ostatnia misja (14) - komedia sens., Dania 1998
8.05 Stawka większa niż życie (9, 10) - wojenny
10.45 Komedia małżeńską - komedia obycz., Pol. 1993
12.45 Przypadkowy bohater - komediodramat, USA 1992
15.10 RoboCop - film s.f., USA 2014
17.45 Wyciąg - sens., USA/Kanada/Australia 2001
20.00 Projekt Koliber - thriller, Kan./Bel. 2018
22.30 Uprawdżona - sens., Fr. 2008
0.40 Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz - dram. sens., USA/Wlk. Bryt. 2007
3.10 Kodeks zabójcy - film sens., USA/Kan. 2018

COMEDY CENTRAL
6.00 Tata ma plan 2 (4-8) - serial kom.
8.30 Teoria wielkiego podrywku 6 (5-16) - serial kom.
13.30 Przyjaciele 6 (2-5)
15.30 Tata ma plan (21, 22) - kom.
16.30 Tata ma plan 2 (1)
17.00 Duchy (1, 2) - fantasy
18.00 Naga broń 33/1: Ostateczna zniezwaga - kom., USA 1994
20.00 Nawrót depresji gangstera - kom., USA 2002
22.00 The Office Pt. 2 (9, 10) - kom.
23.05 Comedy Club 5 (9, 10)
0.05 Miasteczko South Park (13)
0.35 Miasteczko South Park 2 (2-4) - anim. dla dorosłych
2.05 Pracochochy 3 (2-6) - kom.
4.00 Śmieszniej nie będzie 6 (6-10)

HBO
9.05 O psie, który wrócił do domu - film familijny, Chiny/USA 2019
10.40 Jeszcze piękniej - komediodramat, Niemcy 2025
13.00 Lombard - dram. obycz., USA 2024
14.30 Bird - dram. obycz., Wlk. Bryt./USA/Fr. 2024
16.25 Vinci 2 - kom. krym., Pol. 2025
18.20 Blue Moon - dram. biograf., USA/Irlandia 2025
20.00 Premiera: Sisu: Droga do zemsty - dram. wojenny, Wlk. Bryt./Finlandia/USA 2025
21.30 Zniknięcie - horror, USA 2025
23.35 The Order: Ciche braterstwo - thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024

FX
5.10 Grey's Anatomy: Chirurgzy (16) - obycz.
5.55 9-1-1 (17) - obycz.
6.50 Agenci NCIS 10 (5, 6) - sens.
8.40 FBI 4 (4, 6, 7)
11.25 CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) - krym.
13.15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) - serial krym.
15.05 Z archiwum X 2 (18, 19) - serial s.f.
17.00 Spider-Man - film przygodowy, USA 2002
19.25 Królestwo niebieskie - dram. hist., USA/Hiszpania/Wlk. Bryt. 2005
22.30 Uprawdżona 3 - sens., Fr./Hiszpania/USA 2014
0.45 Rambo 3 - sens., USA 1988
2.40 Zabójcze umysły 14 (7, 8) - krym.

CANAL+ 360
12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech - Legia
14.10 Polska z góry: Stacjonary (1)
14.45 Hot Roads - Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4)
15.50 Speedshop: warsztat marzeń (1)
17.05 Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4)
18.00 Sung Kang - szybki i dociekliwy (5)
19.00 Co poszło nie tak 3 (2) - dok.
20.00 Porzucone konstrukcje (6)
21.00 Premiera: Projekt Fighter (1)
22.00 Prawo ojca - dram. sens., Pol. 1999
0.00 Kryptonim Polska (3) - kom.
0.50 Cztery pory lgi (4) - dok.

BBC FIRST
7.35 Detektyw z Chelsea (4) - krym.
8.35 Śmierć z dala od palm (2)
9.40 Lewis 9 (5, 6)
11.45 Duchy (1-3) - kom.
13.45 Śmierć pod palmami 15 (8)
14.55 Ojciec Brown 11 (2)
15.55 Tajemnice Brokenwood 12 (1)
17.50 Ulica nadziei 5 (8) - serial krym.
18.50 Detektyw z Chelsea (4)
19.50 Śmierć pod palmami (1) - krym.
21.00 Tajemnice Brokenwood 12 (2)
22.55 Annika (2)
0.00 Na niebieskich świątyniach 3 (3, 4)
2.15 Tajemnice Brokenwood 12 (2)
4.10 Ulica nadziei 5 (8)
4.55 Duchy (1, 2)

ROMANCE TV
12.30 Gabinet z widokiem na morze: Dziewięć żyć - film obycz., Niem. 2025
14.25 Detektyw von Fock (7, 8) - krym.
16.15 Inga Lindström: W twoim życiu - melodramat, Niemcy 2015
18.05 Dr Nice - Z ręką na sercu - komediodramat, Niemcy 2023
20.00 Dr Nice - Stare rany - komediodramat, Niemcy 2023
21.55 Dr Nice - Słodkie klamstwa - komediodram., Niemcy 2024
23.50 Rosamunde Pilcher: Zaręczona, zakończona, zagubiona - film obycz., Niemcy/Austria 2011

FILMBOX+ HITS
8.00 Coco Chanel - dram. biograficzny, Francja 2009
10.00 Wypowiedzenie wojny - dram. obyczajowy, Fr. 2011
11.55 Delikatność - kom. romant., Fr. 2011
13.55 Opowieści z ławeczki - kom., Fr. 2009
16.00 Scenariusz na miłość - komedia romant., USA 2014
18.00 Wrzawa - dram. obyczajowy, Nowa Zelandia 2023
20.00 Rozdzielcie światy - melodramat, Grecja 2015
22.25 Granica - dram. fantasy, Szwecja/Dania 2018, reż. Ali Abbasi
0.25 Winner - dram. biograficzny, Kan./USA 2024

TV 6
6.00 Columbo (17, 18) - krym., USA
10.05 Poirot (7, 8) - krym.
12.25 Teoria spisku - film sensacyjny, USA 1997
15.00 Policjantki i Policjanci (233-235)
18.00 Strażnik Tekساسu (9, 10) - serial sensacyjny
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (45, 46) - krym.
21.55 Kości (109, 110) - krym.
23.50 Resident Evil: Zaszyty - horror, Niem./Fr./Wlk. Bryt. 2010
1.55 Krejzi patrol (27) - krym., Pol.
2.25 Kochane pieniądze (3-5) - paradok., Pol.
5.30 SuperLudzie Extra (62) - mag.
5.45 Teledziewczynki - mag. rekl.

PARAMOUNT NETWORK
9.25 Krowy na wypasie - film animowany, Niem./USA 2006
11.25 Fantastyczny Pan Lis - anim., USA/Wlk. Bryt. 2009
13.10 Step Up: Taniec zmysłów - film muzyczny, USA 2006
15.30 Pompeje - film katastroficzny, Kan./Niem./USA 2014
17.45 Mission: Impossible - film sensacyjny, USA 1996
20.00 Mission: Impossible 2 - film sens., USA/Niem. 2000
22.35 Immortals. Bogowie i herosi - film fantasy, USA 2011
0.35 Ojciec chrzestny 2 - sens., USA 1974
4.20 Policjyna grupa pościgowa 15 (9)

#### TVN 24

**6.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**7.15** Kadr na Kino – magazyn filmowy  
**7.30** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**10.45** Kawa na ławę – magazyn  
**11.55** Łoza prasowa – program publicystyczny  
**12.50** Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24  
**14.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**15.45** Kadr na Kino – magazyn filmowy  
**16.00** Fakty po południu – program informacyjny  
**18.00** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**19.10** Serwis informacyjny  
**19.25** Fakty po Faktach – program informacyjny

#### TLC

**9.00** Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.  
**10.00** Wiza na miłość: Romans na Karaimach 2 – reality show  
**11.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5  
**13.00** Premiera: Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show  
**14.00** Włoskie zdrady (19, 20)  
**15.00** Miłość za granicą  
**16.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa 2  
**17.00** Wiza na miłość: ostatnia szansa  
**18.00** Premiera: 100 kucharzy – reality show  
**19.00** Megasknery: Brazylia – serial dokumentalny  
**20.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania 3

#### TVN STYLE

**5.15** I nie opuścić Cię aż do ślubu (3) – reality show, Polska 2018  
**5.55** Rajską posiadłość Pamela Anderson (6) – serial dokumentalny  
**6.50** Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy  
**7.45** Dzień dobry LIVE wakacje – magazyn  
**11.30** Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywkowy  
**12.30** Babski biznes (5) – program rozrywkowy  
**13.30** Jestem z Polski 16 (18, 15, 19) – serial dokumentalny  
**16.35** Bitwa u gości (9) – reality show, Polska 2025  
**17.35** Do zobaczenia (8) – magazyn poradnikowy

#### DISCOVERY CHANNEL

**6.00** Premiera: Zoom na architekturę: Siedem cudów świata  
**8.00** Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – serial dokumentalny  
**9.00** Słomowisko Pl 3 (1, 2)  
**11.00** Kamperem przez świat (6) – serial dokum.  
**12.00** Przygodny truckerki (5)  
**13.00** Ciężarówką przez Afrykę (4) – serial dok.  
**14.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.  
**15.00** Specjalisti (5, 6) – dok.  
**17.00** Nic do ukrycia (9) – serial dokumentalny  
**18.00** Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.  
**19.00** Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.

#### NATIONAL GEOGRAPHIC

**10.00** Niszczycielskie żywy (1) – serial dok.  
**11.00** Porzucone konstrukcje (1) – dok.  
**12.00** Premiera: Stacja Amsterdam (1) – dok.  
**13.00** Logistyka na wielką skalę (2) – serial dokum.  
**14.00** Inżynieria po katastrofie (4) – dok.  
**15.00** Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana (3) – serial dok.  
**16.00** Pompeje w ogniu – film dokum., USA 2022  
**17.00** Wojna szpiegów (1) – dok., USA/Niemcy 2019  
**18.00** Gulag – system śmierci (1) – film dokumentalny, Fr. 2019  
**19.00** UFO: Przełomowe śledztwa (2) – serial dokumentalny

#### FOKUS TV

**6.00** Wehikul czasu (705) – program informacyjny  
**6.05** 48h. Zaginięci (37) – serial kryminalny, Pol.  
**7.00** Rolnicy. Podlasie (41, 42) – serial dokumentalny  
**9.00** Niezwykły świat ryb – film dok., Niemcy 2020  
**10.00** Podglądacze przyrody (5, 6) – serial dokumentalny  
**11.00** Z klimatem i z pasją (7) – program publicystyczny  
**11.30** Wojny magazynowe (17-21) – reality show, USA 2014  
**14.00** Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (13) – reality show, USA 2023  
**15.00** Technologie jutra (5, 6) – serial dokumentalny

#### INFORMACYJNY



**20.00** W kuluarach  
 Autorzy programu podsumowują najważniejsze wydarzenia dobiegającego końca tygodnia. 90 min  
**21.30** Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
**22.00** Szkoło kontaktowe  
**23.00** Dzień po dniu – mag.  
**0.00** Fakty po Faktach – inf.  
**0.50** Kawa na ławę – mag.  
**2.00** Nowa Maja w ogrodzie – mag.  
**2.30** Szkoło kontaktowe  
**3.30** Fakty po Faktach – inf.

#### REALITY SHOW



**21.00** Wiza na miłość 12 (7)  
 Podczas przyjęcia urodzinowego Catie dochodzi do konfrontacji Josha z mężczyzną, z którym miała ona kiedyś romans. 120 min  
**23.00** Skórze na ratunek 8 – serial dokumentalny  
**0.00** Dr Pruszczyla – kulisy  
**1.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show  
**2.00** Wiza na miłość 12 (7)  
**4.00** Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

#### KULIN.-ROZRYWK.



**18.10** Ugotowani (9) – Pol.  
 W Radomiu rywalizują ze sobą miłośnicy mięsnych potraw. Prezentują swoje popisowe dania, starając się zachwycić nie tylko smakiem, ale i pomysłowością. 60 min  
**19.10** Kuchenne rewolucje (6, 7) – program rozrywk.  
**21.05** Kate. Narodziny księżniczki (1/3) – 2025  
**22.10** EuroPOLKI studentki (2) – program rozrywk.  
**23.10** Cały jej świat (9) – program eduk., Polska

#### DOKUMENTALNY



**20.00** Akta ekspedycji 2:  
 Dziwne, ale prawdziwe Losy dziecka, które były inspiracją dla filmu „Egzorcysta” i odpowiedź na to, czy halucynogeny miód mógł mieć wpływ na wynik starożytny bitwy. 60 min  
**21.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.  
**22.00** W oku cyklonu: Łowcy burz (2) – serial dokum.  
**23.00** Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.

#### DOKUMENTALNY



**20.00** CIA: Tajemnice i szpiegów (3)  
 Historia kobiety będącej pierwowzorem postaci Carrie Mathison z „Homeland”. Została porwana przez uzbrojonych napastników. 60 min  
**21.00** Największe katastrofy budowlane (1) – serial dokumentalny  
**22.00** Katastrofa w przestworzach (1, 2, 9) – serial dokum.  
**2.00** Alaska: Następne pokolenie (1, 2) – dok.

#### DOKUMENTALNY



**19.00** Rolnicy. Podlasie (24-27)  
 W Kundziczach Ula wspiera Macka przy wycinie gałęzi i montażu platformy pod bocianie gniazdo. 120 min  
**21.00** Najpiękniejsze domy na wsi (1) – serial dok., Polska  
**22.00** Korea Północna: następny przywódca – film dokum., USA 2020  
**23.00** Pogromcy mafii (3)  
**0.00** Największe śledztwa CBSP (3) – serial dokum.

#### POLSAT NEWS

**12.50** Wydarzenia 12.50-13.30  
 W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**13.55** Pogoda 14.00  
 W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**14.55** Pogoda 15.00  
 W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**15.30** Sport, pogoda  
**15.50** Wydarzenia 15.50-16.30  
 W rytmie dnia – serwis informacyjny  
**17.30** Z drugiej strony 18.35  
 Debata polityczna 19.15  
 Gość „Wydarzeń” – publ.  
**19.40** Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii – pr. publ.  
**20.45** Pogoda – pr. inf.  
**21.00** Polsat News ujawnia 21.50  
 Wydarzenia wieczorne 22.30  
 Dzień na świecie – inf.

#### CANAL+ KUCHNIA

**14.50** Kulisy wielkiej kuchni (4)  
**15.40** Po prostu Jamie: szybko i łatwo (5) 16.30  
 Ekoporady z Julią Oleś 2 (1) 16.35  
 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (1) 16.50  
 Z pola na stół (5) 17.15  
 Premiera: U sąsiadów w kuchni 16 (9, 10) 18.25  
 Jakubiak rozwiązy Tajlandię i Kambożę (7, 8) 19.20  
 Jakubiak rozryzga Vietnam (1) 19.45  
 Dzień dobry, obiad 2 (3, 4) 20.40  
 M jak mięso 4 (1, 2) – dok.  
**21.30** Wszystkie smaki fermentacji (4) – dok.  
**22.05** Podróż przez smaki Chin 2 (1) 23.00  
 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 (2) – serial dok.

#### POLSAT CAFÉ

**6.00** Komisarz Mama – krym.  
 Pol. 8.00  
 Bogaty dom – biedny dom 9.00  
 Rolniczki 11.00  
 Działkowcy – dok. 12.00  
 Najpiękniejsze domy na wsi 13.00  
 Bogaty dom – biedny dom 14.00  
 Nasz nowy dom 15.05  
 Demakiaż 16.00  
 Bogate dzieciaki bez kasy 18.00  
 Nasz nowy dom 20.00  
 Bogate dzieciaki bez kasy – reality show 21.00  
 Gry małżeńskie – reality show 22.00  
 Kolacja w ciemno – rozr. 23.00  
 Gry małżeńskie – reality show 1.00  
 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 3.05  
 Więzienie kobiet – dok. 4.00  
 Zdrady – paradok.

#### DISCOVERY SCIENCE

**6.00** Jak działa wszechświat?  
**8.00** Poszukiwawce dinozaurów 10.00  
 Jak to jest zrobione? 12.00  
 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 14.00  
 Czy jest z nami inżynier? (3, 4) 16.00  
 Jak działa wszechświat? – serial dokum. 18.00  
 Jak to jest zrobione? – serial dokum. 20.00  
 Premiera: Wyprawa w nieznane 10 – dok. 21.00  
 Wyprawa w nieznane 9 – dok. 22.00  
 Dolina Królów: ostatni sekret faraonów – dok. 0.00  
 Jak działa wszechświat? – dok. 2.00  
 NASA – archiwum tajemnic – dok. 4.00  
 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok.

#### TVP DOKUMENT

**12.25** Korona Gór Polski 2 (6)  
**12.55** Podróżę Malej Dużej 4 (3) – mag. 13.25  
 Tacy byliśmy (4) 14.00  
 Irańskie gepardy. Czy jest dla nich nadzieja? 15.00  
 Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (1) 16.00  
 Sekret dzikich kwiatów (5) 17.05  
 Kultura miejska (5) – cykl dok. 18.05  
 Sanatorium miłości 4 (5) 19.00  
 Tischner 20.10  
 The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień 21.45  
 Tajemnice kultury seriali (2) 22.45  
 Tamte lata, tamte dni 23.25  
 Jak przeżycyśmy naszą przyszłość? 0.50  
 Sanatorium miłości 4 (4)

#### PLANETE+

**10.20** Targowiska świata (4) – dok. 11.20  
 Superskaly. Historia wykuta w kamieniu (1) 12.25  
 Jak przetrwać w Australii (1) 13.35  
 Cały rok z pandą (2) 14.40  
 Supermoce roślin 15.50  
 Gustave Eiffel. Nie tylko wieża 17.00  
 Ginące ziemlosia Korei (3) – dok. 18.00  
 Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) – dok. 18.40  
 Mam zamek 2 (4, 5) – dok., Pol. 19.45  
 Jimmy Somerville. „I Feel Love” 20.45  
 Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie 22.30  
 Sekta (3) 23.10  
 Syndrom hawajski. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) 0.20  
 Jak oligarchowie korumpują Zachód (1) – dok.

#### TVN 24 BIS

**16.20** Kiję w kosmosie 16.45  
 Dokument w TVN24 Bis 18.00  
 Alarm dla Ziemi – eduk. 18.35  
 Horyzont – mag. 19.00  
 Fakty 19.20  
 Fakty po Faktach – inf.  
**20.00** Bez polityki – publ. 21.30  
 Dokument w TVN24 Bis 23.50  
 Podcast ekonomiczny – ekon.

#### TVP 3

**12.20** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publicyst. 12.55  
 Piosenka dla Ciebie 14.00  
 Rączka gotuje 14.30  
 Program lokalny 15.00  
 Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny 15.20  
 Program lokalny 19.30  
 Kółko Ludy (5) – mag. kult.  
**20.00** Dziennik regionów – inf. 20.10  
 Pogoda 20.13  
 Regiony na TAK 20.30  
 Sanatoria 21.00  
 Program lokalny 22.00  
 Dziennik regionów 22.20  
 Pogoda 22.30  
 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 23.00  
 Kościół z bliska 23.30  
 Całkiem niezła historia 23.55  
 Panorama

#### HGTV

**11.35** Polowanie na ogród 2 (1) 12.05  
 Polowanie na ogród 4 (4) 12.40  
 Letnia chata na lata (3, 7, 6) 14.30  
 Zgłoś remont 4 (6) 15.30  
 Będzie pięknie (8) 16.35  
 Weekendowa metamorfoza 5 (7) – rozr. 17.35  
 Kamera, akcja, wpadka! (13-15) – pr. rozr. 19.15  
 Kolekcjonerki obędy wart miliony (1, 2) – pr. rozr. 20.20  
 House Hunters – Poszukiwawcy domów 5 (1, 2) – rozr. 21.25  
 Dorota inspiruje (1, 2) – reality show 23.20  
 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) – serial dok. 0.25  
 Sprzątaczkci (10-12) – obycz.

#### TVP KOBIECIA

**12.00** Okrasa łamie przepisy 12.30  
 Kwiaty na warsztat 2 (22) 13.00  
 63. KPFF w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza 14.00  
 Rodzinka.pl (146, 147) 15.00  
 Podróżę Malej Dużej 6 (13) 15.30  
 Ojciec Mateusz (1, 2) – krym. 17.25  
 Tajemnice kultowych seriali (5) 18.30  
 Daję słowo – Maciej Orłós (6) 19.30  
 Miłość i nadzieja (295) – telen. 20.30  
 Wichrowe wzgórze (276) – obycz. 21.30  
 Cztery pory roku w Hawanie (6) 22.30  
 Eifel – dram. biograf., Fr./Bel./Niem. 2021 0.30  
 Bardotki (5)

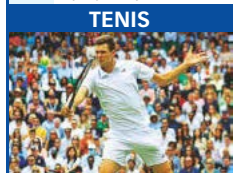
#### BBC EARTH

**11.00** Słynne indyjskie tygrysy 12.05  
 W okowach mrozu 3 (8) – dok. 13.55  
 Indie z Alexandrem Armstrongem (1) – dok. 14.05  
 Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) – dok. 16.10  
 Zdrowa zmiana 2 (9, 10) 17.20  
 David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. 17.50  
 W okowach mrozu 3 (9) – dok. 18.50  
 Mroźna planeta (5) – dok. 21.00  
 Słynne indyjskie tygrysy – dok., Wlk. Bryt. 2023 22.05  
 W okowach mrozu 3 (10) – dok. 23.05  
 Ben Fogle na Cyprze – dok., Wlk. Bryt. 2022 0.25  
 Zdrowa zmiana 2 (9, 10)

#### HISTORY

**13.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (2) – dok. 14.00  
 Pięta z historii (5) – dok. 14.25  
 David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) 15.20  
 Starożytni kosmicci 17 (10) – serial dok. 16.10  
 Tajemnice starożytności: śmierć (4) 17.10  
 Jak Hitler przegrał wojnę (1-3) – dok. 20.00  
 Tom Hanks: II wojna Światowa (10) – serial dok. 21.00  
 Premiera: II wojna Światowa: wycięż zbrojen (3) – dok. 22.00  
 Premiera: Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – serial dok. 23.00  
 Starożytni kosmicci 17 (1, 2) – serial dok.

**POLSAT SPORT 1**  
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy  
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski  
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej  
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy  
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy  
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio  
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej



**TENIS**  
18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz 4. rundy gry pojedynczej Hubert Hurkacz (zdj.) nie wystąpił w ubiegłorocznym Wimbledonie, a jego największym sukcesem jest półfinał z 2021 roku. 150 min

21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
1.00 Boks

**POLSAT SPORT 2**  
6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy  
8.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene  
10.00 FIM Minisiatkówka: Finał mistrzostw Polski w Gliwicach  
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej  
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
1.00 Sporty walki: FEN

**POLSAT SPORT 3**  
14.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz 0 3. miejsce mężczyzn  
15.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz finałowy kobiet  
16.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz finałowy mężczyzn  
17.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie  
18.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

**POLSAT PLAY**  
8.55 Kolowrotek (234) 9.25 Taaka ryba (118) 10.00 Jedziemy na ryby! (57, 58) – dok.  
12.05 Chłopaki do wzięcia (340, 341) 13.00 Zawód glina (1) 13.55 Budowlancy (55, 56) 15.00 Złomiarze (53) – dok.  
16.00 Polacy za granicą (154, 155) – dok. 18.05 Górale (162-166, 236) – serial dokum.  
21.05 Chłopaki do wzięcia (469, 470) – dok. 22.00 Dwa-że i inne opowieści Bieszcza (233) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (244) – dok. 23.00 Wieżenie (229, 218) 0.05 Tajna historia XX wieku (95-102)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**EUROSPORT 1**  
6.00 Kolarstwo górskie: PS w La Thuile  
7.45 Snooker: Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh  
8.45 Formuła E: ePrix Chin – 2. wyścig  
10.15 Wspinnaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały  
11.15 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile  
12.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap  
13.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap  
18.00 Cycling Essential Stories – mag. sportowy  
18.15 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile  
19.15 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile



**WSPINACZKA**  
20.15 Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały Pierwsza w sezonie rywalizacja duetów. Polskę reprezentować będą m.in. Aleksandra Mirosław (zdj.) z Patrycją Chudziak. 60 min

21.15 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile  
22.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap  
0.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał

**EUROSPORT 2**  
8.00 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce  
10.00 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce  
13.00 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile – short track kobiet  
13.15 Kolarstwo górskie: Zawody PS w La Thuile  
15.15 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w La Thuile  
17.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce  
19.00 Golf: John Deere Classic – finał 0.00 Kolarstwo: Tour de France: Tarragona – Barcelona

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**TVP SPORT**  
6.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału  
9.00 Mundialowy poranek (24) – magazyn piłkarski  
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału  
12.35 Strongman: Super Series – Swebodzin 2026  
13.35 Polska Liga Żeglarska  
14.05 Wioślarstwo: Zawody PS w Lucernie – finały  
15.10 Mundial. Teatr emocji – reportaż, Polska 2026  
16.15 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MŚ. Austria – Polska  
18.15 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – podsumowanie fazy grupowej  
19.30 Dzień na mundialu (24) – magazyn piłkarski



**PIŁKA NOŻNA**  
21.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału Dla Viniciusa Juniora (zdj.) i jego kolegów z reprezentacji Brazylii awans do 1/8 finału to obowiązek. 240 min

1.00 Piłka nożna: MŚ 2026 LIVE – studio  
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
5.00 Boks: Walka o pas WBA w Montrealu – waga superpółśrednia: Mary Spencer – Mikaela Mayr

**TVN TURBO**  
9.05 Raport końcowy (825) 9.30 Jędrzej, obserwować (7) 10.15 Z drugiej ręki (3, 4) – mag.  
11.45 Naprawy nie do naprawy (3) 12.30 Wojny samochodowe (7, 4) 14.30 Zawodowie handlarze (8) 15.15 Cieżarówką przez Chile (2) – pr. rozr.  
16.15 Tomi kombat (1, 2) – mag. 17.45 Raport końcowy (825) – mag. 18.10 Cieżarówką przez Stany (5-8) – pr. rozrywki.  
21.10 Wojny samochodowe (7) 22.10 Z drugiej ręki (3) 22.55 Naprawy nie do naprawy (3) 23.40 Cieżarówką przez Chile (2) 0.00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – pr. rozrywki.

**POLSAT PLAY**  
8.55 Kolowrotek (234) 9.25 Taaka ryba (118) 10.00 Jedziemy na ryby! (57, 58) – dok.  
12.05 Chłopaki do wzięcia (340, 341) 13.00 Zawód glina (1) 13.55 Budowlancy (55, 56) 15.00 Złomiarze (53) – dok.  
16.00 Polacy za granicą (154, 155) – dok. 18.05 Górale (162-166, 236) – serial dokum.  
21.05 Chłopaki do wzięcia (469, 470) – dok. 22.00 Dwa-że i inne opowieści Bieszcza (233) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (244) – dok. 23.00 Wieżenie (229, 218) 0.05 Tajna historia XX wieku (95-102)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**CANAL+ SPORT**  
6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – KGHM Zagłębie Lubin  
8.30 Premier League Review – magazyn piłkarski  
10.25 Witaj w akademii (2) – serial dokumentalny  
11.00 Liderzy. W centrum gry (2) – serial dokum.  
12.10 Turbokozak – magazyn piłkarski  
13.20 Turbokozak – magazyn piłkarski  
14.30 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA  
15.35 Liderzy. W centrum gry (2): Rifeć Kapieć – serial dokumentalny  
16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: ORLEN Ol Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów



**ŻUŻEL**  
19.15 PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – PRES Grupa Deweloperka Toruń W poprzednim spotkaniu tych zespołów mistrzowie Polski zwyciężyli 48:42. 135 min

21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużelowy  
23.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia  
0.30 Liderzy. W centrum gry (2): Rifeć Kapieć  
1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Raków – Arka Gdynia

**CANAL+ SPORT 5**  
8.30 Żużel: Indywidualne MP – 2. runda w Bydgoszczy  
12.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – PSŻ Poznań  
15.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Pila – Cellfast Wilki Krosno 17.40 Prawo derbów (6) – dok. 19.00 Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm  
20.00 Liderzy. W centrum gry (2) – dok. 21.10 Franz (5) 22.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 23.15 Magazyn PGE Ekstraliga – mag. 1.00 Ligomistrzowie historie (3) – mag. 2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Wsła Płock 4.15 Przerwa techniczna

**POLSAT PLAY**  
8.55 Kolowrotek (234) 9.25 Taaka ryba (118) 10.00 Jedziemy na ryby! (57, 58) – dok.  
12.05 Chłopaki do wzięcia (340, 341) 13.00 Zawód glina (1) 13.55 Budowlancy (55, 56) 15.00 Złomiarze (53) – dok.  
16.00 Polacy za granicą (154, 155) – dok. 18.05 Górale (162-166, 236) – serial dokum.  
21.05 Chłopaki do wzięcia (469, 470) – dok. 22.00 Dwa-że i inne opowieści Bieszcza (233) – dok. 22.30 Łowca pedofilów (244) – dok. 23.00 Wieżenie (229, 218) 0.05 Tajna historia XX wieku (95-102)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**CI POLSAT**  
13.15 Dowody zbrodni 4 (6) 14.10 48 godzin 26 (2) 15.05 Morderstwo w rodzinie 2 (10) 16.00 Akta Fajbusiewicz (4) 16.30 Nastoletnie polskie zabyjczynie (1) 17.00 Zbrodnia: oszupek prawdę (5) – dok. 18.00 Kobiety, które zabijają: wyznania zdać (6) – dok. 19.00 Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 20.00 Chippendale's mroczne sekrety (3) – dok. 21.00 Nastoletni mordercy (4) – dok. 22.00 Najbardziej szokujące posęgi 2 (13, 14) 23.00 Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

**ELEVEN SPORTS 1**  
6.40 Bundesliga Clubs  
7.00 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
7.50 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
9.20 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
10.40 F2: Chasing the Dream – mag. motor.  
10.55 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
12.10 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
13.20 GP Confidential – mag.  
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – parada kierowców  
14.30 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio  
15.55 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
18.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio



**FORMUŁA 1**  
19.00 GP Wielkiej Brytanii W poprzednim sezonie z wygraną cieszył się Lando Norris (zdj.). Przekonamy się, jak kierowca McLarena poradzi sobie tym razem. 125 min

21.05 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
22.20 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii  
23.40 Made in Italy (12) – magazyn piłkarski  
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) – mag. piłkarski

**ELEVEN SPORTS 2**  
10.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: AJ Auxerre – PSG  
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Inter  
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Hoffenheim 18.00 Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii 19.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii 20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna FC 22.00 Ligue 1 Show (35) – mag. 22.40 Bundesliga Special (21) 23.45 Bundesliga Clubs 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

**ELEVEN SPORTS 3**  
11.45 Bundesliga Clubs – mag.  
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Genoa CFC 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens  
16.00 Ligue 1 Show (35) – mag.  
16.30 Bundesliga Special (22)  
17.00 Made in Italy (12-15) – mag.  
18.00 Piłka nożna: SSC Napoli – Lazio 18.00 Liga – SSC Napoli  
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Wolfsburg 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Strasbourg 0.00 Bundesliga Special (12) – mag.  
0.30 Podróż do świata Calcio 1.00 Birds of paradise – dok.

**ELEVEN SPORTS 3**  
11.45 Bundesliga Clubs – mag.  
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Genoa CFC 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens  
16.00 Ligue 1 Show (35) – mag.  
16.30 Bundesliga Special (22)  
17.00 Made in Italy (12-15) – mag.  
18.00 Piłka nożna: SSC Napoli – Lazio 18.00 Liga – SSC Napoli  
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Wolfsburg 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Strasbourg 0.00 Bundesliga Special (12) – mag.  
0.30 Podróż do świata Calcio 1.00 Birds of paradise – dok.

**ELEVEN SPORTS 3**  
11.45 Bundesliga Clubs – mag.  
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Genoa CFC 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens  
16.00 Ligue 1 Show (35) – mag.  
16.30 Bundesliga Special (22)  
17.00 Made in Italy (12-15) – mag.  
18.00 Piłka nożna: SSC Napoli – Lazio 18.00 Liga – SSC Napoli  
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Wolfsburg 22.00 Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Strasbourg 0.00 Bundesliga Special (12) – mag.  
0.30 Podróż do świata Calcio 1.00 Birds of paradise – dok.

**TVP aBC**  
7.30 Male i duże przygody Miffy – serial anim.  
7.40 Petyś i Bill – serial anim.  
7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia  
8.10 Piotruś Królik – anim.  
8.35 Wegezaury 2 – anim.  
8.40 Świnka Peppa – anim.  
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.  
9.30 Ziarno – pr. dla dzieci  
10.00 Go-tu-jemy (6, 8) – mag.  
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.  
10.45 Rodzina Treflików 2  
11.10 Odo – serial animowany  
11.35 Stacyjkowski – anim.  
11.55 Pszczółka Maja – anim.  
12.25 Studio Stołowa  
13.00 Wierzycki Czytaczki (172) – program eduk.  
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.



**ANIMOWANY**  
13.45 Świnka Peppa 6 Sympatyczna świnka, jej brat i rodzice przeżywają kolejne przygody. 10 min  
13.55 Świnka Peppa – anim.  
14.10 Pajak Lucas 2 – anim.  
14.30 Oli i Luna – serial anim.  
14.55 Oktonauci – serial anim.  
15.20 Czesz, czy moge Cię zjeść? (9) – mag.  
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem  
16.05 Pat i świat – anim.  
16.45 Rev i Roll (46)  
17.05 Pszczółka Maja 17.30 Petronika: Obrońcy...

**NICK JR.**  
13.40 Barbapapa i jego rodzinka 2 14.10 Barbapapa i jego rodzinka 14.35 Zwierzęce zagadki 15.05 Rogata ekipa 2 (12) 15.36 Swinka Peppa 2 16.00 Swinka Peppa 5 16.10 Swinka Peppa 3 16.15 Swinka Peppa 16.40 Psi Patrol 4 17.00 Rubble i jego ekipa 2 – anim.  
17.30 Pan Krokodyl – anim.  
18.00 Barbapapa i jego rodzinka 18.30 Tim Rex wśród gwiazd 18.55 Przygody Misia Paddingtona 2 19.25 Przygody Misia Paddingtona – anim.  
20.01 Swinka Peppa 20.30 Male Królestwo Bena i Holly 21.00 Barbapapa i jego rodzinka

**MINIMINI+**  
12.20 Smerfy – anim. 12.50 Moje urodziny 12.55 Baranek Shaun 13.21 Kicia Kocia 2 13.37 Robotkowie 13.55 Moje urodziny 14.00 Bing 14.20 Strażak Sam 16 14.45 Looloo Kids 15.01 Gazu, pieski, gazu! – anim. 15.28 Kicia Kocia 2 – anim. 15.45 Jeżyk Happy 16.02 Marta moświ – anim.  
16.30 Zouk 16.56 Ciekawski George 7 17.50 Moje urodziny 17.55 Dora i przyjaciele 2 – anim. 19.40 Smerfy  
20.08 Cloudy & Stormy – anim.  
20.35 Dolina Muminków 2  
21.01 Wierszyki domowe

FILMOWE HITY DNIA



20.00 POLSAT

Szybcy i wściekli 5



**SENSACYJNY** Brawurowa ucieczka z więziennego transportu staje się wstępem do wielkiego rabunku.

Skazany na dwadzieścia pięć lat więzienia Dominic Toretto (Vin Diesel, zdj.) z pomocą byłego policjanta Briana O'Connora (Paul Walker, zdj.) i swojej siostry Mii (Jordana Brewster, zdj.) wychodzi na wolność. Cała trójka trafia do Rio de Janeiro. Tam narażają się

oni groźnemu bossowi narkotykowemu Hernanowi Reyesowi (Joaquim de Almeida). Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo i wolność, planują spektakularny skok.

**INFO:** USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson 170 min do godz. 22.50



20.00 TVN 7

Gniew oceanu

**DRAMAT PRZYGODOWY** Rok 1991. Załoga kutra pod wodzą kpt. Tyne'a (George Clooney, zdj.) wyrusza na połów mieczników. Czeka ich starcie z potężnym żywiołem. 160 min

Niemcy/USA 2000, reż. Wolfgang Petersen, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg



20.00 TV PULS

Człowiek zasad

**SENSACYJNY** Coates (Steven Seagal, zdj.) ma zabić gangstera zamieszanego w handel ludźmi. Podczas akcji ratuje jedną z zakładniczek. Naraża się na zemstę przestępcy. 120 min

Rum./USA 2015, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, Howard Dell



22.00 TVN

Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu

**FANTASY** Edward (Robert Pattinson, zdj.) porzuca Bellę (Kristen Stewart, zdj.). Załamana dziewczynę wspiera Jacob (Taylor Lautner). 160 min

Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner



22.30 TVP KOBIETA

Miłość i turbulencje

**KOMEDIA** Antoine (Nicolas Bedos, zdj.) spotyka na pokładzie samolotu swoją byłą dziewczynę, Julie (Ludivine Sagnier, zdj.). Oboje mają szansę rozliczyć się z przeszłością. 100 min

Fr. 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, Nicolas Bedos, Jonathan Cohen

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!

Prenumerata Teleświata

Teleświat możesz kupić dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.

5 wydań za 21,45 zł lub 13 wydań za 55,77 zł

Możesz też zamówić e-wydanie na [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl)

– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.

Aby zamówić kolejne wydania TELEŚWIATA

→ przez internet: wejdź na [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl)

→ telefonicznie (w godz. 8.00-17.00)

zadzwoń pod numer: 67 210 86 05, 67 354 16 05

→ [prenumerata@bauer.pl](mailto:prenumerata@bauer.pl)



\*Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep [www.czytelnia.pl](http://www.czytelnia.pl)  
 \*Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku  
 \*Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

TVP 1 TVP 1

DVB T2

- 5.50 **Akacja 38** (890) – telen., Hiszpania  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny  
**7.30 Studio Raban** – mag. dla młodzieży  
**8.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.15 Janosik** (5) – serial przyg., Polska 1973  
**9.15 Ranczo 6** (74) – serial obycz., Pol. 2012  
**10.10 Komisarz Alex 7** (82) – serial krym.  
**11.05 Ojciec Mateusz 15** (193) – krym., Pol.  
**12.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda**  
**12.40 Rok w ogrodzie extra** – magazyn  
**12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (3) – serial dok., Wielka Brytania 2023  
**14.00 Złoty chłopak** (327) – serial obycz.  
**15.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**15.10 Pogoda Info**  
**15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1060) – telet.  
**16.00 Dziedzictwo** (970) – serial obycz.  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.  
**18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów  
**18.25 Akacja 38** (905) – telen., Hiszpania  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**20.10 Sport, pogoda**  
**20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa**  
**LIVE** świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



## 20.50 Mistrzostwa świata 2026

- LIVE** – mecz 1/8 finału  
 Reprezentacja Hiszpanii rozpoczęła czempionat od kompromitującego remisu z mundialowym debiutantem, Republiką Zielonego Przylądka (0:0). Czy był to tylko fałstart i dziś zobaczymy mistrzów Europy w meczu 1/8 finału na Dallas Stadium? 160 min  
**23.30 Świat bez fikcji: Przy Plany 7/9** – film dokumentalny, Polska/USA 2016  
**1.10 Carte Blanche** – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Luskiński, 115 min  
**3.05 Amok** – film psycholog., Polska 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, 105 min

TVP 2 TVP 2

DVB T2

- 5.00 **Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025  
**5.30 M jak miłość** (1787) – serial obyczajowy, Polska 2024  
**6.25 Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny  
**6.55 Barwy szczęścia** (3347) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.25 Okrasa lamie przepisy** – magazyn kulinarny  
**12.00 Wyższa Szkoła Jazdy** (5) – magazyn motoryzacyjny  
**12.35 Koło fortuny** (1881) – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024, wyk. Talya Çelebi, Cenay Türksever, Can Tarakçı  
**14.05 Va banque** (1005) – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (869) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (426) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
**16.00 Koło fortuny** (1882) – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**18.15 Va banque** (1006) – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej

## OBYCZAJOWY



- 19.25 Barwy szczęścia** (3347) – Polska 2026  
 Oliwka zatrzymuje się u Madzi. Jest pewna, że Tomek wciąż czuje coś do Grażyny. Marek doznaje kontuzji. Trafia pod opiekę Hermana. Mimo sprzeciwu Asi Daniel po raz kolejny zabiera Emila na strzelnicę. 40 min  
**20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy** (15) – teleturniej  
**20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (15) – teleturniej  
**20.55 Postaw na milion** – teleturniej  
**21.50 Na sygnale** (861, 862) – serial fab.-dok.  
**22.55 Złoto dezertów** – komedia wojenna, Polska 1998, 125 min  
**1.00 Rodzinka.pl** (298) – serial kom., Polska

polsat POLSAT

DVB T2

- 4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny  
**5.25 Telezakupy TV Okazje**  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny  
**8.30 Malanowski i partnerzy** (319, 320) – serial fab.-dok., Polska 2011  
**9.30 Trudne sprawy** (1249, 1250) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**11.35 Gliniarze** (866, 867) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**13.40 Dlaczego ja?** (1496, 1497) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Seniorka trafia do szpitala po udarze, a w jej organizmie wykryta zostaje podejrzana substancja. Uwagę śledczego Mateckiego przykuwa pielęgniarka, której sędziwa pacjentka przepisała cały majątek. 130 min  
**15.50 Wydarzenia, pogoda**  
**16.25 Interwencja** – magazyn reporterów  
**16.40 Gliniarze** (1063, 1064) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Natalia i Kuba wyjaśniają sprawę pobicia dziennikarza. Odkrywają, że relacje między pracownikami redakcji nie są najlepsze. 130 min  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.35 Sport, pogoda**

## SENSACYJNY



- 20.00 Megahit: Szybcy i wściekli 5**  
**FILM** – USA 2011, reż. Justin Lin  
 Dalsze losy amatorów nielegalnych wyścigów, którzy tym razem planują zuchwały napad. Do obsady z takimi gwiazdami jak Vin Diesel i Paul Walker (obaj na zdj.) po raz pierwszy dołączył Dwayne Johnson. 170 min  
**22.50 Metro strachu** – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Tony Scott, 135 min  
**1.05 Siła rażenia** – film sensacyjny, Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, 130 min  
**3.15 Nasz nowy dom** (372) – reality show, Polska 2026

tvn TVN

DVB T2

- 5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1690) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (5) – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku** (18) – magazyn kulinarny  
**11.25 Kuchenne rewolucje** (4) – program rozrywkowy  
**12.35 Ukryta prawda** (1469, 1470, 1721) – serial paradokumentalny, Polska  
**15.45 Detektywi** (105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
 Maria zostaje napađnięta w domu syna. Doszło tam do włamania, a mężczyzna zniknął bez śladu. Kilka godzin wcześniej pokłócił się z żoną. 65 min  
**16.50 Szpital św. Anny** (61) – serial obyczajowy, Polska 2025  
 Kaśka usiłuje przekonać do właściwego leczenia nieufną matkę pięciolatka. Tymczasem Marta zauważa śledzącego ją mężczyznę. 65 min  
**17.55 Młode gliny** (15) – serial kryminalny, Polska 2026  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**20.15 Na Wspólnej** (4240) – serial obyczajowy, Polska 2026

## REALITY SHOW



- 20.50 Bitwa o gości** (1) – Polska 2026  
 Na Mazurach Agata i Patryk zapraszają do kazachskich jurów w otoczeniu natury. Pod Warszawą Karolina oraz Janek proponują pobyt w domkach na drzewach. Finał rywalizacji rozgrywa się w Łodzi. 70 min  
**22.00 Saga „Zmierzch”: Księżyc w nowiu** – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 160 min  
**0.40 Transformers** – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, 160 min  
**3.20 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**3.35 Co za tydzień!** – magazyn kulturalny  
**4.10 Detektywi** (105) – serial fab.-dokum.  
**5.10 Recepta na stary dom** 3 (9) – pr. rozr.

4 TV4

DVB T2

- 6.00 **Strażnik Teksasu** (4, 5) – serial sens., USA  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom** (71) – reality show  
**8.55 Policjantki i Policjanci** (502, 503) – serial obyczajowy, Polska 2019  
**10.55 Na ratunek 112** (1160, 1161) – paradok.  
**11.55 Dlaczego ja?** (1529, 1530) – paradok., Pol.  
**13.55 Trudne sprawy** (1346-1348) – paradok.  
**16.55 Policjantki i Policjanci** (1395) – obycz.  
**18.00 Lowcy skarbów. Kto da więcej?** (490) – reality show, Polska  
**19.00 Policjantki i Policjanci** (1396) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Uroczysko** (197, 198) – serial kryminalny  
**21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto** (125) – serial kryminalny, Polska 2026  
**22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1008) – serial kryminalny, Polska 2026  
**23.05 Sisu** – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, 115 min  
**1.00 Love Island. Wyspa miłości** (27) – reality show  
**2.00 Hardkorowy lombard 3** (19) – serial dok.  
**2.35 Interwencja** – magazyn reporterów  
**3.50 SuperLudzie** (36-40) – serial dokum., Pol.  
**5.30 Telezakupy TV Okazje**

puls TV PULS

DVB T2

- 6.00 **Policjanci z Miami 3** (2, 3) – serial krym.  
**8.00 Kobra – oddział specjalny** (6, 7) – sens.  
**10.00 Maria z przedmieścia** (47, 48) – telen.  
**12.00 Nie igraj z aniołem** (110) – obycz.  
**13.00 Wspaniałe stulecie** (44) – kostium.  
**14.00 Kurierzy** (29) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (530, 531) – serial obyczajowy, Polska 2022  
**17.00 Kurierzy** (30) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (967, 968) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Człowiek zasad** – film sensacyjny, Rumunia/USA 2015, 120 min  
**FILM** **22.00 Komando** – film sensacyjny, USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min  
**23.55 Legionista** – film przygodowy, USA  
**FILM** 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, 125 min  
**2.00 Dzielnica strachu 9** (400) – serial krym.  
**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (963) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**4.00 Taki jest świat 11** (27) – program inform.  
**4.30 Menu na miarę** (4) – program kulinarny  
**5.00 Dzielnica strachu 9** (403) – serial krym.

puls PULS 2

DVB T2

- 7.00 **Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020  
**7.30 Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013  
**7.50 Superkoty** – serial animowany, USA 2023  
**8.30 Wielkie przygody małego rekina** (6)  
**8.50 Masza i Niedzwiedz** – serial anim., Rosja  
**9.20 Straszne historie Maszy** – serial anim.  
**9.25 Swinka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.  
**9.45 Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
**10.00 Język i Przyjaciele** – serial anim., Polska  
**10.35 Spidey i superkumple** – serial anim.  
**11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.  
**12.00 Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021  
**12.35 Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny  
**13.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**13.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**14.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**  
**16.00 Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA  
**17.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**17.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**18.00 Pingwin z Madagaskaru** – serial anim.  
**19.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (955)  
**21.00 Dzielnica strachu 9** (407) – serial krym.  
**22.00 Dzielnica strachu 10** (438) – krym., Pol.  
**23.00 Wstydlive choroby 7** (1, 2) – serial dok.

tvn TVN 7

DVB T2

- 5.30 **Ten moment** (51) – serial paradok., Polska  
**5.55 Szkoła** (774-776) – serial paradokum., Pol.  
**8.45 Ukryta prawda** (1334, 1437, 1438) – serial paradokumentalny, Polska  
**11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1087-1089) – serial fabularno-dokumentalny, Polska  
**13.55 Kryminalni** (71) – serial kryminalny, Polska  
**15.00 Szpital Anna Maria Wesołowska** (502) – serial fabularno-dokument., Pol. 2009-2010  
**18.00 SOS Ekipy w akcji** (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018  
**19.00 Ukryta prawda** (1525) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**20.00 Głowy oceanu** – dramat przygodowy, **FILM** Niemcy/USA 2000, reż. Wolfgang Petersen, wyk. George Clooney, 160 min  
**22.40 Bez kompleksów** (1) – program rozrywk.  
**23.40 Głowa rodziny** – dramat obyczajowy, **FILM** USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, 140 min  
**2.00 Millerowie** – komedia kryminalna, USA/**FILM** Wielka Brytania 2013, 110 min  
**3.50 Fachowcy** (8) – serial paradok., Pol. 2017  
**4.25 Dorota waż się!** (10, 11) – program rozrywkowy

**TVP POLONIA**

**13.50 Pięknie przyprowi-  
NĄ (7)** – magazyn kulin.  
**14.10 Kulturalni** – magazyn  
**15.00 Słowo daje!** – magazyn  
**15.10 Kiedyś to było...** – mag.  
**15.40 62. KFPP w Opolu**  
– Zróbmy więc  
prywatkę...  
**16.00 Zaraz wracam 2 (105)**  
**16.30 Barwy szczęścia**  
(3336) – obcz. , Pol. 2026  
**17.00 Gra słów. Krzyżówka**  
(1055) – teleturniej  
**17.30 Teleexpress**  
**17.50 Teleexpress Extra**  
**18.15 Słownik polsko-  
polski (682)** – talk-show  
**18.45 Świętokrzyskie  
krajobrazy**  
**19.15 Laszkowik & Malicki**  
**20.10 Program  
informatyczny 19.30**  
**20.40 Pogoda**

**TVP ROZRYWKA**

**6.10 Zakochaj się w Polsce**  
(249) – magazyn  
**6.40 Gra słów. Krzyżówka**  
(1134) – teleturniej  
**7.05 Okrasa łamie przepisy**  
**8.15 Familiała** – teleturniej  
**8.45 Va banque (937)** – telet.  
**9.20 Kolo fortuny (2046)**  
**9.55 Program rozrywkowy**  
**10.05 Makłowicz w podróży**  
**10.45 Postaw na milion**  
**12.35 Familiała** – teleturniej  
**13.15 Matki, żony i kochan-  
ki (17)** – serial obcz.  
**14.15 Rodzinka.pl (192, 193)**  
**15.20 Niepewne sytuacje 3**  
(4) – program rozrywk.  
**15.50 Kocham Cię, Polsko!**  
(6) – program rozrywk.  
**17.25 Va banque (938)** – telet.  
**18.00 Kolo fortuny (2047)**  
**18.35 Okrasa łamie przepisy**  
**19.40 Makłowicz w podróży**

**TTV HD**

**5.10 Złomowisko PL 4**  
**6.00 24 godziny (19)** – inf.  
**7.10 Express** – pr. inform.  
**7.35 DeFacto 13 (7, 8)**  
**8.30 Kartoteka (6, 7)**  
**10.35 Detektywi (19, 20)**  
**12.35 Zakup w ciemno 7**  
(28, 29) – reality show  
**14.35 Nic do zgłoszenia (4)**  
**15.35 Złomowisko PL 5 (2)**  
**16.45 Express** – pr. inform.  
**16.58 Pogoda, sport** – pr. inf.  
**17.05 Goggebox. Przed  
telewizorem 21 (3)**  
**18.05 Zakup w ciemno  
extra (36)** – reality show  
**18.40 Niezwykłe Stany  
Prokopa 5 (7)** – pr. rozr.  
**19.45 Express** – pr. inform.  
**20.05 Zakup w ciemno 7 (34)**  
**21.05 Zakup w ciemno  
extra (31)** – reality show  
**21.45 Express** – pr. inform.

**POLSAT 2**

**5.50 Wydarzenia**  
**6.30 Nasz nowy dom (298)**  
– reality show,  
Polska 2023  
**7.30 Na ratunek 112**  
(921, 922) – serial  
paradokum., Polska 2024  
**8.30 Sekrety rodziny**  
(375-377) – serial  
paradokum., Polska 2024  
**11.30 Trudne sprawy (947)**  
– serial paradokumen-  
talny, Polska 2020  
**12.30 Dlaczego ja?**  
(1344, 1345) – serial  
paradokum., Polska 2024  
**14.30 Świat według  
Kiepskich (519-523)**  
– serial komediowy,  
Polska 2017-2018  
**17.00 48h. Zaginieni**  
(151, 152) – serial  
kryminalny, Polska 2022

**POLSAT FILM**

**6.05 Rolnicy – Tak się żyje  
u nas na wsi (136-138)**  
– dok., Polska 2019-2026  
**7.30 Doktor Martin (32)**  
– serial obcz., Wlk. Bryt.  
**8.30 Przyjaciółki (127, 128)**  
– serial obcz., Pol. 2018  
**10.30 Świat według  
Kiepskich (165, 166,  
230, 22, 23, 50)** – serial  
komediowy, Polska  
**13.45 Szybcy i wściekli 10**  
– film sensacyjny, USA/  
Chiny/Jap. 2023, 175 min  
**16.40 Pacific Rim: Rebelia**  
– film s.f., Wielka  
Brytania/Chiny/  
Japonia 2018, 135 min  
**18.55 Plan lotu** – thriller,  
USA 2005, reż. Robert  
Schwentke, wyk. Jodie  
Foster, Peter Sarsgaard,  
Sean Bean, 125 min

**AXN**

**6.00 FBI: Most Wanted 3**  
(14, 15) – serial  
kryminalny, USA 2020  
**7.30 Agenci NCIS:  
Hawaje 3 (7, 8)** – serial  
kryminalny, USA 2024  
**9.15 Castle 2 (21, 22)** – serial  
kryminalny, USA 2010  
**11.15 MacGyver 2 (16, 17)**  
– serial akcji,  
USA 2017-2018  
**13.10 Agenci NCIS:  
Hawaje 3 (9, 10)** – serial  
kryminalny, USA 2024  
**15.10 Agenci NCIS 10**  
(18, 19) – serial  
sensacyjny, USA 2012  
**17.10 CSI: Kryminalne  
zagadki Las Vegas 3**  
(17, 18) – serial  
kryminalny, USA/Kanada  
**19.05 Castle 2 (23, 24)** – serial  
kryminalny, USA 2010

**WOJENNY**

**20.50 Czas honoru.  
Powstanie (7)**  
Michał dostaje rozkaz  
przemieszczenia w re-  
jon Kampinosu. Oddział  
Bronka udaje się do ma-  
gazyynu na Stawkach po  
zaopatrzenie. 55 min  
**21.45 Królowa Bona (6)** – hist.  
**22.45 To jest grana**  
– wakacyjnie (94)  
**23.15 Dziennik regionów**  
**23.40 Tajemnice kulturowych  
seriali (1)** – serial dok.  
**0.30 Andrzej Wajda**  
– Notatki

**TELETURNIEJ**

**20.15 Postaw na milion**  
W grze bierze udział  
dwójce uczestników.  
Dostają milion złotych.  
Żeby go nie stracić,  
muszą odpowiedzieć na  
osiem pytań. 60 min  
**21.15 Kabaret Letnią Porą**  
(25) – program rozrywk.  
**22.10 Rodzinka.pl (54)** – kom.  
**22.50 Lato z Radiem**  
i Telewizją Polską  
**0.55 Kolo fortuny**  
(2047, 2039) – teleturniej  
**2.20 Kabaret Letnią Porą**  
(3, 33) – pr. rozrywk.

**ROZRYWKA**

**22.00 Goggebox. Przed  
telewizorem 20 (3)**  
Dominik Abus i Krzysz-  
tof Radzikowski (obaj  
na zdj.) komentują  
wybrane programy. Nie  
brakuje okazji do śmie-  
chu i wzruszeń. 60 min  
**23.00 Goggebox. Przed  
telewizorem 23 (2)**  
– program rozrywkowy  
**0.00 Damy i wieśniaczki**  
**PL 11 (6)** – serial fab.-dok.  
**1.00 Ciężarówka przez**  
Wietnam (1) – dok., Pol.  
**2.00 Wyburzacz 8 (5, 6)**

**PARADOKUMENTALNY**

**19.00 Gliniarze (993)**  
Ciężarna zostaje pobita  
i okaleczona niedaleko  
domu. Natalia i Kuba  
odkrywają, że rozstała  
się z mężem, wyznała  
zdradę i prowadziła po-  
dwójne życie. 60 min  
**20.00 Ślad (69)** – serial krym.  
**21.00 Gliniarze (788)**  
**22.05 Rolnicy – Tak się żyje  
u nas na wsi (113, 114)**  
**23.00 Świat według  
Kiepskich (355, 356)**  
**0.00 Ślad (91)** – krym., Pol.  
**1.00 Zdrady II (10)** – paradok.

**HORROR SF**

**21.00 Life** – USA 2017, reż.  
Daniel Espinosa  
Rory (Ryan Reynolds,  
zdj.) i inni astronauta  
badają próbki z Marsa.  
Muszą się zmierzyć z in-  
teligentnym i zabójczym  
organizmem. 140 min  
**23.20 Dracula: Historia  
nieznana** – horror, USA/  
Japonia 2014, 100 min  
**1.00 Gliniarze (347, 348)**  
– serial paradokum., Pol.  
**3.00 Fala zbrodni (74, 75)**  
**5.00 Na ratunek 112**  
(860, 861) – paradok., Pol.

**KRYMINALNY**

**21.05 FBI: International 4**  
(12) – USA 2024-2025  
Zabójstwo 6-letniego Dil-  
lona w Baltimore sprawa,  
że agentka FBI Riley  
Quinn dołącza do Fly  
Team. Chcąc odnaleźć  
rodzinę chłopca. 60 min  
**22.05 FBI: Most Wanted 4**  
(15) – serial kryminalny  
**23.00 CSI: Kryminalne  
zagadki Las Vegas 3**  
(17, 18) – serial krym.  
**0.45 Castle 2 (23, 24)** – krym.  
**2.40 FBI: International 4**  
(12) – serial kryminalny

**HISTORIA**

**9.20 Ex Libris 9.50 Ostatni  
Mazury 10.45 Arsenal. Magazyn  
militarno-historyczny** – mag.  
**11.15 Krainy cudów natury (3)**  
**12.20 Independence Dawn: The  
Forgotten Revolution (2)** 13.15  
Polskie parki narodowe – dok.  
**13.45 Królowie (51)** – hist.  
**14.25 Czterdziestolatek** – hist.  
**15.50 Sensacje XX wieku 18.05**  
Czas honoru. Powstanie (12)  
**18.40 Tajemnice początków  
Polski: Z ołchani pradziejów**  
**20.00 Officer (6)** – sens. **21.05**  
Wojny Rosji (1/3) **22.05** II woj-  
na światowa w kolorze: Droga  
do zwycięstwa (1) – dok. **23.15**  
Sensacje XX wieku – pr. hist.

**TVP HISTORIA**

**9.00 Siedem życzeń (7-ost.)**  
– serial przyg. **10.00 Czarna  
suknia** – dramat wojenny, Pol-  
ska 1967 **11.00 Mary Quant.**  
Królowa brytyjskiej mody  
**12.40 Angielskie śniadanie: Ko-  
smos 1999 (9)** – s.f. **13.40**  
Lawrence z Arabii – dramat  
przyg., Wielka Brytania 1962  
**17.25 Stawiam na Tolka Banana**  
(1) **18.10 Dziewięć Nowego  
Jorku (6)** **18.55 Rawhide (1)**  
**20.00 Alibi na lato: Thelma i Lo-  
uise** – dramat sens., USA/Wlk.  
Bryt./Fr. 1991 **22.50** Reguła  
milczenia – dramat obczajowy,  
USA 2012 **0.30** Sibelius. Sie-  
dem symfonii – serial dok.

**SUPER POLSAT**

**8.00 Doktor Martin (51, 52)**  
– obcz. **10.00 Wydarzenia**  
**10.30 SuperLudzie (33, 34)**  
**11.30 Świat według Kiepskich**  
(443, 444, 353, 354) – kom.  
**13.35 Bitwa o palety (1)** **14.30**  
Hell's Kitchen – Plekielna  
Kuchnia (6/9) – reality show  
**16.05 Ninia Warrior Polska (33)**  
**18.00 Świat według Kiepskich**  
(458, 459, 551, 552) – kom.  
**20.00 Złomiarze (5)** – dok. **21.00**  
21 Jump Street – komedia kry-  
minalna, USA 2012 **23.10** De-  
tonator – sens., USA/Rumunia  
2006 **1.20** Świat według Kiep-  
skich (383-387) – kom. **3.55**  
Nasz nowy dom (247, 248)

**ZOOM**

**8.05 Strażnik Teksasu 9 (5, 6)**  
– sens. **9.55 MacGyver 3 (2, 3)**  
**12.05 Pułapki umysłu (1)** – dok.  
**13.15 Wojny magazynowe:**  
Kanada 2 (16) – reality show  
**13.50 Wojny magazynowe:**  
Kanada (17) **14.25** Wojny ma-  
gazynowe: Kanada 2 (18, 19)  
**15.35** Pod pokładem: Morze  
Śródziemne 9 (3) **16.35** Dyna-  
mo: Więcej niż magia 2 (1)  
– serial dok. **17.50** Wojciech  
Cejrowski – boso przez świat  
**20.00** Kobra – oddział specjal-  
ny 23 (18, 19) **22.00** Pod po-  
kładem: Morze Śródziemne 9  
(4) **23.00** Magia nagości 5 (6)  
**0.05** Magia nagości 4 (9) – rozr.

**METRO**

**8.30 Szpital (782, 783)** – para-  
dok., Pol. **10.30** Sędzia Anna  
Maria Wesołowska (351, 352)  
**12.30** SOS Ekipy w akcji (28)  
**13.30** Brzydula (27, 28) **14.35**  
Kiedy ktoś kocha bardziej (13)  
**15.45** The Floor (1, 2) **17.00** Fani  
czterech kółek 17 (4) **18.00**  
Prawo Agaty 7 (2) – obcz.  
**19.00** Kartoteka 2 (5, 6) **21.05**  
Kryminalni 3 (1, 2) **23.15** CSI:  
Kryminalne zagadki Las Ve-  
gas 11 (6) **0.20** Zbrodnie  
z pierwszych stron gazet 5 (5)  
**1.15** Szpital (775) **2.15** Szkoła  
(528, 529) **3.45** Nowa Maja  
w ogrodzie 4 (26, 27) **4.35**  
Nowa Maja w ogrodzie 6 (1)

**AKA KINO +**

**6.30** Polska z góry 5 (6) **7.00**  
Mother Dear – krótkometraż.  
**7.35** Nadzieja – dramat sens.,  
Pol./Niemcy 2006 **9.30** Wyraj  
**10.00** Grantchester 10 (3, 4)  
**12.05** Vera 5 (4) – serial krym.  
**14.00** Tatami – thriller, USA/  
Wielka Brytania/Gruzja 2023  
**16.05** Opera! – dramat obcz.,  
Fr./Wł. 2024 **18.15** Vera 6 (1)  
**20.10** Premiera: Agent – sens.,  
USA 2024 **22.15** Eskort – dra-  
mat obcz., USA/Fr. 2014 **0.40**  
Premiera: Żużel – obcz., Pol.  
2020 **2.45** Król (2) – sens. **3.55**  
Moje miasto – film obcz., Pol.  
2020 **4.55** Kruk. Szepoty słychać  
po zmroku (6-ost.) – krym., Pol.

**TV TRWAM**

**14.20** Muzyczne chwile – kult.  
**14.30** Powolani **15.00** Wygra-  
na **15.50** Ma się rozumieć  
**16.00** Informacje dnia **16.10**  
Sanktuarium polskie **16.30** Po-  
rady medyczne bonifratrów  
(37) – med. **17.00** Świadcówek  
– cykl reportaży **17.30** Spo-  
tkanie Rodziny Radia Maryja  
**20.00** Informacje dnia **20.20** Ró-  
żaniec **20.50** Śladami historii  
(4) **21.00** Apel Jasnogórski  
**21.20** Informacje dnia **21.40**  
Polski punkt widzenia **22.00**  
Z wędką nad wodę w Polsce i  
świat **23.20** Starowiejski  
profesor Józef Bielawski

**ANTENA HD**

**8.40** Kabaretowy szal – pr. rozr.  
**9.45** Co Polak potrafi na drze-  
dziej (12) – rozr. **10.45** Detek-  
tywi z Bordeaux 4 (2) – krym.  
**11.55** Kłątwa Wyspy Dębów 6  
(28, 29) **13.50** Australijscy po-  
żukiwacze złota 3 (3, 4) – dok.  
**15.50** Wojny kontenerowe 2  
(5, 6) **16.50** 77 TV 4 (14, 15)  
**18.55** Astrid i Raphaëlle: Kry-  
minalne Geniuszki (7) – krym.  
**20.00** Alex Hugo – górski detek-  
tyw (9) – krym., Fr. 2014 **22.05**  
Astrid i Raphaëlle: Kryminalne  
Geniuszki (3) **23.10** Detektywi  
z Bordeaux 4 (10) **0.25** Polska.  
Największe tajemnice 2 (6-8)

**TVS**

**12.05** Dzisiaj w regionie – pr. inf.  
**12.10** Pogoda **12.35** Muzyczne  
dzień dobry **13.20** Emeryci  
na tropie – krym. **14.40** Dok-  
tor Kleist – lekarz rodzinny  
**15.45** Doktor z alpejskiej wioski  
– nowy rozdział **16.50** Wydział  
kryminalny Kitzbühel **17.50**  
Doktor z alpejskiej wioski  
– nowy rozdział **18.50** Doktor  
Kleist – lekarz rodzinny  
**19.50** Kino TV5: Rosamunde Pil-  
cher – Niech zdecyduje miłość  
– obcz., Niemcy 2009 **21.50**  
Kino TV5: Rosamunde Pilcher:  
Przyppyły miłości – film ob-  
czajowy, Niem./Austria 2009

**WP WP**

**11.00** Premiera: Niepojęte: Strefa  
tajemnic (6) – serial dok., USA  
**12.00** Wariaci za kierownicą 5  
(10) **13.00** Makłowicz w po-  
dróży **14.00** Pokochaj lub  
sprzedaj **15.00** Vancouver 3 (23-25)  
**16.55** Pogoda (64) **17.00** Komis-  
arz Cassandra: Zbrodnie w Al-  
pach 5 (2) – serial krym. **19.00**  
Strażacy z sąsiedztwa (3)  
**20.00** Whitney Houston: rodzi-  
na tragedia **21.50** Pogoda (64)  
– pr. inf. **22.00** Mistrzowie Ka-  
baretu 5 (1) **23.00** Mistrzowie  
Kabaretu 12 (2) **0.00** Mistrzo-  
wie Kabaretu 3 (9) **1.00** Kabare-  
towi śmiech grupy (2)

**ESKA TV**

**13.00** ESKA TV info – inf. **13.15**  
ESKA on the Beach **14.00** ESKA  
TV info **14.15** ESKA on the  
Beach **15.00** ESKA TV info – inf.  
**15.15** Podwójna Gorąca **20.00**  
Historia jednej piosenki  
**19.00** Palacy za granicą – dok.  
**21.00** Hardcorey Lombard  
**POLO TV**  
**15.00** Gwiazdy dla Ciebie (40)  
**15.30** 10 najlepszych... (40)  
**16.00** Hit za nitem – pr. muz.  
**20.00** Kochamy Lata 90! **21.00**  
Chłopaki do wzięcia (73, 74)  
– dok. **22.00** Wakacje z Bałty-  
kiem (15, 16) **23.00** Zdrady (71)

**VIASAT EPIC DRAMA**

**7.35** Lekarze na start (27, 28)  
– obcz., Pol. **9.05** Poirot 4 (2)  
**11.20** Zatrącenie w miłości  
(29, 30) – telen. **13.25** Agenci  
NCIS 18 (7, 8) **15.15** Lekarze  
na start (29, 30) – obcz., Pol.  
**16.45** Poirot 4 (3) **19.00** Premie-  
ra: Zatrącenie w miłości (31, 32)  
**21.00** Projekt Błękitna Księga  
(7) – s.f. **21.55** Morderstwo to  
nic trudnego (3) – krym. **23.00**  
Sprawy pana Booka (1, 2) **1.10**  
Zatrącenie w miłości (31, 32)  
– telen. **2.50** Projekt Błękitna  
Księga (7) – s.f. **3.35** Morder-  
stwo to nic trudnego (3) **4.25**  
Lekarze na start (29, 30)

**KINO POLSKA**

**6.00 Zwierzęta Wajraka 3** (4, 5) – serial dok., 2022

**6.50 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.

**7.15 Bolek i Lolek** – anim.

**7.35 Reksio** – serial anim. ●

**8.00 Siódem życzeń** (4, 5) – serial przygodowy

**10.35 Akademia Pana Kleksa** (1/2) – przyg., Pol./ZSRR 1983, 95 min

**12.10 To nie ze mną** (4, 5) – serial obyczajowy, 2022

**13.40 Powstanie warszawskie** – dokument fabularny, 2014

**15.40 Motylem jestem, czyli romans czterdziolatka** – komedia obycz., 1976, 120 min

**17.40 Cztery pancerni i pies** (5, 6) – wojenny



**DRAMAT**

**20.00 Prawo ojca** – 1999, reż. Marek Kondrat

**22.05 Kroll** – film sensacyjny, 1991, 145 min

**0.30 Symetria** – dramat obycz., 2003, 130 min ●

**2.40 Zwolnieni z życia** – dramat obycz., Polska/Francja 1992, 125 min ●

**4.45 Leban** ●

**CANAL+ PREMIUM**

**10.05 Lilly i kangurek** – film familijny, Australia 2025

**11.50 Miss mokrego podkoszulka** – kom., Pol. 2002 **12.50** To nie jest zagadka kryminalna (1) – krym. **13.50** Larger than Life: Złota era boysbandów

**15.25 Balony** – krótkometraż.

**15.55** Zmierzył – film fantasy, USA 2008 **17.55** Łąpu capu – pr. rozrywk. **18.00** Jason Bourne – thriller, USA 2016

**20.00** Shadow Force – thriller, USA 2025, reż. Joe Carnahan

**21.40** Być kochaną – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024 **23.25** 21 gramów – dramat obycz., USA 2003

**CANAL+ 360**

**12.50** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) **13.50** Wykręcaj historie 4 (1) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (3) – dok. **16.00** Supersamoloty bojowe 11 (2) – dok. **16.55** Zholowani: ciężarówkami w palach 8 (20) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (5) – dok. **19.00** Wykręcaj historie 3 (5) – dok. **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówkami w palach 9 (1) **20.50** Co poszło nie tak (1) – dok. **21.50** Speedshop: warsztat marzeń (1) – dok. **23.05** Super-samoloty bojowe (5) – dok.

**seriale** **TVP SERIALE**

**5.20 Rodzinka.pl** (99, 100) – serial komediowy, Pol.

**6.20 Na sygnale** (482, 483) – serial fabularno-dokum.

**7.30 Ojciec Mateusz 3** (32) – serial kryminalny, Pol.

**8.30 Komisarz Alex 2** (21) **9.25 Rodzinka.pl** (101) **10.00 Klan** (1448, 1449) **10.55 Ranczo 8** (99, 100) **12.35 Komisarz Alex 2** (22) **13.35 Ojciec Mateusz 30** (383, 384) – serial krym. **15.35 Komisarz Alex 2** (23) – serial kryminalny, Pol. **16.25 Na sygnale** (484, 485) – serial fabularno-dokum. **17.35 Ranczo 8** (101, 102) – serial obycz., Pol. 2014 **19.30 Ojciec Mateusz 30** (385) – krym., Pol. 2023 **20.30 Ojciec Mateusz 3** (33) – serial kryminalny, Pol.



**OBYCZAJOWY**

**21.30 Ranczo 8** (103, 104) Książd wraca po nagłym wezwaniu do kurii. Postanawia zachować temat spotkania w tajemnicy. Michałowa nakłania go do zwierzeń. 110 min

**23.20 Ojciec Mateusz 30** (386) – krym., Pol. 2023

**0.20 U Pana Boga w Królowym Moście** (1) – serial obycz., Polska

**1.20 Ratownicy** (13-ost.)

**2.20 Londynczyk** (1)

**3.20 Wojna zastępcza** (9)

**4.10 Klan** (1448) – telen., Pol.

**CANAL+ FILM**

**13.05** Mszc ci losi! – komedia, Polska 2023 **14.30** Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muzyczna, USA/Wielka Brytania/Chiny 2018

**16.25** Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick **18.05** Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Fr. 2024 **19.45** Łąpu capu – program rozrywkowy

**20.00** Wieczór zabójczych zwierząt: Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026 **21.25** Wieczór zabójczych zwierząt: Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/USA/Kanada 2025

**BBC FIRST**

**8.35** Lewis 4 (7) – krym. **9.40** My Life is Murder 4 (8) – krym.

**10.40** Śmierć pod palmami (1) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (2) **12.55** Sledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2024 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt.

**2024 15.00** Ojciec Brown 7 (5) **16.00** Lewis 4 (7) **17.00** My Life is Murder 2 (9) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (1) **21.55** Śmierć pod palmami (2) **23.00** My Life is Murder 5 (2) **22.00** Diabelski szczyt (1, 2) **0.10** Harry Wild 4 (4) **1.05** Śmierć pod palmami (2) **2.15** Morderstwa w Midsomer 21 (1)

**13 ULICA**

**6.15** Blanca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023

**8.30** Na granicy: Przepaść – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarek, Patrick Kalupa, 115 min

**10.25** Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023

**14.05** Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025

**16.20** Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, Matthieu Bernel, Florent Peyre, 120 min

**18.20** Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008



**KRYMINALNY**

**22.00** Bellefond (1) – Fr. 2022 Prokurator Antoine Bellefond porzuka zawód. Siostrzenica, której nie widział od lat, prosi go o pomoc. 125 min

**0.05** Niewidomy detektyw (4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020

**2.00** Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, 120 min

**4.00** Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025

**FILMBOX+ ONE**

**8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (7) – krym. **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (5) – krym.

**11.00** Panna Marple. Noc w bibliotece – krym., USA 2004

**13.05** Poirot (2) **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8) **16.40** Panna Scarlet i komisarz 2 (6) **17.50** Poirot (7, 8) **20.00** Obóz integracyjny – kom. sens., Portugalia/USA/Wlk. Bryt. 2013 **22.00** Aż do śmierci – thriller, Bułgaria/USA/Wlk. Bryt. 2021 **23.55** Pocalunek Śmierci – dramat krym., USA 1995 **2.05** Zderzenie – sens., Wlk. Bryt./Niemcy/Chiny 2016 **4.30** Bonanza – serial obycz.

**ROMANCE TV**

**8.30** Górski lekarz (138, 139) – serial obycz., **10.25** Diagnostka Betty (159, 160) **12.50** Rzeką życia: Zaginiona na Amazonce – melodramat, Niemcy 2013 **14.15** Blizniacza miłość – komedia romantyczna, USA 2021

**16.15** Statek marzeń – Dolina Rzeki Hudson – film obycz., Niemcy 2024 **18.05** Górski lekarz (140, 141) – serial obycz.

**20.00** Wielka prawdziwa miłość – komedia, USA 2022 **21.50** Bella Vita – komedia romant., Niemcy 2010 **23.45** Górski lekarz (140, 141) – serial obycz.

**TVN FABUŁA**

**5.10** Szkoła (778) – paradok.

**6.00** Filmowe duety (1) **6.30** Kino Buzz Top 5 (2) **6.45** Zakochani po uszy (85, 86) – telen., Pol. 2019

**7.45** Detektywi (69-72) – serial fabularno-dokum.

**9.50** Prawo Agaty 3 (10) – serial obycz., Pol. 2013

**10.55** Szpital św. Anny (67) – serial obycz., Pol. 2025

**11.55** Miłość czy pomyłka? (31, 32) – telen., Turcja

**13.55** Prawo Agaty 3 (9) – serial obycz., Pol. 2013

**14.55** Detektywi – fab.-dok. **16.00** Serieale 5 (1) – mag. **16.45** Happy Feet: Tupot małych stóp – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min

**19.00** Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Pol. 2025



**KOMEDIA**

**20.00** Ocean's Eleven: Ryzykowna gra – USA/Australia 2001

**22.35** Dziewczyna peleryni – film fantasy, USA/Kan. 2011, 120 min

**0.35** Zanim odejdą wody – komedia, USA 2010, reż. Todd Phillips, 110 min

**2.25** Zawieruchy przepis na kichy

**COMEDY CENTRAL**

**7.00** Dwóch i pół 4 (23, 24) **7.55** Dwóch i pół 5 (1, 2) – kom. **8.55** Przyjaciele 6 (20-25) – kom. **11.55** Teoria wielkiego podrywu 6 (11-16) – kom. **14.30** Dwóch i pół 5 (3-6) – kom. **16.30** Przyjaciele 7 (1-6) – kom. **19.30** Duchy (3, 4) – fantasy **20.30** Teoria wielkiego podrywu 6 (17-19) – kom. **22.00** The Office Flap 2 (11, 12) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (11, 13) – rozr. **0.05** Miasteczko South Park 2 (7, 8) **1.00** Pracocholnicy 3 (7, 8) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie (11, 12, 10) **3.15** Miasteczko South Park 2 (4-6) **4.20** Comedy Club 7 (6-9)

**FILMBOX+ HITS**

**12.30** Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019

**14.40** Ambasador w Bernie – dramat hist., Wegry 2014

**16.10** Gorzko-słodki – komedia romantyczna, USA/Tajlandia 2009 **18.10** Książę i ja: Królewskie wesela – komedia romantyczna, USA 2006

**20.00** Historia mojego życia – dram. obycz., Wegry/Niemcy/Francja 2021 **23.00** Bardzo grzeczne dziewczynki – dramat obyczajowy, USA 2013 **0.40** Morze Czarne – thriller, Wielka Brytania/USA/Rosja 2014

**TVP HD**

**5.25** Zakochaj się w Polsce (171) – magazyn

**6.00** Na dobre i na złe (987) – serial obycz., Pol. 2026

**6.55** Ranczo 6 (72) – obycz. **7.55** Rodzinka.pl (217, 218) **8.55** Ojciec Mateusz 20 (260, 261) – serial krym.

**10.45** Gra słów. Krzyżówka (1056) – teleturniej

**11.20** Na sygnale (648, 649) **12.25** Ojciec Mateusz 6 (75) **13.20** Komisarz Alex 3 (39) **14.15** Ranczo 6 (77, 78) **16.10** Gwiazdorska kuchnia Ani 3 (29) – mag. kulin.

**16.40** Tańcząca ze światłem – Maroko (3) – magazyn

**17.10** Okrasa lamie przepisy **17.45** Makłowicz w podróży **18.20** Ojciec Mateusz 25 (318) – krym., Pol. 2021 **19.20** Ranczo 7 (85) – obycz.



**KOMEDIOWY**

**20.10** Rodzinka.pl (306, 307) Kuba przedstawia Filipowi Sonię, lecz rozwój wydarzeń wyraźnie mu się nie podoba. Majka czuje się zawiedziona przez dziadka. 75 min

**21.25** Ojciec Mateusz 32 (410) – krym., Pol. 2024

**22.20** Pojedynkę na głosy – komediomedial, Wielka Brytania 2019, 125 min

**0.25** Czarny mercedes – film kryminalny, Polska 2019, 130 min

**2.35** Jan Serce (1, 2) – obycz.

**HBO**

**10.15** Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025

**11.55** Ben nie ma lekko – anim., Czecho 2024 **13.15** Po prostu uwierz – dramat obycz., USA 2024 **14.55** Assassin's Creed – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016

**16.45** Spijając z innymi – komediodramat, USA 2015 **18.25** Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025

**20.00** Ród smoka 3 (3) **21.00** Premiera: Miniaturowa żona (3) **21.45** Prawdziwy ból – komediodramat, USA 2024 **23.15** Holland – thriller, USA 2025 **1.00** The Royal Hotel – thriller, Australia/Wlk. Bryt. 2023

**TV 6**

**8.55** Kobra – oddział specjalny (20, 21) – serial sens., Niemcy **10.55** 48h. Zaginięci (136-138) – krym. **13.55** Policjanci i Policjanci (1196) – obycz. **14.55** Uroczysko (37, 38) – krym.

**15.55** Kobra – oddział specjalny (22, 23) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (6, 7) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190) **21.55** Czarna lista (21) – krym. **22.55** Łowca pedofilów (181-184) **0.55** Więzienie (203, 205, 204, 206) **2.55** Cobra kal (25) **3.40** Septagón (94, 95) – krym. **5.45** Teleshop TV Okazje – mag.

**STOPKLATKA DVB-T2**

**6.00** Kabaretowe hity (7) – program rozrywkowy

**6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska

**7.50** Robert Makłowicz (181, 151) – mag. kulin.

**9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – serial kryminalny, Australia

**10.55** Górski lekarz (2, 3) – serial obycz., Niemcy

**12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (5) – serial kryminalny, Australia

**14.00** Katastrofy w przestworzach (7, 4) – serial dokum., Kanada

**17.00** MacGyver 4 (5) – sens. **18.00** Wojny magazynowe: Kanada – reality show

**19.10** Aukcja w ciemno 2 (5, 6) – serial dok., USA



**DRAMAT**

**20.00** Ninja – USA 2009, reż. Isaac Florentine

**21.50** Honor zabójcy – film sensacyjny, Kan./Wielka Brytania 1996, 115 min

**23.45** Niesmiertelny 3: Czarnoksiężnik – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994, 130 min

**FX**

**9.00** Z archiwum X 2 (19) – s.f., USA **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – krym., USA **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (6, 7) **15.35** Premiera: Skymed 2 (3) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) **18.20** Z archiwum X 2 (20) **19.15** FBI 4 (7) **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) – krym. **22.00** Premiera: Tropiciel X (2) **22.55** Z archiwum X 2 (20) **23.55** Resident Evil 2: Apokalipsa – horror s.f., Niemcy/Fr./Wlk. Bryt. 2004 **1.50** 9-1-1 (17) **2.35** Agenci NCIS 10 (7) – sens.

**PARAMOUNT NETWORK**

**9.25** Pingwiny z Madagaskaru **10.00** Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003 **13.00** Czarodziejki (7) – fantasy **14.00** Czarodziejki 3 (8) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.25** Pompeje – film katastroficzny, Kan./Niem./USA 2014 **17.30** Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998 **20.00** Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia krym., USA/Kanada **20.02** 23.00 Ojciec chrzestny – dram. sens., USA 1972 **2.30** Psczczelarz – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024 **4.20** Policjyna grupa pościgowa 15 (10) – serial dok.

**TVN 24**

7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.  
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
9.55 Biznes – pr. publicyst.  
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
10.55 Biznes – pr. publicyst.  
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
11.55 Biznes – pr. publicyst.  
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
13.55 Biznes – pr. publicyst.  
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody  
14.55 Biznes – pr. publicyst.  
15.00 15 na żywo – mag. inf.  
16.00 Fakty po południu – program informacyjny  
18.00 Tak jest – pr. publicyst.  
19.15 Serwis informacyjny  
19.30 Fakty po Faktach – inf.

**TLC**

8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.  
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.  
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show  
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (10) – serial dok.  
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.  
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3  
15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show  
16.00 Historie wielkiej wagi  
18.00 Pokonał otyłość (5) – serial dokumentalny  
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karabach 3 – reality show

**TVN STYLE**

5.20 Damy i wieśniaczki. PL 9 (1) – serial fab. dok., Polska 2025  
6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywkowy  
7.10 Co za tydzień – magazyn kulturalny  
7.45 Dzień dobry **LIVE** wakacje – magazyn  
11.20 Ugotowani (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016  
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy  
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show, Polska 2018  
17.05 W czym do ślubu? (4) – program rozrywkowy Izabela Janachowska pomaga wybrać suknię dla Wiktorii. 35 min

**Discovery DISCOVERY CHANNEL**

6.00 Mistrzowie logistyki (15) – serial dokum.  
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.  
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dokumentalny  
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.  
10.00 Klan z Alaski – dok.  
11.00 Przetwać nad Jukonem – serial dok.  
12.00 Włoska kontrola celna (5) – serial dokum.  
13.00 Ed Stafford: inicjacja  
14.00 Nagi instykt przetrwania: Elita 3  
15.00 Złomowisko PL 6 (4) – serial dokumentalny  
16.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.  
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.

**NATIONAL GEOGRAPHIC NATIONAL GEOGRAPHIC**

10.00 Mega Metro (4) – dok.  
11.00 Piemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (1)  
12.00 Przetwanie w kanadyjskiej dzicy (5) – serial dokumentalny  
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (3) – dok.  
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (6)  
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (8, 9) – serial dok.  
17.00 Pompeje w ogniu – film dokum., USA 2022  
18.00 Wilkie konstrukcje III Rzeszy: Atak z powietrza – film dokumentalny, USA 2022  
19.00 Wojna widziana z powietrza (2) – dok.  
20.00 Katastrofa w przestworzach (2)

**FOKUS TV DVB T2**

6.00 Wehikuł czasu (706)  
6.05 48h. Zaginięci (60)  
7.00 Byli sobie podróżnicy  
8.00 Byli sobie wynalazcy  
8.55 Wehikuł czasu (706)  
9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dokum.  
10.00 Gwiazdy lomberdu (7, 8) – reality show, USA  
12.00 I wojna światowa w liczbach (1) – dok.  
13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – serial dokum.  
14.00 Tajne akta nazistów (1, 2) – serial dokum.  
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (8, 9) – serial dokum.  
18.00 Rolnicy. Podlasie (10, 11) – serial dokum.  
20.00 Galileo (23)  
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczości III Rzeszy (5) – serial dok.

**PUBLICYSTYCZNY**

20.00 Kropka nad i Pulami politycy odpowiadają na pytania dotyczące bieżących problemów w Polsce. 20 min  
20.20 Fakty o świecie – inf.  
21.00 Polska i świat – inf.  
22.00 Szkoła kontaktowe  
23.00 Dzień po dniu – mag.  
0.25 Biznes – pr. publicyst.  
0.45 Fakty po Faktach – inf.  
1.20 Kropka nad i – pr. publ.  
1.50 Tak jest – pr. publicyst.  
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.  
3.10 Akademia ogrodnika

**REALITY SHOW**

20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 Chcąc zapewnić dobre życie swojemu nowo narodzonemu dziecku, Josez zawiesza karierę muzyczną. 60 min  
21.00 Wiza na miłość 12 (6)  
23.00 Koleżanki na zabój – dok., USA 2023  
0.00 Dr Pryszczyla – kulisy  
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3  
2.00 Wiza na miłość 12 (6)  
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

**ROZRYWKA**

17.40 Kuchenne rewolucje (4, 9, 10) Magda Gessler (zdj.) udaje się do Elbląga. Jej wsparcia potrzebuje szefowa restauracji Czerwka. Od dawna zalega z opłatami. 190 min  
20.50 Jestem z Polski (16) – serial dokumentalny  
21.50 Jestem z Polski 13 (10)  
22.50 Hotel Paradise 6 (22)  
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9  
1.35 Dorota was urządził! (4) – program rozrywk.

**ROZRYWKA**

18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (12) Ostatnie zadanie braci Collins w Indiach okazuje się najtrudniejsze. Rafał nie znosi zapachu ryb, a Grzesiek cierpi na chorobę morską. 60 min  
19.00 Nagi instykt przetrwania 12 – dok.  
21.00 Nic do ukrycia (10) – serial dokumentalny  
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (8)  
23.00 Premiera: Celnicy na straży Niemiec (2)

**DOKUMENTALNY**

21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1) Medialna wrzawa utrudnia badanie przyczyn wypadków. Tak było w trakcie dochodzenia dotyczącego lotu American Airlines 77. 60 min  
22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (1) – dok.  
23.00 Katastrofa w przestworzach (9)  
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (10)

**DOKUMENTALNY**

22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (1, 2) Według legendy pod koniec II wojny światowej Japończycy mieli zakopać cenne rezerwy w fińskiej dżungli. Badacze ruszają na poszukiwania skarbu. 120 min  
0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dokumentalny, USA 2011  
1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokumentalny  
5.00 Kolowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski

**POLSAT NEWS**

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 12.45 Pogoda  
12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia – serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda  
15.50 Wydarzenia 15:50 16.10 Wieści „Wydarzeń” – inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego  
18.00 Najważniejsze pytania  
19.15 Gość „Wydarzeń” – publ.  
19.50 Debata Gostyry 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.30 Dzień na świecie 23.30 Obraz dnia – serwis informacyjny

**CANAL+ KUCHNIA**

13.25 Kulinarna szklak: Południowa Afryka (1) – dok. 13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (1) – dokum. 14.50 U sąsiadów w kuchni 12 (7, 8) – dok. 15.45 Z pola na stół 2 (5) – dok., Kan. 16.15 Jelita vs mózg (4) 16.40 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (1, 2, 11, 12) 18.30 Maximum Foodie 4 (9) – dok. 18.55 M jak mięso (1, 2) – dok.  
19.50 Nie był rybn! (1) 20.15 Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (12, 13) 21.15 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 11 (3, 4) – dok. 23.00 Anthony Bourdain – miejsca nieznanne 8 (5) – serial dok.

**POLSAT CAFÉ**

6.00 Przyjaciółki – obycz. 8.00 Co ludzie powiedzą – kom. 9.20 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show  
12.30 Bogaty dom – biedny dom – reality show 14.30 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr.  
16.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 18.00 Nasz nowy dom – reality show  
20.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 21.05 Wieżenie kobiet – dok., Pol. 22.00 Walka o życie – dok., Pol. 23.00 Gry małżeńskie – reality show 1.00 Kolacja w ciemno – pr. rozr. 3.05 Wieżenie kobiet – serial dok. 4.00 Zdrady – paradok.

**DISCOVERY SCIENCE**

6.00 Zwykle rzeczy – niezwykle wynalazki 11 – dok. 6.30 Zwykle rzeczy – niezwykle wynalazki (1-3) 8.00 Jak działa wszechświat? 11.00 Pomoc drogowa na Alasce – film dok.  
13.00 Podziemne sekrety (8)  
15.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 18.00 Zwykle rzeczy – niezwykle wynalazki (6, 8-12) – serial dokum. 21.00 Tajemnice ładowania na Księżycu (3, 4) – serial dokum.  
23.00 NASA – archiwum tajemnic – serial dok. 1.00 Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – serial dok. 4.00 Podziemne sekrety (8) – dok.

**TVP DOKUMENT**

11.00 Kultura miejska (5)  
12.00 Korona Gór Polski 2 (7)  
12.35 Ludzie z mikroplastiku  
13.40 Najspanialsze drzewo Australii (1) 14.50 Rajskie zakątki Europy (1) – dok.  
15.40 Neon 16.45 Magiczny Adriatyk (1) – dok. 17.45 Sanatorium miłości 4 (6) 18.45 Jacek Cygan. Życie jest sztuką  
20.00 Kości na handel 21.05 W krainie niedziedzicia – film dokum., Niemcy 2023 22.10 Niebezpieczne drogi (1) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza 23.25 Naddnieście, Abchazja i Osetia – fantomowe państwa 0.30 Sanatorium miłości 4 (5)

**PLANETE+**

11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (1) – dok., Fr. 2023  
12.35 Świat według termometrów 13.45 Ocalał raj (4) – dok. 14.50 Zaginionie swiasty (1)  
15.50 Niezwykłe podróże Kolesja 8 (6) 16.55 Świat zawarty w obrazie (1) 17.55 Dokąd dziesiąt? 4 (65) – serial dok. 18.10 Polska z góry 10 (1, 2) – dok. 19.10 Mam zametek 2 (3) – dok.  
19.45 Zapomniane królówce epoki żelaza – film dok., Niem. 2022 20.50 Osieroczone. Dzieci i wojna (1) 22.00 Tutanchamon: wielkie odkrycie 23.10 Strefa nagości (3) 0.20 Niezwykłe podróże Kolesja 8 (7)

**TVN 24 BIS**

16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty 19.30 Fakty po Faktach – inf.  
20.00 Kropka nad i 20.20 Fakty o świecie 21.00 Rozmowy dnia 21.40 24 godziny 22.55 Fakty o świecie 23.35 Polska i świat 0.35 Fakty po Faktach

**WYDARZENIA 24**

18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 Gość „Wydarzeń” – pr. publicyst.  
20.00 Wydarzenia 21.00 Wydarzenia, pogoda 21.40 Pogoda 21.50 Wydarzenia wieczorne 22.25 Pogoda – pr. inform.

**TVP 3**

13.20 Agropogoda 13.30 Rozmowy (nie)wygodne 14.10 Cakkiem niezła historia 14.30 Program informacyjny 14.30 14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny 15.20 Serwis Info Dzień 15.30 Program lokalny 19.30 Dlaczego krowa... – mag. 19.45 Kryminalna siódemka – mag.  
20.00 Dziennik regionów – inf. 20.10 Pogoda 20.13 Gość Rerterów – 20.30 Kryminalna siódemka – mag. 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Pogoda 22.30 Złoty chłopak (188) – obycz.

**HGTV**

10.00 Widok, na który cię stać (11, 12) – dok. 11.05 Usterka 11 (10, 11) – fab. dok., Pol. 12.35 Moje miasto, mój dom 8 (5, 6) – pr. rozr. 14.35 Mieszkanie na miarę (3, 4) – pr. rozr. 16.35 Polowanie na ogród 2 (2-4) 18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (4, 5) – pr. rozr. 20.05 Złoty remont 4 (4) – pr. rozr. 21.05 Dorota was urządził! (9) 1.00 22.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (11, 12) 23.35 House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (1, 2) 0.45 Kupujemy dom na plaży 29 (11, 12) – dok., USA

**TVP KOBIETA**

12.00 Na tropie przypraw. Piłkarnie i słodko 12.30 Kwiaty na warszta 2 (23) 12.45 Przepis dnia (85) 13.50 Na dobre i na złe (576) 13.50 Kiedys to było... 14.25 Okrasa łamię przepisy 15.00 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (61)  
15.30 Ojciec Mateusz (3, 4) 17.25 Najspanialsze ikony natury (2) 18.30 Hity wszech czasów 19.30 Miłość i nadzieja (296)  
20.30 Wichrowe wzgórze (277) – serial obycz. 21.30 La Promesa – pałac tajemnic (267) 22.30 Miłość i turbulencje – kom. romant., Francja 2013

**BBC EARTH**

12.45 Malownicze trasy kolejowe 2 (4) – dok. 13.40 Mroźna planeta 2 (3) – dok. 14.45 W okowach mrozu 3 (3) – dok. 15.45 Życie na pustkowie: powroty 3 (8) 16.45 Indie z Alexandrem Armstrongem (1) 17.40 Dziewicze zakątki Ziemi (4) – dok. 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (2) – dok. 19.45 Tajemnice wulkanów (2) 20.40 Potęga ssaaków: kulisy (1) – dok. 20.55 W okowach mrozu 3 (11, 12) – dok. 22.55 Indie z Alexandrem Armstrongem (1) – dok. 23.55 Paryż-Stambuł z Sue Perkins (1)

**HISTORY HISTORY**

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (4) 14.50 Największe tajemnice świata 6 (14) 15.45 Gwiazdy lomberdu 13 (3)  
16.15 Wykute w ogniu 4 (10) 17.10 II wojna światowa w kolorze (13) – serial dok. 18.10 Największe tajemnice świata 6 (5) – dok. 19.05 Starożytni kosmici 13 (21) – serial dok. 20.00 Starożytni kosmici 14 (19) – serial dok. 21.00 Starożytni kosmici 17 (6) – serial dok. 22.00 Premiera: Największe tajemnice świata 7 (12) – dok. 23.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (8) – serial dok.

**POLSAT SPORT 1**

**6.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**9.00** **Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski  
**10.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
**11.00** **Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy  
**12.00** **Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy  
**13.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – studio **LIVE**  
**14.30** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **LIVE**  
**16.30** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **LIVE**



**TENIS**

**18.30** **Turniej Wimbledon** **LIVE** – mecz 4. rundy gry pojedynczej Rok temu Alexander Zverev (zdj.) odpadł w 1. rundzie. Teraz, po triumfie we French Open, będzie chciał poprawić swój rezultat w Londynie. 150 min  
**21.00** **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**22.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**23.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

**POLSAT SPORT 2**

**6.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.30** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
**11.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **14.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**16.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **18.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**21.00** **Lekkkoatletyka:** Diamentowa Liga w Eugene **23.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **1.00** **Sporty walki:** FEN

**POLSAT SPORT 3**

**6.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **10.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **14.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **16.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **18.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **21.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **23.00** **Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **1.00** **Sporty walki:** Babilon MMA

**EUROSPORT II EUROSPORT 1**

**6.30** **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfastie – finał: Jack Lisowski – Judd Trump  
**8.30** **Wspinaczka:** Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały  
**9.00** **Jezdźiectwo:** Global Champions Tour w Monako  
**11.00** **Kolarstwo:** Tour de France – 2. etap  
**12.00** **Kolarstwo:** Tour de France – 3. etap **LIVE**  
**17.30** **Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile  
**18.30** **Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile  
**19.30** **FIM World Endurance Championship:** Wyścig 8-godzinny w Suzuce



**SNOOKER**

**21.00** **Turniej Northern Ireland Open w Belfastie** – finał: Jack Lisowski – Judd Trump Decydujący pojedynek dziesiątej edycji zmagania w Irlandii Północnej. Zwycięzca zabierze do domu 100 tysięcy funtów. 60 min  
**22.00** **Kolarstwo:** Tour de France – 3. etap: Grandollers – Les Angles  
**0.00** **Snooker:** Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump

**EUROSPORT 2**

**6.30** **Kolarstwo:** Tour de France – 2. etap **8.30** **Motocross:** MS w Johanneshurgu  
**12.00** **Snooker:** Turniej Northern Ireland Open w Belfastie: J. Lisowski – J. Trump **15.00** **Wspinaczka:** Zawody World Series w Krakowie  
**18.00** **Jezdźiectwo:** Global Champions Tour w Monako  
**20.00** **Kolarstwo:** Tour de France – 3. etap **22.00** **Igrzyska Olimpijskie:** Galeria sław Barcelona 1992 – mag. **23.00** **Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Atlanta 1996 – mag. sportowy **0.00** **Kolarstwo:** Tour de France – 3. etap

**CI POLSAT**

**12.20** **Zbrodnia prawie doskonała** 3 (5, 6) **14.10** **Morderca z internetu** (2, 5) **15.05** **Ferie, impreza, morderstwo** (2) **16.00** **Pogrzebani za domem** 3 (4) **17.00** **I nie opuścisz mnie** aż do śmierci 5 (1) **18.00** **Z archiwium** 997 (9, 10) **19.00** **Dowodny zbrodni: Ślady DNA** (8) **20.00** **Kobiety, które nosiły śmierć** 11 (10) – dok. **21.00** **Pogrzebani za domem** 6 (10) – dok. **22.00** **Psy na służbie** z Jimem Belushim (1, 2) – dok. **23.00** **Zbrodnia:** oszukał prawdę (5) **23.55** **Kobiety, które nosiły śmierć** 11 (5) – dok.

**TVP SPORT TVP SPORT**

**6.00** **Strongman:** Puchar Polski – Zmigród 2026  
**7.00** **Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Włochy – Litwa  
**9.00** **Mundialowy poranek** (25) – magazyn piłkarski  
**10.15** **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**12.35** **Kamera TVP Sport**  
**13.20** **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**15.45** **Dzień na mundialu** (25) – magazyn piłkarski Dziennikarze i eksperci zapowiadają nadchodzące spotkania mistrzostw świata, przybliżą składy i taktyki poszczególnych zespołów. 95 min



**KOSZYKÓWKĄ**

**17.20** **Eliminacje MŚ** – mecz: **LIVE** Polska – Holandia Biało-Czerwoni tę część kwalifikacji kończą starciem z Oranją. Polacy już dużo wcześniej zapewnili sobie awans do kolejnej rundy. 165 min  
**20.05** **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**0.05** **Quiz TVP Sport** – telet.  
**1.00** **Piłkarz nożna:** MŚ **LIVE** 2026 – 1/8 finału  
**5.00** **Boks:** Gala w Las Vegas: S. Fundora – T. Tszju

**TVP TURBO**

**11.15** **101 napraw** 4 (5, 6) **12.15** **Jezdźić, obserwować** (2) – dok. **13.00** **Mobilni mechanicy** (7, 8) – mag. **14.30** **Zawodowi handlarze** (8, 9) – pr. rozr. **16.00** **Wojsy samochodowe** (2, 3) **18.00** **Raport Turbo** **18.15** **Jezdźić, obserwować** (7) **19.00** **Prawko na święcie. Jazda bez zasad** (2) **19.45** **Usterka** 16 (13) **20.15** **Naprawy nie do naprawy** (3) – mag. **21.00** **Wojsy samochodowe** (4) – pr. rozr. **22.00** **Raport Turbo** – inf. **22.15** **Jezdźić, obserwować** (5, 6) – dok. **23.45** **Z drugiej reki** (4) **0.30** **Nauka jazdy** (23) **1.00** **101 gadzetów** motoryzacyjnych (3)

**POLSAT PLAY**

**6.00** **Budowlancy** (4) – dok., Pol. **6.30** **Kolowrotek** (199) – mag. **7.00** **Dorwać turystyka** (2, 3) – dok., USA **9.00** **Wojsy magazynowe** (179, 180) **10.00** **Wojsy kontenerowe** (6, 7) – dok. **11.00** **Hardkorowy lombard** (29, 28, 30-33) – dok. **14.05** **Polacy za granicą** (145, 146) **16.05** **Złomiarze** (29, 30) – serial dok. **18.10** **Poszukiwacze historii** (151-154) – serial dokum. **20.05** **Złomiarze** (39, 53) – dok. **22.05** **Sily specjalne** – Polska (1, 2) – reality show **1.00** **Kolowrotek** (188-193) – mag. **4.05** **Starożytni kosmici** (2, 1) – dok.

**CANAL+ SPORT CANAL+ SPORT**

**6.00** **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Raków  
**8.30** **Premier League Stories** (23) – mag.  
**9.00** **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Real Madryt CF  
**11.15** **Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Real Sociedad  
**13.30** **Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy Najciekawsze wydarzenia zakończonej wczoraj kolejką. 100 min  
**15.10** **Premier League Stories** (46) – mag.  
**15.45** **Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Real Madryt CF  
**18.00** **Liderzy. W centrum gry** (2) – serial dokum.



**ŻUŻEL**

**19.00** **PGE Ekstraliga:** Motor Lublin – Stal Gorzów Bartosz Zmarzlik (zdj.) i jego koleżdy liczą na udany rewanż za porażkę 44:46 w poprzednim starciu z Gorzowianami. 180 min  
**22.00** **Boks:** Gala w El Paso: S. Han – H. Holm  
**0.15** **Liga+ Ekstra** – mag.  
**2.20** **Ligomistrzowe historie** (5) – mag.  
**3.30** **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Cracovia

**CANAL+ SPORT 5**

**6.00** **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia **9.00** **Zużel:** PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów  
**12.00** **Snooker:** Championship League – 1. runda  
**16.45** **Premier League Stories** (1) – magazyn piłkarski **17.30** **Snooker:** Championship League – 1. runda  
**22.15** **Boks:** BKFC Liberty Brawl: Philadelphia 130 Górnk. Chłopcy z Zabrza (1) – dok. **1.30** **Ligomistrzowe historie** (1) – mag. **2.15** **Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Raków Czeszotkowa **4.30** **Przerwa techniczna**

**DTX**

**7.05** **Fani czterech kólek** **9.10** **Militaria** na warsztat (14, 1) **11.10** **Dwa oblicza survivalu** – serial dok. **13.10** **Niemiecka budowlanka** (8, 9) – pr. rozr. **15.10** **Fani czterech kólek** **17.10** **Absurdy drogowe** (1-4) **19.10** **Fani czterech kólek** – dok. **20.10** **Niechciani** w Gas Monkey **21.10** **Od samochodu do domu** **22.10** **Militaria** na warsztat (1, 2) – dok. **0.10** **Policjanci z Kent** – dok. **2.10** **Królowie asfaltu** **3.40** **Metro po szwatkow** (3) **4.25** **Śmigłowiec ratunkowy** – Kornwali (4) **5.15** **Drwal zawodowiec** – dok.

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00** **Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.** – mag.  
**6.45** **Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski  
**7.00** **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim  
**9.00** **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Inter  
**11.00** **Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**12.30** **Formuła 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**13.40** **Made in Italy** (16) – magazyn piłkarski  
**14.00** **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**16.00** **Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – Inter  
**18.00** **Piłka nożna:** Liga niemiecka: BVB – Bayern  
**20.00** **Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii



**PIŁKA NOŻNA**

**20.40** **Liga włoska** – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC Wicemistrz Włoch kontra kenialczyk Serie A. Główni konkurenci Interu w walce o scudetto liczyli na potknięcie zespołu Cristiano Chivu. 120 min  
**22.40** **Serie A** – mag. piłkarski  
**23.45** **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag.  
**1.00** **Bundesliga Special** (22) – magazyn piłkarski  
**1.30** **Bundesliga Goal Special** (18) – mag.

**ELEVEN SPORTS 3**

**8.50** **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.  
**10.00** **Piłka nożna:** Liga francuska: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia  
**12.00** **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Werder Brema – Bayern **14.00** **Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Inter  
**16.00** **Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim **18.00** **Formuła 1**  
**20.00** **Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Inter **22.00** **Ligue 1 Show** (36) – mag. **23.05** **Made in Italy** (13, 12, 11) – mag. **0.00** **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Le Havre AC – PSG

**ELEVEN SPORTS 3**

**11.00** **Bundesliga Special** (21)  
**12.00** **Piłka nożna:** Liga włoska: AC Milan – Lecce **14.00** **Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon  
**16.00** **Bundesliga Special** (22)  
**16.30** **Ligue 1 Show** (35) **17.00** **Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (1, 2) – mag. **18.00** **Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Parma – Juventus  
**20.00** **Piłka nożna:** Liga niemiecka: 1. FC Köln – Lipsk **22.00** **Piłka nożna:** Liga francuska: Strasbourg – Lens **0.00** **Werder Double** – dok. **0.55** **Podróż do świata Calcio** – mag.

**TVP abc TVP ABC**

**10.20** **Bolek i Lolek na wakacjach** – anim.  
**10.45** **Rodzina Tręflików** 2 **11.10** **Odo** – serial animowany  
**11.35** **Stacyjkowo** – anim.  
**11.55** **Pszczółka Maja** – anim.  
**12.25** **Domisie**  
**13.00** **Figi Migu na planecie Czochras** (35) – program dla dzieci  
**13.20** **Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.  
**13.45** **Świnka Peppa** – anim.  
**13.55** **Świnka Peppa** 7  
**14.10** **Pajak Lucas** 2 – anim.  
**14.30** **Oli i Luna** – serial anim.  
**14.55** **Oktonauci** – serial anim.  
**15.20** **Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (10) – mag.  
**15.40** **Billy – chomik, który został kowbojem** – serial animowany  
**16.05** **Pat i Świat** – anim.



**ANIMOWANY**

**16.35** **Rev i Roll** **Ekipa zagania stado** lam do zagrody. Rodzice są pod wrażeniem, że udało się ich dzieciom wykonać tak trudne zadanie. 30 min  
**17.05** **Pszczółka Maja** – anim.  
**17.30** **Petronix: Obrońcy zwierząt** – serial anim.  
**18.00** **Kucharz Shane** – anim.  
**18.25** **Leo da Vinci** 2 – anim.  
**19.00** **Ptys i Bill** – serial anim.  
**19.10** **Czarodziejskie miasteczko Pinokia**  
**19.25** **Piotrusz Królík** – anim.

**NICK JR.**

**12.00** **Rubble i jego ekipa** 3  
**12.25** **Psi Patrol** 6 **12.54** **Świnka Peppa** 8 **13.40** **Barbapapa i jego rodzinka** **14.35** **Zwierzęce zagadki** **15.05** **Rogańska ekipa** 2 (13) – dla dzieci **15.34** **Świnka Peppa** 2 – anim.  
**16.16** **Świnka Peppa** 5 **16.35** **Psi Patrol** 4 **17.05** **Rubble i jego ekipa** 2 – anim. **17.30** **Pan Krokodyl** 2 – anim. **17.55** **Barbapapa – szczęśliwa rodzinka** **18.10** **Barbapapa i jego rodzinka** **18.40** **Dora** 2 **19.00** **Przygodki Misia Paddingtona** **20.07** **Świnka Peppa** **20.30** **Male Królestwo** **Bena i Holly** **20.55** **Barbapapa i jego rodzinka**

**MINIMINI+**

**14.03** **Kicia Kocia** 2 **14.22** **Cloudy & Stormy** **14.45** **Gazu, pieski, gazu!** **15.10** **Baranek Shaun** – anim. **15.36** **Język Happy** – anim. **15.55** **Mały Charlie**  
**16.05** **Mega Ekspres** **16.30** **Ciekawski George** **6** **17.00** **Tomek i przyjaciółce** 20 – anim. **17.25** **Staś i fajna Babcia** – anim. **17.50** **Moje urodziny** **17.56** **Smery** – anim. **18.25** **Lesna rodzina: Pamiętnik Frej** **18.50** **Bacina oczka** **19.05** **Kicia Kocia** 2 **19.25** **Mały Charlie** **19.36** **Język Happy** **19.52** **Basia** 2 **20.05** **Wierszyki** **domowe** **20.35** **Dolina Muminków** 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA



20.00 TVN 7

Player One



**SCIENCE FICTION** Uczestnicy gry chcą uratować wirtualny świat przed zagrożeniem.

Rok 2045. Na wyniszczonej Ziemi panuje chaos. Jedyną formą ucieczki od ponurej rzeczywistości jest gra OASIS, oferująca możliwość wcielania się w dowolnie wybraną istotę. Gdy umiera twórca wirtualnego imperium, zostaje ogłoszony konkurs na jego

zastępcę. Wychowany w biedzie Wade (Tye Sheridan, zdj.) podejmuje wyzwanie. Jako Parzival wkracza do rozgrywki. Musi odnaleźć trzy klucze.

**INFO:** USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan, Olivia Cooke **180 min do godz. 23.00**



20.00 POLSAT

Niezniszczalni

**SENSACYJNY** Najemnicy pod wodzą Barneya Rossa (Sylvester Stallone, zdj.) mają obalić południowoamerykańskiego tyrana, Garzę (David Zayas). Wpadają na trop spisku. **130 min**

USA/Bułg./Hiszp./Niem. 2010, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham



20.00 TV PULS

Zakon

**SENSACYJNY** Naukowiec badający tajemniczy rękopis z XI wieku znika bez śladu. Jego syn, przemysłowiec Rudy (Jean-Claude Van Damme, zdj.), rozpoczyna poszukiwania. **115 min**

USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyk. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff



20.50 TVN

Dziewczyna z pociągu

**DRAMAT KRYMINALNY** Rachel (Emily Blunt, zdj.) codziennie obserwuje zza okna pociągu parę zajmującą mijany po drodze dom. Staje się świadkiem niepokojących zdarzeń. **145 min**

USA 2016, reż. Tate Taylor, wyk. Emily Blunt, Haley Bennett, Rebecca Ferguson, Luke Evans



22.10 POLSAT

Kryzys

**DRAMAT SENSACYJNY** Historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Zmagająca się z nałogiem Claire (Evangeline Lilly, zdj.) poszukuje syna. **160 min**

Kan./Bel. 2021, reż. Nicholas Jarecki, wyk. Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly

ROZWIĄZ DLA PRZYJEMNOŚCI!

nauczycielka	▼	fakt prawny	▼	szara papuga	▼	Patryk ..., reżyser	słodka w torcie	▼	na grzbiecie wielbłąda	▼	Katarzyna ..., „Botoks”	▼	wykluwa się z niego pisklą	▼	rywalka Marusi
„... Pana Kleksa”	▶								usterka maszyny	▶				2	
▶		3		obok kleru		zastąpiła pierzynę	krawędź	▶					silnik w trabancie		działo
symbol graficzny				▼				▼	Monika ..., piosenka	▶		4			
oddzielna sala dla chorego		wschodni dostojnik		Blanchett, „Babel”		do przybijania gwoździ	rzadko się odzywa	▼	gromada zwierząt		faza procesu		gorąco, żar	▶	
▶						6		▶				5	... Kamińska, aktorka		drewno na okręty
Joe ..., „Chłopcy z ferajny”				współbrzmienie dźwięków					niewieźący	▶					
▶						atrakcyjność fizyczna							mniej niż trio	▶	
„... Schindlera”, film				normy moralne					w niej szkła okularowe	▶					1

Rozwiązanie krzyżówki: Litery z numerowanych pól utworzą hasło.

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

**TVP 1 TVP 1** **DVB T2**

**7.30 Kościół z bliska** – magazyn religijny  
**8.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.20 Janosik (6)** – serial przyg., Polska 1973  
**9.15 Ranczo 6 (75)** – serial obycz., Pol. 2012  
**10.10 Komisarz Alex 7 (83)** – serial krym.  
**11.05 Ojciec Mateusz 15 (194)** – serial kryminalny, Polska 2016  
**12.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda**  
**12.40 Magazyn rolniczy**  
**12.55 Natura w Jedynce: Rzeki Chorwacji** – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020  
**14.00 Złoty chlopak (328)** – serial obycz.  
**15.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**15.10 Pogoda Info**  
**15.25 Gra słów. Krzyżówka (1061)** – telet.  
**16.00 Dziedzictwo (971)** – serial obycz.  
**17.00 Teleexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.  
**18.05 Reporterzy** – magazyn reporterów  
**18.25 Akacja 38 (906)** – telen., Hiszpania  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**19.55 Pytanie dnia** – program publicyst.  
**20.10 Sport, pogoda**  
**20.30 Prokurator (8)** – serial kryminalny, Pol.  
**21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

**PIŁKA NOŻNA**



**21.50 Mistrzostwa świata 2026**  
**LIVE** – mecz 1/8 finału  
 W meczu na stadionie w Vancouver możemy zobaczyć reprezentację Portugalii. Zespół Cristiano Ronaldo (zdj.) liczy na jeszcze lepszy wynik niż w 2022 roku. Wówczas Portugalczycy zakończyli swoją mundialową przygodę w ćwierćfinale. 160 min  
**0.30 Zwycięstwo za wszelką cenę** – film dokumentalny, Francja 2024  
**1.35 Warszawa** – film obyczajowy, Polska **FILM** 2003, reż. Dariusz Gajewski, 110 min  
**3.25 Wykrywacz kłamstw** – pr. publicyst.  
**3.45 Pytanie dnia** – program publicyst.  
**4.05 Reporterzy** – magazyn reporterów

**TVP 2 TVP 2** **DVB T2**

**5.00 Rodzinka.pl** – serial komediowy, Polska 2025  
**5.35 M jak miłość (1788)** – serial obyczajowy, Polska 2024  
**6.25 Eleos znaczy miłosierdzie** – reportaż, Polska 2026  
**6.55 Barwy szczęścia (3348)** – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.30 Rodzinka.pl (32, 33)** – serial komediowy, Polska 2011  
**12.35 Kolo fortuny (1882)** – teleturniej  
**13.15 Panna młoda (138)** – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque (1006)** – teleturniej  
**14.35 Na sygnale (870)** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026  
 Romek i Ela przeżywają dramatyczne chwile w lesie, gdzie dochodzi do starcia między myśliwym a kłusownikiem. Jedna osoba wpada w sidła, a dwie zostają ranne. 30 min  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic (427)** – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
**16.00 Kolo fortuny (1883)** – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026** – studio

**PIŁKA NOŻNA**



**17.50 Mistrzostwa świata 2026**  
**LIVE** – mecz 1/8 finału  
 Jeśli Argentynicy zagrają w pierwszych dwóch fazach turnieju zgodnie z przewidywaniami ekspertów, powinni przystąpić do boju o ćwierćfinał w Atlancie. Ich rywalem może być wicemistrz grupy D lub G. 170 min  
**20.40 Omnibus – szybcy i mądry (16)**  
**21.15 Omnibus – szybcy i mądry – dogrywka (16)** – teleturniej  
**21.35 Program rozrywkowy**  
**23.00 Na sygnale (863)** – serial fab.-dokum.  
**23.30 Berlin Ku'damm 56 (1)** – obycz.  
**0.25 PitBull (5)** – serial sensacyjny, Pol. 2005  
**1.20 Karol, władca Hiszpanii (4)**

**POLSAT** **DVB T2**

**4.40 Disco Gramy** – program muzyczny  
**5.25 Telezakupy TV Okazje**  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News**  
**8.30 Malanowski i partnerzy (321, 322)** – serial fab.-dok., Polska 2011  
**9.30 Trudne sprawy (1251, 1252)** – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**11.35 Gliniarze (868, 869)** – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**13.40 Dlaczego ja? (1498, 1499)** – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Julia trafiła do szpitala po upadku w parku. Policja podejrzewa, że ktoś ją popchnął. W jej rzeczach matka znajduje cenny wisiołek. Okazuje się, że kupił go ojciec przyjaciółki Julii. 130 min  
**15.50 Wydarzenia, pogoda**  
**16.25 Interwencja** – magazyn reporterów  
**16.40 Gliniarze (1065, 1066)** – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Na warszawskim osiedlu dochodzi do śmiertelnego potrącenia samochodem kobiety. Ślady i zeznania świadków wskazują na celowe działanie. Kluczem do rozwiązania sprawy okazuje się przeszłość ofiary. 130 min  
**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.35 Sport, pogoda**

**SENSACYJNY**



**20.00 Niezniszczalni** – USA/Bułgaria/**FILM** Hiszpania 2010, reż. Sylvester Stallone  
 Przebój z udziałem gwiazd kina akcji lat 80. i 90. ubiegłego wieku. Sylwestrowi Stallone'owi (zdj.), który stanął po obu stronach kamery, udało się polaczyć nostalgię za epoką kultu macho z pastiszem. 130 min  
**22.10 Kryzys** – dramat sensacyjny, **FILM** Kanada/Belgia 2021, 160 min  
**0.50 Alfa** – film przygodowy, USA/Kanada/**FILM** Chiny 2018, reż. Albert Hughes, 125 min  
**2.55 Nasz nowy dom (289)** – reality show, Polska 2023  
**4.00 Kabaretowa Ekstraklasa (82)** – program rozrywkowy

**TVN** **DVB T2**

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda (1691)** – serial paradokumentalny, Polska 2025  
**6.50 Kuchenne rewolucje (6)** – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku (14)** – magazyn kulinarny  
**11.25 Kuchenne rewolucje (9)** – program rozrywkowy  
**12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722)** – serial paradokumentalny, Polska  
**15.45 Detektywi (106)** – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
 Pracownica ośrodka wychowawczego dla chłopców otrzymuje przesyłkę z bombą. Wkrótce po tym incydencie jej mąż znika. 65 min  
**16.50 Szpital św. Anny (62)** – serial obyczajowy, Polska 2025  
**17.55 Młode giiny (15)** – serial kryminalny, Polska 2026  
 Nad stawem odkryto ciała zamordowanej pary. Policja ustala tożsamość ofiar. Na miejscu zbrodni pojawia się tajemniczy obserwator. 65 min  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**20.15 Na Wspólnej (4241)** – serial obyczajowy, Polska 2026

**DRAMAT KRYMINALNY**



**20.50 Dziewczyna z pociągu** – USA 2016  
**FILM** Adaptacja bestsellerowej powieści Pauli Hawkins. Aktorski popis dała tu Emily Blunt (zdj.), która za swoją rolę w „Oppenheimerze” była nominowana do Oscara. 145 min  
**23.15 Kuba Wojewódzki (13)** – talk-show, Polska 2025  
**0.20 Nostalgia anioła** – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/**FILM** Nowa Zelandia 2009, 145 min  
**2.45 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**3.00 Wallander 3 (7)** – serial kryminalny  
**4.35 Nauka jazdy 5 (15)** – pr. rozrywk.  
**5.00 Recepta na stary dom 3 (10)** – program rozrywkowy

**TV4** **DVB T2**

**6.00 Strażnik Teksasu (6, 7)** – serial sens., USA  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom (72)** – reality show  
**8.55 Policjantki i Policjanci (504, 505)** – serial obyczajowy, Polska 2019  
**10.55 Na ratunek 112 (1162, 1163)** – paradok.  
**11.55 Dlaczego ja? (1531, 1532)** – paradok., Pol.  
**13.55 Trudne sprawy (1349-1351)** – paradok.  
**16.55 Policjantki i Policjanci (1396)** – obycz.  
**18.00 Lowcy skarbów. Kto da więcej? (514)** – reality show, Polska  
**19.00 Policjantki i Policjanci (1397)** – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Uroczysko (199, 200)** – serial kryminalny  
**21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (126)** – serial kryminalny, Polska 2026  
**22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1009)** – serial kryminalny, Polska 2026  
**23.05 Czesy ostatnie: Pozostawieni** – film **FILM** sensacyjny, USA/Kanada 2014, 140 min  
**1.25 Love Island. Wyspa miłości (28)** – reality show  
**2.30 Hardcorowy lombard 3 (20)** – serial dok.  
**3.05 SuperLudzie Extra (62)** – magazyn  
**3.20 SuperLudzie (40, 41, 1)** – serial dok., Pol.  
**5.30 Telezakupy TV Okazje**

**TV PULS** **DVB T2**

**6.00 Policjanci z Miami 3 (3, 4)** – serial krym.  
**8.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8)** – serial sensacyjny, Niemcy 2017  
**10.00 Maria z przedmieścia (49, 50)** – telenowela, Meksyk 1995  
**12.00 Nie igraj z aniołem (111)** – serial obycz.  
**13.00 Wspaniałe stulecie (45)** – serial kostium.  
**14.00 Kurierzy (30)** – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (532, 533)** – serial obyczajowy, Polska 2022  
**17.00 Kurierzy (31)** – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968, 969)** – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Zakon** – film sensacyjny, USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyf. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff, Charlton Heston, Sofia Milos, 115 min  
**21.55 Krwawy biznes** – film sensacyjny, **FILM** Kanada da 2015, reż. Ernie Barbarash, 125 min  
**0.00 Kickboxer: Zemsta** – film sensacyjny, **FILM** USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moulay, 120 min  
**2.00 Dzielnica strachu 9 (401)** – serial krym.  
**3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964)** – serial obyczajowy, Polska 2026  
**4.00 Zobacz to!** – programy powtórkowe

**PULS 2** **DVB T2**

**7.00 Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020  
**7.30 Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013  
**7.50 Superkoty** – serial animowany, USA 2023  
**8.30 Wielkie przygody małego rekina (7)**  
**8.50 Masza i Niedzwiedź** – serial anim., Rosja  
**9.20 Straszne historie Maszy** – serial anim.  
**9.25 Swinka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.  
**9.45 Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
**10.00 Język i Przyjaciele** – serial anim., Polska  
**10.35 Spidey i superkumple** – serial anim.  
**11.35 Gus. Mały – wielki rycearz** – serial anim.  
**12.00 Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021  
**12.35 Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny  
**13.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**13.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**14.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**  
**16.00 Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA  
**17.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**17.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**18.00 Pingwin z Madagaskaru** – serial anim.  
**19.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (956)**  
**21.00 Dzielnica strachu 10 (438, 439)** – krym.  
**23.00 Miasto odkupienia** – film sensacyjny, **FILM** USA 2014, reż. Keith Parmer, 120 min

**TVN 7** **DVB T2**

**5.30 Ten moment (52)** – serial paradok., Polska  
**5.55 Szkoła (777-779)** – serial paradokum., Pol.  
**8.45 Ukryta prawda (1335, 1439, 1440)**  
**11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1090-1092)** – serial fabularno-dokum., Polska 2013  
**13.55 Kryminalni (2)** – serial kryminalny, Polska  
**15.00 Szpital (776, 777)** – serial paradokum., Pol.  
**17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (503)** – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010  
**18.00 SOS Ekipy w akcji (15)** – serial paradokumentalny, Polska 2018  
**19.00 Ukryta prawda (1526)** – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**20.00 Player One** – film s.f., USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan, Olivia Cooke, Ben Mendelsohn, T.J. Miller, Simon Pegg, Lena Waithe, 180 min  
**23.00 Oszukać przeznaczenie 5** – horror, **FILM** USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, 110 min  
**0.50 Drużyna potępotnych** – film **FILM** sensacyjny, USA/Francja 2010, 110 min  
**2.40 Zgłoś remont 11 (5)** – program rozrywk.  
**3.30 Fachowcy (9)** – serial paradok., Pol. 2017  
**4.05 Usterka 11 (5)** – serial fab.-dok., Pol. 2019  
**4.40 Dorota was urządzi!** (12) – pr. rozrywk.

**TVP POLONIA**

14.30 **Moda na język polski** (57) – magazyn  
 15.00 **Mysłiciele – sylwetki polskie** (9)  
 15.10 **To działa. Polskie innowacje bez granic** (6) – serial dokumentalny  
 16.00 **Zaraz wracam 2** (106)  
 16.30 **Barwy szczęścia** (3337) – obycz., Pol. 2026  
 17.00 **Gra słów. Krzyżowka** (1056) – teleturniej  
 17.30 **Telexpress**  
 17.50 **Telexpress Extra**  
 18.15 **Okno na Wschód** – publ.  
 18.45 **Info Wilno** – pr. inform.  
 19.05 **Wlenciściżyna w obiektywie: Portret Wasalny** – pr. inform.  
 19.15 **Lasowski & Malicki**  
 20.10 **Program informacyjny 19.30**  
 20.40 **Pogoda**

**roziywo** **TVP ROZRYWKWA**

6.10 **Zakochaj się w Polsce** (250) – magazyn  
 6.40 **Gra słów. Krzyżowka** (1135) – teleturniej  
 7.10 **Okrasa lamie przepisy**  
 8.20 **Familada** – teleturniej  
 8.50 **Va banque** (938) – telet.  
 9.25 **Koło fortuny** (2047)  
 10.05 **Makłowicz w podróży**  
 10.45 **Postaw na milion**  
 12.35 **Familada** – teleturniej  
 13.15 **Matki, żony i kochanki** (18) – serial obycz.  
 14.15 **Rodzinka.pl** (194, 195)  
 15.25 **Kabaret Letnią Porą** (7, 8) – program rozrywk.  
 17.25 **Va banque** (939) – telet.  
 18.00 **Koło fortuny** (2048)  
 18.35 **Okrasa lamie przepisy**  
 19.40 **Makłowicz w podróży**  
 20.10 **Postaw na milion**  
 21.10 **Kabaret Letnią Porą** (24) – program rozrywk.

**TTV HD DVBT2**

5.15 **Złomowisko PL 4**  
 6.00 **24 godziny** (20) – inf.  
 7.10 **Express** – pr. inform.  
 7.35 **DeFacto 13** (9, 10)  
 8.30 **Kartoteka** (8, 9)  
 10.35 **Detektywi** (21, 22)  
 12.35 **Zakup w ciemno 7** (30, 31) – reality show  
 14.35 **Nic do zgłoszenia** (5)  
 15.35 **Złomowisko PL 5** (3)  
 16.35 **Express** – pr. inform.  
 16.58 **Pogoda, sport** – pr. inf.  
 17.05 **Gogglebox. Przed telewizorem** 21 (1)  
 18.05 **Zakup w ciemno extra** (39) – reality show  
 18.40 **Niezwykłe Stany Prokopa 5** (8) – pr. rozr.  
 19.45 **Express** – pr. inform.  
 20.05 **Zakup w ciemno 7** (35)  
 21.05 **Zakup w ciemno extra** (32) – reality show  
 21.45 **Express** – pr. inform.

**polstat 2 POLSAT 2**

5.50 **Wydarzenia**  
 6.30 **Nasz nowy dom** (299) – reality show, Polska 2023  
 7.30 **Na ratunek 112** (923, 24) – serial paradokum., Polska 2024  
 8.30 **Sekrety rodziny** (378-380) – serial paradokum., Polska 2024  
 11.30 **Trudne sprawy** (948) – serial paradokum., Pol.  
 12.30 **Dlaczego ja?** (1353, 1347) – serial paradokum., Polska 2024  
 14.30 **Świat według Kiepskich** (524-528) – serial komediowy, Pol.  
 17.00 **48h. Zaginieni** (153, 154) – serial kryminalny, Polska 2022  
 19.00 **Gliniarze** (994) – serial paradokum., Polska 2024

**polstat film POLSAT FILM**

6.05 **Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi** (139-141) – dok., Polska 2019-2026  
 7.30 **Doktor Martin** (33) – serial obycz., Wlk. Bryt.  
 8.30 **Przyjaciółki** (129, 130) – serial obycz., Pol. 2018  
 10.25 **Świat według Kiepskich** (167, 168, 232, 233, 166, 79, 225) – serial komediowy, Pol.  
 14.35 **Nadchodzi Polly** – komedia romantyczna, USA 2004, 115 min  
 16.30 **Liga niezwykłych dzentelmenów** – film przygodowy, USA/Niem./Czechy 2003, 135 min  
 18.45 **Nie zadzieraj z fryzjerem** – komedia, USA 2008, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, 135 min

**AXN AXN**

6.00 **FBI: Most Wanted 3** (16, 17) – serial kryminalny, USA 2020  
 7.30 **Agenci NCIS: Hawaje 3** (9, 10) – serial kryminalny, USA 2024  
 9.15 **Castle 2** (23, 24) – serial kryminalny, USA 2010  
 11.10 **MacGyver 2** (18, 19) – serial akcji, USA 2017-2018  
 13.10 **Dowody zbrodni** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2003  
 15.10 **Agenci NCIS 10** (20, 21) – serial sensacyjny, USA 2012  
 17.05 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada  
 19.05 **Castle 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010

**FANTASY**

20.50 **Wiedźmin** (6) – Polska Geralt ratuje królową Cintry i jej córkę Pavette. Na dwór przybywają pretendenci do ręki księżniczki. Jeden z nich twierdzi, że została mu obiecana. 55 min  
 21.45 **Ojciec Mateusz 2** (25)  
 22.40 **Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of 9** – program rozrywk.  
 23.15 **Dziennik regionów**  
 23.40 **Jerzy Stuhr. Sam ze sobą** – dok., Polska 2014  
 0.40 **Zaraz wracam 2** (106)

**KOMEDIOWY**

22.10 **Rodzinka.pl** (55) – Pol. Natalia i Maria odpoczywają w domu od Ludwika i Tomka. Ojciec szkoli swojego najstarszego syna w prowadzeniu samochodu. 40 min  
 22.50 **Tak to leciało!** (66)  
 23.50 **Gabi Drzewiecka zaprasza** (5) – talk-show  
 0.50 **Koło fortuny** (2048, 2040) – teleturniej  
 2.10 **Kabaret Letnią Porą** (4, 32) – pr. rozrywk.  
 4.20 **Hity wszech czasów** (1) – magazyn muzyczny

**DOKUMENTALNY**

22.00 **Nic do zgłoszenia 6** (8) Służby z Wrocławia faktycznie miały nielegalny hazard. W Terespolu rozpracowano przemyt papierosów. 60 min  
 23.00 **Gogglebox. Przed telewizorem 22** (5)  
 0.00 **Fachowcy 2** (11)  
 0.45 **Złoty Podlasia 3** (6)  
 1.45 **Niebezpieczne dzielnice** (5) – dok., Pol.  
 2.20 **Nauka jazdy 5** (7) – rozr.  
 2.50 **Szpital** (924) – paradok.  
 3.35 **Skizka** (70) – paradok.

**KRYMINALNY**

20.00 **Ślad** (70) – Polska 2019 Biznesmen zostaje utopiony w wannie. Morderca zakłada ubrania denata i na oczach przechodniowski skacze z mostu, symulując samobójstwo. 60 min  
 21.00 **Gliniarze** (789)  
 22.00 **Lowca pedofilów** (170)  
 23.00 **Świat według Kiepskich** (357, 358)  
 0.00 **Ślad** (92) – krym., Pol.  
 1.00 **Zdrady II** (11) – paradok.  
 2.05 **Wydarzenia**  
 2.45 **Interwencja** – mag.

**KOMEDIA**

21.00 **Jak ukradłem 100 milionów** – Polska 2024 Nieuczynny księgowy Ed (Antoni Królikowski, zdi.) trafia do więzienia. Wmawia narzeczonej (Zuzanna Zielińska), że wyjechał w delegację. 115 min  
 22.55 **Jeszcze dłuższe zaręczyny** – komedia romantyczna, USA 2012, 155 min  
 1.30 **Fala zbrodni** (74-77) – serial sensacyjny, Pol.  
 5.25 **Na ratunek 112** (862) – serial paradokum., Pol.

**KRYMINALNY**

21.05 **Rekrut 8** (13, 14) Po wygranej na loterii funkcjonariusze z komisariatu Shangri-La odchodzą ze służby. Tim, Lucy, Celine i Miles organizują nabór. 115 min  
 23.00 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (19, 20) – serial krym.  
 0.45 **Castle 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010  
 2.45 **Rekrut 8** (13, 14) – krym.  
 4.35 **Walker: Strażnik Teksasu** (10) – krym.  
 5.20 **Blok promocyjny AXN**

**HISTORIA TVP HISTORIA DVBT2**

8.30 **Czterdziestolatek** (15) – obycz. 9.40 **Z matką w sercu** 10.40 **Plaże Europy** (1)  
 11.40 **Góry Europy** (1) 12.40 **Wojny Rosji** (1/3) 13.35 **Film dokumentalny 13.40** **Królowie** (52) – hist. 14.10 **Czterdziestolatek** (16) – obycz., Pol.  
 15.40 **Sensacje XX wieku** 18.05 **Tajemnica twierdzy szyfrów** (1) – wojenny 19.00 **Historia Polski: Było sobie miasteczko**  
 20.00 **Oficer** (7) – sens. 21.05 **Starożytny Egipt – kroniki imperium** (1) 22.10 **Nieznana wojna na Północy** (1) 23.15 **Sensacje XX wieku** 1.20 **Encyklopedia II wojny światowej**

**KULTURA TVP KULTURA DVBT2**

11.30 **Cyrylak dojrzałości** – obycz., Pol. 1967 12.35 **Władysław Szpilman** 1911-2000 – własnymi słowami 13.45 **Angielskie śniadanie: Kosmos** 1999 (10) 14.50 **Jancio Wodnik** – dramat obycz., Polska 1993  
 16.50 **Stawiam na Tolka Banana** (2, 3) – obycz. 18.20 **Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki** (6) 18.55 **Rawhide** (2) – przyg.  
 20.00 **Teatr Telewizji: Upiór w kuchni** – sztuką Patrycka G. Clarka 21.25 **Kino bez granic: Stan wyjątkowy** – komedio-dram., Chorwacja/Pol./Serbia 2018 23.35 **Nocny dokument: Naświetlając Muybridge'a**

**SUPER POLSAT DVBT2**

6.55 **Na ratunek 112** (708, 709) – paradok. 7.55 **Doktor Martin** (53, 54) 10.00 **Wydarzenia** – własnymi słowami (35, 36)  
 11.30 **Świat według Kiepskich** (355-358) 13.30 **Bitwa o palety** (2) 14.30 **Hell's Kitchen** – Pielkienia Kuchnia 6 (60)  
 16.30 **Ninja Warrior Polska** (34) 18.25 **Świat według Kiepskich** (460, 461, 553) – serial kom.  
 20.00 **Złomiarze** (6) – dok. 21.10 **Opancerzony** – film sens., USA 2009 22.55 **Nieobliczalny** – film sens., USA/Rumunia 2006 0.55 **Świat według Kiepskich** (388-393) – kom. 4.00 **Nasz nowy dom** (249, 250)

**ZOOM ZOOM**

8.05 **Strażnik Teksasu 9** (6, 7) – sens. 9.55 **MacGyver 3** (3, 4) 12.05 **Pułapki umysłu** (2) – dok.  
 13.15 **Wojny magazynowe: Kanada 2** (18-21) – reality show  
 15.35 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (4) 16.35 **Dynamo: Więcej niż magia 2** (2) – serial dok. 17.50 **Wojciech Ceirowski** – boso przez świat  
 20.00 **Kobra** – oddział specjalny 23 (19) – sens. 21.00 **Kobra** – oddział specjalny 24 (1) – sens. 22.05 **Pod pokładem: Morze Śródziemne 9** (5) 23.00 **Magia nagaści**. Polska (1) 0.00 **Magia nagaści** 5 (6) – rozr. 1.10 **Magia nagaści**. Niemcy (3)

**METRO METRO**

8.30 **Szpital** (784, 785) – paradok., Pol. 10.30 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (353, 354)  
 12.30 **SOS Ekipy w akcji** (29)  
 13.30 **Brzydula** (29, 30) 14.35 **Kiedy ktoś kocha bardziej** (14)  
 15.45 **The Floor** (3, 4) 17.00 **Fani czterech kolek** 17 (5) 18.00 **Prawo Agaty** 7 (3) – obycz.  
 19.00 **Kartoteka 2** (7, 8) 21.05 **Kryminalni 3** (3, 4) 23.15 **CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas** 11 (7) 0.20 **Zbrodnie z pierwszych stron gazet** 5 (6) 1.15 **Szpital** (777) 2.15 **Szkoła** (529, 530) 3.45 **Nowa Maja w ogrodzie** 4 (27, 28) 4.35 **Nowa Maja w ogrodzie** 6 (2)

**MALE KINO +**

7.35 **Benek** – komediodramat, Pol. 2007 9.35 **Problem** 10.00 **Grantchester** 10 (5, 6) – krym.  
 12.05 **Vera** 6 (1) – serial krym.  
 14.00 **Ostatni mistrz** – dramat obyczajowy, USA 2020  
 16.15 **Klub wtorkowy** – komedio-dramat, Szwecja 2022 18.15 **Vera** 6 (2) – serial kryminalny  
 20.10 **Premiera: Niebo Montany** – film obycz., USA 2007 22.15 **WASP. Sieć szpiegów** – thriller, Fr./Brazylia/Hiszp. 2019 0.50 **Zabić, jak to łatwo powiedzieć** – thriller, USA 2012 2.50 **Król** (3) – sens., Pol. 3.50 **Wiarołom** – dram. obycz., Pol. 2021 5.05 **Kruk**. Czorny Woron nie śpi (1)

**TRWAM TV TRWAM DVBT2**

17.00 **Wierzę w Boga** – religijny 17.30 **24**. Międzynarodowy Rajd Katyński 17.55 **Poczet wielkich Polaków** 18.00 **Aniol Pański** 18.05 **Informacje dnia** 18.15 **Rozmowy niedokonczone** 19.25 **Święty na każdy dzień** 19.30 **Każdy małuch** to potrafi 19.45 **Modlitwa** z telefontycznym udziałem dzieci  
 20.00 **Informacje dnia** 20.20 **Róznice** 20.50 **Śladami historii** (5) – dok. 21.00 **Apeł Jasogórski** 21.20 **Informacje dnia** 21.40 **Polski punkt widzenia** 22.00 **Największe Serce** – film religijny, Hiszpania 2020

**ANTENA HD DVBT2**

9.40 **Co Polak potrafi na drodze?** (13) – rozr. 10.40 **Detektywi z Bordeaux** 4 (3) – krym.  
 11.55 **Kłątwa Wyspy Dębow** 6 (30, 31) 13.50 **Australijscy poszukiwacze złota** 3 (5, 6) – dok.  
 15.50 **Wojny kontenerowe 2** (6, 7) 16.50 **77 TV 2** (15) – pr. rozr. 17.50 **77 TV 4** (22) – rozr. 18.45 **Astrid i Raphaële**: Kryminalne Genzjuszki (8) – krym.  
 20.00 **Alex Hugo** – górski detektyw 2 (10) – serial krym. 22.05 **Astrid i Raphaële**: Kryminalne Genzjuszki (4) 23.15 **Detektywi z Bordeaux** 4 (11) 0.25 **Polska**. Największe dylematy (1-3)

**TVS TVS**

12.05 **Dzisiaj w regionie** – pr. inf. 12.10 **Pogoda** 12.35 **Muzyczne dzień dobry** 13.20 **Emeryci na tropie** – krym. 14.40 **Doktor Kleist** – lekarz rodzinny  
 15.45 **Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział 16.50 **Wydział kryminalny** Kitzbühel 17.50 **Doktor z alpejskiej wioski** – nowy rozdział 18.50 **Doktor Kleist** – lekarz rodzinny  
 19.50 **Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Węże w raj – melodramat, Niemcy 2013 21.50 **Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Polęgnięcie nad rzeką** – film obyczajowy, Niemcy 2007**

**WP WP DVBT2**

12.00 **Wariaci za kierownicą 3** (1) 13.00 **Makłowicz w podróży** 14.00 **Pokochoj lub sprzedaj Vancouver** 3 (26) – dok. 15.00 **Pokochoj lub sprzedaj Vancouver 5** (1, 2) – serial dokum.  
 16.50 **Podpoda** (65) 17.50 **Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach** 5 (3) – serial krym. 19.00 **Strazacy z sąsiedztwa** (4)  
 20.00 **Policjanci z sąsiedztwa** 5 (23, 24) – dok. 21.50 **Pogoda** (65) 22.00 **Mistrzowie Kabaretu** 13 (2) 23.00 **Mistrzowie Kabaretu** 15 (8) 0.00 **Mistrzowie Kabaretu** 7 (10) – rozr. 0.55 **Mistrzowie Kabaretu** 5 (2)

**ESKA TV DVBT2**

13.00 **Eska TV info** – inf. 13.15 **Eska na the Beach** 14.00 **Eska TV info** 14.15 **Eska na the Beach** 15.00 **Eska TV info** – inf.  
 15.15 **Podwójna Gorąca 2**  
 18.00 **Historia jednej piosenki**  
 19.00 **Polacy za granicą** – dok.  
 21.00 **Hardcorowy lombard**

**POLO TV DVBT2**

15.00 **Co my tu robimy? Fajnie się bawimy** (31) – pr. muz.  
 16.00 **Hit za hitem** – pr. muz.  
 20.00 **Kochamy Łata 90!** 21.00 **Chłopaki do wzięcia** (75, 76) – dok. 22.00 **Wakacje z Bałtykiem** (17, 18) 23.00 **Zdrady** (72)

**VIASAT EPIC DRAMA**

6.00 **Agenci NCIS 18** (7, 8) – sens. 7.35 **Lekarze na start** (29, 30) 9.05 **Poirot** 4 (3)  
 11.20 **Zatraceni w miłości** (31, 32) – telen. 13.20 **Agenci NCIS 18** (9, 10) 15.15 **Lekarze na start** (31, 32) – obycz., Pol.  
 16.45 **Poirot** 5 (1, 2) – serial krym. 19.00 **Premiera: Zatraceni w miłości** (33, 34) – telen.  
 21.00 **Hiszpańska księżniczka** (1) 22.15 **Domina** (1) 23.20 **Zatraceni w miłości** (33, 34) 1.20 **Hiszpańska księżniczka** (1) 2.15 **Domina** (1) 3.10 **Lekarze na start** (31, 32) 4.20 **Zatraceni w miłości** (33, 34) – telen.

## KINO POLSKA

- 6.00 Zwierzęta Wajraka 3** (5, 6) – serial dok., 2022
- 6.50 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.
- 7.15 Bolek i Lolek** – anim.
- 7.45 Reksio** – serial anim.
- 8.05 Siedem życzeń** (5, 6) – serial przygodowy
- 10.50 Akademia Pana Kleksa** (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min
- 12.25 To nie ze mną** (5, 6) – serial obyczajowy, 2022
- 13.55 Pan Anatol szuka miliona** – komedia obyczajowa, 1958, reż. Jan Rybkowski, 110 min
- 15.45 Rozmowy nocą** – komedia romantyczna, 2008, 125 min
- 17.50 Cztery pancerni i pies** (6, 7) – wojenny

## OBYCZAJOWY



- 20.00 Historie miłosne** – 1997, reż. Jerzy Stuhr. Moralitet składający się z czterech opowieści. Jeden z bohaterów, Matałowski (Jerzy Stuhr, zdj.), musi dokonać trudnego wyboru. 115 min
- 21.55 Słodko-gorzki** – dramat
- 23.50 Trick** – komedia sens., 2010, 130 min
- 2.00 Mniejsze zło** – film
- 4.40 Końce i początki**
- 5.15 Wagary**

## CANAL+ PREMIUM

- 11.20 Masz ci los!** – kom., Pol. 2023
- 12.50 To nie jest zagadka kryminalna** (2) – krym. **13.45** Maria Callas. Nieznane lata
- 15.30 Hollywood Buzz** – mag.
- 16.00** Saga „Zmierzyć”. Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009
- 18.10** Lapu capu – rozr. **18.15** Listy do Juliusza – komedia romant., USA 2010
- 20.00** Premiera: Zima pod znakiem wrony – thriller, Polska/Wlk. Bryt./Luksemburg 2025
- 21.50** Premiera: Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1) – dok. **22.55** Wyrwa – thriller, Polska 2023
- 0.35** Potępiiony – thriller, USA 2007

## CANAL+ 360

- 12.50** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2)
- 13.50** Wykrzywacz historii 4 (2) – dok. **14.50** Grip – w świecie supersamochodów (4) – dok.
- 15.50** Supersamoloty bojuje 11 (3) – dok. **16.45** Zholowani: ciężarówka w opałach 9 (1) – dok. **17.45** Porzucone konstrukcje (6) – dok. **18.40** Wykrywacz historii 4 (1) – dok.
- 19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówka w opałach 9 (2) **20.50** Co poszło nie tak (2) – dok. **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (5) – dok. **23.00** Supersamoloty bojuje 11 (1)

## TVP SERIALE

- 5.20 Rodzinka.pl** (100, 101) – serial komediowy, Pol.
- 6.20 Na sygnale** (483, 484) – serial fabularno-dokum.
- 7.30 Ojciec Mateusz 3** (33) – serial kryminalny, Pol.
- 8.25 Komisarz Alex 2** (22) – serial kryminalny, Pol.
- 9.25 Rodzinka.pl** (102) – serial komediowy, Pol.
- 10.00 Klan** (1449, 1450)
- 10.55 Ranczo 8** (100, 101)
- 12.35 Komisarz Alex 2** (23)
- 13.30 Ojciec Mateusz 30** (384, 385) – serial krym.
- 15.30 Komisarz Alex 2** (24) – serial kryminalny, Pol.
- 16.25 Na sygnale** (485, 486) – serial fabularno-dokum.
- 17.35 Ranczo 8** (102, 103) – serial obycz., Pol. 2014
- 19.30 Ojciec Mateusz 30** (386) – krym., Pol. 2023

## KRYMINALNY



- 20.30 Ojciec Mateusz 3** (34) Koło hotelu zostają znalezione zwłoki jego kierownika, Bielskiego. W śledztwo włącza się ksiądz Mateusz. 60 min
- 21.30 Ranczo 8** (104) – serial obycz., Pol. 2014
- 22.25 Ranczo 9** (105) – obycz.
- 23.20 Ojciec Mateusz 30** (387) – krym., Pol. 2023
- 0.20 U Pana Boga w Królowym Moście** (2) – serial obycz., Polska
- 1.20 Polowanie na śmy** (4, 5) – serial hist., Polska

## CANAL+ FILM

- 10.10** Riefenstahl
- 12.05** Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006
- 13.45** Jutro będzie nasze – komediodramat, Wł. 2023
- 15.40** Wolna krowa – film krótkometr.
- 16.10** Zapalenie. Historia polskiego filmu animowanego
- 17.35** Piękna łaka kwietna – film krótkometr.
- 18.05** Ultimatum Bourne'a – sens., USA/Niemcy 2007
- 19.55** Lapu capu – rozr.
- 20.00** Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025
- 22.10** Maria Callas – dramat biograficzny, Wł./Niemcy/Chile 2024
- 0.10** Królestwo – dramat sensacyjny, USA/Niem./ZEA 2007

## BBC FIRST

- 8.45** Lewis 4 (8) – serial krym.
- 9.40** Ojciec Brown (1) – krym.
- 10.40** Śmierć pod palmami (2)
- 11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (3) **12.55** Death Valley (1, 2)
- 15.00** Ojciec Brown 7 (6)
- 16.00** Lewis 4 (8) **17.00** My Life is Murder 2 (10) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (2)
- 19.55** Śmierć pod palmami (3) – krym. **21.00** Harry Wild 4 (5)
- 22.00** Diabelski szczyt (3, 4)
- 0.10** McDonald i Dodds 2 (2)
- 2.00** Śmierć pod palmami (3)
- 3.05** Morderstwa w Midsomer 21 (2) **4.45** Moja rodzinka 2 (9) **5.15** Ojciec Brown 7 (6)

## 13 ULICA

- 6.00** Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025
- 8.15 Morderstwo w Ramatuelle** – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min
- 10.15 Mentalista** (1-4) – serial kryminalny, USA 2008
- 14.00** Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2025
- 16.20 Morderstwo w Larzac** – film kryminalny, Francja 2020, wyk. Florence Pernel  
W Saint-Affrique odnaleziono zostają zwłoki farmera. Śledztwo prowadzi m.in. prokurator Elisabeth Richard (Florence Pernel). 120 min
- 18.20 Mentalista** (5-8) – serial kryminalny, USA 2008

## KRYMINALNY



- 22.00 Flashback** (3) – Fr. Mimo rosnących podejrzeń, Josselin decyduje się skorzystać z pomocy Elsy podczas śledztwa w sprawie utonięcia kobiety. 70 min
- 23.10 Kobra – oddział specjalny** (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
- 1.10 Morderstwo w Larzac** – film kryminalny, Francja 2020, rez. Marwen Abdallah, 120 min
- 3.10 Blanca 3** (2-4) – serial kryminalny, Włochy 2025

## FILMBOX+ ONE

- 6.30** Robin z Sherwood (4, 5) – przyg. **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8) **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (6)
- 11.00** Panna Marple: Morderstwo na plebani – film kryminalny, USA 2004
- 13.05** Poirot – krym.
- 15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – krym.
- 16.40** Panna Scarlet i komisarz 3 (1) **17.50** Poirot (9, 10) **20.00** Za linia wroga – film sensacyjny, USA 2001
- 22.05** Patriota – film sens., USA 1998
- 23.55** Nieuchwytny cel – film sens., USA 1993
- 2.05** Strażnik czasu – thriller s.f., USA/Jap. 1994
- 4.30** Bonanza – obycz.

## ROMANCE TV

- 8.40** Górski lekarz (140, 141)
- 10.30** Rejs ku szczęściu – Podróż podłubna na Bermudy – film obycz., Niemcy 2010
- 12.25** Toni – akuszer. Klasa dla siebie – komedia romant., Niemcy 2023
- 14.20** Najlepsze na koniec – kom., Niem. 2024
- 16.15** Tego tylko brakowało! – kom., Niem. 2024
- 18.05** Górski lekarz (142, 143) – obycz.
- 20.00** Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niem./Austria 2007
- 21.50** Käthe i ja: Śpiąca Królowna – dramat obycz., Niemcy 2019
- 23.45** Górski lekarz (142, 143)

## TVN FABUŁA

- 5.10** Szkoła (779) – paradok.
- 6.00** Top 100: filmy wszech czasów (3) – pr. rozrywk.
- 6.30** Serieale Top 5 (1) – kult.
- 6.45** Zakochani po uszy (87, 88) – telen., Pol. 2019
- 7.45** Detektywi (74-76) – serial fabularno-dokum.
- 9.50** Prawo Agaty 3 (11) – serial obycz., Pol. 2013
- 10.55** Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Pol. 2025
- 11.55** Miłość czy pomyłka? (33, 34) – telen., Turcja
- 13.55** Prawo Agaty 3 (10)
- 14.55** Detektywi – fab.-dok.
- 16.00** Serieale: rozmowy 2 (2) – magazyn
- 16.50** Tom i Jerry – film
- 18.55** Familyjny, USA/Wlk. Bryt./Francja 2021, 130 min
- 19.00** Szpital św. Anny (69) – serial obycz., Pol. 2025

## KOMEDIA



- 20.00 Ocean's Twelve: Dogrywka** – USA/Australia 2004
- Minęły trzy lata, odkąd Danny (George Clooney, zdj.) i jego kompani okradli Terry'ego Benedicta. Bogacz stawia im ultimatum. 165 min
- 22.45** Ciekawy przypadek Benjaminia Buttona – film fantasy, USA 2008, 195 min
- 2.00** Grawitacja – thriller
- 4.15** USA/Wielka Brytania 2013, 90 min

## COMEDY CENTRAL

- 7.00** Dwóch i pół 5 (3-6) – kom.
- 8.55** Przyjaciele 7 (1-6) – kom.
- 11.55** Teoria wielkiego podryw 6 (17-22) – kom. **14.30** Dwóch i pół 5 (7-10) – kom.
- 16.30** Przyjaciele 7 (7-12) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podryw 6 (23, 24) – kom., USA
- 20.25** Teoria wielkiego podryw 7 (1-4) – kom. **22.00** The Office PL 3 (1, 2) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (14, 15) – rozr.
- 0.05** Miałeśzko South Park 2 (9, 10) **1.00** Pracocholity 3 (9, 10) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (13, 14, 12) **3.15** Miałeśzko South Park 2 (6-8) **4.20** Comedy Club 7 (8-11)

## FILMBOX+ HITS

- 11.40** Trattoria – komedia, USA 2012
- 13.15** Wampirzyca – horror komediowy, USA 2012
- 15.00** Ostatnia rzecz – dramat obycz., USA 2018
- 16.45** 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – komedia romantyczna, USA 2020
- 18.10** Pokonać górę – dramat przygodowy, USA 2024
- 20.00** Szukając prawdy – dramat kryminalny, USA 2020
- 21.50** Kapitan Hook: Kłątwa mórz – film przygodowy, Wielka Brytania 2025
- 23.35** Ostre słowa – komediodram., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2005

## TVP HD

- 5.25** Zakochaj się w Polsce (172) – magazyn
- 6.00** Na dobre i na złe (988) – serial obycz., Pol. 2026
- 6.55** Ranczo 6 (73) – obycz.
- 7.55** Rodzinka.pl (219, 220) – serial komediowy, Pol.
- 8.55** Ojciec Mateusz 20 (262, 263) – serial krym.
- 10.45** Gra słów. Krzyżówka (1057) – teleturniej
- 11.20** Na sygnale (650, 651)
- 12.55** Ojciec Mateusz 6 (76)
- 13.20** Komisarz Alex 4 (40)
- 14.15** Ranczo 7 (79, 80)
- 16.10** Górna półka smaku (17) – magazyn kulinarny
- 16.40** Przystanek słow food 3 (9) – mag. kulin.
- 17.10** Okrasa lamie przepis
- 17.45** Młokowicz w podróży
- 18.20** Ojciec Mateusz 25 (319) – krym., Pol. 2021

## OBYCZAJOWY



- 19.20 Ranczo 7** (86) Pietrek, który porzucił karierę dla bliskich, szuka pracy, by uratować rodzinę przed bankructwem. Znajduje zatrudnienie na budowie. 50 min
- 20.10** Rodzinka.pl (285, 286)
- 21.25** Ojciec Mateusz 32 (411) – krym., Pol. 2024
- 22.20** Zdrada – thriller, USA
- 22.10** 1997, 120 min
- 0.20** Syn (6) – serial obycz.
- 1.15** Służby specjalne (4, 5-ost.) – serial sens.
- 3.20** Ranczo 8 (95) – serial obycz.

## HBO HBO

- 12.00** Premiera: Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (17) – talk-show
- 12.45** Marsjanin – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Jordania 2015
- 15.05** Potwory kontra obcy: Dynie mutanty z kosmosu – film anim.
- 15.30** Królestwo niebieskie – dram. hist., USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2005
- 17.50** Twórcza – thriller s.f., USA 2023
- 20.00** Premiera: Startmad 4 (9)
- 21.00** Premiera: Ta inna siostra Bernet (3) – kostium. **21.30** Premiera: Życie, Larry i pogon za nieszczęśliwym (2) **22.00** Blade Runner 2049 – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Węgry 2017

## TV 6

- 8.55** Kobra – oddział specjalny (22, 23) – serial sens., Niem.
- 10.55** 48h. Zaginięcia (139-141) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (197) – obycz. **14.55** Uroczysko (39, 40) – krym.
- 15.55** Kobra – oddział specjalny (24, 25) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (8, 9) – serial sens.
- 20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191, 192) – krym. **21.55** Czarna lista (22) **22.55** Prawieświdy – Wydział Kryminalny (705, 706) **1.00** Kości (105, 106) **3.00** Cobra Kai (26, 30) Septagon (96, 1) **5.45** Teleshocky TV Okazje

## STOPKLATKA

- 6.00** Kabaretowe hity (8) – program rozrywkowy
- 6.50** Wojciech Cejrowski – bosso przez świat – cykl reportaży, Polska
- 7.50** Robert Makłowicz (149, 139) – mag. kulin.
- 9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (5) – serial kryminalny, Australia
- 10.55** Górski lekarz 3 (3, 4) – serial obycz., Niemcy
- 12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – serial kryminalny, Australia
- 14.00** Katastrofy w przestworzach (8, 5) – serial dokum., Kanada
- 17.00** MacGyver 4 (6) – sens.
- 18.00** Wojny magazynowe: Kanada – reality show
- 19.10** Aukcja w ciemno 2 (6, 7) – serial dok., USA

## BIOGRAFICZNY



- 20.00 Podły, okrutny, zły** – USA 2019
- Liz jest w związku z Tedem (Zac Efron, zdj.), oskarżonym o dokonanie serii zbrodni. Kobięcie trudno uwierzyć, że Żyła z psychopata. 135 min
- 22.15** Dobre zabilanie – dramat obyczajowy, USA 2014, 135 min
- 0.30** Falszer – thriller, USA 2014, rez. Philip Martin, 125 min
- 2.35** Ostatnie dni – wojenny, Polska 1969, 115 min

## FX FX

- 9.00** Z archiwum X 2 (20) – serial s.f. **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym.
- 11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) – krym.
- 13.45** Agenci NCIS 10 (7, 8)
- 15.35** Premiera: Skymed 2 (4)
- 16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) **18.20** Z archiwum X 2 (21) **19.15** FBI 4 (8)
- 20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) – serial krym.
- 22.00** Premiera: 9-1-1 (8) **22.55** Premiera: X 2 (21) – s.f. **23.50** Resident Evil: Zagłada – horror, Fr./Australia/Niem. 2007
- 1.45** Matlock (13) **2.30** Agenci NCIS 10 (8) – sens.

## PARAMOUNT NETWORK

- 5.10** Śmieszniej nie będzie 4 (7, 8) **6.00** Czarnozielecki (5-7) **8.25** Czarnozielecki 3 (8) **9.25** Policjanka grupa pościgowa 16 (1) **10.25** Pingwin z Madagaskaru **10.55** Pokój Marvinna – dram. psycholog., USA 1996
- 13.00** Czarnozielecki 3 (9, 10)
- 15.00** Jądro Ziemi – dramat s.f., Wlk. Bryt./USA 2003
- 17.55** Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Jap./Kan. 2020
- 20.00** Szeregowiec Ryan – dram. wojenny, USA 1998
- 23.30** Ojciec chrzestny 2 – film sens., USA 1974
- 3.30** Policjanka grupa pościgowa 16 (2, 3) – dok.

TVN 24
7.30 Rozmowa Piaseckiego - pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes - pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes - pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes - pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes - pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes - pr. publicyst.
15.00 15 na żywo - mag. inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest - pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i - pr. publ.

TLC
7.00 Suknie ślubne dla puszystych - pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 - dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 - serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 - reality show
11.00 Wiza na miłość 12 (6)
13.00 Klinika bez tajemnic (1, 2) - program med.
15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 - reality show
16.00 Historie wielkiej wagi - serial dokumentalny
18.00 Pokonał otyłość (6) - serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karabach 3 - reality show

TVN STYLE
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4)
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) - serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
6.50 Pogromcy chaosu (6) - program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry LIVE wakacje - magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) - program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) - program rozrywkowy
Magda Gessler odwiedza wrocławską restaurację Beaty. Pandemia spowodowała spadek liczby klientów. 125 min
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1, 2)

Discovery DISCOVERY CHANNEL
6.00 Dorwać komandosa (1) - serial dokumentalny
7.00 Budowa na końcu świata - serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbców 7 - serial dok.
10.00 Klan z Alaski (7) - dok.
11.00 Przetwać nad Jukonem - serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (6) - serial dokum.
13.00 Ed Stafford: inicjacja
14.00 Nagi instykt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (5)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą - serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (3) - dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13)

NATIONAL GEOGRAPHIC
7.00 Wyprawa na dno (6) - serial dokumentalny
8.00 UFO: Przelomowe śledztwa (5) - dok.
9.00 Tajemnice zaginionych miast (3)
10.00 Mega Metro (1) - dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (2)
12.00 Przetwarzanie w kanadyjskiej dzicy (6) - serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (2) - dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (10, 11) - serial dok.
17.00 Zatopione grobowce Nilu - dok., USA 2021
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (5) - dok.

FOKUS TV
6.00 Wehikuł czasu (707) - program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (61) - serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy - Francja 1994
8.55 Wehikuł czasu (707) - program informacyjny
9.00 Starożytni kosmici (1) - serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (9, 10) - reality show, USA
12.00 I wojna światowa w liczbach (2) - serial dokumentalny
13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) - serial dokum.
14.00 Tajne akta nazistów (3, 4) - serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (10, 11) - serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) - serial dokum.

INFORMACYJNY
20.20 Fakty o świecie
Najważniejsze informacje ze świata z danego dnia, które uzupełniają materiały reporterów i relacje korespondentów z miejsc najciekawszych wydarzeń. 40 min
21.00 Polska i świat - inf.
22.00 Szkło kontaktowe - program rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu - mag.
0.25 Biznes - pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach - inf.
1.20 Kropka nad i - pr. publ.
1.50 Tak jest - pr. publicyst.

DOKUMENTALNY
20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
W dzień ślubu Liz i Bri-ce'a miejsce, gdzie odbywa się ceremonia, zostaje zalane. 60 min
21.00 Premiera: Rodzina 10+ 8 (12) - pr. rozrywk.
22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7 (12)
23.00 Klinika koszarnej stopy - serial dokum.
0.00 Dr Pryszczyla - kulisy
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 - dok.
2.00 Rodzina 10+ (12)

ROZRYWKĄ
17.05 W czym do ślubu? (1)
Izabela Janachowska (zdj.) szuka sukni dla Anety. Uczestniczka odcinka marzy o efektownej kreacji z trenem i koronką. 35 min
17.40 Kuchenne rewolucje (11-13) - pr. rozrywk.
20.50 Jestem z Polski (13, 8) - serial dokumentalny
22.50 Hotel Paradise 6 (23)
23.50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (5) - program rozrywk.

DOKUMENTALNY
19.00 Nagi instykt przetrwania 10: Wytrwać do końca
Dwoje byłych narkomanów usiłuje wytrwać w gorących górach Black Hills w RPA. Czekają ich spotkanie z groźnymi drapieżnikami. 120 min
21.00 Premiera: Rolnicy w akcji (1) - serial dok.
22.00 Premiera: W oku cyklonu: Łowcy burz (3) - serial dokumentalny
23.00 Premiera: Bombrownicy 14 - serial dokum.

DOKUMENTALNY
19.00 Wojna widziana z powietrza (1)
W maju 1941 roku Bismarck wyruszył na misję. HMS Hood, okręt flagowy brytyjskiej floty, nie mógł pozwolić, aby pancernik dotarł na Atlantyk. 60 min
20.00 Katastrofa w przestworzach (10)
21.00 Służby ratownicze: Jukon (3, 4) - serial dok.
23.00 Premiera: Procesy czarownic: Prawdziwe historie (2)

POPULARNONAKOWY
20.00 Galileo (24)
Widzowie poznają różne rodzaje frytek, nie tylko ziemniaczanych. Twórcy szukają odpowiedzi na pytanie, na czym polega kwantowy internet. 60 min
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczości III Rzeszy (6) - serial dok.
22.00 Zaginięcie złota II wojny światowej (3, 4)
0.00 Starożytni kosmici (8)
1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) - serial dokum.

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 12.45 Pogoda
12.50 Wydarzenia 12.50 13.30
W rytmie dnia - serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00
W rytmie dnia - serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00
W rytmie dnia - serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15.50 16.10
Więcej „Wydarzeń” - inf. 16.30
Punkt widzenia Jankowskiego - publ. 18.00
Punkt widzenia Szubartowicza - publ. 19.15
Gość „Wydarzeń” - pr. publ.
19.50 Debata Gozdry - publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie - inf.

CANAL+ KUCHNIA
13.25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (2) - dok. 13.55
Podróż przez smaki Chin 3 (2) - dok. 14.50
U sąsiadów w kuchni 12 (9, 10) - dok. 15.45
Z pola na stół 2 (6) - dok., Kan. 16.15
Jelita vs mózg (5) 16.40
Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (3, 4, 13, 14) 18.25
Maximum Foodie 4 (10) - dok. 18.55
M jak mięso (2, 3) - dok. 19.50
Nie bójmy! (2) 20.15
Mistrzowie przekąsek w akcji - Nowa Zelandia (7) 21.10
Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 11 (4, 5) - dok. 23.00
Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 8 (4) - serial dok.

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki - obycz. 8.00
Co ludzie powiedzą - kom. 9.25
Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show
12.30 Bogaty dom - biedny dom - reality show 14.30
10 lat młodsza w 10 dni - pr. rozr. 16.30
Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 18.00
Nasz nowy dom - reality show
20.05 Kolacja w ciemno - pr. rozr. 21.05
Wieżenie kobiet - dok., Pol. 22.00
Bogaty dom - biedny dom - reality show 23.00
Gry małżeńskie - reality show 1.00
Kolacja w ciemno - pr. rozr. 3.05
Wieżenie kobiet - dok. 4.00
Zdrady - paradok.

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy - niezwykle wynalazki (6, 8-10) - serial dokum. 8.00
Jak działa wszechświat? - serial dokum. 10.00
Autostrada spotkań z UFO - serial dok. 11.00
Kosmiczna mapa skarbów - serial dok. 13.00
Podziemne sekrety - dok. 15.00
NASA - archiwum tajemnic - serial dok. 18.00
Zwykłe rzeczy - niezwykle wynalazki (13, 15, 17-19, 1) - serial dok. 21.00
Czy jest z nami inżynier? (5, 6) - serial dok. 23.00
Wybuchowy program - pr. rozrywk. 1.00
NASA - archiwum tajemnic - serial dokum. 4.00
Podziemne sekrety - dok.

TVP DOKUMENT
12.10 Korona Gór Polski 2 (8)
12.45 Kości na handel 13.45
Najwspanialsze drzewo Australii (2) 15.00
Rajskie zakątki Europy (2) - dok., Niem. 2023
15.55 Wielkie misie kosmiczne Artemis 2 16.45
Magiczny Adriatyk (2) 17.50
Sanatorium miłoścy 4 (7) 18.50
Sadeck - gwiazda choreografii, choreograf gwiazd - dok., Fr. 2024
20.00 Kto rządzi światem? (1) - dok., USA 21.05
Mieszkańcy skandynewskich wód 22.10
Niebezpieczne drogi 23.15
Barbara Włodarczyk zaprasza 23.20
Dzieci w niewoli lajków 0.30
Sanatorium miłoścy 4 (6)

PLANETE+
11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (2) - dok., Fr. 2023
12.35 Świetliki. Boskie światło natury 13.45
Targowiska świata (1) - dok., Francja 14.50
Zaginione światy (2) - serial dok. 15.50
Niezwykłe podróże koleją 8 (7) 16.55
Świat zawarty w obrazie (2) - dok. 18.00
Dokąd dzisiaj? 4 (66, 67) - serial dok. 18.40
Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (1) - dok. 19.45
Zagadka pustynnych lawatowców - dok. 20.50
Oumuamua, przybysz z gwiazd 22.00
Szeptany dawnej Ziemi 23.10
Strefa nagoci 4 (1) 0.20
Niezwykłe podróże koleją 9 (1)

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie 18.30
Fakty o świecie 19.00
Fakty - inf. 19.30
Fakty po Faktach - inf. 20.00
Kropka nad i 20.20
Fakty o świecie 21.00
Rozmowy dnia 21.40
24 godziny 22.55
Fakty o świecie 23.35
Polska i świat 0.35
Fakty po Faktach
WYDARZENIA 24
18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50
Wydarzenia 18.50 19.15
Gość „Wydarzeń” - pr. publicyst. 20.00
Wydarzenia 21.00
Wydarzenia, pogoda 21.40
Pogoda 21.50
Wydarzenia wieczorne 22.25
Pogoda - pr. inform.

TVP 3
13.20 Agropogoda - inf. 13.30
Bez retuszu 14.20
Poznaj region - cykl fel. 14.30
Program informacyjny 14.30 14.50
Pogoda 15.00
Koronka do Miłosierdzia Bożego - pr. religijny 15.20
Serwis Info Dzień - inf. 15.30
Program lokalny 19.30
Calkiem niezła historia 19.45
Kryminalna siódemka - mag. 20.00
Dziennik regionów 20.10
Pogoda 20.13
Gość Regionów 20.30
Teledzięk 21.00
Program lokalny 22.00
Dziennik regionów 22.20
Pogoda 22.30
Złoty chłopak (189) - obycz. 23.30
Kryminalna siódemka

HGTV
9.00 Remontujemy dom na plaży 10 (6) - pr. rozr. 10.00
Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (11, 12) - dok. 11.05
Usterka (11, 12, 13) - fab.-dok. 12.35
Moje miasto, mój dom 8 (7, 8) - pr. rozr. 14.35
Mieszkanie na miarę 4 (1, 2) - pr. rozr. 16.30
Polowanie na ogród 2 (5-7) 18.10
Będzie pięknie (8) 19.05
Zgłoś remont 4 (4) - rozr. 20.05
Dorota inspirowa (3) - reality show 21.00
Dorota was urządzi! (11, 12) 22.30
House Hunters - Poszukiwacze domów 9 (3-6) 0.40
Kupujemy dom na plaży 29 (13) - dok.

TVP KOBIETA
12.00 Okrasa łamie przepisy 12.30
Kwiaty na warsztat 2 (24-ost.) 12.45
Przepisy dnia (86) 13.00
Na dobre i na złe (577) - obycz. 13.55
Kradzież Księgi Świętego Jakuba (1) 15.00
Różce polski (30) - mag. 15.30
Osioł Mateusza (5, 6) 17.25
Najwspanialsze ikony natury (3) - dok. 18.30
Łato z Radiem i Telewizją Polską 19.30
Miłość i nadzieja (297) - telen. 20.30
Wichrowe wzgórze (278) - obycz. 21.30
La Promesa - pałac tajemnic (268) 22.30
Książę i ja: Królewskie wesela - komedia romant., USA 2006

BBC EARTH
12.20 Malownicze trasy kolejowe 2 (5) - dok. 13.20
Mroźna planeta 2 (4) - dok. 14.30
W oknach mrozu 3 (11, 12) 16.25
Pociągami przez starożytną Grecję (2) - dok. 17.40
Dziecięce zakątki Ziemi (5) - serial dok. 18.45
Malownicze trasy kolejowe 3 (3) - dok. 19.45
Słynne indyjskie tygrysy - dok., Wlk. Bryt. 2023 20.55
W oknach mrozu 5 (13, 14) - serial dok. 22.55
Superchirurdzy: szansa na życie 2 (3) - dok. 23.55
W 80 kilo dookoła świata (1) - dok. 1.00
Dzielnice zakątki Ziemi (5) - dok.

HISTORY
13.05 Starożytni kosmici 16 (5) - dok. 14.00
Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (5) - dok. 14.50
Największe tajemnice świata 6 (15) - dok. 15.45
Gwiazdy lombardu 13 (4) 16.15
Gwiazdy lombardu 25 (3) 17.10
Jak Hitler przegrał wojnę (1) 18.10
Największe tajemnice świata 6 (15) - dok. 19.05
Starożytni kosmici 13 (20) 20.00
Starożytni kosmici 16 (1) - dok. 21.00
II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (1, 2) - dok. 23.00
II wojna światowa w kolorze - przelomowe momenty (3) - dok.

## POLSAT SPORT 1

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**8.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski  
**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy  
**12.00 Kronika Wimbledonu**  
**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał  
**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej  
 Najlepsza ósemka turnieju może liczyć na 480 tys. funtów oraz sporą ilość punktów rankingowych. 120 min

## TENIS



**18.30 Turniej Wimbledon**  
**LIVE** – ćwierćfinał  
 Danił Miedwediew (zdj.) to podwójny półfinalista Wimbledonu. Przed rakiem sprawił sensację, odpadając już w 1. rundzie. 150 min  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał  
**1.00 Boks**  
**4.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Turcja – Polska

## EUROSPORT 1

**11.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały  
**12.00 Kolarstwo:** Tour de France – 3. etap  
**12.45 Cycling Essential Stories** – mag. sportowy  
**13.00 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap  
**18.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile  
**18.45 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuile  
**19.30 Motocross:** MŚ w Johannesburgu – wyścig w klasie MX2  
**20.00 Motocross:** MŚ w Johannesburgu – wyścig w klasie MXGP  
**20.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence** – mag.

## FORMUŁA E



**21.00 ePrix Chin** – podsumowanie  
 Na torze Shanghai International ponownie odbyły się 2 wyścigi. O drugie z rządu zwycięstwo na nim walczyli Nick Cassidy (zdj.), 60 min  
**22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix  
**0.00 Snooker:** Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu  
**1.30 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap

## TVP SPORT

**6.00 Strongman:** Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026  
**7.00 Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Polska – Holandia  
**9.00 Mundialowy poranek** (26) – magazyn piłkarski  
 Podsumowanie najciekawszych nocnych wydarzeń na MŚ. 75 min  
**10.15 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**12.35 Polska Liga Zeglarska** – magazyn sportowy  
**13.05 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**15.30 Dzień na mundialu** (26) – magazyn piłkarski

## PIŁKA NOŻNA



**17.05 Mistrzostwa świata LIVE 2026** – mecz 1/8 finału  
 Leo Messi (zdj.) już w pierwszym meczu strzelił hat-tricka. Czy jego znakomita celność doprowadzi Argentynę do medalu? 285 min  
**21.50 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału  
**1.00 Boks:** Gala w Nowym Jorku – podsumowanie  
**3.00 Boks:** Gala w Los Angeles: Badou Jack – Noel Mikaelian

## CANAL+ SPORT

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań  
**8.20 Premier League Stories** (24) – magazyn piłkarski  
**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC  
**11.15 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań  
**13.30 Liderzy. W centrum gry** (2) – serial dokum.  
**14.40 Premier League Review** – mag. piłkarski  
**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC  
**18.00 Żużel:** PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Budydziej – KS Toruń

## DOKUMENTALNY



**21.00 Liderzy. W centrum gry** (2): Rifet Kapić Bošnjak był jedną z kluczowych postaci Lechii Gdańsk w minionym sezonie. 75 min  
**22.15 Boks:** BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros  
**23.25 Premier League Stories** (46) – mag.  
**0.00 Liga+ Extra** – mag.  
**2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak Radom

## ELEVEN SPORTS 1

**6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski  
**6.45 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski  
**7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Werder Bremea – FC Bayern Monachium  
**9.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC  
**11.00 Formuła 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**12.30 Formuła 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**13.40 Made in Italy** (17) – magazyn piłkarski  
**14.00 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter Mediolan

## PIŁKA NOŻNA



**18.00 Liga niemiecka:** Bayern – TSG 1899 Hoffenheim  
 Die Roten chcieli jak najszybciej powrócić na właściwe tory po serii gorszych wyników. Czekają ich starcie z Hoffenheim. 120 min  
**20.00 Made in Italy** (18, 13) – magazyn piłkarski  
**20.40 Formuła 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**22.40 Ligue 1 Season Review** (36) – magazyn piłkarski  
**23.45 Ligue 1 Show** (35) – magazyn piłkarski

## TVP ABC

**10.00 Figo Migu na planecie Czocharas** (14)  
**10.20 Bolek i Lolek na wakacjach** – anim.  
**10.45 Rodzina Trefików 2**  
**11.10 Odo** – serial animowany  
**11.35 Stacyjkowo** – anim.  
**11.55 Pszczółka Maja** – anim.  
**12.25 Domisie**  
**13.00 Zagadki zwierozromadki** (15) – mag.  
**13.20 Tru i Tęczowe Królestwo** – anim.  
**13.45 Swinka Peppa 7**  
**14.10 Pajak Lucas 2** – anim.  
**14.30 Oli i Luna** – serial anim.  
**14.55 Otkonauci** – serial anim.  
**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść?** (11) – mag.  
**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem**  
**16.05 Pat i świat** – anim.  
**16.35 Rev i Roll** – serial anim.

## ANIMOWANY



**17.05 Pszczółka Maja**  
 Gucio i Maja pomagają pani Pachnicy, która straciła dom. Starszuszka chce odnaleźć brata, który mieszka po drugiej stronie sadzawki. 25 min  
**17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt** – serial anim.  
**18.00 Kucharz Shane** – anim.  
**18.25 Leo da Vinci 2** – anim.  
**19.00 Płyty i Bill** – serial anim.  
**19.10 Czarnodziejskie miasteczko Pinokia**  
**19.25 Piotrusz Królik** – anim.  
**19.45 Wegeuzary 2** – anim.

## POLSAT SPORT 2

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
**8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**11.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej kobiet  
**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet  
**18.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**1.00 Sporty walki:** FEN

## EUROSPORT 2

**15.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały  
**16.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering mężczyzn – finały  
**17.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały  
**18.00 Snooker:** Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump  
**20.00 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap 2.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Sydney 2000 – mag.  
**23.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Ateny 2004 – mag. sportowy

## TVN TURBO

**11.15 101 napraw** 4 (7, 8)  
**12.15 Jeździć, obserwować** (3) – dok.  
**13.00 Mobilni mechanicy** (9, 10) – mag.  
**14.30 Zawodowi handlarze** (10, 2) – rozr.  
**16.00 Wojny samochodowe** (4, 5)  
**18.00 Raport Turbo** – inf.  
**18.15 Zawodowi handlarze** (8)  
**19.10 Moto kombat** (2) – mag.  
**19.45 Duda kontra Szafranski** (1)  
**20.30 Prawko na świecie.** Jazda bez zasad (3)  
**21.15 Z drugiej ręki** (3)  
**22.00 Raport Turbo** – inf.  
**22.15 Jeździć, obserwować** (7, 8)  
**23.45 Napraw nie do naprawy** (3)  
**0.30 Nauka jazdy** (24)  
**1.00 101 gadzetów motoryzacyjnych** (4)

## CANAL+ SPORT 5

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak Radom  
**9.00 Żużel:** PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń  
**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**16.45 Premier League Stories** (2) – magazyn piłkarski  
**17.30 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**22.15 Górnik.** Chłopcy z Zabrza (2) – serial dok.  
**23.15 Ligomistrzowie** historie (5) – magazyn piłkarski  
**0.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań  
**3.00 Przerwa techniczna**

## ELEVEN SPORTS 2

**8.55 Bundesliga Special** (21)  
**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Stade Rennais FC – PSG  
**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Eintracht Frankfurt  
**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – Inter  
**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Werder – FC Bayern Monachium  
**18.00 Formuła 1**  
**20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Inter  
**22.00 Serie A** – mag.  
**23.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (1, 2) – mag.  
**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia

## NICK JR.

**12.54 Swinka Peppa** 8 – anim.  
**13.40 Barbapapa i jego rodzinka**  
**14.35 Zwierzęce zagadki**  
**15.05 Rogata ekipa 2** (14)  
**15.34 Swinka Peppa 2** – anim.  
**15.56 Swinka Peppa 5**  
**16.11 Swinka Peppa 2**  
**16.16 Swinka Peppa 5**  
**16.35 Psi Patrol 4**  
**17.05 Rubble i jego ekipa 2** – anim.  
**17.30 Pan krokodyl 2** – anim.  
**17.55 Barbapapa** – szczęśliwa rodzinka – serial anim.  
**18.10 Barbapapa i jego rodzinka**  
**18.40 Dora**  
**19.00 Przygody Misia Paddingtona**  
**20.07 Swinka Peppa**  
**20.30 Male Królestwo**  
 Bena i Holly  
**20.55 Barbapapa i jego rodzinka**

## POLSAT SPORT 3

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej  
**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**10.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

## CI POLSAT

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała** 3 (7, 8)  
**14.10 Morderca z internetu** (6, 7)  
**15.05 Ferie, impreza, morderstwo** (3)  
**16.00 Pogrzebani za domem** 3 (5)  
**17.01 Nie opuścić mnie aż do śmierci** 5 (2) – dok.  
**18.00 Z archiwum 997 2** (1, 2)  
**19.00 Dowody zbrodni: ślady DNA** (9)  
**20.00 Kobiety, które noszą śmierć** 12 (1) – dok.  
**21.00 Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach** (1) – dok.  
**22.00 Seryjni mordercy: zło z bliska** (3) – dok.  
**23.00 Dzieci, które zabijają** 3 (29)  
**23.55 Kobiety, które noszą śmierć** 11 (6)

## POLSAT PLAY

**7.00 Dorwać tuńczyka** (4, 5) – dok., USA  
**9.00 Wojny magazynowe** (181, 182)  
**10.00 Wojny kontenerowe** (8, 9) – dok.  
**10.55 Hardkorowy lombard** (34-39) – dok.  
**14.05 Polacy za granicą** (147, 148) – serial dok.  
**16.00 Złomiarze** (31, 32)  
**18.05 Poszukiwacze historii** (155-158)  
**20.00 Trzecia Rzesza** w obiektywie amatorskiej kamery (1) – dok.  
**21.10 Tajna historia XX wieku** (47, 48) – dok.  
**22.10 Poszukiwacze historii** (246) – dok.  
**22.35 Pociągi** (1)  
**23.10 Wakacje z Bałtykiem** (8-17)  
**4.05 Starożytni kosmici** (3, 4)

## DTX

**7.05 Fani czterech kółek** 9.10 Militaria na warsztat (2, 3)  
**11.10 Dwa oblicza survivalu**  
**13.10 Niemiecka budowlanka** (10)  
**14.10 Pogromcy kanałów**  
**15.10 Fani czterech kółek** 17.10 Absurdy drogowe (5-8)  
**19.10 Fani czterech kółek** – dok.  
**20.10 Niechciani w Gas Monkey**  
**21.10 Premiera:** Dzikie Frank w Afryce (2)  
**22.10 Militaria na warsztat** (3, 4) – dok.  
**0.10 Policjanci z Kent**  
**2.10 Królowie asfaltu**  
**3.40 Metro** po szwedzku (4)  
**4.25 Śmigłowiec ratunkowy** – Kornwallia (5)  
**5.15 Drwał zawodowiec** – dok.

## ELEVEN SPORTS 3

**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Genoa  
**14.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris FC – Lens  
**16.00 Bundesliga Original Series:** Droga na mundial (3, 4)  
**17.00 Serie A**  
**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Napoli – Fiorentina  
**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – BVB  
**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: FC Nantes – Olympique Lyon  
**0.00 Birds of paradise** – film dok.  
**0.35 Pewnego razu** w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskheli – dok.  
**0.55 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.** – mag.

## MINIMINI+

**14.03 Kicia Kocia 2**  
**14.22 Cloudy & Stormy**  
**14.45 Gazu, pieski, gazu!**  
**15.10 Baranek Shaun** – anim.  
**15.36 Język Happy** – anim.  
**15.55 Mały Charlie**  
**16.05 Mega Ekspres**  
**16.30 Ciekawski George**  
**6**  
**17.00 Tomek i przyjaciele**  
 20 – anim.  
**17.25 Staś i fajna Babcia** – anim.  
**17.50 Moje urodziny**  
 17.56 Smery – anim.  
**18.25 Leśna rodzina:** Pamiętnik Frey  
**18.50 Baczne oczka**  
**19.05 Kicia Kocia 2**  
**19.25 Mały Charlie**  
 19.36 Język Happy  
**19.52 Basia 2**  
**20.05 Wierszyki**  
 domowe  
**20.35 Dolina Muminków 3** – anim.

FILMOWE HITY DNIA



21.30 TVP 1

# Tożsamość zdrajcy

**HIT**

**SENSACYJNY** Była agentka wywiadu odkrywa spisek i zostaje skompromitowana. Musi udaremnić zamach.

CIA zatrzymuje mężczyznę podejrzanego o planowanie ataku na Londyn. Odsunięta od służby Alice (Noomi Rapace, zdj.) niespodziewanie otrzymuje polecenie, by uczestniczyć w przesłuchaniu przestępcy. Szybko odkrywa, że wśród agentów jest zdrajca. Wskutek

jego działań Alice zostaje oskarżona o szpiegostwo. Musi uciekać. W misji udaremnienia biologicznego ataku na miasto pomaga jej tajemniczy Jack (Orlando Bloom). **INFO:** Czechy/Szwaj./Wlk. Bryt./USA/Fr. 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace **105 min do godz. 23.15**



19.55 POLSAT

## Slyszeliście o Morganach?

**KOMEDIA** Będący w separacji Meryll (Sarah Jessica Parker, zdj.) i Paul (Hugh Grant, zdj.) zostają świadkami koronnymi. Ukrywają się na prowincji. To szansa dla ich związku. **135 min**  
USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Sarah Jessica Parker, Hugh Grant, Natalia Klimas



20.00 TVN 7

## Legenda ringu

**KOMEDIA** Byli bokserzy, Sharp (Sylvester Stallone, zdj.) i McDonnen (Robert De Niro), chcą po latach wyrównać rachunki i rozstrzygnąć, który z nich jest lepszy. **155 min**  
USA 2013, reż. Peter Segal, wyk. Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin



20.00 TV PULS

## Jacht

**THRILLER** Po wyjściu z więzienia Bella (Ruby Rose, zdj.) odkrywa, że odziezbiżyła po ojcu jacht. Spędza na nim noc. Rano odkrywa, że stała się zakładniczką najemników. **120 min**  
USA 2021, reż. Declan Whitebloom, wyk. Ruby Rose, Frank Grillo, Patrick Schwarzenegger



20.50 TVN

## Godzilla II: Król potworów

**SCIENCE FICTION** Ludzkości grozi zagłada, kiedy pojawia się grupa potworów. W sprawę angażuje się mąż porwanej przez ekoterrorystów dr Russell (Vera Farmiga, zdj.). **165 min**  
Jap./USA 2019, reż. Michael Dougherty, wyk. Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown

# HOROSKOP

Od 26 czerwca do 9 lipca

**Baran 21.3 – 20.4**  
**MIŁOŚĆ** Nie czekaj na pierwszy krok. Zaproponuj spotkanie i przejmij inicjatywę. **PRACA** Zwolnij tempo i spojrzysz z dystansu na cele. Wyznacz sobie jeden priorytet dziennie. **ZDROWIE** Spróbuj złagodzić stres poprzez ruch. Pamiętaj o nawodnieniu w upały.

**Rak 22.6 – 22.7**  
**MIŁOŚĆ** Spróbuj spędzić popołudnie z ukochanym bez presji ku perfekcji i telefonu w dłoni. **PRACA** Ustal godzinę, po której nie odpowiadasz na wiadomości. Unikaj pochopnych decyzji finansowych. **ZDROWIE** Gdy trudne emocje narastają, pomoże kąpiel i muzyka.

**Waga 24.9 – 23.10**  
**MIŁOŚĆ** Teraz kluczowa stanie się harmonia. Czekaj Cię romantyczny wieczór. **PRACA** Stawiaj na dyplomację, jednak nie kosztem własnych potrzeb. Zamiast milczeć, proponuj alternatywę. **ZDROWIE** Spróbuj zadbać o równowagę psychiczną. Joga przyniesie Ci ulgę.

**Koziorożec 23.12 – 20.1**  
**MIŁOŚĆ** Stabilność budujesz działaniami, więc pokaż ją w drobniactwach i dotrzymany obietnicach. **PRACA** Zrób przegląd zadań. Zrezygnuj z tych, które nie prowadzą do pożądanego wyniku. **ZDROWIE** Rozważ suplementację witamin po konsultacji ze specjalistą.

**Byk 21.4 – 21.5**  
**MIŁOŚĆ** W uczuciach postaw na spokojny i przewidywalny zamiast fajerwerków. **PRACA** Twoja konsekwencja najlepiej potwierdzi liczyby i przykłady efektów. Odetnij rozpraszacze. **ZDROWIE** Chroni skórę przed słońcem. Aktywność fizyczna poprawi formę.

**Lew 23.7 – 23.8**  
**MIŁOŚĆ** Lwy będą błyszczeć w towarzystwie. Wakacyjny romans doda im skrzydeł. **PRACA** Możesz otrzymać pochwałę od szefa. Nie ignoruj żadnych szczegółów w umowach. **ZDROWIE** Po intensywnym dniu kluczowa jest regeneracja. Medytacja ułatwi wyciszenie.

**Skorpion 24.10 – 23.11**  
**MIŁOŚĆ** Uczucia będą intensywne. Możliwa napięta relacja. W stałym związku unikaj zazdrości. **PRACA** Zamknij zaległą sprawę formalną. Skupisz się na strategicznych decyzjach. **ZDROWIE** Wycieczki za miasto, jazda na rowerze lub pływanie poprawią kondycję.

**Wodnik 21.1 – 19.2**  
**MIŁOŚĆ** Zaskoczysz partnera oryginalnym pomysłem. Doceni także Twoją szczerłość. **PRACA** Wybierz jeden projekt i zaplanuj trzy niewielkie kroki, które zrobisz bez forsownych przygotowań. **ZDROWIE** Twój układ nerwowy może być teraz bardziej wrażliwy.

**Bliznięta 22.5 – 21.6**  
**MIŁOŚĆ** Odezwij się do kogoś, z kim dawno nie miałeś okazji rozmawiać. **PRACA** Lista zadań pozwoli zapanować nad chaosem. Dopilnuj obowiązków przed urlopem. **ZDROWIE** Wysypianie się i ograniczenie czasu przed ekranem zwiększą koncentrację.

**Panna 24.8 – 23.9**  
**MIŁOŚĆ** Zrób porządek w sprawach, które obciążają Twój związek. Zdecyduj, co odpuścić. **PRACA** Działania w zespole przyniosą lepsze efekty, jeśli ograniczysz krytyczne uwagi. **ZDROWIE** Zatrósz się o swój kręgosłup oraz ergonomię miejsca do pracy.

**Strzelec 24.11 – 22.12**  
**MIŁOŚĆ** Otworzysz się na ludzi, co może zaowocować ekscytującą znajomością. **PRACA** Pojawi się szansa na doskonalenie kompetencji, udział w projekcie lub szkoleniu. **ZDROWIE** Zorganizuj letnią wyprawę, aby złapać dystans i odciąć się od problemów.

**Ryby 20.2 – 20.3**  
**MIŁOŚĆ** Wybieraj łagodność, ale nie rezygnuj ze stawiania granic i odmawiaj bez poczucia winy. **PRACA** Intuicja pomoże Rybom w decyzjach. Kreatywność przyniesie dodatkowy dochód. **ZDROWIE** Postaw na rozwój wewnętrzny: mniej rozpraszaczy, więcej oddechu.

Adres redakcji 04-035 Warszawa, ul. Motorowa 1, e-mail: redakcja@teleswiat.pl;

**Redaktor naczelna** Marta Lubartowska  
**Redaktor zarządzający** Artur Kosiński  
**Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca** Anita Nawrocka  
**Planner** Adam Piosik  
**Koordinatorzy** Dorota Skalska, Redaktorzy Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pastelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka  
**Hub Poradniki: Red. zarządzająca** Monika Bobowska  
**Hub Graficzny: Dyrektor** Robert Latek  
**Lider** Mirosław Orzechowski  
**Koordinator** Marcin Makarewicz  
**Graficy** Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Waliniowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Głewicka, Małgorzata Porebska, Piotr Piórkowski  
**Hub Fotodolży: Lider** Agata Zasada  
**Koordinatorzy** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno  
**Fotodolży** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Lięwska, Mirela Taflińska  
**Sekretariat** Aleksandra Kominek

**Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.**  
**Zarząd: Prezes** Tomasz Namysł  
**Członkowie** Andrzej Choynowski, Marek Lasota  
**Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego** Marek Lasota  
**Publisher/Wydawca** Justyna Hałas  
**Biuro reklamy** Izabela Sarnecka (dyrektor biura reklamy), Aneta Rym-Gaika, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl, ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, www.bauer.pl/reklama/  
**Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta** Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl  
**Druk** Okładka – Drukarnia Prasowa S.A. w Łodzi, Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.,  
**Copyright** Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j. Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy i Polskich Badań Czytelnictwa (PBC).  
**Serwis TV** – współpracuje Agencja AKPA.  
**Pernumerata Krajowa i zagraniczna** czytelnia.pl, e-mail: pernumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie TV wprowadzone przez stację po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po cenie innej niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: reklama@bauer.pl

TVP 1 TVP 1 DVBT2

5.50 Akacyjowa 38 (892) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Rodzina (nie od) święta – mag.
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (7) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (76) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (84) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (195) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedyńce: Borneo – cudowna dżungla – film dokumentalny, Francja/Niem. 2025
14.00 Złoty chłopak (329) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1062) – telet.
16.00 Dziedzictwo (972) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacyjowa 38 (907) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda

KRYMINALNY



20.30 Prokurator (9) – Polska 2015
Ciało prezesa firmy meblarskiej zostaje znalezione w mieszkaniu hodowcy papająków, który zniknął bez śladu. Zespół wszczyna śledztwo. 60 min
FILM 21.30 Tożsamość zdrajcy – film sensacyjny, Czecho/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted
Za kamerą stanął twórca jednej z odsłon losów Jamesa Bonda („Świat to za mało”). 105 min
23.15 Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: Korczak – film biograf., Pol./Niemcy/Wielka Brytania 1990, 130 min
1.25 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, 135 min

TV4 DVBT2

6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – serial sens., USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (73) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (506, 507) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (752-754) – paradok., Pol.
16.55 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (515) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1398) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Uroczysko (201, 202) – serial kryminalny
21.00 Sprawiedliwi. Trójięmiasto (127) – serial kryminalny, Polska 2026
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1010) – serial kryminalny, Polska 2026
23.00 Patriota – dramat historyczny, FILM USA/Niemcy 2000, 200 min
2.20 Hardkorowy lombard 3 (21) – serial dok.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (11) – dok.
3.25 Lubię disco! (276) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebiegów – pr. muz.
5.30 Teleshowsy TV Okazje

TVP 2 TVP 2 DVBT2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1789) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Pozyteczni.pl – magazyn
6.55 Barwy szczęścia (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (34, 35) – kom., Pol. 2011
12.35 Kolo fortuny (1883) – teleturniej
13.15 Postaw na milion – teleturniej
14.05 Va banque (1007) – teleturniej
14.35 Na sygnale (871) – serial fab.-dok., Pol.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (428) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Kolo fortuny (1884) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1008) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądzy (17) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądzy – dogrywka (17) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej

FABULARNO-DOK.



21.50 Na sygnale (864, 865) – Polska 2026
Róża i Romek muszą poradzić sobie z nastoletnim narkomanem, który stał się agresywny w karetce. Ratownicy pomagają też aktorowi ukrywającemu swoją chorobę. Piotr mierzy się z oskarżeniami o brutalność podczas jednej z akcji. 65 min
22.55 Berlin Ku'damm 56 (2) – serial obyczajowy, Niemcy 2016
23.50 PitBull 2 (6) – serial sensacyjny, Polska
0.50 Karol, władca Hiszpanii (5) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 Nasz dom w górach (12) – serial obyczajowy, Niemcy 2020
2.40 Jak zostać Japończykiem – dok.

TV PULS DVBT2

6.00 Policjanci z Miami 3 (4, 5) – serial krym.
8.00 Kobra – oddział specjalny (8, 9) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (51, 52) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (112) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (46) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (31) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (534, 535) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (32) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (969, 970) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Jacht – thriller, USA 2021, reż. Declan Whitebloom, wyk. Ruby Rose, Frank Grillo, Patrick Schwarzenegger, 120 min
22.00 Negociator – film sensacyjny, USA/FILM Niemcy 1998, reż. F. Gary Gray, 175 min
0.55 Krwawa gra – film sensacyjny, FILM Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, 125 min
3.00 Dzielnica strachu 9 (402) – serial krym.
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Dzielnica strachu 9 (405) – serial krym.

POLSAT DVBT2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Teleshowsy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (323, 324) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1253, 1254) – serial paradokumentały, Polska 2024
11.35 Gliniarze (870, 871) – serial paradokumentały, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1500, 1501) – serial paradokumentały, Polska 2025
Postrzegany jako nieudacznik Jan zostaje porzucony przez Zuzię. Niebawem dowiaduje się, że otrzymał spadek po niejakim Biernackim. Na wieść o majątku dziewczyna postanawia odbudować relację. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1067, 1068) – serial paradokumentały, Polska 2025
Detektywi wyjaśniają sprawę porwania piętnastolatki. Zrozpaczony ojciec oskarża byłą żonę, która straciła prawa rodzicielskie. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń” – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

KOMEDIA



19.55 Komediodowa środa: Słyszeliście o Morganach? – USA 2009, reż. Marc Lawrence
Pełna humoru opowieść o nietypowym remedium na kryzys małżeński. Drugie filmowe spotkanie Sarah Jessiki Parker i Hugh Granta (oboje na zdj.). Wcześniej aktorzy mieli okazję współpracować na planie thrilleru „Krytyczna terapia” z 1996 r. 135 min
22.10 Sasiedzi – komedia, USA 2014, reż. Nicholas Stoller, 135 min
0.25 Zła kobieta – komedia, USA 2011, reż. Jake Kasdan, 120 min
2.25 Boski żigolo – komedia, USA 1999, reż. Mike Mitchell, 135 min

TVN DVBT2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1692) – serial paradokumentały, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (22) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (10) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1473, 1474, 1723) – serial paradokumentały, Polska
15.45 Detektywi (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (63) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na oddziale Żyty przebywa młody mężczyzna z podejrzeniem nowotworu jądra. Nieprzytomny Tomek zostaje pod opieką Marty i Krystyny. 65 min
17.55 Młode giny (45) – serial kryminalny, Polska 2026
Marian, ojciec Angeliki, która kilka lat temu zmarła wskutek napadu przed klubem, bierze zakładników w centrum sportu i rekreacji. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4242) – serial obyczajowy, Polska 2026

SCIENCE FICTION



20.50 Godzilla II: Król potworów – Japonia/USA 2019
Widowiskowy film akcji. Jego produkcja kosztowała ponad 170 milionów dolarów. W rolach głównych występują nominowana do Oscara za film „W chmurach” Vera Farmiga oraz znana z serialu „Stranger Things” Millie Bobby Brown (obie na zdj.). 165 min
23.35 Legion samobójców – film s.f., USA FILM 2016, reż. David Ayer, 155 min
2.10 Uwaga! – magazyn reporterów
2.25 Wallander 3 (8) – serial krym., Wielka Brytania/Szwecja/Niem. 2014
4.00 Detektywi (107) – serial fab.-dokum.
5.00 Nauka jazdy 5 (16) – pr. rozrywk.

TVN 7 DVBT2

5.30 Ten moment (53) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (780-782) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1336, 1441, 1442) – serial paradokumentały, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1093-1095) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
13.55 Kryminalni (3) – serial kryminalny, Polska
15.00 Szpital Anna Maria Wesołowska (504) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (16) – serial paradok.
19.00 Ukryta prawda (1527) – serial paradok.
20.00 Legendy ringu – komedia, USA 2013, reż. Peter Segal, wyk. Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin, Kim Basinger, Jim Lampley, 155 min
22.35 Godziny szczytu 2 – komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, 120 min
0.35 Jak Boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salmata Hayek, 95 min
2.10 Żyjąc z potworem 9 (2) – serial dok., USA
3.00 Fachowcy (10) – serial paradokumentały
3.35 Usterka 11 (6) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.10 Dorota was urządzi! (1, 2) – pr. rozrywk.

**TVP POLONIA**  
**15.00 Słowo daje!** – magazyn  
**15.10 Zakochaj się w Polsce** (197) – magazyn  
**15.35 20 x 20 lat TVP Kultura**  
**16.00 Zaraz wracam 2** (107) – serial obycz., Pol. 2025  
**16.30 Barwy szczęścia** (3338) – obycz., Pol. 2026  
**17.00 Gra słów. Krzyżówka** (1057) – teleturniej  
**17.30 Teleexpress**  
**17.50 Teleexpress Extra** – magazyn informacyjny  
**18.15 Mały kawalek Polski** – film dokum., Pol. 2017  
**18.45 Info Wilno** – pr. inform.  
**19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret Lasowy** – pr. inform.  
**19.15 Lasowski & Malicki**  
**20.10 Program informacyjny 19.30**  
**20.40 Pogoda**

**TVP ROZRYWKA**  
**6.10 Zakochaj się w Polsce** (251) – magazyn  
**6.40 Gra słów. Krzyżówka** (1069) – teleturniej  
**7.10 Okrasa łamie przepisy**  
**8.20 Familia!da** – teleturniej  
**8.50 Va banque** (939) – telet.  
**9.25 Koło fortuny** (2048)  
**10.05 Makłowicz w podróży**  
**10.45 Postaw na milion**  
**12.35 Familia!da** – teleturniej  
**13.15 Matki, żony i kochanki** (19) – serial obycz., Pol.  
**14.15 Rodzinka.pl** (196) – serial komediowy, Pol.  
**14.45 Program rozrywkowy**  
**15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską**  
**17.25 Va banque** (940) – telet.  
**18.00 Koło fortuny** (2049) – teleturniej  
**18.35 Okrasa łamie przepisy** (353) – magazyn kulin.

**TTV HD**  
**5.10 Złomowisko PL 5** (1)  
**6.00 24 godziny** (21) – inf.  
**7.10 Express** – pr. inform.  
**7.35 DeFacto 13** (11, 12)  
**8.30 Kartoteka** (10, 11) – serial fabularno-dokum.  
**10.35 Detektyw** (23, 24) – serial fabularno-dokum.  
**12.35 Zakup w ciemno 7** (32, 33) – reality show  
**14.35 Nic do zgłoszenia** (6)  
**15.35 Złomowisko PL 5** (4)  
**16.45 Express** – pr. inform.  
**16.58 Pogoda, sport** – pr. inf.  
**17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 2** (2)  
**18.05 Zakup w ciemno extra** (40) – reality show  
**18.40 Niezwykłe Stany Prokopa** 6 (1) – pr. rozr.  
**19.45 Express** – pr. inform.  
**20.00 Pogoda** – pr. inform.

**POLSAT 2**  
**5.50 Wydarzenia**  
**6.30 Nasz nowy dom** (300) – reality show, Pol. 2023  
**7.30 Na ratunek 112** (925, 926) – serial paradokum., Polska 2024  
**8.30 Sekrety rodziny** (381-383) – paradok., Pol.  
**11.30 Trudne sprawy** (949) – serial paradokum., Pol.  
**12.30 Dłaczego ja?** (1348, 1349) – serial paradokum., Polska 2024  
**14.30 Świat według Kiepskich** (529-533) – serial komediowy, Pol.  
**17.00 48h. Zaginięni** (155, 156) – serial krym.  
**19.00 Gliniarze** (995) – serial paradokum., Polska 2024  
**20.00 Ślad** (71) – serial krym.  
**21.00 Gliniarze** (790) – serial paradokum., Polska 2023

**POLSAT FILM**  
**6.05 Rolnicy - Tak się żyje u nas na wsi** (142-144) – dok., Polska 2019-2026  
**7.30 Doktor Martin** (34) – serial obycz., Wlk. Bryt.  
**8.30 Przyjaciółki** (131, 132) – serial obycz., Pol. 2018  
**10.25 Świat według Kiepskich** (169, 170, 234, 235, 92, 185) – serial komediowy, Polska  
**14.05 Pacific Rim: Rebelia** – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 145 min  
**16.30 Plan lotu** – thriller, USA 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, 125 min  
**18.35 Logan Lucky** – komedia kryminalna, USA/Chiny 2017, reż. Steven Soderbergh, 145 min

**AXN**  
**6.00 FBI: Most Wanted 3** (18, 19) – serial kryminalny, USA 2020  
**7.30 Ostry dyżur** (1, 2) – serial obyczajowy, USA 1994-1995  
**9.25 Castle 3** (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010  
**11.15 MacGyver 2** (20, 21) – serial akcji, USA 2017-2018  
**13.10 Dowody zbrodni** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2003  
**15.10 Agenci NCIS 10** (22, 23) – serial sensacyjny, USA 2012  
**17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (21, 22) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010  
**19.05 Castle 3** (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010

### OBYCZAJOWY



**20.50 Miłość nad rozlewiskiem** (4, 5) Kaska trafia do szpitala. Najbliżsi i znajomi oddają dla niej krew. Magosia jedzie do Warszawy szukać pomocy u profesora. 105 min  
**22.35 Rozmowy (nie) wygodne** – pr. publicyst.  
**23.25 Dziennik regionów**  
**23.50 Tamte lata, tamte dni** 0.20 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza

### MAGAZYN



**19.40 Makłowicz w podróży** Prowadzący gości w Bremie. Na tarasie restauracji raczy się gładzicą. Sam zaś przygotowuje zupę krem z kalafiórów. 35 min  
**20.15 Postaw na milion**  
**21.10 Kabaret Letni!da Porą** – program rozrywk.  
**22.10 Rodzinka.pl** (56) – kom.  
**22.50 Tak to leciało!** (67)  
**23.50 Gaby Drzewiecka zaprasza** (6) – talk-show  
**0.50 Koło fortuny** (2049, 2041) – teleturniej

### REALITY SHOW



**20.05 Zakup w ciemno 7** (36) Handlarze walczą o produkty w kategoriach mix, hobby i chemia. Mix zapewni emocje, hobby doprowadzi do konfliktu, a chemia nie polaczy licytujacych. 60 min  
**21.05 Zakup w ciemno extra** (33) – reality show  
**21.45 Express** – pr. inform.  
**22.00 Idź na calość 2** (11)  
**23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 2** (3)  
**0.00 Nic do zgłoszenia 6** (8) – serial dokum., Pol. 2025

### DOKUMENTALNY



**22.00 Ambulans** (6) Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i trudnymi sytuacjami. Wymaga odwagi, szybkiego działania oraz empatii. 60 min  
**23.00 Świat według Kiepskich** (359, 360)  
**0.00 Ślad** (93) – krym., Pol. ●  
**1.00 Zdrady II** (12) – paradok.  
**2.05 Wydarzenia**  
**2.50 Ewa gotuje** (549, 550)  
**4.00 Atleci** – mag. sportowy  
**5.10 Drzwale** (6) – serial dok.  
**5.30 Teleguzy TV Okazje**

### HORROR



**21.00 Dracula: Historia nieznaną** – USA/Japonia 2014, reż. Gary Shore Rok 1462. Transylwania rządzi Vlad (Luke Evans, zdj.). Chcąc ratować rodzinę i poddanych przed sultanem, oddaje duszę demonowi. 115 min  
**22.55 Zakładnik z Wall Street** – film kryminalny, USA 2016, 120 min  
**0.55 Falaz zbrodni** (76, 77)  
**2.55 Ślad** (32, 33) – krym., Pol.  
**4.50 Na ratunek 112** (862, 863) – paradok., Pol.

### SENSACYJNY



**21.05 Zabójca broń 3** (14, 15) – USA 2018 Wbrew ostrzeżeniom Murtaugha Cole prosi Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Wywołuje to napięcie między partnerami. 115 min  
**23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3** (21, 22) – serial krym.  
**0.50 Castle 3** (3, 4) – krym.  
**2.45 Zabójca broń 3** (14, 15) – sens., USA 2018  
**4.40 Walker: Strażnik Tekساسu** (11) – krym.

### TVP HISTORIA

**8.30 Czerdziestolatek** (16) 9.50 Tajemnice początków Polski: Z otchłani pradziejów 11.00 Legenda 27. Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK – dok., Pol. 2013  
**11.55 Wszystkie kolory świata** – dok. 13.00 Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) – dok. 14.00 Królowie (53) – hist. 14.35 Czerdziestolatek (17) 15.35 Sensacje XX wieku 18.10 Tajemnica twierdzy szczyfów (2) 19.00 Film dokumentalny 20.05 Oficer (8) – sens. 21.10 Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist. 22.10 Czarnobyl. Polska perspektywa 23.20 Sensacje XX wieku

### TVP KULTURA

**12.30 Tajemnice kultowych seriali** (2) – serial dok. 13.30 Co mówią lekarze – film krótko-metr. 10.30 SuperLudzie nostalgicja: Noce i dni (2) – obycz. 15.20 Ludzie Wisły – melodram. Pol. 1938 16.50 Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz. 18.10 Muzeum Polskiej Piosenki (3) – pr. rozrywk. 18.30 Informacje kulturalne 18.55 Rawhide (3) – serial przyg. 20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (6) – serial krym., Wlk. Bryt. 21.05 Panorama Kina polskiego: Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograf., Polska 2019 23.15 Informacje kulturalne

### SUPER POLSAT

**6.55 Na ratunek 112** (710, 711) – paradok. 7.55 Doktor Martin (55, 56) 10.00 Wydarzenia 10.30 SuperLudzie (37, 38) 11.30 Świat według Kiepskich (359-362) – kom. 13.30 Bitwa o palety (3) 14.30 Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (61) 16.05 Ninja Warrior Polska (35) 18.00 Świat według Kiepskich (462, 463, 554, 555) – kom. 20.00 Złomiarze (7) 21.00 Gran Turismo – dramat przyg., USA/Japonia 2023 23.50 Kod 7500 – thriller, Niemcy/Austria/USA 2019 1.40 Świat według Kiepskich (394-397) – kom. 3.50 Nasz nowy dom (251, 252)

### ZOOM ZOOM

**8.05 Strażnik Teksasu 9** (7, 8) – sens., USA 9.55 MacGyver 3 (4) – sens. 10.55 MacGyver (5) 12.05 Pułapki nymfa (3) – dok. 13.15 Wojny magazynowe: Kanada 2 (20-23) – reality show 15.35 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5) 16.35 Dyma: Więcej niż magia 2 (3) – serial dok. 17.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat 20.00 Kobra – oddział specjalny 24 (1, 2) – sens. 22.00 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6) 23.00 Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (6) – rozr. 0.00 Magia nagości. Polska (1) – rozr. 1.05 Magia nagości (9)

### METRO METRO

**8.30 Szpital** (786, 787) – paradok., Pol. 10.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (355, 356) 12.30 SOS Ekipy w akcji (30) 13.30 Brzydula (31, 32) 14.35 Kiedy ktoś kocha bardziej (15) 15.45 The Floor (5, 6) 17.00 Fani czterech kolek 17 (6) 18.00 Prawo Agaty 7 (4) – obycz. 19.00 Kartoteka 2 (9, 10) 21.05 Kryminalni 3 (5, 6) 23.15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (8) 0.20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (7) – dok. 1.15 Szpital (779) 2.15 Szkoła (530, 531) 3.50 Nowa Majja w ogrodzie 4 (28, 29) 4.40 SoS Ekipy w akcji (28)

### ALE KINO +

**6.30 Polska z góry 5** (8) 7.00 The Hero – krótkometraż. 7.45 Królowa chmur – obycz., Pol. 2003 9.25 Wolna krowa 10.00 Grantchester 10 (7, 8) – krym. 12.05 Vera 6 (2) 14.00 Pod Starzym Dębem – dram. obycz., Bel./Fr./Wielka Brytania 2023 16.15 Alfa. – dramat przyg., Szwajcaria/Hol./Słowenia 2024 18.15 Vera 6 (3) – krym. 20.10 Premiera: Karen Pirie (2) – krym. 22.00 Ucieczka z Pretorii – thriller, Australia/Niem./RPA 2020 0.10 Django (3, 4) 2.25 Król (4) – sens. 3.35 Fuks – kom. sens. Pr. 1999 5.05 Kruk. Czorny Woron nie śpi (2)

### TV TRWAM

**16.00 Informacje dnia** 16.10 Na zdrowie – mag. 16.30 Rozmowy o edukacji (6) 17.00 Po stronie prawdy 17.55 Poczet wielkich Polaków – hist. 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokoneczone 19.20 Odnaleźć siebie (33) 19.30 Bóg z nami 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Mysłąg Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Przetrawiliśmy 22.30 Władysław hr. Zamowski. Pan z Wielkopolski. Władca Tatr – dok., Pol. 2013

### ANTENA HD

**8.50 Żar tropików** (1) – sens., Kan./Meksyk 10.00 Detektywi z Bordeaux 4 (4) – serial krym. 11.05 77 TV 2 (4) – pr. rozrywk. 12.00 Co Polak potrafi na drodze? (14) 13.00 Cieszarówką przez śnieg 2 (1) 14.00 Kłątwa Wspaniałego 6 (32) 15.00 Wojny kontenerowe 2 (7, 8) 15.55 Australjyscy poszukiwacze złota 3 (7, 8) – serial dok. 17.55 77 TV 4 (21) 19.00 77 TV 5 (1) 20.00 Alex Hugh – górski detektyw (11) – krym. 22.05 Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniozki (5, 6) – krym. 0.30 Co Polak potrafi na drodze? (3-5)

### TVS

**12.05 Dzisiaj w regionie** – pr. inf. 12.10 Pogoda 12.25 Muzyczne dzień dobry 13.30 Emeryci na tropie – krym. 14.40 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 16.50 Wydział kryminalny Kitzbühel 17.50 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział 18.50 Doktor Kleist – lekarz rodzinny 19.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Melodia miłości – film obycz., Niemcy 2008 21.50 Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Niespodziewana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2015

### WPI WP

**12.00 Wariaci za kierownicą 3** (2) – pr. rozr. 13.00 Makłowicz w podróży 14.05 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (3) – dok. 15.00 Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (23, 24) – dok. 16.50 Pogoda (66) 17.50 Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 5 (4) – serial krym. 19.00 Straczeni z sąsiedztwa (5) – dok. 20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (25, 27) – dok. 21.45 Pogoda (66) – pr. inf. 21.50 Przebojowe kabarety (5) – pr. rozr. 22.50 Mistrzowie Kabaretu 13 (8) – rozr. 23.55 Tajemnice polskich morderstw (4-6) – dok.

### ESKA TV

**13.00 Eska TV info** – inf. 13.15 Eska on the Beach 14.00 Eska TV info 14.15 Eska on the Beach 15.00 Eska TV info – inf. 15.15 Podwójna Gorąca 18.00 Historia jednej piosenki 19.00 Palacy za granicą – dok. 21.00 Hardcoreowy lombard

**POLO TV**  
**15.00 Disco i relax** z Tomkiem Samborskim (93) – pr. muz.  
**16.00 Hit** za hitem – pr. muz.  
**20.00 Kochamy Lata 90!** 21.00 Chłopaki do wzięcia (77, 78) – dok. 22.00 Wakacje z Bałtykiem (19, 20) 23.00 Zdrady (71)

### VIASAT EPIC DRAMA

**7.35 Lekarze na start** (31, 32) – obycz. 9.05 Poirot 5 (1, 2) 11.20 Zatraceni w miłości (33, 34) – telen. 13.25 Agenci NCIS 18 (11, 12) 15.15 Lekarze na start (33, 34) – obycz., Pol. 16.45 Poirot 5 (3, 4) – serial krym. 19.00 Premiera: Zatraceni w miłości (35, 36) – telen. 21.00 Sprawy pana Booka (3) – krym. 22.10 Projekt Błękitna Księga (7) 23.05 Zatraceni w miłości (35, 36) 1.10 Sprawy pana Booka (3) 2.05 Projekt Błękitna Księga (7) 2.50 Lekarze na start (33, 34) 4.50 Zatraceni w miłości (35, 36)

KINO POLSKA

- 6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) - serial dok., 2022
6.55 Polska Kronika Filmowa - serial dokum.
7.25 Bolek i Lolek - anim.
7.45 Reksio - serial anim.
8.05 Siedem życzeń (6, 7) - serial przygodowy
10.45 Podróż za jeden uśmiech - przyg., 1972, wyk. Alina Janowska, 100 min
12.25 To nie ze mną (6, 7) - serial obyczajowy, 2022
13.55 Żegnaj, Ameryko! - film obyczajowy, Niem./Pol. 1994, 120 min
15.55 Jeśli serce masz bijące - dram. psychologiczny, 1980, 125 min
18.00 Cztery pancerni i pies (7, 8) - serial wojenny, 1966

TVP SERIALE

- 5.25 Rodzinka.pl (101, 102) - serial komediowy, Pol.
6.25 Na sygnale (484, 485) - serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (34) - serial kryminalny, Pol.
8.35 Komisarz Alex 2 (23)
9.25 Rodzinka.pl (103)
10.00 Klan (1450, 1451)
10.55 Ranczo 8 (101, 102)
12.35 Komisarz Alex 2 (24)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (385, 386) - serial krym.
15.35 Komisarz Alex 2 (25) - serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (486, 487) - serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (103, 104) - serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (387) - krym., Pol. 2023
20.25 Ojciec Mateusz 3 (35) - serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

- 6.05 Bianca 3 (3, 4) - serial kryminalny, Włochy 2025
8.25 Morderstwo w Larzac - film kryminalny, Francja 2020, reż. Franca Florence Pernel, Guillaume Cramoisan, Lola Dewaere, 120 min
10.25 Mentalista (5-8) - serial kryminalny, USA 2008
14.05 Bianca 3 (5, 6) - serial kryminalny, Włochy 2025
16.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul - film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, Jeremy Banster, Myra Bitout, Nathalie Roussel, 125 min
18.20 Mentalista (9-12) - serial kryminalny, USA

TVN FABUŁA

- 5.10 Szkoła (780) - paradok.
6.00 Superbohaterowie (6)
6.30 Numerek z Dorotą
6.45 Zakochani po uszy (89, 90) - telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (77-80) - serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (12) - serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (69) - serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (35, 36) - telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (11) - serial obycz., Pol. 2013
14.55 Detektywi - fab.-dok.
16.00 Seriale: rozmowy 2 (1) - magazyn
16.45 Nowe przygody Aladyna - komedia, Fr./Bel. 2015, 135 min
19.00 Szpital św. Anny (70) - serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

- 5.25 Zakochaj się w Polsce (173) - magazyn
6.00 Na dobre i na złe (989) - serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (74) - obycz.
7.55 Rodzinka.pl (221, 222) - serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (264) - krym., Pol. 2018
9.50 Ojciec Mateusz 21 (265) - krym., Pol. 2019
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1058) - teleturniej
11.20 Na sygnale (652, 653) - serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (77)
13.20 Komisarz Alex 4 (41)
14.15 Ranczo 7 (81, 82)
16.10 Polska śródziemnomorska (1) - mag. kulin.
16.40 Operacja zdrowie (80)
17.10 Okrasa lamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży

STOPTLATKA

- 6.00 Złoty interes (7) - rozr.
6.50 Wojciech Czajkowski - bosy przez świat - cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (220, 147) - mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) - serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (4, 5) - serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) - serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (9, 6) - serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (7) - serial sensacyjny, USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada - reality show
19.10 Auksja w ciemno 2 (7, 8) - serial dok., USA

SENSACYJNY



- 20.00 Ekstradycja 3 (5, 6) - Skorumpowany minister ujawnia nazwiska urzędników, których podpisy są potrzebne do przejęcia przez Geobank PKiN-u. 140 min
22.20 Misja Afganistan (10)
23.20 Dzień świra - komediodramat, 2002, 125 min
1.35 Supermarket - thriller, 2012, 95 min
3.10 Obudź się - dram.
5.00 Moja - film krótkometr.

OBYCZAJOWY



- 21.30 Ranczo 9 (105, 106) - Książd pod okiem Michałowej przygotowuje się do pracy w kurii. Zderzany duchowny boi się, że nie podola nowym obowiązkom. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 30 (388) - krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (3) - serial obycz., Polska
1.20 Erynie (6, 7) - krym.
3.15 Wojna zastępcza (11)
4.05 Klan (1450) - telen., Pol.
4.35 Pan Mama (23) - kom.

KRYMINALNY



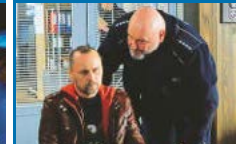
- 22.00 Niewidomy detektyw (5) - Austria/Niemcy 2021 - Alex zostaje poproszony o przeprowadzenie śledztwa w sprawie morderstwa powiązane go z atakiem, w którym stracił wzrok. 115 min
23.55 Bellefoul (1) - serial kryminalny, Francja 2022
2.00 Morderstwo na Archipelagu Frioul - film kryminalny, Francja 2021, 125 min
4.05 Bianca 3 (5, 6) - serial kryminalny, Włochy 2025

KOMEDIA



- 20.00 Ocean's Thirteen (FILM) - USA 2007 - Danny (George Clooney, zdj.) i jego kumple planują zemstę. Ich ofiarą ma zostać Willy Bank, właściciel kasyno. 160 min
22.40 List w butelce (FILM) - melodramat, USA 1999, 150 min
1.10 Stacja Warszawa (FILM) - film obyczajowy, Polska 2013, 100 min
2.50 Szkoła (746) - paradok.
3.35 Ukryta prawda (1367, 1368) - paradok.

KRYMINALNY



- 18.20 Ojciec Mateusz 25 (320) - Polska 2021 - Wierna zapisała w testamencie swój dom na rzecz Kościoła. W willi dochodzi do napasenia i do akcji musi wkroczyć policja. 60 min
19.20 Ranczo 7 (87) - obycz.
20.10 Rodzinka.pl (287, 288) - serial komediowy, Pol.
21.25 Ojciec Mateusz 32 (412) - krym., Pol. 2024
22.20 Człowiek w żelaznej masce - kostium., Wik. Bryt./USA 1998, 145 min

SENSACYJNY



- 20.00 Najlepsi z najlepszych (FILM) - USA 1989 - Tommy (Phillip Rhee, zdj.) trenuje z reprezentacją USA do mistrzostw w taekwondo. Mierzy się z koszmarami po śmierci brata. 120 min
22.00 Czas zemsty - film sensacyjny, USA/Aruba 2003, 110 min
23.50 Naczelną dowódca (FILM) - sens., USA/Wik. Bryt./Filipiny 2019, 120 min
1.50 Konsul - komedia krym., FILM Polska 1989, 150 min

CANAL+ PREMIUM

- 12.55 To nie jest zagadka kryminalna (3) 13.55 Zapalęcy. Historia polskiego filmu animowanego 15.25 Call me lala 15.50 Saga „Zmierzczi”: Zamknięcie - film fantasy, USA 2010 17.50 Premierowa jazda - magazyn 18.05 Łapu capu 18.10 Mamma Mia! Here We Go Again - komedia muzyczna, USA/Wik. Bryt./Chiny 2018 20.00 Kontyngent (2) - wojenny 20.45 Smashing Machine - dram. biograficzny, USA 2025 22.45 Protector - dram. sens., USA 2025 0.20 Franz Kafka - dram. biograf., Czechy/Polska/Niemcy 2025

CANAL+ FILM

- 10.25 Kiler - kom. sens., Pol. 1997 12.05 Łapu capu - rozr. 12.10 Charlie Chaplin: duch wcielony 13.40 W kogo ja się wzrośliem? - film obycz., Pol. 2001 14.40 L.A.R.P. Miłość, trolle i inne czasy - kom., Pol. 2025 16.20 Morderstwo w ambasady - krym., Wik. Bryt. 2025 17.45 Hollywood Buzz 18.10 Kopnięci w czasie - komedia, Fr./Bel. 2025 19.55 Łapu capu 20.00 Kuracja - czarna komedia, USA 2024 21.40 Opetany - horror, Włochy/USA 2023 23.00 Pila - thriller, USA 2004 0.40 Wrooklyn Zoo - dram. obyczajowy, Polska 2024

FILMBOX+ ONE

- 6.30 Robin z Sherwood (5, 6) - przyg. 8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (1) 9.50 Panna Scarlet i komisarz 3 (1) 11.00 Panna Marple: 4:50 z Paddington - film kryminalny, USA 2004 13.05 Poirot - krym. 15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) - krym. 16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (2) 17.50 Poirot (1, 2) 20.00 Porachunki - kom., USA/Fr. 2013 22.15 American Pie - kom., USA 1999 0.10 Carrie - horror, USA 2013 2.40 Mów mi Vincent - komediodramat, USA 2014 4.55 Klasyka krótkich animacji - filmy anim.

COMEDY CENTRAL

- 7.00 Dwóch i pół 5 (7-10) - kom. 8.55 Przyjaciele 7 (7-12) 11.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) 12.50 Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) 14.30 Dwóch i pół 5 (11-14) - kom. 16.30 Przyjaciele 7 (13-18) - kom. 19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10) - kom. 22.00 The Office PL 3 (3, 4) - kom. 23.05 Comedy Club 6 (1, 2) - pr. rozr. 0.05 Miasteczko South Park 2 (11, 12) 1.00 Pracoholicy 3 (11, 12) 2.00 Śmieśnij nie będzie 6 (15, 16, 14) 3.15 Miasteczko Club Park 2 (8-10) 4.20 Comedy Club 7 (10-12) - rozr. 5.35 Comedy Club 8 (1)

HBO

- 9.55 Harry Potter i Czara Ognia - film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2005 12.30 P.S. Kocham Cię - melodramat, USA 2007 14.35 Pan Popper i jego pingwiny - komedia, USA 2011 16.10 Lombard - dram. obyczajowy, USA 2024 17.40 Kompletnie nieznanzy - dram. biograficzny, USA 2024 20.00 Sisu: Droga do zemsty - dram. wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025 21.30 Ród smoka 3 (3) - fanta-zy 22.30 Agentka - komedia, USA 2015 0.30 Królowa ringu - film biograficzny, USA 2024

FX

- 9.00 Z archiwum X 2 (21) - serial s.f. 10.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) - krym. 11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) - krym. 13.45 Agenci NCIS 10 (8, 9) 15.35 Premiera: Skymed 2 (5) 16.30 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) 18.20 Z archiwum X 2 (22) 19.15 FBI 4 (9) 20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) - krym. 22.00 Premiera: Matlock (14) 22.55 Z archiwum X 2 (22) - s.f. 23.55 Twardza - thriller, USA 1996 2.30 Agenci NCIS 10 (9) 3.15 CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15)

CANAL+ 360

- 12.55 Hot Roads - Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) 14.00 Wykrywacz historii 4 (3) - dok. 15.00 Grip - w świecie supersamochodów (5) - dok. 16.00 Supersamoloty bojowe 11 (4) - dok. 17.00 Zholowani: ciężarówkami w opalach 9 (2) - dok. 18.00 Porzucone konstrukcje (7) - dok. 18.55 Wykrywacz historii 4 (2) - dok. 19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówkami w opalach 9 (3) 20.50 Co poszło nie tak (3) - dok. 21.50 Grip - w świecie supersamochodów (6) - dok. 22.50 Supersamoloty bojowe 11 (2)

BBC FIRST

- 8.35 Lewis 5 (1) - serial krym. 9.40 Ojciec Brown (2) - krym. 10.40 Śmierć pod palmami (3) 11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (4) 12.55 Death Valley (3, 4) 15.00 Ojciec Brown (7) 16.00 Lewis 5 (1) 17.00 My Life is Murder 3 (1) 18.00 Morderstwa w Midsomer 21 (3) 19.55 Śmierć pod palmami (4) - krym. 21.00 McDonald i Dodds 2 (3) 22.55 Na niebieskich świątkach 3 (3, 4) 1.05 Death Valley (4) - kom. 2.05 Morderstwa w Midsomer 21 (3) 4.00 My Life is Murder 3 (1) 4.45 Moja rodzinka 2 (10)

ROMANCE TV

- 10.30 Faceci kumają, kobiety myślą - komedia, Niem. 2011 12.15 Toni - akuszer. Władza i ciąża - film obycz., Niemcy 2023 14.20 Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca - komedia obyczajowa, Niemcy 1997 16.15 Lena Lorenz: Kruche szczęście - dram. obycz., Niemcy 2021 18.05 Górski lekarz (144, 145) - serial obycz. 20.00 Zabojeństwo nad Morzem Wattowym - komedia kryminalna, Niem. 2023 21.55 Pokój ze stajni: Teściowa na horyzontcie - komedia, Niemcy 2021 23.50 Górski lekarz (144, 145)

FILMBOX+ HITS

- 10.45 Rok, w którym Dolly Parton była moją mamą - komediodramat, Kanada 2011 12.30 Weekend z królem - dram. biograf., Wielka Brytania 2012 14.15 Ostatnia rzecz - dram. obycz., USA 2018 16.00 Wykrętały - komedia romant., Rosja 2010 17.55 Robin Hood: Początek - przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018 20.00 Druga strona miasta - dram. obyczajowy, USA 2020 21.45 Niewygodna prawda - dram. biograf., Australia/USA 2015 0.00 Jazda bez zasad - thriller, USA 2018

TV 6

- 8.55 Kobra - oddział specjalny (24, 25) - serial sens., Niem. 10.55 48h. Zaginieni (142-144) - krym. 13.55 Policjantki i Policjanci (1198) - obycz. 14.55 Uroczysko (41, 42) - krym. 16.00 Kobra - oddział specjalny (26, 27) - sens. 18.05 Strzałny Teksasu (10, 11) - serial sens. 20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194) 21.55 Czarna lista 2 (23) - krym. 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (707, 708) 1.00 Kości (107, 108) 3.00 Cobra Kai (27, 3) 3.35 Septagón (2, 3) 5.45 Teleskopy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

- 9.25 Policyjna grupa pościgo-wo 16 (4) - dok., Wik. Bryt. 10.30 Chłopcy świat - dram. obyczajowy, USA 1993 13.00 Czarodziejki 3 (11, 12) 15.00 Pingwiny z Madagaskaru 15.30 Szpiezy tacy jak my - komedia sens., USA 1985 17.50 Szybki jak błyskawica - dram. sensacyjny, USA 1990 20.00 Cast Away: Poza świa-tem - dram. przyg., USA 2000 23.05 Ojciec chrzestny: Epilog - Śmierć Michaela Cor-leone - dram. krym., USA 2020 1.5 Immortals. Bogowie i herosi - film fantasy, USA 2011

TVN 24
6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Rozmowa Piaseckiego - pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes - pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes - pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes - pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes - pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes - pr. publicyst.
15.00 15 na żywo - magazyn informacyjny
16.00 Fakty po południu - program informacyjny

TLC
6.00 Salon sukien Słubnych: Beneluks (5, 6) - program rozrywkowy.
7.00 Suknie ślubne dla pustyżystych - pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 - dok.
9.00 Poligamiści żony 4 - serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 - reality show
11.00 Wiza na miłość: żonowu do wzięcia. Między sporami
13.00 Dr Pryszczyla 4 - dok.
15.00 Wiza na miłość 11
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (7) - serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: rajska romans 4 - reality show
20.00 Twarz od nowa - dok.

TVN STYLE
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5) - reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (3) - serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Śluby marzeń (3) - program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry LIVE wakacje - magazyn
11.20 Ugotowani (7, 8) - pr. kulin. -rozrywk., Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) - program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3, 4) - reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (2) - serial dokumentalny
17.40 Kuchenne rewolucje (14, 1, 2) - program rozrywkowy

Discovery DISCOVERY CHANNEL
7.00 Budowa na końcu świata - serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbow 7 - serial dok.
10.00 Klan z Alaski - dok.
11.00 Przetrwac nad Jukonem - serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (7) - serial dokum.
13.00 Pojedynki Eda Stafforda (1) - dok.
14.00 Nagi instykt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (6)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą - serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (4) - dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (14) - program rozrywkowy

NATIONAL GEOGRAPHIC
10.00 Mega Metro (2) - dok.
11.00 Piemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (3)
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dzicy (7) - serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (6) - dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (12, 13) - serial dok.
17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (1) - film dokumentalny, USA 2020
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (1) - dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (6) - dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (9) - serial dokumentalny

FOKUS TV
6.00 Wehikul czasu (708) - program informacyjny
6.05 48h. Zaginieli (62) - serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy - Francja 1994
8.55 Wehikul czasu (708)
9.00 Starożytni kosmici (2) - serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (11, 12) - reality show
12.00 I wojna światowa w liczbach (3) - dok.
13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) - serial dokum.
14.00 Tajne akta nazistów (5, 6) - serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (12, 13) - serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (14, 15) - serial dokum.
20.00 Galileo (25) - program popularnonaukowy

PUBLICYSTYCZNY
18.00 Tak jest Prowadzący przedstawia wydarzenia z areny politycznej, które wzbogacają uwagi komentatora. 75 min
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i - pr. publ.
20.20 Fakty o świecie - inf.
21.00 Polska i świat - inf.
22.00 Szkoło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu - mag.
0.25 Biznes - pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach - inf.
2.40 Kropka nad i - pr. publ.

DOKUMENTALNY
21.00 Skórze na ratunek 8 Chris ma 120 narośli. Jakki walczą z zacierzeniem i opuchlizną na twarzy. 60 min
22.00 Premiera: Moje paranoje - wydanie specjalne 2 - serial dok.
23.00 Moje koszarne stoje 2 - serial dokum.
0.00 Dr Pryszczyla - kulisy - serial dokumentalny
1.00 Twarz od nowa - dok.
2.00 Skórze na ratunek 8
3.00 Moje paranoje - wydanie specjalne 2

DOKUMENTALNY
20.50 Jestem z Polski (14) Alicja mieszka w hiszpańskim mieście Torrevieja. Prezentuje m.in. główny plac miejscowości, starą kamienną wieżę oraz molo. 60 min
21.50 Jestem z Polski 16 (22)
22.50 Hotel Paradise 6 (24)
23.50 Ślub od pierwszego wejżenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (6) - program rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (5) - serial dokumentalny
2.55 Dieta czy cud? (5, 6)

DOKUMENTALNY
19.00 Złomowisko PL 3 (3-5) Krzykacz i Edek, chcąc zarobić na starej maszynie rolniczej, powodują pożar. Kasia zamierza ofiarować domowi opieki mały prezent. 180 min
22.00 Premiera: Nagi instykt przetrwania: Mistrzostwa świata
0.00 Od samochodu do domu 2 - mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga - serial dokumentalny
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki - serial dokum.

DOKUMENTALNY
21.00 Ukryte pod miastami (6) Włoscy naukowcy badają tunele. W Niemczech robotnicy trafiają na groby. W Londynie archeolodzy odsłaniają fundamenty bazyliki. 60 min
22.00 Inżynieria po katastrofie (2) - dok.
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (2)
0.00 Katastrofa w przestworzach (2)
1.00 Ciemna strona świata (5) - serial dokumentalny

DOKUMENTALNY
21.00 Symbole zła - Niemcy 2020 Historia symboli, które pierwotnie miały pozytywne znaczenie, a z czasem zostały przejęte przez ideologię totalitarne. 60 min
22.00 Zaginięcie złoto II wojny światowej (5, 6) - serial dokumentalny
0.00 Starożytni kosmici (9) - serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) - serial dokum.
5.00 Kolowrotek (3, 4)

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 12.45 Pogoda
12.50 Wydarzenia 12.50 13.30 W rytmie dnia - serwis informacyjny 13.55 Pogoda
14.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 14.55 Pogoda
15.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda
15.50 Wydarzenia 15.50 16.10 Wiecej „Wydarzeń” - pr. publ.
16.30 Punkt widzenia Jankowskiego - publ.
18.00 Punkt widzenia Szubartowicza - publ.
19.15 Gość „Wydarzeń” - pr. publ.
19.50 Debata Gozdry - publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie - inf.

CANAL+ KUCHNIA
12.30 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) - serial dok.
13.25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (3)
13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (3)
14.50 U sasiada w kuchni 12 (11, 12)
15.45 Z pola na stół (7) - dok., Kan.
16.15 Jelitka w móżg (6)
16.40 Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (5, 6, 15, 16)
18.30 Tajemnice indyjskich smaków (1)
18.55 M jak mięso (3, 4)
19.50 Nie bój ryby! (3)
20.15 Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (13, 14)
21.20 Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 8 (2-4)
23.55 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (2)

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki - obycz. 8.00 Co ludzie powiedzą - kom.
9.25 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show
12.30 Bogaty dom - biedny dom - reality show
14.30 10 lat młodszą w 10 dni - pr. rozr.
16.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show
18.00 Nasz nowy dom - reality show
20.00 Kolacja w ciemno - pr. rozr.
21.05 Wiezienie kobiet - dok.
22.00 Rolniczki - serial dokum.
23.00 Gry małeżskie - reality show
1.00 Kolacja w ciemno - pr. rozrywk.
3.05 Wiezienie kobiet - dok., Pol.
4.00 Zdrady - paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykle rzeczy - niezwykle wynalazki (13, 15, 17, 18) - dok.
8.00 Autostrada spotkań z UFO - dok.
11.00 Kosmiczna mapa skarbow - dokum.
13.00 Podziemne sekrety - dok.
15.00 NASA - archiwum tajemnic 18.00 Zwykle rzeczy - niezwykle wynalazki (2) - dok.
18.30 Zwykle rzeczy - niezwykle wynalazki (6) - dok.
19.00 Zwykle rzeczy - niezwykle wynalazki (4-6, 8) - serial dokum.
21.00 Śladami Wielkiej Stopy - dok.
23.00 Zaginięcie miejsca (3) - dok.
1.00 NASA - archiwum tajemnic - dok.
4.00 Podziemne sekrety - dok.

TVP DOKUMENT
11.05 Magiczny Adriatyk (2)
12.05 Korona Gór Polski 2 (9)
12.40 Kto rzuci światem? (1) - dok.
13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (1)
14.45 Rajska zakątki Europy (3) - dok.
15.40 Fale gorąca 16.40 Magiczny Adriatyk (3)
17.45 Sanatorium miłości 4 (8)
18.45 Bohdan Smoleń. W cieniu sceny
21.00 Kto rzuci światem? (2)
21.05 Podróż pelikanów - tajemnica australijskiego outbacku
22.05 Niebezpieczne drogi (3)
23.10 Barbara Włodarczyk zaprasza - mag.
23.15 Tajwan. Niedziwialny naród
0.25 Sanatorium miłości 4 (7)

PLANETE+
11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (3) - dok., Fr. 2023
12.35 Dzikie iberjskie opowieści (1) - dok.
13.45 Targowiska świata (2) - serial dok.
14.45 Zaginięcie światy (3) - dok., Fr.
15.50 Niezwykłe podróże kolejną 9 (1)
16.55 Świat zawarł w obrazie (3) - dok.
18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (68, 69) - serial dok.
18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (2) - dok.
19.45 Organizacja renowacji
20.50 O wolny Tybet. Głosy wygnanych - dok., Fr. 2024
21.55 Czy warto pościć?
23.10 Premiera: Adonis
0.20 Niezwykłe podróże kolejną 9 (2) - dok., Fr.

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie
18.30 Fakty o świecie
19.00 Fakty
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i
20.20 Fakty o świecie
21.00 Rozmowy dnia
21.40 24 godziny
22.55 Fakty o świecie
23.35 Polska i świat
0.35 Fakty po Faktach
WYDARZENIA 24
18.00 Wydarzenia, pogoda
18.50 Wydarzenia 18.50
19.15 Gość „Wydarzeń” - pr. publicyst.
20.00 Wydarzenia
21.00 Wydarzenia, pogoda
21.40 Pogoda
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.25 Pogoda - pr. inf.

TVP 3
12.00 Telekurier
12.30 Górna polka smaku
13.00 Agrobiznes
13.20 Agropogoda
13.30 Daję słowo - Maciej Orłoś
14.30 Program informacyjny
14.30 14.50 Pogoda
15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego
15.20 Serwis Inf Dzień - inf.
15.30 Program lokalny
19.30 Z indeksem w rękę (3) - mag.
19.45 Kryminalna siódemka
20.00 Dziennik regionów
20.10 Pogoda
20.13 Gość Regionów
20.30 Telekurier
21.00 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.20 Pogoda
22.30 Złoty chłopak (190) - obycz.

HGTV
11.05 Usterka 11 (14, 15) - serial fabularno-dokum.
12.31 Mój miasto, mój dom 8 (9, 10) - pr. rozr.
14.30 Mieszkanie na miarę 4 (3, 4) - rozr.
16.30 Polowanie na ogród 2 (8)
17.00 Polowanie na ogród 3 (1, 2)
18.10 Złoty remont 4 (4)
19.05 Będzie pięknie (8) - rozr.
20.05 Dorota inspirowa (4) - reality show
21.00 Dorota was urządzi! (1, 2)
22.30 House Hunters - Poszukiwacze domów 9 (7, 8)
23.35 House Hunters - Poszukiwacze domów 10 (1, 2)
0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (2, 3) - dok.

TVP KOBIECIA
12.00 Okrasa łamie przepisy
12.30 Złotowa apteka (6)
12.45 Przepis dnia (87) - mag.
13.00 Na dobre i na złe (578)
14.00 Omnibus - szybcy i mądry (16)
14.35 Omnibus - szybcy i mądry - dogrywka (16) - tel.
15.00 Piękno, zgłoś się! (2)
15.30 Ojciec Mateusz (7, 8)
17.25 Najwspanialsze ikony natury (4) - dok.
18.30 Gabi Drzewiecka zaprasza (5)
19.30 Miłość i nadzieja (298) - tele.
20.30 Wichrowe wzgórze (279)
21.30 La Promesa - pałac tajemnic (269)
22.30 Zwerbowana miłość - sens., Polska 2009

BBC EARTH
10.10 Życie na pustkowiu: powroty 4 (1)
11.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) - dok.
12.10 Malownicze trasy kolejowe 2 (6) - dok.
13.10 Mroźna planeta 2 (5) - dok.
14.15 W okowach mrozu 3 (13, 14)
16.20 Cywilizacja: rozkwit i upadek (4)
17.40 Dziewicze zakątki Ziemi (6)
18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (4) - dok.
19.45 Pociągami przez starożytną Grecję (3) - dok.
20.55 W okowach mrozu 3 (15, 16) - dok.
22.55 Człowiek: historia ewolucji (1)
0.10 Skarby przeszłości i ich tajemnice (2)

HISTORY
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (6)
14.50 Najwiksze tajemnice świata 6 (16)
15.45 Gwiazdy lombardu 13 (5)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (4) - reality show
17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (2) - serial dok.
18.10 Najwiksze tajemnice świata 6 (5) - dok.
19.05 Starożytni kosmici 17 (9) - dok.
20.00 Starożytni kosmici 16 (2) - dok.
21.00 Premiera: David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (5)
22.00 Premiera: Jak to wyjaśnić? 5 (18)
23.00 Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1) - serial dokumentalny

## POLSAT SPORT 1

**7.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska  
**9.00 Polsat Mundial Cast** – magazyn piłkarski  
**10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska  
 Biało-Czerwone nie mają szczęścia w starciach z reprezentacją Turcji. Dwa ostatnie mecze zakończyły się porażkami 2:3. 60 min  
**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy  
**12.00 Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy  
**14.30 Tenis:** Turniej Wimbledon **LIVE** – ćwierćfinał  
**16.30 Tenis:** Turniej Wimbledon **LIVE** – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej



**TENIS**

**18.30 Turniej Wimbledon** **LIVE** – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej  
 Jelena Rybakina (zdj.) ma w dorobku triumf na Wimbledonie z 2022 roku, jednak w ubiegłorocznej edycji odpadła już w 3. rundzie. 150 min  
**21.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej  
**1.00 Boks**

## EUROSPORT II

**6.30 Snooker:** Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu  
**8.30 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap  
**9.45 Cycling Essential Stories** – mag. sportowy  
**10.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały  
**11.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały  
**12.00 Kolarstwo górskie:** Zawody PS w La Thuille  
**13.00 Kolarstwo:** Tour de France – 4. etap  
**13.45 Kolarstwo:** Tour de France – 5. etap  
**18.15 Race bikes** – mag.  
**18.45 Formula E:** ePrix Chin – podsumowanie



**SNOOKER**

**19.45 Turniej Scottish Open** – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu  
 Chris Wakelin (zdj.) stoi przed szansą na pierwszy w karierze triumf w Edynburgu. 75 min  
**21.00 Biegi górskie:** GT World Series – Quebec – podsumowanie  
**21.30 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały  
**22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 5. etap

## TVP SPORT

**6.00 Strongman:** PP – Polkowice 2026  
**7.00 Koszykówka mężczyzn:** Eliminacje mistrzostw świata: Francja – Finlandia  
**9.00 Mundialowy poranek** (27) – magazyn piłkarski  
**10.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/8 finału  
**12.30 Piłka nożna kobiet:** ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz półfinałowy  
**14.35 Piłka nożna kobiet:** ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz półfinałowy  
**16.35 Dzień na mundialu** (27) – magazyn piłkarski  
**17.20 Piłka nożna:** ME U-19 **LIVE** – Walia 2026 – półfinał  
**19.35 Sportowe ABC** – mag.



**PIŁKA NOŻNA**

**19.50 ME U-19 – Walia** **LIVE** 2026 – półfinał  
 W ubiegłym roku do najlepszej czwórki awansowała reprezentacja Hiszpanii. 140 min  
**22.10 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału  
**23.05 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie  
**1.15 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie  
**3.15 Boks:** Gala w Leeds: S. Hickey – A. Venko

## CANAL+ SPORT

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Arka Gdynia  
**8.20 Premier League Stories** (25) – mag.  
**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico Madryt  
**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Valencia CF  
**13.30 Magazyn PGE Ekstraklasa** – magazyn żużlowy  
**15.05 Ligomistrzowe historie** (3): Manchester United 1998/99  
**16.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico Madryt  
**18.15 Magazyn PGE Ekstraklasa** – magazyn żużlowy



**MAGAZYN**

**20.00 Premier League Stories** (48)  
 Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, legend, a także sędziów jednej z największych lig na świecie. 45 min  
**20.45 Żużel:** PGE Ekstraklasa – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra  
**23.50 Liga+ Extra** – mag.  
**2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze

## ELEVEN SPORTS 1

**6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.** – magazyn piłkarski  
**6.45 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski  
**7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Eintracht Frankfurt  
**9.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan  
**11.00 Formula 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**12.30 Formula 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**13.40 Made in Italy** (18) – magazyn piłkarski  
**14.00 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC



**PIŁKA NOŻNA**

**18.00 Liga niemiecka** – mecz: Werder Brema – Bayern W trzech ostatnich spotytkach z Bayernem ekipa Werderu straciła łącznie 12 goli, nie strzelając przy tym nawet jednej bramki. 120 min  
**20.00 Made in Italy** (19, 12)  
**20.40 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**22.40 Bundesliga Special** (21) – magazyn piłkarski  
**23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.

## TVP ABC

**10.00 Zagadki zwierzomadki** (16) – mag.  
**10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat** – serial anim.  
**10.45 Rodzina Treffiaków 2**  
**11.10 Odo** – serial animowany  
**11.35 Stacyjkowo** – anim.  
**11.55 Pszczołka Maja** – anim.  
**12.25 Domisie**  
**13.00 Przyjaciele** (3)  
**13.20 Trzy łęczące Królestwo** – anim.  
**13.45 Świnka Peppa 7**  
**14.10 Pajak Lucas 2** – anim.  
**14.30 Oli i Luna** – serial anim.  
**14.55 Oktonauci** – serial anim.  
**15.20 Czeszc, czy mogę Cię zjeść?** (12) – mag.  
**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem**  
**16.05 Pat i świat** – serial anim.  
**16.35 Rev i Roll** – serial anim.  
**17.05 Pszczołka Maja** – anim.



**ANIMOWANY**

**17.30 Petronix: obrońcy zwierząt** (23, 24)  
 Czwórka przyjaciół i ich mali towarzysze organizują misję ratunkową, gdy jakiś zwierzątek ma kłopoty. 30 min  
**18.00 Mała Marinette**  
**18.30 Leo da Vinci 2** – anim.  
**19.00 Prys i Bill** – serial anim.  
**19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia**  
**19.25 Piotrusz Królik** – anim.  
**19.50 Wegezaury 2** – anim.  
**19.55 Lupin wśród bajek**  
**20.10 Grizzy i lemingi**

## POLSAT SPORT 2

**5.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Belgia – Dominikana  
**8.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Tajlandia – USA  
**12.05 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Japonia – Brazylia  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet  
**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet  
**18.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**1.00 Sporty walki:** FEN

## EUROSPORT 2

**13.00 Snooker:** Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu  
**15.00 Wspinaczka:** World Series w Pradze – bouldering kobiet i mężczyzn  
**17.00 Wspinaczka:** Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały  
**18.00 Snooker:** Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu  
**19.30 Race bikes** – magazyn kolarski  
**20.00 Kolarstwo:** Tour de France: Lannemezan – Pau  
**22.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Pekin 2008 – mag.  
**23.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Londyn 2012 – mag.

## TVN TURBO

**10.15 Ciężarówka przez RPA** (6)  
**11.15 101 napraw 5** (1, 2)  
**12.15 Jeździć, obserwować** (4) – dok.  
**13.00 Mobilni mechanicy** (11, 12) – mag.  
**14.30 Zawodowi handlarze** (4, 8) – rozr.  
**16.00 Wojny samochodowe** (6, 7)  
**18.00 Raport Turbo** – inf.  
**18.15 2. drugiej rejki** (3, 4) – mag.  
**19.45 Moto Kombat** (2) – mag.  
**20.30 Zawodowi handlarze** (8)  
**21.15 Naprawy nie do naprawy** (3)  
**22.00 Raport Turbo** – inf.  
**22.15 Jeździć, obserwować** (9, 10) – dok.  
**23.45 Duda kontra Szafrański** (1)  
**0.30 Nauka jazdy** (25)  
**1.00 101 gadzetów motoryzacyjnych** (5)

## CANAL+ SPORT 5

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lech – Górnik Zabrze  
**9.00 Żużel:** PGE Ekstraklasa – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra  
**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**16.45 Premier League Stories** (3) – magazyn piłkarski  
**17.30 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**22.15 Górnik.** Chłopcy z Zabrze (3) – serial dok.  
**23.15 Boks:** Gala w El Paso: S. Han – H. Holm  
**0.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Legia – Arka Gdynia  
**3.00 Przerwa techniczna**

## ELEVEN SPORTS 2

**8.50 Bundesliga Special** (18, 20) – mag.  
**10.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Metz  
**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: BVB – Bayern  
**14.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter  
**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Bayern – Eintracht Frankfurt  
**18.00 Formula 1**  
**20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Sassuolo – Inter  
**22.00 Made in Italy** (14-17) – mag.  
**23.00 Bundesliga Special** (22) – mag.  
**23.30 Ligue 1 Show** (35)  
**0.00 Piłka nożna:** Liga francuska – mecz: Stade Rennais – PSG

## NICK JR.

**13.11 Świnka Peppa**  
**13.40 Barabapa i jego rodzinka**  
**14.35 Zwierzęce zagadki**  
**15.05 Rogata ekipa 2** (15)  
**15.34 Świnka Peppa 2**  
**15.56 Świnka Peppa 7**  
**16.00 Świnka Peppa 5**  
**16.11 Świnka Peppa 2**  
**16.16 Świnka Peppa 5**  
**16.35 Psi Patrol 4**  
**17.05 Rubble i jego ekipa 2** – anim.  
**17.30 Pan krokodyl 2** – anim.  
**17.55 Barabapa** – szczęśliwa rodzinka – serial anim.  
**18.10 Barabapa i jego rodzinka 2**  
**18.40 Dora 2**  
**19.00 Przygody Misia Paddingtona**  
**20.07 Świnka Peppa**  
**20.30 Male Królestwo Bena i Holly**  
**20.55 Barabapa i jego rodzinka**

## POLSAT SPORT 3

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**10.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Ukraina – Włochy  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej  
**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**19.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**1.00 Sporty walki:** Babilon MMA

## CI POLSAT

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała** (3, 9, 10)  
**14.10 Morderca z internetu** (8, 9, 4)  
**15.05 Ferie, impreza, morderstwo** (4)  
**16.00 Pogrzebani za domem** (3)  
**(6)** 17.00 I nie opuścił mnie aż do śmierci 5 (3)  
**18.00 Z archiwum** 997 2 (8, 4)  
**19.00** Wody zbrodni: ślady DNA (10)  
**20.00 Kobiety, które niosły śmierć** 12 (6)  
**21.00 Chippendales: mroczne sekrety** (2)  
**22.00 Spowiedź seryjnego mordercy** (4)  
**23.00 Kroniki seryjnych morderców** – Zimny chirurg (1)  
**23.55 Kobiety, które niosły śmierć** 11 (7)

## POLSAT PLAY

**6.00 Budowlancy** (6)  
**6.30 Kolowrotek** (201)  
**7.00 Dorwać tunicyka** (6, 7)  
**9.00 Wojny magazynowe** (183, 184)  
**9.55 Wojny kontenerowe** (10, 11)  
**10.55 Hardkorowy lombard** (40-45) – dok.  
**14.00 Polacy za granicą** (149, 150)  
**15.00 Serial dok.**  
**16.00 Złomiarze** (33, 34)  
**18.05 Poszukiwacze historii** (159-162)  
**20.00 Zawód gлина** (1) – serial dok.  
**21.00 Złomiarze** (54) – dok.  
**22.00 Wzięcie** (219) – dok.  
**22.30 Łowca pedofilów** (244) – dok.  
**23.00 Wzięcie** (190-199) – dok.  
**4.00 Starożytni kosmici** (5, 6) – serial dok.

## DTX

**7.05 Fani czterech kólek** 9.10 Militarria na warsztach (4, 5)  
**11.10 Dwa oblicza survivalu** (1, 5)  
**13.10 Pogromcy kanałów**  
**15.10 Fani czterech kólek** 17.10 Absurdy drogowe (9-11)  
**18.40 Ale jazda!** (1)  
**19.10 Fani czterech kólek** – serial dok.  
**20.10 Niechciani w Gas Monkey** 21.10 Premiera: Królowie kempingu (3)  
**22.10 Militarria na warsztach** (5, 6)  
**0.10 Najszabsze posągi** Ameryki  
**2.10 Królowie asfaltu**  
**3.40 Metro po szwedzku** (5)  
**4.25 Śmigłowiec ratunkowy** – Kornwalla (6)  
**5.15 Drwal zawodowiec**

## ELEVEN SPORTS 3

**11.00 Bundesliga Special** (18, 16) – magazyn piłkarski  
**12.00 Piłka nożna:** Liga włoska: SSC Napoli – Sassuolo  
**14.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Olympique Lyon – OGC Nice  
**16.00 Ligue 1 Show** (36) – mag.  
**17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial** (5, 6) – mag.  
**18.00 Piłka nożna:** Liga włoska – mecz: Milan – Como  
**20.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Stuttgart – FC Köln  
**22.00 Piłka nożna:** Liga francuska: Paris FC – Lens  
**0.00 Bundesliga Dino** – dok.  
**0.45 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.**

## MINIMINI+

**14.03 Kicia Kocia 2**  
**14.22 Cloudy & Stormy**  
**14.45 Gazu, pieski, gazu!**  
**15.10 Baranek Shaun** – anim.  
**15.36 Jeżyk Happy** – anim.  
**15.55 Mały Charlie**  
**16.05 Mega Ekspres**  
**16.30 Ciekawski George**  
**6** 17.00 Tomek i przyjaciele 20 – anim.  
**17.25 Staś i fajna Babcia** – anim.  
**17.50 Moje urodziny**  
**17.56 Smery** – anim.  
**18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik**  
**19.05 Kicia Kocia 2**  
**19.25 Mały Charlie**  
**19.36 Jeżyk Happy**  
**19.52 Basia 2**  
**20.05 Wierszyki domowe**  
**20.35 Dolina Muminków 3** – anim.

FILMOWE HITY DNIA



22.00 TVN

# Rocketman



**DRAMAT BIOGRAFICZNY** Artysta zdobywa sławę. W jego życiu wznioły przeplatają się z upadkami.

Pochodzący z angielskiej prowincji Reginald Dwight od małego wykazuje zdolności wokalne i zachwyca grą na pianinie. Mimo braku wsparcia ze strony rodziców jako dorosły mężczyzna (Taron Egerton, zdj.) osiąga sukces pod pseudonimem Elton John. Wręcz ze sławą, pieniędzmi i uzna-

nieniem w jego życiu pojawiają się używki, rozpusta, wolna miłość, nieudane związki, a w efekcie poważne problemy osobiste. Twórca pogrąża się w nałogach. W końcu trafia na odwyk.

**INFO:** Wlk. Bryt./Kan./USA 2019, reż. Dexter Fletcher, wyk. Taron Egerton, Jamie Bell **150 min do godz. 0.30**



20.00 POLSAT

## Wpadka

**KOMEDIA** Alison (Katherine Heigl, zdj.) świętuje awans w klubie. Spędza upojone chwile z nieznajomym. Gdy odkrywa, że zaszła w ciążę, chce odnaleźć ojca dziecka. Okazuje się nim Ben (Seth Rogen, zdj.). **170 min**

USA 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Seth Rogen, Katherine Heigl, Paul Rudd, Leslie Mann



20.00 TVN 7

## Stażyści

**KOMEDIA** Dwaj koledzy po czterdziestce, Billy (Vince Vaughn, zdj.) i Nick (Owen Wilson, zdj.), tracą pracę. Po długich poszukiwaniach trafiają na staż. Rywalizują z bystrzejszymi od nich studentami. **165 min**

USA 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Max Minghella



20.00 TV PULS

## Kula w łeb

**KRYMINAŁ** Nowy Orlean. Zawodowy zabójca Bonomo (Sylvester Stallone, zdj.) i policjant Kwon (Sung Kang) zawierają sojusz w celu schwytania wspólnego wroga. Wpadają na trop afery korupcyjnej. **115 min**

USA/Indie/Szwajcaria 2012, reż. Walter Hill, wyk. Sylvester Stallone, Sung Kang, Sarah Shahi



20.00 TVN FABUŁA

## Ocean's 8

**KOMEDIA KRYMINALNA** Profesjonalna złodziejka Debbie Ocean (Sandra Bullock, zdj.) zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 milionów dolarów. W tym celu kompletuje zespół ekspertek. **145 min**

USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna



20.00 STOPKLATKA

## Podwodna pułapka

**THRILLER** Siostry Kate (Claire Holt, zdj.) i Lisa (Mandy Moore, zdj.) nurkują w specjalnej klatce do obserwacji rekinów. Dochodzi do awarii. Dziewczyny mają tylko godzinę na wydostanie się z pułapki. **115 min**

Wlk. Bryt./USA/Dominikana 2017, reż. Johannes Roberts, wyk. Mandy Moore, Claire Holt



21.35 CANAL+ PREMIUM

## Powrót do Silent Hill

**HORROR** James (Jeremy Irvine, zdj.) na prośbę byłej ukochanej wraca do Silent Hill. Odkrywa, że jego mieszkańcy zapadli na dziwną chorobę, a miasto opanowały potwory. Próbuje rozwiązać zagadkę tego miejsca. **105 min**

Fr./Wlk. Bryt./Niem./Serb./Jap./USA 2026, reż. Christophe Gans, wyk. Jeremy Irvine



21.55 TV PULS

## Pitbull. Ostatni pies

**SENSACYJNY** Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa kolegi. Despero (Marcin Dorociński, zdj.) wnika w szeregi ludzi Gawrona (Cezary Pazura). W wojnę włącza się również żona mafiosa. **145 min**

Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stróliński



22.30 TVP KOBIETA

## Powrót do tamtych dni

**DRAMAT OBYCZAJOWY** Alek (Maciej Stuhr, zdj.) powraca z USA, gdzie pracował. Chce nadrobić stracony czas z żoną (Weronika Książkiewicz, zdj.) i synem (Teodor Koziar, zdj.). Pogrąża się w nałogu. **120 min**

Pol. 2021, reż. Konrad Aksinowicz, wyk. Maciej Stuhr, Weronika Książkiewicz, Teodor Koziar



22.45 FILMBOX+ ONE

## 12 godzin

**SENSACYJNY** Will (Nicolas Cage, zdj.) wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik mężczyzny porywa jego córkę, żeby wymusić na nim zwrot łupu sprzed lat. **120 min**

USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, Danny Huston, Sami Gayle



22.50 POLSAT

## Mój chłopak się żeni

**KOMEDIA** Autorka poradników Julianne (Julia Roberts, zdj.) dowiaduje się, że jej przyjaciel Michael (Dermot Mulroney, zdj.) planuje ślub. Uświadamia sobie, że go kocha. Postanawia nie dopuścić do ceremonii. **130 min**

USA 1997, reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Cameron Diaz, Dermot Mulroney, Philip Bosco



23.00 TV4

## W jak morderstwo

**KOMEDIA KRYMINALNA** W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Magda (Anna Smołowik, zdj.), miłośniczka kryminałów, postanawia pomóc komisarzowi Sikorze (Paweł Domagała, zdj.) w śledztwie. **140 min**

Pol. 2021, reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Piotr Adamczyk



23.35 TVP KULTURA

## Ikar. Legenda Mietka Kosza

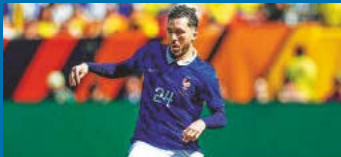
**DRAMAT BIOGRAFICZNY** Niewidomy pianista Mieczysław Kosz (Dawid Ogrodnik, zdj.) odnosi wielki sukces. Kariera nie przynosi mu jednak spełnienia. Swoje problemy stara się zagłuszyć alkoholem. **135 min**

Pol. 2019, reż. Maciej Pieprzyca, Ewa Brodzka, wyk. Dawid Ogrodnik, Cyprian Grabowski

## TVP 1 TVP 1 DVBT2

**5.50 Akacjowa 38** (893) – telen., Hiszpania  
**7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny  
**7.30 Pełnia wiary** – magazyn religijny  
**8.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**8.10 Pogoda Info**  
**8.20 Janosik** (8) – serial przyg., Polska 1973  
**9.15 Ranek 6** (77) – serial obycz., Pol. 2012  
**10.10 Komisarz Alex 7** (85) – serial krym.  
**11.05 Ojciec Mateusz 15** (196) – krym., Pol.  
**12.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**12.10 Agrobiznes** – magazyn rolniczy  
**12.30 Agropogoda**  
**12.40 To się opłaca** – magazyn  
**13.00 Sprawa dla reportera** – mag.  
**14.00 Złoty chłopak** (330) – serial obycz.  
**15.00 Serwis Info** – program informacyjny  
**15.10 Pogoda Info**  
**15.25 Gra słów. Krzyżówka** (1063) – telet.  
**16.00 Dziedzictwo** (973) – serial obycz.  
**17.00 Telexpress, pogoda**  
**17.25 Jaka to melodia?** – teleturniej muz.  
**18.05 Reportery** – magazyn reporterów  
**18.25 Akacjowa 38** (908) – telen., Hiszpania  
**19.30 Program informacyjny 19.30**  
**20.10 Sport, pogoda**  
**20.30 Ojciec Mateusz 30** (388) – krym., Pol.  
**21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa**  
**LIVE** świata 2026 – studio

## PIŁKA NOŻNA



**21.50 Mistrzostwa świata 2026**  
**LIVE** – mecz ćwierćfinałowy  
 Wielu kibiców nie wyobraża sobie, by w walce o awans do strefy medalowej zabrakło Francuzów. Trójkolorowi zagraли w finale dwóch poprzednich mundialów – w 2018 roku triumfowali, a cztery lata później musieli przelknąć gorzki porażki. 160 min

**0.30 Morderstwa w Cantal** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, 110 min

**2.20 Korczak** – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, 120 min

**4.20 Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny

## TVP 2 TVP 2 DVBT2

**4.30 Na dobre i na złe** – obycz., Pol. 2023  
**5.30 M jak miłość** (1790) – serial obycz.  
**6.20 Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny  
**6.55 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn  
**7.55 Pytanie na śniadanie** – magazyn  
**11.30 Rodzinka.pl** (36, 37) – kom., Pol. 2011  
**12.35 Kolo fortuny** (1884) – teleturniej  
**13.15 Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**14.05 Va banque** (1008) – teleturniej  
**14.35 Na sygnale** (872) – serial fabularno-dokumentalny, Polska  
**15.05 La Promesa – pałac tajemnic** (429) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022  
**16.00 Kolo fortuny** (1885) – teleturniej  
**16.35 Familiada** – teleturniej  
**17.20 Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024  
**18.15 Va banque** (1009) – teleturniej  
**18.50 Jeden z dziesięciu** – teleturniej  
**19.25 Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.05 Omnibus – szycy i mądrzy** (18) – teleturniej  
**20.35 Omnibus – szycy i mądrzy – dogrywka** (18) – teleturniej

## ROZRYWKA



**20.55 Kocham Cię, Polsko!** (5)  
 W drużynie Michała Koterskiego (zdj.) wystąpią II Wicemiss Świata 2025 Maja Kaja (zdj.), Miss Polonia 2023 Ewa Jakubiec i Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurlacza zobaczymy m.in. Kazimierza Mazura. 90 min

**22.25 Daleko od szosy** (5) – serial obyczajowy, Polska 1976

**23.50 PiłBull 2** (7) – serial sensacyjny, Polska 2007

**0.45 Krytyczna godzina** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Steven C. Miller, 105 min

**2.30 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2021

## POLSAT DVBT2

**4.40 Disco Gramy** – program muzyczny  
**5.25 Telezakupy TV Okazje**  
**6.00 Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny  
**8.30 Malanowski i partnerzy** (325, 326) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011  
**9.30 Trudne sprawy** (1255, 1256) – serial paradokumentalny, Polska 2024  
**11.35 Gliniarze** (872, 873) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**13.35 Dlaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Maria siera się z Barbarą o spadek. Twierdzi, że siostra została adoptowana i powinna zrzec się domu. Powołuje się na wolę zmarłej matki. 135 min

**15.50 Wydarzenia, pogoda**  
**16.25 Interwencja** – magazyn reporterów  
**16.40 Gliniarze** (1069, 1070) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
 Zgwałcona nastolatka walczy o życie w szpitalu. Podejrzenia padają na mężczyznę, który w wieczór napaści zaczął pociągać sznurki w lokalnym bistro. 130 min

**18.50 Wydarzenia**  
**19.15 Gość „Wydarzeń”** – program publicystyczny  
**19.35 Sport, pogoda**

## KOMEDIA



**20.00 Wpadka** – USA 2007, reż. Judd Apatow  
 Reżyser „40-letniego prawniczka” ponownie eksploruje temat dojrzewania do związków. U boku gwiazdy „Chirurgów” Katherine Heigl (zdj.) wystąpił Seth Rogen (zdj.) – tegoroczny laureat Złotego Globu za kreację w serialu komediowym „Studio”. 170 min

**22.50 Mój chłopak się żeni** – komedia romantyczna, USA 1997, reż. P.J. Hogan, 130 min

**1.00 Pitch Perfect 2** – komedia muzyczna, USA 2015, reż. Elizabeth Banks, 155 min

**3.35 Nasz nowy dom** (290) – reality show, Polska 2023

## TVN DVBT2

**5.40 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**5.55 Ukryta prawda** (1693) – serial paradokumentalny, Polska 2025  
**6.50 Kuchenne rewolucje** (8) – program rozrywkowy  
**7.45 Dzień dobry wakacje** – magazyn  
**11.20 Doradca smaku** (28) – magazyn kulinarny  
**11.25 Kuchenne rewolucje** (11) – program rozrywkowy  
**12.35 Ukryta prawda** (1475, 1476, 1724) – serial paradokumentalny, Polska  
**15.45 Detektywi** (108) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024  
 Chłopak klientki zostaje zatrzymany przez policję pod zarzutem handlu narkotykami. Dziewczyna zwraca się do śledczych z prośbą o udowodnienie jego niewinności. 65 min

**16.50 Szpital św. Anny** (64) – serial obyczajowy, Polska 2025  
 Bartek postanawia wyprawać się od Darii. Na kardiologii trafia emerytowany strażak z podejrzeniem zawału. Zachowanie dzieci mężczyzny sprawia, że jego stan się pogarsza. 65 min

**17.55 Młode gliny** (17) – serial kryminalny, Polska 2026  
**19.00 Fakty, sport i pogoda**  
**19.55 Uwaga!** – magazyn reporterów

## OBYCZAJOWY



**20.15 Na Wspólnej** (4243) – Polska 2026  
 Smolny trafia na trop Jana Ryby, pośrednika w sprzedaży fałszywych dyplomów. Rozważa prowokację z udziałem Marceliny. 35 min

**20.50 Kuchenne rewolucje** (5) – pr. rozr.  
**22.00 Rocketman** – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2019, reż. Dexter Fletcher  
 Poruszająca opowieść o życiu Eltona Johna w reżyserii producenta „Bohemian Rhapsody”. 150 min

**0.30 OSS 117: Rio nie odpowiada**  
 – komedia, Francja 2009, 115 min

**2.25 Uwaga!** – magazyn reporterów  
**2.40 Największe polskie katastrofy** (4)

## TV4 DVBT2

**6.00 Strażnik Teksasu** (10, 11) – serial sens.  
**7.55 Bogaty dom – biedny dom** (74) – reality show  
**8.55 Policjantki i Policjanci** (508, 509) – serial obyczajowy, Polska 2019

**10.55 Na ratunek 112** (1166, 1167) – paradok.  
**11.55 Dlaczego ja?** (1535, 1536) – paradok., Pol.  
**13.55 Trudne sprawy** (755-757) – paradok., Pol.  
**16.55 Policjantki i Policjanci** (1398) – obycz.  
**18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (516) – reality show, Polska  
**19.00 Policjantki i Policjanci** (1399) – serial obyczajowy, Polska 2026

**20.00 Uroczysko** (203, 204) – serial kryminalny  
**21.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1011) – serial kryminalny, Polska 2026

**23.00 W jak morderstwo** – komedia  
 kryminalna, Polska 2021, 140 min

**1.20 Love Island. Wyspa miłości** (29) – reality show  
**2.30 Interwencja** – magazyn reporterów  
**2.55 Śmierć na 1000 sposobów** (12) – dok.  
**3.25 Lubię disco!** (277) – program muzyczny  
**4.25 Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.  
**5.30 Telezakupy TV Okazje**

## TV PULS DVBT2

**6.00 Policjanci z Miami 3** (5, 6) – serial kryminalny, USA 1986  
**8.00 Kobra – oddział specjalny** (9, 10) – serial sensacyjny, Niemcy 2017  
**10.00 Maria z przedmieścia** (53, 54) – telenowela, Meksyk 1995  
**12.00 Nie igraj z aniołem** (113) – serial obycz.  
**13.00 Wspaniale stulecie** (47) – serial kostium.  
**14.00 Kurierzy** (32) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10** (536, 537) – serial obyczajowy, Polska 2022  
**17.00 Kurierzy** (33) – serial fab.-dok., Pol. 2023  
**18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (970, 971) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**20.00 Kula w łeb** – film kryminalny, USA/Indie/FILM  
 Szwajcaria 2012, reż. Walter Hill, wyk. Sylvester Stallone, Sung Kang, 115 min

**21.55 PiłBull. Ostatni pies** – film sensacyjny, Polska 2018, 145 min

**0.20 Wściekłe psy** – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, wyk. Harvey Keitel, Tim Roth, 120 min

**2.20 Dzielnica strachu 9** (403) – serial krym.  
**3.20 Lombard. Życie pod zastaw 18** (966) – serial obyczajowy, Polska 2026  
**4.20 Zobacz to!** – programy powtórkowe

## PULS 2 DVBT2

**7.00 Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020  
**7.30 Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013  
**7.50 Superkoty** – serial animowany, USA 2023  
**8.30 Wielkie przygody małego rekina** (9)  
**8.50 Masza i Niedzwiedź** – serial anim., Rosja  
**9.20 Straszne historie Maszy** – serial anim.  
**9.25 Swinka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.  
**9.45 Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia  
**10.00 Język i Przyjaciele** – serial anim., Polska  
**10.35 Spidey i superkumple** – serial anim.  
**11.35 Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.  
**12.00 Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021  
**12.35 Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny  
**13.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**13.35 Gumisie** – serial anim., USA 1991-1992  
**14.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**  
**16.00 Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA  
**17.00 Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988  
**17.35 Gumisie** – serial animowany, USA 1992  
**18.00 Pingwiny z Madagaskaru** – serial anim.  
**19.00 Kacze opowieści** – serial animowany  
**20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18** (958)  
**21.00 Dzielnica strachu 10** (440, 441) – krym.  
**23.00 Jak upolować faceta** – komedia romantyczna, USA 2012, 110 min

## TVN 7 DVBT2

**5.30 Ten moment** (54) – serial paradok., Polska  
**5.55 Szkoła** (783-785) – serial paradokum., Pol.  
**8.45 Ukryta prawda** (1337, 1443, 1444) – serial paradokumentalny, Polska  
**11.50 W-11 – Wydział Śledczy** (1096-1098) – serial fabularno-dokum., Polska 2013  
**13.55 Kryminalni** (4) – serial kryminalny, Polska  
**15.00 Szpital** (780, 781) – serial paradokum., Pol.  
**17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska** (505) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010

**18.00 SOS Ekipy w akcji** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2018  
**19.00 Ukryta prawda** (1528) – serial paradokumentalny, Polska 2023  
**20.00 Stażycy** – komedia, USA 2013, reż. FILM  
 Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Aasif Mandvi, 165 min

**22.45 Walentynki** – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, Jamie Foxx, Anne Hathaway, 155 min

**1.20 Za duży na bajki** – film familijny, Polska  
 FILM 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karas, Amelia Fijałkowska, 115 min

**3.15 Zgość remonta 11** (5) – program rozrywk.  
**4.05 Dorota was urządzi!** (3, 4) – pr. rozrywk.

**TVP POLONIA**

**12.00** Polacy światu  
**12.10** Miłość nad rozewieliskiem (4, 5)  
**13.50** Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (17) – talk-show  
**14.40** Turystyczna jazda  
**15.00** Słowo daje! – magazyn  
**15.10** Tamte lata, tamte dni  
**15.40** Słownik polsko@polski (682) – talk-show  
**16.10** Rozrywka retro  
**16.30** Barwy szczęścia (3339) – obycz., Pol. 2026  
**17.00** Gra słów. Krzyżówka (1058) – teleturniej  
**17.30** Teleexpress  
**17.50** Teleexpress Extra  
**18.15** UNESCO Skarby Polski – serial dok., 2025  
**18.45** Inio Wilno – pr. inform.  
**19.05** Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.

**TV Rozrywka**

**6.10** Zakochaj się w Polsce (252) – magazyn  
**6.40** Gra słów. Krzyżówka (1070) – teleturniej  
**7.05** Przepis dnia – mag.  
**7.15** Okrasa lamie przepis (353) – magazyn kulin.  
**8.20** Familia – teleturniej  
**8.55** Va banque (940) – telet.  
**9.30** Koło fortuny (2049)  
**10.10** Makłowicz w podróży  
**10.45** Postaw na milion  
**12.35** Familia – teleturniej  
**13.15** Matki, żony i kochanki (20) – serial obycz.  
**14.20** Pan Mama (35, 36) – serial komediowy, Pol.  
**15.30** Tak to leciało! (66) – teleturniej muz., Polska  
**16.30** Do śmiechu! (74) – rozr.  
**17.25** Va banque (941) – telet.  
**18.00** Koło fortuny (2050) – teleturniej

**TTV HD**

**5.10** Złomowisko PL 5 (2)  
**6.00** 24 godziny (22) – inf.  
**7.10** Express – pr. inform.  
**7.35** DeFacto 13 (13, 14)  
**8.30** Kartoteka (12)  
**9.35** Kartoteka 2 (1)  
**10.35** Detektywi (25, 26)  
**12.35** Zakup w ciemno 7 (34, 35) – reality show  
**15.30** Nic do zgłoszenia (7)  
**15.35** Złomowisko PL 5 (5)  
**16.45** Express – pr. inform.  
**16.58** Pogoda, sport – pr. inf.  
**17.05** Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1)  
**18.05** Nauka jazdy 6 (2) – rozr.  
**18.40** Niezwykłe Stany Prokopa 6 (2) – pr. rozr.  
**19.45** Express – pr. inform.  
**20.05** Zakup w ciemno 7 (37)  
**21.05** Zakup w ciemno extra (34) – reality show  
**21.45** Express – pr. inform.

**POLSAT 2**

**5.50** Wydarzenia  
**6.30** Nasz nowy dom (301) – reality show, Pol. 2024  
**7.30** Na ratunek 112 (927, 928) – serial paradokum., Polska 2024  
**8.30** Sekrety rodziny (384-386) – paradok., Pol.  
**11.30** Trudne sprawy (950) – serial paradokum., Pol.  
**12.30** Dziedzic ja? (1350, 1396) – serial paradokum., Polska 2024  
**14.30** Świat według Kiepskich (534-538) – serial komediowy, Pol.  
**17.00** 48h. Zaginięci (157, 158) – serial krym.  
**19.00** Gliniarze (996) – serial paradokum., Polska 2024  
**20.00** Ślad (72) – serial krym.  
**21.00** Gliniarze (791) – serial paradokum., Polska 2023

**POLSAT FILM**

**6.05** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (145-147) – dok., Polska 2019-2026  
**7.30** Doktor Martin (35) – serial obycz., Wlk. Bryt.  
**8.30** Przyjaciółki (133, 134) – serial obycz., Pol. 2018  
**10.25** Świat według Kiepskich (171, 172, 236, 237, 170, 22, 23) – serial komediowy, Pol.  
**14.30** Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, 130 min  
**16.40** Nie zadzieraj z fryzjerem – komedia, USA 2008, 135 min  
**18.55** Moja dziewczyna wychodzi za mąż – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2008, 125 min

**AXN**

**6.25** FBI: Most Wanted 3 (21) – serial kryminalny  
**7.10** Ostry dyżur (3, 4) – serial obyczajowy, USA  
**9.10** Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010  
**11.10** MacGyver 2 (22, 23) – serial akcji, USA 2017-2018  
**13.10** Dowody zbrodni (5, 6) – serial kryminalny, USA  
**15.10** Agenci NCIS 10 (24) – serial sensacyjny, USA  
**16.10** Agenci NCIS: Hawaje (1) – serial kryminalny  
**17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kanada  
**18.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kanada  
**19.05** Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010

**OBYCZAJOWY**

**19.15** Ranczo 3 (27)  
W wyniku pożaru Wioletka zostaje pozbawiona pracy. Michałowa nie chce dopuścić do odbudowy restauracji. Wójt ją w tym popiera. 55 min  
**20.10** Program informacyjny 19.30  
**20.40** Pogoda  
**20.50** Korona Gór Polski – cykl dokumentalny, Pol.  
**21.20** Polonia 24 Tygodnik  
**22.25** Profilferka Jastrzę (10) – serial kryminalny, Pol.  
**23.15** Dziennik regionalów

**MAGAZYN**

**18.35** Okrasa lamie przepis  
Kucharz przygotowuje dania z ryb. Pierwszą propozycją jest rosół z wędzonym węgorem i makaronem. Druga – smażony lin. 65 min  
**19.40** Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny  
**20.10** Postaw na milion  
**22.10** Tygodnik Moralnego Niepokoj – The Best of (44) – pr. rozrywk.  
**22.50** Kabaret Letniak Porą (11) – program rozrywk.  
**23.50** Do śmiechu! (76) – rozr.

**REALITY SHOW**

**22.00** Życie na kredycie 8 (9, 10) – Polska 2026  
Wiesia zaskakuje przyjaciółki zwierzeniami o lękach dotyczących związków. Jarek zamierza powiedzieć dzieciom o problemach. 65 min  
**23.05** Żony Podlasia 3 (6)  
**0.05** Ostre cięcie 12 (7)  
**1.05** Orzeł czy reszka? 3 (2)  
**2.05** Dobra robota 3 (21)  
**2.30** Osadzone. Blok F (19-21) – serial paradok.  
**3.45** Dami i wieśniaczki. Ukraina 8 (7) – fab. dok.

**KRYMINALNY**

**22.00** Komisarz Mama (5)  
Zamordowano chorego na białaczkę Stefana. Podjęcie pada na grupę nielegalnych pokerzystów. Świadkowie zeznają, że meczynszyna zaatakował Aziata. 60 min  
**23.00** Świat według Kiepskich (361, 362)  
**0.00** Ślad (94) – krym., Pol.  
**1.00** Zdrady II (13) – paradok.  
**2.05** Wydarzenia  
**2.45** Ewa gotuje (551, 552)  
**3.45** Interwencja – mag.  
**4.00** SuperLudzie (36, 37)

**KOMEDIA**

**21.00** Jeszcze dłuższe zaręczyny – USA 2012  
Violet (Emily Blunt, zd.) i Tom (Jason Segel, zd.) rozpoczynają przygotowania do ślubu. Muszą zmierzyć się z niespodziankami losu. 160 min  
**23.40** King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, 160 min  
**2.20** Ślad (9, 34, 35) – serial krym., Polska 2018-2019  
**5.20** Na ratunek 112 (864) – serial paradokum., Pol.

**SENSACYJNY**

**21.05** Agenci NCIS 20 (21)  
Zabójstwo w archiwach marynarki wojennej okazuje się powiązane z rosyjskimi szpiegami. Trop prowadzi śledzcych do informacji o planowanym ataku. 60 min  
**22.05** Agenci NCIS: Hawaje 2 (10) – krym.  
**23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kanada  
**23.45** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kanada

**TVP HISTORIA**

**8.30** Czerdziestolatek (17) – obycz., Pol.  
**9.40** Korona Gór Polski  
**10.20** Wszystkie kolory świata – dok.  
**11.20** Ex Libris  
**11.45** Podziemne Włochy (6)  
**12.50** Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist.  
**13.30** Królowie (54) – hist.  
**14.30** Czerdziestolatek (18)  
**15.40** Sensacje XX wieku  
**18.10** Tajemnica twierdzy sztyfów (3) – wojenny  
**19.05** Ex Libris  
**19.35** Flesz historii (769)  
**20.00** Oficer (9)  
**21.05** Zbrodnie sprzed lat (6)  
**22.00** Fundusz Obrony Narodowej (1)  
**22.55** Sensacje XX wieku  
**1.05** Encyklopedia II wojny światowej

**TVP KULTURA**

**11.55** Reżyserzy (4) – dok.  
**12.50** Na kredyty – obycz.  
**13.40** Seralowa nostalgia: Noce i dnie (3) – obycz.  
**14.45** Chce się żyć – dram. obycz., Polska 2013  
**16.50** Stawiam na Tolka Banana (6, 7-ost.)  
**18.15** Dzień, w którym umarła gwiazda rocka  
**18.55** Rawhide (4) – przyg.  
**20.00** Czwartkowy klub filmowy – mag.  
**20.05** Czwartkowy klub filmowy: Wielki Tydzień – dram. wojenny, Polska 1995  
**21.55** Genesis – suma talentów – dok., Wlk. Bryt.  
**22.35** Panorama kina polskiego: Ikar. Legenda Mietka Kosza – dram. biograficzny, Polska 2019

**SUPER POLSAT**

**6.55** Na ratunek 112 (712, 713) – paradok.  
**7.55** Doktor Martin (57, 58) – obycz.  
**10.00** Wydarzenia  
**10.30** SuperMocni (4)  
**11.00** Świat według Kiepskich (363-367) – kom.  
**13.30** Bitwa o palety (4)  
**14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (62)  
**16.00** Ninia Warrior Polska (36)  
**18.00** Świat według Kiepskich (464, 465, 556, 557) – kom.  
**20.00** Złomiarze (8)  
**21.00** Patriotka – dram. hist., USA/Niem.  
**2000** 0.20 Wydział zabójstw, Hollywood – kom. sens., USA  
**2003** 2.45 Świat według Kiepskich (398, 399) – kom.  
**3.55** Nasz nowy dom (253, 254)

**WIELKI ZOOM**

**8.05** Strażnik Teksasu 9 (8, 9) – sens.  
**9.55** MacGyver (5, 6)  
**12.05** Pułapki umysłu (4) – dok.  
**13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (22-25) – reality show  
**15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6)  
**16.35** Dynamo: Więcej niż magia 2 (4) – serial dok.  
**17.50** Wojciech Ceirowski – boso przez świat  
**20.00** Kobra – oddział specjalny 24 (2, 3) – sens.  
**22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7) – reality show  
**23.00** Magia nagości. Szwecja (5) – rozr.  
**0.00** Magia nagości 7 (1)  
**1.05** Magia nagości. Dania (5)  
**1.55** I love kabaret (3-5)

**METRO**

**7.35** Tajemnice miłości (27) – paradok., Pol.  
**8.30** Szpital (788, 789)  
**10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (353, 358)  
**12.30** SOS Ekipy w akcji (31)  
**13.30** Bryzduła (33, 34)  
**13.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (16)  
**15.45** The Floor (7, 8)  
**17.00** Fani czterech kółek 17 (7)  
**17.00** Prawo Agaty 7 (5) – obycz.  
**19.00** Kartoteka 2 (11, 12)  
**21.05** Kryminalni 3 (7, 8)  
**23.15** Kuba Wojewódzki (7)  
**0.25** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (8) – dok.  
**1.25** Szpital (781)  
**2.20** Szkoła (531, 532)  
**3.50** Nowa Majja w ogrodzie 4 (29, 30)  
**4.40** SOS Ekipy w akcji (29)

**ALE KINO +**

**9.25** The Hero – krótkometraż.  
**10.00** Patience (1, 2) – krym.  
**12.05** Vera 6 (3) – krym.  
**14.00** Na pustyni nie ma cienia – dram. obycz., Fr./Izrael 2023  
**16.15** Exodus – dram. obycz., Szwecja 2023  
**18.15** Vera 6 (4)  
**20.10** Premiera: Gorący temat – dram. biograficzny, USA/Kan. 2019  
**22.25** Wind River. Na przekletej ziemi – thriller, Wlk. Bryt./Kanada/USA 2017  
**0.35** Pukacz – thriller, USA 2012  
**2.35** Król (5) – sens.  
**3.40** W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Pol. 2001  
**4.40** Warszawa, Holandia  
**5.00** Kruk. Czorny Woron nie śpi (3)

**TV TRWAM**

**16.35** Sól ziemi  
**17.05** Akademia pro-life  
**17.15** Muzyczne chwile  
**17.30** Odpowiedzialni za Kościół  
**17.55** Poczet wielkich Polaków  
**18.00** Anioł Pański  
**18.05** Informacje dnia  
**18.15** Rozmowy niedokończone  
**19.25** Święty na każdy dzień  
**19.30** Każdy maluch to potrafi  
**19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci  
**20.00** Informacje dnia  
**20.20** Różaniec  
**20.50** Śladami historii  
**21.00** Apel Jasnogórski  
**21.20** Informacje dnia  
**21.40** Polski punkt widzenia  
**22.00** Głos serca (135) – obycz., USA

**ANTENA HD**

**8.50** Żar tropików (2) – sens.  
**9.55** Detektywi z Bordeaux 4 (5) – krym.  
**11.05** 7TV 2 (5) – rozr.  
**12.00** Co Polak potrafi na drodze? (15)  
**13.05** Ciejrowska przez śniegi 2 (2)  
**14.00** Kłątwa Wyspy Dębów 6 (33)  
**15.00** Wojny kontenerowe 2 (8, 9)  
**15.55** Australijski poszukiwacz złota 3 (9, 10) – serial dok.  
**18.00** 7TV 5 (3, 2) – pr. rozr.  
**20.00** Alex Hugo – górski detektyw (12) – krym.  
**22.05** Astrid i Raphaële: Kryminalne Geniuszki (7, 8) – krym.  
**0.30** Nostradamus: prorocznym na XXI wiek  
**2.20** Celnicy 3 (5, 6) – dok.

**TVS**

**12.05** Dzisiaj w regionie – pr. inf.  
**12.10** Pogoda  
**12.35** Muzyczne dzień dobry  
**13.20** Emerycja na tropie – krym.  
**14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny  
**15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział  
**16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel  
**17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział  
**18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny  
**19.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Meżczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007  
**21.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Serca na wietrze – film obycz., Niem. 2008

**WP**

**12.00** Wariaci za kierownicą 3 (13)  
**13.00** Makłowicz w podróży  
**14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (25, 26) – dok.  
**16.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1) – dok., Kan.  
**16.55** Pogoda (67)  
**17.00** Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach 6 (1) – krym.  
**19.00** Stracy z sąsiedztwa (6) – dok.  
**20.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (29, 30) – dok.  
**21.55** Pogoda (67)  
**22.00** Mistrzowie Kabaretu 10 (5)  
**23.00** Mistrzowie Kabaretu 11 (3)  
**0.00** Mistrzowie Kabaretu 4 (6) – rozr.  
**0.55** Mistrzowie Kabaretu 15 (9)

**ESKA TV**

**13.00** ESKA TV info – inf.  
**13.15** ESKA TV info  
**14.15** ESKA TV info  
**15.00** ESKA TV info – inf.  
**15.15** Podwójna Gorąca  
**18.00** Historia jednej piosenki  
**19.00** Polacy za granicą – dok.  
**21.00** Hardcorowcy Lombard  
**POLO TV**  
**15.00** Disco Polo Live (849)  
**16.00** Hit za hitem – pr. muz.  
**20.00** Kochający Łata 90!  
**21.00** Chłopaki do wzięcia (79, 80) – dok.  
**22.00** Wakacje z Bałtykiem (21, 22) – dok.  
**23.00** Czekaając na imprezę (7, 8) – dok.

**VIASAT EPIC DRAMA**

**7.35** Lekarze na start (33, 34) – obycz.  
**9.05** Poirot 5 (3, 4)  
**11.20** Zatraceni w miłości (35, 36) – telen.  
**13.30** Agenci NCIS 18 (13, 14)  
**15.10** Lekarze na start (35, 36) – obycz., Pol.  
**16.45** Poirot 5 (5, 6) – serial krym.  
**19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (37, 38) – telen.  
**21.00** Premiera: Detektyw Murdoch 19 (4)  
**21.55** Agenci NCIS 17 (1, 2)  
**23.45** Morderstwo to nie trudnego (3)  
**0.50** Zatraceni w miłości (37, 38)  
**2.25** Detektyw Murdoch 19 (4)  
**3.10** Agenci NCIS 17 (1, 2)  
**4.40** Lekarze na start (35, 36)

## KINO POLSKA

**6.55 Polska Kronika Filmowa** – serial dokum.  
**7.25 Bolek i Lolek** – anim.  
**7.55 Reksio** – serial anim. ●  
**8.20 Siedem zyczeń (7)**  
**9.20 Stawiam na Tolka Banana** (1, 2) – obycz.  
**11.05 Podróże Pana Kleksa** (1/2) – film przygodowy, Pol./ZSRR 1986, 115 min  
**13.00 To nie ze mną (7, 8)**  
**14.30 Ranking naj polskiego kina** (3) – pr. rozrywk.  
**15.15 Syn szczęścia** – film krótkometrażowy, 2024  
**15.35 Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy** – kom. krym., 1978, 130 min  
**17.45 Cztery pancerni i pies** (8) – wojenny  
**18.50 Stawka większa niż życie** (2) – wojenny

## KOMEDIA



**20.00 Horror Story** – 2023, reż. Adrian Apanel Tomek (Jakub Zając, zdj.), absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się ze współlokatorami. 125 min  
**22.05 Ostatnia misja** – film sens., 1999, 140 min  
**0.25 Wesele** – dramat  
**FILM** obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 155 min ●  
**3.00 7 uczuć** – komediodramat, 2018, 165 min ●  
**5.45 Szumy i fonie**

## TVP SERIALE

**5.25 Rodzinka.pl** (102, 103) – serial komediowy, Pol.  
**6.25 Na sygnale** (485, 486) – serial fabularno-dokum.  
**7.35 Ojciec Mateusz 3** (35) – serial kryminalny, Pol.  
**8.35 Komisarz Alex 2** (24) – serial kryminalny, Pol.  
**9.30 Rodzinka.pl** (104) – serial komediowy, Pol.  
**10.05 Klan** (1451, 1452)  
**11.00 Ranczo 8** (102, 103)  
**12.40 Komisarz Alex 2** (25)  
**13.35 Ojciec Mateusz 30** (386, 387) – serial krym.  
**15.35 Komisarz Alex 2** (26) – serial kryminalny, Pol.  
**16.20 Na sygnale** (487, 488) – serial fabularno-dokum.  
**17.30 Ranczo 8** (104) – obycz.  
**18.30 Ranczo 9** (105) – obycz.  
**19.30 Ojciec Mateusz 30** (388) – krym., Pol. 2023

## KRYMINALNY



**20.25 Komisarz Alex 24** (305) Pożar domu, w którym ginie kobieta, okazuje się próba zatarcia śladów zabójstwa. Gustaw podjeźdźca o zbrodni byłego męża ofiary. 60 min  
**21.30 Ranczo 9** (106, 107)  
**23.25 Ojciec Mateusz 30** (389) – krym., Pol. 2023  
**0.20 U Pana Boga w Królowym Moście** (4) – serial obycz., Polska  
**1.20 PiłBull** (19, 20) – sens.  
**3.20 Wojna zastępcza** (12)  
**4.15 Klan** (1451) – telen., Pol.

## 13 ULICA

**6.05 Blanca 3** (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025  
**8.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul** – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Auster, wyk. Francis Hume, Jeremy Banster, Myra Bitout, 125 min  
**10.20 Mentalista** (9-12) – serial kryminalny, USA  
**14.00 Blanca 3** (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025  
**16.15 Morderstwo w Guilvinec** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyne Bouix, Jeremy Banster, Antoine Chappay, Karina Marimon, 125 min  
**18.20 Mentalista** (13-16) – serial kryminalny, USA

## SENSACYJNY



**22.00 Kobra – oddział specjalny** (7, 8) – Niemcy 2021  
 Vicky potrzebuje pilnego przeszczepu nerki. Jej dawcą ma być Marc. Semir prowadzi ważne poszukiwania. 120 min  
**0.00 Flashback** (3) – serial kryminalny, Francja 2024  
**1.10 Morderstwo w Guilvinec** – film kryminalny, Francja 2024, 125 min  
**3.15 Blanca 3** (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025

## TVN FABUŁA

**5.10 Szkoła** (781) – paradok.  
**6.00 Top 100: filmy wszech czasów** (8) – pr. rozrywk.  
**6.30 Kino Buzz Top 5** (3)  
**6.45 Zakochani po uszy** (91, 92) – telen., Pol. 2019  
**7.45 Detektywi** (81-84) – serial fabularno-dokum.  
**9.50 Prawo Agaty 3** (13) – serial obycz., Pol. 2013  
**10.55 Szpital św. Anny** (70) – serial obycz., Pol. 2025  
**11.55 Miłość czy pomyłka?** (37, 38) – telen., Turcja  
**13.55 Prawo Agaty 3** (12)  
**14.55 Detektywi** – fab.-dok.  
**16.00 Seriale: rozmowy** (2)  
**16.50 Alfabet filmowy** (32)  
**16.55 Wakacje w krzywym świecie** – komedia, USA 1983, 125 min  
**19.00 Szpital św. Anny** (71) – serial obycz., Pol. 2025

## KOMEDIA



**20.00 Ocean's 8** – USA 2018  
 Debbie (Sandra Bullock, zdj.) chce zrealizować największy skok w życiu. Kompletuje ekipę współpracowników. 145 min  
**22.25 Jak stracić chłopaka w 10 dni** – komedia romantyczna, USA/ Niemcy 2003, 140 min  
**0.45 Zakonnica 2** – horror, USA/Wielka Brytania 2023, 135 min ●  
**3.00 Top 100: filmy wszech czasów**

## TVP HD

**6.00 Na dobre i na złe** (990) – serial obycz., Pol. 2026  
**6.55 Ranczo 6** (75) – obycz.  
**7.55 Rodzinka.pl** (223, 224) – serial komediowy, Pol.  
**8.55 Ojciec Mateusz 21** (266, 267) – serial krym.  
**10.45 Gra słów. Krzyżówka** (1059) – teleturniej  
**11.20 Na sygnale** (654, 655) – serial fabularno-dokum.  
**12.25 Ojciec Mateusz 6** (78)  
**13.20 Komisarz Alex 4** (42)  
**14.15 Ranczo 7** (83, 84)  
**16.10 Tańcząca ze światem – Maroko** (3) – magazyn  
**16.40 Wyższa Szkoła Jazdy** (5) – magazyn motor.  
**17.10 Okrasa lamie przepisy**  
**17.45 Makłowicz w podróży**  
**18.20 Ojciec Mateusz 25** (321) – krym., Pol. 2021  
**19.20 Ranczo 7** (88) – obycz.

## KOMEDIOWY



**20.10 Rodzinka.pl** (289, 290)  
 Boscy wspólnie z Marią i Markiem rozmawiają o wyzwaniach młodego pokolenia. Kuba przedstawia rodzicom swoją dziewczynkę. 75 min  
**21.25 Komisarz Alex 25** (313)  
**22.20 Córka trenera** – dramat obyczajowy, Polska 2018, 105 min  
**0.05 Wykapany ojciec** – komedia, USA 2013, reż. Ken Scott, 115 min  
**2.00 Kocham Cię, Polsko!** (6) – program rozrywk.

## STOPKLATKA

**6.00 Złoty interes** (8) – rozr.  
**6.50 Wojciech Cejrowski – bosso przez świat** – cykl reportaży, Polska  
**7.50 Robert Makłowicz** (162, 188) – mag. kulin.  
**9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher** (7) – serial kryminalny, Australia  
**10.55 Górski lekarz** (5, 6) – serial obycz., Niemcy  
**12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher** (8) – serial kryminalny, Australia  
**14.00 Katastrofy w przestworzach** (10, 7) – serial dok., Kan.  
**17.00 MacGyver 4** (8) – sens.  
**18.00 Wujek** – reality show, Kanada 2013  
**19.10 Aukcja w ciemno 2** (8, 9) – serial dok., USA

## THRILLER



**20.00 Podwodna pułapka** – Wielka Brytania/USA/Dominikana 2017, reż. Johannes Roberts  
 Kate (Claire Holt, zdj.) i jej siostra nurkują w klatce do obserwacji rekinów. Gdy dochodzi do awarii, musza walczyć o życie. 115 min  
**21.55 Taśmy Watykanu** – horror, USA 2015, reż. Mark Neveldine, 105 min  
**23.40 Obrońca** – film sens., USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min ●

## CANAL+ PREMIUM

**11.50 Wszyscy święci** – film obycz., Polska 2002  
**13.10** To nie jest zagadka kryminalna (4) – krym.  
**14.10 Ocean**, nasz dom – dok., Szwajcaria 2024  
**15.45** Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011  
**17.40** Hollywood Buzz 2018 Łąpu capu  
**18.15** Niania w Nowym Jorku – komedia romant., USA 2007  
**20.00** Aftermath. Most w ogniu – thriller, USA 2024  
**21.35** Premiera: Powrót do Silent Hill – horror, Fr./Wlk. Bryt./Niemcy 2026  
**23.20** Piła 2 – thriller, USA 2005  
**0.50** Malpa – horror, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2025

## CANAL+ FILM

**11.35** Zgreb – dram. obycz., Pol. 2025  
**13.00** Liza Minnelli. niesamowita historia absolutnie prawdziwa  
**14.40** Zmierch – film fantasy, USA 2008  
**16.35** Łąpu capu  
**16.40** Ida – dram. obycz., Polska/Dania/ Fr. 2013  
**18.00** Tzozsamoć Boorne'a – thriller, USA/Niemcy/ Czechy 2002  
**19.55** Łąpu capu  
**20.00** Siedem zaskon – dramat psychologiczny, Kan./Finlandia/USA 2023  
**21.45** Wciele nie zła – horror, Meksyk 2024  
**23.10** 30 dni mroku – horror, USA/Nowa Zelandia 2007  
**0.55** Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024

## FILMBOX+ ONE

**8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – krym.  
**9.50** Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.  
**11.00** Panna Marple: Morderstwo odbędzie się... – film krym., USA/Wlk. Bryt. 2005  
**13.05** Poirot  
**15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – serial krym.  
**16.40** Panna Scarlet i komisarz 3 (3)  
**17.50** Poirot (3, 4)  
**20.00** Missisipi w ogniu – dramat krym., USA 1988  
**22.45** 12 godzin – sens., USA 2012  
**0.45** Honor zabójcy – film sens., Kanada/Wlk. Bryt. 1996  
**2.50** Zaczni od śniadania – kom., Kan. 2020  
**4.50** Kłasyka krótkich animacji – filmy anim.

## COMEDY CENTRAL

**6.00** Tata ma plan 2 (15, 16)  
**7.00** Dwóch i pół 5 (11-14) – kom., USA  
**8.55** Przyjaciele 7 (13-18)  
**11.55** Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10) – kom., USA  
**14.30** Dwóch i pół 5 (15-18) – kom.  
**16.30** Przyjaciele 7 (19-24) – kom.  
**19.30** Teoria wielkiego podrywu 7 (11-16) – kom.  
**22.00** The Office PL 3 (5, 6) – kom.  
**23.05** Comedy Club 6 (3, 4) – pr. rozr.  
**0.05** Miasteczko South Park 2 (13, 14)  
**1.00** Pracochłonie (13, 14) – kom.  
**2.00** Śmiechniej nie będzie 6 (17, 18, 16)  
**3.15** Miasteczko South Park 2 (10-12)  
**4.20** Comedy Club 7 (12)  
**4.45** Comedy Club 8 (1-3)

## HBO

**11.20** Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018  
**13.30** Nierozłączni – film anim., Bel./Fr./Hiszpania 2023  
**15.00** Pan Aznavour – dramat biograficzny, Fr. 2024  
**17.10** Bambi: Opowieść lesna – film familijny, Francja 2024  
**18.25** Jane Austen zrujnowała mi życie – kom. romant., Fr. 2024  
**20.00** Miasto złodziei – dramat kryminalny, USA 2010  
**22.00** Macierzyństwo inaczej – dok., Węgry 2024  
**23.20** Premiera: Wieczne Wartości: Kult piękna (1) – film dok., USA 2026  
**0.15** Assassin's Creed – film przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016

## FX

**9.00** Z archiwum X 2 (22) – serial s.f.  
**10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.  
**11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) – krym.  
**13.45** Agenci NCIS 10 (9, 10)  
**15.35** Premiera: Skymed 2 (6)  
**16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym.  
**18.20** Z archiwum X 2 (23) – s.f., USA  
**19.15** FBI 4 (10) – serial krym.  
**20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6) – krym.  
**22.00** Premiera: Zakłamanie (1)  
**23.00** Z archiwum X 2 (23) – s.f.  
**0.00** Speed: Niebezpieczna predkość – sens., USA 1994  
**2.20** Tropiciel (21)

## CANAL+ 360

**13.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4)  
**14.00** Wykrywcze historii 4 (4) – dok.  
**15.00** Grip – w świecie supersamochodów (6) – dok.  
**16.00** Supersamoloty boje wo 11 (5) – dok.  
**17.00** Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (3) – dok.  
**18.00** Porzucone konstrukcje (8) – dok.  
**18.55** Wykrywcze historii 4 (3) – dok.  
**19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówka w opalach 9 (4)  
**20.50** Premiera: Kolejną przez świat 4 (3)  
**22.00** Grip – w świecie supersamochodów (7)  
**23.00** Supersamoloty boje wo 11 (3)

## BBC FIRST

**6.55** Death Valley (3, 4)  
**8.40** Lewis 5 (2)  
**9.35** Ojciec Brown (3)  
**10.40** Śmierć pod palmami (4)  
**11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (5)  
**12.55** Death Valley (5, 6)  
**15.00** Ojciec Brown 7 (8)  
**16.00** Lewis 5 (2)  
**17.00** My Life is Murder 3 (2)  
**18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (4)  
**19.50** Śmierć pod palmami (5) – krym.  
**21.00** Na niebieskich światłach 3 (5, 6)  
**23.10** Lynley (3, 4)  
**1.10** Death Valley (6)  
**2.10** Morderstwa w Midsomer 21 (4)  
**3.15** My Life is Murder 3 (2) – krym.  
**4.40** Moja rodzinka 2 (11)  
**5.10** Ojciec Brown 7 (8)

## ROMANCE TV

**8.45** Górski lekarz (144, 145) – serial obycz.  
**10.40** Training z Nancy – kom., Niemcy 2019  
**12.30** Stracona szansa – komedia romantyczna, USA 2024  
**14.20** Przyjaziń tu coś więcej – Na chwałę dnia – dramat obyczajowy, Niemcy 2022  
**16.15** Rejs ku szczęściu – Podróż posłubna do Toskanii – film obycz., Niem. 2021  
**18.05** Górski lekarz (146, 147) – obycz.  
**20.00** Inga Lindström: Pisarz i ja – film obycz., Niemcy 2022  
**21.55** Toni akuszer – Szczęście innych – obycz., Niemcy 2024  
**23.50** Górski lekarz (146, 147)

## FILMBOX+ HITS

**11.25** Mój najlepszy przyjaciel – kom. obycz., Fr. 2006  
**13.10** W harmonii – dramat obycz., Fr. 2015  
**14.50** Melodia wiatru – dramat obycz., Boliwia 2019  
**16.20** Książę i ja: Królewskie wesele – komedia romant., USA 2006  
**18.10** Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, reż. Tom McCarthy  
**20.00** Powodzenia, Leo Grande! – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022  
**21.50** Wypisa śmierci – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023  
**23.30** Ostatni giniarż – komedia kryminalna, Niemcy 2019

## TV 6

**8.55** Kobra – oddział specjalny (26, 27) – film sens., Niemcy  
**10.55** 48h. Zaginięcia (145-147) – krym.  
**13.55** Policjanci i Policjanci (199) – obycz.  
**14.55** Uroczysko (43, 44) – krym.  
**16.00** Kobra – oddział specjalny (28, 29) – sens.  
**18.05** Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sens.  
**20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (47, 48) – krym.  
**22.00** Czarna lista 2 (24) – krym.  
**23.00** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (709, 710)  
**1.00** Kości (109, 110)  
**3.00** Cobra Kai (28)  
**3.35** Septagone (4, 5)  
**5.45** Teleszukopy TV Okazje

## PARAMOUNT NETWORK

**9.25** Policyjna grupa pościgowa 16 (6)  
**10.25** Pingwiny z Madagaskaru 11.00 Zostańmy przyjaciółmi – kom. romant., Niem./USA/Kan. 2005  
**13.00** Czarodziejki 3 (13, 14)  
**15.00** Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996  
**17.20** Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niem. 2000  
**20.00** Forrest Gump – komediodramat, USA 1994  
**23.00** Psczelarz – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024  
**1.00** Złap mnie, jeśli potrafisz – kom. krym., USA/Kan. 2002  
**3.40** Policyjna grupa pościgowa 16 (7, 8)

TVN 24
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes - pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes - pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes - pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes - pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes - pr. publicyst.
15.00 15 na żywo - mag. inf.
16.00 Fakty po południu - program informacyjny
18.00 Tak jest - pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i - pr. publ.
20.20 Fakty o świecie - inf.

TLC
6.00 Salon sukien ślubnych: Beneluks (7, 8) - program rozrywkowy.
7.00 Suknie ślubne dla pustych - pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 - dok.
9.00 Poligamiści szuka żony 4 - serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 - reality show
11.00 Wiza na miłość: Stephanie i Erika
12.00 Miłość bez tłumaczenia
13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2 - reality show
15.00 Wiza na miłość 11
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (8)
19.00 Wiza na miłość: rajska romans 4 (2)

TVN STYLE
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) - reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (4) - serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
6.45 Śluby marzeń (1) - program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry LIVE wakacje - magazyn
11.20 Ugotowani (9, 10) - program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) - program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) - reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (3) - program rozrywkowy, Polska 2019

Discovery DISCOVERY CHANNEL
7.00 Budowa na końcu świata - serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarabów 7 - serial dok.
10.00 Klan z Alaski (11) - dok.
11.00 Przetwrać nad Jukonem - serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (8) - serial dokum.
13.00 Pojedynki Eda Staffida (2) - dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowski PL 6 (7)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą - serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (5) - dok.
18.00 Lotnisko (1) - serial dok.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 - dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC
10.00 Mega Metro (3) - dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (4)
12.00 Przerwanie w kanadyjskiej dzicz (8) - serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (4) - dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (14, 15) - serial dok.
17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (2) - film dokumentalny, USA 2020
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (3) - dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (3) - dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (7) - serial dokumentalny

FOKUS TV
6.00 Wehikuł czasu (709) - program informacyjny
6.05 48h. Zaginieli (63) - serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy - Francja 1994
8.55 Wehikuł czasu (709)
9.00 Starożytni kosmici (3) - serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (13, 14) - reality show
12.00 I wojna światowa w liczbach (4) - dok.
13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) - serial dokum.
14.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) - serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (14, 15) - serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (16, 17) - serial dokum.
20.00 Galileo (26) - program popularnonaukowy

INFORMACYJNY



21.00 Polska i świat
Autorski program informacyjny, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy. 60 min
22.00 Szko kontaktowe
23.00 Dzień po dniu - mag.
0.25 Biznes - pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach - inf.
1.20 Kropka nad i - pr. publ.
1.50 Tak jest - pr. publicyst.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie - mag.
3.10 Akademia ogrodnika
3.20 Kropka nad i - pr. publ.

ROZRYWKA



20.00 Rodzina 10+ 8 (12)
Członkowie rodziny konfrontują się z Lidą i Zackiem, zarzucając im skłonność do oceniań innych. 60 min
21.00 Premiera: Wielkie lato małych ludzi (1)
22.00 Premiera: Wiza na miłość - oczami bohaterów 7
23.00 Skórce na ratunek 7
0.00 Dr Pryszczyla - kulisy
1.00 Rodzina 10+ 8 (12)
2.00 Wielkie lato małych ludzi - reality show

ROZRYWKA



17.40 Kuchenne rewolucje (3-5)
Magda Gessler (zdz.) pomaga ocalić hotel z restauracją. Prowadzący są Kamila i Patryk nie mają doświadczenia w tej branży. 190 min
20.50 Jestem z Polski 13 (11) - serial dokumentalny
21.50 Jestem z Polski 16 (21)
22.50 Hotel Paradise 6 (25)
23.50 Ślub od pierwszego wejścia: Australia 9
1.35 Dorota was urządził! (7) - program rozrywkowy.

DOKUMENTALNY



21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5
Gdy w kopalni dochodzi do poważnej awarii, wśród pracowników narasta bunt. Freddy i Juan starają się opanować kryzys. 120 min
23.00 Premiera: Akta ekspedycji 2 - dok.
0.00 Od samochodu do domu 2 - mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Mistrzowie logistyki (1) - serial dokumentalny

DOKUMENTALNY



21.00 Katastrofy pod lupą (2): Droga na skróty
W Nowym Jorku dochodzi do zawalenia dźwigu, we Włoszech runie fragment mostu, a w Korei - centrum handlowe. 60 min
22.00 Jak oni to zbudowali? (10) - serial dokum.
23.00 Mega Metro (2) - dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5)
1.00 Ciemna strona świata (10) - serial dokum.

DOKUMENTALNY



21.00 Poszukiwacze historii (7-10)
Lotnisko w Toruniu zostało zbudowane przed I wojną. Olaf z Radkiem próbują odnaleźć pozostałości po historii tego miejsca. 120 min
23.00 Premiera: Kulisy historii. Ładowanie w Normandii. Niespodziewane zwycięstwo - film dokumentalny, Fr. 2020
0.00 Starożytni kosmici (10) - serial dokum.

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 12.45 Pogoda
12.50 Wydarzenia 12:50 13.30 W rytmie dnia - serwis informacyjny 13.55 Pogoda 14.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 14.55 Pogoda 15.00 W rytmie dnia - serwis informacyjny 15.30 Sport, pogoda.
15.50 Wydarzenia 15:50 16.10 Więcej „Wydarzeń” - inf. 16.30 Punkt widzenia Jankowskiego - publ. 18.00 Punkt widzenia Szubartowicza - publ. 19.15 Gość „Wydarzeń” - pr. publ.
19.50 Debata Gozdry - publ.
21.50 Wydarzenia wieczorne
22.30 Dzień na świecie - inf.

CANAL+ KUCHNIA

13.30 Kulinarna szklak: Południowa Afryka (4) - dok. 13.55 Podróż przez smaki Chin 3 (4)
14.50 U sąsiadów w kuchni 13 (1, 2) 15.45 Z pola na stół 2 (8)
16.10 Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii (1) 16.40 Jamie Oliver - łatwe przepisy na co dzień (7, 8, 17, 18) 18.30 Tajemnice indyjskich smaków (2) - dok.
18.55 M jak mięso (4, 5) - dok.
19.50 Nie bój ryby! (4) 20.15 M jak mięso 10 (8) - mag. 20.40 M jak mięso 7 (1) - dok. 21.15 Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 8 (5) - dok. 22.05 Anthony Bourdain - miejsca nieznanne 7 (1, 2) - serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki - obycz. 8.00 halo tu polsat café - mag.
11.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show
12.30 Bogaty dom - biedny dom - reality show 14.30 10 lat młodsza w 10 dni - pr. rozr.
16.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia - reality show 18.00 Nasz nowy dom - reality show
20.00 Kolacja w ciemno - pr. rozr. 21.05 Wieżenie kobiet - dok. 22.00 Ambulans - dok., Polska 23.00 Gry małżeńskie - reality show 1.00 Kolacja w ciemno - pr. rozrywkowy 3.05 Wieżenie kobiet - dok., Pol.
4.00 Zdrady - paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE

7.00 Zwykłe rzeczy - niezwykle wynalazki (4, 5) 8.00 Autostrada spotkań z UFO - dok. 11.00 Kosmiczna mapa skarabów
13.00 Podziemne sekrety 15.00 NASA - archiwum tajemnic (16)
17.00 The Ocean Race: Zeglarzka obsesja (1) - film dokum., Wlk. Bryt. 2023 18.00 Zwykłe rzeczy - niezwykle wynalazki
21.00 Jak to jest zrobione? - dok. 23.00 Jak to jest zrobione - samochoady marzeń 2 - dok. 1.00 NASA - archiwum tajemnic (16) 3.00 The Ocean Race: Zeglarzka obsesja (1)
4.00 Podziemne sekrety 5.00 Poszukiwacze dinozaurów

TVP DOKUMENT

12.05 Mokrądra 12.40 Kto rządzi światem? (2) - dok., USA 13.40 Zagadkowe życie ptaków miejskich (2) - dok. 14.50 Rajskie zakątki Europy (4) - serial dok.
15.45 Pszczeli dylemat - profity czy ochrona gatunku 16.45 Magiczny Adriatyk (4) 17.50 Sanatorium miłości 4 (9) 18.00 Lubie wracać tam, gdzie byłem
20.00 Kto rządzi światem? (3) - dok. 21.05 Kerkin - grecka przystań ptaków 22.10 Niebezpieczne drogi (4) 23.15 Barbara Włodarczyk zaprasza
23.20 Kim Jo Dzong. Czerwonka księżniczka - dok., Fr. 2022
0.30 Sanatorium miłości 4 (8)

PLANETE+

11.25 Najmniejsze cuda świata (1) - film dokum., Niem. 2023
12.35 Dzikie iberyjskie opowieści (2) - dok. 13.45 Targowiska świata (3) - serial dok. 14.50 Zaginione światy (4) - dok., Fr.
15.50 Niezwykłe podróże kolejną 9 (2) 16.55 Świat zawarty w obrazie (4) - dok. 18.00 Dokąd dzisiaj? 4 (70, 71) - serial dok. 18.40 Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3) - dok.
19.45 Żydowski nazista (1) 20.50 Tutanchamon: wielkie odkrycie 22.00 Osierocone. Dzieci i wojna (2) 23.10 Strefa nagości (5) - dok. 0.20 Niezwykłe podróże kolejną 9 (3) - dok., Fr.

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie 18.30 Fakty o świecie 19.00 Fakty 19.30 Fakty po Faktach - inf.
20.00 Kropka nad i 20.20 Fakty o świecie 21.00 Rozmowy dnia 21.40 24 godziny 22.55 Fakty o świecie 23.35 Polska i świat 0.35 Fakty po Faktach
WYDARZENIA 24
18.00 Wydarzenia, pogoda 18.50 Wydarzenia 18.50 19.15 20.00 „Wydarzeń” - pr. publicyst.
20.00 Wydarzenia 21.00 Wydarzenia, pogoda 21.40 Pogoda 21.50 Wydarzenia wieczorne
22.25 Pogoda - pr. inf.

TVP 3

13.00 Agrobiznes - mag. 13.20 Agropogoda 13.30 Bez truby. Justyna Dobrosz-Oracz 14.20 Poznaj region 14.30 Program informacyjny 14.30 14.50 Pogoda 15.00 Koronka do Miłosierdzia Bożego - pr. religijny
15.20 Serwis Info Dzień - inf.
15.30 Program lokalny 19.30 Calkiem niezła historia 19.45 Kryminalna siódemka - mag.
20.00 Dziennik regionów 20.10 Pogoda 20.13 Gość Regionów 20.30 Telekurier 21.00 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Pogoda 22.30 Złoty chłopak (191) - obycz.

HGTV

9.05 Remontujemy dom na plaży 6 (3) 10.00 Poszukiwacze domów - domy nad wodą 4 (3, 4) 11.00 Usterka 11 (16, 17)
12.31 Moje miasto, mój dom 8 (11, 12) - rozr. 14.35 Mieszkanie na miarę (1, 2) - pr. rozr.
16.30 Polowanie na ogród 3 (3, 4) - rozr. 17.15 Polowanie na ogród 4 (1) 18.15 Weekendowa metamorfoza 3 (7, 8)
20.05 Dorota was urządził! (3, 4) - pr. rozrywkowy 21.35 Złoty remont 4 (5) - rozr. 22.35 House Hunters - Poszukiwacze domów 10 (3-6) 0.45 Kupujemy dom na plaży 20 (4, 5) - dok.

TVP Kobieta

12.30 Pięknie przyprowiONA 2 (8) - mag. 12.50 Przepis dnia (88) 13.00 Cafe Fogg (2) 14.00 Omnibus - szybcy i mądrzy (17) 14.35 Omnibus - szybcy i mądrzy - dogrywka (17) 15.00 Operacja zdrowie (58) - mag.
15.30 Ojciec Mateusz (9, 10) - krym. 17.25 Najwspanialsze ikony natury (5) 18.30 Żona dla Polaka. Toronto (5) 19.30 Miłość i nadzieja (299) - telen.
20.30 Wichrowe wzgórze (280) - serial obycz. 21.30 La Promesa - pałac tajemnic (270)
22.30 Powrót do tamtych dni - dramat obycz., Polska 2021

BBC EARTH

10.35 Życie na pustkowiu: powroty 4 (2) - dok., Wlk. Bryt.
11.35 Skarby przeszłości i ich tajemnice 3 (2) 12.35 Malownicze trasy kolejowe 2 (7) 13.35 Mroźna planeta 2 (6) 14.40 W okowach mrozu 3 (15, 16)
16.35 Tajemnice wulkanów (2)
17.40 Attenborough i morski smok 18.45 Malownicze trasy kolejowe 3 (5) - serial dokum.
19.45 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku (1) - dok. 20.55 W okowach mrozu 3 (17, 18) - dok. 22.55 Zdrowa zmiana 2 (11, 12) - dok. 0.05 Superchirurg: szansa na życie 2 (3)

HISTORY

13.05 Starożytni kosmici 16 (7) - dok. 14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (7) - dok.
14.50 Największe tajemnice świata 6 (17) - dok. 15.45 Gwiazdy lombardu 13 (6)
16.15 Gwiazdy lombardu 25 (5)
17.10 Jak Hitler przegrał wojnę (3) 18.10 Największe tajemnice świata 6 (10) - dok. 19.05 Starożytni kosmici 13 (22)
20.00 Starożytni kosmici 16 (3)
21.00 Premiera: Kłątwa Wyspy Dębów 13 (26) 22.00 Premiera: Wojny magazynowe 17 (11, 12) - dok. 0.05 Superchirurg: szansa na życie 2 (3)

**POLSAT SPORT 1**

**5.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: USA – Polska  
**8.30 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej  
**11.00 Halo, tu Wimbledon** – magazyn tenisowy  
**12.00 Kronika Wimbledonu** – magazyn tenisowy  
**13.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet  
**16.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – półfinał kobiet  
 Przegrana tego starcia zainkasuje 900 tysięcy funtów i cenne punkty rankingowe. 120 min  
**18.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – studio



**SIATKÓWKI KOBIET**

**19.45 Liga Narodów** – mecz: Serbia – Francja  
 Ostatnie starcie pomiędzy Trójkolorowymi a Serbkami obfitowało w emocje. Po pięciosetowym meczu górą były Francuzki. Reprezentacja Serbii będzie chciała zrewanżować się za tę porażkę przed własną publicznością. 135 min  
**22.00 Tenis:** Turniej Wimbledon  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon  
**1.00 Boks**

**EUROSPORT II**

**6.30 Snooker:** Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: Kyren Wilson – John Higgins  
**8.30 Kolarstwo:** Tour de France – 5. etap: Lannemezan – Pau  
**9.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008** – mag. sportowy  
**10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012** – mag. sportowy  
**11.00 Kolarstwo:** Tour de France – 5. etap: Lannemezan – Pau  
**12.15 Kolarstwo:** Tour de France – 6. etap  
**18.15 Biegi górskie:** GT World Series – Quebec – podsumowanie  
**18.45 FIA WEC:** Wyścig 6-godziny w Imoli



**SNookER**

**20.15 Turniej Masters w Londynie** – finał: K. Wilson – J. Higgins  
 Decydujący pojedynek imprezy, w której uczestnicy elitarnego szesnastu czołowych graczy snookerowego rankingu. 105 min  
**22.00 Kolarstwo:** Tour de France – 6. etap  
**23.45 Cycling Essential Stories** – mag. sportowy  
**0.00 Snooker:** Turniej Players Championship – finał: J. Higgins – Z. Xintong

**TVP SPORT**

**7.00 Retro TVP Sport (45)** – magazyn sportowy  
**9.00 Mundialowy poranek (28)** – magazyn piłkarski  
**9.40 Kamera TVP Sport**  
**10.15 Piłka nożna:** MŚ 2026 – 1/8 finału  
**12.35 Jeździectwo:** WKKW Strzegom Horse Trials 2026  
**13.40 Sportowe ABC** – mag.  
**13.55 Piłka nożna:** ME U-19 – Walia 2026 – półfinał  
**16.00 Piłka nożna:** ME U-19 – Walia 2026 – półfinał  
**18.05 Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału  
**19.00 Dzień na mundialu (28)** – magazyn piłkarski  
**20.30 Piłka nożna:** MŚ 2026 – studio



**PIŁKA NOŻNA**

**21.50 Mistrzostwa świata 2026** – mecz ćwierćfinałowy  
 W dwóch ostatnich mundialach Francja grała w finale. Kylian Mbappé (zd.) i jego koleżki liczą na kolejną walkę o złoto. 205 min  
**1.15 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie  
**3.15 Boks:** Gala w Los Angeles – waga lekka: J. Mansour – M. A. Juarez  
**4.00 Boks:** Gala w Las Vegas – podsumowanie

**CANAL+ SPORT**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Motor Lublin  
**8.20 Premier League Stories (48)** – magazyn piłkarski  
**9.00 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona  
**11.15 Piłka nożna:** Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Celta Vigo  
**13.30 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026  
**14.35 Ligomistrzowe historie (5)** – mag.  
**15.45 Piłka nożna:** Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona  
**18.00 Żużel:** PGE Ekstraliga – mecz: Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław



**MAGAZYN**

**21.00 Premier League Review**  
 Podsumowanie poszczególnych kolejek ligi angielskiej, a w nim obszerne skrótowe wszystkich spotkań. 120 min  
**23.00 Boks:** BKFC Liberty Brawl: Philadelphia  
**0.00 Liga+ Extra** – magazyn piłkarski  
**2.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Pogoń Szczecin  
**4.20 Magazyn PGE Ekstraliga** – magazyn żużlowy

**ELEVEN SPORTS 1**

**6.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90** – magazyn piłkarski  
**6.45 Bundesliga Clubs** – magazyn piłkarski  
**7.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – FC Bayern Monachium  
**9.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter Mediolan  
**11.00 Formula 3:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**12.30 Formula 2:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**13.40 Made in Italy (19)** – magazyn piłkarski  
**14.00 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**16.00 Piłka nożna:** Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan

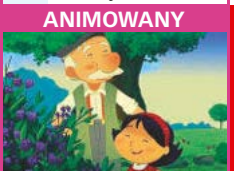


**PIŁKA NOŻNA**

**18.00 Liga niemiecka:** Bayern – Eintracht Frankfurt  
 W poprzedniej rundzie Bayern pokonał Eintracht 3:0. Celem liderujących w tabeli Bundesligi Bayernczyków było powtórzenie zwycięstwa. 120 min  
**20.00 Made in Italy (20, 11)** – magazyn piłkarski  
**20.40 Formula 1:** Grand Prix Wielkiej Brytanii  
**22.40 Serie A** – mag. piłkarski  
**23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2)** – mag.

**TVP ABC**

**10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat** – serial anim.  
**10.45 Rodzina Trefików 2**  
**11.10 Odo** – serial animowany  
**11.35 Stacyjkowo** – anim.  
**11.55 Pszczołka Maja** – anim.  
**12.25 Domisie**  
**13.00 Ugouty nam bajkę Królestwo** – anim.  
**13.45 Swinka Peppa 7**  
**14.10 Pająk Lucas 2** – anim.  
**14.30 Oli i Luna** – serial anim.  
**14.55 Oktonauci** – serial anim.  
**15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (13)** – mag.  
**15.40 Billy – chomik, który został kowbojem**  
**16.05 Pat i świat** – anim.  
**16.35 Dino Ranczo** – anim.  
**17.05 Pszczołka Maja** – anim.  
**17.30 Petronius: Obrońcy Ziemi** – serial anim.



**ANIMOWANY**

**18.00 Mała Marinette**  
 Dziewczynka chce się nauczyć wypaszać krowy. Nikt z rodziny nie wierzy, że sobie poradzi. 30 min  
**18.30 Leo da Vinci 2** – anim.  
**19.00 Płyt i Bill** – serial anim.  
**19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia** – serial animowany  
**19.25 Piotruś Królik** – anim.  
**19.50 Wegezaury 2**  
**19.55 Lupin wśród bajek**  
**20.10 Grizzy i lemingi** – anim.  
**20.25 Opowieści z zielonego lasu**

**POLSAT SPORT 2**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy  
**8.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów  
**10.00 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów  
**12.05 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Japonia – Tajlandia. Brak zwycięstwa reprezentacji Kraju Kwitnącej Wiśni byłby niespodzianką.  
**14.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry podwójnej kobiet  
**16.30 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów  
**18.30 Tenis:** Turniej Wimbledon  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon  
**1.00 Sporty walki:** FEN

**POLSAT SPORT 3**

**6.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**8.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej  
**10.45 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Belgia – Kanada  
**14.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów – mecz: Chiny – Ukraina  
**16.15 Siatkówka kobiet:** Liga Narodów: Czechy – Holandia  
**19.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej  
**21.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej  
**23.00 Tenis:** Turniej Wimbledon – półfinał

**EUROSPORT 2**

**12.15 Formula E:** ePrix Chin – 2. wyścig  
**13.00 Snooker:** Turniej Masters w Londynie  
**15.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Rio 2016 – magazyn sportowy  
**16.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Tokio 2020 – mag.  
**17.00 Igrzyska Olimpijskie:** Galeria Sław Paryż 2024 – mag.  
**18.00 Snooker:** Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: K. Wilson – J. Higgins  
**20.00 Kolarstwo:** Tour de France: Pau – Gavarnie-Gedre  
**22.00 Golf:** ISCO Championship – 1. runda  
**1.00 Kolarstwo:** Tour de France – 6. etap

**CI POLSAT**

**12.20 Zbrodnia prawie doskonała (3, 11, 12)** 14.10 Morderca z internetu (14, 13) 15.05 Ferie, impreza, morderstwo (6) 16.00 Pogrzebani za domem (3) 17.00 I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (4) – dok. 18.00 Z archiwum 997 2 (5, 6) 19.00 Dowody zbrodni 3 (12) – dok. 20.00 Kobiety, które niosły śmierć 12 (7) 21.00 Zbrodnia: oszukać prawdę (1) 22.00 Polowanie na pedofila (9) 23.00 Najbardziej szokujące pościgi 2 (13, 14) 23.55 Kobiety, które niosły śmierć 11 (8) 0.50 Tajemnica mojej śmierci (3)

**TVN TURBO**

**10.15 Cieżarówką przez RPA (7)** 11.15 101 napraw 5 (3, 4) 12.15 Jeździć, obserwować (6) – dok. 13.00 Obszarowacy (13, 14) – mag. 14.30 Zawodowi handlarze (9, 10) – rozr. 16.00 Wojny samochodowe (8, 9) – pr. rozr. 18.00 Raport Turbo – mag. inf. 18.15 Wojny samochodowe (7, 4) – pr. rozr. 20.15 Moto Kombatt (2) – mag. 21.05 Cieżarówką przez Chile (3) 22.00 Raport Turbo 22.15 Jeździć, obserwować (11, 12) – dok. 23.45 Zawodowi handlarze (8) 0.30 Usterka 16 (1) – fab. dok. 1.00 101 gadżetów motoryzacyjnych (6) – mag.

**POLSAT PLAY**

**6.00 Budowlancy (8)** 6.30 Kolowrotek (202) 7.00 Dorwać tuńczyka (8, 9) 9.05 Wojny magazynowe (185, 186) 10.05 Wojny kontenerowe (12, 13) 11.00 Hardkorowy lombard (46-51) – serial dok. 14.05 Polacy za granicą (39, 40) – dok. 16.05 Złomiarze (35, 36) – serial dok. 18.00 Poszukiwacze historii (164, 165) – serial dok. 20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadów (228-231) 22.00 Górale (237) 22.30 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (224, 160, 159, 162, 161, 163-168) 4.00 Starożytni kosmici (7, 8)

**CANAL+ SPORT 5**

**6.00 Piłka nożna:** PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice 9.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Sparta  
**12.00 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**16.45 Premier League Stories (48)** – magazyn piłkarski  
**17.30 Snooker:** Championship League – 1. runda  
**22.15 Górnik:** Chłopcy z Zabrza (4) – serial dokum., Pol. 23.20 Ligomistrzowe historie (4) – magazyn piłkarski 0.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – GKS Katowice 3.00 Przerwa techniczna

**DTX**

**7.05 Fani czterech kółek 9.10** Militar na warsztat (6, 7) 11.10 Dwa oblicza survivalu (6) 13.10 Pogromcy kanałów 15.10 Fani czterech kółek 17.10 Ale jazda (2-5) – pr. rozr. 19.10 Fani czterech kółek – dok. 20.10 Niechciani w Gask Monkey 21.10 Premiera: Mistrzowie logistyki (4) 22.10 Militar na warsztat 3 (1, 2) – dok. 0.10 Najszybsze pościgi Ameryki – dok. 2.10 Królowie asfaltu (1, 2) 3.40 Metro po szwedzku (6) – dok. 4.25 Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (7) 5.15 Drwal zawodowiec – dok.

**ELEVEN SPORTS 2**

**8.00 HHH – Hamburger SV** – dok. 8.50 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) 10.00 Piłka nożna: Liga francuska: Le Havre AC – PSG  
**12.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka – mecz: Bayern – Hoffenheim 14.00 Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC  
**16.00 Piłka nożna:** Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern 18.00 Formula 1  
**20.00 Piłka nożna:** Liga włoska: Udinese – Inter 22.00 Ligue 1 Show (36) – mag. 23.05 Made in Italy (13, 12, 11) 0.00 Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – FC Metz

**ELEVEN SPORTS 3**

**11.00 Bundesliga Special (21)** 12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Napoli 14.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon 16.00 Bundesliga Special (22) 16.30 Ligue 1 Show (35) 17.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. 18.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus FC – SS Lazio 20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – Mainz 23.00 Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – OGC Nice 0.00 Werder Double – dok. 0.55 Podróż do świata Calcio

**NICK JR.**

**15.34 Swinka Peppa 2** – anim. 15.56 Swinka Peppa 7 – anim. 16.00 Swinka Peppa 5 16.11 Swinka Peppa 2 16.16 Swinka Peppa 5 16.35 Psi Patrol 4 17.05 Rubble i jego ekipa 2 – anim. 17.30 Pan Krokodyl 2 – anim. 17.55 Barbapapa – szczęśliwa rodzinka 17.30 Barbapapa i jego rodzinka 2 18.10 Dora 2 19.00 Przygodzie Misa Paddingtona 19.30 Przygodzie Misa Paddingtona 2 19.55 Przygodzie Misa Paddingtona – anim. 20.07 Swinka Peppa – anim. 20.30 Male Królestwo Bena i Holly 20.55 Barbapapa i jego rodzinka

**MINIMINI+**

**14.03 Kicia Kocia 2** 14.22 Cloudy & Stormy 14.45 Gazu, pieski, gazu! 15.10 Baranek Shaun – anim. 15.36 Język Happy – anim. 15.55 Mały Charlie 16.05 Mega Ekspres 16.30 Ciekawski George 6 17.00 Tomek i przyjaciele 20 – anim. 17.25 Staś i fajna Babcia – anim. 17.50 Moje urodziny 17.56 Smery – anim. 18.25 Leśna rodzina: Pamiętnik Frey 18.50 Baccine oczka 19.05 Kicia Kocia 2 19.25 Mały Charlie 19.36 Język Happy 19.52 Basia 2 20.05 Wierszyki domowe 20.35 Dolina Muminków 3 – anim.



**18.20 TVP 2**

**Pan Mama**  
KOMEDIOWY  
**ND** Miras próbuje odnaleźć się po długiej serii nieudanych przedsięwzięć biznesowych. Przypadkowo trafia na mukbang, czyli transmisję, podczas której prezentowane jest spożywanie dużej ilości jedzenia. Początkowo wydaje mu się to dziwne. Z czasem jednak zaczyna nagrywać podobne filmy. Szybko zdobywa fanów. W tym samym czasie Renata organizuje nietypową sesję terapeutyczną, którą uczestnicy przeżywają bardzo emocjonalnie. Atmosfera staje się coraz bardziej intensywna, a wydarzenia szybko wymykają się spod kontroli. Sylwester oraz Patrycja całują się, czym zaskakują nie tylko terapeutkę, ale też siebie nawzajem. **odc. 59**



**19.25 TVP 2**

**Barwy szczęścia**  
OBYCZAJOWY  
**PT** Łukasz spotyka się z czytelnikami. Następnie spędza z Celiną namiętny wieczór. Justin chce porozmawiać z Oliwką o tym, jak traktuje ona Olę, jednak ukochana go powstrzymuje. Karol zostaje zaatakowany przez pacjenta uzależnionego od leków przeciwbólowych. Po kilku godzinach Hubert przekazuje Dawkowi tragiczne wieści... **odc. 3341, 3346**



**20.05 TVP 2**

**Rodzinka.pl**  
KOMEDIOWY  
**PT** Dianka poznaje lepiej Ludwika i jego bliskich. Podczas nieobecności przyjaciela zjawia się Marek. Adela zastanawia się nad celem jego wizyty. U Tomka oraz Magdy gości Paula, która przy okazji spotyka Sonię. Między dziewczynami dochodzi do ostrej wymiany zdań. Natalia odkrywa marzenia męża. Jest nimi rozczarowana. **odc. 296, 297**



**20.15 TVN**

**Na Wspólnej**  
OBYCZAJOWY  
**PO** Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. Igor wyjeżdża służbowo. Julka wyłudza pieniądze od Anki, próbuje też zdobyć narkotyki. **odc. 4236-4239**



**20.30 TVP 1**

**Prokurator**  
KRYMINALNY  
**WT** W renomowanej agencji reklamowej w centrum Warszawy dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy, Beata. Sprawca pozwabia kobietę życia, wielokrotnie uderzając jej głową o pancerne okno. Sidlecka doszukuje się jednak innej przyczyny zgonu. Na tym nie koniec niespodzianek. Okazuje się, że denatka mieszkała w ekskluzywnym apartamencie, chociaż niskie zarobki by jej na to nie pozwalały. W mieszkaniu zostaje znaleziony też podarty voucher na wakacje na Małediwach dla dwojga. Gdy do zabójstwa nieoczekiwanie przyznaje się koleżanka ofiary, Anna, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa. Chce dojść do prawdy. **odc. 6**



**22.20 TVP 2**

**Na sygnale**  
FABULARNO-DOK.  
**PO** Sylwia ulega wypadkowi na skuterze. Z pomocą spieszą jej ekipy Basi oraz Piotra. Podopiecznym doktor Reiter jest mężczyzna uczulony na mięso. Doznal reakcji anafilaktycznej po zjedzeniu dania z weganiańskiego baru. **odc. 855-860**



**18.20 TVP 2**

**Pan Mama**  
KOMEDIOWY  
**ND** Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Nie potrafi jednak zdobyć się na szczerść wobec niej. Zamiast otwartej rozmowy, pozwala się ponieść niepraktycznej poradzcie. W efekcie zaczyna udawać znawcę tantry. Liczy, że ten fałszywy wizerunek doda mu odwagi i sprawi, że spodobą się kobiecie, a nawet jej zaimponuje. Miras oraz Bruno wpadają na zaskakujący pomysł. Tworzą kuriozalną, lekko żartobliwą pieśń na cześć patrona szkoły, do której chodzi chłopak. Wierzą, że taki niecodzienny wyczyn zwróci uwagę nauczycieli i poprawi kiepskie oceny. Absurdalny plan prowadzi do szeregu zabawnych oraz nieprzewidywalnych sytuacji. **odc. 60-ost.**



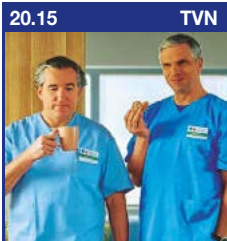
**19.25 TVP 2**

**Barwy szczęścia**  
OBYCZAJOWY  
**PO** Oliwka zatrzymuje się u Madzi. Jest przekonana, że Tomek wciąż czuje coś do Grażyny. Marek doznaje kontuzji na imprezie Witka. Dzięki Oldze trafia pod opiekę Hermana. Mimo sprzeciwu Asi Daniel znów zabiera Emila na strzelnicę. **odc. 3347-3350**



**19.25 TVP 2**

**Rodzinka.pl**  
KOMEDIOWY  
**SO** Majka jest mocno zaskoczona, gdy dowiaduje się, że ciocia Maria nocowała u dziadków. W tym czasie do Tomka oraz jego żony przyjeżdżają rodzice Magdy. Starają się lepiej poznać wnuczkę. Pragną nawiązać z dziewczynką bliższą relację. Natalia już po raz kolejny porusza wraz ze swoimi przyjaciółkami temat operacji plastycznych. Żywa dyskusja nabiera tempa, gdy Paula włącza się do rozmowy, podając się za ekspertkę w tej dziedzinie. Później Boska oraz jej małżonek postanawiają nieco uatrakcyjnić i ożywić rutynowe spotkania towarzyskie. Dzięki wspólnej inicjatywie organizują wieczór przebierańców, co kończy się komicznie. **odc. 298**



**20.15 TVN**

**Na Wspólnej**  
OBYCZAJOWY  
**PO** Julka kradnie ojcu pieniądze na używki. Leon zastaje ją w ciężkim stanie. Z kolei Sandra szantażuje Smolnego. Ten postanawia sprawdzić jej dyplom z polszczyzny uczeni. **odc. 4240-4243**



**20.30 TVP 1**

**Prokurator**  
KRYMINALNY  
**ND** W trakcie przedstawienia teatralnego ginie jeden z aktorów, który zgodnie z treścią dramatu przystawił sobie do głowy pistolet, a następnie nacisnął na spust. Okazuje się, że ktoś podmienił rekwizyt z atrapy na prawdziwą broń. **odc. 7-9**



**21.50 TVP 2**

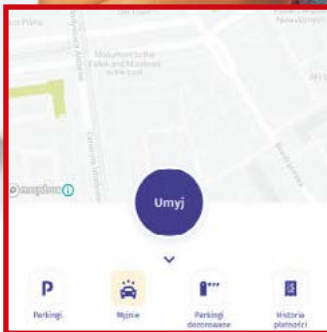
**Na sygnale**  
FABULARNO-DOK.  
**PO** Britney zabiera matkę na wycieczkę, by oderwać ją od problemów. Dobrobrnie próbuje porozmawiać z Wandą, która odcięła się od rodziny. Na dyżurze znajduje się starszą kobietą, która zasłabła przez grype. **odc. 861-865**

## ZNAJDŹ I OPŁAĆ PARKING W APLIKACJI

Nie musisz już krążyć w poszukiwaniu parkingu – dzięki tym bezpłatnym aplikacjom szybko znajdziesz wolne miejsce, opłacisz postój lub pobierzesz bilet cyfrowy przy centrach handlowych.

## PROSTE ROZWIĄZANIE

**EASYPARK – ŁATWE PARKOWANIE** pobierzesz z Google Play i App Store. Po zainstalowaniu otwórz apkę, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a, aby się zalogować. W menu (w prawym górnym rogu ekranu) wybierz „Pojazdy” i dodaj auto, wpisując numer rejestracyjny – możesz dodać kilka pojazdów. Kliknij lupę i wpisz nazwę miasta, by sprawdzić możliwość opłaty w strefach parkowania oraz lokalizacje parkingów. Zapłacisz w apce kartą, Google Pay lub Blikiem.



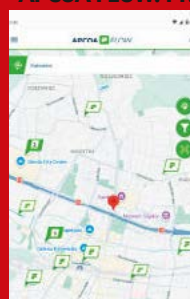
## AUTO POD NADZOREM

**ANYPARK (DAWNIE PANGO)** jest dostępna w Google Play i App Store (jako ANYPARK). Zainstaluj aplikację, zaakceptuj zgodę, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a. Możesz korzystać z wersji bezpłatnej lub włączyć premium (9,99 zł/mies.) – oferuje m.in. informacje o wolnych miejscach w czasie rzeczywistym i powiadomienie o zakończeniu parkowania. Konto doładujesz kartą, Blikiem lub szybkim przelewem. W aplikacji znajdziesz też myjnię i parkingi strzeżone.



## DOBRA NA ZAKUPY

**APCOA FLOW. PROSTE PARKOWANIE** to apka, którą pobierzesz z Google Play lub App Store. Zarejestruj się, podając adres e-mail oraz numer telefonu. Dodaj pojazd, wpisując numer rejestracyjny (możesz dodać kilka aut), i wybierz metodę płatności. Zapłacisz za postój na blisko 50 parkingach, także tych ze szlabanami i automatycznym odczytem tablic. Włącz lokalizację lub wpisz miasto, aby sprawdzić parkingi na mapie. Aplikacja sprawdzi się m.in. przy centrach handlowych, gdzie darmowy postój wymaga pobrania biletu.



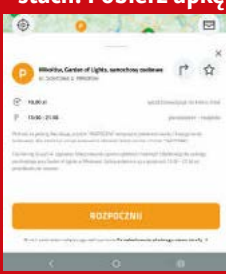
## WOLNOŚĆ WYBORU

**MOBILET** to aplikacja dostępna na telefonach z Androidem i iPhone'y. Możesz w niej opłacić postój w strefach płatnego parkowania lub na parkingach przy centrach handlowych w ponad 200 miejscowościach. Po pobraniu apki podaj numer telefonu, adres e-mail i ustal hasło. Potem doładuj konto w systemie moBilet (np. przelewem lub Blikiem). Wpisz nazwę miasta, aby znaleźć parking dostępny w systemie. Kliknij i wybierz czas postoju – opłata zostanie pobrana automatycznie.

P	Centrum (09:00-23:00) GDA7
P	Niebieska (09:00-23:00) GDA4
P	Zielona (09:00-23:00) GDA3
P	Tęta (09:00-17:00) GDA5 parking kulturalny Obopow
P	Aurka ul. Kalderska 32
P	Jeonowska ul. Jeonowski Cmentarz nr1
P	Bełuska ul. Prędkiego 8
P	Bełuska ul. Theyssta Lecha Kaczyńskiego 5
P	CH Włost
P	Parking ul. Krynki
P	Parking Galera Morska - WESP
P	Parking ul. Czerwony dwór - WESP
P	Parking ul. Dąbrowskiego - WESP
P	Parkino ul. Fildorfa - WESP
P	Parking ul. Smolchowski - WESP
P	Parking ul. Wileńska - WESP

## WYGODA PONAD GRANICAMI

**CITYPARKAPP – PŁAĆ ZA PARKING** działa w ponad 70 miastach. Pobierz apkę i zaloguj się przez konto Google lub zarejestruj się, podając adres e-mail. Ustaw hasło i wpisz kod weryfikacyjny z e-maila. Wybierz kraj (Polska, Litwa, Łotwa, Estonia), ustaw PIN, wpisz numer rejestracyjny i kliknij Kontynuuj. Dodaj metodę płatności (np. Blik, Google Pay). Przy włączonej lokalizacji zobaczysz parkingi w okolicy i ceny. Kliknij strzałkę, a nawigacja poprowadzi cię do celu.



PRZEŁOM 2026!

# WYKONAJ PRACE W OGRODZIE Z LEKKOŚCIĄ HEDGRO 8-W-1 MAX

Bezprzewodowe **MULTI-NARZĘDZIE 8-W-1!**

OD TRAWY, PRZEZ KRZAKI, PO GRUBE GAŁĘZIE – 1 URZĄDZENIE!

ZAMÓW  
ZA 299 zł

OFERTA  
DO WYCZERPIANIA  
ZAPASÓW

AKUMULATOR  
LITOWO-JONOWY

HEDGRO 8-W-1 MAX zmienia 4-godzinną harówkę w 90-minutową przyjemność. 1 przycisk – 8 funkcji: kosa elektryczna, podkaszarka żyłkowa, nożyce do żywopłotu, piła ogrodowa, wykrawacz krawędzi, wykaszarka do zarośli, przycinarka teleskopowa do gałęzi, kosa do zboczy... Zero kabli, zero benzyny, duża wygoda.

### W ZESTAWIE OTRZYMUJESZ:

- Narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX
- Akumulator litowo-jonowy 1300 mAh (90 minut pracy)
- Uchwyt teleskopowy (80–120 cm)
- 4 typy ostrzy: stalowe/tarcza/plastik/żyłka
- Osłona bezpieczeństwa + kółka prowadzące + ładowarka
- PREZENT: Okulary + rękawice (wartość 49 zł)



Tylko do wyczerpania zapasów – cena 299 zł

## Przytnij trawnik, zarośla i gałęzie SZYBKO I WYGODNIE

HEDGRO 8-W-1 MAX to jedyne narzędzie, którego potrzebujesz. Cisza (65dB), zero spalin, zero kabli. Bezprzewodowy, z wydajnym akumulatorem Li-Ion, daje do 90 minut pracy!

- 4 wymienne ostrza – od precyzyjnych krawędzi po grube gałęzie (Ø25mm)
- Teleskopowy uchwyt 80-120cm – praca w wygodnej pozycji!
- Lekka konstrukcja – 2,3 kg\*
- Poziom dźwięku zbliżony do cichej rozmowy (ok. 65 dB)

**CZERWCOWA OFERTA TELEFONICZNA:**  
Zadzwoń i zamów za 299 zł!

PREZENT: okulary ochronne + rękawice (wartość katalogowa 49 zł)

### EKSPRESOWA DOSTAWA KURIEREM

Płatność przy odbiorze – 0 zł przedpłaty

Zadzwoń TERAZ:

42 300 33 85

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

WYGODNIE

NAWET GRUBSZE PRACE

SZYBKO I PRECYZYJNIE

BEZ BENZYNY I SPALIN

**Stalowe Ostrza:**  
Tną twarde chwasty i małe krzewy

**Tarcza Tnąca:**  
Przycina krzewy i grubsze gałęzie

**Plastikowe Ostrza:**  
Koszą delikatną trawę

**Podwójna Żyłka:**  
Wykrawa idealne krawędzie i długą trawę

REGULOWANY  
TELESKOPOWY  
UCHWYT

Dlaczego warto używać  
multi-narzędzie  
HEDGRO 8-W-1 MAX?



**Lekkie i Przenośne:**  
komfortowa praca nawet przez kilka godzin.



**Regulowane i uniwersalne:**  
3 wysokości, 3 kąty, 4 ostrza – idealnie do każdego zadania.



**Kompletny zestaw:**  
zawiera elementy ochronne zapewniające bezpieczne użytkowanie.



**Montaż = Klik-Klik-Start:**  
Od pudełka do pracy w 5 minut – instrukcja obrazkowa.

3 RÓŻNE KĄTY  
NACHYLENIA  
OSTRZA

4 WYMIENNE  
TYPY OSTRZY  
W ZESTAWIE

KOMPAKTOWY  
I SKŁADANY

MOCNY  
SILNIK

DO 90  
MINUT  
PRACY NA  
1 ŁADOWANIU!

LEKIE  
I ŁATWE  
W OBSŁUDZE

\* Masa urządzenia bez akumulatora.

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