

Ukraina nie ma czym zestrzeliwać pocisków

Wyrzutnie bez Patriotów

Nie udało się zestrzelić żadnej z 24 rosyjskich rakiet balistycznych, którymi poprzedniej nocy Rosja zaatakowała Kijów i okolice. Powód jest jeden – Ukraińcy nie mają już czym odpierać ataków.

Piotr Andrusieczko

To była kolejna ciężka noc dla mieszkańców Kijowa i okolicznych miejscowości. 20 minut po północy zawyły syreny alarmowe, a kilka minut później rozległy się pierwsze eksplozje. Bardziej zapobiegliwi czekali już w metrze albo w jego pobliżu, ale większość mieszkańców ukraińskiej stolicy przeczekiwała atak w swoich mieszkaniach.

Pociski balistyczne lecą tak szybko, że jeśli nie masz schronu w domu albo podziemnego parkingu, to po usłyszeniu alarmu nie zdążysz dobiec do ukrycia. Podczas ostatnich rosyjskich ataków kilka osób zginęło właśnie w ten sposób.

Rosja nasila ataki balistyczne

Natomiast w nocy z wtorku na środę pocisk wystrzelony przez Rosję zabił aż osiem osób czekających na peronie pod Kijowem na opóźniony pociąg. Zginęli też pracownicy marketów Silpo, którego centrum logistyczne, podobnie jak innych dużych sieci, było jednym z celów ataku. Łącznie w nalotach na Kijów i okolice zginęło co najmniej 17 osób, a kilkadziesiąt zostało rannych.

Rosja atakuje Kijów pociskami manewrującymi, balistycznymi i hi-

personicznymi od początku inwazji. Jednak wcześniej mieszkańcy Kijowa reagowali na te uderzenia w miarę spokojnie – często pierwszy huk, jak Kijowianie słyszeli w nocy po alarmie, to były odpalane pociski z systemów Patriot i eksplozje na niebie przechwyconych rosyjskich rakiet balistycznych.

Nikt na świecie nie ma większego doświadczenia w przechwytywaniu pocisków balistycznych niż ukraińscy operatorzy amerykańskich systemów. W wielu przypadkach zamiast regulaminowego zastosowania 2-3 antyrakiet do zestrzelenia jednego pocisku udaje im się zlikwidować zagrożenie jedną antyrakietą. Praktyka ta oczywiście wynika z ciągłego deficytu amunicji do systemów Patriot.

Jednak ostatnio mieszkańcy Kijowa praktycznie nie słyszą już odpalanych pocisków z Patriotów.

Według ukraińskiego blogera wojennego Bohdana Myrosznykowa od 2 do 28 lipca Rosja wystrzeliła w kierunku Kijowa i okolicznych miejscowości 218 pocisków rakietowych różnych typów. Nie można też cały czas zapominać o dronach.

Już po opublikowaniu tej statystyki, w nocy z 29 na 30 lipca, miał miejsce jeszcze jeden kombinowany atak rakietowo-dronowy na Ukra-

inę, w którym Rosja użyła: 61 pocisków manewrujących X-101 i Kalibr, dziewięciu pocisków balistycznych Iskander/S-400/KN-23, czterech rakiet Cyrkon oraz 284 dronów. Ukraińskiej obronie udało się zestrzelić 54 pociski manewrujące, 265 dronów i tylko jeden pocisk balistyczny.

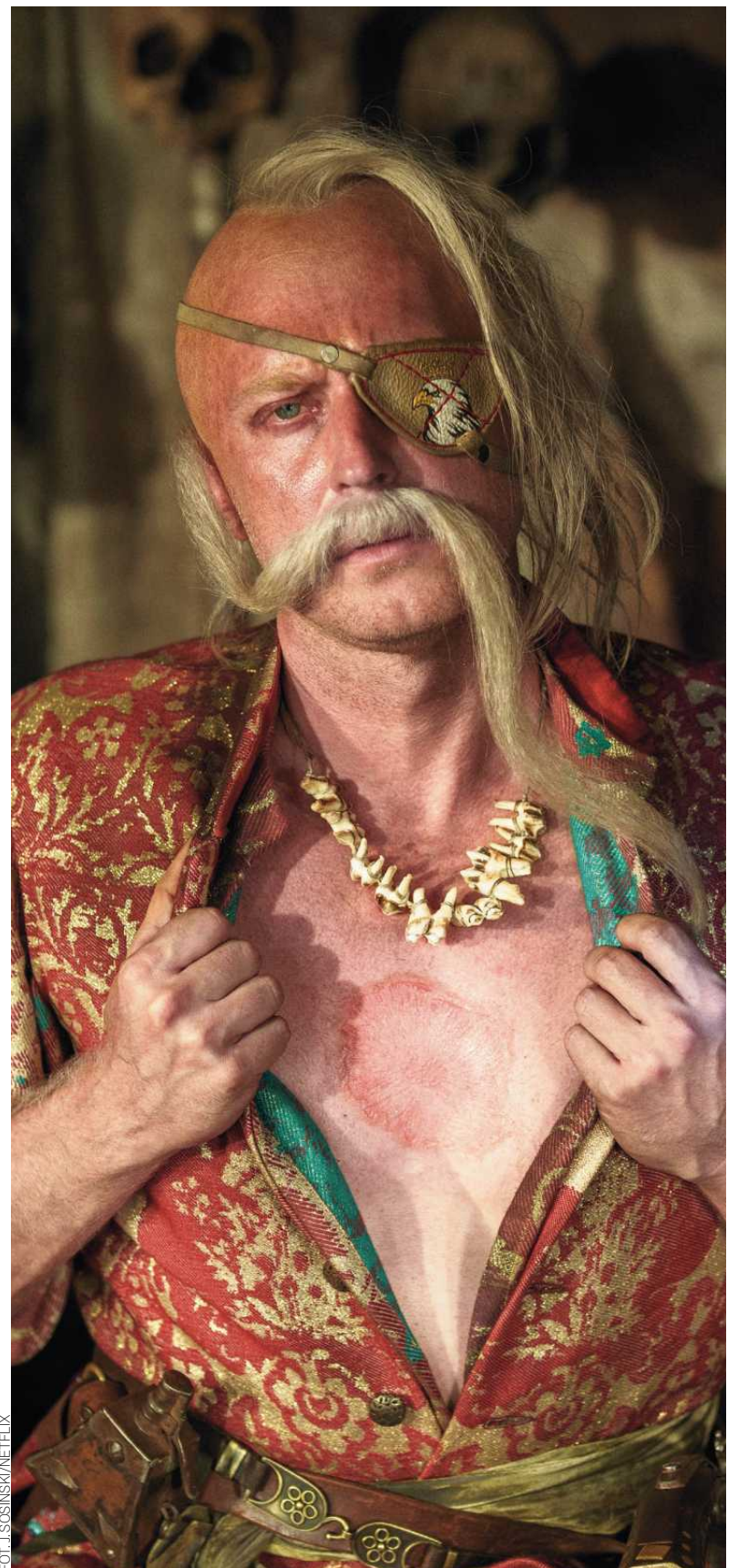
Serhij Bieskrestnow ps. Flash, doradca prezydenta Wołodymyra Zełenskigo, a wcześniej ministra obrony Mychajła Fedorowa, po środowym ataku oświadczył, że Rosja jest w stanie miesięcznie wystrzeliwać około 100 pocisków balistycznych w kierunku Ukrainy.

Ukrainie skończyły się pociski do Patriotów

Zełenski podczas niedawnej wizyty w Waszyngtonie, poprosił prezydenta USA Donalda Trumpa o 300 pocisków do systemów Patriot na zimę. Amerykański prezydent miał odmówić, tłumacząc, że wojna z Iranem doprowadziła do znacznego nadwyżerzenia zapasów USA i ich sojuszników w rejonie Zatoki Perskiej.

W Europie Patrioty mają: Szwecja, Holandia, Niemcy, Polska i Rumunia. Część z tych państw już przekazywała Ukrainie pociski. Globalny deficyt nie zachęca do dalszego uszczuplania własnych zapasów.

Ukraina ma zakontraktowane dostawy pocisków z USA i Niemiec, ale rozpoczną się one dopiero w przyszłym roku. Jeszcze później, bo w połowie 2027 r., ma być gotowy prototyp systemu antybalistycznego Freya, który Kijów buduje wraz z europejskimi partnerami. ●



FOT. JUSOSIŃSKI/NETLIX

Trzeci sezon serialu

POLACY MÓWIĄ JĘZYKIEM „1670”

– Zakładałem, że to coś przede wszystkim dla ludzi z mojego pokolenia. To, że okazał się hitem wśród uczniów podstawówek, licealistów, a jednocześnie oglądają go i lubią emeryci, było dla mnie kompletnym zaskoczeniem – mówi Jakub Rużyłło, pomysłodawca i scenarzysta serialu „1670” ► 16-17

Rozłam w PiS

Morawiecki chce zaskoczyć prezesa

Waldemar Buda, wyrzucony z PiS europoseł z Łodzi, mówi o amunicji, której środowisko Morawieckiego jeszcze nie odpaliło.

► 4-5

• Ściemy Morawieckiego ► 15

Rok prezydentury Nawrockiego

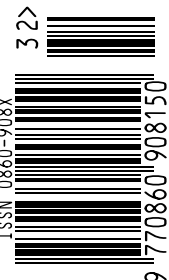
Zła wróżba dla Polski

Karol Nawrocki to pierwszy prezydent, który nawet nie próbuje łączyć Polaków. A grzechów na sumieniu ma więcej

• Komentarz ► 2

Uroczystości związane z pierwszą rocznicą zaprzysiężenia prezydenta rozpoczęły się po zamknięciu tego wydania

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



Roman
Imielski

Rok niedobrej prezydentury

Mija właśnie rok od wprowadzenia się Karola Nawrockiego do Pałacu Prezydenckiego. Dla blisko połowy osób, które poszły do urn wyborczych w 2025 r., jego zwycięstwo było szokiem.

Najwyższy urząd w Polsce objął bowiem człowiek z szemraną przeszłością: dumny z uczestnictwa w kibolskich ustawkach i publicznie gloryfikujący to przestępstwo jako „szlachetną męską walkę wręcz”; wyludzający komunalną kawalerkę od będącego w trudnej sytuacji życiowej pana Jerzego; znajomy przestępców z nazistowskimi tatuażami czy osób skazanych za sutenerstwo.

Po roku widać, że to prezydentura inna niż wszystkie pozostałe w III RP od wyboru w 1990 r. Lecha Wałęsy. Nawrocki jako pierwszy nie chce w żaden sposób łączyć obywateli z różnych stron sceny politycznej. Zależy mu wyłącznie na tych, którzy go wybrali. A tu kluczowe były głosy Konfederacji i partii Grzegorza Brauna.

Dlatego nigdy nie skrytykował haniebných słów czy działań Brauna, za to aktywnie przyłączył się do antyukraińskiej nagonki i ataków na państwo walczące z rosyjską agresją. Nigdy nie zaapelował o powstrzymanie antyukraińskiej fali i fizycznych ataków na Ukraińców.

Wetomat Nawrockiego działa sprawnie, prezydent zawetował rekordowe 41 ustaw

W polityce zagranicznej Nawrocki nie zbudował sieci dobrych i przede wszystkim skutecznych relacji z europejskimi przywódcami, tylko dramatycznie ucpełił się nogawki Donalda Trumpa. Z prezydentem USA jest zaś tak, że w żadne jego zapewnienia wierzyć nie można. W rozgrywkach wewnętrznych Nawrocki chce przemodelować nasz ustroj na prezydencki. Już na początku kadencji zapowiedział, że Sejm nie powinien rozpoczynać prac nad żadną ustawą, jeśli wcześniej nie zapyta głowy państwa, czy nie zawetuje przepisów. To byłby skandaliczny kaganiec parlamentarny.

Kaganiec i tak jest – wetomat Nawrockiego działa sprawnie, prezydent zawetował rekordowe 41 ustaw. Są i liczne inne grzechy. Głowa państwa łamie konstytucję, nie odbierając przysięgi od prawidłowo wybranych sędziów Trybunału Konstytucyjnego. Nawrocki m.in. odmówił awansów generalskich kilku świetnym oficerom, walczył z europejskim programem SAFE, czyli 180 mld zł na szybką modernizację naszej armii. Blokuje wszelkie pomysły uzdrowienia wymiaru sprawiedliwości czy większej kontroli rynku kryptowalut, a nawet zawetował ustawę o zwiększeniu akcyzy na alkohol. Nie zgodził się również na przepisy mające powstrzymać hejt i przestępstwa pojawiające się w portalach społecznościowych.

Przed nami kampania wyborcza do parlamentu i Nawrocki jeszcze bardziej skupi się na walce z rządem, chcąc zostać mężem opatrnościowym szerokiego obozu prawicy, także tej skrajnej. To wróży Polsce jak najgorzej.

Andrzej rysuje



Jaworzno Wysychają „polskie Malediwy”



Rewitalizowany kilka lat temu kamieniołom i zbiornik „Wydra” są znaną atrakcją turystyczną. Pomosty zwykle są przykryte wodą, ale z powodu braku opadów deszczu i wysokich temperatur poziom wody w zbiorniku drastycznie się obniżył. Jaworzno, 5 sierpnia 2026 roku

Skargi o mobbing

15

TYS.

Tyle skarg związanych z mobbingiem w zakładach pracy wpłynęło do Państwowej Inspekcji Pracy w ciągu ostatnich sześciu miesięcy. To o 7,8 proc. więcej niż w tym samym okresie rok temu. Więcej ► next.gazeta.pl

Nowa książka patriarchy Moskwy

Rosyjską broń jądrową sławi jako „Łaskę Bożą”

Patriarcha Moskwy umacnia siebie i umacnia swą owczarnię w wierze w wojnę. Wydał właśnie książkę o jej znaczeniu jako „wartości najwyższej”. „Uczeni pracujący tutaj, w Sarowie, stworzyli naszą rosyjską bombę atomową. Tak przez trud uczonych objawiła się Łaska i Miłość Boża dla kraju naszego” – tak arcybiskup Rusi łączył fizykę jądrową z metafizyką w miejscu i czasie wybranym z wielkim rozmysłem.

Było to 1 sierpnia, w dniu wyniesionego na ołtarze Serafina z Sarowa i w Klasztorze Trójcy Świętej i św. Serafina z Sarowa w Diwiejewie, gdzie spoczywają szczątki czczonego jako „czcigodny” świętego.

W roku 1947 w klasztorze w zamkniętym mieście Sarowie (przechrzczonym na Arzamas-16), skąd mnisi zostali przegonieni przez bolszewików wiele lat wcześniej, Ławrientij Beria kazał urządzić KB-II (Biuro Konstrukcyjne). Tu uczeni tacy jak Igor Kurczatow czy Andriej Sacharow, a także przysłani z łagrów więźniowie GUŁagu, mieli stworzyć bombę.

A to, według Cyryla, ziściło się za wstawiennictwem świętego Serafina, który tu mieszkał i tutaj go w 1833 roku pochowano. Niedługo po rewolucji bolszewickiej jego sarkofag rozbito, a szczątki gdzieś wywleczono.

„Czcigodnego”, odnaleziono ponoć 35 lat temu i pochowano w klasztorze w Diwiejewie, gdzie patriarcha w sobotę (1.08) nie pierwszy raz sławił broń masowego rażenia jako przejaw Łaski Bożej.

Patriarcha Moskwy i Wszechrusi już dawno dał się poznać jako kapłan wojny. Po agresji na Ukrainę, którą błogosławił, Cyryl przepędził z Cerkwi wszelki pacyfizm. Duchownych, którzy modlą się „za pokój”, a nie „za zwycięstwo”, ekskomunikuje i wypędza z pa-



rafi, co zazwyczaj kończy się i wygnaniem z ojczyzny.

Metafizykę „zbawiennej” istoty wojny udało się patriarche wyłożyć we właśnie wydanej książce „Wojna. Za granicami widzialnych przyczyn i skutków”.

Pismo, na które złożyły się przemyslenia i wypowiedzi przywódcy Rosyjskiej Cerkwi Prawosławnej, oznajmia, że wojna nie toczy się na polu bitwy, lecz „w wymiarze metafizycznym”. Chodzi w niej nie o terytoria, a o „odkupienie grzechów”.

Na tym nie koniec wojennej metafizyki Cyryla. Rosjanie są skazani na zwycięstwo, bo stoją po stronie dobra, ich misją jest „desatanizacja” świata, więc Bóg jest z nimi.

Tak to patriarcha, co czyni od początku konfliktu z Ukrainą, powagą swej funkcji i urzędu oraz siłą swej instytucji wspiera Putina i jego wojnę – i, jak mawiają Rosjanie, z piątego przykazania „Nie zabijaj” uparcie wymazuje partykulę „nie”.

Internetowi złośliwcy bardzo docenili żart rysunkowy przedstawiający strwożonych, patrzących w niebo Putina i jego głównego kapłana. Wódz pyta: – „A jeśli się okaże, że Bóg jest?”. – „Nie daj Boże!” – wykrzykuje patriarcha. ● **Wacław Radziwinowicz**

KSIAZKI

Szalai po Bookerze: CIAŁO NAS ŁĄCZY. WSZYSTKICH. BEZ WYJĄTKU. Kto wyniósł nocnik? Łęka! Najbliższa w całym internecie.

W SPRZEDAŻY, RÓWNIEŻ Z DOSTAWĄ DO PACZKOMATU

Zamów magazyn z darmową dostawą na: **Prenumerata24.pl**

Więcej na: **Wyborcza.pl/ksiazki**



**Wyciąg z ogłoszenia
o II przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż działki
niezabudowanej położonej w Starogardzie Gdańskim,
według wykazu w tabelce:**

Lp.	Nr działki i obręb	Pow. w m ²	Numer księgi wieczystej	Położenie	Przeznaczenie w obowiązującym miejscowym planie zagospodarowania przestrzennego	Cena wywoławcza w zł (zawiera 23% VAT)	wadium w zł
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	22/29 obręb 7	13 368	GD1A /00024794/3	ul. Kochanki	A.181.P2,U1 tereny zabudowy techniczno- produkcyjnej, magazyny, składy, bazy, parkingi, garaże, handel hurtowy a także zabudowa usługowa komercyjna	805 000,00	80 500,00

Nieruchomość przeznaczono do zbycia Zarządzeniem Nr 03/01/2026 Prezydenta Miasta Starogard Gdański z dnia 5 stycznia 2026 r.

Przetarg ustny nieograniczony odbędzie się dnia 14 października 2026 r. (środa) o godz. 11:00 w sali 101 Urzędu Miasta Starogard Gdański, ul. Gdańska 6.

Wadium w pieniądzu należy wnieść najpóźniej do dnia 8 października 2026 r. (czwartek) na konto Urzędu Miasta Starogard Gdański Nr 83 8340 0001 0001 1400 2000 0005.

Ogłoszenie o przetargu wywieszono na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Starogard Gdański, ul. Gdańska 6 (obok pokoju 204) i TBS Ziemi Kociewskiej sp. z o.o. w Starogardzie Gdańskim, ul. Traugutta 56 oraz zamieszczono na stronach internetowych: www.bip.starogard.pl i www.starogard.pl

Blizszych informacji dotyczących ogłoszenia o przetargu udziela Wydział Gospodarki Gruntami, Geodezji i Rolnictwa Urzędu Miasta Starogard Gdański, ul. Gdańska 6, pok. 204, II piętro, tel. (58) 5306075, e-mail: joanna.felska@um.starogard.pl

Kraj/34446535



Prezydent Wrocławia

ogłasza

**trzeci przetarg ustny nieograniczony
na sprzedaż lokalu mieszkalnego:**

TERAZ NIŻSZA CENA

**ul. generała Jana Henryka Dąbrowskiego 21
lokal 10**

Powierzchnia lokalu - **100,28 m²**
Cena wywoławcza w zł - **546 000,00 zł**
Wadium - **54 600,00 zł**

Lokal mieszkalny oglądać można w dniach 21.09.2026 r. w godz. 9⁰⁰– 11⁰⁰, 22.09.2026 r. w godz. 11⁰⁰– 13⁰⁰, 23.09.2026 r. w godz. 12⁰⁰–14⁰⁰, po uprzednim ustaleniu terminu z Biurem Obsługi Klienta nr 5, ul. Komuny Paryskiej 39-41, 50-451 Wrocław, tel.: 71 798-69-75.

U W A G I:

- Przetarg** odbędzie się w siedzibie Urzędu Miejskiego Wrocławia, pl. Nowy Targ 1-8 w sali nr 215, o godz. **12:00** dnia **8 października 2026 r.**
- Wadium na w/w lokal uczestnik przetargu winien wpłacić **najpóźniej do dnia 1 października 2026 r.** na konto Gminy Wrocław – **Bank PKO BP S.A. nr 36 1020 5226 0000 6302 0417 7655**. Datą dokonania wpłaty wadium jest data uznania rachunku bankowego Gminy.
- Dowodem wniesienia wadium jest potwierdzenie z banku.
- Pełną informację dotyczącą przetargu zawiera ogłoszenie wywieszone na tablicy w siedzibie Urzędu Miejskiego Wrocławia ul. G. Zapolskiej 4, I p.
Ogłoszenia o przetargach dostępne są również w internecie pod adresem: <http://bip.um.wroc.pl>
- Prezydent Wrocławia może odwołać przetarg z ważnych powodów.

Szczegółowe informacje uzyskać można w Wydziale Sprzedaży Lokali Urzędu Miejskiego Wrocławia przy ul. G. Zapolskiej 4, pok. 139 tel. 71 777-77-59.

Kraj/34446704

**Warszawska Spółdzielnia
Mieszkaniowa Grochów**

ogłasza

**przetarg nieograniczony
na wykonanie
nowych chodników
z kostki brukowej**

przed budynkami
przy ul. Kobielskiej 15 i Kobielskiej 17
w Warszawie.

Warunki udziału w przetargu oraz
Specyfikację Warunków Zamówienia
można uzyskać w siedzibie
Spółdzielni Warszawa, ul. Kobielska 1,
sekretariat, pokój nr 14.

Termin składania ofert upływa dnia
24.08.2026 r. o godz. 16:00.

Spółdzielnia zastrzega sobie
prawo unieważnienia przetargu
bez podania przyczyn.

Kraj/34446961

OBWIESZCZENIE

Na podstawie art. 7 ust. 1 ustawy z dnia 24 lipca 2015 r. *o przygotowaniu i realizacji strategicznych inwestycji w zakresie sieci przesyłowych* (Dz.U.2024.1199) – dalej: *Specustawa* oraz art. 61 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. *Kodeks postępowania administracyjnego* (Dz.U.2025.1691) – dalej: *Kpa*,

WOJEWODA MAŁOPOLSKI

zawiadamia, że 17 czerwca 2026 r. zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o ustalenie lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej dla zadania pn.: **Budowa linii kablowej 220kV wraz z kanalizacją świątłowodową i infrastrukturą towarzyszącą relacji Magazyn Energii Klikowa – SE 220/110 kV Klikowa**, na wniosek inwestora: Fotowoltaika HIG XX Sp. z o. o. (złożony 17 czerwca 2026 r., uzupełniony 10 i 24 lipca 2026 r.)

Inwestycją objęte są niżej wymienione nieruchomości (lub ich części), położone w granicach terenu wskazanego we wniosku, zlokalizowane w województwie małopolskim, **w mieście Tarnów**.

- Obręb 0004**, oznaczone w ewidencji gruntów i budynków numerami działek: 812 (TR1T/00040824/0), 829 (TR1T/00078715/8), 839 (TR1T/00078715/8), 823 (TR1T/00142567/5), 826 (TR1T/00125652/3), 825 (TR1T/00135459/3), 828 (TR1T/00091475/0).

- Obręb 0007**, oznaczone w ewidencji gruntów i budynków numerami działek: 428 (TR1T/00007480/3), 499 (TR1T/00040824/0), 397 (TR1T/00078715/8), 427 (TR1T/00078715/8), 446 (TR1T/00078715/8), 466 (TR1T/00014809/8), 432 (TR1T/00078715/8), 470 (TR1T/00092196/7), 490 (TR1T/00078715/8), 465 (TR1T/00014809/8), 462 (TR1T/00014809/8), 401 (TR1T/00099710/6), 424 (TR1T/00020217/6), 434 (TR1T/00078715/8), 449 (TR1T/00062357/5), 400 (TR1T/00119509/1), 433 (TR1T/00066159/5), 435 (TR1T/00032455/3), 451 (TR1T/00017148/7), 476 (TR1T/00007016/0), 471 (LWH480), 450 (TR1T/00030280/1), 426 (TR1T/00174708/9), 496 (TR1T/00012583/3), 497 (TR1T/00142258/6).

Na stronie BIP Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie, opublikowano mapy z przebiegiem inwestycji. Są one dostępne w menu podmiotowym w zakładce: Urząd Wojewódzki/ Wydziały/ Infrastruktury/ Repozytorium plików/ WI-IV.747.4.3.2026 załącznik graficzny (...) <https://bip.malopolska.pl/muw,a,2915643,wi-iv747432026-zalacznik-graficzny-do-wniosku-o-wydanie-decyzji-o-ustaleniu-lokalizacji-strategicznego.html> Zainteresowane strony lub ich pełnomocnicy, legitymujący się pełnomocnictwem sporządzonym zgodnie z art. 32 i 33 *Kpa*, mogą na każdym etapie postępowania, zapoznać się z materiałem dowodowym oraz dokumentacją przedłożoną przez inwestora w siedzibie Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego i w tym przedmiocie wnieść ewentualne uwagi lub zastrzeżenia, powołując się na znak sprawy: **WI-IV.747.4.3.2026**.

Wobec powyższego kontakt zapewniony jest:

- za pośrednictwem środków komunikacji zdalnej, w tym komunikacji elektronicznej (np. poprzez e- Doręczenia, bądź faksem - 12 422 72 08);
- pocztą tradycyjną - uwagi i wnioski należy kierować na adres Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie (ul. Basztowa 22, 31-156 Kraków);
- **osobiście - wyłącznie po wcześniejszym uzgodnieniu terminu** drogą telefoniczną (nr 12 392-1226).

POUCZENIA

Informuje się, że zgodnie z przepisami *Specustawy*:

Wojewoda zawiadamia o wszczęciu postępowania o ustalenie lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej:

- wnioskodawcę – na adres wskazany we wniosku;
- właścicieli i użytkowników wieczystych nieruchomości objętych wnioskiem – na adres określony w katastrze nieruchomości (którego funkcję pełni ewidencja gruntów i budynków) ze skutkiem doręczenia;
- pozostałe strony, w drodze obwieszczenia w urzędzie wojewódzkim i urzędach gmin właściwych ze względu na lokalizację strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, w Biuletynie Informacji Publicznej, na stronie podmiotowej urzędu wojewódzkiego, a także w prasie o zasięgu ogólnopolskim;
- właściwe miejscowo organy w sprawach wydania decyzji o pozwoleniu na budowę i decyzji o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu, przy czym wójt (burmistrz, prezydent miasta) niezwłocznie ogłasza o wszczęciu postępowania w Biuletynie Informacji Publicznej, na stronie podmiotowej urzędu gminy.

W przypadku nieuregulowanego stanu prawnego nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej lub braku w katastrze nieruchomości danych pozwalających na ustalenie danych osobowych, w szczególności adresu zamieszkania, właściciela lub użytkownika wieczystego nieruchomości, zawiadomienie właściciela lub użytkownika wieczystego o wszczęciu postępowania o ustalenie lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, następuje w drodze obwieszczenia. Przez nieuregulowany stan prawny należy rozumieć także sytuację, kiedy dotychczasowy właściciel lub użytkownik wieczysty nieruchomości nie żyje, a spadkobiercy nie wykazali prawa do spadku. Z dniem doręczenia niniejszego zawiadomienia:

- nieruchomości stanowiące własność Skarbu Państwa lub jednostki samorządu terytorialnego, objęte wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, nie mogą być przedmiotem obrotu w rozumieniu przepisów o gospodarce nieruchomościami do dnia, w którym decyzja ta stała się ostateczna. Czynność prawna dokonana z naruszeniem tego wymogu jest nieważna;
- w odniesieniu do nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, do dnia, w którym decyzja ta stała się ostateczna, nie wydaje się decyzji o pozwoleniu na budowę; toczące się postępowania ulegają zawieszeniu z mocy prawa

do dnia, w którym decyzja o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej stała się ostateczna. Na wniosek strony postępowania, po uzyskaniu zgody inwestora, organ prowadzący postępowanie w sprawie wydania decyzji o pozwoleniu na budowę w odniesieniu do nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej podejmie zawieszone postępowanie.

- 3) w odniesieniu do nieruchomości objętych wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, do dnia, w którym decyzja ta stała się ostateczna, zawiesza się postępowania o wydanie decyzji o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu w rozumieniu ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.

Zawieszenie postępowań, o których mowa w ww. pkt 2 i 3, nie dotyczy postępowań dotyczących terenów zamkniętych ustanowionych przez Ministra Obrony Narodowej lub innych postępowań prowadzonych na wniosek jednostek podległych Ministrowi Obrony Narodowej lub przez niego nadzorowanych lub na rzecz tych jednostek oraz postępowań w sprawie wydania decyzji o warunkach zabudowy i zagospodarowania terenu, decyzji o pozwoleniu na budowę, wszczętych na wniosek inwestora.

W przypadku, gdy po doręczeniu niniejszego zawiadomienia nastąpi:

zbycie własności lub prawa użytkowania wieczystego nieruchomości nie będącej własnością Skarbu Państwa i jednostki samorządu terytorialnego objętej wnioskiem o wydanie decyzji o ustaleniu lokalizacji strategicznej inwestycji w zakresie sieci przesyłowej, przeniesienie wskutek innego zdarzenia prawnego własności lub prawa użytkowania wieczystego nieruchomości objętej wnioskiem jw.

- nabywca, a w przypadku, o którym mowa w pkt 1, nabywca i zbywca, są zobowiązani do **zgłoszenia właściwemu wojewodzie danych nowego właściciela lub użytkownika wieczystego w terminie 7 dni od dnia zbycia**.

Niedokonanie ww. zgłoszenia i prowadzenie postępowania bez udziału nowego właściciela lub użytkownika wieczystego nie stanowi podstawy do wznowienia postępowania.

Obwieszczenie podlega publikacji na tablicy ogłoszeń, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz stronie internetowej Małopolskiego Urzędu Wojewódzkiego w Krakowie; na tablicy ogłoszeń, w Biuletynie Informacji Publicznej oraz stronie internetowej Urzędu Miasta Tarnowa, w prasie o zasięgu ogólnopolskim.

Kraj/34446666

Rozłam w PiS

ROZMOWA Z

WALDEMAREM BUDĄeurodeputowanym PiS, jednym
ze współtwórców stowarzyszenia Rozwój
Plus Mateusza Morawieckiego

PIOTR BRZÓZKA: Rozłam w PiS stał się faktem i jest to rozwód spektakularny, z praniem brudów, wzajemnymi oskarżeniami. Wejźmy za kulisy, wracając do genezy konfliktu. Kiedy i od czego się zaczęło? Kto podpalił lont?

WALDEMAR BUDA: Tak jak w życiu, tak też w polityce rzadko coś dzieje się za sprawą jednej iskry. To był proces. Dopóki rządaliśmy, podejmowaliśmy racjonalne decyzje. Gdy przestaliśmy rządzić, zaczęliśmy się radykalizować. Prawo i Sprawiedliwość zaczęło przyjmować formy, które były narzucane przez konfederatów. Mówiąc językiem Konfederacji, zaprzeczaliśmy dobrokowi PiS i racjonalnym rzeczom, które działały wcześniej za sprawą Mateusza Morawieckiego.

Kiedyś próbowaliśmy się dogadać z Unią Europejską, teraz się okazało, że należy ją zaorać, podpalić, wyjść z niej.

Pomagaliśmy Ukrainie, bo wiedzieliśmy, że sama się nie obroni, a teraz jest dyskusja o tym, że trzeba zamknąć granice i zablokować pomoc finansową. Morawiecki doprowadził do tego, że mieliśmy 1,2 miliona prosumentów w fotowoltaice, co było wielkim sukcesem programu „Czyste Powietrze”, a później mówiliśmy „OZE-sroze”.

To jest nieprawdopodobny skręt, który ma dwie funkcje. To dezawuowanie własnych osiągnięć i naśladowanie konkurencji politycznej. A ten, który naśladuje, nie może być liderem wiodącym prym w polityce. Przyzwyczajając elektorat do tego typu argumentacji, pozwoliliśmy ludziom myśleć tak jak Konfederacja. Otworzyliśmy wrota do tego, żeby przechodzili na stronę oryginału, czyli twórców tej myśli. Jednocześnie daliśmy pole Tuszkowi, żeby wszedł w ten element racjonalny.

Czym dokładnie PiS-bis ma się różnić od PiS oprócz tego, że prezes Morawiecki nie zaprzecza swojej przeszłości, jest młodszy od prezesa Kaczyńskiego i lepiej dobiera garnitury?

– To zupełnie oczywiste. Jesteśmy pragmatyczni, bo ostatecznie to jest cenne w polityce. Radykalizm i populizm sprawdzają się wyłącznie wtedy, kiedy człowiek chce dojść do władzy. Natomiast później dochodzi do katastrofy, bo skrajne poglądy w żaden sposób nie są możliwe do zrealizowania w trybie rządzenia.

Po co dziś mówić, że mamy wychodzić z ETS [unijny system handlu uprawnieniami do emisji gazów cieplarnianych] czy Unii Europejskiej? Przecież to jest polityka science fiction i Konfederacja bardzo szybko się o tym przekona, kiedy zacznie rządzić. Nagle się okaże, że podatki nie mogą być ani proste, ani niskie. Nagle się okaże, że wielu rzeczy nie da się zrobić, bo to są bajki.

Dlatego proponujemy element racjonalny. Mówimy do ludzi w Jagodnie, w Łodzi, w dużych miastach, którzy mają aspiracje. Którzy chcą normalnego życia, a nie chcą obrażania się, atakowania.

Jakbym słyszał Donalda Tuska z okресu „cieplej wody w kranie”. Chcecie być jak KO?

– No nie, bo jednak jest korzeń konserwatywny i patriotyczny.

Platforma też kiedyś miała jeden taki korzeń.

– I kiedy to się skończyło? Bardzo dawno temu, gdy wszyscy politycy z nurtu konser-



Tak Morawiecki ma zaskoczyć prezesa

Waldemar Buda, wyrzucony z PiS europoseł z Łodzi, wpuszcza nas za kulisy partyjnego rozłamu. I mówi o amunicji, której środowisko Mateusza Morawieckiego jeszcze nie odpaliło.

watywnego zostali wyrzuceni z Platformy i nastąpił ostry skręt w lewo. My chcemy mieć kotwicę konserwatywną, ale przy zachowaniu pełnej racjonalności i odpowiadając na realne ludzkie potrzeby.

Oczywiście możemy dziś zająć wyborców aborcją, rozliczeniami i aresztowaniami polityków, bo to jest ciekawe, bo ludzie chętnie obejrzą film science fiction czy kryminał. Ale ich życie sprowadza się do czegoś innego. Czy będą dobrze zarabiać, czy ich miasta będą się rozwijać, czy będzie ich stać na utrzymanie dzieci.

Podstawowe pytanie dwudziestolatków brzmi dziś: Czy jestem w stanie odnieść sukces w Polsce? Bo ostatnie lata na to nie wskazują. Staranne wykształcenie i ciężka praca już nie dają gwarancji. A jest to związane z tym, że wciąż mamy gospodarkę opartą o średnio zaawansowane, nienajwyższe technologie. Na to trzeba odpowiedzieć, bo inaczej ludzie będą szukać innego miejsca na świecie.

• **Wiceprezes PiS Mateusz Morawiecki, europoseł Waldemar Buda (z lewej) oraz poseł Robert Gontarz (z prawej). Warszawa, 22 maja 2026 roku**

• FOT. ROBERT KO-WALEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Jednocześnie w waszych pierwszych propozycjach rzuca się w oczy stary dobry patent PiS polegający na kupowaniu wyborczego poparcia za państwowe pieniądze. 500+ dla samorządów w przeliczeniu na jednego mieszkańca. Pensja rodzicielska w wysokości minimalnej płacy...

– Ale proszę zobaczyć, jak to jest zakotwiczone. Nie chodzi o to, żeby sypnąć pieniądze grupie społecznej, na której nam należy. To jest odpowiedź na istniejący problem. Demografia jest katastrofalna.

Pieniądze z 500+, a potem 800+ nie rozwiązały tego problemu.

– Ale wtedy byliśmy w innym miejscu. Program 500+ wyciągał ludzi z biedy, wiele osób nagle uzyskało dostęp do dóbr, które ich otaczają i z których wcześniej nie byli w stanie korzystać. I nie zgodzę się też, że nie pomógł demografii. Udało się zatrzymać dynamikę regresu urodzeń,

która byłaby jeszcze gorsza, gdyby nie ten program.

Natomiast dziś problem jest zupełnie inny. To już nie cała rodzina, ale przede wszystkim kobieta, która musi być zabezpieczona. Bo to ona czuje, że, rodząc dziecko, wypadnie ze ścieżki kariery, straci szansę na przyzwoitą emeryturę. 500+ podnosiło status rodziny, ale nie odpowiadało na te wyzwania.

A jeśli ta kobieta oczekiwałaby też złagodzenia prawa aborcyjnego, to co jej powiedzą ludzie Morawieckiego?

– Jesteśmy za kompromisem aborcyjnym. Dotykanie tego tematu było katastrofą ogólnospołeczną, zrodziło mnóstwo konfliktów, stworzyło kulturowe pobojuwisko.

Było wcześniej utrzymywane status quo i można było mieć święte przekonanie, że jeśli coś zostanie zrobione w jedną stronę, będzie oczekiwanie ruchu w drugą. Dlatego powinien zostać przywrócony kompromis wypracowany lata temu. A więc przesłanka eugeniczna, a więc formuła, która pozwala podjąć decyzję w bardzo trudnej dla kobiety perspektywie urodzenia dziecka z wadami. Ale bez sprowadzania tego do chciejstwa.

Rozłam w PiS

Rządy Mateusza Morawieckiego
Autoryzował wszystkie działania PiS

Mateusz Morawiecki stanął na czele rządu na początku grudnia 2017 roku i kierował nim sześć lat, do końca czasów PiS.

Jako premier autoryzował wszystkie działania rządu, które dziś rozlicza prokuratura. Ale także demolowanie wymiaru sprawiedliwości, Trybunału Konstytucyjnego i Sądu Najwyższego.

Na początku grudnia 2021 roku, tuż przed agresją Rosji na Ukrainę, Morawiecki jako premier zaprosił do Warszawy liderów eurosceptycznych i nacjonalistycznych partii, aby rozmawiać o przyszłości Europy. Bo ich zdaniem UE wymaga głębokiej reformy. Wśród nich byli fani i przyjaciele Władimira Putina, m.in.: Marine Le Pen z francuskiego Zjednoczenia Narodowego, premier Węgier i lider Fideszu Viktor Orbán czy Santiago Abascal z hiszpańskiej partii Vox.

Pod koniec stycznia 2022 roku politycy skrajnej prawicy spotkali się w Madrycie. Byli tam m.in. Morawiecki i Le Pen, która komplementowała rosyjskiego przywódcę i mówiła: „Putin jest mądrym politykiem, a pogłoski, jakoby rosyjskie wojsko sposobilo się do ataku na Kijów, są wyssane z palca”.

Morawieckiego czeka proces za prezydenckie wybory kopertowe z 2020 roku i zmarnowanie na niedosłże głosowanie 70 mln zł.

Może mieć też problem z Rządową Agencją Rezerw Strategicznych, instytucją, której sfinansował jego zaufany harcerz Michał Kuczmierowski. Dziś RARS to obok Funduszu Sprawiedliwości drugi z symboli korupcji czasów Zjednoczonej Prawicy. Ciągnie się za nim skandal z czasów pandemii z grubymi milionami w tle. Według prokuratury w RARS działała zorganizowa-

na grupa przestępcza. Pieniądze z RARS miały zasilać też farmy trolli. Jak napisała prokuratura, szły na „finansowanie kampanii politycznych, w szczególności na opłacanie zespołu osób zajmujących się sztucznym kreowaniem zasięgów, budowaniem poparcia dla określonych narracji politycznych, tworzeniem materiałów propagandowych oraz przedstawianiem polityków opozycji w negatywnym świetle”. Paweł S. miał koordynować akcję na platformach społecznościowych. Według Onetu założyciel Red is Bad spotkał się w tej sprawie z Morawieckim. Gdy wiadomo już było, że prokuratura szykuje dla Kuczmierowskiego wniosek o areszt, interweniował były premier. Opublikował wpis w obronie byłego prezesa Agencji, reformatora, którego działania w RARS po prostu nie podobają się destrukcyjnej władzy Tuska. ●

Mateusz Morawiecki
zbuduje nową partię

Mateusz Morawiecki przyznał, że jesienią będzie tworzyć partię. Kiedy się patrzy na to, jak jesteście przygotowani do nowego rozdania, nasuwa się pytanie, czy nie jest obrazą inteligencji wasze twierdzenie, że nie chcieliście się zegnać z PiS, że zostaliście wypchnięci mimo zgłaszanej woli porozumienia. – Chcieliśmy mieć wpływ na kierunek, w jakim zmierza PiS. Żeby myśli Mateusza Morawieckiego były przewodnimi. I to była nieustanna walka od 2023 roku. Połowicznym sukcesem było uzyskanie porozumienia w kwietniu: jeśli jest koncepcja, żeby naśladować Konfederację, to niech Czarnek naśladuje, a my będziemy tworzyć drugie płuco, mówiąc o rozwoju, organizując swoje eventy.

Płuco, które nie będzie przekonywać, że Mentzen mówi OK, tylko punktować jego głupoty.

– Na to się umówiliśmy, w tym kierunku zmierzaliśmy. I naprawdę myśleliśmy, że będziemy zdobywać autonomię w ramach PiS. Jeszcze w maju byłem o tym przekonany. Natomiast oczekiwana teraz od nas „lojalka” to było przecięcie tej sytuacji. Nie zgodziliśmy się na wycofanie drugiego płuca, mając pełną świadomość, że doprowadzi to do wykluczenia.

Policzmy szable. Bo ani kilkudziesięciu zbuntowanych parlamentarzystów, ani 1000 gości grilla u Morawieckiego... – Tam było więcej, 1600 osób.

OK, w każdym razie obie te wartości nie są miarodajne. W rzeczywistości Rozwój Plus Mateusza Morawieckiego – dziś stowarzyszenie, w przyszłości partia – to ile osób? Teraz i docelowo. – Mam podgląd na składane elektronicznie deklaracje członkostwa w stowarzyszeniu. Dziś jest ich 4200.

Kogo macie w swoich szeregach, nie licząc znanych z nazwiska parlamentarzystów?

– Po pierwsze, mamy jeszcze amunicję, której nie wykorzystujemy w tym momencie.

Jaką amunicję?

– Deklaracje innych parlamentarzystów, którzy na wcisnięcie guzika zrobią coming out i ogłoszą, że przystępują do nas.

Ilu?

– Dzisiaj kilku.

Nazwisk pan nie zdradzi.

– Oczywiście, że nie. Żeby dojechać w dobrej formie do października, musimy pokazać mocnych liderów. I będziemy mieć zaskakujące nazwiska, które się objawiają jako współorganizatorzy nowej partii. To będzie element nowości, świeżości, nadający naszemu ruchowi dynamikę.

Natomiast postępujemy zgodnie z kalendarzem wyborczym. Nie możemy teraz zbyt mocno przyspieszać, ujawnić wszystkiego. Na przykład samorządowcy... Śmiem twierdzić, że po naszej stronie jest więcej prezydentów miast i burmistrzów niż po stronie PiS. Za chwilę to pokażemy.

Janina Goss grilluje
z Morawieckim

Czy na grillu u Morawieckiego jadł pan kielbasę z Janiną Goss, niegdysiejszą szarą eminencją PiS i przyjaciółką rodziny Kaczyńskich, która – chwilę wcześniej wyrzucona z partii – niespodziewanie znalazła się wśród buntowników? – Ja akurat z nią się nie widziałem, bo wyjechałem na nagranie do programu telewizyjnego i nie było mnie na tym pikniku. Ale słyszałem, że pani Janina Goss się pojawiła. A pojawić się mogła, bo nie było żadnych filtrów, jeśli chodzi o zapisy, poza kolejnością zgłoszeń. Dlatego mieliśmy posła Marcina Józefaciuka, ludzi z Partii Razem i Janinę Goss. Od prawa do lewa.

A gdyby nie wierzyć w przypadki i gdybym zapytał, do czego może się wam przydać Janina Goss? Wszak moglibyście liczyć, że podzieli się tajemnicami Jarosława Kaczyńskiego albo ułatwi pozyskanie kolejnych polityków...

Waldemar Buda

– poseł do Parlamentu Europejskiego wybrany w 2024 roku z łódzkiej listy Prawa i Sprawiedliwości. Obecnie jeden ze współtwórców stowarzyszenia Rozwój Plus Mateusza Morawieckiego. Absolwent Uniwersytetu Łódzkiego, z zawodu radca prawny. W latach 2014-15 radny miejski w Łodzi. Od 2015 do 2024 roku poseł PiS. Były sekretarz stanu w Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej (2019-22), były minister rozwoju i technologii (2022-23).

– Podejrzewam, że dokładnie taka jest intencja pani Janiny Goss, opuszczonej, zdradzonej po wielu latach przyjaźni... Kiedyś osobiście prezesowi Kaczyńskiemu powiedziałem, że tak się z przyjaciółmi nie postępuje. Że gdybym ja pokłócił się z przyjacielem, nie poszargałbym w ten sposób jego opinii.

Odsunięcie Janiny Goss było brutalne. Natomiast pytanie jest inne: czy chcemy wykorzystywać wiedzę pani mecenas Goss, czy chcemy uczestniczyć w wojence...

Sam pan zapowiadał w serwisie X, że będzie wojna...

– Tak, w odpowiedzi na działalność Jacka Kurskiego. Natomiast jeśli mam powiedzieć, czy chciałbym się posługiwać informacjami od Janiny Goss, które uderzałyby w Jarosława Kaczyńskiego, to nie. Ja tego nie zrobię. To jest poniżej osobistej kultury, godności, szacunku w polityce.

Bo ja mam wiele szacunku do Jarosława Kaczyńskiego. Łapię się na tym, że nie pozwałam o nim mówić nic złego, choć uważam, że ostatnie jego kroki są dowodem na to, że kiedyś człowiek zaczyna i kiedyś kończy.

To oczywistość w polityce. Natomiast uczciwie trzeba powiedzieć, że był świetnym politykiem i podejmował świetne decyzje. Dziś jednak ma problem ze swoim otoczeniem, które ma na niego większy wpływ niż kiedyś i stąd te błędy. Ale nigdy nie będę go atakować. Nikt mnie na to nie namówi.

Najpierw rozwód, a potem koalicja z PiS?

Wielki grill, aktywność w terenie, nowa partia, potem kampania wyborcza prowadzona bez subwencji – ile potrzebuje pieniędzy na start i skąd je macie? – Dzisiaj nie są potrzebne pieniądze na partię. Mamy stowarzyszenie, jest podany rachunek i ludzie wpłacają.

A pan ile wpłacił?

– Znaczące kwoty, nie muszę chyba ich wskazywać. Poseł do PE zarabia przyzwolicie, więc przyzwolicie wpłacam. Ale najwięcej jest wpłat po 200, 300 złotych i dzięki temu spokojnie będziemy działać.

Wybiegnijmy w przyszłość i zbadajmy waszą zdolność koalicyjną. Rok 2027, macie kilka procent – może pan powie, że kilkanaście – i po wyborach stajecie się języczkiem u wagi. Porozumienie z Kaczyńskim?

– Oczywiście, że tak. To naturalny partner do dyskusji. Pytanie, w jakim stanie oni do wyborów dojadą, bo dziś średnio tracą pół procent miesięcznie. Więc jeśli ta statystyka by się utrzymała, to byłby junior partner. Ale życzę im, żeby byli silni na miarę swoich możliwości.

Koalicja z Mentzenem?

– Zdaje się, że nie ma żadnych innych możliwości, więc absolutnie również z Konfederacją trzeba się porozumieć, żeby stworzyć prawnicowy rząd.

Z Braunem?

– Absolutnie nie.

A w innej konfiguracji, z Tuskiem?

– Nie, kompletnie nie widzę dziś takiego scenariusza. Jesteśmy w polityce po to, żeby Tuska od władzy odsunąć.

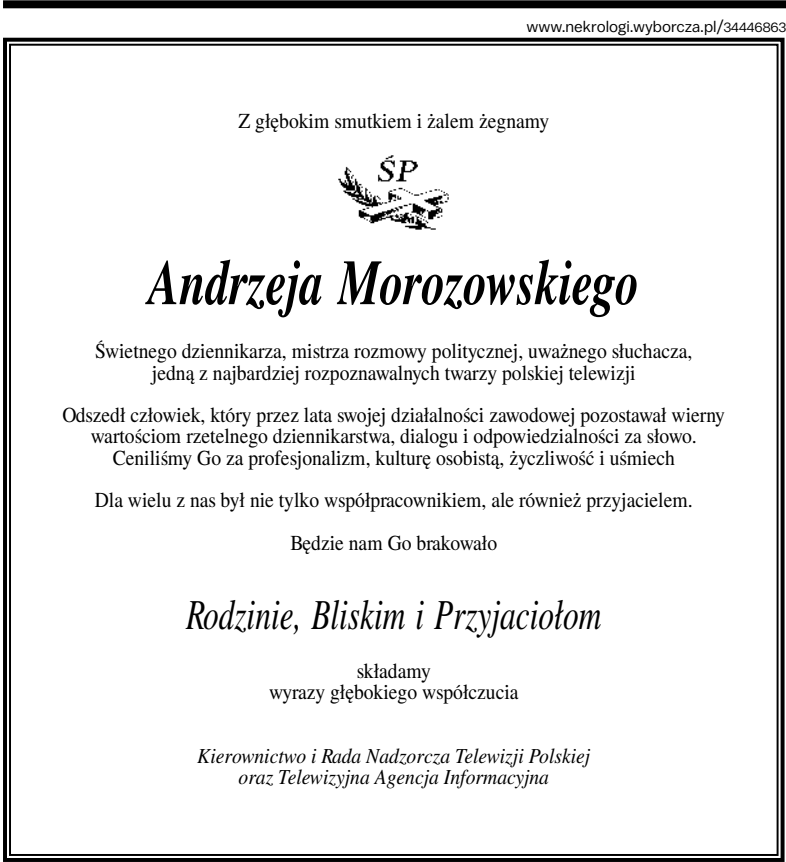
Teraz szturmujcie wrocławskie osiedle Jagodno, a więc symbol zwycięstwa obecnej koalicji rządowej w ostatnich wyborach. Nie jest przypadkiem, że właśnie tam robicie piknik, co może wskazywać, że bierzecie na cel pewną część elektoratu KO.

– Ale zabiegamy o wyborców, nie o partię Tuska. Zresztą Jagodno, jak się prześledzi wynik wyborczy, było sukcesem nawet nie Tuska, ale Trzeciej Drogi.

Takich symbolicznych miejsc w Polsce, gdzie ludzie szli na wybory z wielkim oczekiwaniem na zmianę, jest bardzo wiele. I musiał być w tych ludziach wielki duch, żeby stać w kolejkach do trzeciej w nocy. Dlatego chcemy teraz zapytać, czy ta władza spełnia ich oczekiwania. Czy byli świadomi, że ze 100 konkretów można wyjąć 20, a co do reszty powiedzieć, że to były tylko obietnice?

Socjologicznie jest ciekawe dotrzeć do ludzi, którzy ludzili się nadzieją, że rozwój Polski może być bardziej dynamiczny niż za rządów Morawieckiego. ●

Rozmawiał Piotr Brzózka



WIĘCEJ BEZPIECZEŃSTWA, MNIEJ OGRANICZEŃ: NOWE PODEJŚCIE DO OŚWIETLENIA PRZESTRZENI PUBLICZNEJ

Nowe wyzwania związane z rozwojem infrastruktury publicznej

Przestrzeń publiczna nieustannie się zmienia. Samorządy inwestują dziś w ścieżki rowerowe, parkingi typu park&ride, nowe osiedla mieszkaniowe, obiekty sportowe, przystanki autobusowe czy infrastrukturę drogową na obrzeżach miast i gmin. Każda z tych inwestycji odpowiada na realne potrzeby mieszkańców i ma poprawiać jakość codziennego życia. Coraz częściej jednak okazuje się, że sama budowa infrastruktury nie wystarcza. O jej rzeczywistej wartości decyduje to, czy mieszkańcy mogą z niej korzystać bezpiecznie i komfortowo również po zmroku.

Właśnie dlatego oświetlenie przestaje być traktowane jako końcowy element inwestycji. Staje się jednym z warunków jej funkcjonalności. Słabo oświetlony parking ogranicza komfort użytkowników. Nieoświetlony przystanek obniża poczucie bezpieczeństwa podróżnych. Ścieżka rowerowa lub przejście dla pieszych stają się mniej atrakcyjne, jeśli mieszkańcy nie czują się na nich pewnie po zmroku. Dla samorządów oznacza to jedno: infrastruktura publiczna przynosi pełną wartość dopiero wtedy, gdy pozostaje dostępna, bezpieczna i użyteczna niezależnie od pory dnia.

Jednocześnie realizacja nowych punktów świetlnych staje się coraz bardziej skomplikowana. W wielu lokalizacjach doprowadzenie sieci elektroenergetycznej wymaga wykonania analiz technicznych, projektów, wykopów, ułożenia kabli oraz uzyskania niezbędnych pozwoleń. Nawet stosunkowo niewielka inwestycja może oznaczać znaczące koszty i wydłużone terminy realizacji. Do tego dochodzą rosnące ceny energii elektrycznej, konieczność racjonalnego gospodarowania środkami publicznymi oraz potrzeba szybkiego reagowania na oczekiwania mieszkańców.

Coraz więcej samorządów staje więc przed tym samym pytaniem: jak poprawić bezpieczeństwo i funkcjonalność przestrzeni publicznej bez angażowania kosztownych prac infrastrukturalnych i bez zwiększania wydatków eksploatacyjnych?

Gdy bezpieczeństwo i funkcjonalność wymagają szybkiego działania

Dobrym przykładem jest projekt zrealizowany w Lesznie. Inwestycja dotyczyła ścieżki rowerowej, dla której konieczne było zapewnienie odpowiednich warunków użytkowania również po zmroku. Dzięki odpowiednio zaprojektowanemu oświetleniu możliwe było równomierne doświetlenie całej trasy bez konieczności prowadzenia kosztownych prac związanych z rozbudową sieci elektroenergetycznej. W efekcie infrastruktura może pozostawać w pełni funkcjonalna również po zmroku, zwiększając komfort i bezpieczeństwo użytkowników.

Dla mieszkańców oznacza to lepszą widoczność, większe poczucie bezpieczeństwa oraz możliwość korzystania z infrastruktury rowerowej niezależnie od pory dnia. Dla samorządu jest to przykład inwestycji, która poprawia funkcjonalność istniejącej infrastruktury



fot. Fonroche Lighting

bez konieczności ponoszenia wysokich kosztów związanych z doprowadzeniem sieci elektroenergetycznej.

Podobne wyzwania dotyczą lokalnych dróg i skrzyżowań. W Sulinie przedmiotem inwestycji było potencjalnie niebezpieczne skrzyżowanie zlokalizowane poza zwartą zabudową. W takich przypadkach potrzeba poprawy bezpieczeństwa jest natychmiastowa, natomiast budowa tradycyjnej infrastruktury elektrycznej bywa czasochłonna i nie zawsze ekonomicznie uzasadniona. Autonomiczne oświetlenie pozwala szybko zwiększyć widoczność w miejscach wymagających interwencji, bez prowadzenia wykopów, układania kabli i oczekiwania na rozbudowę sieci.

W takich lokalizacjach czas odgrywa kluczową rolę. Każdy miesiąc oczekiwania na realizację tradycyjnej infrastruktury oznacza utrzymywanie się ryzyka dla użytkowników drogi. Możliwość szybkiego wdrożenia oświetlenia pozwala więc reagować na konkretne zagrożenia w momencie, gdy są one identyfikowane przez samorząd.

Przedstawione projekty pokazują szerszą zmianę w sposobie planowania infrastruktury publicznej przez europejskie samorządy

Oświetlenie przestaje być postrzegane jako końcowy element inwestycji, a coraz częściej staje się narzędziem umożliwiającym szybsze i bardziej efektywne wykorzystanie nowych przestrzeni oraz infrastruktury transportowej. Dotyczy to zarówno ścieżek rowerowych i ciągów komunikacyjnych, jak i miejsc wymagających natychmiastowej poprawy widoczności oraz bezpieczeństwa ruchu drogowego.

Od lokalnych projektów do programów realizowanych na skalę kraju

Potwierdza to również program realizowany obecnie w Rumunii, gdzie autonomicznym oświetleniem wyposażonych jest ponad 5 700 przejść dla pieszych w blisko 4 000 gmin. Celem przedsięwzięcia jest poprawa widoczności

i bezpieczeństwa najbardziej narażonych uczestników ruchu drogowego przy jednoczesnym uniknięciu kosztownej rozbudowy infrastruktury elektroenergetycznej.

Program ten pokazuje, że autonomiczne oświetlenie solarne nie jest już rozwiązaniem przeznaczonym wyłącznie dla pojedynczych lokalizacji. Coraz częściej staje się narzędziem wspierającym realizację polityk publicznych związanych z bezpieczeństwem, mobilnością i jakością życia mieszkańców. Skala projektu potwierdza, że samorządy mogą poprawiać bezpieczeństwo szybciej, ograniczać koszty infrastrukturalne i skuteczniej odpowiadać na potrzeby mieszkańców.

Helia: odpowiedź na konkretne potrzeby samorządów

Niezależnie od wielkości projektu wyzwania samorządów pozostają podobne: poprawa bezpieczeństwa, kontrola nad budżetem, szybsza realizacja inwestycji i wysoki poziom usług publicznych. Rozwiązania wykorzystujące autonomiczne oświetlenie solarne, takie jak Helia, odpowiadają na te potrzeby, umożliwiając oświetlenie miejsc, w których doprowadzenie sieci elektroenergetycznej byłoby technicznie trudne lub ekonomicznie nieuzasadnione.

Działając niezależnie od sieci, pozwalają ograniczyć zakres prac infrastrukturalnych, przyspieszyć realizację inwestycji oraz zmniejszyć koszty eksploatacyjne związane z energią elektryczną. Jednocześnie mogą być dostosowywane do charakteru przestrzeni publicznej – od parkingów i ścieżek rowerowych po osiedla mieszkaniowe i infrastrukturę drogową. Każdy projekt realizowany przez Fonroche Lighting poprzedzony jest analizą warunków lokalnych oraz potrzeb użytkowników, aby dobrać rozwiązanie najlepiej odpowiadające specyfice miejsca i oczekiwanym sposobom użytkowania przestrzeni publicznej. Ośmioletnia gwarancja na części i robociznę stanowi dodatkowe zabezpieczenie dla samorządów planujących inwestycje w długiej perspektywie oraz poszukujących rozwiązań łączących trwałość, niezawodność i przewidywalność kosztów eksploatacyjnych.

fonroche-lighting.com
Tel. +48 61 101 11 31

Kraj/3444355

To nie jest zwykła latarnia. To Helia

Latarnia oświetla.

Helia buduje charakter. Zmienia to, co zwyczajne, w wyjątkowe.

Helia przełamuje ograniczenia sieci energetycznej i wyznacza nową erę oświetlenia – bez kompromisów między mocą a designem.

#ThisIsHelia



FONROCHE
lighting

fonroche-lighting.com

Tel. +48 61 101 11 31



Morawiecki i „projekt PiS-bis”

Morawiecki zaproponował Tuskowi debatę, ale premier na ofertę nie odpowiedział.

Iwona Szpala

Tytuł cytowań w mediach Morawiecki nie miał od czasu, gdy był premierem. Ma pomysły, o których opowiada w różnych stacjach telewizyjnych oraz u popularnych podkasterów. Właśnie w ten sposób Polacy dowiedzieli się, że jest gotowy do debaty z Donaldem Tuskiem. Niżsi rangą w Koalicji Obywatelskiej nie interesują go, choćby Andrzej Domański, wicepremier, minister finansów. Jemu Morawiecki może wysłać odpowiedniego sparingpartnera, sam z nim przy stole nie usiądzie.

Potężne ambicje, rozbudowane ego

– Jak się wsłuchać w te warunki, to pewnie jest nieco prawdy w tym, co mówili o Morawieckim lojaliści Kaczyńskiego – zauważa ważny polityk KO.

To znaczy? – pytamy.

– Że ma potężne ambicje i rozbudowane ego. Muszę rozczarować byłego pana premiera. Debaty z Tuskiem nie będzie – podkreśla.

W Koalicji Obywatelskiej – kiedy PiS się dzieli i rozpada – atmosfera jest nieco senna. Politycy mają sejmowe wakacje, ale otrzymali kilka instrukcji na sierpień. Mają nie wchodzić w potyczki z żadną ze stron konfliktu. Kiedy dziennikarze będą pytali, powinni zaznaczać, że Morawiecki zarządza projektem PiS-bis. Bo wiedzą, że rozłamowców z Rozwoju Plus to mocno irytuje.

– Nikt z koalicji całego wydarzenia nie ignoruje, ale też nie nadajemy mu wyjątkowej rangi – przekonuje „Wyborczą” inny rozmówca z KO.

Za przykład podaje zachowanie marszałka Sejmu Włodzimierza Czarzastego podczas ostatniej sesji Sejmu przed wakacjami. Odmówił PiS-owi natychmiastowego obsadzenia stanowiska wicemarszałka

• **31.07.2026 roku, Warszawa, Wydarzenie „Rozwój + Wy”**

FOT. SEAWOMIR KAMIŃSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL



Sejmu, bo działacze tej partii nagle uznali, że to im się należy. Wolne miejsce wicemarszałka czeka od 2023 r., gdyż wtedy Jarosław Kaczyński się obraził. Posłowie koalicji w głosowaniu nie poparli wówczas Elżbiety Witek, która rządziła Sejmem w czasach rządów PiS.

Ale kiedy Morawiecki okazał się konkurentem Kaczyńskiego i nie wykluczył wystawienia swojego kandydata na to stanowisko, wszystko poszło w niepamięć. PiS przygotował już kandydata – Marcina Ociepę. W partii Kaczyńskiego przestraszyli się, że wicemarszałkiem Sejmu zostanie ktoś z rozłamowców, dlatego próbowali sobie „zaklepać” miejsce w sejmowym prezydium.

– A Czarzasty im powiedział, że nie będzie wywrać do góry nogami posiedzenia i niech czekają do września. I zaznaczył, że do tego czasu możemy być jeszcze świadkami różnych wydarzeń – analizuje polityk KO.

Polityk KO: Nie będziemy przeszkadzać prawicy w kłótniach

Kolejny polityk partii rządzącej tłumaczy: – Jak się dwóch tłucze, to po co wchodzić

Morawiecki ogłosił, że buduje nowoczesną chadecję, dlatego zwraca się do elektoratu Polski 2050, spogląda też w stronę PSL-u

w awanturę? Nie będziemy przeszkadzać im w kłótniach.

Politycy KO uważają, że komentowanie sytuacji w PiS i stowarzyszeniu Morawieckiego może zadziałać na korzyść pograżonej w kryzysie konkurencji. – Dlatego Morawiecki nas zaczepia. Opowiada o najgorszym po 1989 roku rządzie, który należy politycznie zgładzić. Te wszystkie prowokacje mają na celu wywołanie reakcji Donalda Tuska – przekonuje polityk z otoczenia premiera.

Morawiecki podobnie próbuje traktować inne partie koalicji – rzuca wyzwania, wyklucza. Ogłosił, że buduje nowoczesną chadecję, dlatego zwraca się do elektro-

ratu Polski 2050, spogląda też w stronę PSL-u. Jednak pytany o współpracę z tymi ugrupowaniami, Morawiecki absolutnie ją wykluczył – „bo oni autoryzują rząd Tuska”. Zdaniem byłego premiera, PSL i jego lider musieliby opuścić KO, przejść polityczne oczyszczenie, aby zostać partnerem nowej chadecji. Podobnie wygląda sytuacja z Polską 2050.

Ta kategoryczna opinia nie przeszkodziła Morawieckiemu zaprosić wybranych przedstawicieli Polski 2050 na grilla stowarzyszenia Rozwój Plus, który zorganizowano w ostatni piątek.

Katarzyna Pelczyńska-Nałęcz, szefowa Polski 2050 krytycznie ocenia zachowanie Morawieckiego.

– Śmiesz nas, kiedy Morawiecki za wszelką próbę nadawać sobie, jak największe znaczenie. Żadna z partii naszego obozu nie zmieni frontu i nie zwiąże się z byłym premierem rządu PiS. Morawiecki był jednym z głównych graczy układu, któremu w 2023 r. skutecznie sprzeciwiła się strona demokratyczna. To, że teraz został wypchnięty z PiS, niczego nie zmienia, nie wymazuje przeszłości – podkreśla Pelczyńska-Nałęcz.

Rozmówcy „Wyborczej” przekonują, że faktyczna przebudowa sceny politycznej rozpocznie się jesienią. Wtedy zacznie się walka PiS-u, Morawieckiego oraz Konfederacji Bosaka i Mentzena.

– Morawiecki jeszcze się politycznie nie określił. Rzucił kilka haseł, ale to za mało, aby dziś powiedzieć, w którą stronę pójdzie jego ugrupowanie – mówi jeden z polityków. Twierdzi, że między Morawieckim a Kaczyńskim jeszcze „nie zakończyło się przeciąganie liny”. Prezes PiS stara się tonować awanturę na prawicy, ale w swoim otoczeniu ma radykałów, których celem jest marginalizacja Morawieckiego.

– Oni to umieją: straszenie, szantaż, ale też polityczna marchewka, czyli dobre miejsca na listach PiS. Zobaczymy jaką będzie dynamika wydarzeń. Możliwy jest też scenariusz, że oba PiS-y zaczną tracić wiarygodność, a z nią możliwość mobilizacji – kończy ważny polityk KO. ●

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34414013

JUTRO W „WYBORCZEJ”



Wydanie sobotnie „Wyborczej” możesz kupić **OD SOBOTY DO CZWARTKU!**

Szukaj w punkcie sprzedaży prasy.

NOWOCZESNA WOJNA W UKRAINIE

Uczą się jej wszyscy, tylko nie my

PROJEKT POLITYCZNY MORAWIECKIEGO

Czym się różni od PiS-u

KAROL NAWROCKI

Podsumowanie roku prezydentury

WYSOKIE OBCASY

Na wojnie nie ma ateistów

Wzrost liczby zakażeń żółtaczką typu A. Zakażamy się przez jedzenie i seks

Niepokojąco wzrosła liczba zachorowań na wirusowe zapalenie wątroby typu A. Najczęstszą przyczyną jest obecność wirusa w jedzeniu i przygodny seks. Nosiciele wirusa często nie chcą się do niego przyznać przed bliskimi, narażając ich na zakażenie i rozwój choroby.

ROZMOWA Z
GRZEGORZEM HUDZIKIEM,
śląskim inspektorem sanitarnym

JUDYTA WATOŁA: Główny inspektor sanitarny podał, że na wirusowe zapalenie wątroby typu A zachorowało w tym roku już prawie 1,5 tys. osób. To więcej niż w całym zeszłym roku. Podobne liczby notowano w roku 2017. Wtedy ogniskiem był Hamburg, gdzie się odbył wielki miting mężczyzn, którzy potem rozjechali się po Europie. Teraz też można wskazać na jakieś jedno ognisko?

GRZEGORZ HUDZIK: – Nie. W województwie śląskim do połowy lipca odnotowaliśmy 68 przypadków wirusowego zakażenia wątroby typu A, czyli także więcej niż w całym zeszłym roku, ale przyczyny zakażeń są różne. Część to zakażenia drogą pokarmową podczas wyjazdów zagranicznych, najczęściej do krajów, w których panują niższe standardy higieniczne w gastronomii niż u nas. Może to być też jedzenie nieumytych naleźniczek owoców albo niedogotowanych lub niedopieczonych potraw.

Drugą przyczyną są ryzykowne zachowania seksualne. Najczęściej są to kontakty homoseksualne obejmujące kontakt analno-oralny. Takie kontakty podejmują nie tylko osoby homoseksualne, ale także biseksualne, których bliscy nie wiedzą o ich biseksualizmie i które potem „wprowadzają” wirusa do swoich rodzin.

Taka rodzina jest wtedy dla sanepidu nowym ogniskiem?

– Tak, tworzy się nowe ognisko. Zarażają się inni domownicy, zwłaszcza przy braku należytej higieny osobistej. Nie bez powodu nazywa się żółtaczkę typu A chorobą brudnych rąk. O tym, co było źródłem zakażenia, dowiadujemy się z wywiadu epidemiologicznego. Niestety, wirus WZW A ma dość duży potencjał zakaźny.

Co to znaczy „duży potencjał zakaźny”?

– To znaczy, że wystarczy kilka cząstek, czyli egzemplarzy wirusa, żeby zachorować. Dodatkowa trudność w zwalczaniu ognisk polega na tym, że okres wylęgania takiego wirusa i rozwoju choroby to kilka tygodni, w skrajnych przypadkach ponad 50 dni. Po upływie tylu tygodni trudno się niekiedy cofnąć w czasie do mo-



• **Już po tygodniu od podania szczepionki organizm buduje odporność**
FOT. SHUTTERSTOCK

mentu zarażenia i wskazać na możliwą przyczynę.

Ale zdarza się też tak zwany piorunujący przebieg wirusowego zapalenia wątroby typu A, który niestety często kończy się śmiercią, ponieważ w szybkim czasie prowadzi do masowego, ostrego zapalenia wątroby i jej martwicy. Taki przebieg to na szczęście rzadkość.

Trudność z ustaleniem przyczyny zakażenia WZW A podczas wywiadu epidemiologicznego bierze się z długiego okresu wylęgania wirusa? Czy z tego, że pacjent, powiedzmy, że ojciec rodziny, musi się przed partnerką przyznać do ryzykownych zachowań seksualnych?

– I to, i to. Na pierwsze nie mamy wpływu. Na drugie – tak. Osoba zakażona powinna powiedzieć o tym bliskim. Powinna to zrobić, mając na względzie ich zdrowie, ale często nie czyni tego.

W ogóle nie chce powiedzieć w rodzinie, że jest zakażona?

– Właśnie tak, przez co naraża partnera czy partnerkę i dzieci. Ale często, jak już powiedziałem, nie ma świadomości, że się zakażył. Czyli na początku nieświadomie zaraża innych, dopóki nie wystąpią u niego klasyczne objawy, takie jak żółtolenie powłok skórnych, ciemny moczu.

Jeśli ktoś zauważy jakieś objawy i potwierdzi to u lekarza, powinien od razu powiedzieć o tym bliskim, bo może być jeszcze czas na podanie szczepionki. Tę szczepionkę podajemy wówczas profilaktycznie. W ten sposób można zahamować rozwój choroby albo w znacznym stopniu złagodzić jej objawy.

Do jakiego momentu warto podać szczepionkę?

– Dopóki nie wystąpią objawy zakażenia. W tym roku robiliśmy już takie szczepienia w przypadkach wystąpienia ognisk domowych, ale też wtedy, kiedy zakażenie wystąpiło w szkole, przedszkolu czy żłobku.

A skąd wirus w takich miejscach?

– Wystarczy, że chory jest kucharz. Przyczyną może być niewłaściwe przygotowanie posiłków. Ale źródłem może być inna osoba wykazująca objawy.

Osoba z objawami chyba widzi, że ma żółtaczkę?

– Nie zawsze ludzie kierują się logiką. To tak samo jak z grypą. Mamy gorączkę, łamie nas w kościach, a jednak wielu z nas idzie do pracy i zaraża.

A otoczenie? Nie widzi żółtej skóry?

– Na początku osoba chora nie ma od razu całkiem żółtej czy nawet pomarańczowej skóry. To postępuje powolutku. Wyjątkiem jest piorunujący przebieg WZW A, ale – jak już wspomniałem – zdarza się rzadko.

Zdarzają się zgony wśród dzieci z powodu żółtaczki typu A?

– Osobiście nie znam takich przypadków, ale to nie znaczy, że się nie mogą zdarzyć.

A zgony wśród dorosłych?

– Mieliliśmy w województwie śląskim przypadek osoby, która wróciła z zagranicy z objawami malarii. Bolał ją też brzuch, co rozpoznano początkowo jako zapalenie wyrostka robaczkowego, a okazało się wirusowym zapaleniem wątroby typu A. Niestety skończyło się to zgonem młodego człowieka.

Malarię musiał przywieźć z tropików...

– Tak. Pojechał tam całkiem nieprzygotowany. Nie brał żadnej profilaktyki przeciwmalarycznej, a na miejscu jadł surowe owoce. Trzeba pamiętać, że woda też może być nośnikiem wirusa WZW A. Kiedy w rurach z wodą przeznaczoną do picia pojawia jakiegoś „przebitego” z kanalizacji, to nie-szczęście gotowe.

Skoro nie wystarczy mycie owoców, to jak unikać zakażenia w takich miejscach?

– Owoce lub warzywa trzeba myć w wodzie butelkowanej lub przegotowanej. Można też sparzyć je wrzątkiem albo przetrzeć chusteczką nasączoną alkoholem i koniecznie oierać samemu. A najlepiej pojechać zaszczepionym na żółtaczkę A i B. Do zakażenia wirusem WZW B dochodzi przez krew, czyli niebezpieczne są zranienia, o które też łatwo w podróży.

A jeśli już zauważymy u siebie objawy żółtaczki i trafiamy do lekarza...

– Lekarz na ogół kieruje nas do szpitala. Tam są wykonywane badania w kierunku obecności wirusa. Osoba z potwierdzonym zakażeniem powinna trafić do oddziału zakaźnego. Informację, że jest zakażenie, otrzymujemy z laboratorium i od lekarza. To ich obowiązkiem jest powiadomienie sanepidu. Na ogół to laboratorium pierwsze zgłasza, że zidentyfikowało zakażonego. Wtedy my mamy obowiązek przeprowadzenia wywiadu epidemiologicznego, czyli staramy się ustalić źródło zakażenia, z kim chory mieszka, z kim się kontaktował.

Czyli kogo mógł „po drodze” zarazić?

– Tak. To bardzo ważne. Bo jeżeli nosicielem jest kucharz czy inna osoba pracująca w gastronomii, to musimy odsunąć od pracy wszystkie osoby, które miały z takim nosicielem kontakt albo jadły przygotowane przez niego posiłki.

Zamykacie restauracje?

– Nie, nie zamykamy, ale musimy wszystkich przebadać i oszacować potencjalne ryzyko rozszerzenia się choroby.

Co, jeśli chory chce ukryć, że zdradził partnera lub partnerkę?

– Może nie powiedzieć o tym, jak się zaraził. Ale o tym, że się zaraził, bliscy i tak się dowiedzą, bo będzie w szpitalu, a sanepid zgłosi się do rodziny i sprawdzi, czy warto jeszcze te osoby zaszczepić.

Są osoby, które odmawiają takich szczepień?

– Nie, nie spotkałem się z odmową.

Jak szybko działa szczepionka?

– W przypadku żółtaczki typu A już po tygodniu od podania pierwszej dawki organizm buduje odporność, która hamuje namnażanie się wirusa.

W zasadzie to nie zaskakuje, że jeśli ktoś miał ryzykowne kontakty seksualne, to nie chce się przed partnerem lub partnerką do nich przyznać.

– Na to nie mamy większego wpływu, poza uświadamianiem takiej zakażonej osobie, że jest odpowiedzialna za swoich bliskich. ●

Rozmawiała Judyta Watoła

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446807

Żegnamy z poczuciem nieodżałowanej straty
Mistrza i Wizjonera Gastroenterologii

Profesora
Eugeniusza Butruka

Pana Profesora nikt nie zastąpi
Z żalem wychowankowie

Jarosław i Anna Regulowie



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446771

Z głębokim żalem żegnamy



Wacławę Myśliwską
z domu Stec

która odeszła 4 sierpnia w wieku 93 lat.

Z wykształcenia polonistka, przez całe życie pracowała jako redaktorka.

Wraz z mężem Wiesławem przez 78 lat tworzyła niezwykle związek.

Była pierwszą i - jak podkreślał pisarz - bardzo wnikliwą i krytyczną czytelniką jego książek.
Droga Pani Waciu, dziękujemy za lata współpracy i przyjaźni, za serdeczność i życzliwość.

Synowi Grzegorzowi i Rodzinie

składamy najszczerze wyrazy współczucia.

Przyjaciele z Wydawnictwa Znak

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446869

Monice Mielnickiej

oraz Jej Najbliższym

składamy wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia

z powodu śmierci

Taty

W tych trudnych chwilach łączymy się z Wami myślami

Przyjaciele z wydawnictwa Prószyński Media



Największa epidemia Eboli w historii

Rzadki szczep wirusa z rodzaju Ebola doprowadził już do śmierci ponad 1,7 tysiąca osób. Pomimo wyłożonych działań lekarzy i lokalnych władz choroba stale się rozprzestrzenia.

Jakub Jessa

„Dwa i pół miesiąca po ogłoszeniu wybuchu epidemii eboli sytuacja we wschodniej części Demokratycznej Republiki Konga (DRK) jest bardziej dramatyczna niż kiedykolwiek” – czytamy w oświadczeniu opublikowanym w środę (05.08) przez dr Philippę Boule, zastępczynię dyrektora medycznego Lekarzy bez Granic.

Epidemia wywołana rzadkim szczepem wirusa Bundibugyo z rodzaju Ebolavirus doprowadziła dotychczas do śmierci 1707 osób spośród 3802 odnotowanych przypadków – doniosła we wtorek telewizja Al-Dżazira, powołując się na najnowsze dane zbierane przez rząd DRK.

Nawet ponad 130 tys. osób narażonych na zakażenie

Obecnie jest to druga największa epidemia Eboli w historii pod względem liczby przypadków oraz najszybciej rozprzestrzeniająca się ognisko tej choroby, jakie kiedykolwiek odnotowano.

– Nie jestem w stanie powiedzieć, że dziś mamy tę epidemię całkowicie pod kontrolą – stwierdził wczoraj dr Jean Kasey, dyrektor generalny The Africa Centres for Disease Control and Prevention (Africa CDC), cytowany przez „The New York Times”.

Zgodnie z informacjami przekazanymi przez Africa CDC śledzenie kontaktów osób zakażonych wciąż pozostaje dalekie od zakładanego poziomu. Ponad 80 proc. osób zakażonych w ostatnim czasie, nie było wcześniej zidentyfikowanych jako osoby mające kontakt z chorymi.

• 5 sierpnia 2026 roku, Beni w Demokratycznej Republice Konga. Operatory taksówek motocyklowych biorą udział w akcji informacyjnej na temat wirusa Ebola. FOT. REUTERS / GRADEL MUYISA / NUMBERE



Sposobem na zwalczanie rozprzestrzeniania się silnie zakaźliwej gorączki krwotocznej Ebola jest czasowa izolacja potencjalnie zakażonych.

Jak tłumaczy „NYT”: „szacuje się, że każdy potwierdzony przypadek zakażenia w obszarze miejskim powinien wiązać się ze średnio 40 osobami, z którymi chory miał kontakt. Oznacza to, że obecna lista osób narażonych na zakażenie, które powinny być objęte obserwacją, powinna obejmować 134 400 osób. Tymczasem znajduje się na niej jedynie 17 558 osób – zaledwie 13 proc. zakładanej liczby”.

Ataki na personel medyczny i próby odbijania ciał zmarłych

Na drodze do skuteczniejszej identyfikacji łańcucha zakażeń stoją braki personelu medycznego, jak również trwający w regionie konflikt zbrojny, uniemożliwiający bezpieczną pracę na części terenów objętych ogniskiem choroby.

– Ta epidemia wybuchła w społecznościach już wcześniej osłabionych przez konflikt i przesiedlenia, które od początku zmagają się ze słabym dostępem do opieki zdrowotnej oraz niewystarczającym za-

opatrzaniem w wodę czy brakiem infrastruktury sanitarnej – powiedział Lancelot Mermet, dyrektor programów humanitarnych w organizacji Mercy Corps cytowany przez CNN (06.08).

Problemem są też powtarzające się ataki na placówki medyczne i szerry się w społeczeństwie brak zaufania do autoritetów medycznych.

– Kiedy ludzie nie mogą szybko uzyskać pomocy medycznej albo nie ufają na tyle systemowi ochrony zdrowia, by zgłosić się po pomoc, wirus rozprzestrzenia się szybko – dodał Mermet.

Jak wynika z raportu ONZ, opublikowanego pod koniec lipca bieżącego roku, od czasu wybuchu epidemii w DRK zaatakowano „co najmniej kilkanaście placówek medycznych, głównie z powodu strachu, dezinformacji oraz głębokiej nieufności społeczności lokalnych wobec zewnętrznych władz i instytucji”.

Na ostrzu noża często staje też kwestia pogrzebów, których prowadzenie w zgodzie z lokalnymi tradycjami wymaga bezpośredniego kontaktu bliskich zmarłego z jego zwłokami, które mogą być źródłem zakażenia.

W związku z licznymi przypadkami transmisji wirusa w trakcie ceremonii pogrzebowych oraz powtarzającymi się próbami siłowego odbijania ciał zmarłych, władze prowincji Ituri już 22 maja wprowadziły regulacje zezwalające na przeprowadzenie pochówków wyłącznie przez wyspecjalizowane zespoły.

Personel medyczny na pierwszej linii. Problem z pensjami

– Nie mamy wystarczającej liczby personelu – powiedziała CNN pielęgniarka Micheline Kayimpa, pracująca w ośrodku leczenia Eboli Elika w Bunii. – Czasami jest nas tylko dwie lub trzy pielęgniarki, które opiekują się pacjentami cierpiącymi na ponad 10 różnych schorzeń [...]. W trakcie pracy tutaj może dojść do wypadków. Niektórzy agresywni pacjenci mogą zaatakować personel i doprowadzić do zakażenia. Poświęcamy swoje życie dla ludzi – dodaje, podkreślając, że „bardzo boi się o swoje bezpieczeństwo”.

Jak wynika z danych WHO, od początku epidemii Ebolą zakażyło się już ponad 100 pracowników ochrony zdrowia.

Problemem są też zaległe wynagrodzenia. Pracownicy ochrony zdrowia w Bunii organizowali już strajki, domagając się wypłat oraz wskazując na niebezpieczne warunki pracy.

Minister komunikacji DRK Patrick Muyaya Katembwe w rozmowie z CNN tłumaczył, że opóźnienia były spowodowane „procedurami administracyjnymi związanymi z weryfikacją, którzy pracownicy zostali skierowani do działań związanych z reakcją na epidemię Eboli”.

Jak podało France24, DRK „ma wkrótce otworzyć największy w kraju ośrodek leczenia Eboli”. Budowa placówki zlokalizowanej w Bunii już „jest bliska ukończenia”. Nowy ośrodek ma liczyć łącznie 100 łóżek szpitalnych. 60 dla pacjentów zarażonych wirusem i 40 dla osób podejrzanych o zachorowanie.

Poszukiwanie lekarstwa na Bundibugyo

Jak wskazuje agencja Reutera, powołując się na dane rządowe, „obecna epidemia roz-

REKLAMA

Kraj/34446918

OGŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34444491

Klinika Uzdrawiskowa „Pod Tężniami”

Zdrowie, rehabilitacja, spokój i odpoczynek w sercu Ciechocinka.

WWW.PODTEZNAMI.PL

NOWOŚĆ! ONKO REHAB 30.08 ORAZ 27.09 ZADZWOŃ I SPRAWDŹ

LECZENIE I REHABILITACJA
7-DNIOWE I DŁUŻSZE POBYTY ZDROWOTNE
08.08–27.09 oraz 27.09 – 25.10.2026

POBYT Z 15 LUB 20 ZABIEGAMI W KOMFORTOWYCH WARUNKACH

SPECJALISTYCZNE PAKIETY I FACHOWA OPIEKA

ZNAKOMITA KUCHNIA W FORMIE BUFETU SZWEDZKIEGO

STREFA WELLNES I SPA, IMPREZY KULTURALNE I ROZRYWKOWE

54 416 70 00

rezerwacja@podtezniami.pl

ul. Warzelnińska 7, 87-720 Ciechocinek

„Pod Tężniami” im. Jana Pawła II

Zeskanuj mnie

Nadleśnictwo Konstantynowo
ogłasza przetarg pisemny
na dzierżawę obiektu hotelowo – szkoleniowego w Puszczykowie przy ul. Wodzicki 3.

Umowa dzierżawy do 31.12.2041 r.

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

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

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

Ogłoszenie
Prezydent Miasta Łodzi
informuje

o zamiarze wszczęcia na wniosek Polskiej Spółki Gazownictwa Sp. z o.o. Oddział Zakład Gazowniczy w Łodzi, PGE Dystrybucja S.A. oraz TOYA sp. z o.o. postępowania o ograniczenie sposobu korzystania z nieruchomości położonych w Łodzi przy ulicy: Wacława (dz. 44/2 W-28), Lodowej (dz. 542/60 W-21), Strzeleckiej (dz. 431/6, 431/5, 431/52 i 431/2 G-29), Zimna Woda 89/89a (dz. 193 B-56) niezbędnych do budowy infrastruktury technicznej oraz wzywa wszystkie osoby, którym przysługują prawa rzeczowe do ww. nieruchomości do ich ujawnienia i udowodnienia w terminie 2 miesięcy od dnia niniejszego ogłoszenia – pod rygorem pominięcia praw tych osób w tych postępowaniach. Oświadczenia, wnioski oraz dokumenty należy przestać na adres Urzędu Miasta Łodzi.

ii DRK

przestrzeni się pięć razy szybciej niż poprzednie ogniska choroby na tym etapie”.

Jednym z głównych powodów takiego stanu rzeczy jest rzadki szczep Bundibugyo, który stoi za większością tegorocznych zakażeń. W przeciwieństwie do zdecydowanie bardziej pospolitego szczepu Zaire, który wywołał epidemię w latach 2018–2020, nie ma przeciwko niemu szczepionki ani leczenia. Z tego względu, dziesiątki zespółów lekarzy z całego świata prowadzi wyścig z czasem, by je opracować.

W Kongu rozpoczęto badania kliniczne potencjalnych terapii oraz leku, który

Sposobem na powstrzymanie rozprzestrzeniania się Eboli jest czasowa izolacja potencjalnie zakażonych

mógłby zapobiegać zakażeniu u osób narażonych na kontakt z wirusem. Testuje ją obecnie ponad 40 pacjentów. 19 innych poddało się eksperymentalnej kuracji lekiem przeciwwirusowym.

Jeszcze w lipcu bieżącego roku na Uniwersytecie Oksfordzkim rozpoczęły się testy kliniczne szczepionki przeciwko szczepowi Bundibugyo. Z kolei Coalition for Epidemic Preparedness Innovations (CEPI) ogłosiła ostatnio sfinansowanie prac nad kolejną potencjalną szczepionką przeciwko wariantowi.

Uganda wolna od Eboli

W czasie gdy nie ustaje rozprzestrzenianie się wirusa Ebola w DRK, sąsiadująca z krajem Uganda ogłosiła pod koniec lipca zakończenie epidemii wywołanej przez wariant Bundibugyo. W ciągu trzech miesięcy zidentyfikowano 20 zakażonych, z czego dwóch zmarło.

Według dr Kasonde Mwingi, szefowej Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) w Ugandzie, stosunkowo niska liczba ofiar nie była „kwestią szczęścia ani przypadku”, lecz efektem tego, że populacja była przygotowana na ewentualność wybuchu epidemii. ●

Dron z ładunkiem wybuchowym na lotnisku

Szef niemieckiego MSW ostrzegł, że incydent w Saksonii wprowadził kraj na „nowy poziom zagrożenia”.

Jakub Jessa

– Mamy do czynienia z działaniami, za którymi mogą stać również zagraniczne państwa, a których celem jest wywołanie znacznej niepewności w Niemczech – relacjonował minister spraw wewnętrznych Niemiec, Alexander Dobrindt.

Do wybuchu na lotnisku nie doszło tylko z powodu usterki detonatora.

W rozmowie z niemiecką Welt TV, ambasador Ukrainy w kraju Oleksij Makiejew skierował podejrzenia o zaplanowanie incydentu w stronę Rosji.

– Kto inny mógłby za tym stać, jeśli nie Rosja? – pytał na antenie ukraiński dyplomata. – Musimy podnieść poziom zagrożenia, od abstrakcyjnego do wysokiego, realnego – apelował minister Dobrindt.

Jak wynika z ustaleń dreźnieńskiej prokuratury, drona z ładunkiem wybuchowym zauważył pracownik lotniska. Maszyna leżała wówczas w zamkniętej strefie terminalu cargo, w pobliżu południowego pasa startowego, niedaleko od ukraińskiego samolotu transportowego Antonov. Jak wskazali śledczy, na których powołuje się „The Guardian”, ta część lotniska stanowi element „infrastruktury krytycznej”.

Na miejsce niezwłocznie wezwano służby, które zabezpieczyły bezzałogowca. Po wstępnej inspekcji z wykorzystaniem policyjnego robota pirotechnicznego do akcji wszedł saper, któremu udało się rozbroić ładunek wybuchowy. Następnie służby przeprowadziły jego kontrolowaną detonację.

Według niemieckich mediów samolot, kolo którego został znaleziony dron z ładunkiem wybuchowym, wyladowany był amunicją. Niemieckie Stacje NDR, WDR oraz gazeta „Süddeutsche Zeitung” poinformowały, że ładunek ten przyleciał z Francji, został w Lipsku przeładowany i miał lecieć dalej do Ukrainy.



• Pirotechnik na lotnisku w Lipsku

FOT. REUTERS / AXEL SCHMIDT

Do wybuchu na lotnisku nie doszło tylko z powodu usterki detonatora

W czasie, gdy na lotnisku wykryto obecność drona przenoszącego ładunek wybuchowy, wznoszący się samolot, prawdopodobnie należąca do firmy DHL, zderzył się w powietrzu z obiektem, które śledczy cytowani przez „The Guardian” określili mianem „niezidentyfikowanego urządzenia latającego”. Do zdarzenia doszło na wysokości 400 m i odległości ok. 6 km od lotniska w Lipsku.

Jak wskazuje Sky News: „Po wylądowaniu w Hanowerze na maszynie stwierdzono niewielkie uszkodzenia. Trwa śledztwo mające ustalić pochodzenie obiektu”.

Ukraina: To już nie jest wojna hybrydowa

Jak podaje Politico, śledztwo w sprawie wydarzeń na lotnisku w Lipsku prowadzi już niemieckie służby ds. zwalczania terroryzmu. „Die Welt” poinformował z kolei, że służby bezpieczeństwa zakwalifikowały wewnętrznie incydent jako próbę ataku.

– Nic nie wskazuje na to, by były to działania amatorskie. Mamy do czynienia z profesjonalnie przygotowanym scenariuszem ataku hybrydowego – ocenił podczas konferencji prasowej Dobrindt.

W podobnym tonie wypowiedział się ambasador Ukrainy, który ponownie przypisując winę Rosji za incydent w Lipsku:

– Rzeczywiście, Rosja od dawna prowadzi tę wojnę hybrydową (...). Jednak określenie hybrydowa w pewien sposób umniejsza fakt, że Rosja prowadzi wojnę nie tylko przeciwko Ukrainie, ale także przeciwko Europie – powiedział Makiejew.

– Jesteśmy świadomi tego incydentu, który niemieckie władze nadal badają – stwierdził przedstawiciel NATO cytowany przez „The Guardian”.

Strategiczne znaczenie lotniska w Lipsku

Jak przypomina Politico, port lotniczy w Lipsku stanowi bazę operacyjną dla programu Strategic Airlift International Solution (SALIS), pełniącego rolę istotnego punktu logistycznego NATO.

To także europejska baza ukraińskich linii lotniczych Antonov Airlines, których samoloty używane są do transportu sprzętu dla Ukrainy.

Saksońskie lotnisko jest ponadto „największym europejskim hubem logistycznym firmy DHL”.

W lipcu 2024 roku w trakcie załadunku samolotu transportowego DHL w ogniu stanęła jedna z przesyłek. Tamtego lata podobne incydenty powtarzały się kilkakrotnie, paraliżując europejskie huby logistyczne. W paczkach znajdowały się ładunki wybuchowe.

Marc Henrichmann, przewodniczący komisji Bundestagu ds. nadzoru nad służbami wywiadowczymi cytowany przez „Deutsche Welle”, ocenił, że incydent w Lipsku wygląda na „próbę uderzenia w przedsiębiorstwo mające istotne znaczenie dla Ukrainy”. ●

OGŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34445963

Warmia i Mazury zapraszają na EuroBeachVolley do Starych Jabłonek

W dniach 12–16 sierpnia 2026 roku niewielkie Stare Jabłonki ponownie znajdą się w centrum uwagi europejskiego sportu.

To właśnie tutaj, nad malowniczym jeziorem Szeląg Mały, odbędą się Mistrzostwa Europy w Siatkówce Piłkowej – CEV EuroBeachVolley 2026. Po raz pierwszy w historii ten prestiżowy turniej zostanie rozegrany w Polsce, gromadząc 64 najlepsze duety Europy oraz tysiące kibiców z kraju i zagranicy.

Stare Jabłonki od lat są jednym z najbardziej rozpoznawalnych punktów na światowej mapie sportu. Na przyjezdnych czekają tu nie tylko wybitni sportowcy,



Od lewej: Paweł Papke, Marcin Kuchciński, Tomasz Dowgiało

ale także przygotowane przez organizatorów koncerty, regionalna kuchnia i aktywności przewidziane dla całych rodzin.

– Warmia i Mazury od lat udowadniają, że potrafią organizować wydarzenia o światowej randze w otoczeniu wyjątkowej przyrody. Zapraszamy wszystkich do odkrywania naszego regionu – miejsca, gdzie wielki sport spotyka się z gościnnnością i piękną naturą – mówi Marcin Kuchciński, marszałek województwa warmińsko-mazurskiego.

Pobyt na mistrzostwach warto przedłużyć o kilka dni. Po emocjach na trybunach czekają rejsy po jeziorach, spływy kajakowe, setki kilometrów tras rowerowych, klimatyczne miasteczka i lokalna kuchnia. A zaledwie kilkadziesiąt kilometrów dalej, w Olsztynie, odbędzie się w tym czasie Olsztyn Green Festival.



Zwolnienia. AI to zasłona dymna

Łatwiej ogłosić technologiczną transformację, niż przyznać bez ogródek, że kilka tysięcy osób straci pracę. AI zmienia rynek pracy, ale nie tak, jak deklarują to pracodawcy.

Maria Korcz

Co czwarty zwolniony w marcu tego roku w Stanach Zjednoczonych stracił pracę przez sztuczną inteligencję – grzmi badanie Challenger, Gray & Christmas, amerykańskiej firmy specjalizującej się w doradztwie dla osób zmieniających ścieżkę kariery. Dane dotyczą realnych zwolnień, a nie tylko zamrożenia rekrutacji czy zmian strukturalnych.

Faktycznie: AI zmienia rynek pracy, ale niekoniecznie tak, jak malują to przed nami korporacje.

Obawy o zastępowanie ludzi AI rosną

Przypadek amerykańskiej firmy doradczej nie jest odosobniony. Doklejanie technologicznej transformacji do zapowiedzi masowych zwolnień stało się stałym elementem przy ogłaszaniu dużych, medialnych redukcji zatrudnienia.

Pod koniec 2025 roku producent komputerów i drukarek HP poinformował o zamiarze zwolnienia od 4 do 6 tys. pracowników, a jednocześnie zapowiadał ekspansywny wdrażanie sztucznej inteligencji. W maju tego roku 20-proc. redukcję etatów zapowiedział też PayPal. Przyczyna: zastąpienie ludzi rozwiązaniami AI ma przynieść oszczędności.

Dalej na liście są m.in. oferujący usługi chmurowe Oracle (redukcja 13 proc. miejsc pracy), Meta (8 tys. etatów mniej) czy Cloudfare, które dostarcza rozwiązania do obsługi stron internetowych (20 proc. pracowników mniej).

Podczas gdy kolejne firmy wypuszczają w świat komunikaty sugerujące lub wprost zapowiadające zastępowanie ludzi AI, nastroje wobec technologii coraz bardziej się pogarszają.

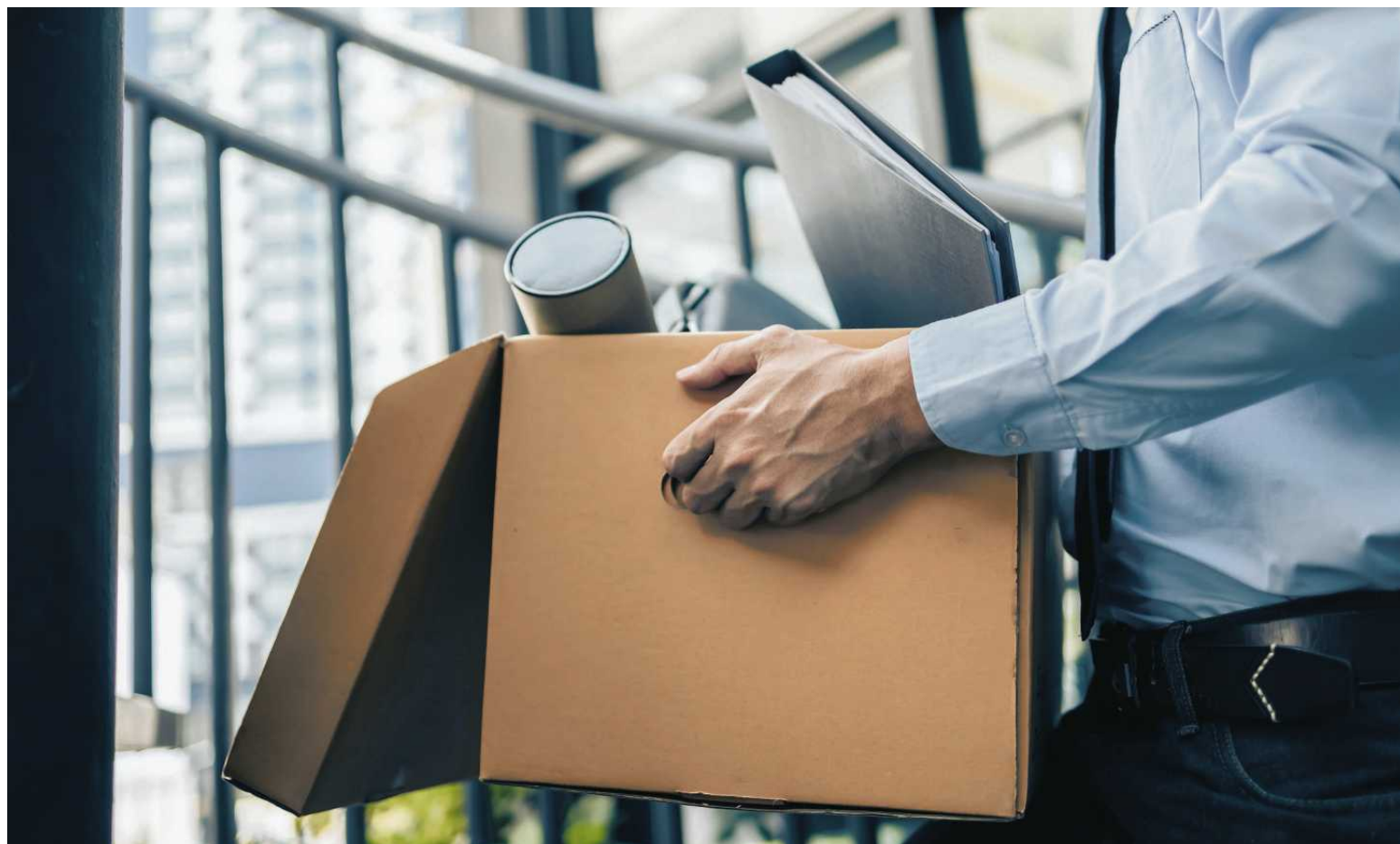
Już 79 proc. Amerykanów uważa, że AI doprowadzi do likwidacji miejsc pracy.

To najwyższy wynik badania prowadzonego od 2023 roku przez Instytut Gallupa i Bentley University. Zdaniem autorów badania obawy o przyszłość swojej pracy są dziś głównym źródłem niechęci wobec AI. Tylko 9 proc. badanych uważa, że sztuczna inteligencja może przynieść światu więcej dobra niż zła. Dla porównania aż 39 proc. jest zdania, że spowoduje więcej krzywd niż korzyści.

Gdy jednak zajrzemy głębiej w dane z rynku pracy, szybko okazuje się, że spora część z tych obaw nie ma na ten moment żadnego uzasadnienia. Powstały jednak w wyniku głośniejszych zapowiedzi masowych zwolnień szum informacyjny skutecznie utrudnia rozróżnienie obszarów faktycznej transformacji (a ta, owszem, w części rynku ma już miejsce) od niewygodnych decyzji biznesowych, dla których AI to tylko zasłona dymna.

Deklaracje kontra rzeczywistość

Po pierwsze, z napędzającymi atmosferę strachu badaniami, takimi jak to przeprowadzone przez amerykańskich ekspertów



• **Co czwarty zwolniony w marcu tego roku w Stanach Zjednoczonych stracił pracę przez sztuczną inteligencję – grzmi badanie Challenger**

FOT. PHOTO SMOOTHIES/
SHUTTERSTOCK

od przekwalifikowywania pracowników, jest jeden zasadniczy problem. To dane oparte jedynie na deklaracjach firm. Nikt nie weryfikuje, czy panie w księgowości faktycznie zastąpiono agentami AI lub czy pracownikom wydaje polecenia kierownik zamiast menedżera.

Tymczasem na istotne dysproporcje między zapowiedziami firm a rzeczywistością wskazuje głos samych pracowników. Jeśli bowiem zapytamy o przyczyny zwolnień menedżerów (i co ważne – pozwalamy im odpowiadać anonimowo), dane o masowych zwolnieniach spowodowanych AI nie wytrzymują konfrontacji z rzeczywistością.

Na początku 2026 roku takiej konfrontacji podjął się zespół z amerykańskiej sieci badawczej National Bureau of Economic Research (sieć badawcza z USA). Z prośbą o wyjaśnienie, do czego i w jakim stopniu wykorzystują AI – a przede wszystkim, czy zastępują nią pracowników – zwrócił się do 6 tys. menedżerów i prezesów z czterech różnych instytucji w Stanach Zjednoczonych, Australii, Wielkiej Brytanii i Niemczech.

Ich odpowiedzi rozbrajają publiczne deklaracje firm. Aż 90 proc. menedżerów przyznało, że użycie AI nie ma wpływu na poziom zatrudnienia.

Porównali zawody podatne i odporne na AI

Idźmy dalej. I o jeszcze jeden szczebel korporacyjnej hierarchii w dół – do szeregowych pracowników. Gdy Instytut Gallupa w badaniu przeprowadzonym na początku 2026 roku pytał Amerykanów, którzy stracili pracę w ramach zwolnień grupowych, o to, jakie były przyczyny redukcji etatów, na AI wskazywał tylko 1 proc. badanych.

Jasne – to znów jedynie deklaracje. Trudno jednak przejść obojętnie obok rozbieżności między oficjalnymi zapowiedziami firm a głosem ich pracowników. Sięgnijmy więc po jeszcze jedno źródło – analizę ekonomistów z The Budget Lab działającego przy Uniwersytecie Yale.

Badacze wzięli pod lupę informacje o zatrudnieniu i dochodach osób pracujących w zawodach, na które AI ma duży wpływ i tych, które są na nią względnie odporne. Porównując zmiany w zatrudnieniu jednych i drugich, próbowali oszacować, jak wiele miejsc pracy zostało już dotkniętych AI.

Różnice w poziomie zatrudnienia w zawodach narażonych na AI i tych, które mają pozostać na nie odporne, były jednak marginalne. Od czasu spopularyzowania się modeli generatywnej sztucznej inteligencji w 2022 roku nie wyniosły więcej niż 0,005 proc.

Wniosek: w danych nie widać, by rozwój sztucznej inteligencji prowadził do znacznej likwidacji miejsc pracy. Przynajmniej na tym etapie rozwoju technologii.

Zwolnieni z powodu AI? „To mentalny bufor”

Skąd wynika więc rozdzźwięk między deklaracjami firm a rzeczywistością?

– Z perspektywy psychologii AI pełni funkcję „moralnego bufora”. Pozwala przedstawić zwolnienia jako skutek nieuchronnego postępu, a nie decyzję zarządu, ogranicza odpowiedzialność menedżerów i ułatwia uzasadnienie redukcji zatrudnienia wobec inwestorów oraz pracowników – mówi prof. Agnieszka Wojtczuk-Turek z Wydziału Zarządzania Szkoły Głównej Handlowej. I zauważa:

– Narracja o AI rozwija się szybciej niż rzeczywista zdolność organizacji do automatyzacji. Według badań McKinsey 88 proc. organizacji wykorzystuje AI przynajmniej w jednej funkcji biznesowej, jed-

nak tylko około jedna trzecia organizacji wdrożyła AI w skali całego przedsiębiorstwa. W praktyce często utożsamia się korzystanie z narzędzi AI, projekty pilotażowe i automatyzację pojedynczych czynności z zastąpieniem całego stanowiska pracy.

Tymczasem AI częściej automatyzuje pojedyncze zadania niż zastępuje całe stanowiska.

A to prowadzi nas do wniosku, że bardziej niż z likwidacją istniejących miejsc pracy możemy mieć do czynienia raczej ze stopniowym topnieniem zapotrzebowania na nowych pracowników. Taki stan rzeczy sugerują m.in. badania przeprowadzone na Uniwersytecie Stanforda.

Ubywa ofert pracy dla młodych

Jak oceniają ekonomiści z Instytutu ds. sztucznej inteligencji zorientowanej na człowieka, który działa przy Uniwersytecie Stanforda, odpowiedzialność za zmiany na rynku pracy można przypisywać sztucznej inteligencji dopiero od 2024 roku.

Choć podobnie jak badacze z Yale uważają, że jest jeszcze za wcześnie, by mówić o wpływie na szeroką skalę, zwracają uwagę, że szczególnie narażona na zmiany na rynku pracy jest grupa najmłodszych pracowników w wieku od 22 do 25 lat. W tej grupie, wśród zawodów najbardziej narażonych na wpływ AI (takich jak programowanie lub obsługa klienta), między 2022 a 2025 rokiem poziom zatrudnienia spadł o 16 proc.

Podobne zjawisko zaobserwować można także na polskim przykładzie. Z analizy, którą Wyborcza.biz przeprowadziła wspólnie z portalem Pracuj.pl, wynika, że między 2023 a 2024 rokiem liczba ofert pracy dla juniorów w największych polskich miastach zmniejszyła się o 19,1 proc.

Coraz szersze zastosowanie AI na rynku pracy dotyka dziś więc przede wszystkim te osoby, które nie zdążyły wejść na rynek pracy przed technologicznym boorem. A sztuczna inteligencja prowadzi raczej do ostrożności w zatrudnianiu niż masowych likwidacji miejsc pracy. ●

Już 79 proc. Amerykanów uważa, że AI doprowadzi do likwidacji miejsc pracy

Ważne zmiany dla frankowiczów

Rozpoczyna się nowy rozdział w życiu frankowiczów. Dzięki ustawie będą mogli szybciej wstrzymać spłatę rat, a bank nie będzie mógł za to wypowiedzieć umowy ani wpisać klienta do BIK.

Ireneusz Sudak

Ustawa frankowa wchodzi w życie po tym, jak 17 lipca podpisał ją prezydent Karol Nawrocki.

– Setki tysięcy obywateli czeka od lat na rozstrzygnięcie sporów z instytucjami finansowymi, a tzw. sprawy frankowe stały się jednym z głównych źródeł przeciążenia sądów cywilnych. Ustawa ma przyspieszyć postępowania oraz ograniczyć asymetrię sił między konsumentem a dużą instytucją finansową – powiedział prezydent.

Jak to się stało, że franki zalały sądy?

Spór o kredyty frankowe przeniósł się z banków na sale sądowe. Na mocy nowych przepisów walka z bankiem będzie nieco łatwiejsza. Co się dokładnie zmieni?

Prawie 10 lat musieli czekać frankowicze na ustawę sądową uchwaloną przez polski parlament. To prezes PiS Jarosław Kaczyński w lutym

2017 r. w wywiadzie dla Polskiego Radia powiedział, że frankowicze powinni wziąć sprawy we własne ręce i zacząć walczyć w sądach [o unieważnienie kredytów, jeśli uważają, że zostali oszukani – przyp. red.]. Jak mówił, „rząd nie może podejmować działań, które doprowadzą do zachwiania systemu bankowego”.

Minęło kolejnych siedem lat od korzystnego dla frankowiczów orzeczenia Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej ws. kredytu frankowego małżeństwa Dziubaków. Ówczesny wyrok TSUE oznaczał łatwiejszą drogę w sądzie do przewalutowania kredytu bądź unieważnienia całej umowy.

Wyroki polskich sądów od 2019 roku stały się bardzo proklienckie po serii kolejnych niekorzystnych dla banków orzeczeń TSUE.

Polacy, mając realną szansę na unieważnienie umów i odzyskanie kosztów kredytu, masowo ruszyli do sądów. Wkrótce sądy zapchały się

kolejnymi pozwami, a kolejne rządy zwlekały z uchwaleniem ustawy, która w jakikolwiek sposób regulowała by napływ pozwów. To ogromne zaniedbanie polskiej klasy politycznej i największy zarzut co do nowej ustawy, dotyczący tego, że wprowadzana jest o kilka lat za późno.

170 tys. spraw ciągle czeka na rozpatrzenie

Kto chce szybko i na nieco gorszych warunkach pozbyć się kredytu frankowego, zawiera ugodę oferowaną przez bank. A kto chce iść na zwarcie, walczy do końca w sądzie.

Portal Bankier.pl sprawdził, że w sądach zakończyły się sprawy dotyczące 127 tys. sporów, ale wciąż czeka kolejne 170 tys. sporów.

Liczba udzielonych kredytów frankowych sięgała 500 tys. Niemal wszystkie zostały już spłacone. Teraz klienci, nawet po spłaceniu, idą do sądu, bo mają szansę na odzyskanie części poniesionych kosztów (skoro zgodnie z orzeczeniami sądów można taką umowę unieważnić).

Od zalewu pozwów w sądach utworzyły się ogromne kolejki. Według kancelarii Mędracki-Wilk średni czas trwania sprawy w pierwszej instancji to 12-18 miesięcy, a prawomocny wyrok w drugiej instancji zapada średnio po 2-3 latach. Ustawa może nieco przyspieszyć te terminy i ułatwić frankowicom procedury.

Pozwy wzajemne – jak rozliczyć się z bankiem?

Dziś frankowicz może odzyskać wszystkie wpłacone środki (raty, prowizje, opłaty). Z kolei bank może (skoro umowa była nieważna) domagać się zwrotu kapitału wpłaconego w ratach.

W praktyce banki chętnie korzystają z tego uprawnienia. Jeśli pozwie je frankowicz, banki odpowiadają kontrpozwem. Wtedy po prawomocnym stwierdzeniu nieważności umowy kredytu powinno dojść do rozliczenia stron, które powinny sobie oddać to, co wzajemnie świadczyły.

Ale nie dzieje się to automatycznie. Bank ma trzy lata przed przedawnieniem roszczeń. Jak liczyć te trzy lata? Zwykle początkiem jest data stwierdzenia nieważności umowy frankowej przez polski sąd w pierwszej instancji. Ale o to toczą się kolejne spory w TSUE.

Nowa ustawa przewiduje, że w procesie, w którym kredytobiorca dochodzi należności wynikających z nieważności umowy kredytu, bank będzie miał możliwość dochodzenia roszczenia wzajemnego na wypadek, gdyby umowa okazała się nieważna (w praktyce niemal na pewno zostanie uznana za nieważną, więc to tylko formalność). Ustawa przedłuża termin na wytoczenie powództwa wzajemnego do momentu zakończenia postępowania w pierwszej instancji.

BIK nie dostanie wpisu

Być może najbardziej korzystna z finansowego punktu widzenia zmiana dotyczy płatności rat. Zgodnie z przepisami podpisanej przez prezydenta ustawy m.in. obowiązek spłacania rat przez kredytobiorcę byłby wstrzymywany z mocy prawa z chwilą doręczenia bankowi pozwu, a nie z chwilą wydania decyzji przez sąd.

Chodzi o to, aby rozwiązanie takie miało charakter automatyczny i nie wiązało się z przekazaniem danych o zaległościach do Biura Informacji Kredytowej (skoro frankowicz przestaje spłacać raty). Bank też nie będzie mógł wypowiedzieć umowy.

Na mocy ustawy bank nie będzie mógł ani wypowiedzieć kredytu, ani wpisać klienta BIK. Nawet jeśli taka informacja trafiła już wcześniej do BIK, wpis na ten temat powinien zostać usunięty.

To bardzo ułatwi życie frankowiczom, bo dziś i tak zwykle dochodzą oni do takich rozstrzygnięć (zawieszenia spłaty rat), ale trwa to miesiącami. Często trafiają oni na listę dłużników.

Co bardzo ważne, nowe zasady mają zastosowanie nie tylko do nowych pozwów, ale do wszystkich spraw, które są już na wokandzie.

Inne nowości wprowadzone ustawą dotyczą spraw proceduralnych, np. poszerzają możliwości rozpoznawania spraw frankowych przez sądy na posiedzeniach niejawnych. ●

OGŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34445772

BB
2026

Bielsko-Biała
Polska
Stolica
Kultury



POLSKA
STOLICA
KULTURY



Miejska
Promenada
Kultury

BIELSKO-BIAŁA
8 – 30 SIERPNIA 2026

Miejska Promenada Kultury

BB2026.PL



Gospodarka

Polska wyprzedziła Szwecję?

Wydatki publiczne w relacji do PKB są w Szwecji niższe niż w Polsce. Jak do tego doszło?

Gadomski



W Polsce wciąż wiele osób uważa Szwecję za modelowe państwo dobrobytu – kraj wysokich podatków, rozbudowanych świadczeń i usług dostarczanych obywatelom przez sektor publiczny. Ten stereotyp nie jest całkowicie fałszywy, lecz opisuje raczej Szwecję sprzed czterdziestu lat niż dzisiejszą. Szwedzi nie zlikwidowali państwa opiekuńczego, ale po dramatycznym kryzysie początku lat 90. XX wieku rozstali się z jego skrajną, kosztowną i nadmiernie zetatyzowaną wersją.

Korzenie szwedzkiego modelu sięgają lat 30. XX wieku. Rządząca od 1932 roku Partia Socjaldemokratyczna zaczęła budować folkhemmet, czyli „dom ludu”. Państwo miało zapewnić bezpieczeństwo wszystkim obywatelom, a nie tylko pomagać najuboższym. Po II wojnie światowej, szczególnie od lat 50. do siedemdziesiątych, rozbudowano powszechne ubezpieczenia zdrowotne, emerytury, zasiłki rodzinne, opiekę nad dziećmi i osobami starszymi oraz bezpłatną edukację. Państwo i samorządy stały się wielkimi pracodawcami, zwłaszcza dla kobiet.

System uzupełniał silne związki zawodowe, scentralizowane negocjacje płacowe i aktywna polityka rynku pracy. Na początku lat 50. dwaj ekonomiści związani z centralą związkową – Gösta Rehn i Rudolf Meidner – przedstawili model gospodarki, który miał realizować cztery cele: pełne zatrudnienie, stabilność cen, szybki wzrost gospodarczy dzięki modernizacji przemysłu i niewielkie różnice dochodowe.

Firmy niezdolne do płacenia uzgodnionych wynagrodzeń miały zniknąć, a pracownicy, dzięki szkoleniom i pomocy państwa, przechodzić do przedsiębiorstw bardziej produktywnych. Była to gospodarka kapitalistyczna, oparta na prywatnej własności i eksporcie, ale otoczona wyjątkowo rozbudowanym systemem redystrybucji.

Trzeba przy tym pamiętać, że państwo dobrobytu nie stworzyło szwedzkiej możliwości od podstaw. Kraj wzbogacił się wcześniej dzięki industrializacji, wolnemu handlowi, stabilnym prawom własności oraz rozwojowi takich przedsiębiorstw jak Ericsson, SKF, Volvo czy Electrolux. Utrzymanie neutralności w obu wojnach światowych uchroniło zasoby Szwecji przed zniszczeniem, a powojenna koniunktura zapewniła popyt na szwedzką stal, maszyny, samochody i drewno. Rozbudowę świadczeń finansowała więc wydajna, międzynarodowo konkurencyjna gospodarka oraz szybko rosnące zatrudnienie. Dopóki wydatki zwiększały dostęp do edukacji, opieki zdrowotnej i rynku pracy, mogły wspierać rozwój.

Rezultaty przez długi czas były imponujące. Szwecja osiągnęła wysoką aktywność zawodową kobiet, ograniczyła ubóstwo i różnice dochodowe, zapewniła sze-



• W Polsce wciąż uważa się Szwecję za modelowe państwo dobrobytu – kraj wysokich podatków, rozbudowanych świadczeń i usług publicznych FOT. REUTERS / TOM LITTLE

roki dostęp do edukacji, ochrony zdrowia i opieki. Powszechność świadczeń zmniejszała stygmatyzację korzystających z pomocy. Stabilne reguły, sprawna administracja, wysoki poziom zaufania i współpraca pracodawców ze związkami ograniczały konflikty społeczne. Rozbudowana opieka nad dziećmi ułatwiała godzenie pracy z rodziną, a inwestycje w wykształcenie podnosiły jakość kapitału ludzkiego.

Powodzenie modelu skłaniało jednak polityków do jego nieustannego rozszerzania. Wydatki publiczne, wynoszące w 1960 roku około 30 proc. PKB, na początku lat osiemdziesiątych przekroczyły 60 proc. Rosły podatki, transfery i zatrudnienie publiczne. Bardzo wysokie krańcowe stawki podatku dochodowego osłabiały motywację do dodatkowej pracy i zachęcały do poszukiwania ulg. Inflacja połączona z możliwością odliczania od podstawy opodatkowania odsetek pożyczonych od kredytów hipotecznych i konsumpcyjnych uprzywilejowywała zadłużanie się – realny koszt kredytu po opodatkowaniu był ujemny. To napędzało ceny nieruchomości, tworząc na tym rynku bańkę spekulacyjną. Monopole publiczne słabo reagowały na potrzeby pacjentów, uczniów i konsumentów, a hojność ubezpieczeń chorobowych i zasiłków ograniczała bodźce do pracy.

W latach 70. i 80. Szwecja rozwijała się wolniej niż wiele innych państw zachodnich. Problemy maskowano dewaluacją korony, które chwilowo poprawiały konkurencyjność eksportu, lecz utrwały inflację. Średnia inflacja w latach 70. wynosiła 8,5 proc. rocznie, w latach 80 blisko 8,0 proc. Gdy na początku lat 90. koniunktura się załamała, a jednocześnie wzrosły stopy procentowe, bańka na rynku nieruchomości pękła. Zapalnikami kryzysu były wprowadzone zmiany, ograniczające możliwość odliczeń odsetek od podstawy podatku.

W latach 1991-1993 Szwecja mierzyła się ze spadkiem PKB. Upadały banki i przedsiębiorstwa, a bezrobocie, wcześniej nieznaczne, gwałtownie wzrosło. Nadwyżka finansów publicznych zamieniła się w deficyt sięgający w 1993 roku około 11-13 proc. PKB. Dług publiczny wzrósł z około 41 proc. PKB w 1990 roku do po-

nad 70 proc. w połowie dekady. Udział wydatków publicznych w PKB, zwiększony przez recesję i koszty bezrobocia, doszedł do 70 proc. Kryzys pokazał, że państwo obiecujące obywatelom bezpieczeństwo samo utraciło bezpieczeństwo finansowe.

Pierwsze oszczędności wprowadził centroprawicowy rząd Carla Bildta, lecz zasadniczą konsolidację kontynuowali po 1994 roku socjaldemokraci. Reforma nie była krótkim liberalnym epizodem, ale uzyskała szerokie poparcie polityczne. Minister finansów, a później socjaldemokratyczny premier Göran Persson przekonywał własne zaplecze, że bez uzdrowienia budżetu nie da się ocalić podstaw państwa dobrobytu.

Cięcia były znaczne. Obniżono zasiłek dla bezrobotnych i zaostrzono warunki jego otrzymywania. Zmniejszono zasiłki chorobowe, częścią kosztów absencji obciążono pracodawców. Ograniczono indeksację emerytur i innych transferów, takich jak zasiłki na dzieci, dodatki mieszkaniowe oraz rekompensaty dla uczestników programów rynku pracy. Redukowano zatrudnienie i wydatki administracji oraz samorządów.

Konsolidacji towarzyszyła reforma podatkowa wprowadzona w latach 1990-1991, nazywana „reformą stulecia”. Poszerzono podstawę VAT i podatków dochodowych, zlikwidowano liczne ulgi, oddzielono opodatkowanie dochodów z pracy od kapitału oraz mocno obniżono krańcowe stawki PIT. Najwyższa stawka opodatkowania pracy spadła z 72 proc. do 51 proc., a CIT z 57 proc. do 30 proc. Później Szwecja zniosła poda-

tek od spadków i darowizn oraz podatek majątkowy. Nie stała się krajem niskich podatków, ale system w mniejszym stopniu zniekształcał decyzje o pracy, oszczędzaniu i inwestowaniu.

Wprowadzono wieloletnie, nominalne limity wydatków i wymóg równowagi budżetów samorządowych. Parlament szwedzki Riksdag najpierw głosuje nad całkowitym poziomem wydatków i limitami dla poszczególnych obszarów. Dopiero później komisje parlamentarne rozdzielają środki wewnątrz tych limitów. Zwiększenie jednej pozycji wymaga więc odpowiedniego zmniejszenia innej.

Podstawą polityki pieniężnej niezależnego banku centralnego stał się, tak jak w większości europejskich banków centralnych, bezpośredni cel inflacyjny. System emerytalny przekształcono w system zdefiniowanej składki. Wysokość przyszłego świadczenia zależy od wpłat, wzrostu wynagrodzeń i oczekiwanej długości życia. Jeżeli system emerytalny się nie bilansuje, państwo nie subsydiuje go z podatków, lecz czasowo ogranicza tempo waloryzacji świadczeń i uprawnień emerytalnych, dopóki proporcja aktywów do zobowiązań się nie poprawi. Tymczasem w Polsce w 2025 roku dotacja do ZUS wyniosła 64,4 mld zł, a do KRUS 26,7 mld zł. Łącznie polscy podatnicy wsparli dziurawy system emerytalny sumą równą 2,4 proc. PKB.

Jednocześnie urynkowiono znaczną część gospodarki. Otwarto na konkurencję telekomunikację, pocztę, energetykę, transport lotniczy, kolej i usługi taksówkowe. Prywatyzowano przedsiębiorstwa państwowe. W szkolnictwie wprowadzono finansowany publicznie bon, z którym uczeń może przejść do szkoły prowadzonej przez podmiot prywatny. Prywatne firmy i organizacje zaczęły szerzej prowadzić przychodnie, szkoły oraz placówki opiekuńcze, choć ich działalność nadal jest w znacznej mierze finansowana z podatków.

Szwecja zachowała powszechną ochronę zdrowia, bezpłatną edukację, rozbudowane urlopy rodzicielskie, opiekę nad dziećmi i zabezpieczenie dochodów. Związki zawodowe pozostają silne, a płace są w większości ustalane w układach zbiorowych. Jednocześnie gospodarka jest otwarta na handel, przyjazna dla prywatnej przedsiębiorczości, a regulacje na rynkach produktów (np. koncesje i zezwolenia) są łagodne. Państwo często finansuje usługi publiczne i kontroluje ich standard, ale nie świadczy ich samodzielnie.

Szwecja nie jest liberalną gospodarką w takim znaczeniu jak Szwajcaria czy Stany Zjednoczone. Jest raczej – jak określa ją ekonomista z uniwersytetu w Lund Andreas Bergh – kapitalistycznym państwem dobrobytu.

Porównanie z Polską jest pouczające. Sama wysokość wydatków nie przesądza o sile państwa opiekuńczego, zwłaszcza gdy finansuje się je rosnącym deficytem. Powszechne świadczenia mogą współistnieć z kapitalizmem, ale tylko wtedy, gdy państwo pilnuje kosztów, pozostawia przestrzeń konkurencji i potrafi wycofać się z obietnic, których nie jest w stanie trwale sfinansować. To rozróżnienie jest w tej historii zasadnicze. ●

Witold Gadomski

Sumą równą

2,4

PROC. PKB.

• w 2025 r. polscy podatnicy wsparli dziurawy system emerytalny

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

Rozwój Plus

Ściemy Morawieckiego

Gruszczyński



Cynizm – tym jednym słowem można podsumować poglądy Mateusza Morawieckiego. Były premier, a dziś lider klubu parlamentarnego Rozwój Plus, w ostatnich dniach opowiedział o swoich rzekomo prawdziwych opiniach o kompromisie aborcyjnym, praworządności, prawach zwierząt i mediach publicznych. Dzisiejszych poglądów Morawieckiego nie da się obronić w zestawianiu z konkretnymi decyzjami z czasów kierowania rządem.

Zacznijmy od liberalizacji aborcji.

W 2020 roku Trybunał Konstytucyjny Julii Przyłębskiej na polityczne zlecenie Nowogrodzkiej zaostriżył prawo aborcyjne. Od sześciu lat w Polsce nie można przerwać ciąży ze względu na wady płodu, które zagrażają życiu kobiet. W konsekwencji przez cały kraj przetoczyły się niespotykane po 1989 roku protesty, a poparcie dla PiS spadło o kilkanaście punktów procentowych.

Morawiecki w rozmowie z Bogdanem Rymanowskim stwierdził, że był przeciwny naruszeniu kompromisu aborcyjnego i ostrzegał przed politycznymi konsekwencjami Jarosława Kaczyńskiego. W 2020 roku inaczej komentował prawa kobiet: „o co toczy się spór? Warto zadać sobie takie podstawowe pytanie i każdy w sumieniu niech na to pytanie odpowie. Czy jest to spór o danie prawa do życia dzieciom z zespołem Downa, czy jest to spór o niczym nieskrępowaną aborcję?”. Jako szef rządu nie potępił publicznie wyroku TK, protesty nazwał „aktami barbarzyństwa”, a reakcje policji, która pałowała kobiety, przysłała gazem pieprzowym w ich twarze czy biła protestujących pałkami teleskopowymi, nazwał „wyważoną”. Więcej: Morawiecki stwierdził, że wyrok „nie mógł być inny w oparciu o polską konstytucję”.

W programie Rymanowskiego były premier powiedział również, że „piątka dla zwierząt była początkiem sondażowych problemów PiS”. Wiele osób odradzało Kaczyńskiemu forsowanie ustawy przyznającej zwierzętom większe prawa. Ale sześć lat temu Morawiecki „cieszył się z tego, że prezes Jarosław Kaczyński tak mocno podkreśla, że sposób traktowania zwierząt jest czymś, co świadczy o nas. O ludziach”.

Były premier w wielu publicznych wypowiedziach krytykował TVP, którą za jego rządów kierował Jacek Kurski. Media pu-

bliczne stały się tubą propagandową PiS-u, ich pracownicy produkowali materiały, które miały w dobrym świetle prezentować prawicę. Dzisiaj ludzie Morawieckiego przekonują, że TVP powinna być obiektywna, a jej prezes pochodzić spoza polityki. Mówił mi o tym ostatni Krzysztof Szczucki, były szef Rządowego Centrum Legislacji, a dzisiaj jeden z najbliższych współpracowników Morawieckiego. Ten ostatni żali się, że „jego wizerunek był niszczone przez kierownictwo TVP”.

Największe wrażenie robią jednak słowa o wymiarze sprawiedliwości, który został częściowo zniszczony w czasach rządów Morawieckiego. Przypomnijmy, że w latach 2015-23 były premier twierdził, że „reformy PiS są zgodne z praworządnością i konstytucją”. Nie sprzeciwiał się upolitycznieniu TK, zniszczeniu niezależności Krajowej Rady Sądownictwa czy upychaniu w Sądzie Najwyższym posłusznych sędziów. Co więcej: Morawiecki nie brał pod uwagę opinii międzynarodowych trybunałów, które krytkowały reformy przeprowadzone przez jego rząd.

Ten sam Szczucki w rozmowie ze mną przyznaje, że sytuacje w TK należy wyzerować, a frakcja Morawieckiego przez lata krytkowała wewnętrznie decyzje ministra sprawiedliwości.

Mateusz Morawiecki i jego najbliżsi współpracownicy przekonują opinię pu-

bliczną, że od zawsze byli partyjnymi liberalami, nie popierali przykręcania śrub kobietom, nie chcieli dewastować wymiaru sprawiedliwości ani przejmować siłą mediów publicznych. Trudno uwierzyć w te zapewnienia, skoro Morawiecki i jego frakcja wiernie trwała przy Kaczyńskim przez osiem lat rządów Prawa i Sprawiedliwości. Nikt z tej grupy się nie wylał, ponieważ spajała ich władza.

Były premier prezentuje się jako polityk, który za cenę władzy pożegnał się z wartościami. Inny scenariusz zakłada, że przez lata realnie żyrował wszystkie decyzje swojego własnego rządu, a dopiero dzisiaj – kiedy oplaca się mówić coś innego – dystansuje się od PiS-u.

Polacy mogą wiele wybaczyć, skoro w 1993 roku, ledwo cztery lata po upadku komunizmu, oddali władzę socjaldemokratom rodem z Polskiej Zjednoczonej Partii Robotniczej. Różnica między Aleksandrem Kwaśniewskim, Włodzimierzem Cimoszewiczem a Morawieckim jest jednak taka, że ci pierwsi wspierali demokratyzację Polski. ●

Arkadiusz Gruszczyński

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

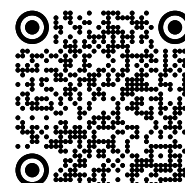
REKLAMA

Kraj/34434237

Lata 90. bez filtra



CZYTAJ!



30 lat onet
łączymy kropki

Newsweek **Forbes** **BUSINESS INSIDER** **Fakt** **medonet** **Komputer Świat**

Auto Świat

Jak „1670” wymknęło się twórcom spod kontroli

ODDAŁEM TWARZ BOGD

Kiedy zaczynałem pisać scenariusz, robiłem to dla siebie. Nie myślałem ani o tym, jak ten serial miałby powstać, ani jak zostanie przyjęty – wspomina początki „1670” jego pomysłodawca i scenarzysta Jakub Rużyłło.

Justyna Bryczkowska

Iakładałem, że to coś przede wszystkim dla ludzi z mojego pokolenia. To, że okazał się hitem wśród uczniów podstawówek, licealistów, a jednocześnie oglądają go i lubią emeryci, było dla mnie kompletnym zaskoczeniem. Nie mówiąc już o skali całego zjawiska i o tym, co wydarzyło się wokół tego serialu w społecznym sensie – opowiada zdziwiony odbiorem produkcji Rużyłło. Faktycznie, skala sukcesu tego serialu jest na naszym filmowym podwórku ewenementem. By nie powiedzieć, że fenomenem (którego trzeci sezon właśnie trafia do widzów).

Rużyłło miał szczęście trafić na producenta, który w jego materiał uwierzył, i tak naprawdę się uparł, żeby go zrealizować. Jana Kwiecińskiego po prostu bardzo ten tekst rozbawił. – W tym zawodzie rzadko śmiesz się do kartki. A to faktycznie było bezkresnie śmieszne – zauważa.

PRODUCENT WALCZY O DEBIUTANTÓW

– Szło to jakoś tak: „W XVI wieku Polska była najpotężniejszym państwem w Europie. W XVIII zniknęła z mapy. To historia o tym, co działo się pomiędzy”. Od tego zdania do końca lektury praktycznie nie przestawałem się śmiać, a że nauczyłem się ufać intuicji, to kierowany nią wiedziałem, że w ten projekt zainwestuję – mówi producent Jan Kwieciński.

– Po lekturze scenariusza pomyślałem sobie, że skoro komedia kostiumowa z tego typu poczuciem humoru będzie projektem na tyle trudnym, że czemuż by nie iść na całość i powierzyć go

• Dobromir Dymecki jako Bogdan z Adamczychy

FOT. J. SOSIŃSKI/NETFLIX



debiutantom – przywołuje producent. W kwestii reżyserii niemal od razu pomyślał o Macieju Buchwaldzie, a już w pierwszej rozmowie z nim padło też nazwisko Kordiana Kądzeli.

Nim jednak projekt trafił do realizacji, musiało minąć kilka lat. Kwieciński razem z producentem kreatywnym Iwem Krawkowskim próbowali zainteresować projektem różne stacje i serwisy. Nikt nie chciał pozwolić na to, by serial kręcili debutanci. – Chcieli kogoś doświadczonego, z – jak to się mówi w branży – „nabitą łapą”. Ale jak usłyszałem propozycję nazwisk, to oczami wyobraźni widziałem, jak ten materiał jest zarzynany. To był tak wyjątkowy głos, że czułem, że tylko to młodsze pokolenie i autorskie podejście Maćka i Kordiana wydobędą z tekstu Kuby pelen potencjał. Walka trwała trzy lata. Dopiero Netflix zrozumiał, o co chodzi, dostrzegł wyjątkowość tego projektu i zaufał nam w pełni – opowiada Kwieciński.

Podczas spotkania z dziennikarzami w ramach festiwalu Nowe Horyzonty wyjawiał też, że na jednym ze spotkań padła propozycja, by serial wyreżyserował np. Leszek Dawid. – Nigdy z nim nie pracowałem, ale go lubię. Z całym szacunkiem dla niego, ale pomyślałem sobie, że wizja Leszka Dawida, który nigdy wcześniej nie zrobił komedii, a teraz nagle miałby ją kręcić, jest dla mnie tak da-

leka, jak zrobienie tego z debiutantem, więc będę walczył o tego debiutanta. Dodaje: – Teraz myślę sobie, że jeśli mam jako producent jakieś sukcesy, to bronienie do końca tego pakietu twórców jest jednym z największych.

„1670” PRZENIKA DO CODZIENNYCH ROZMÓW

Ważną miarą sukcesu i popularności „1670” wśród odbiorców na pewno jest to, że dialogi i cytaty z serialu w organiczny sposób przeniknęły do codziennych rozmów w tramwajach, autobusach czy na szkolnych korytarzach.

„Hop, hop, hop”, „Idź się wypowiadaj z tego pomysłu”, „Zamawiałem pomysłość dla Polski i ma być pomysłość dla Polski”, „Szczęść Boże, my na hazard”, „Jestem bogaty i umyty”, „Człowiek dochodzi do czegoś ciężką pracą swoich chłopów, to zabrać mu. Taka mentalność!”, „Kto nie ryzykuje, ten nie je ziemniaków!”, „Zgrzeszyłem, odpuszczam” – to tylko część z hasel, którymi widzowie się wymieniają w czasie dyskusji o serialu, ale też w ramach komentarza do bieżących wydarzeń.

– Ostatnio w tramwaju jechałem obok grupy dzieciaków. Nagle słyszę, a jeden pyta drugiego: „Coś ci się sta-

ło w oko?” A tamten: „Mam nadzieję, że nie, bo mam jedno”. A potem zaczęli gadać cytatami z Bogdana i innymi tekstami z „1670”. Bez wąsów mnie nie poznali, ale przez chwilę mnie kusilo, żeby powiedzieć, że to ja – opowiada aktor Dobromir Dymecki, odtwórca roli Bogdana.

Mówi, że bez wąsów i kontusza mało kto go rozpoznaje. Dymecki, gdy gra w „1670”, zmienia też tembr głosu, co wpływa na zachowanie większej anonimowości w codziennym życiu.

– Zdarzało się na przykład, że byłem gdzieś z Kirylem Pietruczukiem, serialowym Maciejem, i ludzie podchodzili do niego, mówili: Boże, uwielbiamy „1670”, a potem patrzyli na mnie i prosili, żebym zrobił im zdjęcie – opowiada ze śmiechem aktor. Podobną przygodę miał z pewną autorką poczytnych kryminałów. Może jednak nie ma co się dziwić, że ludzie nie byli w stanie skojarzyć, że Clark Kent i Superman to ta sama osoba.

– Mam poczucie, że oddałem twarz Bogdanowi i teraz ta postać żyje własnym życiem. Widzę siebie w memach, przeróbkach i fanartach, które powstają już zupełnie niezależnie ode mnie. Dostajemy tego naprawdę mnóstwo – zauważa.

Nieco inaczej skutki popularności „1670” i fenomen produkcji odczuwa serialowy Ojciec Jakub. – Gdy studiowałem w szkole teatralnej w Krakowie

REKLAMA

Kraj/34444452

GDĄŃSK

octopus

FILM FESTIVAL — 11–16.08

ekrany

FILMAWKA

FILMWEB

PEŁNA SALA

teraz!

Trojka

trojmiasto.pl

wyborecza.pl

ANOWI

wie, nikt z nas nie wierzył, że powstanie jeszcze taki film albo serial, który będzie tak cytowany jak komedie Barei czy nawet „Dzień Świra”. Kultura stała się bardziej niszowa, fragmentaryczna, ma coraz więcej różnych odnóg, którymi ludzie się interesują. Fenomen na taką skalę był nie do pojęcia – opisuje ulubieniec widzów Michał Sikorski. Od premiery serialu zamiast „dzień dobry”, słyszy najczęściej na ulicy „szczęść Boże”.

– Rok temu na wakacjach byłem w Barcelonie i poszedłem zwiedzić Sagrada Família. Siedzę sobie tam w ławce, a tu nagle ktoś dźga mnie palcem w plecy. Odwracam się i słyszę „proszę księdza, czy moja mama może sobie zrobić z księdzem zdjęcie?”. To było dość absurdalne, że nawet w największym kościele w Europie, ktoś zobaczył we mnie księdza – opowiada Sikorski.

Raczej też nieprzypadkowo młodzieżowym słowem roku 2025 roku został czasownik „szponić”, którego w pierwszym sezonie z lubością i wdziękiem używał Bartosz Gelner jako syn magnata Henryk Lubopolski.

„1670” A PRAWDA HISTORYCZNA

Przy okazji premiery każdego z sezonów zawsze zaczyna się dyskusja o tym, ile w tej komediowej produkcji jest prawdziwości historycznej. Niektórych np. strasznie uwierało, że bohaterowie rozmawiają o ziemniakach, które w tym okresie dopiero się pojawiały na polskich stołach, i na pewno nie były tak masowo uprawiane jak w późniejszych latach.

Ostatnio wybrzmiewają też zarzuty, że produkcja serialu szkodzi interesowi skansenu w Kolbuszowej, gdzie w wydzielonej części powstał plan filmowy „1670”. – Wybraliśmy Kolbuszową ze względu na spójność architektoniczną i możliwość wpisania naszej serialowej estetyki w to, co tutaj zastaliśmy. Zazwyczaj w produkcjach osadzonych w konkretnej epoce wiele scen kręci się w różnych lokacjach, a nam zależało, żeby stworzyć Adamczychę w jednym miejscu; żeby to się czuło, że jesteś w autentycznej wsi, że to miejsce istnieje naprawdę. Że jak się rozglądasz, to z tego miejsca widzisz inną chałupę, z niej widzisz karcznię, a z karczmy kuźnię. I tak jest. To pozwala w pełni uwierzyć w ten świat i poczuć się jego częścią – opowiadał dziennikarzom jeszcze na planie drugiego sezonu produkcji Mirosław Konciewicz, główny scenograf serialu.

– Po zakończonych zdjęciach budynki stworzone w całości przez nas, jak karczma czy kuźnia, zostają na terenie skansenu. Dobudówki, ogrodzenia, mniejsze elementy rozbieramy, ale są też konstrukcje, które specjalnie przystosowujemy do tego, by mogły zostać na terenie skansenu. Na przykład dwór Jana Pawła: w pierwszym sezonie to była tylko zabudowa od frontu, bo nigdy nie „graliśmy” tego budynku od tyłu. Jednak, by po zdjęciach do pierwszego sezonu mógł zostać jako stały element skansenu, musieliśmy zabudować go i zadbać o to, by wpisał się w krajobraz Muzeum. Dzięki temu każdy, kto

tu przyjeżdża, może przyjść pod dom Jana Pawła i dosłownie zapukać do drzwi jego dworku – tłumaczył Konciewicz.

–Ta przestrzeń stwarza możliwość współlistnienia i naszej produkcji, i Muzeum. Nie przeszkadzamy sobie – mamy możliwość wyłączenia tylko części terenu na zdjęcia, a poza nim cała reszta skansenu jest dostępna dla zwiedzających – zapewnia główny scenograf „1670”. – Z Muzeum pracuje się naprawdę bardzo dobrze. Wszystko, co tu robimy, dzieje się pod kuratelą i niczego nie robimy bez specjalnego nadzoru. Wiemy, jakie są zasady, pracujemy blisko z konserwatorem, z którym konsultujemy projekty i wiemy, jak współtworzyć z wykorzystaniem tej gotowej infrastruktury muzealnej – podkreśla.

SKANSEN W KOLBUSZOWEJ OŻYWA

Plan zdjęciowy w Kolbuszowej pozytywnie wpływa na zainteresowanie obiektem wśród turystów. – Jako samorząd z satysfakcją obserwujemy, że serial przyczynił się do promocji Kolbuszowej i zwiększył zainteresowanie naszym regionem – mówi Burmistrz Kolbuszowej, Grzegorz Romaniuk. – Serial stał się impulsem promocyjnym, który w naturalny sposób wzmocnił rozpoznawalność gminy i skierował uwagę na nasze walory kulturowe oraz przyrodnicze – dodaje.

Przykładów nie trzeba szukać daleko. W sierpniu 2025 roku w ramach Podkarpackiego Szlaku Filmowego można było zwiedzić także serialową Adamczychę. W skansenie z powodu tego wydarzenia pojawiło się wtedy osiem tysięcy turystów. – Skansen w Kolbuszowej, który od lat organizuje duże wydarzenia kulturalne, po raz pierwszy zanotował taką frekwencję. To niewątpliwie zasługa serialu i popularności, jaką zdobył wśród widzów – mówi Marta Kraus, kierowniczka Podkarpackiej Komisji Filmowej.

NIE TYLKO CYTATY I WYCIECZKI

Bohaterowie „1670” pojawiają się na nieautoryzowanym merchu, ale i na skórce fanów serialu. Poza wizerunkami Ojca Jakuba, tatuaże to często np. cytaty z wypowiedzi serialowego Bogdana.

– Na żywo ich jeszcze nie widziałem, ale w internecie wszędzie. To dość nieprawdopodobne, że ktoś postanowił wytatuować sobie gdzieś „jestem bogaty i umyty”. Robi wrażenie – przyznaje Dobromir Dymecki.

„1670” wkradło się też w inne przestrzenie. W Zamościu przy ulicy Jana Pawła II powstał mural przedstawiający Jana Pawła Adamczewskiego. Podobna bohatera niedawno pojawiła się też na wielkiej „sektorówce” przygotowanej przez kibiców Jagielloni Białystok. Przed meczem z Koroną Kielce zaprezentowali baner z uśmiechniętym szlachcicem, dzierżącym kufel piwa w dłoni. „Piłka nożna, alkohol, szemrane towarzystwo. Ale przyjemnie!” – sparafrazowali cytat z serialu. Oto jak Polska sarmacka wkra

REKLAMA

Kraj/34446127



Narodowe Centrum Kultury

OĞLASZA NABÓR WNIOŚKÓW

DO XXIV EDYCJI PROGRAMU STYPENDIALNEGO

Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego

„MŁODA POLSKA” na rok 2027

„Młoda Polska” to program przeznaczony dla młodych (do 35 roku życia) artystów zajmujących się twórczością i krytyką artystyczną, na realizację określonego projektu stypendialnego w następujących dziedzinach: literatura (w tym reportaż dziennikarski), sztuki wizualne (w tym fotografia), muzyka, taniec, teatr, film. Stypendia przyznawane są w drodze konkursu.

Wymagane dokumenty należy przesłać za pomocą formularza elektronicznego, przez stronę internetową **<https://sop.nck.pl> do 30 września 2026 roku.**

Szczegółowe informacje o Programie „Młoda Polska” oraz formularze potrzebnych dokumentów znajdują się na stronie internetowej **<https://nck.pl>.**

Program dofinansowany ze środków
Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

OĞŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34446549



Górnolaskie Przedsiębiorstwo Wodociągów S.A.
40-026 Katowice ul. Wojewódzka 19

zarejestrowane w Sądzie Rejonowym w Katowicach, Wydział VIII Gospodarczy Krajowego Rejestru Sądowego pod numerem 0000247533, posiadające NIP 634 012 87 88, REGON 271506695, wysokość kapitału zakładowego: 425 875 100 zł, wpłacono w całości, tel.: +48 32 6038 861, fax: +48 32 6038 605, <http://www.gpw.katowice.pl>

**zaprasza do składania pisemnych ofert
w postępowaniu prowadzonym w trybie przetargu nieograniczonego
na sprzedaż nieruchomości zlokalizowanej w Imielinie w rejonie ulicy Nowozachęty
obejmującej prawo użytkowania wieczystego działki gruntu nr 1178/82
o powierzchni 747 m², zapisanej w KW nr KA1L/00027836/7.**

**Szczegóły oferty dostępne na stronie: www.gpw.katowice.pl
Termin składania ofert: 3.09.2026r. godz. 10.00**

OĞŁOSZENIE PŁATNE

Kraj/34446358

ogłoszenie o zamiarze wszczęcia postępowania o ograniczenie sposobu korzystania z nieruchomości o nieuregulowanych stanach prawnych

na podstawie art. 4 pkt. 9, art. 124 ust. 1, 1b i 2 oraz 124a, w związku z art. 114 ust. 3 i 4 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 roku o gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz.U.2026.399 ze zm.)

STAROSTA RADOMSKI,

wykonujący zadania z zakresu administracji rządowej

zawiadamia o zamiarze wszczęcia postępowania administracyjnych w sprawach dotyczących wydania decyzji ograniczających sposób korzystania z nieruchomości gruntowych o nieuregulowanych stanach prawnych, położonych w granicach administracyjnych Powiatu Radomskiego, tj.:

1. Pionki gmina miasta Pionki, działka ewidencyjna **nr 541** – ograniczenie polegające na udzielenie zezwolenia na budowę sieci kanalizacji sanitarnej w ulicy Zwycięstwa oraz przebudowie istniejącej kanalizacji sanitarnej w tym rejonie.
Według zapisów rejestru ewidencji gruntów i budynków jako władająca samodzielnie figuruje Gmina Miasto Pionki (brak informacji o urzędzonej księdze wieczystej).

2. Milejowice gmina Zakrzew, działka ewidencyjna **nr 527** – ograniczenie polegające na udzieleniu zezwolenia na budowę inwestycji liniowej polegającej na budowie wodociągu 225PE o długości 24,00m.
Według zapisów ewidencji gruntów i budynków jako współwłaściciele działki figurują zmarli Pani Zofia Kupiec, Pan Andrzej Kupiec (księga wieczysta urzędzona przez VI Wydział Ksiąg Wieczystych Sądu Rejonowego w Radomiu)

W związku z powyższym w terminie dwóch miesięcy od dnia podania do publicznej wiadomości niniejszego ogłoszenia osoby, którym przysługują prawa rzeczowe do wskazanych nieruchomości, winny zgłaszać się do Wydziału Geodezji, Kartografii, Katastru i Nieruchomości Starostwa Powiatowego w Radomiu – budynek przy ul. Granicznej 24, pok. 306 (II piętro), tel. (48) 36-55-801 wew. 427

Jeżeli w wyznaczonym terminie nie zgłoszą się osoby, które wykażą, że przysługują im prawa rzeczowe do nieruchomości, zostaną wszczęte postępowania w sprawach ograniczenia sposobu korzystania z nieruchomości o nieuregulowanych stanach prawnych.

Niniejsze ogłoszenie wywiesza się również na okres dwóch miesięcy, tj. **od dnia 7 sierpnia 2026 roku do dnia 7 października 2026 roku**, na tablicy ogłoszeń Starostwa Powiatowego w Radomiu, Urzędu Miasta w Pionkach, Urzędu Gminy Zakrzew oraz na stronie internetowej organu prowadzącego postępowanie www.radompowiat.pl i www.spradom.finn.pl.

Witamy
w Polsce

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

GRA W BUTELKĘ

Zaproponowała nastolatkom na lekcji grę w wyzwania: wrzucić post: „jestem w trójkącie”, albo „moja dziewczyna jest w ciąży”. Rodzice: „To demoralizacja”. Nauczycielka nie uważa, że zrobiła coś niewłaściwego.

Anglistka Monika K. od 25 lat pracuje w I LO w Łańcut. Sama zgłosiła się do „Wyborczej”, żebyśmy opisali jej sprawę. Przekonuje, że jest prześladowana przez dyrektorkę szkoły.

– Wszystko, co robię, jest krytykowane, moje inicjatywy blokowane, sukcesy przemilczane. Podczas rad pedagogicznych jestem pomijana, nie dostaję wychowawstw. Zorganizowałam wyjazd na narty, a dyrektorka nie pozwoliła mi jechać, argumentując, że nie mam odpowiednich kwalifikacji – mówi.

Dodaje: – Dyrektorka robi wszystko, aby wykluczyć mnie poza margines życia szkoły. W ubiegłym roku szkolnym przygotowałam przedstawienie w języku angielskim. Na Festiwalu Teatrów Obcojęzycznych w Rzeszowie zdobyliśmy trzecie miejsce. W tym roku, z uwagi na mój dwumiesięczny okres zawieszenia, mogłam przygotować tylko kilkuminutowy skecz, który wystawiliśmy w Teatrze Maska. Kiedy po kilku dniach pojawił się o tym artykuł na stronie szkoły, pani dyrektor kazala go zdjąć. Tak bardzo chce mnie ukarać, że odmawia uczniom prawa do uznania ich trudu.

Obwinia dyrektorkę o postępowania dyscyplinarne, które się wobec niej toczą.

PIERWSZA DYSCYPLINARKA

Na anglistkę tak naprawdę poskarżyła się matka uczennicy – że niewłaściwie odezwała się do córki. Zarzut dotyczył naruszenia godności ucznia. – Gdy nauczyciel żartuje, to można to obrócić przeciwko niemu, że drwi z dzieci. A ja nie żartuję z uczniów, tylko żartuję z uczniami – twierdzi Monika K.

Rzecznik skierował sprawę do komisji dyscyplinarnej dla nauczycieli przy wojewodzie, a ta uznała, że zarzuty są bezpodstawne i sprawę odrzucił.

– Już wtedy przewodniczący komisji dyscyplinarnej powiedział mi, że nie będzie lekko i najlepsza będzie dla mnie zmiana szkoły. Nie zdecydowałam się na to, sama jestem absolwentką tej szkoły, jestem związana z I LO – mówi.

Sprawa ją jednak dotknęła, zaczęła się leczyć na depresję i poszła na urlop dla poratowania zdrowia.

Przewodniczący miał jednak rację. Kiedy wróciła z urlopu, sytuacja w szkole tylko się pogorszyła.

Podczas wakacji 2023 nauczycielka dostała propozycję wyjazdu z uczniami do Niemiec. – Ktoś w ostatniej chwili zrezygnował, ktoś inny zaproponował wyjazd nam. Mieliśmy jechać na przełomie sierpnia i września. Pani dyrektor nie zgodziła się, żebyśmy pojechali z uczniami – mówi.

Mimo to wyjazd zorganizowała, ale jako prywatny. Wtedy, kiedy powinna być w pracy, wzięła bezpłatny urlop. – Po powrocie usłyszałam od dyrektorki, że wyciągnie wobec mnie konsekwencje – mówi Monika K., która tu upatruje początków konfliktu.

DRUGA DYSCYPLINARKA

Konsekwencji za prywatny wyjazd jednak nie było, za to w grudniu 2024 roku szkoła skierowała przeciwko Monice K. drugą sprawę do komisji dyscyplinarnej przy wojewodzie. Tak jak poprzednia, dotyczyła sposobu odnoszenia się nauczycielki do uczniów.

Zarzutów było kilka:



FOT. DOMINIK SADOWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

Nazwała uczennicę „Pola Głupola”, inną – „Krzтусia”. A jeszcze innej zabrała telefon, bo korzystała z niego na lekcji i nie chciała oddać.

Anglistka do wszystkiego się przyznaje i tak tłumaczy:

– Do uczennicy, która chorowała na krztusiec, zażartowałam, że będę ją odtąd nazywać Krztusia i poprosiłam o nagranie kaszlu. Chciałam wiedzieć, jakie są objawy tej choroby, której przez wiele lat nie było. Zwróciłam się do uczennicy „Pola Głupola”, bo żartowałyśmy na korytarzu i powiedziała coś niedorzecznego. Za pośrednictwem wychowawcy klasy przeprosiłam matkę i córkę, obiecałam, że więcej się to nie powtórzy. Dotrzymałam obietnicy, ale pani dyrektor i tak to zgłosiła. Co do telefonu, to uczennica używała go na lekcji i nie reagowała na uwagi. Po lekcji nie oddałam jej go od razu, ponieważ chciałam, żeby przeprosiła.

Komisja dyscyplinarna nie przyjęła tych wyjaśnień i 30 września zeszłego roku wymierzyła jej karę dyscyplinarną w postaci zwolnienia z pracy i trzyletniego zakazu wykonywania zawodu nauczyciela.

– Nikt nie wziął pod uwagę moich argumentów i za nazwanie uczennicy „Krzтусia” dostałam karę, jak za molestowanie – komentuje.

Mówi, że decyzja o wydaleniu z zawodu była ciosem, którego się nie spodziewała: – Nie miałam depresji, kiedy umierała moja mama, ale po dyscyplinarnie stałam się wrakiem człowieka.

Pracy jednak nie straciła, bo postanowienie nie było prawomocne, ale kiedy dyrektorka zawiesiła ją w obowiązkach, Monika K. odwołała się do Ministerstwa Edukacji Narodowej. MEN uznało, że przewinienia nie kwalifikowały się do postępowania dyscyplinarnego. Jako takie powinny być rozwiązywane na poziomie szkoły, przez dyrektora, a nie organy dyscyplinarne.

Mimo to MEN ukarało nauczycielkę naganą, od której ta się odwołała do NSA. Sprawa dotąd nie ma finału.

PROTESTY

Po dwóch miesiącach od decyzji o zawieszeniu, w styczniu tego roku anglistka wróciła do pracy. We wszystkich klasach, na pierwszej lekcji po powrocie, odczytała stanowisko MEN w swojej sprawie. – Zrobiłam to, żeby oczyścić reputację i odzyskać dobre imię – uzasadnia nauczycielka.

Zostało to odebrane zupełnie inaczej: jako wciąganie licealistów w konflikt. Pojawiły się też zarzuty o złe traktowanie uczniów, a klasy, do których wróciła, zażądały zmiany nauczyciela. Pod petycją podpisali się uczniowie i rodzice.

Przeciwko niej obróciło się także grono pedagogiczne. – Moi koledzy i koleżanki, z którymi wcześniej siedziałam na przerwie, rozmawiałam i śmiałam się, podpisują pisma, które podsusza im pani dyrektor. Nawet ich nie czytają. Nie weryfikują i nie sprawdzają – uważa anglistka.

Pytam o to nauczycieli I LO w Łańcut. Nie chcą rozmawiać pod nazwiskiem, skarżą się na fatalną atmosferę w pokoju nauczycielskim. Czują się zażenowani całą sytuacją, wciągani wbrew ich woli w konflikt. Nie chcą mieć ze sprawą nic wspólnego.

A Monika K. ma kolejne problemy. W marcu tego roku dyrektorka szkoły złożyła przeciwko anglistce doniesienie na policję. Poszło o zniszczenie mienia szkolnego.

– Uczę w małej klasie, w której nie ma ani tablicy interaktywnej, ani rzutnika. Nie była malowana od trzech lat. Na ścianach zmywalnym pisakiem napisałam skróty angielskie, żeby uczniom łatwiej było je zapamiętać. Dyrektorka oskarżyła mnie o zniszczenie mienia, wymieniła zamki, wyłączyła salę z użytku. Straty wyceniono na 2,7 tys. zł, złożyła doniesienie na policję. Sala jest zamknięta, klucz jest u dyrektorki, nawet panie sprząające go nie dostają – relacjonuje Monika K.

Monika K. została oskarżona o popełnienie przestępstwa z art. 288 paragraf 1 Kodeksu karnego w związku z art. 12 paragraf 1 za zniszczenie klasy. Prokuratura zdecydowała się warunkowo umorzyć sprawę, o czym poinformowała ją 3 lipca.

TRZECIA SKARGA

W kwietniu natomiast szkoła skierowała trzecie zawiadomienie do rzecznika dyscyplinarnego przeciwko Monice K. Dotyczy ono czynów, które „mogą naruszać prawa i dobro dziecka oraz uchybiać godności zawodu nauczyciela”.

Dyrektorka I LO pisze w nim, że od czasu powrotu nauczycielki do szkoły po nieobecności spowodowanej zawieszeniem, rodzice i uczniowie z trzech klas sprzeciwiają się dalszemu prowadzeniu zajęć przez Monikę K. Skargi są kierowane ustnie i pisemnie.

Powodem są:
• sposób prowadzenia lekcji, który stresuje i powoduje napięcie u uczniów,
• niestosowne określenia używane przez nauczycielkę wobec licealistów, ośmieszające komentarze,
• krytykowanie dyrektora do uczniów,
• wypytywanie uczniów, którzy wychodzą na lekcji do toalety, czy idą „na jedynkę” czy „dwójkę”, a uczennice „czy mają okres”,
• nadawanie uczniom przezwisk: „Zegarmistrz” to ten, który na lekcji spogląda na zegarek, a „Pudelek” ten, który ma kręcone włosy.

W zawiadomieniu są też konkretne zdarzenia, daty i nazwiska uczniów, którzy poczuli się dotknięci zachowaniem, albo wypowiedziami nauczycielki.

Na przykład gra w butelkę na lekcjach 11 i 12 marca. Uczniowie mieli losować wyzwania, a kto nie wykonał zadania, mógł dostać minus. Przykładowe wyzwania, które zamieszczali uczniowie:

- zamieść na swoim profilu w serwisie społeczno-ściowym wpis: „jestem w trójkącie” i zbieraj pod nim komentarze;
- zamieść na swoim profilu w serwisie społecznościowym wpis: „moja dziewczyna jest w ciąży” i zbieraj komentarze;
- idź do sali, gdzie lekcję prowadzi twój wychowawca i szczekaj do niego;
- sikaj jak pies pod lipą rosnącą na środku szkolnego podwórza;

Monika K. twierdzi, że o zabawę w wyzwania poprosili uczniowie.

– Zgodziłam się, wyzwania były po angielsku, uczniowie mieli je wymyślać sami. Jeden z uczniów miał iść pod lipę i pokazać, jak sika pies. Nikt przecież nie sikał, jak próbuje to przedstawić pani dyrektor. Inny wymyślił szczekanie do wychowawcy, zgodziłam się, pod warunkiem że będzie po angielsku: „woof-woof”. Ostatecznie, nikt tego zadania nie wykonał. Wszystko utrzymane było w ramach żartu. Oburzenie się tym to zakłamanie. Wpisy miały być umieszczane w grupie zamkniętej, a nie na ogólnodostępnych portalach społecznościowych. To prawda, mogłam zastanowić większą cenzurę wyzwani, nie chciałam jednak ograniczać kreatywności uczniów ani psuć zabawy – mówi nauczycielka.

Jest też zdarzenie z 3 marca. Chodzi o filmik, opublikowany w internecie, na którym nauczycielka leżała na plecach trzech licealistów i odliczała głośno do dziesięciu, podczas gdy oni robili pompki.

Anglistka tak to tłumaczy:
– Uczniowie zbierali pieniądze na akcję charytatywną, zaprosili mnie. Zależało nam, by filmik zdobył jak

najwięcej polubień, stąd chęć uatrakcyjnienia go. Powiedziałam, że nie potrafię zrobić pompek, więc jeden z nich zaproponował, że zrobi je ze mną. Nie zgodziłam się, zaproponowałam, żeby było ich trzech. I za to została oskarżona o kontakt cielesny z uczniami, sianie zgorszenia i złamanie ustawy Kamilkowej.

Poprosiliśmy Marię Buk-Kalinowską, dyrektorkę I LO w Łańcucie, by odniosła się do zarzutu nauczycielki, że sprawy dyscyplinarne są konsekwencją konfliktu personalnego i nastawiania rodziców przeciwko Monice K.

Odmówiła jednak komentarza: „Szkoła nie komentuje indywidualnych spraw pracowniczych, co wynika z przestrzegania przepisów prawa pracy oraz przepisów dotyczących ochrony danych osobowych” – napisała Maria Buk-Kalinowska.

A dalej: „Nie widzimy możliwości odnoszenia się do indywidualnych zarzutów lub twierdzeń, przedstawianych publicznie przez poszczególne osoby. Natomiast zapewniamy, że szkoła działa wyłącznie w granicach obowiązującego prawa, kierując się dobrem uczniów i poszanowaniem ich praw oraz zasadą współpracy z organami uprawnionymi do oceny określonych zdarzeń i okoliczności”.

DELEGACJA

O tym, że nie jest to konflikt personalny, przekonani są natomiast nauczyciele z I LO, z którymi rozmawiamy oraz kuratorium.

– Na anglistkę są skargi uczniów i rodziców – mówią nauczyciele.

– Ze skargami i prośbą, by rozwiązać sytuację, przyszła do mnie cała rada rodziców. Delegacja była tak duża, że nie zmieściliśmy się w moim gabinecie – mówi Dorota Nowak-Maluchnik, podkarpacka kurator oświaty.

Rodzice o sprawie nie chcą rozmawiać, za to ich skargi zostały dołączone do wniosku szkoły do rzecznika dyscyplinarnego.

Pierwsza część pisma to oburzenie na zachowanie nauczycielki wobec dyrektorki szkoły:

- na lekcjach wypowiada się o dyrektorce szkoły w sposób lekceważący; na tablicy napisała: „Do you like head-mistress?”, po czym dodała, że zamiast „headmistress” powinno być „monsters”;
- przekazuje uczniom za pośrednictwem komunikatorów materiały przedstawiające w negatywnym świetle dyrektorkę;

„W naszej ocenie tego rodzaju działania są niedopuszczalne i nie powinny mieć miejsca w relacji nauczyciel-uczeń” – napisali rodzice.

W drugiej części opisane zostały zachowania nauczycielki wobec uczniów. Większość to te, które znalazły się w zawiadomieniu szkoły.

- Są też inne:
- nie zareagowała, kiedy dekoracja spadła na uczennicę;
 - stwierdziła, że może pisać po ścianach klasy i robiła to systematycznie;
 - dzień po tym, jak zmarła matka uczennicy napisała nad tablicą: R.I.P.;
 - wypytywała uczniów o sprawy rodzinne.
- Rodzice wysłali pismo do ministerstwa edukacji i Rzecznika Praw Dziecka.

Monika K. zaprzecza, by takie sytuacje miały miejsce. Uważa, że błahe sprawy są wyolbrzymiane i celowo zniekształcane, aby szokowały, a pod wnioskami o zmianę nauczyciela oraz pismami opisującymi jej zachowanie podpisywali się rodzice, których dzieci nigdy nie uczyła.

Broni się: – Nigdy nie pytałam żadnej uczennicy, czy ma okres. Jest to wysoce niestosowne. Pytam czasem, po co idą do toalety, ponieważ wiem, że ich nieobecność przeciąga się np. z powodu używania komórki. Zdarzają się też przypadki zasłabnięcia – tłumaczy nauczycielka.

KOMISJA DYSCYPLINARNA

Sprawą zajmował się już rzecznik dyscyplinarny dla nauczycieli. Po przesłuchaniu wszystkich stron: pracowników szkoły, uczniów i rodziców z klas, w których uczy nauczycielka, w piątek, 10 lipca, zdecydował o skierowaniu jej do komisji dyscyplinarnej.

– Do czasu zakończenia postępowania nie mogę informować o szczegółach. Dla kuratorium, dyrektora szkoły i rodziców dobro uczniów jest nadrzędne. Rozpatrujemy sprawę pod kątem tego, czy ucierpiało dobro uczniów. Chcemy doprowadzić do sytuacji, że atmosfera w szkole będzie taka, że wszyscy będą mogli spokojnie usiąść i rozmawiać, a przede wszystkim spokojnie się uczyć – mówi Dorota Nowak-Maluchnik, podkarpacka kurator oświaty. ●

Kraj/34446516



PREZYDENT MIASTA BOLESŁAWIEC

Wyciąg z ogłoszenia Prezydenta Miasta Bolesławiec

Z DNIA 31 lipca 2026 R.

w sprawie II przetargu ustnego nieograniczonego na sprzedaż nieruchomości gruntowej niezabudowanej, oznaczonej jako działka nr 567, stanowiącej własność Gminy Miejskiej Bolesławiec, położonej w Bolesławcu, przy ul. Ekonomicznej, w obrębie 0004 miasta Bolesławiec – z przeznaczeniem pod tereny obiektów produkcyjnych, składów i baz.

Oznaczenie nieruchomości wg katastru nieruchomości	Nr działki	567
	Powierzchnia (ha)	2,5126
	Położenie	ul. Ekonomiczna, obręb : 0004-Bolesławiec-4
	Rodzaj użytku gruntowego wg ewidencji gruntów	Grunty orne (RIIB-0,4425 ha, RIVa-0,4199 ha, RIVb-1,6502 ha)
Oznaczenie nieruchomości wg księgi wieczystej	JG1B/00014912/7 – zbiorcza księga wieczysta założona dla obrębu 0004.	
Cena wywoławcza (zł)	3.600.000,00 zł brutto	
Forma wniesienia wadium	W pieniądzu	
Wysokość wadium (stanowiące do 20% ceny wywoławczej) (zł)	700.000,00 zł	
Minimalna wysokość postąpienia (nie mniej niż 1% ceny wywoławczej) (zł)	36.000,00 zł	

Termin i miejsce przetargu: **08 października 2026r. godz. 10.00 w siedzibie Urzędu Miasta Bolesławiec, Pl. Piłsudskiego nr 1 (biurowiec, IV piętro, sala 412).**

Wadium na działkę należy wnieść najpóźniej do dnia 02 października 2026r. – na rachunek bankowy Urzędu Miasta Bolesławiec: PKO Bank Polski S.A.O/Bolesławiec numer: **04 1020 2137 0000 9402 0046 4271**. Datą dokonania wpłaty wadium jest data uznania rachunku bankowego Gminy.

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

Zastrzega się prawo odwołania przetargu z ważnych przyczyn.

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

JP/JP

Bolesławiec, dnia 31 lipca 2026 r.

Kraj/34446518



PREZYDENT MIASTA BOLESŁAWIEC

WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA BOLESŁAWIEC Z DNIA 31 lipca 2026 r.

w sprawie II przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości gruntowej niezabudowanej, oznaczonej jako działki o numerach: 1216/8, 1216/14, 1216/13, 1216/10 oraz 1216/9, stanowiących własność Gminy Miejskiej Bolesławiec, położonej w Bolesławcu w obrębie 0007 miasta Bolesławiec – z przeznaczeniem pod zabudowę jednorodzinną.

Oznaczenie nieruchomości wg katastru nieruchomości	Nr działki	1216/8	1216/14	1216/13	1216/10	1216/9
	Powierzchnia (ha)	0,0770	0,0742	0,0808	0,0770	0,0228
Oznaczenie nieruchomości wg księgi wieczystej	Położenie	ul. Żurawia, obręb: 0007 – Bolesławiec-7				
		JG1B/00014344/4 W dziale I-SP wpisane są uprawnienia ze służebności gruntowych oraz w dziale-III wpisane są służebności gruntowe, przy czym żadne z nich swoim zakresem wykonywania nie obejmują działek o numerach 1216/8, 1216/14, 1216/13 i 1216/10.				
Cena wywoławcza do II przetargu ustnego nieograniczonego		980.000,00 zł brutto Na cenę składają się: – cena działki nr 1216/8 co stanowi 24,49% ceny wywoławczej, – cena działki nr 1216/10 co stanowi 24,49% ceny wywoławczej, – cena działki nr 1216/13 co stanowi 23,26% ceny wywoławczej, – cena działki nr 1216/14 co stanowi 22,65% ceny wywoławczej, – cena działki nr 1216/9 co stanowi 5,11% ceny wywoławczej. W cenę gruntu wliczony jest należny podatek od towarów i usług według obowiązującej stawki podatku VAT. Cena osiągnięta w przetargu, płatna będzie w całości przed zawarciem umowy notarialnej.				
	Wysokość wadium (stanowiące do 20% ceny wywoławczej) (zł)	190.000,00 zł brutto				

Termin i miejsce przetargu: **08 października 2026r. godz. 12.00 siedzibą Urzędu Miasta Bolesławiec, Pl. Piłsudskiego nr 1 (biurowiec, IV piętro, sala 412).**

Wadium na przedmiotową nieruchomość należy wnieść najpóźniej do dnia 2 października 2026r. – na rachunek bankowy Urzędu Miasta Bolesławiec: PKO Bank Polski S.A.O/Bolesławiec numer: **04 1020 2137 0000 9402 0046 4271**. Datą dokonania wpłaty wadium jest data uznania rachunku bankowego Gminy.

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

Zastrzega się prawo odwołania przetargu z ważnych przyczyn.

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

JP/JP

Bolesławiec, dnia 31 lipca 2026 roku.

Monika K. uważa, że drobne i błahe sprawy są wyolbrzymiane i celowo zniekształcane, aby szokowały

TYLKO ZDROWIE

PYTANIE DO... ekspertki

Jak się zarejestrować do specjalisty przez IKP?

I jak działa wirtualna poczekalnia?

Iwona Hoszko

z Centrum e-Zdrowia

Kiedyś, żeby zapisać się na badania albo wizytę, musieliśmy zadzwonić albo pójść do przychodni. Teraz możemy umawiać się także online – szybko i wygodnie dzięki centralnej e-rejestracji.

Jak z niej skorzystać? Przez Internetowe Konto Pacjenta albo aplikację mojejIKP. Każdy z nas ma Internetowe Konto Pacjenta, jednak żeby zacząć go używać, musisz się na swoje konto zalogować – zrobiło tak już ponad 21 mln osób w Polsce. Dane o zdrowiu są powiązane z Twoim numerem PESEL. Konto IKP znajdziesz na stronie pacjent.gov.pl oraz w aplikacji ściągniętej na telefon – mojejIKP. Logujesz się profilem zaufanym, danymi konta bankowego, e-dowodem albo przez aplikację mObywatel.

Potem wchodzisz w zakładkę „Rejestracja” (w IKP) lub „Rejestracja na wizyty” (w aplikacji).

Przez centralną e-rejestrację mogliśmy dotychczas zapisać się na badania profilaktyczne, a także na pierwszą wizytę u kardiologa w ramach NFZ. Od początku sierpnia lista świadczeń widocznych w IKP poszerza się. W centralnej e-rejestracji pojawiają się terminy wizyt u lekarzy specjalistów:

- angiologa lub chirurga naczyniowego
- lekarza chorób zakaźnych
- endokrynologa
- lekarza chorób wątroby
- lekarza chorób układu odpornościowego
- nefrologa
- neonatologa
- pulmonologa.

Placówki mają sześć miesięcy na dołączenie do nowego systemu – nie we wszystkich przychodniach terminy będą widoczne od razu.

Kolejnym krokiem w „Rejestracji” jest wybranie specjalisty. Jeśli masz wystawione skierowanie, zobaczysz

dostępne terminy wizyt, np. do kardiologa. Wyświetlą się miejsca zgodne z Twoimi kryteriami wyszukiwania. Możesz szukać terminu w całym mieście albo zaznaczyć odległość w kilometrach od domu. Możesz też sprawdzić terminy tylko w jednej, konkretnej poradni. Jeśli któryś z terminów Ci odpowiada, wybierasz go i zapisujesz się na wizytę.

Jeśli w IKP nie znajdziesz terminu do specjalisty w ciągu najbliższych 40 dni, możesz zająć miejsce w wirtualnej poczekalni. Wybierz wówczas opcję „Zapisz się do poczekalni”. System poszuka terminu zgodnie z kryteriami, które zaznaczysz wcześniej – w całym województwie, w kilku miejscowościach albo w jednej miejscowości czy poradni. System zapisze też preferowane przez Ciebie dni i godziny wizyty.

Gdy zamkniesz komputer lub aplikację, system „staje w wirtualnej kolejce do lekarza” za Ciebie. Jeśli ktoś zrezygnuje z wizyty, dostaniesz powiadomienie o wolnym terminie. Informację otrzymasz SMS-em lub mailem. To zależy od tego, jakie dane zostawisz wcześniej w IKP. Gdy dostaniesz powiadomienie o możliwej wizycie, nic nie musisz robić. System zapisze Cię automatycznie. Żeby odwołać proponowany termin, zaloguj się na IKP lub skontaktuj się z placówką, która ma Cię przyjąć. Możesz też odwołać wizytę, jeśli odpowiesz na SMS z przypomnieniem, który wyśle do Ciebie system. Po rezygnacji z proponowanego terminu automatycznie znowu znajdziesz się w poczekalni, bez tracenia miejsca w kolejce. Gdy pojawi się nowy termin wizyty, system zapisze Cię do lekarza i znowu o tym poinformuje. Będzie robił to do skutku, to znaczy do momentu, w którym trafisz na taki termin, który Ci odpowiada.

Pamiętaj, że jeśli nie możesz skorzystać z umówionej wizyty, trzeba ją odwołać. Jeśli na nią nie przyjdiesz, wszyscy na tym stracą. Ty, bo trafisz na koniec kolejki. Przychodnia, bo marnowane są terminy. Ale też inni pacjenci, którzy tego terminu naprawdę mogą potrzebować. ●

Not. Katarzyna Staszak

FOT. SHUTTERSTOCK

Więcej niż dobra kupa

Błonnik dba nie tylko o jelita, ale też o mózg

Kiedyś kojarzył się z zaparciami i proszkiem kupowanym w aptece. Dziś błonnik stał się dietetyczną gwiazdą. Na fali tego zdrowego trendu uzupełniłam swoje nawyki o dwa punkty.

Katarzyna Staszak

W ogrodzie moich dziadków wszystkiego było dużo. W wakacje zaraz po przebudzeniu szłam na truskawki, a gdy się kończyły, wchodziłam na drzewo, żeby prosto z gałęzi zjadać czereśnie. Potem był czas na kwaśne jabłko. Na deser lubiłam czerwone porzeczki zalane kefirem. Na kolację robiłam z kuzynką wielką miskę sałaty z pomidorami, cebulą lub szczypiorkiem – wszystko z ogrodu. A później jechałam rowerem na dziko rosnące jeżyny.

Ogród dziadków od lat należy już do kogoś innego, ale pozostał mi nawyk zjadania wielkich ilości warzyw i owoców. Gdy zobaczyłam na platformach społecznościowych trend maksymalizowania błonnika w diecie (ang. fibermaxxing), zastanowiłam się, czy też mogę się tym jakoś zainspirować. Od zawsze zamiast białych bułek kupuję grahamki i codziennie do śniadania mielę siemę lniane. Nigdy nie obie ram jabłek i gruszek ze skórki. Na fali trendu na błonnik dodałam jednak do swoich nawyków dwie nowe rzeczy.

ten. Te dwa ostatnie związki polecają szczególnie okuliści, bo są ważne dla ochrony wzroku.

Zjadam więc teraz także te części roślin, które kiedyś uznawałam za odpadki.

Konsekwencją trendu na maksymalizowanie błonnika w diecie, jest to, że gdy zjadasz więcej roślin, zjadasz tak naprawdę więcej cennych składników odżywczych. A i sam błonnik ma więcej właściwości, niż przez lata myśleliśmy.

Pogadanki o błonniku słyzały na pewno osoby cierpiące na zaparcia. Gastrologi i dietetyczki tłumaczą, że są dwa rodzaje błonnika: nierozpuszczalny i rozpuszczalny.

Błonnik nierozpuszczalny działa jak szczotka, która wymiata „brudy” z jelita, daje uczucie sytości, dodaje stolcom masy, zwiększa ich objętość. Nierozpuszczalny błonnik zjadamy z ciemnym pieczywem, skórkami owoców czy brązowym ryżem.

Błonnik rozpuszczalny tworzy w jelitach żel, jest odżywką dla naszych dobrych mikroorganizmów, pomaga obniżyć poziom cholesterolu, reguluje poziom cukru we krwi. Znajdziemy go np. w płatkach owsianych, kaszy jęczmiennej, pomarańczach czy burakach.

BEZ PROBLEMÓW W TOALECIE

Lekarze dzielą zaparcia na atoniczne i spastyczne. – Atoniczne mają związek z wolniejszą perystaltyką jelit, mówi się, że jelita są rozleniwione. Stolce są twarde i szerokie. Przyczyną jest zbyt mała ilość błonnika w diecie, czyli warzyw, owoców i produktów pełnoziarnistych. Winna może być też za mała ilość wypijanej wody i nadużywanie środków przeczyszczających. Sięganie po takie preparaty sprawia, że z czasem organizm nie radzi sobie prawidłowo z trawieniem – mówi dr n. med. Karolina Hankiewicz-Szwedowska, gastrolog.

Wyjaśnia, że inaczej jest przy zaparciach spastycznych – tu aktywność skurczowa jelita grubego jest wzmożona. – Powoduje to upośle-

TO NIE ODPADKI, TO BŁONNIK

Po pierwsze, przestałam obierać kiwi ze skórki – usuwam tylko fragment skórki z naklejką dostawcy. Skórka to dodatkowa porcja błonnika i witaminy C.

Po drugie, część truskawek zjadam z szypułkami, a te, które dodaję do koktajlu, zawsze wrzucam do blendera z zieloną częścią. Przekonali mnie do szypulek polscy naukowcy. Prześwietili ich skład chemiczny i bioaktywne właściwości. W zielonej części truskawek znaleźli, oczywiście, błonnik i witaminę C, ale także witaminę E, związki polifenolowe (kwas elagowy, kwas chlorogenowy, rutynę, katechinę) nienasycone kwasy tłuszczowe omega-3 oraz luteinę i beta-karo-



TYLKO ZDROWIE



dzenie przechodzenia treści kalowych, wzdęcia i bóle brzucha. Stolce są wąskie, ołówkowate lub drobne, określane jako bobkowate. W tym typie zaparcie trzeba unikać błonnika nierozpuszczalnego drażniącego jelita, czyli np. pieczywa razowego, ziaren, roślin strączkowych. Pomocny może być błonnik rozpuszczalny w wodzie, który znajdziemy np. w brązowym ryżu, jabłkach, płatkach owsianych, soczewicy, nasionach lnu – tłumaczy dr Hankiewicz-Szwedowska.

Jeśli jesteś raczej roślinożercą, zapewne dostarczasz sobie odpowiednio dużo błonnika. Dieta w stylu śródziemnomorskim i dieta DASH, którą promuje NFZ na swojej platformie z dietami (diety.nfz.gov.pl), zapewniają sporo błonnika.

Ostatnio o błonniku głośno jest też w kontekście zdrowia mózgu. Mnóstwo badań pokazuje, że większa ilość błonnika w diecie poprawia nastrój, obniża ryzyko depresji i demencji.

Dobrym przykładem pokazującym, jak to, co jemy, przekłada się na działanie mózgu, jest tryptofan. Możemy podnieść jego poziom w organizmie za pomocą konkretnego jedzenia. W jelitach jest przekształcany w serotoninę. A serotonina dba o nasz nastrój i jest niezbędna do wytworzenia melatoniny, hormonu, który pomaga nam zasnąć.

Tryptofan jest obecny m.in. w wysokobłonnikowych produktach: ciecierzycy i innych nasionach roślin strączkowych; płatkach owsianych; orzechach i bananach.

W badaniach powiązano wyższe spożycie błonnika z lepszym nastrojem oraz mniejszym ryzykiem depresji i zaburzeń lękowych u dorosłych i dzieci.

Inne badanie wykazało, że spożywanie codziennie co najmniej 34 g błonnika (to tyle, ile oficjalnie zaleca się zjadać), wiązało się z lepszymi funkcjami poznawczymi, czyli z lepszą pracą mózgu.

Z JELIT DO MÓZGU

Jak błonnik w diecie łączy się z demencją? Jeśli dbasz o swój mikrobiom jelitowy, poprawisz działanie układu odpornościowego i obniżasz ryzyko chorób metabolicznych. Brak przewlekłego stanu zapalnego w organizmie, mniejsze ryzyko cukrzycy czy wysokiego cholesterolu, oznacza mniejsze ryzyko demencji.

Przewód pokarmowy jest połączony z układem nerwowym, to tzw. oś jelita – mózg. Pośrednikami w tej komunikacji są substancje produkowane przez naszą mikrobiotę jelitową, m.in. neuroprzekazniki: kwas gamma-aminomasłowy, dopamina, noradrenalina, serotonina.

wyborcza.pl



Zapisz się
na codzienny
newsletter

Wyborcza.pl/
newslettery

OGŁOSZENIE

34429903

Cykl redakcyjny
sponsuruje



Jak jeść więcej błonnika

– Statystyczna Polka i statystyczny Polak zjadają dziennie zaledwie połowę zalecanej porcji błonnika – mówi dietetyczka Anna Kopańczyk. W swoje książce „Menopauza. Instrukcja obsługi” daje odpowiedzi, jak na stałe wprowadzić więcej błonnika do swojego jadłospisu:

- Jedz dużo warzyw i owoców, wybieraj produkty pełnoziarniste (razowe, żytnie pieczywo, grahamkę zamiast pszennej bułki, kasze, płatki owsiane).
- Jedz warzywa i owoce ze skórką, w nich jest najwięcej błonnika.
- Zamiast białego ryżu, wybierz brązowy, zamiast pszennej makaronu – kupuj razowy.
- Kilka razy w tygodniu jedz dania z roślinami strączkowymi (fasola, groch, soczewica, ciecierzycza, soja).
- Dodawaj rośliny strączkowe do zup i sałatek.
- Zagęszczaj czerwoną soczewicą sosy warzywne lub mięsne (soczewica łatwo się rozpada w gotowaniu).
- Pieczona ciecierzycza z przyprawami świetnie sprawdzi się jako przekąska.

- Hummus z paluszkami warzywnymi to dobry pomysł na lekki obiad do pracy.
- Zastąp mielone mięso soczewicą lub ciecierzycą w domowych burgerach (całkowicie lub chociaż częściowo).
- Dodawaj mielone siemię lniane i babkę płesznik do koktajli lub owsianki.
- Ilość błonnika w diecie zwiększaj stopniowo, np. dodając co tydzień do jadłospisu coś nowego bogatego w błonnik.
- Dużo pij, błonnik kocha wodę, bez niej możesz zmagać się z zaparciami i gazami

Ile to 30 g błonnika dziennie

Dietetyczka Anna Kopańczyk podaje dwa przykładowe zestawy produktów, które zjedzone w ciągu dnia dostarczają około 30 g błonnika.

Przykład I

- 1 gruszka 2,7 g
- 100 g brokułów 2,5 g
- 4 łyżki płatków owsianych 2,8 g
- 1 szklanka gotowanej kaszy gryczanej 2,9 g
- garść fasolki szparagowej 4,8 g
- 1 duży banan 4,6 g
- 2 kromki chleba żytniego razowego 5,8 g
- 1 średni pomidor 2 g

Razem: 28,1 g

Przykład II

- 1 średni batat 6,9 g
- 1 szklanka malin 8 g
- 1 szklanka gotowanej ciecierzycy 13,1 g
- 200 g kalafiora 4,8 g

Razem: 32,8 g

REKLAMA

Kraj/34444154

CZY ZASTANAWIASZ SIĘ CZASEM,
CO SIĘ DZIEJE
Z JEDZENIEM PO TYM,
GDY JE POŁKNIESZ?

sensus

czytalsek

ROŻA HAJKUŚ
WIELKIE PRZYGODY
JEDZONKA
Z BUZI DO ŻOŁĄDKA (I DALEJ)

PATRONI MEDIALNI

Mama
Pediatria

Mądre
Książki

książkę kupisz na [WWW.SENSUS.PL](http://www.sensus.pl)
ORAZ W DOBRYCH KSIĘGARNIACH!

Z głębokim smutkiem zawiadamiamy,
że dnia 31 lipca 2026 roku, w wieku 82 lat, zmarł



Prof. Marek Pliszkiewicz

Wybitny naukowiec i ceniony specjalista w dziedzinie prawa pracy,
prawa europejskiego oraz stosunków międzynarodowych.

Wieloletni pracownik i wykładowca Instytutu Nauk Prawnych
Polskiej Akademii Nauk w Warszawie, Akademii
oraz Uniwersytetu Ekonomicznego w Katowicach, gdzie pełnił m.in.
funkcję dyrektora Centrum Badań i Studiów Europejskich.
Wykładowca renomowanych uczelni w Paryżu i Bordeaux.

Profesor Marek Pliszkiewicz posiada następujące odznaczenia państwowe
za wybitne zasługi dla Polski oraz Francji:
Złoty Krzyż Zasługi – nadany przez Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej w 2001 roku.
Officer Narodowego Orderu Zasługi (Officier de l'Ordre National du Mérite)
– nadany przez Prezydenta Republiki Francuskiej w 2006 roku.

Straciłmy Człowieka wielkiego serca,
wybitnego Mentora i Autorytet dla wielu pokoleń prawników.

Odszedł od nas Kochający Mąż, Brat, Tata, Dziadek i Pradziadek.

W głębokim żalu i smutku,

Rodzina

Msza święta żałobna, poprzedzona modlitwą różańcową, odprawiona zostanie
11 sierpnia 2026 roku o godzinie 13:30
w Kaplicy w Laskach pw. Matki Bożej Anielskiej ul. Brzozowa 75, 05-080 Laski, Izabelin
– na terenie Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi.
Pochówek odbędzie się 11 sierpnia 2026 rokuu na Cmentarzu w Laskach.

Rodzina prosi, zamiast kwiatów, o datki na rzecz
Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi Stowarzyszenie tytułem:
Darowizna na ociemniałe dzieci. Nr konta PLN: 02 1140 1010 0000 4399 5800 1002
(mBANK S.A., Swift (BIC): BREXPLPWWA1).

Będzie również można złożyć datek do puszek wystawionej w czasie mszy.

Rodzina prosi o nieskładanie kondolencji.

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446479

Z powodu śmierci

Pana nadinspektora

Zenona Smolarka

wyrazy współczucia

Rodzinie

składają

Hanna i Paweł Posadzy

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446584

Z głębokim żalem żegnamy

ŚP

Pana Profesora dr. hab. n. med. Eugeniusza Butruka

Wybitnego Naukowca i Wspaniałego Lekarza
Wieloletniego konsultanta krajowego w dziedzinie gastroenterologii
Wizjonera i Architekta polskiej gastroenterologii
Mistrza wielu pokoleń lekarzy
o wysokim autorytecie naukowym i moralnym

Człowieka kochającego świat sztuki, muzyki, poezji...

Zostaniesz na zawsze w naszej pamięci Panie Profesorze!

Rodzinie i Bliskim Pana Profesora

składamy wyrazy serdecznego współczucia i wsparcia

Kierownik - Prof. dr hab. n. med. Ewa Małecka-Wojcieszko
i Zespół Kliniki Chorób Przewodu Pokarmowego
Uniwersytetu Medycznego w Łodzi



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446884



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA O PIERWSZYM PRZETARGU USTNYM NIEOGRANICZONYM NA SPRZEDAŻ NIERUCHOMOŚCI POŁOŻONEJ W RUMI PRZY UL. TORFOWEJ

Burmistrz Miasta Rumi ogłosił pierwszy przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż nieruchomości niezabudowanej, położonej w Rumi przy ul Torfowej, składającej się z działki nr 37 o powierzchni 9357m², obręb 3, zapisanej w księdze wieczystej GD1W/00035000/1, prowadzonej przez Sąd Rejonowy w Wejherowie.

Zgodnie z obowiązującym miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego miasta Rumi, uchwalonym Uchwałą Rady Miejskiej Rumi Nr XXIV/232/2016 z dnia 19 maja 2016 roku w sprawie uchwalenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego, dla obszaru położonego w Rumi w rejonie ul. Partyzantów, działka nr 37 obr. 3 znajduje się na terenie oznaczonym symbolem 7.MN/U – tereny zabudowy mieszkaniowej jednorodzinnej oraz usługowej, bez ustalania proporcji pomiędzy funkcjami oraz niewielki fragment działki nr 37 obr. 3 znajduje się w obszarze 41.KDD – teren drogi publicznej – ulica dojazdowa.

Nieruchomość jest niezabudowana.

Na granicy działki znajdują się rowy wodne, zaś przez środek działki przechodzi rów, który na wniosek nowego właściciela może zostać zlikwidowany lub zamieniony na inne urządzenie.

Teren płaski. Dział III i IV księgi wieczystej GD1W/00035000/1 są wolne od wpisów i zobowiązań.

Pierwszy przetarg odbędzie się w dniu 16 października 2026 roku o godz. 10⁰⁰
w siedzibie Urzędu Miasta Rumi, 84-230 Rumia ul. Sobieskiego 7, pok. 100.

Cena wywoławcza wynosi 2.700.000,00 zł netto
(słownie: dwa miliony siedemset tysięcy złotych 00/100).

Warunkiem wzięcia udziału w przetargu jest wpłacenie wadium, przelewem na konto Urzędu Miasta Rumi Nr: 88 1160 2202 0000 0005 0260 9279 w terminie do dnia 12.10.2026r.

Za datę wpłaty uznaje się datę wpływu środków na rachunek Urzędu Miasta Rumi.

Do wylicytowanej ceny zostanie doliczony podatek VAT, według obowiązującej stawki.

Ogłoszenie zostało podane do publicznej wiadomości poprzez wywieszenie na tablicy ogłoszeń Urzędu Miasta Rumi, 84-230 Rumia ul. Sobieskiego 7 oraz na stronach internetowych Urzędu Miasta Rumi: www.bip.rumia.pl i https://rumia.eu.

Szczegółowe informacje dotyczące niniejszego przetargu można uzyskać w Referacie Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Rumi, pok. 103, rgn@um.rumia.pl tel. 58/679-65-24, we wskazanych godzinach: poniedziałek w godz. 9⁰⁰ – 17⁰⁰, wtorek, środa i piątek w godz. 7³⁰ – 15³⁰.

Kraj/34446909



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA ŁODZI

o ustnych przetargach nieograniczonych (licytacjach)

na sprzedaż samodzielnych lokali mieszkalnych stanowiących własność Miasta Łodzi

wraz z udziałem w prawie własności gruntu, usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi przy:

Lp.	Położenie nieruchomości Nr księgi wieczystej nieruchomości gruntowej zabudowanej	Obręb, nr działki, powierzchnia nieruchomości (m ²)	Powierzchnia lokalu/powierzchnia pomieszczenia przynależnego (m ²) udział w częściach wspólnych nieruchomości	Cena wywoławcza łączna [zł]	Wadium [zł]
1.	ul. Marysińska 48A* ¹ lokal mieszkalny nr 11 KW LD1M/00137213/9	B-48 30/9 633	19,66 _____ 0,011	140 000	14 000
2.	ul. Legionów 43 lokal mieszkalny nr 7 KW LD1M/00094332/5	P-9 71 1101	52,65 _____ 0,037	150 000	15 000
3.	ul. Legionów 43 lokal mieszkalny nr 13 KW LD1M/00094332/5	P-9 71 1101	26,30 _____ 0,018	80 000	8 000
4.	ul. Stefana Jaracza 25 ² lokal mieszkalny nr 61 KW LD1M/00094913/2	S-1 474 1531	58,21 _____ 0,023	240 000	24 000
5.	ul. Włókiennicza 18 lokal mieszkalny nr 1 KW LD1M/00002354/4	S-1 428/1 1521	108,06 _____ 0,056	580 000	58 000
6.	ul. Włókiennicza 18 lokal mieszkalny nr 46 KW LD1M/00002354/4	S-1 428/1 1521	43,91 _____ 0,023	250 000	25 000
7.	ul. Włókiennicza 18 lokal mieszkalny nr 49 KW LD1M/00002354/4	S-1 428/1 1521	57,90 _____ 0,030	330 000	33 000
8.	ul. Prezydenta Gabriela Narutowicza 56 ² lokal mieszkalny nr 29 ⁷ KW LD1M/00004912/8	S-2 174/1 1868	62,50 / 4,71 _____ 6721 / 541422	360 000	36 000
9.	ul. Edwarda Abramowskiego 7 ² lokal mieszkalny nr 20 KW LD1M/00089990/7	S-8 120 289	15,34 _____ 0,020	90 000	9 000
10.	ul. Edwarda Abramowskiego 13 lokal mieszkalny nr 30 KW LD1M/00175937/8	S-8 123/1, 139/23 545	14,87 / 1,85 _____ 1672 / 75031	90 000	9 000
11.	ul. Edwarda Abramowskiego 18 ² lokal mieszkalny nr 20 KW LD1M/00088622/0	S-8 103/1, 104/3 1848	24,41 _____ 0,027	150 000	15 000

*1/ Dotyczy lokalu mieszkalnego nr 11 przy ul. Marysińskiej 48A – zgodnie z zapisem w bazie Łódzkiego Ośrodka Geodezji oraz księdze wieczystej nr LD1M/00137213/9 adres nieruchomości to: Marysińska 46, Marysińska 48A, Marysińska 50.

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

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

Przetargi odbędą się w dniu 22 października 2026 r. o godz. 10:00 w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, Duża Sala Obrad.

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ŁODZI O PRZETARGACH zawierające szczegółowe informacje dotyczące przetargów wywieszone jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 (IV p.). Ogłoszenie publikowane jest również na stronie internetowej pod adresem: https://uml.lodz.pl/dla-biznesu/nieruchomosci-na-sprzedaz/sprzedaz-nieruchomosci/, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem: https://bip.uml.lodz.pl/urzad-miasta/przetargi/sprzedaz-nieruchomosci/.Szczegółowe informacje dotyczące przetargów dostępne są również w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, (IV p., pok. 468 i 457a) oraz pod numerem telefonu: (42) 638-43-31, 272-67- 83, 638-45-83.

Kraj/34446120

Jak UEFA chce wysadzić z siodła Gianniego Infantino

Do zmiany szefa FIFA UEFA potrzebuje wsparcia federacji z innych kontynentów. Co chce im zaproponować? Mini mundial co dwa lata.

Michał Kiedrowski

Wszyscy, którzy już skreślili szefa FIFA Gianniego Infantino, powinni jeszcze się wstrzymać. Szwajcar łatwo się nie podda. Co prawda można odnieść wrażenie, że tzw. piłkarski świat stracił do niego zaufanie po ujawnieniu planów stworzenia FIFA Forward Enterprise do organizacji mundialu, ale to tylko narracja mediów tzw. głównego nurtu. Już znaleźli się tacy, którzy twierdzą, że Szwajcar nie chciał wcale złe.

Infatino szykował sobie posadę?

Ten biznesowy projekt, w którym miał wziąć udział brat zięcia prezydenta USA Joshua Kushner, zakładał wydzielenie z FIFA praw telewizyjnych i komercyjnych mistrzostw świata kobiet i mężczyzn oraz klubowego mundialu do osobnej spółki, której 21 procent miało powędrować w ręce prywatnych inwestorów.

Tego typu spółki nie są w sporcie niczym nowym. W podobny sposób udziały w swoim turnieju sprzedał Turniej Sześciu Narodów w rugby. Na podobnych zasadach prywatnego inwestora do Ligue 1 wpuścili Francuzi. A dzięki kapitałowi funduszu CVC kluby hiszpańskiej La Ligi odzyskały rentowność i znalazły finansową stabilizację. Również światowa federacja siatkówki związała się z CVC, by razem organizować pod szyldem Volleyball World najważniejsze światowe imprezy: Ligę Narodów, mistrzostwa świata czy eliminacje olimpijskie.

Odrębną spółkę z CVC ma również związek tenisistek. WTA Ventures LLC zarządza m.in. prawami telewizyjnymi, sponsoringiem, licencjami na produkty.

Tym, co zabiło FIFA Forward Enterprise, zanim jeszcze projekt został tak naprawdę przedstawiony i omówiony, jest fakt, że był on przygotowywany w całkowitej tajemnicy. Infantino poczuł się tak mocny w roli szefa Międzynarodowej Federacji Piłkarskiej, że myślał, iż wszystko mu ujdzie na sucho. Projektem FIFA Forward Enterprise zaskoczeni byli nawet jego najbliżsi współpracownicy, a przecież to pomysł, który doprowadziłby do rewolucji w piłce nożnej. Nie bez powodu idea powołania nowej spółki z prywatnym kapitałem została odebrana przez opinię publiczną nie jako źródło dodatkowych pieniędzy dla federacji krajowych z całego świata, ale przede wszystkim jako przedsięwzięcie, które zapewni Infantino czołową rolę w światowym futbolu, nawet gdy przestanie być szefem FIFA. To właśnie Szwajcar miał stając na czele FIFA Forward Enterprise i zarabiać pięć razy więcej niż obecnie 6 mln dolarów rocznej pensji.

UEFA walczy o swoje interesy

Gdy brytyjscy dziennikarze z The Times i Financial Times ujawnili plany Infantino, bardzo ostro zareagowała Europejska Unia Piłkarska. UEFA zagroziła bojkotem imprez FIFA. Nowy projekt skrytykowały też konfederacje z Azji oraz Ameryki Północnej i Środkowej. Infantino ostatecznie wycofał się z pomysłu.



• Gianni Infantino i Aleksander Ceferin na kongresie UEFA w Brukseli. 12 lutego 2026 r.

FOT. REUTERS / BENOIT TESSIER

Jednak Europa chce kuć żelazo, póki gorące i zwietrzyła szansę na pozbawienie Infantino władzy. UEFA mówi o utracie zaufania do szefa światowej federacji, z powodu jego stylu zarządzania światowym futbolem. Obok potajnego przygotowywania FIFA Forward Enterprise innym kluczowym zarzutem jest udział Infantino w zawieszeniu kary dla napastnika reprezentacji USA Folarina Baloguna za czerwoną kartkę w meczu mundialu. W sprawie piłkarza interweniował u Infantino sam prezydent USA, Donald Trump, po czym Balogun mógł zagrać w 1/8 finału z Belgią. Szef FIFA zarzekał się, że decyzję podjął niezależny od niego komitet.

Tylko naiwni mogliby jednak sądzić, że UEFA podnosi bunt z troski o światowy futbol. Ma ona do obrony własne interesy. Ostatnio obie piłkarskie federacje na wyścigi powiększają swoje międzynarodowe rozgrywki. FIFA powołała do życia klubowe mistrzostwa świata i poszerzyła liczbę uczestników mundialu, zarówno kobiet jak i mężczyzn. UEFA przeprowadziła reformę Ligi Mistrzów i Ligi Narodów, dokładając do obu rozgrywek nowe terminy. A kalendarz nie jest z gumy, budżety sponsorów i stacji telewizyjnych również nie. I jeszcze jest kwestia zdrowia piłkarzy. „Puchnięcie” starych rozgrywek i powołanie do życia nowych powoduje, że mają oni coraz mniej czasu na wypoczynek i regenerację. W rezultacie FIFA i UEFA działają na rynku jak konkurenci w rywalizacji o pieniądze i piłkarzy.

Według medialnych przecieków, Europejczycy nie mają zamiaru czekać do zaplanowanych na marzec 2027 roku wyborów prezydenta FIFA. Chcą zwołać nadzwyczajny kongres organizacji i pozbawić Infantino władzy. Na razie trwa uzgadnianie kandydata, który mógłby rzucić wyzwanie Szwajcarowi. Mówiło się o prezie Legii, Dariuszu Mioduskim, ale bardzo wątpliwe, żeby kolejny Europejczyk zyskał poparcie na innych kontynentach. Ostatnio coraz częściej szefami dużych światowych związków sportowych są osoby spoza Europy. Międzynarodowym Komitetem Olimpijskim rządzi Kirsty Coventry z Zimbabwe. Na czele zrzeszenia paralimijczyków jest Andrew Parsons z Brazylii. W krzykocie rządzi Jay Shah z Indii, w siatkówce – Fabio Azevedo z Brazylii, w koszykówce – Sheikh Saud Ali Al Thani z Kataru, w piłce ręcznej – Hassan Moustafa z Egiptu, w hokeju na trawie

– Tayyab Ikram z Makau, w hokeju na lodzie – Luc Tardif, Francuz urodzony w Kanadzie, w rugby – Brett Robinson z Australii, w pływaniu – Husain Al Musallam z Kuwejtu. Brytyjczyk Sebastian Coe w World Athletics to jeden z ostatnich Europejczyków na czele dużej światowej sportowej federacji.

Dlatego możliwe, że reprezentantem Europy w wyborach na szefa FIFA będzie obecny prezydent CONCACAF, Kanadyjczyk Victor Montagliani.

Zdaniem brytyjskich mediów (Sky Sports i The Times) Europejczycy chcą walczyć z Infantino nie tylko przy pomocy kandydata do jego zastąpienia, ale również przez powołanie do życia nowych rozgrywek.

Mundial niemal co roku

Pomysł nie jest nowy. UEFA opracowała ideę Global Nations League przy okazji powołania do życia swojej Ligi Narodów w 2017 roku. W założeniu wszystkie zrzeszone w kontynentalnych konfederacjach reprezentacje podzielone byłyby na siedem dywizji według reprezentowanego przez nie poziomu. Kontynentalne Ligi Narodów byłyby eliminacjami do globalnych finałów, w których grałyby trzy najlepsze drużyny z Europy, dwie z Ameryki Południowej i po jednej z Afryki, Azji i CONCACAF. Co dwa lata (w latach nieparzystych) w czerwcu odbywałoby się siedem takich finałów dla drużyn z każdej dywizji. Pomysłodawcy uważali, że takie rozgrywki byłyby szczególnie atrakcyjne dla mniejszych federacji, które bardzo rzadko mają okazję, by awansować na najważniejsze turnieje i grać o trofea. Z drugiej strony, finały w najwyższej dywizji z udziałem

ośmiu najlepszych drużyn świata byłby natomiast prawdziwym mundialu.

Trudno na razie rozstrzygnąć, czy Global Nations League jest tylko straszakiem na Infantino, który ma mu pokazać, iż UEFA jest gotowa na prawdziwą schizmę, gdyby Szwajcar pozostał na stanowisku, czy też realną propozycją nowych rozgrywek.

Tymczasem obecny prezydent FIFA nie zamierza ustępować ze stanowiska. Wciąż może liczyć na liczne grono zwolenników. Już po wybuchu afery wokół FIFA Forward Enterprise poparcie dla obecnego szefa światowej federacji wyraziły m.in. Katar, Egipt, Maroko, Zjednoczone Emiraty Arabskie. Niejednoznaczna jest postawa Ameryki Południowej. Kraje z tego regionu nie potępiły FIFA Forward Enterprise, a w wydanym oświadczeniu domagały się jedynie dodatkowych informacji i szerszych wyjaśnień w sprawie nowego projektu.

W kwietniu CONMEBOL (federacja południowoamerykańska) bezwarunkowo poparł Infantino w kolejnych wyborach, zanim jeszcze Szwajcar ogłosił zamiar kandydowania. I nie wygląda na to, żeby to poparcie teraz federacja wycofała. Urugwaj, Paragwaj i Argentyna mają gościć mecze mistrzostw świata 2030 w ramach uczczenia stulecia turnieju. Kto wie, czy Infantino nie proponuje Ameryce Południowej jeszcze więcej meczów mundialu, którego oficjalnymi gospodarzami będą Maroko, Portugalia i Hiszpania, gdyby udało mu się przeforsować powiększenie turnieju do 64 drużyn.

Gra o tron w piłce nożnej będzie miała kolejne odcinki. A kto polegnie w finałowej odsłonie, wciąż pozostaje niewiadome. ●

wyborcza

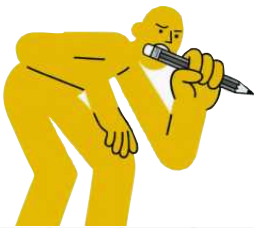
REDAKCJA
ul. Czerska 8/10, 00-732 Warszawa
E-mail: redakcja@wyborcza.pl
Listy do redakcji: listy@wyborcza.pl
Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo ich redagowania i skracania. Wnioski i pytania w sprawie ochrony danych osobowych: iod@wyborcza.pl

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

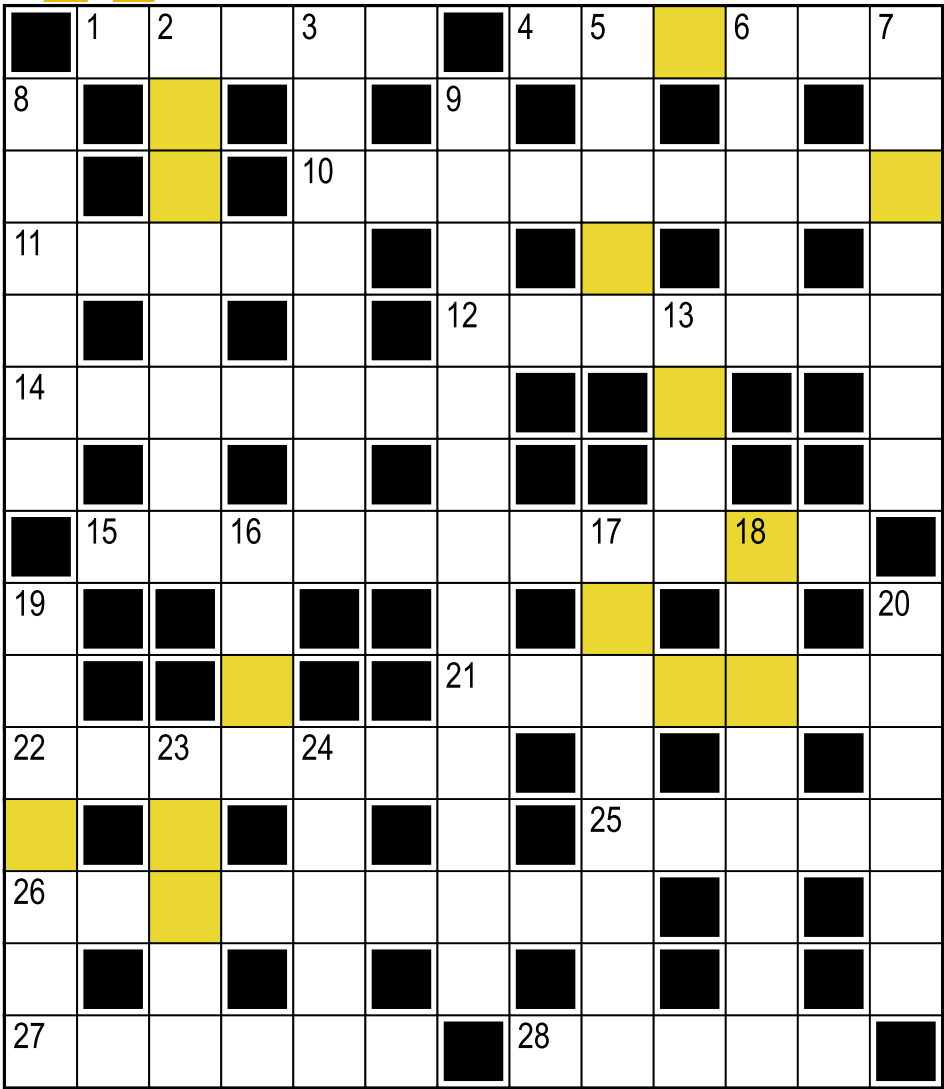
Inne formy prenumeraty: wyborcza.pl/prenumerata
Gazeta Wyborcza w serwisach społecznościowych: facebook.com/wyborcza, bsky.app/profile/wyborcza.pl, instagram.com/gazeta_wyborcza
LICENCJA NA TREŚCI: licencje@wyborcza.pl

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





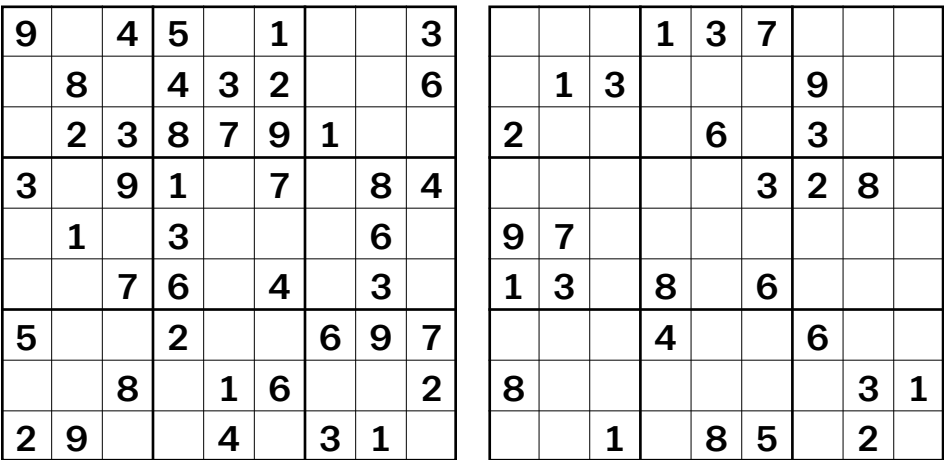
krzyżówka



Hasło:

Rozwiązanie „krzyżówki” nr 90 z 6.08:
Poziomo: 1) zwody 4) kworum 10) fundament 11) Lahti 12) carstwo 14) Podhale 15) departament 21) interes 22) Wdzydze 25) kraul 26) gondolier 27) rokosz 28) iskra
Pionowo: 2) wychodne 3) defilada 5) wiatr 6) rdest 7) matrona 8) chlapa 9) unicestwienie 13) sole 16) pasy 17) motokros 18) narrator 19) dźwigar 20) psalmy 23) zanik 24) drops
Hasło: Cyfra zero.

su do ku



Litery w kolorowych polach, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- Poziomo:**
1) uszczypnij mnie, chyba mam ...
4) potocznie o pistolecie, rewolwerze
10) drzewo z refrenu piosenki Brathanków „Czerwone korale”
11) „Miej ... i patrzaj w ...”
12) benzyna samochodowa
14) sprytny manewr, by oszukać przeciwnika
15) samochody rozwozące towary; furgonetki
21) muzeum w Sankt Petersburgu
22) imię Kiplinga, autora „Księgi dżungli”
25) w tramwaju w godzinach szczytu
26) gazeta epatująca tanią sensacją, krzykliwymi nagłówkami
27) w religiach, wierzeniach: trójca bóstw, np. ... kapitońska
28) azjatycki kraj o pięciokątnej fladze

- Pionowo:**
2) wciągający teren; bagno
3) godność i władza monarchy
5) ... zbrojeniowe (długie, stalowe, żebrowane)
6) uchylanie się od ciosów (w liczbie mnogiej)
7) stan USA pomiędzy Georgią a Missisipi
8) imię Gordona-Levitta, aktora („Incepcja”)
9) niejedna sformułowana przez Nostradamusa
13) gorąca masa spływająca po stokach wulkanu
16) padlinożerne ptaki
17) koniec panieństwa
18) kolega bębniarza
19) afrykański ptak lub muzułmański mnich pustelnik
20) jeździec w kasaku
23) spłacane
24) praca na ...

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY Kraj/34427030

Czekamy
na Twoje
uwagi i pomysły

ROZRYWKA
@WYBORCZA.PL

zakreślanka

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

J	C	T	K	S	P	E
E	S	A	A	G	R	C
N	T	O	L	O	A	F
K	B	S	E	Z	A	R
Ę	S	A	K	R	A	W
N	I	O	D	C	J	Ę
Y	F	R	N	E	T	Ż
A	T	R	I	A	N	N
P	E	R	A	I	K	I

akta spec kęs repatriant
scjentolog frazes krawężniki endorfiny

Hasło z 6.08: potawiacze

skojarzenia

Fajka	Galareta	Złote klamki	Zakaz
Barani ogon	Kino „Konik”	Aksamit i maska	Kraciasty płaszcz
Liść	Żart i witraż	Portrety przodków	Służba
Lupa	Basen	Osika	Czapka

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

.....			
.....			
.....			
.....			

Rozwiązanie z 6.08:
Gromady, stada zwierząt: Chmara, Wataha, Kierdel, Rapsod, Ławica. **Sznury i sznurki:** Szpagat, Postronek, Knot, Lont. **Popularne podhalańskie nazwiska:** Karpiel, Bachleda, Gąsienica, Chowaniec. **Zaczynają się gatunkami/stylami muzycznymi:** Discovery, Popielica, Funkia

OGŁOSZENIE WŁASNE WYDAWCY

Kraj/34426992

Słowno

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

Literówka

Kilka liter i jedno zadanie: ułożyć jak najwięcej słów

Jeszcze więcej
rozrywki w Aplikacji
Wyborczej

Szukaj w aplikacji

Zakreślanka

Skojarzenia

WARSZAWA TYGODNIK

Piątek, 7 sierpnia 2026 | Redaktorka prowadząca Edyta Różańska

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

Nowe centrum Warszawy

Złota cała zielona

► 7

FOT. DAWID ZUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

Zarobki

Prawdziwe portfele Warszawiaków

Dwie osoby mogą zarabiać po 7 tys. zł na rękę i żyć w dwóch różnych światach. Jedna odkłada kilka tysięcy miesięcznie, druga większość pensji oddaje właścicielowi mieszkania albo bankowi. W Warszawie coraz częściej o poziomie życia decyduje nie wysokość wynagrodzenia.

► 2-3

Zdrowie

Ze szpitala wróciła z dziurawym jelitem

„W przypadku zmiany łagodnej, pacjentka prosi o wycięcie macicy” – napisała ginekolog w dokumentacji medycznej Anny. Macicę usunięto. Po kilku dobach Anna na Małalińskiego wróciła karetką, z treścią jelit w jamie brzusznej i postępującą sepsą.

► 4-5

Życie nocne

Metropolia, która śpi

W Warszawie toczy się dziś debata o życiu nocnym, jakby miasto zmagало się z problemami Barcelony czy Amsterdamu. Jednak miasto, które tak szybko dogoniło Zachód za dnia, wieczorem żyje według zupełnie innych zasad.

► 8-9

Kobiety

Czuję tę presję na białko

– Otwierasz telefon. Pierwsze, co widzisz, to kobieta z idealnie zorganizowaną rutyną: woda z cytryną na czczo, dziesięć tysięcy kroków dziennie, maska LED, retinol i suplement na kortyzol. Zanim zdążysz wstać z łóżka, już masz poczucie, że robisz coś źle – mówi Zuzia.

► 10

Prawdziwe portfele Warszawiaków

Takie same zarobki, całkiem inne życie

W Warszawie nie trzeba zarabiać fortuny, żeby dobrze żyć. Trzeba mieć mieszkanie, najlepiej odziedziczone, czyli bez kredytu. – Bez mieszkania po teściach nie byłoby nas stać na życie w stolicy – mówi Adam. Z żoną zarabiają łącznie 15 tysięcy na rękę, mają dwójkę dzieci.

Wojciech Karpieszuk

– Bajorńskie zarobki w Warszawie to mit. Większość zarabia pewnie tylko nieco więcej niż średnia krajowa. To dla osób bez własnego mieszkania życie tu jest bardzo drogie. Gdybyśmy musieli wynajmować albo spłacać kredyt, jedna pensja w zasadzie szłaby na czynsz albo na ratę. Nie wiem, czy z dwójką dzieci dalibyśmy radę utrzymać się z jednej pensji – stwierdza Adam. Pracuje w międzynarodowej korporacji, zarabia 12 tys. zł brutto. Jego żona Anna jest urzędniczką z wieloletnim doświadczeniem, wraz ze stażowym zarabia ok. 9 tys. zł brutto. Ich łączny dochód to ok. 15 tys. zł na rękę. Adam: – Wystarczy, bo teściowie zostawili nam mieszkanie, a sami wyprowadzili się pod Warszawę.

**WŁASNE MIESZKANIE
ZMIENIA WSZYSTKO**

Według GUS w czerwcu przeciętne wynagrodzenie w Warszawie wyniosło prawie 11,2 tys. zł brutto. Dużo? Wyższe jest w Krakowie, w Gdańsku, a nawet w Katowicach. Dla porównania – przeciętne wynagrodzenie w Polsce w drugim kwartale to niecałe 9,4 tys. zł brutto. To średnia. W Warszawie bardzo wysokie pensje menedżerów, specjalistów IT, finansistów czy kadry zarządzającej podnoszą ten wynik. W dodatku dane dla Warszawy dotyczą sektora przedsiębiorstw, czyli firm zatrudniających co najmniej 10 pracowników. Nie obejmują m.in. mikrofirm, osób prowadzących działalność gospodarczą ani dużej części budżetówki. Ostatnie dane GUS dotyczące mediany wynagrodzeń są ze stycznia. W Warszawie to niecałe 9,9 tys. zł brutto, czyli ok. 7,1 tys. zł na rękę. Mediana jest lepszym wskaźnikiem niż średnia – oznacza, że połowa pracowników w Warszawie zarabia mniej, a połowa więcej.

– Jesteśmy średniakami. Wśród znajomych widzę, że większość zarabia podobnie. Owszem, w Warszawie jest grupa wysoko opłacanych menedżerów, specjalistów, prezesów. Rzutują na obraz całego miasta, widać ich w drogich knajpach, w drogich samochodach. Ale jednak połowa mieszkańców zarabia 7 tysięcy na rękę – mówi Adam.

Przedstawia budżet i wydatki rodziny: czynsz w spółdzielni to 1,2 tys. zł za 60-metrowe mieszkanie w jednej z centralnych dzielnic. Do tego ok. 300 zł miesięcznie za media. – Nie byłoby nas stać na podobne mieszkanie, gdybyśmy musieli je kupić. I to pokazuje paradoks Warszawy: oboje pracujemy, nie zarabiamy najniższej krajowej. A pewnie mieszkalibyśmy na mniejszym metrażu na Białogórze albo pod Warszawą – stwierdza Adam.

Rodzina wydaje ok. 1,5 tys. zł miesięcznie na spłatę różnych zobowiązań, rat. Raz w roku,

czasem dwa, wyjeżdżają na wakacje. – Bez szaleństw. Latem – Grecja, Włochy. Raz byliśmy w Turcji. W tym roku za tydzień w Grecji zapłaciliśmy 11 tys. zł za całą rodzinę – wlicza Adam. Zimą byli z dziećmi przez tydzień w Górach Izerskich. Zmieszcili się w 8 tysiącach. Dzieci chodzą na zajęcia dodatkowe do domu kultury, niektóre są darmowe, inne za niewielką odpłatność. W roku szkolnym kilkaset, maksymalnie tysiąc złotych miesięcznie, wydają na korepetycje. Na mieście nie jadają. Czasem pójdą z dziećmi do kina, na pływalinię. Do tego przegląd i ubezpieczenie kilkuletniego samochodu ze średniego segmentu (ok. 4-5 tys. zł rocznie). – Przy dobrych wiatrach udaje nam się zaoszczędzić 3, czasem 4 tys. zł miesięcznie – stwierdza Adam.

Na koniec przywołuje anegdotę z ostatnich wakacji w Grecji: – Poznaliśmy małżeństwo z innego miasta. Niby zartem uszliśmy, że są zdziwieni, że my, warszawka, pojechaliśmy do Grecji a nie na Zanzibar. Taki jest obraz Warszawy.

MIASTO TRZECH PRĘDKOŚCI

Od kilku tygodni w ramach cyklu „Prawdziwe portfele Warszawiaków” piszemy, ile i jak zarabiają mieszkańcy naszego miasta, na co i ile wydają, czy są w stanie oszczędzić. Z tych rozmów z Warszawiakami wylania się obraz miasta dwóch, a nawet trzech prędkości. W naszych bohaterach odbija się niemal cały cykl życia: studenci i młodzi dorośli, którzy odkładają marzenia o własnym mieszkaniu i coraz częściej żyją „na abonament”; rodzice, dla których wychowanie dzieci staje się coraz droższym przedsięwzięciem; osoby walczące o finansową stabilność, mimo pracy na pełen etat; inwestorzy, którzy zbudowali majątek na nieruchomościach i kupowanie kolejnych mieszkań traktują jako „prywatny fundusz emerytalny”; wreszcie emeryci, którzy po kilkudziesięciu latach pracy mogą powiedzieć, że mają poczucie bezpieczeństwa.

W Warszawie coraz częściej to nie wysokość pensji decyduje o jakości życia, lecz – co doskonale widać na przykładzie rodziny Adama – posiadanie własnego mieszkania. Nie trzeba zarabiać kokosów, by mieć w miarę wygodne życie. Wystarczy średnia pensja. Warunek: własne, a nie wynajmowane czy kupione na kredyt, mieszkanie. Jak bardzo różne będzie doświadczenie singla, który zarabia 7 tys. zł na rękę, ale ma np. odziedziczone po dziadkach mieszkanie, od singla, który zarabia tyle samo, ale musi wynajmować mieszkanie za 3-4 tys. zł miesięcznie albo zapłacić podobną ratę za kredyt.

To przypadek Marcina. Mieszka sam na Mokotowie. Zarabia około 7,5 tys. zł na rękę, za wynajem kawalerki płaci 2,9 tys. zł miesięcznie. Jak na tę okolicę to nie jest najwyższa cena.

– Czasami zastanawiam się, czy nie żyję ponad stan. Chcę pójść na zajęcia sportowe, do kina, pojechać na weekend, spotkać się ze znajomymi. Nagle okazuje się, że te wszystkie drobne wydatki składają się na naprawdę dużą kwotę – opowiada. – Spotkania przy kawie czy obiedzie z przyjaciółmi są dla mnie ważne, a to kosztuje. Knajpy są bardzo drogie. Sporo pieniędzy przeznaczam na aktywność fizyczną. Biega i jeździ na rowerze. – Dobrze buty do biegania kosztują 500 zł, ale już przekonałem się, że na tym nie warto oszczędzać – mówi. Rower jest dla niego podstawowym środkiem transportu, dlatego inwestuje w jego serwis. W ubiegłym roku przegląd i wymiana części kosztowały 800 zł, w tym – niemal dwa razy więcej. – To nie jest fanaberia. Tak jak ktoś utrzymuje samochód, ja muszę utrzymać rower – podkreśla.

Marcin zauważa, że życie w pojedynkę jest po prostu droższe. Koszt wynajmu mieszkania się nie rozkłada, podobnie jak wiele codziennych wydatków. Mimo to udaje mu się odkładać pieniądze, choć zależy to od miesiąca. Zimą, kiedy rzadziej wychodzi z domu i mniej podróżuje, zostaje mu więcej. Latem oszczędności topnieją, bo wyjeżdża na rowerowe wyprawy. W Polsce, Czechach, Niemczech, Danii czy Szwecji.

Udało mu się zgromadzić ok. 50 tys. zł oszczędności. Podkreśla, że to efekt dawnych prac w lepiej płatnych biznesach. – Zrobiłem poduszkę oszczędnościową, którą jakimś cudem udaje mi się utrzymać – mówi. Daje mu to poczucie bezpieczeństwa, choć inflacja sprawia, że realna wartość tych pieniędzy maleje. Spokój daje mu również świadomość, że odziedziczy w Warszawie mieszkanie. – To sprawia, że inaczej patrzę na przyszłość – stwierdza.

Marcin ma wielu znajomych, którzy zarabiają dwa, a nawet trzy razy więcej od niego. Nie żyją jed-



FOT. MATEUSZ SKWARCZEK / AGENCJA WYBORCZA.PL

nak ostentacyjnie. – W tej grupie właściwie tylko jedna osoba ma stary samochód, pozostali go nie mają. Inwestują raczej w zdrowie, dobre jedzenie, sport czy podróże. Odkładają też na trudne chwile – opowiada. Czyta czasem o Warszawiakach, którzy stają się „zakładnikami statusu”: spłacają wysokie kredyty, leasingi drogich samochodów. – Nie chciałbym tak żyć. Wolę wydawać pieniądze na rzeczy, które naprawdę poprawiają jakość życia, niż na budowanie wizerunku – podsumowuje.

**REPRODUKCJA
NIERÓWNOŚCI**

Przy okazji cyklu poprosiliśmy naszych czytelników i czytelniczki o udział w internetowej ankiecie dotyczącej kosztów życia. Wzięło w niej udział 1741 osób. Nie jest to próba reprezentatywna dla mieszkańców stolicy, lecz badanie pokazujące opinie czytelników „Wyborczej”. Dominowali respondenci w wieku 35-49 lat (52 proc.), kolejne 28 proc. miało od 50 do 65 lat. Mężczyźni stanowili 56 proc. badanych, kobiety 40 proc. Część ankietowanych nie podała płci. Wszyscy byli bardzo dobrze wykształceni – 67 proc. ukończyło studia magisterskie, 13 proc. studia licencjackie lub inżynierskie, a 11 proc. posiada dok-

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446865

W dniu 4 sierpnia 2026 roku

zmarła pożywszy 93 lata

Wacława Stec-Myśliwska

o czym zawiadamiamy pogrążeni w ból

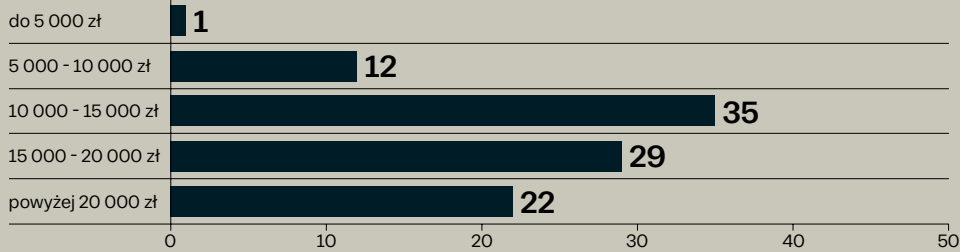
Grzegorz, Małgorzata, Gustaw





Ile według Ciebie trzeba zarabiać miesięcznie brutto, aby żyć spokojnie w Warszawie?

DANE W PROC.



AUTOR: PAWEŁ LUBOWICZ

ŹRÓDŁO: ANKIETA „GAZETY STOŁECZNEJ” NA KTÓRĄ ODPOWIEDZIAŁO 1741 CZYTELNIKÓW.

Poznaliśmy małżeństwo z innego miasta. Niby żartem usłyszeliśmy, że są zdziwieni, że my, warszawka, pojechaliśmy do Grecji, a nie na Zanzibar. Taki jest obraz Warszawy

ADAM

torat. Większość pracuje na etacie (66 proc.), co piąty prowadzi działalność gospodarczą, a najliczniej reprezentowaną branżą było IT i nowe technologie (20 proc.). Najwięcej odpowiedzi napłynęło od mieszkańców Mokotowa.

Odpowiedzi pokazują, że nawet wśród stosunkowo zamożnych respondentów koszty życia w Warszawie są oceniane jako wysokie. Najwięcej osób (35 proc.) uważa, że do spokojnego życia w stolicy potrzeba 10-15 tys. zł brutto miesięcznie, a kolejne 29 proc. wskazuje przedział 15-20 tys. zł. Ponad jedna piąta badanych

jest zdania, że potrzeba jeszcze więcej – ponad 20 tys. zł brutto. Co ciekawe, sami respondenci deklarują wysokie dochody – 33 proc. zarabia powyżej 20 tys. zł brutto miesięcznie, a kolejne 15 proc. mieści się w przedziale 15-20 tys. zł.

Większość ankietowanych pozytywnie ocenia swoją sytuację finansową. 66 proc. jest zadowolonych lub raczej zadowolonych ze swoich zarobków, a aż 70 proc. deklaruje, że pod koniec miesiąca zawsze lub często zostają im oszczędności. Gdy zapytaliśmy, co zrobiliby z dużą wygraną lub niespodziewanym przyływem gotówki,

najczęściej wskazywali inwestowanie (56 proc.), odłożenie pieniędzy na przyszłość (35 proc.) oraz zakup większego mieszkania lub domu (32 proc.). Rzadziej wybierali wydatki na przyjemności (19 proc.) czy wyprowadzkę z Warszawy (8 proc.), co pokazuje, że dla tej grupy priorytetem pozostają bezpieczeństwo finansowe i poprawa warunków mieszkaniowych.

– Ta ankieta mówi przede wszystkim o czytelnikach „Wyborczej”, a nie o wszystkich Warszawiakach. Widać, że to grupa stosunkowo dobrze sytuowana, z wysokim wykształceniem

i stabilną sytuacją zawodową – mówi dr Justyna Orchowska, socjolożka miasta z UW. Zwraca uwagę, że w badaniu słabo wybrzmiewa perspektywa najuboższych mieszkańców stolicy, np. lokatorów komunalnych. – Ich doświadczenia są zupełnie inne niż osób, które mogą myśleć o inwestowaniu czy zakupie kolejnego mieszkania – stwierdza.

Zwraca również uwagę na odpowiedzi na pytanie o to, co ankietowani zrobiliby z niespodziewanym przyływem gotówki. – Najwięcej osób odpowiedziało, że zainwestowałoby pieniądze, a nie przeznaczyło je na bieżącą konsumpcję czy codzienne wydatki. To bardzo dużo mówi o tej grupie. Można przypuszczać, że ich podstawowe potrzeby są już w dużej mierze zaspokojone – stwierdza.

Dr Orchowskiej opowiadałam o moich rozmówcach – małżonkach z dwójką dzieci, którzy nie zarabiają kokosów, ale dzięki sprezentowanemu mieszkaniu prowadzą wygodne życie. Jej zdaniem w Warszawie dość dobrze widać mechanizm, używając socjologicznego języka – reprodukcji nierówności. – Różnica między osobami, które odziedziczyły mieszkanie albo mogły liczyć na wsparcie rodziców, a tymi, które takiego kapitału nie mają, jest dziś ogromna. Własne mieszkanie czy choćby wkład własny na start bardzo ułatwiają dalsze życie. To przekłada się na możliwość zdobywania wyższego wykształcenia, lepszej pracy i kolejnych zasobów – podkreśla.

Zaznacza jednak, że na tle wielu zachodnich metropolii Warszawa nadal nie jest miastem o skrajnie dużym rozwarstwieniu społecznym. – Segregacja nie jest u nas aż tak silna jak w wielu miastach Europy Zachodniej. To między innymi spuścizna PRL-u i przydziałów na mieszkania – ocenia. – Nie oznacza to jednak, że problemu nie ma. Wraz z rozwojem rynku nieruchomości i wzrostem cen różnice między tymi, którzy posiadają majątek, a tymi, którzy go nie mają, będą się pogłębiać. ●

REKLAMA

Warszawa/34445990

NOWA LETNIA STREFA REKREACJI W TERMACH UNIEJÓW już otwarta!

Zapraszamy!

www.termyuniejow.pl

Zdrowie

Ze szpitala wróciła z dziurawym jelitem

„W przypadku zmiany łagodnej, pacjentka prosi o wycięcie macicy” – napisała ginekolog w dokumentacji medycznej Anny. Macicę usunięto. Po kilku dobach Anna na Madalińskiego wróciła karetką, z treścią jelit w jamie brzusznej i postępującą sepsą.

Magda Roszkowska

Anna pokazuje mi bliznę po cięciu i pięć przepuklin, które powstały po operacjach. Najbardziej boli ta po prawej stronie podbrzusza. Wystarczy, że weźmie się za sprzątanie i zaraz wyłazi, wygląda jak wielki guz, potwornie piecze. – Ostatnio w lokalnej przychodni powiedziano mi, że muszę nauczyć się z nimi żyć, bo kolejnego otwarcia brzucha pewnie nie przeżyję – mówi Anna. – Kiedy pokazałam dokumentację medyczną z Madalińskiego mojej ginekolożce, długo ją wertowała, a potem popatrzyła mi w oczy i przyznała: „Pani Aniu, to wszystko było niepotrzebne”.

Anna ma 48 lat. Siedzimy w jej salonie w podwarszawskiej miejscowości. Opowiada o tym jak podczas rutynowego badania w październiku 2023 r. dowiedziała się, że w lewym jajniku ma torbiel o wielkości 5 cm. Markery były podwyższone. Prawdopodobieństwo, że ma raka jajnika, oszacowano na 20 proc. – Trafiłam na konsultację do Szpitala Bródnowskiego. Lekarz orzekł, że zanim wytnie zmianę na jajniku, musi sprawdzić, czy nie mam niczego niepokojącego w macicy – wyjaśnia Anna. Miała polip, ale w badaniu histopatologicznym nie stwierdzono obecności komórek atypowych (nowotworowych). Natomiast napisano, że błonę śluzową macicy charakteryzuje nadmierny wzrost gruczołów, tzw. złożony rozrost endometrium.

Na drugi etap zaplanowanego leczenia – wycięcie torbieli na jajniku – Anna nie zgłosiła się już do Szpitala Bródnowskiego. Cztery miesiące później poszła do szpitala w Sochaczewie. Okazało się, że markery raka jajnika były już w normie. Ginekolog ostrzegł, że wycięcie torbieli nie będzie proste, bo Anna ma w brzuchu wiele zrostów. To „blizny” wewnątrz ciała, które w nieprawidłowy sposób łączą ze sobą narządy. Powstają po operacjach. – Jako trzylatką przeszłam zapalenie wyrostka robaczkowego. Pękl i zawartość jelita wraz z ropą wylała się do otrzewnej. Przeszłam kilka operacji ratujących życie. Lekarz z Sochaczewa podkreślał, że usuwanie zrostów podczas laparoskopii zwiększa ryzyko powikłań – referuje Anna przebieg roz-

mowy. I dodaje, że właśnie wtedy polecono jej szpital na Madalińskiego, gdzie podobno takie zabiegi robią najlepiej.

BO LEKARZ WIE LEPIEJ

W połowie kwietnia 2024 r. w przyszpitalnej poradni na Madalińskiego Annę przyjął ordynator Oddziału Ginekologii Onkologicznej dr n. med. Andrzej Czubalski. Okazało się, że torbiel nie urosła. Lekarz założył jednak Annie Kartę DİLO – dokument uruchamiający szybką ścieżkę onkologiczną – i skierował na laparoskopowe wycięcie zmiany na jajniku.

Anna na izbie przyjęć stawiała się 7 maja 2024 r. Ginekolożka, która przeprowadzała z nią wstępny wywiad, analizowała badania i robiła USG, zmieniła decyzję przełożonego i rozszerzyła planowany zakres operacji. Orzekła, że Annie oprócz lewego jajnika i jajowodu należy także usunąć macicę, bo tę charakteryzuje złożony rozrost endometrium.

Taką diagnozę postawiono już w Szpitalu Bródnowskim, ale tam nikt nie mówił o usuwaniu narządu. – W szpitalu na Madalińskiego nie przejmowano się moimi zrostami. Ginekolożka podkreślała natomiast, że stan mojej macicy od czasu histeroskopii na Bródnie prawdopodobnie się pogorszył. Usłyszałam, że jeśli nie zgodzę się teraz, i tak wrócę za rok czy dwa – opowiada Anna. – Perspektywa braku miesiączek, które trwały u mnie nawet dwa tygodnie, była kusząca. Tylko te zrosty mnie niepokoiły.

Lekarka poinformowała ją o możliwych powikłaniach po laparoskopii, w tym uszkodzeniu jelit, i dała do podpisu Kartę Świadomej Zgody. Było w niej napisane, że Anna „bez zastrzeżeń, w pełni świadomie, poinformowana o stanie swojego zdrowia” zgadza się na zabieg „wycięcia macicy, wyluszczenia zmian z przydatków [jajnik i jajowód – red.] lub ich wycięcia w całości”, a „w przypadku zmiany łagodnej pacjentka prosi o wycięcie macicy”.

To ostatnie zdanie wydawało jej się bez sensu, ale nie zaprotestowała. Podpisała. – Myślałam: moje problemy wreszcie się skończą, a lekarz wie lepiej – mówi Anna. I podkreśla: – Nie pro-



siłam o ten zapis. W Polsce kastracja na życzenie jest przecież nielegalna. Takie rozwiązanie rekomendowała lekarka.

Po macicy Anna nie płacze. Ale nie może pogodzić się z tym, jak po zabiegu bagatelizowano zgłaszane przez nią dolegliwości: – Potraktowali mnie jak histeryczkę i wypuścili do domu z tykającą bombą w brzuchu. Po wszystkim usłyszałam: to cud, że w ogóle pani przeżyła.

„SKRĘCAŁO MNIE Z BÓLU”

Badając historię Anny, poprosiłam o opinię konsultanta krajowego ds. ginekologii onkologicznej, prof. Mariusza Bidzińskiego z Narodowego Instytutu Onkologii w Warszawie. Zapytałam, czy złożony rozrost błony śluzowej macicy i historia nowotworu w rodzinie (jak było w przypadku Anny) kwalifikuje pacjentkę do zabiegu usunięcia tego narządu, jeśli podczas histeroskopii nie stwierdzono niczego złośliwego. Odpowiedział: „Do wycięcia macicy kwalifikuje się przede wszystkim rozrost złożony z atypią. Ten bez atypii w pierwszym etapie jest głównie leczony zachowawczo, tj. farmakologicznie. Obciążony wywiad rodzinny jest czynnikiem obciążającym, ale nie jest bezpośrednim wskazaniem do usunięcia macicy. Chyba że badania genetyczne potwierdziły występowanie mutacji białek naprawy niesparowanych nukleotydów, wówczas można podjąć decyzję o leczeniu chirurgicznym. Nie wykonuje się jednak operacji usunięcia macicy na życzenie”.

Ginekolożka z Madalińskiego napisała w dokumentacji, że Anna nigdy nie była leczona farmakologicznie z powodu złożonego rozrostu endometrium. Nie stwierdzono też u niej atypii komórek.

Myślałam: moje problemy wreszcie się skończą, a lekarz wie lepiej

ANNA

Zabieg przeprowadzała jeszcze inna lekarka. Z opisu umieszczonego w dokumentacji wynika, że po wprowadzeniu laparoskopu „stwierdzono liczne lite zrosty pętli jelit, żołądka, dwunastnicy, sieci większej z otrzewną ścienną”. Były one częściowo likwidowane. Następnie pobrano z torbieli lewego jajnika wycinek do szybkiego badania śródoperacyjnego. Patomorfolog ocenił zmianę jako łagodną. Ginekolożka usunęła lewy jajnik i oba jajowody, na końcu pozbyła się macicy. W rozpoznaniu napisała: rozrost błony śluzowej macicy z atypią. Guz przydatków lewych. Jak jednak wynika z dokumentacji, lekarka nie mogła tego wiedzieć. Nie zleciła w trakcie zabiegu badania, które mogłoby potwierdzić, że w macicy znajdują się komórki atypowe. W późniejszym badaniu histopatologicznym atypii również nie stwierdzono.

Wieczorem, w pierwszej dobie po zabiegu pielęgniarki zapisały w Karcie Indywidualnej Pielęgnacji: „dolegliwości bólowe nasilone leczone zgodnie z zaleceniami lekarza”. To samo wpisały dzień później, 9 maja 2024 r. Ale już w dzień wypisu nie wspomniały o natężeniu bólu. Z kolei ginekolożka stwierdziła, że Anny brzuch jest miękki i bezbolesny. Posłała ją do domu z adnotacją, żeby zgłosiła się do szpitala, gdy wystąpią u niej niepokojące objawy. – Miałam je od początku! Na sali leżała ze mną kobieta, która też miała laparoskopię, ona po kilku kilkunastu godzinach normalnie chodziła. Ja ledwo wstawałam z łóżka, bo skręcało mnie z bólu. W nocy jęczałam tak głośno, że sąsiadka poszła po pielęgniarki. Ale personel ciągle mi wmawiał, że to tylko ból podoboczykowy po znieczuleniu, że przejdzie za kilka dni. Zaczęłam sobie powtarzać: przesadzasz, pora iść do domu – wspomina Anna, a jej partner, który od początku przysłuchuje się naszej rozmowie, wtrąca: – Różnica między stanem Ani a samopoczuciem jej towarzyszącej z sali była kolosalna. Ta kobieta sama się spakowała, wzięła torbę i wyszła. Anię musiałam ubrać i podtrzymywać, by w ogóle wstała, nie mówiąc o samodzielnym chodzeniu.

Z dokumentacji medycznej wynika, że Annę puszczono do domu bez zweryfikowania, co może być przyczyną bólu. Zapytałam prof. Mariusza Bidzińskiego, czy takie postępowanie



nie jest standardem. Odpowiedział: „Rutynowo, jeśli nie ma żadnych przeciwwskazań do wypisu, chore po zabiegu laparoskopowego wycięcia macicy są wypisywane do domu w pierwszej dobie. Jednak wszelkie skargi pacjentki należy starannie przeanalizować i wyjaśnić ich przyczynę”.

ROZWIJAŁA SIĘ SEPSA, LEKARZE CZEKALI

Anna do domu wróciła 10 maja 2024 r. Leżała i czekała, aż „ból po znieczuleniu” minie, jak obiecali lekarze. Po sześciu dniach dostała biegunki. Ból był nie do zniesienia. Po południu upadła obok łóżka i już nie wstała. Syn wezwał karetkę. – Zawieźli mnie do najbliższego szpitala. Z badań krwi wynikało, że tracę hemoglobinę, a w moczu mam dużo bakterii. Lekarz podejrzewał krwawienie do otrzewnej i uszkodzenie układu moczowego. W nocy przewieziono mnie karetką na Madalińskiego – referuje Anna.

17 maja przyjęto ją na oddział Ginekologii Onkologicznej. Lekarka napisała: „stan ogólny pacjentki średni, osłabiona, cierpiąca, ma trudności z poruszaniem się”. Zleciła badanie poziomu białka CRP, które świadczy o stanie zapalnym w organizmie. U Anny miało wartość 99 mg/l, a poziom normy to maksymalnie 5 mg/l. Taki wynik już wtedy mógł wskazywać, że rozwija się sepsa. Mimo to kilka godzin później inna lekarka napisała w dokumentacji, że stan ogólny pacjentki jest dobry, a tomografię komputerową zaplanowano dopiero na godz. 14 w placówce poza szpitalem. – Nie wiem, czemu w tak strasznym stanie wpakowali mnie do karetki, skoro w szpitalu jest tomograf – żali się Anna.

Na Madalińskiego wróciła po trzech godzinach. Wieczorem, niecałą dobę po pierwszym oznaczeniu CRP, okazało się, że poziom białka we krwi Anny dramatycznie wzrósł, osiągając poziom 273 mg/l. Tak ekstremalnie wysoki wynik mógł świadczyć nie tylko o sepsie, ale i skrajnie niebezpiecznym dla życia wstrząsie septycznym. Wdrożono antybiotyk, ale wciąż czekano na wynik tomografii komputerowej. Był gotowy dopiero w sobotę po godz. 14. CRP we krwi Anny wynosiło wtedy 330 mg/l. Na blok operacyjny zawieziono ją o godz. 17.30. Operował

dr Andrzej Czubalski. Z dokumentacji wynika, że w otrzewnej znalazł treść z jelita cienkiego. Zlokalizował też dwie niewielkie dziury, tzw. perforacje. W sumie usunął około 25 cm jelita cienkiego i zlikwidował pozostałe w otrzewnej zrosty. Zabieg trwał 2,5 godziny, Anna przez kolejne półtorej doby była niewydolna krążeniowo. W kolejnych dniach zgłaszała duszności, miała problemy z oddychaniem i litr płynu w opłucnej, który dwukrotnie odsysano.

W międzyczasie z pobranej od Anny krwi wyhodowano bakterię, która wywołała u niej sepsę. Okazał się nią gronkowiec zwykle bytujący na ludzkiej skórze (Staphylococcus hominis). Ten akurat szczep charakteryzowała wysoka lekooporność, co – jak powiedział mi chirurg z innej placówki – może wskazywać na jego szpitalne pochodzenie. – Za drugim razem w szpitalu spędziłam 17 dni. Lekarze jak mantrę powtarzali mi, że powikłanie powstało podczas usuwania zrostów. Przez przypadek uszkodzili jelito i doszło do zakażenia całego organizmu. Mówili, że wiedziałam o takich konsekwencjach zabiegu i wyraziłam na niego zgodę – relacjonuje Anna. Nie rozumie, dlaczego w takim razie lekarze oprócz torbieli usunęli jeszcze macicę, czym zwiększyli zakres i tak niebezpiecznego zabiegu.

Prof. Bidziński wyjaśnia, że zrosty w jamie brzusznej nie są przeciwwskazaniem do przeprowadzania laparoskopii, ale „niekiedy mogą znacznie utrudnić przebieg zabiegu i wydłużyć czas trwania procedury”. Zaznaczył, że uszkodzenie jelit jest rzadkim powikłaniem i zdarza się średnio raz na tysiąc laparotomii.

Z kolei chirurg z innej placówki zasugerował, że do perforacji jelita u Anny wcale nie musiało dojść w efekcie mechanicznego uszkodzenia ich laparoskopem. Równie dobrze mogło być tak, że Annę w szpitalu zakażono gronkowcem. Ten wywołał zapalenie otrzewnej, w wyniku którego doszło do uszkodzenia. Tego jednak nie sposób dowieść bez śledztwa.

SZPITAL ODMAWIA ODPOWIEDZI

Annie najbardziej brakuje ruchu. Zanim trafiła na Madalińskiego, tańczyła i ćwiczyła na siłowni. Teraz to wykluczone. Musiała też porzucić dobrze płatną pracę w fabryce, została koordynatorką lecznicy dla zwierząt. Z tej zmiany akurat się cieszy.

Przez dwa lata nie chciała mówić o tym, co ją spotkało w szpitalu na Madalińskiego: – To się zmieniło, gdy poznałam historię pani Kaliny uduszonej podtlenkiem azotu, który przez pomyłkę podano jej tam zamiast tlenu. Ona zmarła, ja cudem przeżyłam. Teraz dręczy mnie myśl: czy jest nas więcej?

31 lipca poprosiłam dyrekcję szpitala Św. Rodziny, by odpowiedzieli na moje pytania. Zaznaczyłam, że proszę o udzielenie odpowiedzi na poziomie ogólnym, jeśli nie mogą odnieść się do konkretnych przypadków. Zapytałam m.in.:

Czy złożony rozrost endometrium bez atypii jest stanem kwalifikującym do wycięcia macicy?

Jeśli zmiana na jajniku jest łagodna, dlaczego i w jakich sytuacjach decydują się na wycięcie macicy?

Na jakiej podstawie lekarz stwierdza po operacji rozrost błony śluzowej z atypią, jeśli nie pobiera próbek do badania śródoperacyjnego?

Dlaczego podczas operacji Anny nie pobrano z macicy próbek do badania śródoperacyjnego, skoro brano pod uwagę jej wycięcie?

Dlaczego lekarz napisał w dokumentacji „w przypadku zmiany łagodnej Pacjentka prosi o wycięcie macicy”? Czy szpitalu możliwe jest usuwanie narządów na prośbę pacjentki? Jakie przypadki kwalifikują się do wycięcia macicy?

Dlaczego Anna czekała ponad dobę na tomografię? Dlaczego w stanie zagrożenia życia z perforacją jelit czekała na operację 1,5 doby?

Dlaczego pacjentkę z podejrzeniem perforacji jelit zawieziono na tomografię poza placówkę, skoro w szpitalu jest tomograf?

Szpital odmówił odpowiedzi, zasłaniając się tajemnicą medyczną i ochroną danych osobowych. ●

Skandal obyczajowy w Radomiu

Przyłapani na seksie w urzędzie



FOT. SHUTTERSTOCK

Dwoje pracowników Miejskiego Urzędu Pracy w Radomiu zostało przyłapanych w godzinach pracy w pomieszczeniu biurowym na intymnym akcie. Urząd rozstał się z nimi na zasadzie porozumienia stron. Dlaczego nie zwolnił dyscyplinarnie? „Przepisy nie oceniają moralności”.

Małgorzata Rusek

– Sprawa jest tak zenująca, że nawet nie wiem, jak to komentować – mówi Łukasz Molenda, dyrektor Miejskiego Urzędu Pracy w Radomiu. W ostatni piątek był na urlopie. Gdy dostał informację o zdarzeniu, do którego doszło na terenie urzędu, wrócił do Radomia. Jak mu przekazano, dwoje pracowników zamknęło się w jednym z pomieszczeń biurowych, aby uprawiać tam seks. Odgłosy intymnego aktu słyszeli pracownicy w biurze za ścianą i zawiadomili przełożonych. Przeszkadzały im tak bardzo, że nie dało się ich ignorować.

Reakcja przełożonych była szybka. Najpierw przerwano intymne spotkanie pary, a w poniedziałek rano wezwano oboje pracowników do dyrektora. Dyrektor o sprawie zawiadomił też przełożonych w Urzędzie Miejskim w Radomiu.

– Powiem tak: nikt ich nie złapał w momencie, w którym byłoby to stuprocentowo jednoznaczne. Natomiast poszlaki były na tyle poważne, że nie można było nie zareagować. Uznałem, że w tej sytuacji najlepszym wyjściem będzie rozwiązanie umów o pracę za porozumieniem stron. Państwo się zgodziło, tym samym nie są już naszymi pracownikami – mówi Łukasz Molenda.

Wypowiedzenie za porozumieniem stron oznacza, że odchodzący pracownicy nie dostaną też odprawy. Oboje zatrudnieni byli w MUP od wielu miesięcy. Żadna z tych osób nie pracowała wcześniej w Powiatowym Urzędzie Pracy, skąd po rozdzieleniu urzędów i powołaniu do życia Miejskiego Urzędu Pracy przeszła duża grupa pracowników.

Ustawa o pracownikach samorządowych stanowi, że do obowiązków pracownika samorządowego należy w szczególności zachowanie się z godnością w miejscu pracy i poza nim. Dlaczego dyrektor MUP nie zdecydował się na zwolnienie ich dyscyplinarnie?

– Jak wynika z orzecznictwa, moralność nie podlega ocenie, nie może być przyczyną zwolnienia w trybie art. 52 kodeksu pracy. Można by tu rozważać, czy państwo naruszyło obowiązki pracownicze w ten sposób, że opuścili stanowiska pracy i jej nie wykonywał. Ale aby taka przesłanka do zwolnienia zaistniała, musiałyby być spełnione określone warunki i musielibyśmy wtedy wchodzić w temat, co robili, gdy nie pracowali. Doszedłem do wniosku, że zachowamy powagę urzędu, gdy rozwiążemy z nimi umowy za porozumieniem stron – wyjaśnia dyrektor MUP.

Wątpliwości co do tego, czy zdarzenie w MUP może być podstawą dyscyplinarnego zwolnienia, ma też radca prawny Kazimierz Wlazło. – Nie znam okoliczności tej sprawy, ale w mojej ocenie przepisy są tak skonstruowane, że nie dają wprost podstawy do rozwiązania w takim przypadku umowy o pracę w trybie artykułu 52 kodeksu pracy. Sądzę, że dyscyplinarne zwolnienie tutaj nie obroniłoby się w sądzie. Chyba że państwo oprócz wspomnianego czynu zaniedbałoby w sposób rażący dochowanie podstawowych obowiązków pracowniczych, takich jak renoma pracodawcy, jakaś sytuacja przymuszania do takiego zachowania, itp. Ale wtedy to naruszenie, a nie ich relacja w pracy byłaby podstawą do zwolnienia. Można się oburzać na takie zachowanie w pracy, ale cóż, przepisy są tu jednoznaczne – mówi prawnik.

Konsekwencji zdarzenia w urzędzie obawiają się pracownicy MUP. Jak mówią, choć przełożeni zareagowali szybko i rozstali się z uczestnikami zajścia, to boją się, że negatywny odbiór sprawy dotknie ich bezpośrednio.

– Spodziewam się złośliwych komentarzy ze strony petentów. Dostaniemy rykoszetem, choć nie jesteśmy tu winni – mówią. ●

► **Szpital Świętej Rodziny przy ul. Madalińskiego**

FOT. ROBERT KOWA-
LEWSKI / AGENCJA
WYBORCZA.PL

Miłosz Piotrowski

Ląki to niewielka wieś pod Radzyminem. Do niedawna mieszkało tam kilkaset osób. Szutrowe drogi, domy otoczone polami, bliskość lasu, cisza i spokój. Choć do Warszawy jest stamtąd 40 km, a o sprawnej komunikacji publicznej nie ma mowy, to w sielski krajobraz zaczęły już powoli wkradać się deweloperskie bliźniaki. Kilkanaście rodzin z Łąk zaznacza, że termin „wkradać się” jest tutaj nieprzypadkowy. Od lat bowiem toczą walkę z urzędnikami i dowodzą, że plan miejscowy na podobną zabudowę nie pozwala. – Nie chcemy tu betonozy, chcemy ocalić ten wiejski charakter – mówi Renata Sak-Szewczyk, sołtyska wsi.

Parkujemy pod jednorodinnym domem sołtyski. W najbliższym sąsiedztwie znajduje się jeszcze kilkanaście podobnych budynków. Ale z jej ogrodu widać już białe osiedle. Wzdłuż szutrowej ulicy ciągną się bliźniaki. Renata pokazuje w tamtym kierunku palcem. – Mamy tu plan miejscowy pozwalający na domy jednorodzinne dwulokalne. Deweloperzy występują o pozwolenie na takie budynki, ale wiedzą, że zostaną one sprzedane jako bliźniaki – mówi. – Zanim zorientowaliśmy się, co się tutaj dzieje, wyrosła nam już cała ulica takich budynków. To zresztą problem w całej Polsce.

Mieszkańcy Łąk nie poprzestali na wskazywaniu budynków palcem. 20 rodzin złożyło się na prawnika i walczy przed wszystkimi możliwymi organami. Ich zdaniem inwestycje w ich wsi tylko na papierze projektowane są jako domy jednorodzinne dwulokalne, podczas gdy w rzeczywistości od początku mają być bliźniakami.

To różnica. W rozumieniu intencji ustawodawcy dom jednorodzinny dwulokalny ma służyć zaspokajaniu potrzeb mieszkaniowych jednej rodziny wielopokoleniowej lub dwóch gospodarstw domowych, które funkcjonują w ramach jednego domu. Chodzi więc np. o sytuację, gdy rodzice wydzielają część budynku dla dzieci. Bliźniak ma inną konstrukcję. Składa się z dwóch odrębnych części budynku, a każdy jest osobnym domem jednorodinnym. Zazwyczaj ma osobne wejście na teren, osobne drzwi, osobny ogródek, a jedynie wspólną jedną ścianę. Bliźniaki to konstrukcyjnie osobne byty, dom jednorodzinny dwulokalny to jeden budynek.

SZYKUJĄ NAM ARMAGEDON

Mieszkańcy Łąk na sprawę zwrócili uwagę po raz pierwszy w 2019 r. Choć plan miejscowy już wówczas zakładał tam zabudowę jednorodzinną, to we wsi wyrósł spory bliźniak. Mariusz Szewczyk i Renata Sak-Szewczyk mieszkali już wtedy w Łąkach od około dziesięciu lat. – Były tutaj tylko domki jednorodzinne i piaszczysta droga. Las, pola i właśnie łąki. Przenieśliśmy się tutaj, bo chcieliśmy uciec z miasta, mieć spokój. Zналиśmy plan, wiedzieliśmy, że okolica się zabuduje, ale byliśmy pewni, że to będą domy jednorodzinne, takie jak nasz – mówi Renata.

– Chodzi o nasze bezpieczeństwo, estetykę i przede wszystkim o poszanowanie prawa i lokalnej społeczności – dodaje Mariusz. – Bliźniaki to dwa razy więcej aut, dwa razy większa kolejka do wywozu szamba całkowita zmiana naszej wsi w przedmieście Warszawy.

– Nasza najbliższa okolica to 26 hektarów i 20 rodzin mieszkających tu od lat. Wszyscy myśleliśmy, że będzie nam dane mieszkać na terenie wiejskim. Ja po to właśnie wyprowadziłam się z Warszawy. Tymczasem jeśli wszystko tu zostanie zabudowane bliźniakami, to będzie armagedon.



Warszawa się rozjeżdża

Wkradają nam się tu bliźniaki

Mieszkańcy miejscowości Łąki chcą ochronić jej wiejski charakter. Wynajęli prawników i stanęli naprzeciw deweloperom.

Mam poczucie, że nikt nie liczy się tu ze stałymi mieszkańcami – mówi Lucyna Strupiechowska.

W 2022 r. gmina Radzymin po naciskach mieszkańców Łąk przyjęła nowy plan miejscowy. – Ale to okazało się rozczarowaniem. Dokument jedynie zmniejszył wymaganą powierzchnię biologicznie czynną i zwiększył wskaźnik intensywności. Wtedy dopiero ruszyła tu zabudowa bliźniacza – mówi Renata. Tłumaczy, że wówczas mieszkańcy nie rozumieli jeszcze do końca zapisów planu i ludzili się, że rozwiąże on problem. Stało się wręcz odwrotnie. Starostwo Wołomin wydało pozwolenia na kilka pseudobliźniaków przy ulicy Fiołkowej. W 2024 r. sołtyska złożyła do urzędu podpisany przez 40 osób apel o wstrzymanie takich decyzji.

Przy każdej kolejnej takiej inwestycji mieszkańcy kierowali pisma do urzędów za pośrednictwem swojej kancelarii. Złożyli nawet zawiadomienie do prokuratury na urzędniczkę, która wydała pozwolenie na budowę takiego bliźniaka. – Prawnicy wskazują na orzecznictwo sądów administracyjnych, zgodnie z którym nie decyduje wyłącznie to, co zostało zapisane w projekcie budowlanym, ale faktyczna funkcjonalność obiektu i jego rzeczywiste przeznaczenie. Jeżeli mamy do czynienia z lustrzanym odbiciem dwóch części budynku, osobnymi przyłączami wody, licznikami energii, szambami oraz oddzielnymi wjazdami, to mamy do czynienia z zabudową bliźniaczą – mówi Paweł Zygiel, jeden z mieszkańców Łąk.

Jak tłumaczy, prawnicy powołują się na stanowiska izb architektów oraz sądów. – Naszym zdaniem mamy tutaj do czynienia z próbą wykorzystania przepisu

o budowie domu jednorodzinnego dwulokowego do realizacji bliźniaka, mimo że tego typu zabudowy zakazuje plan zagospodarowania – mówi.

JUŻ NIE WIDZĘ LASU

W przypadku jednej z inwestycji starostwo faktycznie wydało decyzję odmowną dla pozwolenia na budowę. Sprawa trafiła jednak do wyższej instancji, czyli do wojewody mazowieckiego. – Jest w trakcie rozpatrywania. Przewidywany termin zakończenia postępowania to połowa sierpnia 2026 r. – informuje urząd.

Przechadzam się szutrowymi ulicami, przy których stoją sporne budynki. Nie wyglądają na domy jednorodzinne, a na typowe bliźniaki. Jako takie są też sprzedawane klientom. Przed każdym stoi samochód. Budynki są ustawione blisko siebie, niewiele zostaje na działkach miejsca na zieleni. – Niestety, urzędnicy koncentrują się jedynie na rysunkach technicznych i często nie zwracają uwagi na to, jakie będzie realne przeznaczenie obiektu. Deweloperzy to wykorzystują – mówi Renata.

Mieszkańcy wskazują na jeden z budynków. Opowiadają, że początkowo miał tu powstać dom jednorodzinny, ale gdy inwestor zobaczył, że po drugiej stronie ulicy

• **Mieszkańcy Łąk, którzy walczą o zachowanie jej wiejskiego charakteru. Od lewej: Lucyna, Mariusz i Renata**

FOT. KUBA ATYS /
AGENCJA WYBORCZA.PL

powstają bliźniaki, zburzył fundamenty i zaczął od nowa, by zmaksymalizować zyski. – Nie mamy nic przeciwko bliźniakom. Są potrzebne, ludzie chcą w nich mieszkać, ale niech powstają tam, gdzie przewiduje je plan miejscowy. Po coś te dokumenty są uchwalane – podkreśla Mariusz.

– Jak kupowałam tu ziemię, to słyszałam w gminie, że będzie tu zabudowa willowa. Miałam widok na las, a teraz mam na te bliźniaki, jeden przy drugim – opowiada Lucyna.

– Zależy nam na tym, by plany miejscowe były respektowane, bo kupując nieruchomości, tym się kierujemy i chcielibyśmy mieć gwarancję, że inwestorzy będą to szanowali. Urzędnicy powinni słuchać opinii mieszkańców, a nie deweloperów i właścicieli gruntów. Jedni tu mieszkają, inni chcą maksymalizować zyski – dodaje Renata.

WIERZYM, ŻE MOŻNA COŚ ZMIEŃĆ

Grupa z Łąk nie poprzestaje na pismach do urzędów, do prokuratury czy negocjacjach z deweloperami. We wrześniu 2025 r. udało im się przekonać gminnych radnych, by przystąpili do uchwalenia nowego planu miejscowego. Ma to być niewielka łafka dla ich okolicy. Radni podjęli uchwałę, ale do wdrożenia zmian jeszcze daleka droga. – Chodzi o skrawek terenu, jakieś 26 hektarów, ale w gminie słyszymy, że może to potrwać do 2027 roku – mówi Mariusz.

Potwierdza to gmina Radzymin. „Jest to spokojne osiedle w otoczeniu lasu, którego walory przestrzenne i przyrodnicze wymagają szczególnej ochrony. W tym kontekście jednym z istotnych kierunków jest m.in. uniknięcie praktyk polegających na realizacji budynków dwulokalnych zamiast zabudowy wolnostojącej, co prowadzi do nadmiernej intensyfikacji zabudowy i stoi w sprzeczności z dotychczasową koncepcją planistyczną” – czytamy w uzasadnieniu uchwały rady gminy. „Rosnące ceny gruntów, nieadekwatne do możliwości finansowych części społeczeństwa, prowadzą do prób maksymalizacji zysków przez deweloperów poprzez wykorzystywanie niejednoznacznych zapisów planu lub obejściowe dostosowywanie projektów. Takie działania mogą być formalnie zgodne z prawem, jednak stoją w sprzeczności z intencją planu, interesem publicznym oraz zasadami zrównoważonego rozwoju.”.

Mieszkańcy naciskają na radnych, by w nowym planie zmniejszona została intensywność zabudowy, a wymagana powierzchnia biologicznie czynna – zwiększona. Obecnie pseudobliźniaki mogą powstawać na działkach o powierzchni minimum 1000 metrów kw. W praktyce jest to więc dość ciasna zabudowa. – To jest zjawisko występujące w całej Polsce. Chcemy zwrócić uwagę rządzących, że psuje przestrzeń publiczną – mówi Renata.

– Zabudowa się zagęszcza, to samo widać w innych podwarszawskich gminach, gdzie już są problemy z wodą i z infrastrukturą. W Radzyminie też się to już zaczyna – dodaje Mariusz.

Dopóki jednak prawo się nie zmieni, sprawa domów jednorodzinnych dwulokalnych będzie zależała od interpretacji przepisów. Mieszkańcy powołują się na wyroki Naczelnego Sądu Administracyjnego, który wskazał, że nawet jeśli budynki mają wspólną ścianę, nie oznacza to, że nie są odrębne konstrukcyjnie.

Mieszkańcy Łąk przyznają, że zadanie jest trudne, bo urzędnicy wolą stosować znaną im interpretację. – Ale wierzymy, że można coś zmienić. W sprawie kredytów frankowych ludzie też w nie wierzyli, że się uda. Ale zapadł jeden wyrok, drugi, trzeci i poszła fala. Może od nas musi się zacząć, by ustawodawca otworzył oczy – stwierdza Renata. ●

Nowe centrum Warszawy

Złota cała zielona

To nie koniec zmian w „Nowym centrum Warszawy” – powtarzał prezydent miasta Rafał Trzaskowski na otwarciu tonącej w zieleni ul. Złotej. W kolejce czekają m.in. Krucza, przebudowa następnego odcinka Marszałkowskiej, Al. „Solidarności” i Praga. Co się tam zmieni i kiedy?

Jarosław Osowski

Ulica Złota oddana kilka dni temu po przebudowie między Marszałkowską a ul. Zgoda ma niewiele ponad 150 metrów, ale zmiany są tu najbardziej spektakularne w całym „Nowym centrum Warszawy”. To hasło prezydent Trzaskowski rzucił w 2019 r. Od tego czasu krok po kroku trwają przebudowy ulic i placów. Przybywa przejść dla pieszych, odcinków rowerowych i setek drzew.

Jednak to właśnie na Złotej metamorfoza wydaje się największa. Jeszcze dwa lata temu dominowały tu parkujące samochody, a na środku był wjazd do tunelu pod Marszałkowską z czasów PRL. Po jego zasypaniu powstały zbiorniki retencyjne, które pomieszczą nawet 3 mln litrów deszczówki. Będzie ją można wykorzystywać do podlewania nowych drzew. Przechodnie przysiadają w ich cieniu na utworzonych w całym kwartale skwerach. Obok stoją plansze ze zdjęciami, które przypominają, jak tu było wcześniej. „Kiedyś między samochodami, dziś między ludźmi” – czytamy.

Pośrodku Złotej działają też nowe fontanny – w Warszawie to wciąż rarytas. Woda wiruje i chłodzi, a wieczorem jest podświetlana. Dla dzieciarni to jedno wielkie pluskowisko. Kiedy pompy przerywają pracę, w tafli płytkiej sadzawki aż po iglicę odbija się Pałac Kultury i Nauki. W ruch idą aparaty w telefonach komórkowych – Warszawa ma kolejny pocztówkowy widok.

ZŁOTA I INNE ZMIANY

– Nowa Złota to nie tylko więcej drzew i zieleni, ale także rozwiązania, które pomagają nam lepiej przygotować miasto na skutki zmian klimatu. Mieszkańcy zyskali przestrzeń, w której można odpocząć i schronić się przed letnimi upałami – zachwalał prezydent Trzaskowski podczas inauguracji tej części „Nowego centrum Warszawy”.

Ulica Złota jest jego zwornikiem. Tędy prowadzi najwygodniejsze dojście z oddanego w 2025 r. „placu centralnego” przed Pałacem Kultury do obsadzanego właśnie drzewami Placu Powstańców Warszawy, pod którym działa garaż dla ponad 400 samochodów czy przez przebudowaną w ostat-

nich miesiącach ul. Zgoda do „placu pięciu rogów”. To on przeszedł metamorfozę jako pierwszy – w 2022 r. Skrzyżowanie z Chmielną, która dziś tonie w cieniu podwójnego szpaleru platanów, Szpitalną i Bracką (pierwszym wooneferem w Śródmieściu) było dawniej samochodowym ściekiem.

Większość tych zmian realizuje od początku lat 20. Zarząd Dróg Miejskich. Jego dyrektor Łukasz Puchalski na otwarciu ul. Złotej ogłosił, że „to jeszcze nie koniec, a przed nami kolejne etapy”. Hasłowo podał je też prezydent Rafał Trzaskowski, podkreślając, że „Nowe Centrum Warszawy” przez oddaną w 2024 r. kładkę dla pieszych wkracza też na Pragę. Na przedłużeniu tej przeprawy teraz trwa przebudowa ul. Okrzei za 20 mln zł. Miasto pomija, niestety, zmiany na Targowej. Jako powód podaje spodziewane utrudnienia w ruchu podczas modernizacji linii średnicowej PKP z Dworcem Wschodnim. Potrwają od końca 2026 r. przez trzy lata.

W tym czasie powinna już trwać przebudowa kwartału ulic Jagiellońska-Floriańska z Pl. Weteranów Powstania 1863 r. przed katedrą praską. W 2025 r. rozstrzygnięto konkurs, która wygrała pracownia RS Architektura Krajobrazu. Jej koncepcja zakłada m.in. przerwanie ruchu tranzytowego na ul. Jagiellońskiej i stworzenie placu miejskiego między obecnymi skrzyżowaniami z ul. Okrzei i ks. Kłopotowskiego. Według Łukasza Puchalskiego prace w praskim kwartale zaczną się w 2027 r.

CO TU NIE PASUJE

„Stoleczna” spytała go, co jeszcze ma na liście? Najpierw firma Skanska musi dokończyć kontrakt w kwartale Złota-Zgoda za ponad 50 mln zł. Obejmuje on teren o powierzchni trzech hektarów. Do listopada tego roku powinny być gotowe kolejne odcinki: Zgody przed Domem pod Orlami, ul. Sienkiewicza i Plac Emila Młynarskiego koło Filharmonii Narodowej, a także krótki fragment ul. Jasnej. Będzie tam rosło kilkadziesiąt kolejnych drzew, powstaną deptaki z następnymi fontannami i rozpylaczem mgły wodnej.

W ostatnich tygodniach piszemy też jednak o kontrastach między poszczególnymi ulicami. Im więcej zmian w „Nowym centrum Warszawy”, tym bardziej w oczy rzuca się



• **Ulica Złota po przebudowie** FOT. DAWID ŻUCHOWICZ / AGENCJA WYBORCZA.PL

betonoza i nieład parkingowy tuż obok. Np. na ul. Moniuszki po drugiej stronie Filharmonii Narodowej czy na ul. Widok, równoległej do Chmielnej. Czytelnicy zgłaszali nam też zaniedbane od lat ulice Senatorską czy Obozną.

Sytuację komplikuje niejasny podział kompetencji między ZDM a śródmiejskim Zarządem Terenów Publicznych. W dodatku burmistrz dzielnicy Aleksander Ferens stoi na stanowisku, że mieszkańcy mają dość objazdów, zmian i remontów, które wiążą się z likwidacją nieprzepisowych miejsc parkingowych. Za ich rezerwuar uważa np. ul. Górskiego na przedłużeniu ul. Złotej i Brokla w kierunku Nowego Świata.

Do zmian na Złotej czy Chmielnej nie przystaje też Pasaż Wiecha na tyłach Domów Towarowych Centrum. Ich właściciel zabetonował to miejsce na początku XXI w., usuwając murki z zielenią, które w latach 90. zaczęły okupować menele. W 2024 r. pisaliśmy o rozmowach ze stroną miejską, by włączyć Pasaż Wiecha do „Nowego centrum Warszawy”. Pytano o to kilka dni temu prezydent Trzaskowski powiedział tylko, że te rozmowy nadal trwają.

Burmistrz Śródmieścia sygnalizuje, że na wzór „Nowego centrum Warszawy” miejskie biuro architektury przygotowuje program zmian w kilku ważnych miejscach dzielnicy. Jak pisaaliśmy, obejmą Rynek Nowego Miasta z przylegającymi ulicami. Na początku 2027 r. powinna być gotowa dokumentacja prac. Metamorfozę przejdzie też zaniedbany Mariensztat vis-a-vis Zamku Królewskiego.

Warszawa ma kolejny pocztówkowy widok

ULICE DO ZMIAN

Stąd blisko do ul. Karowej, która łączy Trakt Królewski z mostem dla pieszych. Pod koniec 2025 r. miasto wyłoniło w konkursie efektowną koncepcję przebudowy tego odcinka. Obok zabytkowego Wiaduktu Markiewicza powstaną schody i winda. – Przygotowujemy remont, który chcemy zacząć w 2027 r. – informuje dyrektor ZDM. I zwraca uwagę na trwające właśnie spektakularne zmiany w Al. Jana Pawła II. Między Al. „Solidarności” a Rondem ONZ powstaje druga droga rowerowa (po stronie Hali Mirowskiej) z parkami kieszonkowymi – finał jeszcze w tym roku. Toczy się też przebudowa ul. Grzybowskiej od Al. Jana Pawła II do ul. Przykoppowej na Woli, gdzie oprócz wytyczenia osobnego miejsca dla cyklistów zostaną posadzone setki drzew. Wcześniej drogowcy zbudowali dwa ważne szlaki rowerowe: na ul. Andersa od Nowolipek do Dworca Gdańskiego, na ul. Leszno i w Al. „Solidarności” od Okopowej do Al. Jana Pawła II. – Przed przedłużeniem drogi rowerowej w Al. „Solidarności” od Al. Jana Pawła do ul. Andersa i Placu Bankowego w tym roku zamówimy koncepcję, która pokaże nam m.in., jak pomieścić na tym odcinku miejsca parkingowe. Przymierzamy się też do odtworzenia przejścia dla pieszych przez Al. „Solidarności” na wysokości ul. Orlej – mówi nam Łukasz Puchalski.

Inna ważna zebra powstanie w Al. Jerozolimskich i łączy dwa odcinki ul. Brackiej. Już trwa jej projektowanie, początek prac według dyrektora ZDM w 2027 r. To na razie wszystkie zmiany w Alejach. Pozostałe (m.in. likwidacja rond, zwężenie jezdni, nowa zieleni) wstrzymuje przesuwana wciąż inwestycja kolejowa w tune-

lu pod spodem. Aktualny termin to dopiero lata 2031-35.

Na 2028 r. szef miejskich drogowców zapowiada zmiany na Osi Saskiej, gdzie w poprzek ul. Marszałkowskiej planowane jest przejście dla pieszych. Połączy Plac Piłsudskiego i Ogród Saski z Placem Żelaznej Bramy, który też ma zostać całkowicie odmieniony zgodnie z wynikami niedawnych warsztatów charrette.

Co z pozostałymi odcinkami Marszałkowskiej? Zmiany w „Nowym centrum Warszawy”, w tym szpalery drzew wzdłuż torów tramwajowych, dotarły tylko do ul. Złotej. Fragment do ul. Widok czeka na likwidację ronda u zbiegu z Al. Jerozolimskimi, a kolejny do Placu Konstytucji na zakończenie przebudowy równoległej ul. Kruczej. ZDM wybiera już jej wykonawcę – największe szanse w przetargu na firmę Skanska (51 mln zł), która zajmuje się kwartałem Złota-Zgoda. Dyrektor Puchalski zapowiada początek prac na Kruczej jeszcze w 2026 r. W 2028 r. Krucza będzie mieć dwie jezdnie podzielone zadrzewionym deptakiem.

Osobą porcję zmian w „Nowym centrum Warszawy” szykuje Stołeczny Zarząd Rozbudowy Miasta, który wybiera właśnie projektantów ulic łączących Marszałkowską z ul. Emilii Plater po obu stronach Pałacu Kultury.

Bliżej Al. Jerozolimskich i Dworca Śródmieście w 2027 r. powstanie tzw. aorta Warszawy, czyli trzy pasaże, których patronkami są poetki: Wisława Szymborska, Kazimiera Iłakowiczówna i Zuzanna Ginczanka. Urzędnicy zapowiadają: „Już nikt nie straci tu kółek od walizki. Przebudujemy nawierzchnię i nadamy temu miejscu bardziej reprezentacyjny, zielony charakter. To przecież jeden z pierwszych widoków dla osób przyjeżdżających do Warszawy”. ●

FOT. ADAM STEPIEN /
AGENCJA WYBORCZA.PL

Czego mnie nauczył miesiąc nocnych spacerów po mieście

Po pierwszej w nocy Warszawa po prostu zasypia

W Warszawie toczy się dziś debata o życiu nocnym, jakby miasto zmagало się z problemami Barcelony czy Amsterdamu. Jednak miasto, które tak szybko dogoniło Zachód za dnia, wieczorem żyje według zupełnie innych zasad.

Tomasz Kurianowicz

Jest godz. 1.12 w nocy. Poniedziałek. Wracam pieszo z Kulturalnej w Pałacu Kultury. Siedzieliśmy z kolegą do zamknięcia. Byliśmy ostatnimi gośćmi. Po trzydziestu minutach dochodzę na Rakowiecką na Starym Mokotowie. Po dwóch piwach czuję lekki głód. Nie mam jeszcze ochoty wracać do domu. Chciałbym usiąść gdzieś przy barze, zamówić jeszcze jedno piwo, zjeść coś ciepłego, porozmawiać z barmanem albo z kimś przy sąsiednim stoliku. Jak bohater amerykańskiego filmu, który wie, że noc jeszcze się nie skończyła.

Rozglądam się. Ulica Rakowiecka jest niemal pusta. Co jakiś czas przejeżdża samochód. Z daleka słychać pociąg. W oknach kamienic świecą się pojedyn-

cze światła. Wyciągam telefon. W Google Maps wpisuję „pub”, potem zaznaczam filtr „otwarte teraz”. Nic. Próbuję jeszcze raz. „Jedzenie”, „Przekąska”. Znow nic. Odświeżam mapę, jakbym liczył na to, że w ciągu kilku sekund wydarzy się cud i pojawi się jakieś otwarte miejsce. Nie pojawia się. Żabki są już zamknięte. Większość pubów również. Nawet kebab okazuje się tej nocy nierealnym marzeniem. Jeśli nie chcę kończyć wieczoru na stacji benzynowej, pozostaje wrócić do domu.

**BYŁEM PRZEKONANY,
ŻE WARSZAWA NIGDY
NIE ZASYPIA**

Nie dawało mi to spokoju, bo nie pasowała do mojego wyobrażenia o Warszawie.

Do stolicy przyjechaliśmy na miesiąc całą rodziną. Na co dzień mieszkamy w Berlinie. Moja żona jest Niemką, nasz trzyletni syn dorasta dwujęzycznie, a kiedy jego berlińskie przedszkole zamknęło się na wakacje, postanowiliśmy zamiast wyjazdu nad morze po prostu zamieszkać przez kilka tygodni w Warszawie. Nie jako turyści, ale jako mieszkańcy.

Przez lata przyjeżdżałem tu zawodowo – na wywiady, reportaże i konferencje. Znałem hotele, redakcje i dworce. Wiedziałem, gdzie umówić rozmówcę i jak najszybciej dostać się z jednego spotkania na drugie. Ale niewiele wiedziałem o codziennym rytmie miasta. Tym razem chciałem sprawdzić, jak wygląda Warszawa wtedy, kiedy nie goni się z jednego wywiadu na drugi. Nasze dni szybko nabrały stałego rytmu. Rano odprowadzałem syna do przedszkola. Potem szliśmy do piekarni, na plac zabaw albo do parku. Uczyłem się miasta z perspektywy rodzica. Poznawałem kioski, osiedlowe sklepy, najlepsze zjeżdźalnie i ławki, na których najłatwiej przeczekać lipcowy upał. Dopiero wieczorem wszystko się zmieniło.

Z żoną ustaliliśmy prostą zasadę. Kiedy około godz. 22.30 nasi synowie zasypiali, jedno z nas zostawało w domu, a drugie wychodziło do miasta. Dzięki temu po raz pierwszy mogłem poznawać Warszawę nie

jako reporter ani turysta, ale jako ktoś, kto po prostu ma ochotę jeszcze chwilę pobyc poza domem. Przez niemal cały miesiąc wychodziłem po zmroku, spotykałem się z przyjaciółmi, włóczyłem się po ulicach i przesiadywałem w barach. Nigdy wcześniej nie spacerowałem po Warszawie tak dużo i tak późno.

Czułem się trochę jak francuski flâneur. A może nawet jak Michel Foucault, który w latach pięćdziesiątych przemierzał Warszawę, próbując skonfrontować własne wyobrażenia o tym mieście z rzeczywistością. Ja robiłem właściwie to samo. Tyle że zamiast notesu miałem telefon i Google Maps. Tym większe było moje zaskoczenie, gdy około pierwszej w nocy musiałem wrócić do domu.

W Berlinie taki wieczór wyglądałby inaczej. Curry 36 przy Mehringdamm, kebab, Späti, bar otwarty do późna – wybór byłby oczywisty. W Warszawie nagle go zabrakło. I właśnie wtedy po raz pierwszy pomyślałem, że miasto, które od dawna uważałem za metropolię niezasypiającą, może wcale nią nie jest. Byłem przekonany, że Warszawa jest miastem, które nigdy nie zasypia. Nie dlatego, że ktoś mi to powiedział. Raczej dlatego, że sama zaczęła tak wyglądać.

WIECZOREM MIASTO ŻYJE WEDŁUG WŁASNYCH ZASAD

Szklane wieżowce. Międzynarodowe restauracje. Biegacze nad Wisłą. Angielski, ukraiński i hiszpański słyszane w tramwajach. Ludzie z laptopami w kawiarniach. Nowe biurowce wyrastające niemal z miesiąca na miesiąc. Warszawa przez ostatnie kilkanaście lat stała się symbolem polskiego sukcesu. Trudno było uwierzyć, że miasto, które tak szybko dogoniło Zachód za dnia, wieczorem żyje według zupełnie innych zasad.

Mój obraz o Warszawie wyłaniał się też z gazet. Czytałem o mieszkańcach Śródmieścia zmęczonych hałasem, ogródkami gastronomicznymi i nocnym życiem. O sporach wokół stref pieszych, o kolejnych ograniczeniach dla restauracji i o pytaniu, jak pogodzić prawo do snu z atrakcyjnością miasta. Debata brzmiała znajomo. Przypominała dyskusje, które od lat toczą się w Berlinie, Amsterdamie czy Barcelonie. Czytałem relacje mieszkańców narzekających na hałas przy Chmielnej czy nocne krzyki turystów w okolicach Złotej. Kiedy jednak sam zamieszkałem w Warszawie, uderzyło mnie coś innego. Większość tych miejsc zamykała się około północy lub pierwszej w nocy, a poza kilkoma ulicami w samym centrum miasto bardzo szybko cichło. Debata sprawiała wrażenie, jakby dotyczyła całej Warszawy. Tymczasem w moim doświadczeniu dotyczyła zaledwie niewielkiego fragmentu miasta.

Spodziewałem się miasta, które coraz bardziej przypomina zachodnie metropolie. Miasta pełnego ludzi jeszcze długo po północy. Miasta, które dopiero nad ranem zwalnia tempo. Tymczasem Google Maps i moje spacerowe opowiadania mi zupełnie inną historię. Nie od razu to zauważyłem. Na początku uznałem, że po prostu źle trafiłem. Innym razem pójść gdzie indziej. Następnego dnia wybiorę inną ulicę. W końcu stolica licząca prawie dwa miliony mieszkańców nie może zasypiać chwilę po północy. A jednak podobne sytuacje zaczęły się powtarzać.

NIE MA TU PROBLEMÓW BARCELONY

Pewnej nocy zachciało mi się zapiekanki. Poszedłem w stronę Zapiexy Luksusowej przy ulicy Widok. Była dopiero pierwsza trzydzieści. Lokal był już zamknięty.

Innym razem siedzieliśmy z przyjacielem w Ramon Barze. Był środek tygodnia. Kilka minut po północy kelner przyniósł rachunek. Wieczór dobiegł końca.

Wystarczy przejść Marszałkowską między Placem Trzech Krzyży a Placem Zbawiciela. Jeszcze kilka lat temu był to jeden z najbardziej oczywistych adresów warszawskiego życia nocnego. Dziś wiele z tych miejsc zniknęło albo wyraźnie wyhamowało. W Orbicie Słońca nie działa. Warmut zapowiedział zamknięcie. Nawet Bar Berlin kończy wieczór znacznie wcześniej niż kiedyś. W Pijalniach Wódki i Piwa coraz częściej zamiast tłumu widać wolne stoliki. Bar Kita Koguta zamknął się, Weles Bar też. Kiedy rozmawiam z właścicielami lokali i osobami zajmującymi się gastronomią, słyszę wyjaśnienia. Polacy piją mniej alkoholu niż jeszcze dekadę temu. Młodsze pokolenie częściej wybiera piwo bezalkoholowe, wcześniej wraca do domu i znacznie rzadziej traktuje nocne wyjście jako obowiązkowy element tygodnia. Zmienia się nie tylko Warszawa. Zmieniają się także jej mieszkańcy.

Owszem, w ścisłym centrum znalazłbym jeszcze kilka wyjątków i pijanych turystów. Całodobową Ćmę. Piankę. Bar Plan B przy Placu Zbawiciela. Ale wystarczyło odejść kilka przecznic od najbardziej oczywistych adresów albo oddalić się od Śródmieścia o dwadzieścia minut spaceru a Warszawa nagle milkła. Najbardziej zaskakiwało mnie jednak to, że ta cisza nie sprawiała wrażenia wymuszonej. Nie wyglądała na efekt restrykcyjnych przepisów ani walki z nocnym życiem. Przeciwnie. Miasto zdawało się po prostu funkcjonować w innym rytmie.

W Berlinie nawet późną nocą łatwo znaleźć miejsce, w którym można usiąść na jeszcze jedno piwo. Späti świecą do póź-

na, kebaby pracują niemal bez przerwy, a wiele barów dopiero po północy naprawdę się zapelnia. Warszawa wydawała się mieć zupełnie inną logikę. Wieczór zaczynał się wcześniej. I wcześniej się kończył. Nie słyszałem hałasu. Nie widziałem tłumów. Nie stałem w kolejkach. Słyszałem przede wszystkim ciszę.

Z każdym kolejnym spacerem coraz mniej odbierałem ją jako rozczarowanie. Zaczynałem ją traktować jak wskazówkę. Być może to nie Warszawa odbiegała od mojego wyobrażenia. Być może to moje wyobrażenie było błędne. Miasto prowadzi dziś debatę o życiu nocnym, jakby zmagало się z problemami Barcelony czy Amsterdamu. Tymczasem ciszę w Warszawie wciąż można znaleźć z zadziwiającą łatwością. Czasem wystarczy przejść kilka minut. Albo poczekać do pierwszej w nocy. I właśnie wtedy zacząłem się zastanawiać, czy metropolia naprawdę musi być miastem, które nigdy nie zasypia.

METROPOLIA INNA NIŻ WSZYSTKIE

Pamiętam swoją pierwszą Warszawę. Był listopad 2011 roku. Przyjechałem tu jako młody dziennikarz z Berlina, żeby przeprowadzić wywiad z Januszem Palikotem. Kilka dni wcześniej ulicami miasta przeszedł Marsz Niepodległości. Warszawa nosiła jeszcze jego ślady. Na chodnikach leżały potłuczone butelki, w mediach trwały dyskusje o zamieszkach, a dla mnie była to pierwsza tak intensywna konfrontacja z polską stolicą. Pamiętam szerokie ulice, Pałac Kultury, blokowiska i szare listopadowe niebo. Miasto wydawało mi się surowe, chaotyczne i trochę onieśmielające. Ale jed-

Warszawa pokazuje, że istnieje inny model. Można być miastem międzynarodowym, dynamicznym i ambitnym, nie zmieniając każdej dzielnicy w całodobową strefę rozrywki

nocześnie fascynujące. Miał w sobie energię miejsca, które nieustannie się zmienia. Czuło się, że wszystko jest jeszcze w budowie – nie tylko nowe biurowce i stacje metra, ale także wyobrażenie o tym, czym Warszawa chce być. Od tamtej pory wracałem tu dziesiątki razy. Każda kolejna wizyta przynosiła nowe restauracje, nowe mosty, nowe wieżowce. Z roku na rok Warszawa stawiała się coraz bogatsza, bardziej międzynarodowa i pewniejsza siebie. Zaczęła przypominać europejskie metropolie, które jeszcze kilkanaście lat wcześniej wydawały się dla niej punktem odniesienia.

Dzisiaj na Mokotowie mijam tureckie restauracje, sklepy z azjatycką żywnością, ukraińskie piekarnie i kurierów rozmawiających przez telefon z rodzinami oddalonymi o tysiące kilometrów. W tramwaju obok mnie siedzą studenci z Hiszpanii, pracownicy z Ukrainy i menedżerowie rozmawiający po angielsku. Trudno znaleźć drugi polski ośrodek, który w tak krótkim czasie stał się równie międzynarodowy. Warszawa to bez wątpienia światowa metropolia. Po prostu nie taka, jakiej się spodziewałem.

Bo kiedy myślimy o metropolii, zwykle wyobrażamy sobie miasto, które nigdy nie zasypia. Tak nauczyły nas filmy i popkultura. Nowy Jork świecący całą noc. Berlin, w którym impreza zaczyna się o drugiej naderanem. Barcelona pełna turystów jeszcze

długo po północy. W takim obrazie nocne życie staje się niemal miarą nowoczesności.

Warszawa pokazuje, że istnieje inny model. Można być miastem międzynarodowym, dynamicznym i ambitnym, a jednocześnie nie rezygnować z ciszy. Można budować kolejne wieżowce, przyciągać inwestorów i specjalistów z całego świata, nie zamieniając każdej dzielnicy w całodobową strefę rozrywki. Dopiero podczas tego miesiąca zrozumiałem, że właśnie to jest jedną z największych zalet Warszawy.

Od dawna czytałem teksty o Warszawie, która staje się zbyt głośna, zbyt popularna i zbyt podobna do zachodnich metropolii. Te obawy są zrozumiałe. Każde miasto ma prawo dyskutować o granicach między życiem nocnym a spokojem mieszkańców. Jako przybysz z Berlina mam jednak inne wrażenie. Warszawa wciąż potrafi zasnąć. I może właśnie dlatego tak dobrze się w niej żyje.

Tamtej nocy telefon w końcu wrócił do kieszeni. Google Maps przegrało. Ruszyłem dalej Rakowiecką. Mijałem zamknięte sklepy, pojedynczy nocny autobus i ciemne okna mieszkań. Nie czułem już rozczarowania. Przeciwnie. Miałem wrażenie, że po raz pierwszy od dawna zobaczyłem Warszawę taką, jaka naprawdę jest, a nie taką, jaką sobie wcześniej wyobrażałem. Miasto oddychało. Nie hałasowało. I wtedy pomyślałem, że być może o mieście najczęściej mówi właśnie to, jak wygląda wtedy, kiedy milknie. ●

* Tomasz Kurianowicz

• Dziennikarz, były redaktor naczelny „Berliner Zeitung”, pisze o relacjach polsko-niemieckich, kulturze i życiu miejskim. Mieszka w Berlinie. ●

REKLAMA

Warszawa/34445958

System kaucyjny jako krok w stronę zrównoważonej gospodarki – rola doradców energetycznych w transformacji ekologicznej

Rosnąca ilość odpadów opakowaniowych stanowi jedno z największych wyzwań współczesnej ochrony środowiska. Odpowiedzią na ten problem jest system kaucyjny, którego celem jest zwiększenie poziomu selektywnej zbiórki opakowań oraz ograniczenie ilości odpadów trafiających do środowiska.

Jak działa system kaucyjny?

Polski system kaucyjny obejmuje wybrane rodzaje opakowań na napoje oznaczone specjalnym logotypem. Przy zakupie napoju w opakowaniu z oznaczeniem systemu kaucyjnego sprzedawca bądź automat vendingowy pobiera od klienta kaucję w wysokości od 0,50 zł do 1 zł, w zależności od rodzaju opakowania. Informacja o wysokości kaucji za dane opakowanie umieszczona jest na etykiecie. Wpłaconą kaucję można odebrać przy zwrocie opakowania w dowolnie wybranym punkcie zbiórki. Zwracane opakowanie musi być opróżnione, niezgniecione i oznaczone specjalnym logotypem systemu kaucyjnego. W przeciwnym razie odzyskanie kaucji będzie niemożliwe.

Jakie opakowania są objęte kaucją?

System obejmuje jednorazowe butelki plastikowe do 3 litrów, puszki metalowe do 1 litra oraz szklane butelki wielokrotnego użytku do 1,5 litra. Dzięki zwrotowi tych opakowań możliwe jest zwiększenie poziomu recyklingu, ograniczenie zużycia surowców pierwotnych oraz zmniejszenie energochłonności produkcji nowych materiałów.

Jakie opakowania NIE są objęte kaucją?

Poza systemem pozostają m.in. kartony po napojach, butelki po produktach mlecznych, jednorazowe opakowania szklane oraz opakowania po produktach innych niż napoje. Ograniczenie zakresu systemu wynika z przyjętych zasad organizacyjnych oraz konieczności zapewnienia skutecznego zbierania i przetwarzania określonych rodzajów surowców.

Gdzie można zwrócić butelki i puszki?

Opakowania objęte systemem kaucyjnym można zwrócić w każdym sklepie o powierzchni powyżej 200 m². Duże sklepy mają obowiązek prowadzenia punktów zbiórki, w których odbierają puste opakowania i zwracają klientom wpłaconą kaucję.

Zwrot butelek ze szkła, tworzywa sztucznego lub puszek można też dokonać w wybranych sklepach o powierzchni mniejszej niż 200 m². Małe sklepy i inne placówki sprzedające napoje w opakowaniach mogą dobrowolnie utworzyć punkt zbiórki, w którym będą przyjmo-

wały wybrane bądź wszystkie rodzaje opakowań objętych kaucją. Co ważne, jeśli posiadają jednak w ofercie napoje w opakowaniach szklanych wielokrotnego użytku objęte systemem kaucyjnym, są zobowiązane do ich odbioru



Korzyści z systemu kaucyjnego:

Wprowadzenie systemu przynosi wiele korzyści. Przede wszystkim zwiększa poziom recyklingu i pozwala na odzyskanie surowców wysokiej jakości, które mogą zostać ponownie wykorzystane do produkcji nowych opakowań. Ogranicza również zaśmiecanie przestrzeni publicznej, lasów i terenów zielonych oraz wspiera rozwój gospodarki o obiegu zamkniętym, w której materiały pozostają w użyciu jak najdłużej.

System kaucyjny to także korzyść dla konsumentów. Zwrot opakowań jest prosty i nie wymaga okazywania paragonu, a odzyskana kaucja zachęca do regularnego oddawania opakowań. Dzięki temu

każdy może w prosty sposób przyczynić się do ochrony środowiska. Skuteczne funkcjonowanie systemu wymaga współpracy producentów, sprzedawców, operatorów systemu oraz konsumentów. Edukacja ekologiczna i budowanie świadomości społecznej odgrywają kluczową rolę w osiągnięciu wysokiego poziomu zwrotu opakowań.

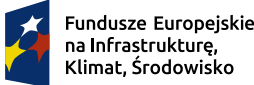
System kaucyjny jest ważnym elementem nowoczesnej gospodarki odpadami. Łączy korzyści dla środowiska, gospodarki i społeczeństwa, przyczyniając się do ograniczenia ilości odpadów oraz efektywniejszego wykorzystania cennych surowców.

Rola doradców energetycznych w systemie kaucyjnym

System kaucyjny jest jednym z najważniejszych narzędzi wspierających rozwój gospodarki o obiegu zamkniętym i zwiększenie poziomu recyklingu. Jego skuteczność zależy jednak nie tylko od odpowiednich rozwiązań organizacyjnych, lecz także od wiedzy i zaangażowania społeczeństwa.

W tym procesie niezwykle ważną rolę odgrywają Doradcy Energetyczni, którzy poprzez działalność edukacyjną i informacyjną pomagają mieszkańcom podejmować świadome decyzje dotyczące ochrony środowiska, efektywności energetycznej i racjonalnego gospodarowania zasobami. Dzięki prowadzonym konsultacjom, szkoleniom oraz kampaniom informacyjnym mogą skutecznie wyjaśniać zasady funkcjonowania systemu kaucyjnego, promować gospodarkę o obiegu zamkniętym i zachęcać do odpowiedzialnych postaw konsumenckich.

Połączenie działań edukacyjnych z praktycznym funkcjonowaniem systemu kaucyjnego przynosi korzyści wszystkim uczestnikom – mieszkańcom, przedsiębiorcom, samorządom oraz środowisku naturalnemu. W dłuższej perspektywie prowadzi do ograniczenia ilości odpadów, lepszego wykorzystania surowców, zmniejszenia emisji gazów cieplarnianych oraz budowania społeczeństwa świadomego ekologicznie.



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

#MKIŚ#MFIPR#NFOŚIGW#WFOŚIGW#KomisjaEuropejska#KE#FunduszeEuropejskie#FunduszeEU#Autopromocja#EUREGIOpoland#ProjektDoradztwaEnergetycznego#PDE

Kobiety o kulcie zdrowia w serwisach społecznościowych

Czuje tę presję na białko

– Otwierasz telefon. Pierwsze, co widzisz, to kobieta z idealnie zorganizowaną rutyną: woda z cytryną na czczo, dziesięć tysięcy kroków dziennie, maska LED, retinol i suplement na kortyzol. Zanim zdążysz wstać z łóżka, już masz poczucie, że robisz coś źle – mówi Zuzia.

Karolina Najda

„Czuje większą presję na jedzenie odpowiedniej ilości białka jako dorosła, niż czułam na braniu narkotyków jako nastolatka” – ten cytat krąży po polskim TikToku i Instagramie, wywołując lawinę komentarzy kobiet, które rozpoznały w nim własne doświadczenie. Bunt nastolatki, który polegał na sięganiu po substancje zakazane, dziś ma swoją alternatywę: dorosłość wymaga dyscypliny, której nieprzestrzeganie budzi większy wstyd, niż kiedyś budziło łamanie prawa.

KOBIETY W SIDŁACH „BIOHACKÓW”

– Lista „wymaganych” od nas obowiązków jest tak długa, że nawet ciężko ją spisać. W przekonaniu znacznej części internetowych twórczyń kobiety powinny codziennie jeść odpowiednią ilość białka, trenować, siłować, chodzić na pilates, rozciągać się, monitorować sen, nosić czujnik glukozy, suplementować kilkanaście preparatów naraz, stosować krem z filtrem SPF, poddawać się zabiegom kosmetycznym, medytować i praktykować wdzięczność – wymienia Zuzia. – Na pewno o czymś zapomniałam.

Ten repertuar rozrósł się w ostatnich miesiącach o kolejne elementy. Jest rutyna „5 do 9 przed 9 do 5” – czyli cztery godziny rano wypełnione ćwiczeniami, czytaniem i planowaniem dnia, zanim jeszcze rozpocznie się właściwa praca.

Jest trend „that girl” – wizerunek kobiety, która wstaje o piątej, pije zielony sok i ma osiągnąć sukces, bo „ogarnia” każdy szczegół swojego życia.

Jest „girl dinner” – żartobliwa nazwa na kolację złożoną z kilku przypadkowych, niskokalorycznych przekąsek – i oczywiście krytyka, związana z maskowaniem niedojadania.

Do tego dochodzą mikrodawki lodowatej wody (krótkie zanurzenie w bardzo niskiej temperaturze, mające „resetować” układ nerwowy), sauny, platformy wibracyjne (urządzenia do stania, które mają pobudzać krążenie) i lampy czerwonego światła (naświetlanie skóry, które ma spowalniać starzenie).

Każdy z tych elementów bywa promowany osobno jako „biohack” – mały trik, rzekomo naukowy, który ma „zhakować” organizm i zmienić w nim wszystko.

UWIERZYŁAM W TĘ ILUZJĘ

– Widziałam niedawno viralowy trend parodiujący tę presję „Idź na siłownię, biegaj, rozciągaj się, kup karnet, bądź regularna,

nieważne ile to kosztuje, kup nowy strój, żeby nie odstawać od grupy, ale pamiętaj o balansie, czytaj, inwestuj”. Dziewczyna, która go nagrywała, oczywiście chciała to wyśmiać, ale mam wrażenie, że przy okazji stworzyła i dołożyła do tego kolejną warstwę – teraz jeszcze musimy umieć się z tego wszystkiego śmiać, jednocześnie nie tracąc dyscypliny – komentuje Zuzia.

– Mam wrażenie, że nie poddaję się tej presji. Nie kupuję rzeczy, na które mnie nie stać. Ale przez to mam wrażenie, że robię coś nie tak i cierpi na tym moje zdrowie psychiczne. Skoro nie jem odpowiednio dużo białka pochodzącego z naturalnych produktów, pewnie będę chora. Jeśli nie posmaruję się SPF-em i nie użyję retinolu, zestarzeję się szybciej niż moje koleżanki. Jeśli nie będę regularnie chodzić na siłownię, połamię mi się kości. Oczywiście nie chodzi mi o to, żeby żyć niezdrowo, ale to co się dzieje, zakrawa już na paranoję – dodaje dziewczyna.

Ania ma 34 lata. Długo wierzyła, że suplementy diety, ziola, colostrum wprowadzane z farmy i kolejne zabiegi w końcu dadzą jej poczucie, że jest „wystarczająco zdrowa”. Wydawała na to ponad 600 złotych miesięcznie. Efekt był odwrotny od zakładanego – problemy zdrowotne, stany lękowe, rosnący stres finansowy. W końcu przeprowadziła się do mniejszego miasta, ograniczyła kontakt z reklamami i pokusami zakupowymi. – Uwierzyłam w iluzję, że jak będę brać wystarczająco dużo suplementów i robić wystarczająco dużo zabiegów, to będę zdrowa. A nic nie szło do przodu – mówi Ania.

Justyna, trenerka personalna i instruktorka pilates, sama tworzy treści wellness w mediach społecznościowych i przez jakiś czas odczuwała tę presję na własnej skórze. – Jestem na nią mocno wystawiona, bo media społecznościowe to część mojej pracy. Ale nauczyłam się z tym sobie radzić. Kluczowa zmiana: przestałam traktować te wszystkie trendy jako obowiązkowy zestaw do odhaczenia, a zaczęłam je spostrzegać jako menu, z którego wybieram to, czego akurat potrzebuję. Moja rutyna jest prosta i elastyczna: reaguję na to, jak czuję się danego dnia, a nie na to, co akurat jest modne – twierdzi. – Jeśli ciało jest ciężkie, staję na macie do akupresury. Jeśli jestem opuchnięta, robię serię podskoków albo sięgam po szot z oliwy i cytryny. Jeśli mam energię to zakładam strój i biegam. To nie jest sztywny protokół, tylko słuchanie siebie i korzystanie z narzędzi, które znam.

Justyna zwraca uwagę na to, jak drogo bywa w internecie sprzedawany efekt, który można uzyskać w domu za darmo. – Lampa czerwonego światła za kilka tysięcy złotych daje podobny efekt co dwadzieścia minut w porannym słońcu na balkonie, a platforma wibracyjna, mająca pobudzać



FOT. SHUTTERSTOCK

krążenie limfy, robi to, co zwykle podskoki. Znajomość narzędzi tego, jak faktycznie działają, pozwala mi wybierać świadomie, zamiast kupować wszystko, co widzę na Instagramie – mówi.

Głos Justyny jest ważny, ale wymaga zastrzeżenia: sama pracuje w branży, która żyje z tych właśnie trendów. Jej dystans do medialnej presji jest jednocześnie elementem strategii, która pomaga jej w tej presji funkcjonować na co dzień.

MEDYCZNY POPULIZM

– Socjologowie zdrowia już jakiś czas temu zauważyli, że dbanie o zdrowie jest społecznie atrakcyjne, ponieważ daje nam poczucie kontroli – mówi dr hab. Michał Wróblewski, socjolog z Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu, zajmujący się socjologią zdrowia, choroby i medycyny. – W niepewnych czasach – po pandemii, w trakcie wojny czy w obliczu kryzysów klimatycznych – takie poczucie wydaje się być szczególnie istotne. Licząc kroki czy śledząc jakość swojego snu, nie tylko chcemy być zdrowsi, ale również kupujemy sobie poczucie kontrolowania kluczowego aspektu naszego funkcjonowania w świecie, jakim jest ciało.

Wróblewski wskazuje na pojęcie „healthismu”. – Oznacza ono swego rodzaju przekonanie o zdrowiu jako o najwyższej wartości w życiu społecznym – wyjaśnia. – Healthism jest mocno powiązany z indy-

widualizmem, czyli przekonaniem, że to my jesteśmy odpowiedzialni za to, kim jesteśmy i co się nam przytrafia.

Socjolog zauważa, że ten zwrot ku indywidualnym praktykom zdrowotnym w Polsce ma jeszcze inne źródło. – Badania pokazują, że ów zwrot związany jest między innymi z rozczarowaniem systemem medycznym – mówi. – Skoro nie możemy liczyć na system, coraz częściej dochodzimy do wniosku, że sprawy własnego zdrowia musimy wziąć we własne ręce.

To rozczarowanie ma jeszcze jedną konsekwencję. – W trendach prozdrowotnych mamy do czynienia z czymś, co socjologowie nazywają medycznym populizmem – mówi Wróblewski. – Jest to taki typ narracji, w którym przeciwstawia się ekspertów medycznych, postrzeganych jako przedstawiciele establishmentu czy skorumpowanych elit, kontreksperptom, którzy głoszą niepopularne, ale rzekomo prawdziwe twierdzenia. Influencerzy czy specjaliści od diet często z tej narracji korzystają, krytykując główne założenia medycyny opartej na dowodach naukowych w imię własnych, często mocno dziwnych, poglądów na temat zdrowia, ciała czy odżywiania się.

Zjawisko to ma też, jak podkreśla, wyraźny wymiar klasowy. – Healthism, dbanie o własne zdrowie, trend ku optymalizacji siebie to domena przede wszystkim klasy średniej – mówi Wróblewski. – Klasy, dla której indywidualna kontrola oraz wydajność to bardzo ważne wartości. To klasa średnia, a nie ludowość, może pozwolić sobie na stosowanie diety, która wiąże się z droższą żywnością czy uprawianiem sportu, które wymaga odpowiednio dużo czasu. Influencerzy czy specjaliści od diet są tego doskonale świadomi, oferując zindywidualizowane programy premium dla tych klientów, którzy najwięcej zapłacą.

Historie Justyny i Ani dzieli praktycznie wszystko – jedna zbudowała z kultury wellness zawód i dzięki niej zapewniła sobie względny spokój, za który druga zapłaciła zdrowiem i pieniędzmi. Jednak łączy je jedno: mechanizm, który każe traktować zdrowie jako projekt bez końca, w którym nigdy nie da się zrobić czegoś wystarczająco. Jak mówi Zuzia, nawet śmiech z tej presji nie daje od niej wytchnienia. ●

Lampa czerwonego światła za kilka tysięcy złotych daje podobny efekt co dwadzieścia minut w porannym słońcu na balkonie, a platforma wibracyjna, mająca pobudzać krążenie limfy, robi to, co zwykle podskoki. Znajomość narzędzi i tego, jak faktycznie działają, pozwala mi wybierać świadomie, zamiast kupować wszystko, co widzę na Instagramie

JUSTYNA

 Informacja o wywieszeniu wykazów nieruchomości przeznaczonych do oddania w dzierżawę/najem:

Dyrektor Zarządu Transportu Miejskiego informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Zarządu Transportu Miejskiego w Warszawie przy ul. Grochowskiej 316/320 na okres 21 dni został wywieszony

wykaz informujący o przeznaczeniu do oddania w:

dzierżawę na okres do 3 lat części powierzchni pomieszczenia socjalnego zlokalizowanego na pętli autobusowej Al. Krakowska, znajdującej się przy Al. Krakowskiej 100 w Warszawie, z przeznaczeniem pod montaż i eksploatację automatu vendingowego, umożliwiającego zakup gorących napojów (m.in. kawy i herbaty) na potrzeby pracowników ZTM oraz Operatorów realizujących przewozy w ramach Warszawskiego Transportu Publicznego.

****Urządzenie nie będzie ogólnodostępne, będzie przeznaczone wyłącznie dla osób upoważnionych do wstępu do pomieszczenia.**

Warszawa/34446414

Na Elektronicznej Tablicy Ogłoszeń Urzędu Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy i na stronie internetowej Zakładu Gospodarowania Nieruchomościami w Dzielnicy Targówek m.st. Warszawy został opublikowany na okres 21 dni

wykaz nr ZGN/14/2025 dotyczący przeznaczenia nieruchomości do wydzierżawienia na okres do 3 lat

Warszawa/34446912

 **GAZETA wyborcza**

DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia publiczne

Ogłoszenia
sądowej rekrutacyjne

Nekrologi,
kondolencje,
wspomnienia

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

 **Komunikaty.pl**

 **nekrologi.wyborcza.pl**

 **NEWSLETTERY WYBORCZEJ**



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

Zapisz się na:
wyborcza.pl/newsletters





Informator usług funeralnych

MOKOTÓW

AMBER

Puławska 95,
tel. całodobowy 501 796 471

34440587



Stwórz Miejsce Pamięci



Wejdź na serwis odeszli.pl

Dziel się wspomnieniami o bliskich, których już z nami nie ma



pomoc@odeszli.pl,
tel. 22 55 55 383
22 55 55 399
22 55 55 555

WOLA

Exitus

Al. Solidarności 147,
dyżur całodobowy tel. 22 620 24 18,
vis a vis Urzędu Warszawa Wola

34440335

WOLA

DOM POGRZEBOWY „BABICE”

ul. Okulickiego 5C, 05-082 Stare Babice
tel. całodobowy 602 11 89 49
www.babice.com.pl

34440332



Zakład Pogrzebowy Miejskie Przedsiębiorstwo Usług Komunalnych Sp. z o.o.

Punkty usług pogrzebowych:
Wola, Żoliborz, Mokotów, Śródmieście, Praga, Bielany, Targówek

24 h - 693 503 720
mpuk.pl

34440580

Umarł

Andrzej Morozowski

wybitny dziennikarz i prawy obywatel Polski demokratycznej.

Agacie i wszystkim Bliskim

składam serdeczne wyrazy współczucia

Adam Michnik

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446990

Z żalem przyjęliśmy wiadomość o śmierci



Pani Profesor

Małgorzaty Kościelskiej

wybitnej psycholożki i psychoterapeutki,
autorytetu w dziedzinie polskiej psychologii klinicznej dziecka,
wieloletniej pracowniczki Wydziału Psychologii UW,
byłej kierowniczki Katedry Psychologii Klinicznej,
cenionej wykładowczyni i mentorki wielu pokoleń studentów,
Dobrego i Szlachetnego Człowieka

Rektor i społeczność Uniwersytetu Warszawskiego

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446965

Janusz Goetze

adwokat

9 lat bez Ciebie

Bożenna i Agnieszka

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446964

Z głębokim żalem żegnamy



prof. dr hab. n. med.
Eugeniusza Butruka

twórcę polskiej gastroenterologii, wybitnego lekarza, nauczyciela i przyjaciela wielu pokoleń gastroenterologów, wieloletniego Kierownika Kliniki Gastroenterologii i Hepatologii CMKP.

Rodzinie i Bliskim

składamy
wyrazy głębokiego współczucia.

Zarząd Główny Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446994

Paweł Marcinkiewicz

– Im dłużej mieszkasz w Warszawie, tym bardziej chcesz korzystać z jej możliwości. Inni tak robią, więc i tobie chce się „pożyć”: iść do kosmetyczki, kupić nowe ubrania, zrobić paznokcie. Chcesz podtrzymać życie towarzyskie, być „warszawskim”. Ale wyjście z koleżanką, randka czy kino kosztują tu więcej niż w mniejszym mieście – mówi Amelia, studentka magisterki na europeistyce na UW, która do stolicy przyjechała z Podkarpacia. – Ludzie są ładnie ubrani, piją matchę. Też mam na to ochotę. Gdybym zrezygnowała z kawy na mieście, zaoszczędziłabym maksymalnie 300 zł miesięcznie. Z takiej kwoty nie odłożę na auto czy wkład własny, a moja jakość życia by spadła. Modny strój na jogę jest za dużym obciążeniem dla mojego budżetu, zdecydowałam się więc chociaż na tę matchę raz w tygodniu i jako takie życie towarzyskie.

**AMELIA MARZY
O FINANSOWEJ PODUSZCE**

Praca to też presja. – Kiedy chodzisz do firmy, musisz wyglądać. Kupować ładniejsze rzeczy, lepiej się umalować. Musisz mieć życie, o którym możesz ludziom opowiedzieć. Nie powiem: „No nie, nie mogę z wami wyjść”. Czasem, jak kupię droższą bluzkę, rezygnuję z fryzjera – przyznaje. – Nauczyłam się nawigować w tańszych rzeczach. Wiem, kiedy są lepsze wyprzedaże, kupuję na Vinted.

Amelia utrzymuje się sama, pracuje od ponad czterech lat, czyli od początku studiów. – Rodzice zapowiedzieli, że mogę iść na studia do Warszawy, ale muszę mieć stypendium albo pracować. Wiedziałam, że będę musiała znaleźć sobie dorywcze zajęcia i jakoś to łączyć. Mam trzy siostry, więc rodzice dają mi czasem 100-200 zł – mówi. – Już na pierwszym roku dorabiałam w weekendy. Nie brałam udziału w projektach naukowych, nie miałam czasu na dodatkowe przedmioty.

Teraz pracuje przy kilku projektach, jest researcherką w jednej z ambasad. – Zarabiam na pół etatu ok. 44 zł na godzinę, co przy 100 godzinach w miesiącu daje 4400 zł. Czasem wpadnie coś dodatkowego i wyciągam około 5 tys. zł brutto – podlicza. – Moja pensja pozwala mi po prostu przeżyć od pierwszego do pierwszego, nie odkładam. Szczególnie ciężko robi się, kiedy pojawiają się większe wydatki typu urlop czy lekarze.

Łączenie pracy ze studiami nie zostawia jej dużo czasu na gotowanie. – W domu jem śniadania i kolacje, ale na obiad biorę catering w pracy, korzystam z ofert lunchowych albo barów mlecznych. To nie są drogie restauracje, wydaję na to jakieś 30 zł dziennie. Na zakupach w Lidlu i Biedronce patrzę na promocje i oferty, ale coraz częściej widzę, że podstawowe produkty, takie jak owoce i warzywa, są tak drogie, że taniej wychodzi kupić obiad, niż samemu go ugotować – mówi Amelia.

Podsumowując:

- wynajem pokoju: ok. 1400 zł;
- zakupy codzienne (spożywką, chemia): ok. 1000 zł;
- jedzenie na mieście (lunche, catering w pracy): ok. 500 zł;
- karnet na siłownię: ok. 120 zł;
- ekstra wydatki (życie towarzyskie, matcha, fryzjer, nowe ubrania): ok. 300 zł;
- wydatki nieregularne/jednorazowe: leczenie zębów (5-6 tys. zł za całość), podróże zagraniczne (ok. 2 tys. zł za jeden wyjazd), przejazd Uberem (bardzo rzadko);
- oszczędności: brak.

W dalekiej przyszłości marzy o kupnie mieszkania. – Z kimś, bo sama, bo nawet pracując na pełen etat, nie uzbieram na wkład własny. Chciałabym zacząć odkładać. Mój absolutnie pierwszy cel, to zdobycie poduszki finansowej i poczucia bezpieczeństwa – podkreśla.



• Olivier żyje minimalistycznie. To, że jest Warszawiakiem, wcale nie ułatwiło mu startu w dorosłość FOT. ADAM STĘPIEŃ / AGENCJA WYBORCZA.PL

Ile kosztuje dorosłość w Warszawie

Olivier żył „na dwóch nożach i widelcach”

Pierwsza praca, pierwsze długi. Co mają w portfelu młodzi dorośli? Amelia: – Moich znajomych utrzymują rodzice, ja muszę za wszystko płacić sama. Ale chcę być jak oni, też pójść na matchę i jogę.

**BARTOSZ PRZERWAŁ
STUDIA DLA PRACY**

Własnego mieszkania nie ma też 23-letni Bartosz. Łapię go, gdy akurat wraca na urlop do rodzinnego Bielska-Białej. Nie może się już doczekać. – Kiedy poszedłem na studia i nie miałem pracy, bazowałem na tym, co wysyłali mi rodzice: 2,5 tys. zł miesięcznie. Wciąż zresztą mnie wspierają, ale więcej mam z własnej pensji – mówi.

Od lipca zeszłego roku jest na pełnym etacie asystentem konsula w ambasadzie. – Uznałem, że wpis do CV i doświadczenie zawodowe są bardziej wartościowe niż ukończone studia – podkreśla. Na rękę dostaje około 5-6 tys. zł. Czasem udaje mu się odłożyć nawet połowę pensji (chyba, że jedzie na wakacje), pieniądze od rodziców też oszczędza. Nie zbiera na mieszkanie. Uznał, że może poczekać, aż jego sytuacja finansowa i osobista się ustabilizuje.

Jego koszty stale to:

- wynajem mieszkania razem z dziewczyną: 1550 zł na osobę;
- jedzenie: 800 zł na osobę;
- paliwo: ok. 300 zł;
- pociągi (powroty do rodzinnego miasta): 100-150 zł;
- karta Multisport: 140 zł;
- komunikacja miejska: 140 zł za bilet trzymiesięczny (ok. 47 zł miesięcznie).

Zakupy robi w Lidlu, od razu na cały tydzień. Zdarza mu się odwiedzić piekarnię czy warzywniak pod blokiem. Ubrania kupuje w Bielsku. – W tygodniu zamawiam catering do pracy, w barze mlecznym albo u Wietnamczyka. Do klasycznych restauracji chodzę rzadko, może raz w miesiącu z jakiejś większej okazji. Kawa na mieście w ogóle mi się nie zdarza, bo piję ją w pracy albo w domu. Wychodzę ze znajomymi na piwo, ale ze względów towarzyskich, nie z potrzeby napicia się na mieście – wylicza.

Nie wyobraża sobie jednak oszczędzać na wakacjach: – Na wspomnienia i doświadczenia nie żal mi hajsu. W tym roku planujemy z dziewczyną lecieć do Japonii. Ostatnio poleciliśmy z kolegą na cały dzień na trzecią rundę Rolanda Garrosa do Paryża. Bilet kosztował 1100 zł, loty do Paryża też były drogie, ale w ogóle nie żałuję. Byliśmy na kortach ponad 14 godzin. Widzieliśmy mecze Djokovicia, grała Kostjuk, Andriejewa, wieczorem Zverev, do tego Świątek z Linette.

MARTA SZALEJE W LUBASZCE

Marta mieszka w Warszawie niecały rok. Przyjechała tu na magisterkę z architektury i by zamieszkać z chłopakiem (w stolicy od pięciu lat). Pierwszy duży wydatek: remont wynajmowanego mieszkania. Pomogli rodzice. – Ufundowali największe wydatki: mama chłopaka kupiła nam kanapę, a moja mama materac. Szafki mamy z Ikei. Planowaliśmy ten remont ponad pół roku i przez ten czas odkładaliśmy pieniądze – opowiada Marta.

Oboje studiują. Dotąd utrzymywali się tylko dzięki wsparciu rodziców, ale Marcie trafił się luźniejszy semestr i zaczęła szukać pracy. Najpierw – w biurach architektonicznych. – Okazało się jednak, że bardzo ciężko znaleźć tam pracę na pół etatu, która nie byłaby darmowa.

Ludzie są ładnie ubrani, piją matchę. Też mam na to ochotę. Gdybym zrezygnowała z kawy na mieście, zaoszczędziłabym maksymalnie 300 zł miesięcznie. Z takiej kwoty nie odłożę na auto czy wkład własny, a moja jakość życia by spadła

AMELIA

studentka europeistyki na UW

Byłam już tak zdesperowana, że chciałam iść do gastro, ale dostałam pół etatu w branży meblowej – mówi. Zarabia miesięcznie ok. 3 tys. zł, mniej więcej tyle samo dostaje od rodziny. – Mamy tani najem, tylko 1350 zł z mediami. Gdybym bardzo chciała, mogłabym się odciąć finansowo i wyżyć na styk tylko z pracy. Mamy jednak z rodzicami umowę, że do momentu, gdy studiuję, to te pieniądze dostaję.

Żyje raczej minimalistycznie. Mają z chłopakiem wspólne konto na zakupy spożywcze, płaci za internet i siłownię. – Zawsze czekam na promocje, kocham aplikację Lidl'a i kupony z „koła fortuny”. Czasem zajdę do piekarni pod domem, a jak chcemy być bardziej „fancy”, to do Lubaszki. Przez internet zamawiam kawę i środki czystości, o ile nie ma promocji w Lidlu – mówi.

Miesięcznie na zakupy spożywcze dla dwojga – bez kawy i chemii – wychodzi 1000-1200 zł. W semestrze wydawała na jedzenie na mieście średnio 60-70 zł tygodniowo. Teraz wybiera oferty lunchowe albo chińskie zestawy z knajpy pod domem. Niedawno odkryli też niedrogą, grecką restaurację.

Z usług na mieście raczej nie korzysta. Do fryzjera chodzi dwa razy do roku. Ubrania? Dużo i często. Wie, że wydaje na nie za dużo. – Zanim zaczęłam pracować, wydawałam na ubrania jakieś 200-300 zł miesięcznie. Teraz bywam bardziej „crazy” – przyznaje Marta. – W zeszłym tygodniu kupiłam sobie okulary Diesla za cztery stówki.

Podsumowując:

- wynajem mieszkania z mediami: 1350 zł;
- zakupy spożywcze: 500–600 zł;
- karnet na siłownię: ok. 60 zł;
- internet: 30 zł;
- ubrania: ok. 300 zł.

OLIVIER ODBIŁ SIĘ OD DNA

Urodzonym w Warszawie nie zawsze jest łatwiej niż „słoiikom”. Rozmawiam z 22-letnim Olivierem, którego sytuacja rodzinna zmusiła do wyprowadzki z domu. Wspomina: – Miałem mały pokoik 2 na 2 metry na Augustówce i ciasną wspólną przestrzeń z pięcioma przypadkowymi mężczyznami. Czulem się bardzo źle.

Stracił pracę w firmie z instalacjami chłodniczymi, w której zajmował się marketingiem. Miał wtedy 19 lat i był na pierwszym roku prywatnych studiów na Akademii Leona Koźmińskiego. Wytrzymał jeden semestr, nie miał 1750 zł miesięcznie na czesne. Przeniósł się na studia zaoczne na UW, gdzie płaci trzykrotnie mniej. Pracował w wielu miejscach. Od czternastego roku życia robi strony internetowe, był operatorem danych i sprzedawcą paneli fotowoltaicznych. – Byłem domokracją. Setki kilometrów, pukanie od drzwi do drzwi, pracowaliśmy całe dnie. Zaliczyłem wszystko: od odmowy pod bramką, po picie herbaty z kompletnie obcym człowiekiem i przekonywanie go, że opłaca mu się zamontować panele na dachu. Udało mi się dokonać jednej sprzedaży. Uznałem, że nie ma co się tak zarzynać – stwierdza.

Później pracował jeszcze w południowopra-skim ratuszu i prowadził zajęcia z edukacji obywatelskiej w szkołach.

– Cały czas brakowało mi jednak pieniędzy, bywałem głodny. Miałem zobowiązania finansowe u różnych osób. Napisałem na LinkedIn, że szukam pracy po godz. 16, najlepiej zdalnej. Ten post zrobił prawie ćwierć miliona zasięgu, spłynęło bardzo dużo ofert – opowiada. – Wybrałem kancelarię prawną z Krakowa, w której odpowiadałem za PR. Postawiłem im stronę internetową, marketing. Wracalem po pracy urzędzie do domu, siadałem do tej drugiej roboty, gdzie zarabiałem ok. 50 zł za godzinę. Ale wieczorem miałem dla siebie może godzinę.

Wtedy został bohaterem mojego tekstu o wykorzystaniu AI w pracy. Stawiał mocne tezy, że niewykorzystywanie AI jest głupotą: – Wywołało to kontrowersje, spotkałem się z hejtem, napisałem o tym w sieci. Wtedy odezwała się do mnie szefowa marketingu dużej zagranicznej firmy produkującej oprogramowania. I pracuję tam do dziś.

Pracuje zdalnie, na pełen etat i umowę-zlecenie: – Jest mi bardzo wygodnie, dali mi sprzęt, mają bardzo współczesne podejście do pracy. Liczą się dla nich wyniki, a ja dowożę te wyniki.

Pensja? 6200 zł. Do tego fuchy na boku, w tym marketing dla jednej z siłowni, co daje łącznie średnio 8 tys. zł na miesiąc. Dzięki tym pieniądzom przeprowadził się do 32-metrowej kawalerki w kamienicy przy Targowej. – Aż nie wierzę, że wracam do swojego miejsca, że mam swoje mieszkanie, swój telewizor. Jestem z tego bardzo dumny. Płacę 3200 zł, a do tego raz na kwartał dwie stówki za prąd. Najważniejszy był dla mnie mój własny komfort. Uznałem, że nie mogę żyć tak jak na Augustówce – tłumaczy Olivier. – Nie wyposażylem jednak mieszkania, nie czulem takiej potrzeby. Przez długi czas żyłem na dwóch widelcach i dwóch nożach, miałem najtańszy garnek i patelnię. Nie lubię chodzić po sklepach. Jako że moja dziewczyna jest u mnie często, złożyłem jej najtańsze możliwe biurko za 100 zł. Ostatnio kupiłem też nowy śmietnik za 30 zł.

Zakupy robi w Biedronce, na parę dni wydaje około 200 zł. – Nie potrzebuję wyjątkowych produktów. Jem, żeby spożyć, a nie żeby smakować. W tradycyjnych restauracjach nie jadam. Na mieście jem głównie w McDonald's na kuponach, czasem jakiegoś kebaba, „chińczyka”. Ale jako że mam dziewczynę, to kilkaset złotych miesięcznie schodzi na wspólne wyjścia czy jakieś bary.

Ascetyczna jest też jego komoda z ubraniami. – Nie pamiętam, kiedy ostatnio chodziłem po sklepach z ubraniami. Zaczęła mnie ubierać dziewczyna, wybiera mi coś na promocjach i okazuje się na przykład, że w Sinsay są super ciuchy dla facetów. Niedawno kupiła mi w Reserved na wesele cały garniak za cztery stówki. Z butami mam taką filozofię, że mam jedno, białe forczy [Nike Air Force – red.], które pasują do wszystkiego i noszę je dopóty, dopóki się całkowicie nie zniszczą – przyznaje szczerze.

Barbera odwiedza raz na pół roku i zostawia u niego 100 zł.

Oprócz tego:

- jedzenie, chemia, życie na mieście: ok. 2000 zł;
- karnet Zdrofit: 100 zł;
- internet światłowodowy (musi mieć dobre połączenie): 80 zł;
- YouTube Premium (słucha podcastów, bo to jego główne źródło informacji): 30 zł;
- paliwo: ok. 200 zł.

Ten ostatni wydatek jest nowy. Kupił auto, które nazywa „kosmicznie tanim gruzem”. To w jego opinii najbardziej ekstrawagancki zakup, na jaki się zdecydował. – Kupiłem w ukraińskim komisie w Markach Nissana Almerę z 2004 roku za 2,5 tysiąca złotych. Z perspektywy osoby, która dopiero zaczęła się utrzymywać na powierzchni, to był ogromny wydatek. Ale cieszę się z tej decyzji. Bardzo czulem taką potrzebę, miałem wręcz kompleks, że nie mam auta – przyznaje.

Splacił też swoje zobowiązania. I zaczął oszczędzać, po 100, 50 złotych miesięcznie. ●

Ochota

Aleje Jerozolimskie znowu szerokie

Na budowie linii tramwajowej do Dworca Zachodniego po niemal dwóch latach udało się udroźnić obie jezdnie Alej Jerozolimskich. A co z pozostałymi odcinkami, które są rozkopane? Wkrótce ma wrócić skrzyżowanie Grójeckiej z ul. Banacha, gorzej ze zwężoną ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r.

Jarosław Osowski

Nowa trasa tramwajowa pod Dworcem Zachodnim docelowo połączy Wolę z Ochotą. Najpierw pasażerowie dojadą do podziemnego przystanku od strony ul. Grójeckiej. Zarząd Transportu Miejskiego skieruje tu linię 14z Miasteczka Wilanów.

Niestety, okrężną drogą przez Plac Zbawiciela i Plac Narutowicza, bo ratusz zwlekał z budową łącznika między ul. Banacha na Ochocie a ul. Rakowiecką na Mokotowie. Jesienią zeszłego roku „Stoleczna” nagłośniła, że niewielka grupa mieszkańców ekskluzywnego osiedla Białe Kamienie blokuje decyzję środowiskową dla odcinka torów wzdłuż ul. Rostafińskich.

Wybuchła burza polityczna, po której prezydent Warszawy Rafał Trzaskowski zadeklarował, że nie będzie zwlekać z tą inwestycją. Jednak po dziesięciu miesiącach przygotowania nadal stoją w miejscu, bo – jak się dowiadujemy – sprawa utknęła w Samorządowym Kolegium Odwoławczym.

Na razie więc tramwajarze skupiają się na dokończeniu opóźnionej inwestycji do Dworca Zachodniego za 363 mln zł. Budowa ponad 1,5 km torów od skrzyżowania Grójeckiej z Banacha z tunelem pod Parkiem Pięciu Sióstr i Al. Jerozolimskimi według pierwotnych zapisów kontraktu z lutego 2024 r. miała się skończyć w kwietniu 2026 r. Teraz urzędnicy deklarują, że prace budowlane potrwają do czwartego kwartału, ale nie oznaczają jeszcze oddania nowej trasy do użytkowania. Konieczne są odbiory techniczne – o tyle skomplikowane, że pod ziemią znajduje się mniej więcej jedna trzecia nowego odcinka.

Tempo robót nie jest najlepsze i główne ulice Ochoty wciąż są rozkopane. W nocy z poniedziałku na wtorek 3/4 sierpnia udało się przywrócić prawie pełen przekrój Alej Jerozolimskich przy Dworcu Zachodnim nad tunelem tramwajowym. Arteria była zwężona od połowy października 2024 r. Powodowało to ogromne zamieszanie na styku Ochoty i Woli. Nie dość, że pasów ruchu dla prywatnych samochodów było o połowę mniej, to jeszcze zwężono je z 3,5 m do zaledwie 2,2 m. Problem mają też kierowcy autobusów docierających na główny dworzec PKS w Warszawie.

Początkowo urzędnicy planowali, że utrudnienia w tym miejscu potrwają

dla wakacji 2025 r., ale przedłużyły się aż o rok. – Od wtorku w Alejach Jerozolimskich znowu są dwie jezdnie z trzema pasami ruchu o pełnej szerokości, w tym nadal buspasy w obu kierunkach – przekazał „Stolecznej” Witold Urbanowicz, rzecznik Tramwajów Warszawskich.

Zastrzegł, że obie jezdnie pozostają jeszcze częściowo zwężone na czas likwidacji tzw. przewiązek między nimi. W stronę centrum nieczynny jest skrajny lewy pas ruchu, a w stronę Ursusa jeździ się wężym, omijając to lewy pas, to zatokę przystankową dla autobusów. Wciąż rozkopany pozostaje plac między dworcami kolejowym i autobusowym. Tam wykonawca linii tramwajowej – krakowska Grupa ZUE – utrzymuje tzw. otwór technologiczny, przez który transportuje pod ziemię materiały wykończeniowe.

Kierowców powinna ucieszyć informacja o utrzymaniu dwóch pasów ruchu w tunelu pod pobliskim Rondem Zesłańców Syberyjskich, który łączy Al. Jerozolimskie od strony Ursusa z Al. Prymasa Tysiąclecia na Woli. Zmianę tę miejskie Biuro Zarządzania Ruchem Drogowym wprowadziło jesienią 2024 r., co natychmiast zmniejszyło korki w tej relacji. Jak się dowiadujemy, taka organizacja ma być utrzymana do końca inwestycji tramwajowej, a potem wprowadzeniem docelowej zajmie się Zarząd Dróg Miejskich.

A co z przywracaniem ruchu na pozostałych rozkopanych ulicach na Ochocie? Jak pisaliśmy w czerwcu, z powodu przeciągających się utrudnień na skrzyżowaniu Grójeckiej z ul. Banacha i Bitwy Warszawskiej 1920 r. zaczęły bankrutować okoliczne sklepy i punkty usługowe. Witold Urbanowicz zapowiada, że jeszcze przed końcem wakacji wykonawca ułoży u zbiegu ul. Grójeckiej i ul. Banacha ostatnią warstwę asfaltu.

Po uzgodnieniu terminów chcemy prowadzić prace nawierzchniowe w weekendy w drugiej połowie sierpnia na kolejnych ćwiartkach skrzyżowania – zapowiada rzecznik Tramwajów Warszawskich. Dodaje, że w trakcie tych robót ruch na torach do pętli na Okęciu i ul. Banacha będzie utrzymany.

Na ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r. od dłuższego czasu czynna jest tylko jedna, południowa jezdnia. Obok leży już torowisko, ale jezdni północna pozostaje rozkopana. Nie można wyjechać z ul. Szczęśliwickiej. – Bo pod częścią skrzyżowania z ul. Bitwy Warszawskiej 1920 r. znajduje się komora kanalizacyjna – informuje Witold Urbanowicz. – Trwają uzgodnienia z MPWiK, jak ją zabezpieczyć przed przywróceniem ruchu, co planujemy na przełomie września i października. ●

Naszej kochanej i dzielnej

Marylce ButrukNajcieplejsze wyrazy wsparcia i współczucia
w tych trudnych dniach

Elżbieta, Mary, Hania, Ewa, Iza i Ewa



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446309

Panu

Krzysztofowi Detynieckiemuwyrazy głębokiego współczucia
z powodu śmierci**Mamy**

składają

Zarząd oraz Pracownicy
Wydawnictwa „Nasza Księgarnia”

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446816

Serdeczne wyrazy współczucia dla naszego Szefa

Profesora Dariusza Koziorowskiego

z powodu śmierci

Ojca

przyjaciele z Kliniki Neurologii



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446885

W dniu 1 sierpnia 2026 roku w wieku 88 lat
zmarł w Warszawie ukochany Mąż, Tata, Dziadek i Brat**Witold Chodakiewicz**Członek opozycji antykomunistycznej i działacz NSZZ “Solidarność”
internowany w Stanie Wojennym. Po 1989 roku z ramienia rządu niepodległej RP
wynegocjował wycofanie wojsk Sowietów z Polski.Nabożeństwo żałobne odbędzie się
w czwartek 13 sierpnia 2026 roku o godzinie 13.00
w kościele Św. Karola Boromeusza przy ul. Powązkowskiej.
Po Mszy Św. nastąpi odprowadzenie do grobu rodzinnego na Starych Powązkach

o czym zawiadamia pogrążona w głębokim smutku

rodzina

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446875

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że 29 lipca 2026 roku zmarł w wieku 92 lat

ŚP**Marian Jureczko**Urodzony 8 lipca 1934 roku w Nowym Sączu.
Wspaniały Ojciec, człowiek o wielkim sercu i dumny Góral.
Emerytowany, zasłużony pracownik PKP – były kierownik oddziału napraw
Lokomotywni Warszawa Odolany oraz Naczelnik
Lokomotywni Tuszcz i Warszawa-Praga.
Odznaczony Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.Nabożeństwo żałobne odbędzie się 14 sierpnia 2026 roku. o godzinie 11.00
w Domu Pogrzebowym (Sala A) na Cmentarzu Północnym.

O czym zawiadamiają pogrążeni w smutku

Córka, Rodzina i Przyjaciele

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446840

Drogiemu

Krzysztofowi Detynieckiemuskładamy
najszczerze wyrazy współczucia,
wsparcia i otuchy
z powodu śmierci**Mamy**

Łączymy się

z Tobą i Twoimi Bliskimi

w tych trudnych chwilach.

Rodzina Tokarczyków



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446815

Agacie Frol-Kowalik

i Jej Najbliższym

wyrazy szczerzego współczucia
z powodu śmierci**Taty**

składają

koleżanki i koledzy
z Zespołu Emisyjnego TVP INFO

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446866

31 lipca 2026 roku zmarła w wieku 98 lat,
ukochana żona, mama, babcia i prababcia**Janina Maria Felicka**

z domu Miller

lekarz stomatolog

Msza święta żałobna, odprawiona zostanie
dnia 11 sierpnia 2026 roku o godzinie 10:45,
w sanktuarium św. Andrzeja Boboli przy ul. Rakowieckiej.
Odprowadzenie na stary cmentarz Powązkowski, do grobu rodzinnego,
rozpocznie się o godzinie 13:30 przy bramie nr VI

O czym zawiadamiają pogrążeni w głębokim smutku

mąż i rodzina

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446847

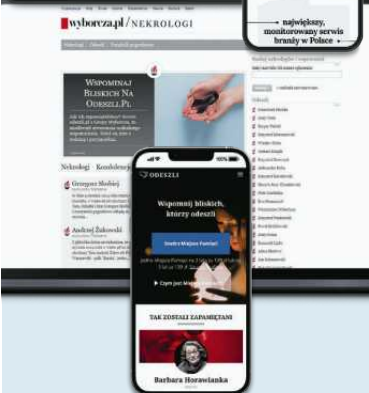
Z głębokim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o śmierci

**Profesora
Eugeniusza Butruka**wybitnego Lekarza, Nauczyciela i Wizjonera,
który przez wiele lat nadawał kształt polskiej gastroenterologii.**Rodzinnie, Bliskim i Wszystkim**których odejście Profesora boleśnie dotknęło
składamy wyrazy głębokiego współczucia.Zespół Katedry i Kliniki Gastroenterologii i Hepatologii SUM
w Katowicach
oraz Oddział Śląski Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446874

GAZETA
wyborcza

DLA FIRM, URZĘDÓW I INSTYTUCJI

Przetargi,
licytacje,
zamówienia
publiczne**Ogłoszenia**
sądowe
i rekrutacyjne**Nekrologi,**
kondolencje,
wspomnieniaGAZETA
wyborcza**Kataklizm obnażył
krach państwa**

KONTAKT:

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

nekrelogi.wyborcza.pl

ODESZLI.pl

Zamieść:

nekrelog
kondolencje
wspomnienie



nekrelogi@wyborcza.pl
pomoc@odeszli.pl
tel. 22 55 55 383,
22 55 55 399,
22 55 55 555

W dniu 22 lipca 2026 roku zmarła w wieku 90 lat



Marianna Czasak

z domu Krysiak

Uroczystości pogrzebowe odbędą się
dnia 10 sierpnia 2026 roku (poniedziałek) o godzinie 11:30
w Sali B Domu Pogrzebowego na Cmentarzu Komunalnym Północnym
w Warszawie (Wólka Węglowa),
po czym nastąpi odprowadzenie prochów Zmarłej do grobu rodzinnego.
Kw. S VIII 1- 3 - 9

O czym zawiadamiają pogrążeni w głębokim smutku

Wnuk oraz pozostała Rodzina

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446766

Asia Kułakowska

8 czerwca 1984 - 9 sierpnia 2011



Monika i Piotrek

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446687

W dniu 1 sierpnia 2026 roku zmarł w wieku 94 lat



Jerzy Downarowicz

Człowiek, który nigdy nie szedł na skróty, całe życie tęsknił za Wilnem

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
dnia 10 sierpnia 2026 roku o godzinie 14:00
w kościele św. Karola Boromeusza na Powązkach,
po czym nastąpi odprowadzenie do grobu rodzinnego
na miejscowym cmentarzu.

Rodzina

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446544

Z wielkim żalem przyjęliśmy wiadomość,
że 29 lipca 2026 roku w Australii zmarł w wieku 79 lat
nasz serdeczny Przyjaciel



Jacek Tadeusz Duniec

Studiował fizykę na Uniwersytecie Warszawskim, uzyskał doktorat z fizyki plazmy.
Po przeprowadzeniu się do Australii kontynuował pracę naukową
na Uniwersytecie Narodowym Australii w dziedzinie fizyki i biofizyki.
Potem został przedsiębiorcą, prowadził firmę Scientific Software.
W ostatnich latach wielokrotnie spotykaliśmy się z nim w Polsce.

Nabożeństwo żałobne odbędzie się

8 sierpnia w Daylesford w Australii.

*Żonie, naszej Kochanej Jadzi,
Synom i całej Rodzinie*

składamy wyrazy serdecznego współczucia

Grono przyjaciół z Warszawy

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446302

Dziękuję Wydziału

dr hab. Julii Kubisie, prof. ucz.

wyrazy najgłębszego współczucia
z powodu śmierci

Mamy

składa

*społeczność Wydziału Socjologii
Uniwersytetu Warszawskiego*



www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446957

Z ogromnym smutkiem żegnamy



prof. dr. hab.

Eugeniusza Butruka

wybitnego gastroenterologa, naukowca i nauczyciela wielu pokoleń lekarzy.

Rodzinie i Najbliższym śp. Profesora

wyrazy szczerzego współczucia
składają

Członkowie Oddziału Gdańskiego Polskiego Towarzystwa Gastroenterologii

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446732

W dniu 3 sierpnia 2026 roku zmarła

**Profesor
Małgorzata Kościelska**

Jej prace badawcze i praktyka terapeutyczna
wpłynęły na rozwój psychologii klinicznej dziecka.

Żegnaj, moja Przyjaciółko!

Dziękuję za nasze rozmowy!



Synowi Maćkowi i Bliskim

składam wyrazy współczucia i serdecznego wsparcia

Barbara Bokus

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446503

Z wielkim bólem zawiadamiamy,
że 3 sierpnia 2026 roku zmarła



**Prof.
Małgorzata Kościelska**

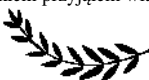
Profesor psychologii klinicznej na Uniwersytecie Warszawskim
i Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy.
Nasza mama, siostra, ciocia

syn Maciej, siostry Krystyna i Barbara z rodzinami

Pogrzeb, poprzedzony mszą świętą w kościele św. Boromeusza,
odbędzie się na Starym Cmentarzu Powązkowskim
13 sierpnia 2026 roku o godzinie 14:00.

www.nekrelogi.wyborcza.pl/34446916

Z głębokim smutkiem przyjąłem wiadomość o śmierci



Andrzeja Morozowskiego

wybitnego dziennikarza, komentatora życia publicznego
oraz współtwórcy polskiego środowiska medialnego.

Jego odejście to wielka strata dla polskiego społeczeństwa.

Pozostanie w pamięci jako mentor, człowiek niezależny, odważny,
oddany swojej pracy oraz wrażliwy na krzywdę innych osób.

*Rodzinie, Bliskim
oraz Współpracownikom z TVN24*

składam wyrazy głębokiego współczucia.

*Adam Bodnar
Senator RP*

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446910

Z głębokim żalem zawiadamiamy, że
1 sierpnia 2026 roku zmarł
nasz ukochany Mąż, Ojciec i Dziadek



dr Witold Piotrowicz

lat 79

długoletni nauczyciel akademicki Politechniki Warszawskiej, matematyk,
a przede wszystkim Człowiek Wielkiego Serca.

Msza święta żałobna odbędzie się 14 sierpnia 2026 roku o godzinie 11.30
w Kościele pw. bł. Władysława z Gielniowa,
po której nastąpi odprowadzenie umy z prochami
na Cmentarz Służewski przy ulicy Wąbrzyskiej w Warszawie.

Pogrążona w smutku

Rodzina

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446706

Z wielkim smutkiem przyjęliśmy wiadomość o odejściu na zawsze Naszego Przyjaciela
Wybitnego lekarza – światowego formatu gastroenterologa



**Prof. dr hab. med.
Eugeniusza Butruka**

Gieniu,

Trudno uwierzyć, że już nie podejmiemy dyskusji na temat leczonych przez nas chorych
Twojej mądrości i wiedzy nikt nie zastąpi

Żonie Maryli i całej Rodzinie

przekazujemy wyrazy głębokiego współczucia

Grażyna i Marek Krawczykowie

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446907

Naszej Serdecznej Koleżance

Agacie Nowakowskiej

wyrazy głębokiego współczucia i słowa wsparcia
z powodu śmierci

Meża

składają

*koleżanki i koledzy z klasy IV3
z Liceum Reytana*

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446892

W dniu 31 lipca 2026 roku zmarła w wieku 78 lat



Ewa Wolińska-Witort

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
dnia 10 sierpnia 2026 roku o godzinie 10:00
w kościele św. Antoniego Marii Zaccarii, ul. Sobieskiego 15,
po czym nastąpi odprowadzenie do grobu rodzinnego
na Cmentarz Bródnowski.

O czym zawiadamia pogrążona w głębokim smutku

Córka z Mężem i Wnuki

Organizatorem uroczystości pogrzebowej
jest Dom Pogrzebowy Służew

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446969

Z żalem zawiadamiamy, że dnia 3 sierpnia 2026 roku zmarła w wieku 85 lat



Krystyna Czerny-Latek

Msza święta żałobna odprawiona zostanie
dnia 10 sierpnia 2026 roku (poniedziałek) o godzinie 08.45
w kościele pw. Św. Antoniego z Padwy (ul. Czerniakowska 2/4).

Po mszy świętej nastąpi odprowadzenie Zmarłej do grobu
na cmentarz w Wilanowie.

Zawiadamia o tym pogrążona w smutku

Rodzina

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446908

1 sierpnia 2026 roku zmarł

prof. Eugeniusz Butruk

wspaniały przyjaciel, wielki lekarz.

Rodzinie

wyrazy najgłębszego współczucia składa

Wojciech Noszczyk

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446954



Pani Dziekanie

Julii Kubisie

wyrazy głębokiego współczucia
oraz wsparcia i otuchy w trudnych chwilach
po odejściu

Mamy

składają

*Rektor Uniwersytetu Warszawskiego
i społeczność akademicka*

www.nekrologi.wyborcza.pl/34446964

Z żalem żegnam

prof. Małgorzatę Kościelską

dziękując za wiele

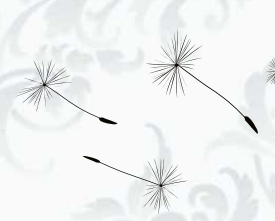
Dorota Orlińska



www.nekrologi.wyborcza.pl/34446967

 **ODESZLI.pl**

**Stwórz
Miejsce
Pamięci**





**Wejdź
na serwis
odeszli.pl**

**Dziel się
wspomnieniami
o bliskich,
których
już z nami
nie ma**



pomoc@odeszli.pl
tel. 22 55 55 383
22 55 55 399
22 55 55 555

wyborcza

wyborcza.pl

TV

7-13
SIERPNIA
2026

VOD: Netflix | Disney+ | HBO Max | Prime Video
CANAL+ | SkyShowtime | Player | Apple TV+

R.J.DECKER.
„TYPOWY FACET
Z FLORYDY” JAKO
DETEKTYW
S. 4-5

„DŁUGA NOC”.
KRYMINALNE
ARCYDZIEŁO
S. 5

W „THE BEAR”
ZNÓW CHODZI
O JEDZENIE
S. 6



STAR TREK: NIEZNANE NOWE ŚWIATY

Zbadać nieznane znanymi chwytami s. 2-3



W 4. sezonie część
załogi ląduje
na Ziemi 65 mln lat
w przeszłości

Star Trek

znów bawi się gatunkami

Nowy sezon „Nieznanych nowych światów” przypomina, że najlepszym sposobem na rozwijanie wieloletniej marki jest zrozumienie, dlaczego działała od samego początku.

Bisko sześćdziesiąt lat temu, 8 września 1966 roku, widzowie po raz pierwszy weszli na pokład USS Enterprise, jednego z najsłynniejszych statków w historii science fiction.

60 lat Star Treka

Od premiery serialu „Star Trek: The Original Series” franczyza przeszła długą drogę: od telewizyjnego fenomenu, przez wysokobudżetowe filmy kinowe, po produkcje dostępne wyłącznie na platformach streamingowych. Nie wszystkie odsłony spotkały się z równie ciepłym przyjęciem. O niektórych wolelibyśmy zapomnieć, do jeszcze innych z radością wracamy po latach. Jednak niewiele z nich tak

trafnie oddało ducha uniwersum jak „Star Trek: Nieznane nowe światy”.

Od czasu pierwszego Star Treka w uniwersum powstało w sumie 13 seriali – zarówno aktorskich, jak i animowanych – oraz 14 pełnometrażowych filmów.

Ostatnie lata pokazały jednak, że nie każdy eksperyment kończy się sukcesem. Myślę tu przede wszystkim o serialu „Star Trek: Akademia Gwiezdnej Floty”, który stał się doskonałym przykładem wszystkiego, czego fani marki oczekują najmniej. Na 60. urodziny twórcy zaserwowali nam w prezencie młodzieżowy dramat, w którym zamiast eksploracji i moralnych dylematów dostaliśmy szkolne intrygi oraz płytkie postacie oparte na prostych kontrastach, pozbawione głębszej psychologii i przekonującej historii.

O kompletnej katastrofie, jaką okazał się film „Star Trek: Sekcja 31”, lepiej nawet nie wspominać.

Na szczęście po tych zupełnie nieudanych produkcjach „Star Trek: Nieznane nowe światy” wraca z czwartym sezonem i po raz kolejny przypomina, że czasem najlepszym sposobem na rozwijanie wieloletniej marki nie jest wymyślanie jej na nowo, lecz zrozumienie, dlaczego działała od samego początku.

Najważniejsi są ludzie

W „Nieznanych nowych światach” kapitan Christopher Pike (fantastyczny Anson Mount) po raz kolejny prowadzi USS Enterprise ku granicom znanego wszechświata. Towarzyszą mu młodsze wersje dobrze znanych fanom bohaterów: Spock (Ethan

Peck), Nyota Uhura (Celia Rose Gooding), Montgomery Scott (Martin Quinn) i James T. Kirk (Paul Wesley).

Poprzednie sezony pokazały, że największą siłą serialu nie są odległe planety ani widowiskowe starcia (choć ich oczywiście też nie brakuje), ale sama załoga USS Enterprise. Owszem, mamy tu zagrożenie ze strony Gornów, nieznane cywilizacje i międzygalaktyczne konflikty. Najważniejsze są jednak historie rozgrywające się między nimi: Pike próbujący pogodzić się z własnym przeznaczeniem, przemiana Spocka – rozdartego między wolkańską logiką a ludzkimi emocjami, a także lęki i ambicje pozostałych członków załogi.

Nie bez znaczenia jest też to, że „Nieznane nowe światy” potrafią zaskoczyć. Nie każdy eksperyment trafia do wszystkich widzów, ale sama odwaga w zabawie formą przypomina najlepsze czasy serii.

W jednym odcinku oglądaliśmy klasyczną historię eksploracyjną, by chwilę później trafić na elementy horroru, komedii, a nawet musical. Choć nie do końca rozumiem i aprobuję wciskanie muzycznych epizodów do niemal każdego serialu, śpiewający Klingoni z odcinka „Subspace Rhapsody” zostaną ze mną już na zawsze.

Eksplorować, by zapomnieć

W końcu trzeciego sezonu kapitan Pike dostał szansę zobaczyć, jak mogłaby wyglądać jego przyszłość, gdyby nie nieuchronność losu – zarówno jego, jak i ukochanej Marie Batel. Oboje otrzymali możliwość przeżycia wspólnego życia, które – choć nigdy się nie wydarzyło – pozostawiło po sobie prawdziwe wspomnienia.

Christopher Pike musi zmierzyć się ze świadomością tego, co go czeka, ale także z pamięcią o przyszłości, która nigdy naprawdę nie nadeszła. Każda misja w terenie, każda eksploracja nieznanego nowego świata pomaga mu o tym zapomnieć. „Im więcej robisz w danej chwili, tym mniej musisz myśleć o przeszłości” – mówi mu Una Chin-Riley (Rebecca Romijn). Dlatego kapitan USS Enterprise z entuzjazmem przemierza kolejne planety i podejmuje następne wyzwania.

Już pierwszy odcinek czwartego sezonu przypomina, że „zwykła misja badawcza” w przypadku tego serialu jest pojęciem czyisto umownym. Obserwacja przeradza się w akcję ratunkową, która prowadzi do cofnięcia się w czasie o 65 milionów lat. Część załogi przeżywa przygodę na Ziemi zamieszkaną przez dinozaury, a USS Enterprise zostaje porwany przez Marsjan.

Jak wykaraskać się z kłopotów, nie naruszając Pierwszej Dyrektywy Federacji o nieingerowaniu w rozwój innych cywilizacji? Jak odpowiednio dobierać słowa,



Przez błąd „Scotty’iego” (Martin Quinn) USS Enterprise wpadnie w kłopoty



Uhura to teraz pewna siebie oficerka łączności • FOT. JAN THIJS/PARAMOUNT+ (3)

żeby przekonać porywaczy? Jak nie zdradzić im, że pochodzi się z przyszłości i zna bieg wydarzeń? Nie chodzi przecież o zwykłe przestrzeganie zasad – każda zmiana naturalnego biegu historii może bezpośrednio wpłynąć na przyszłość załogi.

Później jest tylko lepiej. Tajemniczy sygnał z opuszczonego statku daje podwaliny do klimatycznego odcinka rodem z filmów grozy. Zwirowane wakacje z mocnym komediowym sznytem przypominają kosmiczne „Kac Vegas”. Nie sposób nie uśmiechnąć się także, gdy na skutek nieszczęśliwego wypadku większość bohaterów zmienia się w filcowe lalki z Jim Henson’s Creature

STAR TREK: NIEZNANE NOWE ŚWIATY

Serial sci-fi, USA 2022-, wyk. Anson Mount, Ethan Peck, Paul Wesley, Jess Bush, Christina Chong, Celia Rose Gooding, Melissa Navia, Babs Olusanmokun, Rebecca Romijn, Martin Quinn

**4 sezony, SkyShowtime.
Nowe odcinki co piątek**

Shop, doskonale znane z serii o Muppetach. Dla kontrastu: równie przyjemnie zaskakuje czarno-biały odcinek utrzymany w stylistyce kryminałów kina noir.

Spock i Kirk – przyjaciele z przeszłości

Każda z tych historii wyciąga na pierwszy plan innych członków załogi. Jednak to nie mniej lub bardziej absurdałowe motywy, a relacje międzyludzkie ponownie stają się siłą tego serialu. Różnorodne stylistyki i klisze gatunkowe – oprócz do dobrej zabawy – służą do przedstawiania emocji i przemiany bohaterów. „Nieznane nowe światy” nie tylko wykorzystują postacie znane z uniwersum, ale także pokazują ich drogę do tego, kim staną się w dobrze znanych produkcjach.

W pierwszych sezonach obserwowaliśmy, chociażby metamorfozę Uhury, która z nieśmiałej kadetki stała się pewną siebie oficerką łączności. La’an Noonien-Singh (Christina Chong) zrozumiała, że jej dziedzictwo nie musi określać tego, kim jest. Z kolei Una Chin-Riley przekonała się, że nie trzeba ukrywać części siebie, by zyskać akceptację innych.

Najbardziej eksponowanym wątkiem były oczywiście dylematy tożsamościowe Spocka i jego stopniowe otwieranie się na ludzkie emocje. Czwarty sezon rozwija także jego relację z Jamesem T. Kirkiem, pokazując kolejne etapy budowania więzi, która w przyszłości stanie się jedną z najbardziej ikonicznych przyjaźni w historii Star Treka.

Zbadać nieznanie znanymi chwytami

Obejrzałam sześć z dziesięciu odcinków i nie mogę się doczekać, jak potoczą się dalsze losy załogi. Twórcy serwują nam odważny miszmasz gatunków, sporo rozrywki i garść wzruszeń, umiejętnie balansując na granicy stylistycznego przesytu.

Fabule towarzyszą świetna, choć chwilami zbyt pompadyczna, muzyka, dopracowana warstwa wizualna oraz niepowtarzalny klimat. Nie zabraknie także znanych postaci i legendarnych ras.

Choć niektóre zabiegi dalekie są od subtelności, a do wywoływania emocji wykorzystywane są raczej proste środki, czwarty sezon „Nieznanych nowych światów” można uznać za całkiem udany. Esencją tego Star Treka pozostaje historia o ludziach, którzy – mimo świadomości własnych słabości – wciąż wybierają ciekawość i rozwój.

Czy w tym serialu USS Enterprise rusza tam, gdzie wcześniej nie dotarł nikt? Niekoniecznie. Ale robi to na tyle solidnie, że po sześćdziesięciu latach nadal chce lecieć razem z nim.

MAGDALENA BIRSKA



W Deckera (w środku) wcieli się Scott Speedman, który ma wdzięk i luz, które sprawiają, że detektyw po odsiadce budzi sympatię

FOT. DISNEY/JUSTIN STEPHENS

Typowy facet z Florydy

Niezobowiązujący, dowcipny kryminal wciąż jest potrzebny.

Ma kupę szarmu, choć wygniecionego niemal tak mocno jak jego szkaradna hawajska koszula.

Kiedyś był fotoreporterem jednego z największych dzienników na Florydzie. Teraz, po półtora roku w pauce, jest byłym więźniem, jego przyczepa mieszkalna balansuje nad przepaścią (stoi tuż przy zapadliśku), a on ma nową robotę: jest prywatnym detektywem. I cza-

rującym, choć dość typowym „facetem z Florydy” (z ang. *Florida Man*), który wciąż znajduje się w centrum jakiejś kolejnej absurdałnej opowieści.

Twórcy serialu kryminalnego „R.J. Decker” bawią się tym amerykańskim stereotypem. R.J. w pierwszym odcinku szuka mordercy pewnej dziennikarki, a istotnym tropem okazuje się implant łydki. W drugim próbuje ustalić, do kogo należy ciało w łódzce i dlaczego morderca wyciął pośladek,

w trzecim szuka spadkobiercy właścicieli sieci klinik odwykowych, który, tak się składa, sam jest uzależniony od narkotyków. Serial jest hitem w USA, a obecnie także najpopularniejszym serialem platformy Disney+ w Polsce. I największym hitem stacji ABC od pięciu lat. Dlaczego?

Absurd goni tu absurd, a każda ze spraw R.J. Deckera śmiało mogłaby stać się tematem nagłówka w stylu: „Mężczyzna z Florydy nie został

wpuszczony do klubu ze stripizmem, bo przyszedł ze swoim kotkiem”, „Mężczyzna z Florydy próbował wymienić aligatora na zgrzewkę piwa”, „Mężczyzna z Florydy przypadkowo zadzwonił na policję w trakcie transakcji narkotykowej”.

Serial „R.J. Decker” ciepło naśmiewa się z tego fenomenu. Wish – kumpel Deckera spod celi, a teraz właściciel baru – stawia nawet kolejkę każdemu, kto przyjdzie do jego lokalu z artykułem o „fa-

cecie z Florydy” i udowodni, że to o nim mowa.

Scott Speedman w hawajskiej koszuli

W Deckera wciela się Scott Speedman. Ostatnio slyszalam o nim 20 lat temu, kiedy razem z Kate Beckinsale brał udział w wojnie wampirów z wilkołakami w horrorze „Underworld”.

Speedman ma wdzięk i luz, które sprawiają, że detektyw po odsiadce budzi sympatię. Jako śledczy i facet z kartoteką jednocześnie ma sporo współczucia dla kryminalistów, niektórym pomaga znaleźć porządną robotę, wątpi w ich winę, szuka dowodów. Życie osobiste ma równie skomplikowane jak zawodowe. Kiedy jego przyczepa w końcu spada w przepaść, pomieszkujecie u byłej żony, której aktualna małżonka to twarda jak lufa służbowego rewolweru pani detektyw.

Z Wissem, kumplem z przycy obok, łączę go przyjaźń na śmierć i życie. Dzięki Deckerowi Wisz wyszedł na wolność dzień wcześniej, kupił zdrapkę i wygrał miliony. Czy gdyby opuścił więzienie o czasie, jego życie potoczyłoby się inaczej? Bardzo możliwe.

To jeszcze nie koniec. Decker romansuje też z kobietą, która koszule, jakie nosi detektyw, ogląda tylko wtedy, gdy czyściciel przychodzi zająć się jej basenem. W dodatku to jej fałszywe zeznania wpakowały go do więzienia. A to tylko początek bałaganu, który jest codziennością detektywa.

Seriał „R.J. Decker” jako kryminal broni się brakiem powagi, a jako serial obyczajowy – sympatycznymi bohaterami. Tutaj problemy rozwiązuje się w 45 min (no chyba że jest się ciałem w chłodni), a od zagadki ważniejszy jest humor. R.J. Decker ma w sobie beztroskę i swobodę Thomasa Magnuma z serialu „Magnum” z Tomem Selleckiem. Widzę ich, jak wspólnie prowadzą śledztwa. A potem przebiegają w koszulach w lumpeksie.

Czego chcieć więcej?

Amerykańska prasa zauważa, że popularność serialu nie

bierze się z błyskotliwie poprowadzonej warstwy kryminalnej, ale z czułości, z jaką twórcy podeszli do fenomenu „facetów z Florydy”. W naszej części świata to po prostu kolejny mem, w USA – cała kultura, która wiele mówi o stylu życia. „Facet z Florydy” to popkulturowy bohater zbiorowy, mieszkawiec jednego z najludniejszych stanów, w którym także ze względu na liczbę mieszkańców częściej dochodzi do dzwicznych wypadków.

Ale „R.J. Decker” swój klimat zawdzięcza przede wszystkim prozie Carla Hiaasena, bo jest ekranizacją serii jego powieści. Hiaasen w swoich kryminałach o Florydzie pisał o niej z uczuciem i satyrycznie. Niedawno premierę miał rewelacyjny serial „Małpi biznes” z Vincem Vaughnem w roli kolejnego detektywa w lekko spranej koszuli. I z jeszcze bardziej spraną karierą. Popularność serialu „R.J. Decker” udowadnia, że niezobowiązujący, dowcipny kryminal wciąż jest potrzebny. Nie wyparły go jeszcze ponure, makabryczne opowieści o złamanych przez życie policjantach, dla których każdy dzień w pracy to wycieczka do piekła.

Scott Speedman przyjemnie zaskakuje w roli Deckera. Ta rola to jego najgłośniejszy telewizyjny występ od czasów kultowego serialu „Felicity”, którego emisja zakończyła się niemal 25 lat temu. „R.J. Decker” nie jest tak pokręcony jak „Małpi biznes”, ale ma własny styl i klimat, które pozwalają zapomnieć o troskach.

Czego chcieć więcej w tych niepewnych czasach? Trzeba tylko w czasie seansu powstrzymać natrętne myśli o tym, jak wyglądałaby koszula Deckera, gdyby ktoś ją wyprasował.

MARTA GÓRNA

R.J. DECKER

Seriał kryminalny, USA 2026, wyk. Scott Speedman, Jaina Lee Ortiz, Kevin Rankin, Adelaide Clemens, Bevin Bru

9 odc., Disney+

Kryminalne arcydzieło

„Długa noc” to wspaniały serial,
który można obejrzeć na HBO Max.



„Długa noc”
to skomplikowana historia
morderstwa

· FOT. RICHARD

PRICE/STEVEN

ZAILLIAN, BBC

WORLDWIDE

PRODUCTIONS

Spokojna dla studenta Nasira Khana noc szybko zmienia się w koszmar za sprawą napotkanej tajemniczej młodej kobiety. Mężczyzna trafia do aresztu, gdzie czeka na zarzuty. Szybko uświadamia sobie, że jego życie nie leży wcale w rękach adwokata Johna Stone’a i planu na obronę przygotowanego przez prawnika. Wszystko zależy od pewnego więźnia z Rikers Island.

Uderza mocniej

Dramat kryminalny autorstwa Richarda Price’a i Stevensa Zailliana powstał na podstawie brytyjskiego serialu BBC „Criminal Justice” i opowiada skomplikowaną historię morderstwa. Tytuł wyróżnia się dopracowanymi kontekstami kulturowymi i politycznymi, a opowieść docenili widzowie i krytycy na całym świecie.

„Długa noc” uzyskała 94 proc. pozytywnych opinii ekspertów na Rotten Tomatoes. Widzowie ocenili serial na jeden procent mniej w skali świeżości. „Czwarty sezon »Detektywa« to przy tym bajka dla dzieci”, „Nie wiem, jak twórcy to zrobili, ale tutaj dosłownie każda scena przykuwa do ekranu” – pisze jeden z zachwyconych widzów.

„Więcej takich zjawiskowych seriali”, „genialny”, „serial idealny”, „nie zapomnę go do końca życia”, „arcydzieło”, „naj-

lepsze godziny mojego życia”, „paraliżuje”, „nie mogłam się po nim pozbić” – piszą inni.

Lepszy od „Detektywa”

Krytycy niemalże jednogłośnie stwierdzili, że „Długa noc” jest świetnie skonstruowana i zagrażająca. W wielu recenzjach powtarzały się porównania do uznawanego za jeden z najlepszych seriali w historii „Prawo ulicy”. Craig Mathieson z „The Age” stwierdził, że po 10 latach od premiery produkcji „Długa noc” jest jeszcze bardziej aktualna i zdaje się nawet bolesniejsza niż wcześniej.

W głównej roli w serialu możemy zobaczyć Riza Ahmeda, który niedawno zagrał w chwalonym serialu „Bait” oraz „Fennickim układzie” Wesa Andersona. U boku aktora wystąpił Bill Camp („Siła perswazji”, „Żegnajcie laleczki”), Michael Kenneth Williams („Prawo ulicy”, „Zakazane imperium”) oraz John Turturro znany ze świetnej roli w „Rozdzieleniu”.

JOANNA CHOJNACKA

DŁUGA NOC

Seriał kryminalny, USA 2016, tw. James Marsh, wyk. Riz Ahmed, John Turturro, Amara Karan, Michael Kenneth Williams, Poorna Jagannathan

8 odc., HBO Max

Czy Miśki z serialu „The Bear”
zdobędą upragnioną gwiazdkę
Michelin? • FOT. FX



Gotować każdy może, lecz tylko nieustraszeni zostaną mistrzami”. To zdanie Auguste’a Gusteau, fikcyjnego szefa kuchni z bajki „Ratatuj” stało się inspiracją dla bohaterów serialu „The Bear”. 5. sezon to najbardziej szalona doba dla załogi, czule nazywającej siebie Miśkami.

Obyś restaurację prowadził

W poprzednim sezonie okazało się, że jedyną dochodową częścią ekskluzywnej restauracji The Bear, prowadzonej przez szefa kuchni Carmy’ego Berzatto (Jeremy Allen White) i jego prawą rękę Sydney Adamu, jest okienko z kanapkami z wołowiną – pozostałość po rodzinnej knajpce, od której wszystko się zaczęło.

Carmy uznał, że musi porzucić branżę. Ale jego siostra Natalie (Abby Elliott), kuzyn Richie (Ebon Moss-Bachrach), a przede wszystkim Sydney – postanowili się nie poddać i w ciągu dwóch miesięcy zdobyć gwiazdkę Michelin. Tyle że zegar odliczający czas, jaki im pozostał, właśnie pokazał same zera.

Tempo i emocje

Sezon piąty zaczyna się o poranku dnia, w którym do re-

Znów chodzi o jedzenie

Co mają wspólnego animowany szczur, sanepid i „Władca Pierścieni” z nowym sezonem „The Bear”?

stauracji ma przyjść ktoś od Michelin. A przynajmniej tak podejrzewa ekipa, chcąc, by wszystko było na najwyższym możliwym poziomie. Świat ma jednak inne plany.

Nad Chicago szaleje ulewa, w chłodni świecą pustki, karty kredytowe nie działają, a część kelnerów odeszła. Mało? No to jeszcze pęka rura i zalewa część zaplecza restauracji. A to wszystko tylko w pierwszych minutach.

Przez kolejnych sześć odcinków wszystkim pali się grunt pod nogami. Nawala także system rezerwacyjny, który po odwieszeniu przyjął trzykrotnie więcej gości, niż restauracja mogła pomieścić.

Czy ktoś zadzwonił po sanepid?

W szaleńczym tempie przeskakujemy zatem między kuchnią a salą, gdzie Richie próbuje zapanować nad chaosem tak, by goście niczego nie zauważyli.

Próba dogodzenia gościom prowadzi do desperackich kroków. A mnie w głowie dzwięczy pytanie: gdzie jest sanepid? Przecież częściowo zalana wodą z kanalizacji restauracja, z niedziałającym zmywakiem, a później także kuchenką gazową to zagrożenie dla zdrowia gości, a nie kandydatka do gwiazdki.

Najważniejsze jednak, że w finałowym sezonie serial skupił się na swoich największych skar-

bach – bohaterach i jedzeniu. Każdy z Miśków przeszedł w serialu własną drogę i dostał szansę, żeby się czegoś nauczyć. By się rozwinąć, by lepiej poznać siebie.

Final w słońcu

Gdzie w tym wszystkim „Władca Pierścieni”, zapytacie? Jego finał, czyli liczne zakończenia „Powrotu króla”, z których każde wydawało się już tym ostatnim, przeszedł do historii kina. A „The Bear” idzie jego śladem. W finałowym odcinku żegnamy się, żegnamy i żegnamy, wysłuchujemy też przydługiego, chaotycznego monologu Carmy’ego.

Ale w przeciwieństwie do reszty sezonu nasi bohaterowie w końcu skąpani są w słońcu.

Ostatecznie w moim rankingu „The Bear” łąduje obok najlepszych filmów o kucharzach i jedzeniu, jakie powstały w XXI wieku: „Ratatuj” i „Szefa”.

MAJA STANISZEWSKA

THE BEAR

serial komediowo-dramatyczny, USA 2022-26, wyk. Jeremy Allen White, Ebon Moss-Bachrach, Ayo Edebiri, Lionel Boyce, Liza Colón-Zayas, Abby Elliott, Edwin Lee Gibson

5 sezonów, Disney+

„WYBORCZA TV” redaguje Magdalena Birska; Projekt makiety „Wyborczej TV”: Donata Jezierska i Tomasz Lebioda; Grafiki: Agata Łuszcz; Wydawca: Wyborcza Sp. z o.o., ul. Czerna 8/10, 00-732 Warszawa, tel. 22 555 66 00, e-mail: kultura@wyborcza.pl, Licencje na treści: licencje@wyborcza.pl; Naświetlanie i druk: Quad/Graphics Europe Sp. z o.o.; Okładka: SkyShowtime; Serwis telewizyjny przygotowuje media.press.tv. Za zmiany w programie wprowadzone przez stacje po wysłaniu numeru gazety do drukarni redakcja nie odpowiada.

PIĄTEK 7.08

KOLARSTWO

• TOUR DE POLOGNE

5. etap – start: Opole – Kociierz

10:55 11:30 | TVP SPORT

11:30 | EUROSPORT 1

15:20 | TVP 1

PIŁKA NOŻNA

• PKO BP EKSTRAKLASA

Pogoń Szczecin – Motor Lublin

17:55 | CANAL+ SPORT 3 HD

Wisła Kraków – Wisła Płock

20:25 | CANAL+ SPORT 3 HD

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

18:30 | POLSAT SPORT 1

20:30 | POLSAT SPORT 1

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

17:00 18:30 20:30 23:00 |

CANAL+ SPORT2 HD

• WTA 125 – WARSAW T- MOBILE

POLISH OPEN

1. półfinał gry pojedynczej

12:00 | POLSAT SPORT 2

2. półfinał gry pojedynczej

14:00 | POLSAT SPORT 2

Finał gry podwójnej

16:00 | POLSAT SPORT 2

SOBOTA 8.08

BOKS

• ZUFFA BOXING

Aaron McKenna – Etinosa Oliha

00:20 | TVP SPORT

KOLARSTWO

• TOUR DE POLOGNE

6. etap – start: Bukovina

Resort – Bukowina Tatrzańska

12:30 13:10 | TVP SPORT

13:45 | EUROSPORT 1

15:20 | TVP 1

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA DO LAT 20

4. dzień

03:00 | TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA

• PKO BP EKSTRAKLASA

Radomiak Radom – Górnik

Zabrze

14:40 | CANAL+ SPORT 3 HD

Lech Poznań – Piast Gliwice

17:25 | CANAL+ SPORT 3 HD

Korona Kielce – Legia

20:10 | CANAL+ SPORT 3 HD

SNOOKER

• CHINA OPEN

1. runda

08:00 | EUROSPORT 1

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

PRESENTED BY ROGERS

18:30 | POLSAT SPORT 1

20:30 | POLSAT SPORT 1

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

18:30 | CANAL+ SPORT2 HD

20:30 | CANAL+ SPORT2 HD

01:00 | CANAL+ SPORT2 HD

03:00 | CANAL+ SPORT2 HD

• WTA 125 – WARSAW T- MOBILE

POLISH OPEN

Finał gry pojedynczej

14:00 | POLSAT SPORT 2

NIEDZIELA 9.08

KOLARSTWO

• TOUR DE POLOGNE

UCI World Tour – 7. etap

13:25 | EUROSPORT 1

13:30 14:00 | TVP SPORT

15:20 | TVP 1

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA ŚWIATA DO LAT 20

5. dzień

21:25 | TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA

• 2. BUNDESLIGA

FC Nürnberg – Dynamo Drezno

13:25 | ELEVEN SPORTS 3

Energie Cottbus – Hannover

13:25 | ELEVEN SPORTS 2

FC St. Pauli – Greuther Fürth

13:25 | ELEVEN SPORTS 1

• EMIRATES CUP

Arsenal FC – Borussia

Dortmund

14:55 | POLSAT SPORT 3

• EREDIVISIE

Sparta Rotterdam – Feyenoord

12:10 | POLSAT SPORT 3

• PKO BP EKSTRAKLASA

Raków Częstochowa – KGHM

Zagłębie Lubin

14:40 | CANAL+ SPORT 3 HD

GKS Katowice – Wierzytza

Kraków

17:25 | CANAL+ PREMIUM, CANAL+

SPORT 3 HD

3. kolejka: GKS Katowice

– Wierzytza Kraków

17:30 | TVP SPORT

Jagiellonia Białystok – Widzew

Łódź

20:10 | CANAL+ SPORT 3 HD

SNOOKER

• CHINA OPEN

1. runda

08:00 | EUROSPORT 1

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL

BANK OPEN PRESENTED

BY ROGERS

18:30 | POLSAT SPORT 1

20:30 | POLSAT SPORT 1



Lekkoatletyka. Na Mistrzostwach Europy w Birmingham o medale powalczy 74 polskich sportowców. Na zdjęciu: obrończyni tytułu – Natalia Bukowiecka. Transmisja z zawodów w TVP 1 i TVP Sport

• FOT. GRZEGORZ CELEJEWSKI / AGENCJA WYBORCZA.PL

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

18:30 | CANAL+ SPORT2 HD

20:30 | CANAL+ SPORT2 HD

01:00 | CANAL+ SPORT2 HD

03:00 | CANAL+ SPORT2 HD

PONIEDZIAŁEK 10.08

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA EUROPY

W BIRMINGHAM

1. dzień – sesja poranna

11:30 | TVP SPORT

1. dzień – sesja wieczorna

20:30 | TVP 1

PIŁKA NOŻNA

• BETCLIC 1. LIGA

3. kolejka: Unia Skierniewice

– Arka Gdynia

18:55 | TVP SPORT

• PKO BP EKSTRAKLASA

Śląsk Wrocław – Cracovia

18:55 | CANAL+ SPORT 3 HD

SNOOKER

• CHINA OPEN 1. runda

08:00 | EUROSPORT 1

13:30 | EUROSPORT 1

SPORTY WODNE

• MISTRZOSTWA EUROPY W PARYŻU

I SAINT-DENIS

Pływanie – 1. dzień

– sesja poranna

09:25 | TVP SPORT

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

PRESENTED BY ROGERS

00:00 | POLSAT SPORT 1

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

01:00 | CANAL+ SPORT2 HD

03:00 | CANAL+ SPORT2 HD

WTOREK 11.08

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA EUROPY

W BIRMINGHAM

2. dzień – sesja poranna

11:30 20:00 | TVP SPORT

SIATKÓWKA

• MEMORIAŁ AGATY MRÓZ-

OLSZEWSKIEJ O PUCHAR

PREZYDENTA KOSZALINA

Francja – Włochy

17:30 | POLSAT SPORT 1

Polska – Ukraina

20:00 | POLSAT SPORT 1

SNOOKER

• CHINA OPEN

1. runda

08:00 13:30 | EUROSPORT 1

SPORTY WODNE

• MISTRZOSTWA EUROPY W PARYŻU

I SAINT-DENIS

Pływanie – 2. dzień

09:25 18:25 | TVP SPORT

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

PRESENTED BY ROGERS

00:00 | POLSAT SPORT 1

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

01:00 | CANAL+ SPORT2 HD

03:00 | CANAL+ SPORT2 HD

ŚRODA 12.08

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA EUROPY

W BIRMINGHAM

3. dzień – sesja poranna

11:30 20:45 | TVP SPORT

PIŁKA NOŻNA

• COPA LIBERTADORES

1/8 finału – 1. mecz:

Palmeiras – Cerro Porteño

23:55 | POLSAT SPORT 2

1/8 finału – Cruzeiro – Flamengo

02:25 | POLSAT SPORT 2

• SUPERPUCHAR UEFA

PSG – Aston Villa

20:55 | CANAL+ EXTRA 1

SNOOKER

• CHINA OPEN

2. runda

08:00 | EUROSPORT 1

13:30 | EUROSPORT 1

SPORTY WODNE

• MISTRZOSTWA EUROPY W PARYŻU

I SAINT-DENIS

Pływanie – 3. dzień

09:25 18:25 | TVP SPORT

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

PRESENTED BY ROGERS

00:00 | POLSAT SPORT 1

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

Półfinał

01:00 | CANAL+ SPORT2 HD

03:00 | CANAL+ SPORT2 HD

CZWARTEK 13.08

GOLF

• PGA TOUR – FEDEX ST. JUDE

CHAMPIONSHIP

1. dzień

20:00 | EUROSPORT 2

KOLARSTWO

• ARCTIC RACE OF NORWAY

UCI ProSeries – 1. etap

16:30 | EUROSPORT 2

• CZECH TOUR

UCI ProSeries – 1. etap

15:00 | EUROSPORT 2

LEKKOATLETYKA

• MISTRZOSTWA EUROPY

W BIRMINGHAM

4. dzień – sesja poranna

11:30 | TVP SPORT

4. dzień – sesja wieczorna

20:15 | TVP SPORT

SNOOKER

• CHINA OPEN

2. runda

08:00 | EUROSPORT 1

13:30 | EUROSPORT 1

SPORTY WODNE

• MISTRZOSTWA EUROPY

Pływanie – 4. dzień

09:25 18:25 | TVP SPORT

TENIS

• ATP 1000 – NATIONAL BANK OPEN

PRESENTED BY ROGERS

Finał

02:00 | POLSAT SPORT 1

• ATP MASTERS 1000

– CINCINNATI OPEN

17:00 19:00 21:00 23:00 |

01:00 03:00 | POLSAT SPORT 2

• WTA 1000 – CINCINNATI OPEN

17:00 19:00 21:00 | CANAL+

SPORT2 HD

• WTA 1000 – OMNIUM BANQUE

NATIONALE PRESENTED BY ROGERS

Finał

00:00 | CANAL+ SPORT2 HD

Od A do Z

AFTER 2 ★★

melodramat, USA 2020, reż. Roger Kumble, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Dylan Sprouse
20:00 | tvn 7
Drugie stadium szaleńczego związku szkolnego buntownika i prymuski, która wreszcie zrozumiała, że jego zachowanie to nie poza, ale typ charakteru. I tylko on to może zmienić. Ale czy zechce?

BABY BOOM, CZYLI KOGEL MOGEL 5 ★★

komedie, Polska 2024, reż. Anna Wierczur-Bluszcz, wyk. Maciej Zakościelny, Katarzyna Skrzynecka, Aleksandra Hamkało
22:25 | tvp 1
Panie z wielopokoleniowej patchworkowej (ale i nowobogackiej) rodziny szykują się na narodziny dziecka, co staje się okazją do satyrycznego wejrzenia we współczesne obyczaje nie tylko tego środowiska.

BO WE MNIE JEST SEKS ★★★

film biograficzny, Polska 2021, reż. Katarzyna Klimkiewicz, wyk. Maria Dębska, Leszek Lichota, Krzysztof Zalewski
20:00 | kino polska
Szara polska rzeczywistość lat 60. XX wieku a na jej tle barwny fenomen Kaliny Jędrusik – aktorki, piosenkarki, żony Stanisława Dygata i ikony tamtych lat – w kreacji nagrodzonej w Gdyni Marii Dębskiej.

BRUNET WIECZOROWĄ PORĄ ★★★

komedie, Polska 1976, reż. Stanisław Bareja, wyk. Krzysztof Kowalewski, Bożena Dykiel, Mirosława Krajewska
20:00 | stopklatka
Sensacyjna intryga pióra Stanisława Barei i ukrytego pod pseudonimem Stanisława Tyma obnaża paradoksy polskiej rzeczywistości dekady sukcesu. Ciągłe śmieszcy.

CHALLENGERS ★★★

komedie, USA 2024, reż. Luca Guadagnino, wyk. Zendaya, Josh O'Connor, Mike Faist
21:40 | cinemax
Od zawsze dwaj tenisiści rywalizują o koleżankę z akademii tenisowej – niegdyś mistrzynię kortu, dziś utalentowaną trenerkę, która dawniej była kochanką jednego, by ostatecznie poślubić drugiego.

Piąty element



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

FILM S.F.

FRANCJA 1997, REŻ. LUC BESSON, WYK. BRUCE WILLIS, GARY OLDMAN, MILLA JOVOVICH

Bajka dla dorosłych: świat potrzebuje harmonii, a jej gwarantem ma być piąty element – tajemnicza piękność z kosmosu, która skłania taksówkarza przyszłości do rzucenia wyzwania wszelkiemu złu.

CHIEF OF STATION ★★

thriller, USA/Wlk. Brytania/Węgry 2024, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Aaron Eckhart, Olga Kurylenko, Alex Pettyfer
20:10 | ale kino+ hd
Szef placówki CIA w Budapeszcie traci żonę w zamachu. Jednak po powrocie do kraju dowiadyduje się, że nie był to zamach, a kobieta była podwójnym agentem działającym na rzecz wroga. Trzeba to sprawdzić.

KRÓLOWE DRAGU I ZOMBIE ★★

horror, USA 2025, reż. Tina Romero, wyk. Katy M. O'Brian, Riki Lindhome, Haven
20:00 | cinemax
Kiedy hordy nieumarłych atakują Nowy Jork, w jednym z klubów Brooklynu odbywa się drag show. Gdy i tam pojawiają się zombie, queerowi artyści i uczestnicy imprezy stawiają czynny opór.

MARTWE ZŁO: PRZEBUDZENIE ★★★

horror, USA/Nowa Zelandia/Irlandia 2022, reż. Lee Cronin, wyk. Alyssa Sutherland, Lily Sullivan, Nell Fisher
21:45 | hbo
Nieformalna kontynuacja: w wyniku trzęsienia ziemi uwalniają się demony, które potrafią zawładnąć ludzkimi ciałami. Opowiadają dwie skłócone ze sobą siostry, by zniweczyć ich wysiłki na rzecz pojednania.

MAXXXINE ★★★

horror, USA/Wlk. Brytania/Nowa Zelandia 2024, reż. Ti West, wyk. Mia Goth, Elizabeth Debicki, Moses Sumney
20:00 | hbo
Była gwiazda filmów porno, cudem ocalała z krwawej masakry na planie horroru, marzy o karierze w głównym nurcie Hollywood. Bliska spełnienia pragnień staje się celem stalkera - seryjnego mordercy.

NIEPOKONANI ★★★

dramat obycz., USA/Emiraty Arabskie/Polska/Indie/Arabia Saudyjska 2010, reż. Peter Weir, wyk. Dragoş Bucur, Colin Farrell, Ed Harris
22:10 | kino polska
Z syberyjskiego gulasu do Indii: dzieje dramatycznej ucieczki więźniów w latach II wojny światowej. Ucieczka – z polskim udziałem – prawdziwa, relacja niezupełnie, ale i tak uwiodła Petera Weira.

OSTATNI WIKING ★★★

komedie kryminalne, Dania/Szwecja 2025, reż. Anders Thomas Jensen, wyk. Mads Mikkelsen, Nikolaj Lie Kaas, Lars Ranthe
23:20 | hbo
Włamywacz po wyroku pędzi po lup, który ukrył brat. Ale brat cierpi na zaburzenia osobowości i teraz jest Johnem Lennonem. Tymczasem pojawia się dawny współnik, który swoją część lupu już roztrwonil.

POD GWIAZDZISTYM NIEBEM ★★

komedie romantyczne, USA 2025, reż. Michelle Danner, wyk. Alex Pettyfer, Andy Garcia, Toni Collette
19:20 | canal+ premium
Prozaik musi pośpiesznie skończyć swoją powieść, w czym przeszkadzają mu rozterki sercowe. Ucieka więc do Włoch, gdzie spotyka kobietę inspirującą, czy jednak zainteresowaną związkiem?

POLOWANIE ★★

film sens., USA 2025, reż. Raja Collins, wyk. Mel Gibson, Shelley Hennig, Sofia Hublitz
21:45 | canal+ premium
Mel Gibson jako mistrz survivalu, który wraz z córką ratuje z rzeki ranną kobietę, by wkrótce dowiedzieć się, że jest ścigana przez psychotycznego gangstera i jego ludzi. Rutyna aż piszczy.

VALERIAN I MIASTO TYSIĄCA PLANET ★★★

film fantasy, Francja/Chiny/Belgia/Niemcy/Arabia Saudyjska/USA/Kanada/Katar 2017, reż. Luc Besson, wyk. Dane DeHaan, Cara Delevingne, Clive Owen
20:00 | tvn
Luc Besson bawi się efektowną ekranizacją kultowego komiksu: para kosmicznych agentów specjalnych otrzymuje zadanie przejęcia obiektu nielegalnej transakcji, od którego zależy przyszłość Kosmosu.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

07:30 Welon, fura i brawura
08:00 Serwis Info
08:15 Chłopi (4/13) – serial obyczajowy Polska 1972
09:15 Ranczo VIII (11/13)
10:05 Komisarz Alex XXIII (6)
11:05 Ojciec Mateusz XVIII (1)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes
12:40 Magazyn rolniczy (786)
12:55 Włochy – ostatnie dzikie zakątki (4) – serial dok.
14:00 Spłatanie losy
15:00 Serwis Info
15:15 Studio Tour de Pologne
15:20 Tour de Pologne (n. żywo)
16:45 Studio Tour de Pologne
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? (5740)
18:05 Reporterzy (586)
18:25 Akacjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 Ojciec Mateusz 34 (12) – serial kryminalny Polska 2026
21:25 Drellich (4/7) – serial krym. Polska 25, wyk. Paweł Małaczyński
22:15 Tour de Pologne – kroniki
22:25 Baby Boom, czyli Ko-gel Mogel 5 – komedia Polska 2024 (100 min)
00:05 Operacja Mince meat (Operation Mince-meat) – dramat wojenny Wlk. Brytanii/USA 2021 (135 min)

MEZSO

10:00 Sleeping Beauty – balet Szwajcaria 2022
12:05 Życie, które kocham: Menahem Pressler
12:50 Intermezzo
13:15 Marc-André Dalbavie: Melancholia sprzeciwu – opera Niemcy 2024
15:35 Pierre Boulez, Filharmonicy Wiedeńscy
16:55 Intermezzo
17:15 Gregory Porter na festiwalu Jazzaldia
18:45 Pink Martini w Peraladzie – koncert
20:30 Międzynarodowy Konkurs Dyrygentów Rotterdam 2025 – muzyka klasyczna
21:55 Mahler: IX Symfonia – Orkiestra Szwajcarii Romańskiej, Jonathan Nott
23:25 R. Wagner: Das Rheingold – opera Szwajcaria 2024

TVP2 D3 I

05:30 M jak miłość
06:25 Anna Dymna – spotkajmy się (440) – dyskusja
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7638) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7638) – mag. Polska 2026
11:30 Operacja zdrowie (83)
12:00 Rodzinka.pl III (14/26)
12:35 Koło fortuny (2063)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1033)
14:30 Na sygnale
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2064)
16:35 Familiada (3098)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1034)
18:50 Jeden z dziesięciu (17)
19:25 Barwy szczęścia



20:05 Rodzinka.pl XVIII (6) – serial komediowy
20:40 Lato z Radiem i Telewizją Polską – koncert Polska 2026
22:50 To jest grane (100) – program muzyczny
23:30 Kabaretowa Noc Pod Gwiazdami – Lidz-bark Warmiński 2025 (1, 2) – kabaret i satyra
01:45 9. życie Louisa
01:45 Draxa (The 9th Life of Louis Drax) – thriller Kanada 2015, reż. Alexandre Aja (115 min)

PULS 2

08:30 Wielkie przygody małego rekina II (6) – serial anim.
08:50 Masza i niedźwiedź VI
09:25 Świnka Peppa
09:45 Bing (51,52/78)
10:00 Jezyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (37)
12:00 Psi patrol (16/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy (7/27)
14:00 Baranek Shaun IV
14:35 My Little Pony (10/26)
15:00 Miraculous II (18,24/26)
16:00 Fineasz i Ferb II
17:00 Smerfy (9/27)
18:00 Pingwiny z Madagaskaru
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (28) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
23:00 Zabójca – horror Aus. 2007, reż. Greg McLean

POLSAT D3 I

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień (2088) – mag. informacyjny
09:15 Malanowski i Partnerzy VIII (2,3) – serial fabularno-dok., wyk. Bronisław Cieślak
10:20 Trudne sprawy XX (2/40) – serial fab.-dok.
11:20 Gliniarze XVI (31,32) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier
13:40 Dlaczego ja? 33 (25,26) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:30 Wydarzenia (807)
15:55 Milionerzy (5) – teleturniej Polska 2025
16:35 Gliniarze XIX (13,14) – serial fabularno-dok. Polska 2025, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (807)



19:55 Piąty element (The Fifth Element) – film s.f. Francja 1997, reż. Luc Besson, wyk. Bruce Willis, Gary Oldman, Milla Jovovich (170 min)
22:45 W jak morderstwo – komedia kryminalna Polska 2021, reż. Piotr Mularuk (135 min)
01:00 Świat w płomieniach (White House Down) – thriller USA 2013, reż. Roland Emmerich, wyk. Channing Tatum, Jamie Foxx (175 min)

TV4

07:00 Strażnik Teksasu (3/3) – serial sens. USA 1993
07:55 Bogaty dom – biedny dom XI (4) – serial dok.
08:55 Policjantki i policjanci X (56,57/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (35,36) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? 33 (60,1) – serial fab.-dok. Polska 2026
13:55 Trudne sprawy XVI (27,28,29/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (49/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (537) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (50/65) – serial obycz.
20:00 Gwiazdy kabaretu
22:00 Leon zawodowiec – dramat krym. Francja/USA 1994, reż. Luc Besson
00:20 STOP Drogowka (331)

TVN D3 I

05:15 Recepta na stary dom IV (4) – serial dok.
05:40 Uwaga! (8060) – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (34/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Zakręt – „Sakartvelo” XXV (5) – reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje (42) – mag. Polska 2026
11:25 Babski biznes II (6/8) – serial dok. Polska 2026
12:35 Ukryta prawda (54,55,57/60) – serial fab.-dok.
15:45 Detektywi III (38/60) – serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny III (9/53) – serial obycz. Polska 2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (42/50) – serial krym. Polska 2026
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:50 Uwaga! (8061) – mag.



20:00 Valerian i Miasto Tysiąca Planet (Valerian and the City of a Thousand Planets) – film fantasy Francja/Chiny/Belgia/Niemcy/Arabia Saudyjska/USA/Kanada/Katar 2017 (180 min)
23:00 Mad Max: Na drodze gniewu – film s.f. Australia/USA 2015, reż. George Miller (145 min)
01:25 Batman – film sens. USA 2022, reż. Matt Reeves (215 min)

METRO D3 I

07:35 Tajemnice miłości
08:30 Szpital (19,20/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (52/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (75,76)
14:40 Kiedy ktoś kocha bardziej (37) – serial obycz.
15:50 Magda M. (13)
16:55 Idź na całość (8)
18:00 Złomowisko PL VI
19:00 Kartoteka V (9/30) – serial fab.-dok. Polska 2014
20:05 Akademia Policyjna V – Misja w Miami Beach – komedia USA 1988, reż. Alan Myerson, wyk. Bubba Smith
22:05 Szeregowiec Ryan – film wojenny USA 1998, reż. Steven Spielberg
01:30 Szpital (8/68)
02:30 Szkoła (63/72)

TV PULS D3 I

06:00 Policjanci z Miami IV (2,3/22) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (10,8/13)
10:00 Zaklinaczka duchów IV (2/23) – serial fantasy
11:00 Kotka – serial obycz.
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspaniałe stulecie III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (13)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (14) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (40,41)

20:00 Puls Kabaret – kabaret i satyra Polska 2026, program prowadzi Marcin Wójcik, Olga Łasak
00:00 Kobiety mafii – film sens. Polska 2018, reż. Patryk Vega, wyk. Olga Bołądź, Agnieszka Dygant, Katarzyna Warneke (175 min)
02:55 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (36) – serial obyczajowy Polska 2025, wyk. Zbigniew Buczkowski

TVN7 D3 I

05:20 Ten moment (15/20) – serial fabularno-dok.
05:55 Szkoła (57,58,59/63) – serial fabularno-dok.
08:45 Ukryta prawda (6,22,23) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (12) – serial krym. Polska 2005, wyk. Marek Włodarczyk
15:00 Szpital (11,12/68) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (38/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (26/60)

20:00 After 2 (After We Collided) – melodramat USA 2020, reż. Roger Kumble, wyk. Josephine Langford, Hero Fiennes Tiffin, Dylan Sproule (140 min)
22:20 Nad życie – film obycz. Polska 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Olga Bołądź, Danuta Stenka (120 min)
00:20 Gremliny rozrabiają (Gremlins) – film s.f. USA 1984, reż. Joe Dante (140 min)

STOPKLATKA

- 08:45 Robert Makłowicz** (218) – mag. kulinarny
- 09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher: Śmierć i dziewczyna III** (2/8) – serial kryminalny
- 10:55 Górski lekarz XIV** (4,5/8) – serial obycz. Niemcy/Austria 2021
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher: Morderstwo i mozzarella III** (3/8) – serial krym. Australia 2015
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (15,16)
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XII** (4,11,8/13) – serial dok.
- 19:00 Aukcja w ciemno III** (3,4/26) – serial dok.
- 20:00 Brunet wieczorową porą** – komedia Polska 1976, reż. Stanisław Bareja, wyk. Krzysztof Kowalewski, Bożena Dykiel (125 min)
- 22:05 Poltergeist** – horror USA/Kanada 2015, reż. Gil Kenan (110 min)
- 23:55 Ekstradycja** (1,2) – serial sens. Polska 1995
- 02:40 Skrzydlate świnię** – film obyczajowy Polska 2010 (130 min)

KINO POLSKA

- 07:30 Miś Kudłatek** (4)
- 07:40 Rekisio** – serial anim.
- 08:25 Akademia Pana Kleksa: Przygoda księcia Mateusza** (1) – film dla mł. Polska/ZSRR 1983, reż. Krzysztof Gradowski
- 10:00 Akademia Pana Kleksa: Tajemnica gólarza Filipa** (2) – film dla mł. Polska/ZSRR 1984, reż. Krzysztof Gradowski
- 11:40 Książę** – film krótkometrażowy Polska 2021
- 11:55 Chłopi: Boryna** (1) – film obyczajowy Polska 1973, reż. Jan Rybkowski
- 13:55 Chłopi: Jagna** (2) – film obyczajowy Polska 1973, reż. Jan Rybkowski
- 15:50 C.K. dezerterzy, cz. 2** – film przygodowo-wojenny Polska/Węgry 1986
- 17:25 Stawka większa niż życie** (3,2) – serial wojenny
- 20:00 Bo we mnie jest seks** – film biograficzny Polska 2021, reż. Katarzyna Klimkiewicz, wyk. Maria Dębska, Leszek Lichota
- 22:10 Niepokonani** – dramat obycz. USA/Emiraty Arabskie/Polska/Indie/Arabia Saudyjska 2010, reż. Peter Weir, wyk. Dragoş Bucur, Colin Farrell
- 01:20 Po miłość** – dramat obyczajowy Polska 2021, reż. Andrzej Mańkowski

ALE KINO+

- 08:50 The Office PL** (9,10/12) – serial kom. Polska 2021, wyk. Piotr Polak
- 10:00 Grantchester X** (7,8/8)
- 12:05 Vera XI** (4/6) – serial krym. Wlk. Bryt. 2022, wyk. Brenda Blethyn
- 14:00 Monster (Kaibutsu)** – thriller Japonia 2023, reż. Hirokazu Kore-Eda, wyk. Sakura Andō, Eita Nagayama, Soya Kurokawa (150 min)
- 16:30 Zbrodnie na wybrzeżu II, cz. 1 II** (1/3) – serial krym. Niemcy 2024
- 18:15 Vera XI** (5/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2022
- 20:10 Chief of Station** – thriller USA/Wlk. Brytania/Węgry 2024, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Aaron Eckhart (125 min)
- 22:15 Feralna noc (The Bag Man)** – thriller USA/Bahama 2014, reż. David Grovic, wyk. Rebecca Da Costa, Robert De Niro, John Cusack (130 min)
- 00:25 Boscy (Competencia oficial)** – komediodramat Hiszp./Argentyna 2021, reż. Mariano Cohn, Gastón Duprat, wyk. Penélope Cruz (140 min)

POLSAT FILM

- 08:25 Przyjaciółki XV** (5,6/12)
- 10:25 Świat według Kiepskich** (5,19,31,34,10,5/35) – serial kom.
- 14:00 Z dala od zgłębku** – melodramat USA/Wlk. Brytania 2015, reż. Thomas Vinterberg
- 16:20 S.W.A.T. Jednostka specjalna** – film sens. USA 2003
- 18:55 1000 lat po Ziemi** – film s.f. USA 2013, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Jaden Smith
- 21:00 Ambulans** – film sens. USA/jap. 2022, reż. Michael Bay, wyk. Jake Gyllenhaal
- 23:50 Nikita** – film sens. Francja/Włochy 1990

KINO TV

- 08:05 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (10/13)
- 09:15 Panna Scarlet i komisarz III** (5/6) – serial krym.
- 10:15 Panna Marple** (2/4)
- 12:15 Hudson i Rex IV**
- 14:30 Poirot IX** (2/4) – serial krym. Wlk. Brytania 2003
- 16:40 Strażnik Teksasu III** (2,9/25) – serial sens.
- 18:55 Poirot V** (1/8)
- 20:00 Legenda telewizji** – komedia USA 2004
- 22:00 Rob Roy** – film przyg. Wlk. Brytania/USA 1995
- 00:55 Carrie** – horror USA 2013, reż. Kimberly Peirce

TVP KULTURA

- 08:35 Kolekcja** (5)
- 09:00 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa**
- 09:25 Rodzina Leśniewskich**
- 10:00 Miłość po południu** (Love in the Afternoon) – melodramat USA 1957 (140 min)
- 12:20 Tajemnicza Claudia Cardinale** – film dok.
- 13:25 Bo we mnie jest seks – piosenki Kaliny Jędrusik** – koncert
- 14:30 Niebýváła kariera Taylor Swift** – film dok.
- 15:25 U Pana Boga za piecem** – komedia Polska 1998 (110 min)
- 17:15 Rodzina Leśniewskich** (2,3) – serial obycz.
- 18:20 Mistrzowie wideo** (7)
- 18:55 Rawhide II** (3) – western USA 1959
- 20:00 Pani Bovary (Madame Bovary)** – dramat obycz. Francja 1991, reż. Claude Chabrol (150 min)
- 22:30 Powrót Sherlocka Holmesa** (11/13) – serial krym. Wlk. Brytania 1988
- 23:40 Wstęp do filmu** (489)
- 23:45 Powidoki** – film biograf.
- 01:40 Poza biurem** – film krótkom. Pl. 22 (35 min)

WARNER TV

- 09:25 Prawo Agaty IV** (9)
- 10:25 Pełniejsza chata III**
- 11:30 Teraz albo nigdy! III** (4,5)
- 13:25 Bajzer z Bel-Air VI** (23,24,1,2/24) – serial kom.
- 15:25 Pełniejsza chata III** (1,2,3,4/18) – serial kom.
- 17:40 Rodzinne rewolucje** – komedia romant. USA 2014
- 20:00 Jackie Chan: Przyjemniaczek** – komedia kryminalna Hongkong 1998
- 21:55 Zabójcza broń** – komedia sensacyjna USA 1987
- 00:05 Złoto pustyni** – dramat wojenny USA/Australia 1999

PARAMOUNT

- 07:30 Czarodziejki** (9,10/22)
- 09:25 Policyjna grupa pościgowa XVIII** – serial dok.
- 10:30 Pingwiny z Madagaskaru II** (21/39) – serial anim.
- 11:00 Gang wiewióra 2** – film animowany Kanada 2017
- 13:00 Czarodziejki** (11,12/22)
- 14:55 Transformers: Ostatni Rycerz** – film s.f. USA/Chiny/Kanada 2017, reż. Michael Bay
- 18:05 Zakręcony** – komedia USA/Niemcy 2000
- 20:00 Jestem Bogiem** – thriller USA 2011, reż. Neil Burger
- 22:10 Ciche miejsce 2** – horror USA 2020, reż. John Krasinski

HBO

- 09:10 Noc w zoo** – film animowany Kanada/Francja/Belgia 2024 (90 min)
- 10:40 Policjalne** – dramat obycz. Aus. 2024, reż. Marcelle Lunam (90 min)
- 12:10 Srebrna Gwiazda** – dramat kryminalny USA 2025 (100 min)
- 13:50 Na planie** (32) – mag.
- 14:20 Oszukana przez męża: Historia Morgan Metzera** – dramat obycz. USA 2024 (85 min)
- 15:45 The Pitt II** (3/15)
- 16:30 Piotruś Pan** – film przyg. Wlk. Brytania/USA/Australia/Nowa Zelandia 2003 (115 min)
- 18:25 Podróż z seryjnym zabójcą** – thriller USA/Wlk. Bryt. 2023 (95 min)
- 20:00 MaXXXine** – horror USA/Wlk. Brytania/Nowa Zelandia 2024 (105 min)
- 21:45 Martwe zło: Przebudzenie** – horror USA/Nowa Zelandia/Irlandia 2022 (95 min)
- 23:20 Ostatni wiking** – komedia kryminalna Dania/Szwecja 2025 (115 min)
- 01:15 Piekne wakacje** – horror USA/Kanada 2023 (85 min)

CINEMAX

- 12:45 Mnich i karabin** – komediodramat Bhutan/Tajwan/Francja/USA/Hongkong 2023
- 14:35 Motyli i skafander** – film biograficzny Francja/USA 2007, reż. Julian Schnabel
- 16:25 Ad Astra** – film s.f. USA/Chiny/Brazylia 2019
- 18:25 Mr Deeds, milionier z przypadku** – kom. USA 2002
- 20:00 Królowe drağu i zombie** – horror USA 2025
- 21:40 Challengers** – kom. USA 2024, reż. Luca Guadagnino
- 23:50 Aniołki Charliego** – film sensacyjny USA/Niemcy 2000

ROMANCE TV

- 08:40 Górski lekarz** (3,3/7)
- 10:30 Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń** – film obycz. Niemcy/A 2007
- 12:20 Pokój ze stajnią: Teściowa na horyzoncie** – komedia Niemcy 2021
- 14:15 Inga Lindström: Zapomniany ślub** – film obyczajowy Niemcy 2024
- 16:05 Käthe i ja** (4/10)
- 18:00 Górski lekarz** (4,4/8)
- 20:00 Statek marzeń** – serial obyczajowy Niemcy 2005
- 21:55 Kto nakarmi królika?** – komedia Niemcy 2023
- 23:50 Górski lekarz** (4,4/7)

CANAL+ PREMIUM

- 08:15 Copa 71** – film dok.
- 09:45 LARP. Miłość, trolle i inne questy** – komedia Polska 2025 (95 min)
- 11:20 Saga »Zmierzch«: Przed świtem, cz. 2** – film fantasy USA 2011, reż. Bill Condon (115 min)
- 13:15 Nadzieja** – dramat obyczajowy Niemcy/Polska 2007 (100 min)
- 14:55 Larger Than Life: Złota era boysbandów**
- 16:30 Wicked** – musical USA/Wlk. Brytania/Kanada 2024 (165 min)
- 19:15 Łąpu-Capu** (188)
- 19:20 Pod gwiazdzistym niebem** – komedia romantyczna USA 2025 (100 min)
- 21:00 The Walking Dead: Dead City III** (2/8) – serial grozy USA 2026
- 21:45 Polowanie** – film sens. USA 2025, reż. Raja Collins (105 min)
- 23:30 Kill Bill** – film sens. USA 2003, reż. Quentin Tarantino, wyk. Uma Thurman (110 min)
- 01:20 Kill Bill II** – film sens. USA 2004, reż. Quentin Tarantino, wyk. Uma Thurman (135 min)

TVN FABUŁA

- 07:45 Detektywi** – serial dok.
- 09:50 Prawo Agaty V** (8)
- 10:55 Lekarze II** (2) – serial obycz.
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty V** (7)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:05 Na Wspólnej** (29,30)
- 17:10 Filmowe duety** (2)
- 17:40 Najpiękniejsza muzyka filmowa** (2) – mag. muzyczny
- 17:55 Słodko-ostro** – komedia USA 2021, reż. Geeta Malik
- 20:00 Plan ucieczki** – film sensacyjny USA 2013
- 22:35 Morderstwo doskonałe** – film sensacyjny USA 1998

AMC

- 08:20 Lodowiec** – miniserial
- 12:20 Kupiec wenecki** – dramat obycz. USA/Włochy/Luksemburg/Wlk. Bryt. 2004
- 15:10 Kto pierwszy, ten lepszy** – komedia romantyczna Niemcy/USA 2002
- 17:15 Trudne słówka** – komedia romantyczna USA 2004
- 20:00 Morderca mistrzów** – film sens. Chiny/Hongkong 2014, reż. Teddy Chan
- 22:05 Alpha Dog** – dramat krym. USA/Niemcy 2006
- 00:35 Przekręt** – komedia kryminalna Wlk. Brytania/USA 2000, reż. Guy Ritchie

AXN

09:00 Castle IV (21,22/23)
11:00 MacGyver V (6,7/15)
13:00 Dowody zbrodni III (1,2/23) – serial sens.
15:00 Agenci NCIS: Hawaje II (20,21/22) – serial krym.
17:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (19,20/25)
19:05 Castle IV (23,1/23)
21:05 W 80 dni dookoła świata – film przyg. USA/Niemcy/Irlandia/Wlk. Brytania 2004
23:30 Wykiwać klawisza – komedia USA 2005, reż. Peter Segal, wyk. Adam Sandler

EPIC DRAMA

08:35 Detektyw Murdoch XVIII
09:30 Wszystkie stworzenia duże i małe IV (4/6)
10:30 Lekarze na start
12:00 Zatraceni w miłości
13:00 Sprawy pana Booka
14:15 Agenci NCIS XVII (14/20)
15:10 Panna Marple IV (2/4)
17:05 Dalglish (2/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2021
19:00 Agenci NCIS XVII (15/20)
19:55 Poirot V (7/8) – serial krym. Wlk. Brytania 1993
21:00 Marlow: klub zbrodni
22:00 Morderstwo w małym mieście (4/8) – serial krym.
22:55 Poirot V (7/8)

TVN STYLE

11:25 Ugotowani (9, 10) – reality show Polska 2013
13:30 Kuchenne rewolucje (5, 15) – reality show Polska 24
15:35 Zgłoś remont (1) – reality show Polska 2026
16:35 Pary młode ponad miarę – serial dok. Polska 2020
17:40 Kuchenne rewolucje (13, 6, 11) – reality show
20:50 Bitwa o gości (1)
21:50 Jestem z Polski XVI
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:15 Mroczne sekrety małżeńskie VI – serial dok.

TVN TURBO

08:20 Nic do ukrycia (7/12)
09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (8) – magazyn
10:15 Ciężarówka przez Indie (10/12) – serial dok. Polska 25
11:15 101 napraw (4, 5)
12:15 Jeździć, obserwować IV
13:00 Mobilni mechanicy (5, 6)
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe (8, 12) – program rozrywkowy
18:00 Raport Turbo (5040)
18:15 Moto kombat (11, 12, 13)
20:30 Duda kontra Szafranski
22:00 Raport Turbo (5040)
22:15 Wojny samochodowe (11, 12) – program rozrywkowy

BBC FIRST

08:45 Lewis VIII (1/6)
09:45 Ojciec Brown II (10/10)
10:45 Śmierć pod palmami V
11:55 Z pamiętnika położnej X
13:00 Ulica nadziei III (5,6/15)
15:00 Ojciec Brown IX (9/10)
16:00 Lewis VIII (1/6)
17:00 My Life is Murder (5/10)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XIV (4/8) – serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami V
21:00 Zaproszona
22:15 Tajemnice Brokenwood XII (6/6) – serial kryminalny
00:15 Annika (6/6)

FX

08:00 Kości XII (9/12)
09:00 SkyMed (9/9)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (8,9/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (10,11/23)
13:45 Agenci NCIS VIII (13,14/24) – serial krym.
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (10,11/24)
17:25 Z Archiwum XIII
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (12,13/23)
22:00 Pociąg z forsą – komedia sensacyjna USA 1995
00:15 Z Archiwum X III

HGTV

08:00 Poszukiwacze domów: Australia – serial dok.
09:00 Remontujemy dom na plaży VII – serial dok.
09:55 Letnia chata na lata 12R
11:55 Usterka XI (15)
13:05 Moje miasto, mój dom IX
15:10 Mieszkanie na miarę II
17:05 Polowanie na ogród III
18:20 Weekendowa metamorfoza (5, 6) – reality show
20:10 Będzie pięknie (5/8) – serial dok. Polska 2025
21:10 Zgłoś remont (9)
22:05 House Hunters
00:20 Usterka XI (11,13)

BBC LIFESTYLE

08:10 Mistrzowie szycia (8)
09:20 Majorka: śródziemnomorskie smaki (3, 4, 5, 6)
11:25 Wymarzone domy (24)
12:25 Psijaciele w potrzebie
13:25 Mistrzowie ceramiki
14:35 Wielkie brytyjskie wypieki (4) – program rozrywkowy
15:40 Zapraszamy do stołu
17:50 Wymarzone domy (25)
18:50 Psijaciele w potrzebie
19:50 Wielkie brytyjskie wypieki (5) – pr. rozrywkowy
21:00 Miłosne przekręty (1/4)
22:00 Jak osiągnąć lepszy orgazm – film dok.
23:00 Wstydlive choroby

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół IX (17/24)
08:55 Przyjaciele III (1,2, 3,4,5,6/25) – serial komediowy
11:55 Teoria wielkiego podrywu XII (11,12,13,14,15,16/24) – serial kom. USA 2019
14:30 Dwóch i pół IX (18,19,20,21/24) – serial kom.
16:30 Przyjaciele III (7,8,9, 10,11,12/25) – serial kom.
19:30 Teoria wielkiego podrywu XII (17,18,19,20,21,22/24)
22:00 The Office PL IV
23:05 Comedy Club (2, 3)
00:05 Miasteczko South Park

TVP SERIALE

08:10 Komisarz Alex IV (6/13)
09:05 Rodzinka.pl V (21/26)
09:40 Klan – telenowela
10:15 Ranczo X – serial kom.
11:55 Komisarz Alex IV (7/13)
12:45 Ojciec Mateusz 31 (12,13,1) – serial krym.
15:35 Komisarz Alex IV (8/13)
16:25 Na sygnale
17:35 Ranczo X – serial kom.
19:30 Ojciec Mateusz 32 (2)
20:30 Komisarz Alex XXV (6) – serial krym. Polska 2026
21:30 Ranczo X – serial kom.
23:20 Ojciec Mateusz 32 (3)
00:20 Prokurator (5/10)
01:20 Oficerowie (10/14)

CANAL+ KUCHNIA

12:45 Michel Roux – sielskie smaki francuskiej kuchni II
13:45 Sekrety świata przypraw
14:50 U sąsiadów w kuchni XI
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (4)
16:10 Jakubiak rozgryza Polskę
16:40 Jamie Oliver (4/4)
17:35 Po prostu Jamie (5)
18:30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (3)
18:55 m jak mięso (1)
19:25 Gotuj taniej z Jamiem
21:15 Anthony Bourdain X
23:55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – pr. rozrywkowy

CANAL+ DOMO

11:10 Ucieczka na wieś XXII
12:05 Wielkie projekty
13:05 Cuda z drewna (6/12)
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (13) – lifestyle
15:00 Pomocy! Kupiliśmy wioskę – serial dok.
15:55 Przekopmy Ci ogródek
16:50 Gardeners' World (29)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty: Nowa Zelandia – serial dok.
20:00 Daleko od miasta XV
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (14) – lifestyle
21:55 Wielkie projekty XI
23:00 Domy na krańcu świata

PLANETE+

12:35 360° – świat bez granic
13:40 Ocalić raj II (4)
14:45 Zdraycy/Patrioci (5)
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XII (2/8) – serial dok.
16:55 Świat z góry (4,5/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Od 0 do 9. Wielka historia liczb – serial dok.
19:45 Tutanchamon: wielkie odkrycie – film dok.
21:00 1874. Narodziny impresjonizmu – film dok.
22:50 Parada Równości
23:10 Planeta Seks (5/6)

DISCOVERY CHANNEL

09:00 Parker na złotym szlaku
10:00 Stacja Alaska III (2/8)
11:00 Przetwóca nad Jukonem VI (7/9) – serial dok.
12:00 Porty: Hiszpania
12:30 Nagi instykt przetrwania: Brazylia II – serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Łowcy opali VIII (2/20)
17:00 Przemysłnicy – serial dok.
18:00 Polscy truckersi (6)
19:00 Nagi instykt przetrwania VII (6/17) – serial dok.
20:00 Szczęki w powietrzu: USA
21:00 Zawodowcy – serial dok.
22:00 Najniebezpieczniejszy zawód świata XXII (3)

TVP HISTORIA

10:05 „Czas honoru – Powstanie” – na planie serialu
10:25 Plaże Europy (6/6)
11:30 Gdziekolwiek będę... – film dok. Polska 2009
12:35 Tutanchamon: życie, śmierć i dziedzictwo (2/3)
13:35 Królowie (75)
14:10 Cztery pancerni i pies
15:20 Sensacje XX wieku
17:40 Kolumbowie (3/5)
18:50 Wszystkie kolory świata
20:00 Miasto 44 – film woj. Polska 2014, reż. Jan Komasa
22:10 Historia w postaciach zapisana (9/12) – serial dok.

HISTORY

12:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:05 Starożytni kosmici XVII
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata III (4/7)
14:50 Największe tajemnice świata VII (1/10) – serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
16:15 Jak to wyjaśnić IV (3/20)
17:10 Tajemnice, które miały trwać wiecznie II (20)
18:10 Największe tajemnice świata VII (7) – serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVI
21:00 Wojownicy wszech czasów (5) – serial dok. USA 2026
22:00 Starożytni kosmici XVII (8/17) – serial dok. USA 2025

NATIONAL GEOGRAPHIC

12:00 Pogodowe anomalie
13:00 Katakizmy pogodowe
15:00 Katastrofa w przestworzach XIX (7/10) – serial dok.
16:00 Egipt: miejsce pełne tajemnic IV – serial dok.
17:00 Premiera: Sekrety starożytnej medycyny (4)
18:00 II wojna światowa: ukryta prawda (4,5/6)
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (2/11) – serial dok.
21:00 II wojna światowa: historia przed trybunałem
23:00 Norymberga

FOCUS TV

08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VII
10:00 Gwiazdy lombardu XXIII
12:00 Tajemnice II wojny światowej – serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XX (11,12) – serial dok.
14:00 Łowcy nazistów (13/13)
15:00 Truckersi przez Australię VIII (5/13) – serial dok.
16:00 Dorwać tuńczyka VI
18:00 Rolnicy. Podlasie V
20:00 Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności
21:00 Koloseum (3/8)
22:00 Naziści: ściśle tajna nauka (1,2/8) – serial dok.

BBC EARTH

08:50 Wielkie koty 24/7 II (1/6)
10:05 Życie na pustkowiu VII
11:05 Wędrówki z dinozaurami
12:10 Największe trasy kolejowe V – serial dok.
13:10 Wielkie koty 24/7 II (6/6)
14:25 W okowach mrozu V
16:25 Sekretne życie ogrodu
17:30 Wielkie koty 24/7 II (6/6)
18:45 Malownicze trasy kolejowe V (10/10) – serial dok.
19:45 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) – serial dok.
20:55 W okowach mrozu VI (3,4/22) – serial dok.
22:55 Na krawędzi katastrofy

POLSAT VIASAT HISTORY

09:15 II wojna światowa: cena imperium (9/13) – serial dok.
10:20 Największe postaci zimnej wojny II – serial dok.
11:30 Tajne bazy nazistów
12:20 Majowie: wojna pięciu królestw (1,2,3,4) – serial dok.
16:30 II wojna światowa: cena imperium (10/13) – serial dok.
17:35 Największe postaci zimnej wojny II (4) – serial dok.
18:50 Machu Picchu
19:50 Wojny faraonów (4/4)
21:05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera – serial dokumentalny
22:05 Sisi: zabójstwo cesarowej – film dok. Niemcy 2018

Od A do Z

300: POCZĄTEK IMPERIUM ★★★

dramat historyczny, USA 2013, reż. Noam Murro, wyk. Sullivan Stapleton, Eva Green

22:50 | tvn 7

Inspirowana komiksem Franka Millera opowieść o morskiej bitwie pod Salaminą, w trakcie której Temistokles dokonał tego, co się nie udało Leonidasowi pod Termopilami: powstrzymał perski najazd.

8. MILA ★★★★★

dramat obycz., USA/Niemcy 2002, reż. Curtis Hanson, wyk. Eminem, Brittany Murphy, Kim Basinger

22:35 | canal+ premium

Biografia białego rapera wychowanego na przedmieściach Detroit – od początków do pierwszych sukcesów: na motywach biografii Eminema i z nim w roli głównej. Specyficzna atmosfera i Oscar za piosenkę.

80 MILIONÓW ★★★★★

film przyg., Polska 2011, reż. Waldemar Krzystek, wyk. Wojciech Solarz, Krzysztof Czeczot, Maciej Makowski

23:20 | tvp 1

Na faktach, choć w konwencji komedii sensacyjnej: w przeddzień ogłoszenia stanu wojennego działacze wrocławskiej „Solidarności” wycofują z banku depozyt o wartości 80 mln zł. Polski kandydat do Oscara.

BOŻE CIAŁO ★★★★★

dramat obycz., Polska/Francja 2019, reż. Jan Komasa, wyk. Bartosz Bielenia, Aleksandra Konieczna, Eliza Rycembel

20:00 | kino polska

Jedenaście polskich Orlów, nominacja do Oscara oraz inne nagrody dla wziętej z życia historii uciekiniera z poprawczaka (Bartosz Bielenia!), który udając księdza, skraca drogę pewnej społeczności do Boga.

CZARNA RZKA ★★★

dramat krym., Francja/Belgia 2018, reż. Erick Zonca, wyk. Vincent Cassel, Romain Duris, Sandrine Kiberlain

22:05 | ale kino+ hd

Policjant z problemem alkoholowym prowadzi poszukiwania zaginionego chłopca, rówieśnika jego syna, co rodzi w nim określone emocje, skupiające się na podejrzeniu skorym do pomocy sąsiadzie.

Skażenie



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

HORROR

USA/FRANCJA 2026, reż. Jonny Campbell, wyk. Joe Keery, Georgina Campbell, Liam Neeson

CZARNE BRACTWO.**BLACKKKLANSMAN ★★★★★**

film biograficzny, USA/Chiny 2018, reż. Spike Lee, wyk. John David Washington, Adam Driver, Alec Baldwin

23:25 | hbo

Historia z lat 70. XX wieku – niewiarygodna, ale prawdziwa: dwaj policjanci, w tym czarnoskóry, podejmują się penetracji struktur rasistowskiego Ku Klux Klanu w Colorado Springs. Oscar za scenariusz.

DESPERADO ★★★

film sens., USA/Meksyk 1995, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas, Salma Hayek, Joaquim de Almeida

20:00 | cinemax

Szukający zemsty samotnik kontra setki przeciwników. Wyborny pastisz kina akcji według pomysłu Roberta Rodriguez, a za razem najpełniejsza odpowiedź na pytanie, dlaczego Banderas jest gwiazdą.

GLADIATOR ★★★★★

dramat historyczny, USA/Wlk. Brytania/Maroko/Malta 2000, reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Joaquin Phoenix, Connie Nielsen

23:35 | cinemax

„Bracia! Nasze czyny za życia brzmiały echem w wieczności” – krzychał do żołnierzy przed bitwą general Maximus. „Siła i honor” – odpowiedzieli i poszli za nim. Tę historię można oglądać bez końca.

KOBIETY PRAGNĄ BARDZIEJ ★★★

komedie romantyczna, USA 2009, reż. Ken Kwapis, wyk. Ben Affleck, Jennifer Aniston, Drew Barrymore

22:15 | tvn

Mieszkańcy (a przede wszystkim mieszkanki) Baltimore w poszukiwaniu szczęścia i miłości w bardziej stabilnych, a najlepiej sformalizowanych związkach. I zastęp gwiazd do podziwiania.

KOPNIĘCI W CZASIE ★★

komedie, Francja/Belgia 2025, reż. Vinciane Millereau, wyk. Elsa Zylberstein, Didier Bourdon, Mathilde Le Borgne

19:20 | canal+ premium

Małżonkowie z dwójką dzieci na francuskiej prowincji żyją sobie szczęśliwie w 1958 roku aż do chwili, kiedy w wyniku porażenia prądem nie wylądowali w roku 2025. Zdołają się przystosować?

MIASTO 44 ★★★★★

film wojenny, Polska 2014, reż. Jan Komasa, wyk. Wojciech Blach, Józef Pawłowski, Zofia Wichłacz

22:45 | tvp historia

Powstanie Warszawskie oczami dzisiejszej młodzieży: miejscami porównawcza, aczkolwiek budząca kontrowersje pokolenia rodziców wizja Jana Komasy, ukazująca heroizm walczącego o wolność miasta.

21:00 | canal+ premium



Jak trwoga, to do Liama Neesona, tym razem emerytowanego agenta do walki z bioterroryzmem, który – przy odpowiednim wsparciu – poradzi sobie z grzybem-pasożytem, który opanował zrujnowaną bazę wojskową.

ONI CIĘ ZABIJĄ ★★★

horror, USA 2026, reż. Kirill Sokolov, wyk. Zazie Beetz, Myha'la, Paterson Joseph

21:50 | hbo

Młoda kobieta podejmuje pracę w ekskluzywnym nowojorskim apartamentowcu, który okazuje się świątynią szatana, zamieszkaną przez grono bogaczy, zyskującym nieśmiertelność dzięki składaniu ofiar z ludzi.

SHERLOCK HOLMES:**GRA CIENI ★★★★★**

film sens., Wlk. Brytania/USA 2011, reż. Guy Ritchie, wyk. Robert Downey Jr., Jude Law, Noomi Rapace

20:00 | tvn 7

Guy Ritchie idzie za ciosem: Sherlock Holmes i jego wierny druh doktor Watson na tropie złośliwego profesora Moriarty'ego dążącego do wywołania światowego konfliktu. Brawurowa zabawa konwencjami.

WŁADZA ★★★★★

film sens., USA 2013, reż. Allen Hughes, wyk. Mark Wahlberg, Russell Crowe, Catherine Zeta-Jones

21:20 | tvp 1

Prywatny detektyw, były policjant, ma znaleźć dowody niewierności żony burmistrza Nowego Jorku, ale w wyniku intrygi polityka zostaje wrobiony w zabójstwo szefa kampanii wyborczej jego oponenta.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

05:20 Film dokumentalny
06:20 Balans bieli (135)
07:00 Msza święta
07:40 Rok w ogrodzie (1177)
08:05 Rok w ogrodzie extra
08:20 Pełnosprawni
08:55 Ranczo VIII (12/13)
09:50 Komisarz Alex XXIII (7)
10:50 Ojciec Mateusz XVIII
11:45 Skrzydła i sieci.
Niezwyczajne tańce w powietrzu
12:50 15.10 do Yumy (3:10 to Yuma) - western USA 1957, reż. Delmer Daves (100 min)
14:30 Rozmowy na medal (8)
15:15 Studio Tour de Pologne
15:20 Kolarstwo: Tour de Pologne (na żywo)
16:45 Studio Tour de Pologne
17:00 Teleexpress
17:35 Rolnik szuka żony (9)
18:40 Jaka to melodia? (5817)
19:30 19.30 - wiadomości



20:25 Gra z Cieniem (6/13)
- serial krym. Polska 2024, wyk. Natalia Rybicka, Marcin Hycnar, Grzegorz Małecki
21:20 Władza (Broken City) ***
- film sens. USA 2013, reż. Allen Hughes, wyk. Mark Wahlberg (120 min)
23:20 80 milionów - film ****
przygodowy Polska 2011, reż. Waldemar Krzystek (115 min)
01:15 Baby Boom, czyli Kogel Mogel 5 - komedia Polska 2024 (100 min)

MEZZO

10:00 Gaetano Donizetti: Lukrecja Borgia - opera B 2026
13:00 Intermezzo
13:30 Avishai Cohen Quintet - Jazz in Marciac - koncert
15:05 Portico Quartet - Jazz à Junas - koncert Francja 2022
16:25 Intermezzo
17:00 Glass: Another Look at Harmony - Les Métaboles, Léo Warynski - muzyka klasyczna
17:55 L'Ensemble Intercontemporain gra utwory Roberta Negro - muzyka klasyczna
18:55 Orkiestra Szwajcarii Romańskiej, Jonathan Nott, E. Pahud: Ibert, Mahler
20:30 Georges Bizet: Połowiaczka pereł - opera F 2023
22:25 Klaus Mäkelä, Królewska Orkiestra Concertgebouw: Sibelius, Mozart
00:00 Nielsen: Symfonia nr 5

TVP2 D3 I

05:15 Barwy szczęścia
06:25 M jak miłość
07:30 Pytanie na śniadanie - pobudka (7639) - mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7639) - mag. Polska 2026
11:10 Przed ekranem
11:20 Górna półka smaku (7)
11:55 Zmiennicy (10)
13:05 Panna młoda
14:00 Familiada (3099)
- teleturniej Polska 2025
14:35 Koło fortuny (2065)
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 (4) - show
16:20 Na dobre i na złe
17:15 Panna młoda
18:10 Va banque (1035)
18:45 Wyższa Szkoła Jazdy
19:10 Słowo na niedzielę (1175) - program religijny
19:25 Rodzinka.pl XVIII (7)
- serial kom. Polska 2026



20:00 Lato z Radiem i Telewizją Polską
- koncert Polska 2026
22:15 Piknik Country - koncert Polska 2026
23:05 Nigdy nie mów nigdy **
- komedia Polska 2009, reż. Wojciech Pacyna, wyk. Anna Dereszowska, Jan Wierczkowski, Edyta Olszówka, Robert Więckiewicz, Tomasz Sapryk (115 min)
01:00 Whitney - film dokumentalny Wlk. Brytania/USA 2018

PULS 2

08:25 Futrzaki ruszają na ratunek - film anim. Rosja 2018
09:50 Kurozając i zagadka Chomika Ciemności - film anim. USA/Belgia/F 2022
11:25 Wojciech Cejrowski. Boso - Karaiby (4, 5, 6)
13:40 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (4, 5)
15:40 Trzech weteranów - komedia Czechosł. 1983
17:45 Dzielný krawczyk - film fantasy Niemcy 2008
19:00 Nel i tajemnica Kurokuta - film anim. F 2021
20:55 Test na teściów - komedia Francja 2024, reż. Julien Hervé, wyk. Christian Clavier
22:50 Beowulf - Droga do sprawiedliwości - film fantasy Kanada/Islandia/Wlk. Brytania/USA/Australia 2005
01:00 Wstydlive choroby V

POLSAT D3 I

05:25 Telezakupy TV Okazje - program reklamowy
06:00 Nowy dzień - magazyn
08:30 Halo tu Polsat - magazyn Polska 2026
11:20 Farma (151, 152, 153)
- reality show Polska 2025
11:10 Przed ekranem
14:35 Sezon na misia III (Open Season (3) - film anim. USA/Kanada 2010, reż. Cody Cameron (95 min)
16:10 Speed II - Wyścig z czasem (Speed 2: Cruise Control) - film sens. USA 1997, reż. Jan de Bont, wyk. Sandra Bullock, Jason Patric, Willem Dafoe, Temuera Morrison, Brian McCardie (160 min)
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda - wiadomości
19:15 Prezydenci i premierzy (463) - program publicystyczny Polska 2026



19:55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (169)
- kabaret i satyra Polska 2026
22:05 Szybcy i wściekły V ***
[Fast Five] - film sens. USA/Brazylia/Japonia 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster (170 min)
00:55 Wodny świat (Waterworld) - film s.f. USA 95, reż. Kevin Reynolds, wyk. Kevin Costner (170 min)

TV4

07:00 Galileo - pr. popularn.
09:05 #JesteśmyDlaDzieci (339) - mag. Polska 2026
09:30 Galileo
10:30 Mini Galileo
10:40 Galileo - program popularnonaukowy Polska 26
12:45 Królową być - komedia F 2005, reż. Valérie Lemerrier, wyk. Valérie Lemerrier, Lambert Wilson, Catherine Deneuve, Michel Aumont
14:55 Policjantki i policjanci XXIV (36,37,38,39,40/65) - serial obycz. Polska 2026, wyk. Mariusz Węglowski, Paweł Kowalczyk, Wojciech Sikora
20:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto III (37,38,39,40) - serial kryminalny Polska 2026, wyk. Jerzy Zelnik
00:00 Gwiazdy kabaretu (167, 168) - kabaret i satyra

TVN D3 I

05:15 Nauka jazdy (5)
05:40 Uwaga! (8061) - mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (35/60)
06:50 Kuchenne rewolucje 31 (10) - reality show Polska 2025
07:45 Dzień dobry wakacje (43) - mag. Polska 2026
11:30 Na Wspólnej - serial obyczajowy Polska 2026
13:30 Młode gliny (43/50)
14:40 W krzywym zwierciadle: Europejskie wakacje (National Lampoon's European Vacation) - komedia USA 1985, reż. Amy Heckerling (125 min)
16:45 Wyobraź sobie (Imagine That) - komediodramat USA/Niemcy 2009, reż. Karey Kirkpatrick, wyk. Eddie Murphy (135 min)
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:45 Uwaga! (8062)



20:00 Weź mnie za rękę ***
[Take My Hand] - dramat obycz. Australia 2024, reż. John Raftopoulos (135 min)
22:15 Kobiety pragną bardziej (He's Just Not That Into You) - komedia romantyczna USA 2009 (160 min)
00:55 Constantine - horror **
USA/Niemcy/Kanada/Wlk. Brytania 2005, reż. Francis Lawrence, wyk. Keanu Reeves, Rachel Weisz (150 min)

METRO D3 I

07:05 Gorączka złota XI (19/21) - serial dok. USA 2021
08:00 Klan z Alaski II (2,3/16)
10:00 Złomowisko PL VI (1,2) - serial dok. Polska 2018
13:00 Strażacy 24h - serial dokumentalny Polska 2020
14:05 Makłowicz w drodze (3)
14:40 Farma Clarksona (2/8)
15:50 Jestem z Polski (5,6/9) - serial dok. Polska 2018
17:50 Kryminalni VII (12,13/13) - serial krym. Polska 2007, wyk. Marek Włodarczyk
20:00 Na bank się uda - komedia kryminalna Polska 2019, reż. Szymon Jakubowski, wyk. Marian Dziędziel, Lech Dyblik
22:10 Magic Mike: Ostatni taniec - komedia USA 2022, reż. Steven Soderbergh
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III (9/15)

TV PULS D3 I

06:00 Kobra - oddział specjalny XXIII (13,12,9/13)
- serial sens. Niemcy 2018
09:00 Taki jest świat (32)
09:25 Boso przez świat: Kosmici (76) - cykl reportaży
10:00 Lombard. Życie pod zastaw XI (37,38,39,40,41)
- serial obycz., wyk. Zbigniew Buczkowski, Henryk Gołębiewski, Michał Chorośiński.
Zuzanna spotyka „Meliniarę”, o której dowiedziała się od narzeczonego. Zaniedbana kobieta była pierwszą miłością Piotra z liceum, kiedyś najpiękniejszą dziewczyną w szkole. Daje jej swoją wizytówkę, oferując pomoc.

20:00 12 godzin (Stolen) **
- film sens. USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas (120 min)
22:00 Ocean ognia (Hunter Killer) ***
- thriller USA/Chiny/Wlk. Brytania 2018, reż. Donovan Marsh, wyk. Gerard Butler, Gary Oldman, Common (135 min)
00:15 Terytorium wroga (Forces spéciales) ***
- dramat wojenny Francja 2011 (145 min)

TVN7 D3 I

05:55 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie III - serial dok.
06:50 New Looney Tunes III (17) - serial anim. USA 2019
07:35 Psi Patrol: Wielki Film - film anim. Kanada/USA 2023
09:25 Zgłoś remont (10)
10:30 Bitwa o gości (6)
11:35 Ukryta prawda (14,15,16/60) - serial fabularno-dok. Polska 2023
14:35 Szpital św. Anny (11,12/50) - serial obycz.
16:40 Detektywi (9/56)
17:45 Gremliny II (Gremlins 2: The New Batch) - film s.f. USA 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates, Haviland Morris (135 min)

20:00 Sherlock Holmes: Gra cieni (Sherlock Holmes: A Game of Shadows) ***
- film sensacyjny Wlk. Brytania/USA 2011 (170 min)
22:50 300: Początek imperium (300: Rise of an Empire) ***
- dramat hist. USA 2013, reż. Noam Murro, wyk. Sullivan Stapleton (125 min)
00:55 Reich - film sensacyjny Polska 2001, reż. Władysław Pasikowski (120 min)

STOPKLATKA

- 08:00 Komisarz Rex V**
(8,9/13) – serial sensacyjny Austria/Niemcy 99
- 10:00 Hudson i Rex III** (1,2/16)
– serial krym. Kanada 21
- 12:00 Robin z Sherwood**
(6/6) – serial fantasy
- 13:10 Rozmowy kontrolowane**
– komedia Polska 1991, reż. Sylwester Chęciński (125 min)
- 15:15 Smoking (The Tuxedo)**
– komedia sensacyjna USA 2002, reż. Kevin Donovan (130 min)
- 17:25 Ława przysięgłych (Runaway Jury)**
– thriller USA 2003, reż. Gary Fleder (155 min)
- 20:00 Człowiek mafii (Heist)**
– film sens. USA 2015, reż. Scott Mann, wyk. Robert De Niro, Jeffrey Dean Morgan, Morris Chestnut (120 min)
- 22:00 Efekt motyla (The Butterfly Effect)**
– thriller USA/Kanada 2004, reż. Eric Bress, J. Mackye Gruber (145 min)
- 00:25 Turbulencja**
– film sensacyjny USA 1997, reż. Robert Butler, wyk. Ray Liotta (135 min)

KINO POLSKA

- 07:40 Polska Kronika Filmowa 16B/68** – film dok. Polska 1968
- 07:55 Polska Kronika Filmowa 52AB/68** – reportaż Polska 68
- 08:15 Przygody Myski** – serial dla dzieci Polska 1977
- 08:40 Bolek i Lolek** (9,10/13) – serial anim. Polska 1966
- 09:05 Reksio** – serial anim.
- 09:30 Siedem życzeń** (1,2/7) – serial młodzieżowy Polska 1984, wyk. Daniel Kozakiewicz
- 11:40 7 słów o przemijaniu** – film dok. Polska 2021
- 11:55 W pustyni i w puszczy** – film przyg. Polska 2001, reż. Gavin Hood, wyk. Adam Fidusiewicz, Karolina Sawka
- 14:35 Pan Wołodyjowski** – film hist. Polska 1968, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Tadeusz Łomnicki, Magdalena Zawadzka
- 17:50 Anna German** – serial biograf. Ukraina/Polska/Chorwacja 12, wyk. Joanna Moro
- 20:00 Boże Ciało** – dramat obycz. Polska/Francja 2019, reż. Jan Komasa, wyk. Bartosz Bielenia, Aleksandra Konieczna
- 22:20 Job**, czyli ostatnia szara komórka – komedia Polska 2006, reż. Konrad Niewolski, wyk. Borys Szyc
- 00:15 Trick** – film sensacyjny Polska 2010, reż. Jan Hryniak, wyk. Piotr Adamczyk

ALE KINO+

- 08:25 Nasze córki (Voor de meisjes)** – dramat obycz. Holandia/Austria/Belgia 2025 (130 min)
- 10:35 Tim Burton: Potwór w kinie** – film dok.
- 11:50 Bracia ze stali (The Iron Claw)** – film biograficzny USA/Wlk. Brytania 2023, reż. Sean Durkin (155 min)
- 14:25 Nora Roberts – Niebo**
- Montany (Montana Sky)** – thriller USA 2006, reż. Mike Robe (120 min)
- 16:25 Zbrodnie na wybrzeżu II, cz. 2 II** (2/3) – serial krym. Niemcy 2024
- 18:20 Mój synek (Mon Garçon)** – thriller Francja/Belgia 2017, reż. Christian Carion, wyk. Guillaume Canet (110 min)
- 20:10 Ocalona (Survivor)** – film sens. USA/Wlk. Brytania 2015, reż. James McTeigue (115 min)
- 22:05 Czarna rzeka (Fleuve noir)** – dramat krym. Francja/Belgia 2018, reż. Erick Zonca (135 min)
- 00:20 Zabić, jak to łatwo powiedzieć (Killing Them Softly)** – thriller USA 2012 (120 min)

POLSAT FILM

- 12:40 Ania z Zielonego Wzgórza: dalsze losy** – dramat obyczajowy Kanada 2000
- 14:40 Gęsia skórka 2** – komedia Wlk. Brytania/USA 2018
- 16:30 Minionki** – film anim. USA 2015, reż. Kyle Balda
- 18:25 Szybcy i wściekli VI** – film sens. USA/Japonia/Hiszpania/Wlk. Brytania 2013
- 21:00 Prometeusz** – film s.f. USA/Wlk. Bryt. 2012, reż. Ridley Scott, wyk. Noomi Rapace
- 23:35 Pierwszy śnieg** – dramat krym. Wlk. Brytania/USA/Szwecja/Japonia/Chiny 2017

KINO TV

- 08:00 Strażnik Teksasu II** (21,24/24) – serial sens.
- 12:00 Bitwa o Anglię** – film wojenny Wlk. Brytania/USA/Francja/Hiszpania 1969
- 14:50 RoboCop** – film s.f. USA 2014, reż. José Padilha
- 17:05 Zaginiono miasto Z** – film biograficzny USA 2016
- 20:00 Uprawdazona** – thriller USA/Francja 2008, reż. Pierre Morel, wyk. Liam Neeson
- 22:00 G.I. Jane** – film sens. USA/Wlk. Brytania 1997, reż. Ridley Scott, wyk. Demi Moore
- 00:45 Cyborg** – film s.f. USA 1989, reż. Albert Pyun

TVP KULTURA

- 08:15 Luz i dźwięki** (9/9)
- 08:20 Jak działa jamniczek** – film animowany Polska 1971 (25 min)
- 08:45 U Pana Boga za piecem** – komedia Polska 1998, reż. Jacek Bromski (110 min)
- 10:35 Kosmos 1999** (19/24)
- 11:40 Fontainebleau – prawdziwy dom francuskich monarchów**
- 12:45 Franco Zeffirelli. Obrazy z życia malowane** – film dok.
- 14:00 Zakazane piosenki** – dramat wojenny Polska 1947, reż. Leonard Buczkowski (115 min)
- 15:55 Noce i dnie** (12/12)
- 17:05 MANIFESTA – Zagłębie Ruhry 2026** – reportaż
- 17:40 Miłość po południu** (Love in the Afternoon) – melodramat USA 1957 (140 min)
- 20:00 Jackie Brown** – dramat krym. USA 1997, reż. Quentin Tarantino, wyk. Pam Grier (160 min)
- 22:40 63. KFPP w Opolu** (217)
- 23:45 Pani Bovary (Madame Bovary)** – dramat obycz. Francja 1991, reż. Claude Chabrol (155 min)

WARNER TV

- 11:25 Pokerowy blef** – komediodramat USA/Niemcy/Aus. 2007, reż. Curtis Hanson
- 13:55 Kontakt** – film s.f. USA 1997, reż. Robert Zemeckis
- 16:55 Akademia policyjna III** – komedia USA/Kanada 1986
- 18:35 Akademia Policyjna IV** – film sens. USA 2017
- 20:15 Akademia Policyjna V** – komedia USA 1988
- 22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII** (12,13,14/22)
- 00:45 Parszywa dwunastka** – film woj. USA/Wlk. Bryt. 1967

PARAMOUNT

- 09:00 Tysiąc słów** – komedia USA 2012, reż. Brian Robbins
- 11:05 Ostatni władca wiatru** – film przygodowy USA 2010
- 13:20 Gang Wiewióra** – film animowany USA/Kanada/Korea Południowa 2014
- 15:00 Bumblebee** – film s.f. USA/Chiny 2018
- 17:45 Top Gun** – film sens. USA 1986, reż. Tony Scott
- 20:00 Sonic**. Szybki jak błyskawica – film przyg. USA/Japonia/Kanada 2020
- 22:00 Poziom mistrza** – film sensacyjny USA/Australia/Wielka Brytania 2020

HBO

- 09:25 Boska Sarah**
- Bernhardt** – film biograficzny Francja/Belgia 2024, reż. Guillaume Nicloux (100 min)
- 11:05 Kosmiczny Jet: Obóz**
- Kosmiczny** – film anim. USA 2023, reż. David Mucci Fassett (85 min)
- 12:30 Million minut** – komedia Niemcy 2024 (125 min)
- 14:35 Alita: Battle Angel** – film sens. USA/Japonia/Kanada 2019 (120 min)
- 16:35 Moon: Panda i ja** – komedia Francja/Belgia 2025 (100 min)
- 18:15 Najlepiej jak potrafisz** – komedia romantyczna USA 2025, reż. Michael J. Weithorn (105 min)
- 20:00 Mortal Kombat** – film s.f. USA/Australia 2021, wyk. Simon McQuoid, wyk. Lewis Tan (110 min)
- 21:50 Oni cię zabiją** – horror USA 2026, reż. Kirill Sokolov (95 min)
- 23:25 Czarne bractwo**
- BlackKlansman** – film biograf. USA/Chiny 2018, reż. Spike Lee (130 min)
- 01:35 W dzikim galopie** – dramat obycz. USA 2024, reż. Daniel Minahan (115 min)

CINEMAX

- 12:00 Śniadanie na Plutonie** – komediodramat Irlandia/Wlk. Brytania 2005, reż. Neil Jordan
- 14:05 Challengers** – kom. USA 2024, reż. Luca Guadagnino
- 16:15 Piksele** – komedia USA/Chiny 2015, reż. Chris Columbus
- 18:05 Barry Seal: Król przemytu** – film sens. USA 2017
- 20:00 Desperado** – film sensacyjny USA/Meksyk 1995
- 21:45 Krucjata Bourne'a** – thriller USA/Niemcy 2004
- 23:35 Gladiator** – dramat historyczny USA/Wielka Brytania/Maroko/Malta 2000

ROMANCE TV

- 07:40 Górski lekarz** (1,1,2/8)
- 12:25 Familie Bundschuh**: Jesteście oczywiście zaproszeni – film obycz. Niemcy 2018
- 14:20 Rejs ku szczęściu**
- 16:15 Doktor Herz i doktor Holly**: Diagnosta „nowy start” – dramat obycz. Niemcy 2023
- 18:05 Doktor Herz i doktor Holly**: Matczyne uczucia – dramat krym. Niemcy 2023
- 20:00 Zabójcze tropiki** (3,4/8) – serial krym. Francja 2021
- 22:15 Kryminał z Bolzano** (2) – serial krym. Niemcy 2016
- 00:05 Karla**, Rosalie i dziura w ścianie – kom. Niemcy 2021

CANAL+ PREMIUM

- 09:40 Łąpu-Capu** (189)
- 09:55 Jutro będzie nasze** – komediodramat Włochy 2023 (115 min)
- 11:50 Kiedy nadchodzi jesień** – dramat obycz. Francja 2024 (100 min)
- 13:30 Anna Karenina** – dramat obycz. Wlk. Brytania/USA 2012, reż. Joe Wright (130 min)
- 15:40 Jason Bourne** – film sens. USA/Chiny/Hiszpania/Japonia/Islandia/Niemcy/Włochy 2016 (120 min)
- 17:40 Dalej jazda! 2** – komedia PL 2026, reż. Mariusz Kuczewski (100 min)
- 19:20 Kopnięci w czasie** – komedia Francja/Belgia 2025 (100 min)
- 21:00 Skazienie** – horror USA/Francja 2026, reż. Jonny Campbell, wyk. Joe Keery, Georgina Campbell (95 min)
- 22:35 8. mila** – dramat obycz. USA/Niemcy 2002, reż. Curtis Hanson, wyk. Eminem (110 min)
- 00:25 Everest** – thriller USA/Islandia/Wlk. Brytania 2015, reż. Baltasar Kormákur (120 min)

TVN FABUŁA

- 08:05 Prawo Agaty VI** (10,11)
- 10:05 Psi Patrol: Wielki Film** – film anim. Kanada/USA 2023
- 11:50 Step Up: Taniec zmysłów** – film muz. USA 2006
- 14:00 Kochaj i tańcz** – komedia romantyczna Polska 2008
- 16:45 Harry Potter i komnata tajemnic** – film przygodowy Wlk. Brytania/USA 2002
- 20:00 Harry Potter i więzień Azkabanu** – film przyg. Wlk. Bryt./USA 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe
- 23:00 Blade** – wieczny łowca II – horror USA/Niemcy 2002

AMC

- 08:50 Powiedz „tak”** – komedia romant. USA/Niemcy 2001
- 11:10 Stara miłość nie rdzewieje** – komedia romantyczna USA 2006, reż. Jesse Peretz
- 12:55 Dom latających Szytletów** – film sensacyjny Chiny/Hongkong 2004
- 15:20 Przypadkowy mąż** – komedia USA/Irlandia 2008
- 17:10 Transformers** – film s.f. USA 2007, reż. Michael Bay
- 20:00 Wilk** – horror USA 1994
- 22:45 Kwarantanna II**: Terminal – horror USA 2011
- 00:35 Lwie serce** – film sens. USA 1990, reż. Sheldon Lettich

AXN

08:10 FBI: International IV (16/22) - serial akcji USA 2025
09:10 FBI: Most Wanted IV
10:10 MacGyver IV (11,12,13,1,2/13) - serial akcji USA 2020, wyk. Lucas Till
15:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII (20,21,22,1,2/22)
20:00 John Rambo - film sens. Niemcy/USA/Tajlandia 2008, reż. Sylvester Stallone
21:55 Bad Boys For Life - film sensacyjny USA 2020
00:20 Legenda Zorro - film przygodowy USA 2005

EPIC DRAMA

08:25 Zatraceni w miłości - serial obycz. Turcja 2024
11:30 Agenci NCIS XVII (11,12,13,14/20) - serial krym.
15:00 Panna Marple V (1/4) - serial krym. Wlk. Brytania
17:00 Poirot IV (2/3) - serial krym. Wlk. Brytania 1992
19:20 Agenci NCIS XVII (15/20)
20:15 Detektyw Murdoch XIX - serial kryminalny Kanada/Wielka Brytania 2025
21:10 Komisarz Maigret II: Maigret i noc na rozdwoju (1) - dramat krym. Wlk. Bryt. 2017
23:00 Hiszpańska księżniczka: Serce kontra powinność (5/8)

TVN STYLE

11:30 Jestem z Polski VII (3,11,13/15) - serial dok.
14:35 Ostre cięcie (1)
15:36 Bitwa o gości (1) - reality show Polska 2025
16:35 Do zobaczenia II (2/11) - cykl reportaży Polska 2025
17:05 Złoty remont (2) - reality show Polska 2026
18:05 Ugotowani (1)
19:05 Kuchenne rewolucje (1, 6) - reality show Polska 16
21:05 Śmierć Diany: dwa śledztwa (1/4) - serial dok.
22:15 Ślub od pierwszego wejrzenia (9,10) - real tv

TVN TURBO

08:10 Usterka XVI (22)
08:40 Samochód marzeń (2) - mag. motoryzacyjny
09:35 Ciężarówka przez Stany III (3,4,5,6/10)
12:30 Wojny samochodowe (12,13,14) - pr. rozrywkowy
15:30 Zawodowi handlarze
17:00 Mobilni mechanicy
18:30 Usterka XVI (23)
19:30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (7) - mag.
20:15 Z drugiej ręki (5)
21:00 Naprawy nie do naprawy
21:45 Moto kombat (9)
22:25 Zawodowi handlarze
23:10 Wojny samochodowe

BBC FIRST

08:35 McDonald i Dodds IV
10:20 Morderstwa w Mid-somer (4,4/4) - serial krym.
12:35 Ojciec Brown IX (8,9,10/10) - serial krym.
15:35 My Life is Murder V (4)
17:35 Z pamiętnika położnej X (4/7) - serial obyczajowy
18:45 Śmierć z dala od palm II
19:55 Śmierć pod palmami V (3/8) - serial kryminalny Wlk. Brytania/Francja 2016
21:00 Annika II (1/6)
22:05 Milczący świadek XXIII
00:15 Zaproszona - miniserial

FX

08:40 Agenci NCIS: Sydney III (6,7) - serial kryminalny
10:30 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (2,3/24) - serial krym.
12:20 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (4,5,6/23)
15:05 Z Archiwum X III (14,15,16/24) - serial s.f.
17:55 Spider-Man - film s.f. USA 2002, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire
20:20 Kod da Vinci - thriller USA/Malta/F/Wlk. Bryt. 2006
23:30 Resident Evil: Apokalipsa - horror Niemcy/Wlk. Brytania/USA/Kanada/Francja 2004, reż. Alexander Witt

HGTV

08:00 Najdziwniejsze domy na wynajem (1, 2) - reality show
09:05 Nowa Maja w ogrodzie
10:35 Uratuj swój ogród (19)
11:35 Wymarzony dom za granicą - serial dok.
12:40 Pogromcy chaosu (2)
13:40 Weekendowa metamorfoza (3, 4) - reality show
15:35 Polowanie na ogród II
17:15 House Hunters (6, 7, 8)
18:55 Będzie pięknie (5/8)
19:55 Weekendowa metamorfoza (5, 8) - reality show
21:45 Mieszkanie na miarę II
23:35 Usterka XI (18,12,14)

BBC LIFESTYLE

08:45 Mistrzowie ceramiki (4) - teleturniej muzyczny
09:50 Wielkie nowozelandzkie wypieki (3, 4) - show
12:40 Na bogato: sekrety pierwszej klasy - serial dok.
14:30 Najlepsze hotele Indii
15:30 Zapraszamy do stołu (13,14,15,16) - mag. kulinarny
17:35 Jane Austen: narodziny geniuszu (1/3) - serial dok.
18:45 Bajecznie bogaci agenci
20:00 Bake off: zawodowcy
22:00 Matthew Perry i Ketaminowa Królowa
23:05 Wstydliwe choroby: online III (6,7/8) - serial dok.

COMEDY CENTRAL

08:00 Tata ma plan (6/22) - serial kom. USA 2016
08:30 Teoria wielkiego podrywu XI (17,18,19,20,21,22,23,24,1,2/24) - serial kom.
12:45 Teoria wielkiego podrywu XII (3,4/24)
13:30 Przyjaciele II - serial kom.
18:30 Przyjaciele II (17/24)
19:00 Duchy (10,12/18)
20:00 Jeszcze bardziej zgryźliwi tetrycy - komedia USA 1995
22:00 The Office PL II (2,3/12)
23:05 Comedy Club (4, 5)
00:05 Miasteczko South Park

TVP SERIALE

08:00 Na sygnale
10:20 Ranczo X (4)
12:00 Rodzinka.pl XVIII
13:35 Ojciec Mateusz 31 (7,8) - serial krym. Polska 2024
15:35 Komisarz Alex XXV (6) - serial krym. Polska 2026
16:30 Ranczo X - serial kom.
17:30 Czerdziestolatek (8)
18:45 Ogniem i mieczem (1/4) - serial Polska 2000, wyk. Michał Żebrowski
19:50 Ojciec Mateusz 31 (9,10,11) - serial kryminalny
22:45 Ranczo X - serial kom.
00:40 Komisarz Alex XXV (6) - serial krym. Polska 2026

CANAL+ KUCHNIA

13:10 Dzień dobry, obiad (6)
13:40 Jamie Oliver (1, 2)
14:30 U sąsiadów w kuchni
15:40 ABC gotowania (6)
16:05 m jak mięso (3, 4)
16:55 Jamie Oliver (4)
17:50 Ekoporady z Julią Oleś II
17:55 Ziemia, ogień i smak (1)
18:50 Jedz, podróżuj, smakuj (4,5) - serial dok. Aus. 2025
19:55 Podróże piekarza z Hebrydów (4) - mag. kulinarny
20:50 Kulisy wielkiej kuchni
21:40 Mistrzowie przekąsek w akcji - Nowa Zelandia (4)
22:30 Kuchenny recykling (6)

CANAL+ DOMO

09:30 Mam zamek III (5)
10:00 Daleko od miasta XIII (3)
10:30 Ucieczka na wieś XXII
12:15 Cuda z drewna (6/12)
13:10 Cudotwórcy: zakochaj się w swoim domu na nowo (6)
14:10 Wielkie projekty: Australia XI (6/10) - serial dok.
15:20 Gardeners' World (18)
16:30 Mam zamek III (5,6)
17:30 Kupione i co dalej? (3)
18:00 Daleko od miasta XIII
19:00 Zbudujemy ten dom
20:00 Po pierwsze lokalizacja! Nowa Zelandia - serial dok.
21:00 Wielkie projekty XII
22:10 W mieście czy na wsi

PLANETE+

12:30 Najpiękniejsze rzeki świata II (4/10) - serial dok.
13:35 Chiński list w butelce
14:40 Zdumiewający świat grzybów - film dok.
15:50 Watykan. W jakim stanie jest Kościół? (3/6) - serial dok.
16:55 CERN. Podróż w głąb atomu - film dokumentalny
18:05 Dokąd dzisiaj?
18:50 Polska z góry (2,3)
19:55 Oto Liza Minnelli!
21:00 Catherine Deneuve. W centrum kadru - film dok.
22:05 Parada Równości

DISCOVERY CHANNEL

11:00 Celnicy na straży Szwecji IV (12/14) - serial dok.
12:00 Skok na Luwr - film dok.
13:00 Złomowisko PL IV
15:00 Nic do ukrycia II (3)
16:00 Bracia Collins biorą się do roboty (2) - pr. rozrywkowy
17:00 Ciężarówką przez Afrykę - serial dok. Polska 20
18:00 Ed Stafford: inicjacja
19:00 Teorie spiskowe pod lupą (4) - serial dok. USA 2026
20:00 W oku cyklonu III
21:00 Najniebezpieczniejszy zawód świata XXII (3)
22:00 Azjatycki baron narkotykowy - film dok. USA 2021

TVP HISTORIA

12:35 Wyspy Kanaryjskie (1/5)
13:35 Ex libris - mag.
14:10 Mały wielki człowiek - western USA 1970
16:30 Flesz historii (773)
16:55 Tajemnice kultowych seriali (6) - mag. filmowy
17:55 Nad Niemnem (1/4)
19:00 Zabójcza nauka II (3/6)
20:00 Zapomniana granica Europy - film dokumentalny
21:00 Wyszyński - zemsta czy przebaczenie - film biograficzny Polska 2021
22:45 Miasto 44 - film woj. Polska 2014, reż. Jan Komasa

HISTORY

10:10 Wojny magazynowe XVII
11:10 Największe tajemnice świata VII (7) - serial dok.
12:05 Starożytni kosmici XIV
13:05 Tajemnice zaginionych miast (3) - serial dok.
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata III (5/7) - serial dok.
14:55 Łowca historycznych skarbów (1) - serial dok.
15:50 Gwiazdy lombardu XII
16:40 Piątka z historii (7)
17:10 Hitler i narkotyki
19:05 Starożytni kosmici XIII
21:00 Starożytni kosmici
23:00 Niewyjaśnione tajemnice świata VII (9,10/18)

NATIONAL GEOGRAPHIC

08:55 Ekstremalne zagrożenia
10:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (6,1,9,10,2,11/10)
16:00 Premiera: Car S.O.S. VII - serial dok. Wlk. Bryt. 2026
17:00 Islandia: granica zimnej wojny - serial dok. Islandia 21
19:00 UFO: przełomowe śledztwa (4/5) - serial dok.
20:00 Pompeje: podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem
21:00 Starożytne konstrukcje
22:00 Ukryte pod miastami (2)
23:00 Ciemna strona świata (6,3/8) - serial dok. USA 2020

FOCUS TV

08:00 Rolnicy. Podlasie VII (8)
09:00 Pociągami po Europie
10:00 Kultowe pociągi - najwspanialsze podróże koleją
11:00 Wraki, które zmieniły świat (1,3/10) - serial dok.
13:00 Rolnicy. Podlasie VIII
16:00 Podglądacze przyrody
17:00 Największe statki świata (6/8) - serial dok. USA 2019
18:00 Najniebezpieczniejsze drogi do szkoły III - serial dok.
19:00 Jak to wyjaśnić III (1/20)
20:00 Tajemnice zamków
21:00 Okręt wojenny - życie w Royal Navy - serial dok.
22:00 Niewyjaśnione zagadki

BBC EARTH

09:05 Wielkie koty 24/7 II
10:25 Sekretne życie ogrodu
11:30 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) - serial dok.
12:35 W okowach mrozu III
17:25 Potęga ssaków: kulisy
17:40 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) - serial dok.
18:45 Najpiękniejsze trasy spacerowe (7) - serial dok.
19:45 Wyspy Atlantyku
20:50 Pociągami przez Nową Zelandię (1/2) - film dok.
21:55 W okowach mrozu: Odwilż (1/6) - serial dok.
22:55 Sekretne życie ogrodu

POLSAT VIASAT HISTORY

08:00 Największe postaci zimnej wojny II - serial dok.
10:10 Naziści: korzenie zła - serial dok. Kanada 2025
13:05 Najgroźniejsi ludzie Hitlera - serial dok.
17:45 Próby zamachów na królową Wiktorię - film dok.
19:45 Tajemnice królowej Wiktorii - film dok.
21:00 Życie prywatne przywódców Rzeszy (3,4/4) - serial dok. Niemcy 2025
23:00 Wiołoncełistka z Auschwitz - film dok.
00:55 I wojna światowa: cena imperium (6/13) - serial dok.

Od A do Z

KIEDY NIKT NIE PATRZY ★★★

thriller, USA 2021, reż. Michael Mohan, wyk. Sydney Sweeney, Justice Smith, Ben Hardy

20:00 | cinemax

Para zajmuje mieszkanie i odkrywa, że okno wychodzi na apartament naprzeciwko, zamieszkały przez fotografa i jego partnerkę. Podglądanie sąsiadów staje się pasją pary, co niesie groźne konsekwencje.

MAŁY WIELKI CZŁO-WIEK ★★★

western, USA 1970, reż. Arthur Penn, wyk. Dustin Hoffman, Faye Dunaway, Martin Balsam

21:05 | tvp historia

Jeden z czołowych antywesternów: ucharakteryzowany na 120-latkę Dustin Hoffman dokonuje rozrachunku z legendą Dzikiego Zachodu a przede wszystkim analizuje stosunki amerykańsko-indiańskie na przykładzie losów białego pioniera, którego los rzucił między Indian.

MŁODE STRZELBY ★★

western, USA 1988, reż. Christopher Cain, wyk. Emilio Estevez, Kiefer Sutherland, Lou Diamond Phillips

20:00 | tvp kultura

Żywoł Billy Kida, rozdział I: jak zostałem bandytą. W rzeczywistości próba wskrzeszenia westernu przy pomocy aktorskiej młodzieży, zyskującej na znaczeniu w końcu lat 80. XX wieku. Ma swój styl.

NAJEMNIK ★★

film sens., USA 2022, reż. Tarik Saleh, wyk. Chris Pine, Ben Foster, Gillian Jacobs

20:00 | tv puls

Zwolniony ze służby żołnierz amerykańskich sił specjalnych, dla zapewnienia odpowiedniego poziomu bytu swojej rodzinie decyduje się na podpisanie kontraktu z podejrzaną organizacją militarną.

NOCNY POŚCIG ★★★

film sens., USA 2015, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Ed Harris, Joel Kinnaman

23:10 | tvn 7

Liam Neeson jako nowojorski gangster przed emeryturą walczący o życie porzuconego niegdyś syna, którego śmierci domaga się dawny szef gangstera – w rewanż za zadawnione porachunki.

Gigant



FOT. AGC STUDIOS

FILM BIOGRAFICZNY

WLK. BRYTANIA/USA 2025, REŻ. ROWAN ATHALE, WYK. PIERCE BROSNAN, PHILIP GASCOYNE, DOREN JOHN FARMER

Odmieniony Pierce Brosnan jako Brendan Ingle, trener i mentor angielskiego boksera jemeńskiego pochodzenia Naseema Hameda, na przełomie tysiącleci 16-krotnego zawodowego mistrza wagi piórkowej.

O PÓŁNOCY W PARYŻU ★★★

komedia romantyczna, USA/Hiszpania/Francja 2011, reż. Woody Allen, wyk. Owen Wilson, Rachel McAdams, Kurt Fuller

21:20 | tvp 1

Woody Allen prowadzi współczesnego Amerykanina przez fascynujący świat lat 20., gdy nad Sekwaną rządziła kolonia amerykańskich intelektualistów pod wodzą Hemingwaya i Gertrudy Stein. Ujmujące.

POKOLENIE ★★★

dramat obycz., Polska 1954, reż. Andrzej Wajda, wyk. Tadeusz Łomnicki, Urszula Modrzyńska, Roman Polański

23:30 | tvp historia

Świt szkoły polskiej: Andrzej Wajda przegląda książkę Bohdana Czeszki o narodzinach PPR, ale zatrzymuje się głównie przy fragmentach stroniących od ideologii. Na ekranie Tadeusz Łomnicki i Tadeusz Janczar (jako osaczony przez Niemców Jasio Krone).

POZIOM MISTRZA ★★★

film sens., USA/Australia/Wlk. Brytania 2020, reż. Joe Carnahan, wyk. Frank Grillo, Mel Gibson, Naomi Watts

22:05 | tv puls

„Dzień świstaka” w wersji sensacyjnej przygody: uwięziony w pętli czasu w dniu swego zabójstwa, agent specjalny tak steruje swoim zachowaniem i rozwiązuje zagadkę swej śmierci i uporządkować swoje życie.

PRZYMIERZE ★★★

film sens., USA/Wlk. Brytania/Hiszpania 2023, reż. Guy Ritchie, wyk. Jake Gyllenhaal, Dan Salim, Sean Sagar

23:25 | hbo

Po wyjściu Amerykanów z Afganistanu niedawny weteran wraca tam, by odnaleźć porzuconego na pastwę talibów miejscowego tłumacza, który uratował mu życie w trakcie niebezpiecznej misji.

SISU:**DROGA DO ZEMSTY ★★★**

film wojenny, USA/Finlandia/Wlk. Brytania 2025, reż. Jalmari Helander, wyk. Jorma Tommila, Stephen Lang, Einar Haraldsson

21:55 | hbo

Ciąg dalszy opowieści: niepokonany fiński komandos wraca po wojnie na tereny okupowane przez Sowietów, by rozebrać i przewieźć przez granicę swój dom – kolebkę rodu. Jednoosobowa armia w akcji!

TRANSFORMERS:**PRZEBUDZENIE BESTII ★★**

film s.f., Kanada 2023, reż. Steven Caple Jr., wyk. Anthony Ramos, Dominique Fishback, Lauren Vélez

19:45 | tvn

Ameryka lat 90. XX wieku areną kolejnej odsłony bitwy między siłami stęchniętym Kosmosu. Do gry wchodzi nowa frakcja – Maximale. Efekt: wielki hałas, efekty i postępujące znużenie cyklem.

20:00 | canal+ premium

★★★

UCIEKINIER ★★

film s.f., USA/Wlk. Brytania 2025, reż. Edgar Wright, wyk. Glen Powell, Josh Brolin, William H. Macy

21:55 | canal+ premium

Nowa ekranizacja powieści Stephena Kinga, której akcja rozgrywała się w 2025 r. Glen Powell (w roli Arnolda Schwarzeneggera) zdobędzie miliard, jeśli przetrwa miesiąc telewizyjnej gry w zabijanie.

W TRÓJKĄCIE ★★★

komedia, Szwecja/Niemcy/Francja/Wlk. Brytania 2022, reż. Ruben Östlund, wyk. Harris Dickinson, Charlbi Dean Kriek, Dolly De Leon

22:20 | ale kino+ hd

Złota Palma z Cannes: gdy rejs bogaczy i celebrytów kończy się katastrofą u wybrzeży rzekomo bezludnej wyspy, ludzie, którym przyszło przejąć rząd dusz, nie są zainteresowani ratowaniem pozostałych.

ZAPACH KOBIETY ★★★

dramat obycz., USA 1992, reż. Martin Brest, wyk. Al Pacino, Chris O'Donnell, James Rebhorn

21:55 | cinemax

Dawna historia w nowym wydaniu: ociemniały oficer – weteran wojenny – wobec brutalnej rzeczywistości. Rola na laury: niegdyś w Cannes dla Vittorio Gassmana, w tym wypadku Oscar dla Al Pacino.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

07:00 Msza święta
08:00 Tydzień [1093]
08:35 Stawka większa niż życie [18/18] – serial wojenny
09:40 Kariera Nikodema Dyzmy [1/7] – serial obycz.
10:50 Ojciec Mateusz XVIII [3]
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Portret kapłana [20]
13:10 Życia nie można zmarnować – film dok.
14:15 Parada oszustów
15:15 Studio Tour de Pologne
15:20 Kolarstwo: Tour de Pologne [na żywo]
16:45 Studio Tour de Pologne
17:00 Teleexpress
17:35 Żona dla Polaka [10]
18:40 Jaka to melodia? [5945]
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:25 Gra z Cieniem (7) – serial krym. Polska 2024, wyk. Natalia Rybicka
21:20 O północy w Paryżu **** (Midnight in Paris) – komedia romantyczna USA/Hiszpania/Francja 2011, reż. Woody Allen [110 min]
23:10 Dewajtis [3/7] – serial kostiumowy Polska 2023
00:05 Władza (Broken City) *** – film sensacyjny USA 2013, reż. Allen Hughes [115 min]

MEZSO

12:00 Jean-Yves Thibaudet, San Francisco Symphony Orchestra, Esa-Pekka Salonen: Skriabin, Prometeusz
12:45 Intermezzo
13:30 Elektroniczne wibracje: dźwięk, który zmienił wszystko – muzyka. Dokument
14:20 Nielsen: Symfonia nr 3 – Duńska Narodowa Orkiestra Symfoniczna, Fabio Luisi
15:35 Orkiestra Filharmonii w Strasburgu, Aziz Shokhaimov: Brahms, Niemiecki Requiem – muzyka klasyczna
16:50 Intermezzo
17:40 Jean-Philippe Rameau: Les Fêtes d'Hébé – opera F 2024, reż. François Roussillon
20:30 Filharmonicy Berlińscy, Riccardo Chailly: Szostakowicz, Rota, Respighi
22:15 Nielsen: Symfonia nr 6

TVP2 D3 I

05:10 Barwy szczęścia
06:25 M jak miłość
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka [7640] – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie [7640] – mag. Polska 2026
11:15 Dzień z życia artysty [14] – mag. kulturalny Polska 26
11:50 Lato z Radiem i Telewizją Polską – koncert
14:00 Familiada [3100]
14:35 Koło fortuny [2066] – teleturniej Polska 2025
15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 [5] – show
16:15 Tak to leciało! [71]
17:15 Akwen Eldorado [1/4] – serial sens. Polska 1989, wyk. Artur Dziurman
18:20 Rodzinka.pl XVII [5] – serial kom. Polska 2025
18:55 Kocham Cię, Polsko! [9] – quiz Polska 2026



20:20 Postaw na milion (387) – teleturniej
21:20 Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego [1, 2] – portret muzyczny Polska 2026
23:35 Harry Wild [3, 4/8] – serial krym. Wlk. Brytania/Niemcy 2022
01:40 Król [5/8] – serial krym. Polska 2020
03:00 Nigdy nie mów nigdy *** – komedia Polska 2009, reż. Wojciech Pacyna [110 min]

PULS 2

08:30 Aukcja w ciemno [18]
09:00 Wojciech Cejrowski. Boso – Karaiby [7, 8]
09:55 Boso przez świat: Wanilia [66] – cykl reportaży
10:35 Żandarm z Saint-Tropez – komedia Francja/Włochy 1964, reż. Jean Girault
12:40 Żandarm w Nowym Jorku – komedia Francja/Włochy 1965, reż. Jean Girault
14:45 Duch i złoto – film fantasy Czechy 2013
16:45 Magiczne pióro – film fantasy Czechy/Słowacja/Dania 2018, reż. Marek Najbrt
18:45 Książniczka Mallen – film obycz. Niemcy 2015
20:00 Rekin – horror USA 2022, reż. Le-Van Kiet
21:55 Dzielnica strachu X [21,22,23,24] – serial krym.
01:55 Dzielnica strachu X [25]

POLSAT D3 I

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień – mag. informacyjny Polska 2026
08:30 Halo tu Polsat – magazyn Polska 2026
11:20 Świt jeźdźców smoków – film anim. USA 2014 [30 min]
11:50 Giganci ze stali – film s.f. USA/Indie 2011, reż. Shawn Levy, wyk. Hugh Jackman, Dakota Goyo
14:40 Duże dzieci (Grown Ups) – komedia USA 2010, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James [130 min]
16:50 Jurassic Park III – film s.f. USA 2001, reż. Joe Johnston, wyk. Sam Neill, William H. Macy [120 min]
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” [809] – program publicystyczny



19:55 Mister Supranational 2026 [1, 2, 3] – program rozrywkowy
22:55 Mayday [3, 4/4] – miniserial Polska 2020, wyk. Piotr Adamczyk
00:55 Wydział zabójstw, Hollywood (Hollywood Homicide) ** – komedia sensacyjna USA 2003, reż. Ron Shelton, wyk. Harrison Ford, Josh Hartnett, Lena Olin, Bruce Greenwood, Isaiah Washington [160 min]

TV4

07:00 Ewa gotuje [477]
07:30 The Americas [8,9/10]
09:25 Galileo
11:30 Asterix kontra Cezar – film anim. Francja 1985
13:00 Liga niezwykłych dżentelmenów – film fantasy USA/Niemcy/Czechy/Wlk. Brytania 2003, reż. Stephen Norrington, wyk. Sean Connery, Naseeruddin Shah
15:25 Spider-Man – film s.f. USA 2002, reż. Sam Raimi
17:55 Uroczysko IV [33,34,35,36/52] – serial krym. Polska 2025, wyk. Antoni Królikowski, Honorata Witańska
20:00 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX [37,38,39,40] – serial krym. Polska 2026, wyk. Marek Włodarczyk
00:00 STOP Drogówka [359] – mag. policyjny Polska 2025

TVN D3 I

05:20 Recepta na stary dom IV [5] – serial dok.
05:40 Uwaga! [8062] – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda [36/60]
06:50 Kuchenne rewolucje: Wisła 31 [11] – reality show
07:45 Dzień dobry wakacje
11:30 Co za tydzień [1255]
12:20 Ugotowani [10]
13:30 Gwiezdny pył (Stardust) – film fantasy USA/Wielka Brytania 2007 [160 min]
16:10 Akademia policyjna VI: Operacja Chaos (Police Academy 6: City Under Siege) – komedia USA 1989, reż. Peter Bonerz, wyk. Bubba Smith, David Graf [105 min]
17:55 Kuchenne rewolucje: Tomaszów Mazowiecki – Toscania 31 – reality show
19:00 Fakty, sport, pogoda



19:45 Transformers: Przebudzenie bestii (Transformers: Rise Of the Beasts) – film s.f. Kanada 2023 [160 min]
22:25 Valerian i Miasto Tysiąca Planet – film fantasy Francja/Chiny/Belgia/Niemcy/Arabia Saudyjska/USA/Kanada/Katar 2017 [165 min]
01:10 Laura – dramat obycz. Polska 2010, wyk. Julia Kornacka [100 min]

METRO D3 I

07:55 Klan z Alaski II [4,5/16]
09:55 The Floor [6, 9]
11:20 Gremliny II – film s.f. USA 1990, reż. Joe Dante, wyk. Zach Galligan, Phoebe Cates
13:30 Diagnosta III [2,3] – serial obycz. Polska 2018, wyk. Maja Ostaszewska
15:35 Kryminalni [1,2,3] – serial krym. Polska 2004
18:55 Milionerzy [631, 632]
20:00 Yellowstone II [5,6/10] – serial obycz. USA 2019, wyk. Kevin Costner, Luke Grimes
22:05 Dziewczyna moich koszmarów – komedia romantyczna USA/Meksyk 2007, reż. Bobby Farrelly, Peter Farrelly, wyk. Ben Stiller
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III [10/15]
01:25 Szpital [10/68]
02:25 Szkoła [67/72]

TV PULS D3 I

05:50 Taki jest świat [32] – mag. informacyjny
06:15 Kobra – oddział specjalny XXIII [10/13] – serial sens. Niemcy 2018
07:10 Don Matteo: Boski detektyw XV – serial kryminalny Włochy 2026, wyk. Terence Hill, Nino Frassica
09:20 Kurierzy II [10,11]
11:15 I znowu zgrzeszyliśmy, dobry Boże! – komediodramat Francja 2019, reż. Philippe de Chauveron, wyk. Christian Clavier, Chantal Lauby
13:35 Bogowie Egiptu (Gods of Egypt) – film fantasy USA/Aus./Chiny/Hongkong 2016 [145 min]
16:00 Puls Kabaret

20:00 Najemnik (The Contractor) – film sens. USA 2022, reż. Tarik Saleh, wyk. Chris Pine, Ben Foster [125 min]
22:05 Poziom mistrza (Boss Level) – film sens. USA/Australia/Wlk. Brytania 2020, reż. Joe Carnahan [115 min]
00:00 Poza podejrzeniem (Above Suspicion) – thriller USA 2019, reż. Philip Noyce [125 min]
02:05 Dyżur III [42] – program dok.

TVN7 D3 I

05:10 Szkoła [61/63] – serial fabularno-dok. Polska 2020
06:05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie III
07:00 New Looney Tunes III [19,20/26] – serial anim.
07:30 Tedi i szmaragdowa tablica – film anim. Hiszpania 2022, reż. Enrique Gato
09:20 Ukryta prawda [17,18,19,20,21/60]
14:25 Szpital ś.w. Anny [13,14/50] – serial obycz.
16:30 Detektywi [10/56] – serial fab.-dok. Polska 2023
17:35 Nieoczekiwana zmiana miejsc (Trading Places) – kom. USA 1983, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy [145 min]

20:00 Matrix Zmartwychwstania (The Matrix Resurrections) – film s.f. USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, wyk. Keanu Reeves, Carrie-Anne Moss [190 min]
23:10 Nocny pościg (Run All Night) – film sens. USA 2015, reż. Jaume Collet-Serra [145 min]
01:35 Kursk – film sens. Francja/Belgia/Luksemburg/USA/Rum./Kanada 2018 [135 min]

STOPKLATKA

- 08:00 Komisarz Rex V** (11,12/13) – serial sens. Austria/Niemcy 1999
- 10:00 Hudson i Rex III** (3,4,5/16) – serial krym.
- 13:00 Robin z Sherwood II** (1/7) – serial fantasy
- 14:05 Czarny rumak (The Black Stallion)** – film przyg. USA 1979, reż. Carroll Ballard (155 min)
- 16:40 Pewnego razu na Dzikim Zachodzie (Once Upon a Time in the West)** – western Włochy/USA 1968, reż. Sergio Leone (200 min)
- 20:00 Ucieczka gangstera (The Getaway)** – film sens. USA/Japonia 1994, reż. Roger Donaldson, wyk. Alec Baldwin, Kim Basinger, James Woods, Jennifer Tilly (150 min)
- 22:30 Kontrakt na zabijanie (The Contract)** – dramat krym. USA/Niemcy 2006, reż. Bruce Beresford, wyk. Morgan Freeman (100 min)
- 00:10 Anna German** – serial biograficzny Ukraina/Polska/Chorwacja 2012, wyk. Joanna Moro, Marija Poroszyna

KINO POLSKA

- 07:45 Polska Kronika Filmowa 10A/71** – film dok. Polska 1971
- 07:55 Polska Kronika Filmowa 11A/71** – film dok. Polska 1971
- 08:10 Przygody Myszkii** (8) – serial dla dzieci Polska 1978
- 08:35 Bolek i Lolek** (11,12/13)
- 09:00 Reksio** – serial anim.
- 09:15 Siedem życzeń** (3,4) – serial młodzieżowy Polska 1984, wyk. Daniel Kozakiewicz
- 11:35 Podróż za jeden uśmiech** – film przyg. Polska 1972, reż. Stanisław Jędryka, wyk. Henryk Gołębiewski
- 13:35 Ranking Naj Polskiego Kina** (1, 3) – mag. kulturalny
- 14:50 Pan Anatol szuka miliona** – komedia Polska 1959, reż. Jan Rybkowski, wyk. Tadeusz Fijewski, Barbara Lass
- 16:35 Ziemia obiecana** – dramat obycz. Polska 1975, reż. Andrzej Wajda, wyk. Daniel Olbrychski, Wojciech Pszoniak
- 20:00 Ostatnia misja** – film sensacyjny Polska 1999, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Peter J. Lucas, Janusz Gajos
- 22:10 Mistyfikacja** – thriller Polska 2010, reż. Jacek Koprowicz, wyk. Maciej Stuhr, Jerzy Stuhr, Ewa Błaszczyk
- 00:30 7 uczuń** – komediodramat Polska 2018, reż. Marek Kotowski, wyk. Michał Koterski

ALE KINO+

- 08:40 Zła nie ma (Aku wa sonzai shinaï)** – dramat obycz. Jap. 2023 (130 min)
- 10:50 Daniel Brühl. Mr. Marvelous.** – film dok.
- 12:05 Porwanie Heinekena (Kidnapping Mr. Heineken)** – film sens. Hol./Belgia/Wlk. Brytania/USA 2015, reż. Daniel Alfredson (120 min)
- 14:05 Konie Valdeza (Valdez, il mezzosangue)** – western USA/Włochy/Hiszp./Francja 1973, reż. John Sturges, Duilio Coletti (120 min)
- 16:05 Zbrodnie na wybrzeżu II** (3/3) – serial krym.
- 18:00 Prawo ojca (Une part manquant)** – dramat obycz. Francja/Belgia/Japonia/USA 2024, reż. Guillaume Senez, wyk. Romain Duris (130 min)
- 20:10 Szepty mroku** (1,2/6) – serial krym. USA 2022, wyk. Zahn McClarnon
- 22:20 W trójkącie (Triangle of Sadness)** – komedia S/Niemcy/F/Wlk. Brytania 2022 (170 min)
- 01:10 Daaaaaali!** – komedia Francja 2023, reż. Quentin Dupieux (90 min)

POLSAT FILM

- 08:15 Była sobie Ziemia**
- 09:50 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata** (7,8/13)
- 10:45 Minionki** – film anim. USA 2015, reż. Kyle Balda
- 12:40 Kevin sam w Nowym Jorku** – komedia USA 1992
- 15:05 1000 lat po Ziemi** – film s.f. USA 2013
- 17:20 Hobbit: Pustkowia Smauga** – film przyg. USA/Nowa Zelandia 2013
- 21:00 Nikita** – film sensacyjny Francja/Włochy 1990
- 23:20 Strażnicy cnoty** – komedia USA 2018

KINO TV

- 08:00 Strażnik Teksasu III**
- 09:00 K9: Łowcy skarbów** – film przygodowy USA 2014
- 11:00 Mój przyjaciel orzeł** – film przyg. Austria 2015
- 13:00 Mit** – film przyg. Chiny/Hongkong/USA 2005
- 15:40 Lot Feniksa** – film sens. USA 2004, reż. John Moore
- 17:55 A oni dalej grzeszą, dobry Boże!** – komedia Francja/Belgia 2021
- 20:00 Nieśmiertelny II: Nowe życie** – film fantasy Wlk. Bryt./Francja/Argentyna/USA 1991
- 22:25 Peacemaker** – film sens. USA 1997, reż. Mimi Leder

TVP KULTURA

- 09:00 Przysłań nad Biblią**
- 09:15 Starokatolicy w Szwajcarii**
- 10:15 Fontainebleau – prawdziwy dom francuskich monarchów**
- 11:20 Kosmos 1999** (20/24)
- 12:25 Opole – koncertowe wspomnienia** (17)
- 12:40 19 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '81** (1) – koncert
- 14:25 W samo południe (High Noon)** – western USA 1952 (95 min)
- 16:00 Barbara i Jan**
- 17:15 Studio Kultura** (702)
- 18:05 U cioci na imieninach**
- 19:10 Murmurando** – film obycz. PL 81, reż. Andrzej Barczyński (50 min)
- 20:00 Młode strzelby (Young Guns)** – western USA 1988, reż. Christopher Cain (115 min)
- 21:55 Kulturalni** (30) – mag.
- 22:50 Pasikowski & Linda – W Czerwonym Kręgu** – film dok.
- 00:00 Stagnant** – film krótkom. Polska 22 (30 min)
- 00:30 Jackie Brown** – dramat krym. USA 1997, reż. Quentin Tarantino, wyk. Pam Grier (165 min)

WARNER TV

- 10:15 Akademia Policyjna IV – Patrol obywatelski** – komedia USA 1987, reż. Jim Drake
- 11:55 Akademia Policyjna V – Misja w Miami Beach** – komedia USA 1988
- 13:35 Pokerowy bluff** – komediodramat USA/Niemcy/Australia 2007
- 16:05 Seks w wielkim mieście II** – komedia USA 2010
- 19:05 Kontakt** – film s.f. USA 1997, reż. Robert Zemeckis
- 22:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII** (15,16,17/22) – serial krym. USA/Kan. 2012

PARAMOUNT

- 07:35 Tysiąc słów** – komedia USA 2012, reż. Brian Robbins
- 09:35 Balerina** – film anim. Francja/Kanada 2016
- 11:30 Ostatni władca wiatru** – film przyg. USA 2010
- 13:50 Gang wiewióra 2** – film animowany Kanada 2017
- 15:45 Moje wielkie greckie wesele** – komedia romantyczna USA/Kanada 2002
- 17:45 Wybuchowa para** – komedia sens. USA 2010
- 20:00 Uprawdżona II** – film sensacyjny Francja 2012
- 22:00 Jestem Bogiem** – thriller USA 2011, reż. Neil Burger

HBO

- 09:25 W skrócie** – komediodramat Niemcy 2024, reż. David Dietl (105 min)
- 11:10 Śmierć komedianta** – dramat obycz. Arg./Belgia 2025 (110 min)
- 13:00 Na arenie** – thriller Francja 2024 (95 min)
- 14:35 Focus** – komedia kryminalna USA/Argentyna 2015 (105 min)
- 16:20 Saipan** – film biograficzny Irlandia/Wlk. Brytania 2025 (190 min)
- 17:50 Więzień labiryntu: Próby ognia** – film s.f. USA 2015, reż. Wes Ball, wyk. Dylan O'Brien, Kaya Scodelario (130 min)
- 20:00 Mortal Kombat II** – film s.f. USA 2026, reż. Simon McQuoid, wyk. Karl Urban (115 min)
- 21:55 Sisu: Droga do zemsty** – film wojenny USA/Fin./Wlk. Bryt. 2025, reż. Jalmari Helander (90 min)
- 23:25 Przymierze** – film sens. USA/Wlk. Brytania/Hiszpania 2023, reż. Guy Ritchie (120 min)
- 01:25 Podróż z seryjnym zabójcą** – thriller USA/Wlk. Brytania 2023, reż. Jeff Darling (95 min)

CINEMAX

- 11:10 Krucjata Bourne'a** – thriller USA/Niemcy 2004
- 12:55 Pan od muzyki** – dramat Francja/Szwajc./Niemcy 2004
- 14:30 Stażyści** – komedia USA 2013, reż. Shawn Levy
- 16:25 Między słowami** – dramat obycz. USA/Japonia 2003
- 18:10 Dunkierka** – dramat wojenny Wlk. Brytania/USA/Francja/Holandia 2017
- 20:00 Kiedy nikt nie patrzy** – thriller USA 2021
- 21:55 Zapach kobiety** – dramat obycz. USA 1992
- 00:30 Fargo IV** (5,6/11)

ROMANCE TV

- 08:25 Górski lekarz** (3,3,4,4/7)
- 12:15 Dora Heldt: Nierozłączni** – komedia romant. Niemcy 2014, reż. Mark von Seydlitz
- 14:10 Zabójcze tropiki** (1,2/8) – serial krym. Francja 2021
- 16:25 Nieważkość z tobą** – romans Kanada/USA 2024
- 18:05 Lato w Amsterdamie** – film obycz. Niemcy 2014
- 20:00 Lato na Langeoog** – dramat obycz. Niemcy 2022
- 21:55 Lato w Szwarcwaldzie** – dramat obyczajowy Niemcy 2023, reż. Michael Karen
- 23:50 Pokój ze stajnią: Co za cyrk!** – komedia Niemcy 2022

CANAL+ PREMIUM

- 09:15 Kawalek po kawalku** – film anim. USA/Dania/Australia/Hongkong 2024 (95 min)
- 10:50 Łąpu-Capu Extra** (8)
- 11:20 Niania w Nowym Jorku** – komedia romantyczna USA 2007 (105 min)
- 13:05 Chopin, Chopin!** – dramat obyczajowy Polska 2025 (130 min)
- 15:15 Cudowne życie** – komediodramat Francja/Kanada 2025, reż. Ken Scott (100 min)
- 16:55 Wstęp do meczu**
- 17:25 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Wiczyzsta Kraków** (na żywo)
- 19:30 The Office PL: Co nowego? V** (1/12) – serial kom. Polska 2025, wyk. Piotr Polak
- 20:00 Gigant** – film biograficzny Wlk. Brytania/USA 2025, reż. Rowan Athale, wyk. Pierce Brosnan, Philip Gascoyne (115 min)
- 21:55 Uciekinier** – film s.f. USA/Wlk. Bryt. 2025, reż. Edgar Wright (130 min)
- 00:05 Niezniszczalna** – film sensacyjny USA/Wlk. Brytania 2024 (100 min)

TVN FABUŁA

- 07:55 Prawo Agaty VI** (13,1,2)
- 10:55 Mała Stopa** – film animowany USA 2018
- 13:00 Tedi i szmaragdowa tablica** – film anim. Hiszp. 2022
- 14:55 Za duży na bajki II** – film przygodowy Polska 2024
- 17:00 Harry Potter i więzień Azkabanu** – film przyg. Wlk. Brytania/USA 2004
- 20:00 Harry Potter i Czara Ognia** – film przyg. USA/Wlk. Brytania 2005, reż. Mike Newell, wyk. Daniel Radcliffe
- 23:20 Blade: Mroczna Trójca** – horror USA 2004

AMC

- 07:40 Policyjna opowieść** – film sens. Hongkong 1985
- 09:40 Jakoś leci** – komedia romant. USA 1997, reż. James F. Robinson, wyk. Joanna Going
- 11:50 Trudne słówka** – komedia romantyczna USA 2004
- 14:40 Błękitna laguna: Przebudzenie** – film przyg. USA 2012
- 16:40 Siedem lat w Tybecie** – film biograficzny USA/Wlk. Brytania 1998
- 19:40 Robin Hood** – faceci w rajtach – komedia USA/Francja 1993, reż. Mel Brooks
- 22:00 Długi weekend** – horror Aus. 1978, reż. Colin Eggleston

AXN

08:05 Walker: Strażnik Teksasu II – serial krym.
10:05 MacGyver V (3,4,5, 6,7/15) – serial akcji USA 2020
15:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XIII (3,4,5,6,7/22) – serial krym. USA/Kan. 2012
20:00 Duże dzieci – kom. USA 2010, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Kevin James
22:15 Pan i pani Smith – komedia sensacyjna USA 2005, reż. Doug Liman, wyk. Brad Pitt
00:25 Wykiwać klawisza – komedia USA 2005

EPIC DRAMA

08:15 Lekarze na start – serial obyczajowy Polska 2017
10:35 Piłot V (3,4,5,6/8)
15:00 Dalglish II (3/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2022
17:00 Inspektor George Gently VIII (1/2) – serial krym.
19:00 Projekt Błękitna Księga
19:55 Wszystkie stworzenia duże i małe VI (1/6) – serial obycz. Wlk. Brytania 2025
21:00 Morderstwo w małym mieście (5/8) – serial krym.
22:00 Marlow: klub zbrodni II
23:00 Wszystkie stworzenia duże i małe VI (1/6)
00:10 Detektyw Murdoch XIX

TVN STYLE

11:30 Ostre cięcie (2)
12:35 Babski biznes II (2/8)
13:35 Jestem z Polski XVI
16:35 Bitwa o gości (2)
17:35 Do zobaczenia II (3/11)
18:10 Ugotowani (2)
19:10 Kuchenne rewolucje (7,12) – reality show
21:05 Ostre cięcie (2) – reality show Polska 2026
22:10 Śmierć Diany: dwa śledztwa (2/4) – serial dok.
23:15 EuroPOLKI studentki (7)
00:20 Kobieta na krańcu świata XVI: Japonia – tajemnica długowieczności (7/8)

TVN TURBO

08:20 Duda kontra Szafraniski
09:05 Raport końcowy (830)
09:30 Jeździć, obserwować VII
10:15 Z drugiej ręki (11, 6)
11:45 Naprawy nie do naprawy
12:30 Wojny samochodowe
14:30 Zawodowi handlarze
15:15 Uwaga! Oszust: Ścieżka z ogłoszenia (3,4/12)
16:15 Moto Fachury (8) – mag. motoryzacyjny Polska 2026
17:00 Moto kombi (10)
17:45 Raport końcowy (830)
18:10 Ciężarówka przez Stany III (7,8,9,10/10)
21:10 Wojny samochodowe
22:10 Z drugiej ręki (11)

BBC FIRST

08:35 Śmierć z dala od palm II
09:50 Sanditon II (1,2/6)
12:00 Duchy III (3,4,5/6)
13:50 Morderstwa w Mid-somer II (1,1/4) – serial krym.
16:00 Tajemnice Broken-wood XII (6/6) – serial krym.
17:50 Z pamiętnika położnej X (5/7) – serial obyczajowy
18:55 Detektyw z Chelsea II
19:55 Śmierć pod palmami V
21:00 W cieniu podejrzenia (1/8)
22:00 Line of Duty – Wydział wewnętrzny – serial sens.
00:25 Annika (1/6)

FX

08:40 Agenci NCIS: Sydney III
10:30 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (4,5,6/24) – serial krym.
13:15 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (7/8/23)
15:05 Z Archiwum X III (17/18/24) – serial f.s.
16:55 The Hunting Party II
17:50 Armageddon – film katastroficzny USA 1998
20:55 Kod da Vinci – thriller USA/Malta/Francja/Wlk. Brytania 2006, reż. Ron Howard, wyk. Tom Hanks
00:00 Resident Evil: Zagłada – horror Niemcy/USA/Meksyk/Kanada 2007

HGTV

08:05 Uratuj swój ogród (19)
09:00 Nowa Maja w ogrodzie (33, 34, 23, 24) – magazyn
11:05 Polowanie na ogród IX
12:40 Letnia chata na lata 12R
14:40 Będzie pięknie (5/8)
15:40 Zgłoś remont (9)
16:40 Weekendowa metamorfoza (4,2) – reality show
18:35 Postaw na kolor (1, 2) – reality show Polska 2017
19:40 House Hunters
21:25 Pogromcy chaosu (2)
22:20 Dorota inspiruje (6)
23:20 Zamek w spadku (3, 4) – program rozrywkowy

BBC LIFESTYLE

08:45 Bake off: zawodowcy
10:45 Wymarzone domy
13:50 Wielkie amerykańskie wypieki (7) – pr. rozrywkowy
15:15 Majorka: śródziemnomorskie smaki (3)
15:45 Tajemnice królewskich ogrodów (2/4) – serial dok.
16:50 Książę Karol: 70 lat następcy tronu – film dok.
17:55 Wielkie brytyjskie wypieki: gwiazdy (2)
18:55 W świecie luksusu (1/6)
19:55 Wielkie nowozelandzkie wypieki (3, 4) – show
22:45 Miłosne przekreśli (1/4) – serial dok. Wlk. Bryt. 2024

COMEDY CENTRAL

08:00 Tata ma plan (11/22)
08:30 Teoria wielkiego podrywu XII – serial kom.
12:45 Teoria wielkiego podrywu XII (15,16/24) – serial kom.
13:30 Przyjaciele II
15:00 Duchy (10,12/18)
15:50 Agent XXL – komedia sensacyjna USA/Niemcy 2000
17:55 Jeszcze bardziej zgryźliwi tetrycy – komedia USA 1995
20:00 Agent XXL II – komedia sensacyjna USA 2006
22:00 The Office PL II (4,5)
23:05 Comedy Club (6, 7)

TVP SERIALE

08:30 Czarne chmury (1)
09:30 U Pana Boga w ogrodku (12) – serial kom. Polska 2008
10:30 Ogniem i mieczem (1/4)
11:30 Cztery pancerni i pies (7,8) – serial woj. Polska 1966
13:25 Ojciec Mateusz 31 (9,10)
15:25 Komisarz Alex XXV (7)
16:20 Ranczo X – serial kom. Polska 2016, wyk. Cezary Żak
17:20 Cztery pancerni i pies (1/8) – serial wojenny Polska 1968, wyk. Janusz Gajos
19:40 Ojciec Mateusz 31 (11,12,13) – serial kryminalny
22:35 Ranczo X – serial kom
00:20 Rodzinka.pl XVIII (4,5)

CANAL+ KUCHNIA

13:50 Podróż przez smaki Chin
14:50 Kulisy wielkiej kuchni
15:40 Jamie Oliver
16:35 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (5)
16:49 Ekoporady z Julią Oleś
16:50 Moje smaki wsi (2/6)
17:15 U sąsiadów w kuchni XV
18:25 Poza utartym szlakiem: Colin i Manu (1) – serial dok.
19:25 Nie bój ryby! (2) – mag.
19:50 Dzień dobry, obiad (5, 6)
20:45 m jak mięso (2)
21:15 Anthony Bourdain IX
23:00 Wszystkie smaki fermentacji II (3) – serial dok.

CANAL+ DOMO

08:45 Patent na zieleń (5,6)
09:45 Przekopiemy Ci ogródek
10:15 Gardeners' World (24)
11:25 Cztery pory roku w ogrodach Kew II (3)
12:25 Ucieczka na wieś XXIV
14:10 Wielkie projekty XII
15:15 Luskusowa ucieczka
16:20 Po pierwsze lokalizacja! Nowa Zelandia – serial dok.
17:15 Bitwa o wnętrza (6)
18:10 Mam zamek III (4)
18:35 Daleko od miasta XIV
19:05 Ucieczka na wieś XXII
21:00 Domy na krańcu świata
22:00 Najbliższy dom na naszej ulicy (4) – reality show

PLANETE+

13:35 Ciemna strona ekologii – film dok. Francja 2024
14:45 Supermoce roślin
15:50 Watykan. W jakim stanie jest Kościół? (4/6) – serial dok.
17:00 Niesamowity zmysł węchu – film dok. F 2024
18:05 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Polska z góry. Zamki, dworki, pałace (4,5/12)
19:45 Życia i śmierci Christophera Lee – film dok.
22:00 Zapomniane królowe epoki żelaza – film dok.
23:10 Normanowie na Sycylii

DISCOVERY CHANNEL

12:00 Bracia Collins biorą się do roboty – pr. rozrywkowy
13:00 Ciężarówka przez Afrykę – serial dok.
14:00 Gorączka złota V (8/11)
16:00 Zawodowcy
17:00 Nic do ukrycia II (3)
18:00 Celnicy na straży Szwecji IV (12/14) – serial dok.
19:00 Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za 102 miliony dolarów – film dok.
20:00 Akta ekspedycji II
21:00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge V (8/11)
23:00 W oku cyklonu III – serial dokumentalny USA 2026

TVP HISTORIA

13:45 Zwierzęta, które zmieniły historię – film dok.
14:40 Wyszynski – film biograficzny Polska 2021
16:15 Ex libris – magazyn
16:40 Tutanchamon (2/3)
17:35 Nad Niemnem (2/4)
18:30 Flesz historii (773)
18:55 Nieznana wojna na Północy (6/6) – serial dok.
20:00 II wojna światowa w kolorze (6/10) – serial dok.
21:05 Mały wielki człowiek – western USA 1970
23:30 Pokolenie – dramat obyczajowy Polska 1954

HISTORY

09:15 Tajemnice, które miały trwać wiecznie II (14)
10:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:00 Niewyjaśnione tajemnice świata IV (3/11)
14:00 Piątka z historii (3)
14:25 David Duchovny: archiwum tajemnic II (9)
15:20 Starożytni kosmici XVII
16:10 Tajemnice zaginionych miast (3) – serial dok.
17:10 Jak Hitler przegrał wojnę
19:05 Starożytni kosmici XIII
21:00 David Duchovny: archiwum tajemnic II (5/17)
22:00 Największe tajemnice świata VII (1/10) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12:00 Premiera: Stacja Amsterdam II (6) – serial dok.
13:00 Pompeje: podróż w czasie z Tomem Hiddlestonem
15:00 Inkowie (2) – serial dok.
16:00 Premiera: Starożytne konstrukcje (6,5) – serial dok.
18:00 Stalin kontra Trocki
19:00 UFO: przełomowe śledztwa (5/5) – serial dok.
20:00 CIA: tajemnice i szpieg (6/8) – serial dok.
21:00 Katastrofy pod lupą II
22:00 Katastrofa w przestworzach XVI (4,8,7/10)

FOCUS TV

08:00 Rolnicy. Podlasie VII (10)
09:00 Działkowcy – serial dok.
11:00 Z klimatem i z pasją (12)
11:30 Wojny magazynowe VII (5,6,7,10/18) – serial dok.
14:00 Gwiazdy lombardu XXV
15:00 Przygody poszukiwaczy złota – serial dok. Australia 23
17:00 Rolnicy. Podlasie VIII
21:00 Podróże Gienka i jastrzębia (3/4) – serial dok.
22:00 Oddać życie za Kima – podróż przez Koreę Południową – film dok.
23:00 Pogromcy mafii (8)
00:00 Największe śledztwa CBSP – serial dok. Polska 2024

BBC EARTH

11:00 Sekretne życie ogrodu
12:05 David Attenborough i cuda natury III (5/6)
12:35 W okowach mrozu III
13:35 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) – serial dok.
14:40 Wyspy Atlantyku
15:40 Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (1/2) – serial dok.
16:40 Życie na pustkowiu II
18:45 Potęgą ssaków (3,4/6)
20:50 Sekretne życie ogrodu
21:55 W okowach mrozu: Odwilż (2/6) – serial dok.
22:55 Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku (4/4)

POLSAT VIASAT HISTORY

08:35 Maria Stuart: listy pisane sztyfem – film dok.
09:45 Majowie: wojna pięciu królestw (1,2,3,4) – serial dok.
14:15 Machu Picchu: kamienne miasto – film dok.
15:30 II wojna światowa: cena imperium (6,7,8,9,10/13) – serial dok. Wlk. Brytania 2015
21:00 Kto napisał Biblię? – film dokumentalny Francja 2021
22:10 Tajemnice Jezusa – film dokumentalny USA 2025
23:20 Tajemnica Włóczęgi Przeznaczenia – film dok.
00:30 Najgroźniejsi ludzie Hitlera – serial dokumentalny

Od A do Z

ESKORTA ★★★

western, USA/Francja 2014,
reż. Tommy Lee Jones, wyk.
Tommy Lee Jones, Hilary
Swank, Meryl Streep

22:05 | ale kino+ hd

Tommy Lee Jones za i przed kamerą: trzy żony pionierów, które nie wytrzymują życia na Dzikim Zachodzie, zostają wywiezione przez przyjaciółkę do innego stanu, mając za przewodnika podejrzanego włóczęgę.

FRANZ KAFKA ★★★

film biograficzny, Czechy/Polska/Niemcy/Turcja/Francja 2025, reż. Agnieszka Holland, wyk. Istan Weiss, Peter Kurth, Jenovéfa Boková

20:55 | canal+ premium

Kilka prawd o Franzu Kafce, ikonie literatury XX wieku, jako o wrażliwym człowieku żyjącym w Pradze początku stulecia, przenikliwym pisarzu i bohaterze swoich powieści wobec nieprzyjaznego świata.

GRINDHOUSE VOL. 1**DEATH PROOF ★★★**

thriller, USA 2007, reż. Quentin Tarantino, wyk. Kurt Russell, Zoë Bell, Rosario Dawson

23:00 | canal+ premium

Quentin Tarantino i Robert Rodriguez składają hołd tanim kinom z przedmieść lat 70. XX wieku. Pastisz horroru klasy B: starcie z seryjnym mordercą, kaskaderem zabijającym swe ofiary samochodem.

HISTORIE MIŁOSNE ★★★

dramat obycz., Polska 1997, reż. Jerzy Stuhr, wyk. Jerzy Stuhr, Katarzyna Figura, Dominika Ostalowska

21:55 | kino polska

Jerzy Stuhr za i przed kamerą w holdzie Krzysztofowi Kieślowskiemu: cztery nowele o miłości, przed którą nie powinno się uciekać. Na poły zabawne, na poły poważne. Skłania do refleksji.

HOOLIGANS III ★★

film sens., Wlk. Brytania/USA 2013, reż. James Nunn, wyk. Scott Adkins, Kacey Clarke, Joey Ansah

22:10 | tv puls

Dawny król szalikowców powraca na swój ukochany stadion na wieść, że ktoś zamordował jego brata. Ale dopełnienie zemsty oznacza wyzwanie rzucone współczesnym kibolom i przyjęcie ich reguł gry.

Kronika południowa



FOT. BALTIC CRIME / IN SCRIPT / NAFTA FILMS

KOMEDIA

LITWA 2024, REŻ. IGNAS MISKINIS, WYK. DZIUGAS GRINYS, ROBERTAS PETRAITIS, DIGNA KULIONYTE

KINGSMAN:**ŻŁOTY KRĄG ★★★**

film sens., Wlk. Brytania/USA 2017, reż. Matthew Vaughn, wyk. Taron Egerton, Colin Firth, Mark Strong

20:00 | polsat

Wyszukaną zabawę z komiksem ciąg dalszy. Po ataku na londyńską siedzibę służb specjalnych agencji przenoszą się do USA, by wspólnie z bliźniaczą organizacją stawić czoło nieznanemu wrogowi.

LA GOMERA ★★★★★

komedie kryminalna, Rumunia/Francja/Niemcy/Szwajcaria/Szwecja 2019, reż. Corneliu Porumboiu, Agustí Villaronga, Catrinel Marlon, wyk. Vlad Ivanov, Catrinel Marlon

22:10 | tvp kultura

Rumuński policjant udaje się na Wyspy Kanaryjskie, by poznać tajemniczy język gwizdów, dzięki czemu może wyciągnąć zza krat więźnia, który jako jedyny wie, gdzie ukryto 30 mln skradzionych euro.

MAGIC MIKE:**OSTATNI TANIEC ★★**

komedie, USA 2022, reż. Steven Soderbergh, wyk. Channing Tatum, Salma Hayek, Gemma Arterton

23:10 | tvn 7

Czas sukcesów przeminał i taneczny erotyczny lądzie za barem na Florydzie. Ale pojawia się atrakcyjna (i zamożna) pani, która namawia go do powrotu do zawodu – ale na swoich warunkach. Warto spróbować?

PATRIOTA ★★★

dramat historyczny, USA/Niemcy 2000, reż. Roland Emmerich, wyk. Mel Gibson, Heath Ledger, Joely Richardson

23:05 | polsat

Spokojny Amerykanin chwytają za broń: Mel Gibson dołącza do amerykańskiej rewolucji, czyli wojny George'a Washingtona z Anglią króla Jerzego III. Sporo patosu, ale bez ambicji historycznych.

PTASIEK ★★★★★

dramat psychologiczny, USA 1984, reż. Alan Parker, wyk. Matthew Modine, Nicolas Cage, John Harkins

20:00 | tvp kultura

Głośna, dokonana przez Alana Parkera ekranizacja powieści Williama Whartona o psychicznych konsekwencjach wojny i marzeniu o wolności, które przy odrobinie uporu może się ziścić. Laury w Cannes.

SŁODKO-GORZKI ★★

dramat obycz., Polska 1995, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Rafał Mohr, Rafał Olbrychski, Anita Werner

23:40 | kino polska

Kino jako autoterapia: opowieść o współczesnych nastolatkach uwikłanych w pierwsze dorosłe problemy stają się lekiem na skrywane wcześniej kompleksy reżysera Władysława Pasikowskiego.

SZPICA ★★

film akcji, Chiny/Hongkong/Indie/Korea Południowa/Tajwan/Wlk. Brytania 2020, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yang Yang, Miya Muqi

20:00 | stopklatka

Jackie Chan w swoim stylu – jako szef tajnej organizacji ochrony dla klientów VIP w akcji ratunkowej, mającej na celu odnalezienie porwanej córki ważnego klienta, który zadarł z mafią.

SZPIEG, KÓTORY MNIE RZUCIŁ ★★★

komedie sensacyjna, USA/Kanada/Niemcy/Węgry/Holandia 2018, reż. Susanna Fogel, wyk. Mila Kunis, Kate McKinnon, Justin Theroux

20:50 | tvn

Po rozstaniu z chłopakiem dziewczyna odkrywa, że jest on tajnym agentem, ściganym przez wywiady całego świata, a relacja z nim oznacza zagrożenie, więc wraz z przyjaciółką świadomie wkracza do akcji.

WTOREK ★★

komediodramat, Polska 2001, reż. Witold Adamek, wyk. Bolek, Paweł Kukiz, Małgorzata Kożuchowska

20:00 | kino polska

Kontynuacja „Poniedziałku”: dwaj młodzi otwierają bar go-go na prowincji, co wzbudza zainteresowanie. Plus szczyt perwersji: Jerzy Pilch w ramionach gwiazdy disco polo Shazzy.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 II

07:00 Msza święta
07:30 Studio Raban (4/44)
08:00 Serwis Info
08:15 Chłopi (5/13)
09:15 Ranczo VIII (13/13)
10:05 Komisarz Alex XXIII (8)
11:05 Ojciec Mateusz XVIII (4)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Rok w ogrodzie extra
12:55 Podróż pelikanów
– film dok. Niemcy 2021
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info
15:10 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5743)
18:05 Reporterzy (587)
18:25 Akacjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 Lekkoatletyka: Mistrzostwa Europy w Birmingham:
1. dzień – sesja wieczorna (na żywo)
23:05 Tour de Pologne – kroniki
23:15 Bruce Willis – upadek bohatera – film dok.
00:20 Miasto z morza – film
** hist. Polska 2009, reż. Andrzej Kotkowski, wyk. Małgorzata Foremniak (130 min)
02:30 Karta. Archipeląg pamięci – film dok.

MEZZO

09:45 Intermezzo
10:00 Jean-Yves Thibaudet, San Francisco Symphony Orchestra, Esa-Pekka Salonen: Skriabin, Prometeusz
10:45 Nielsen: Symfonia nr 3 – muzyka klasyczna
11:55 Intermezzo
12:40 Richard Wagner: Die Walküre – opera Szwajc. 2024
16:50 Yehudi Menuhin, skrzypce stulecia – muzyka klasyczna Francja 1994
18:45 Filharmonicy Berlińscy, François-Xavier Roth: Strawiński, Bach – muzyka klas.
20:30 Konkurs im. Van Cliburna 2025 – muzyka klas.
21:55 Les Violons du Roy pod batutą Jonathana Cohena: Haendel, Pergolesi, Vivaldi
23:25 Przełomy w muzyce – muzyka klasyczna

TVP2 D3 II

06:25 Rodzina (nie od) święta (48) – program religijny
06:55 Barwy szczęcia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7641) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7641) – mag. Polska 2026
11:30 Okrasa tamie przepisy (387) – mag. kulinarny
12:00 Wyższa Szkoła Jazdy
12:35 Koło fortuny (2066)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1035)
14:35 Na sygnale
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2067)
16:35 Familiada (3101)
17:20 Panna młoda
18:15 Va banque (1036)
18:50 Jeden z dziesięciu (18)
19:25 Barwy szczęcia – serial obycz. Polska 2026



20:05 Omnibus – szybcy i mądzy (35) – teleturniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion (338) – teleturniej
21:50 Na sygnale – serial obycz. Polska 2026
22:55 Matlock (3,4/19) – serial krym. USA 2024, wyk. Kathy Bates
00:40 Karol, władca Hiszpanii – serial kostiumowy Hiszpania 2015
01:35 W cieniu śmierci (1/12) – serial krym. Finlandia/Niemcy 2018

PULS 2

08:50 Masza i niedźwiedź VI
09:25 Świnka Peppa
09:45 Bing (53,54/78)
10:00 Jeżyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (39,40/52)
12:00 Psi patrol (17/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy – serial anim.
14:00 Baranek Shaun V
14:35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (11/26)
15:00 Miraculous II (24,19/26)
16:00 Finaas i Ferb II
17:00 Smerfy (9/27)
18:00 Pingwiny z Madagaskaru II (1,2/39)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (29) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
23:00 Wstydlive choroby V
01:00 Dzielnica strachu X (21)

POLSAT D3 II

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień – magazyn
09:15 Malanowski i Partnerzy VIII (4,5) – serial fabularno-dok., wyk. Bronisław Cieślak
10:20 Trudne sprawy XX (3/40) – serial fab.-dok.
11:20 Gliniarze XVI (33,34) – serial fab.-dok. Polska 2024
13:25 Dlaczego ja? 33 (27,28) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:30 Wydarzenia
15:55 Milionierzy (6) – teleturniej Polska 2025
16:35 Gliniarze XIX (15,16) – serial fabularno-dok. Polska 2025, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak, Ewelina Ruckgaber, Piotr Mróz
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (810) – program publicystyczny



20:00 Kingsman: Złoty krąg (Kingsman: The Golden Circle) – film sens. Wlk. Brytania/USA 2017, reż. Matthew Vaughn, wyk. Taron Egerton (185 min)
23:05 Patriot (The Patriot) – dramat historyczny USA/Niemcy 2000, reż. Roland Emmerich, wyk. Mel Gibson, Heath Ledger (220 min)
02:45 Misionarz (Missionary Man) – thriller USA 2007 (125 min)

TV4

07:00 Strażnik Teksasu (2/24) – serial sens. USA 1993
07:55 Bogaty dom – biedny dom XI (5) – serial dok.
08:55 Policjantki i policjanci X (58,59/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (37,38) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? XVIII
13:55 Trudne sprawy XVI
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (50/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (538) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (51/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (29,30)
21:05 Sprawiedliwi. Trójmiasto III (41) – serial krym.
22:05 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (41)
23:05 Burn Out – film sens. Francja/Belgia 2017

TVN D3 II

05:40 Uwaga! (7732) – mag. reporterów Polska 2025
05:55 Ukryta prawda (37/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Kamionki – „Fyrtel Smaków” XXV (6) – reality show
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Doradca smaku (36) – mag. kulinarny Polska 2026
11:25 Kuchenne rewolucje: Tomaszów Mazowiecki – Toscania 31 – reality show
12:35 Ukryta prawda (56,57,58/60) – serial fab.-dok.
15:45 Detektywi III (39/60) – serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny III (10/53) – serial obyczajowy Polska 2026, wyk. Jolanta Fraszyńska, Joanna Liszowska
17:55 Młode gliny (44/50)
19:00 Foksy, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8063) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial obycz. Polska 2026
20:50 Szpieg, który mnie rzucił (The Spy Who Dumped Me) – komedia sensacyjna USA/Kan./Niemcy/Węgry/Holandia 2018, reż. Susanna Fogel (150 min)
23:20 Transformers: Przebudzenie bestii (Transformers: Rise of the Beasts) – film s.f. Kan. 2023, reż. Steven Caple Jr. (150 min)
01:50 Co za tydzień (1255)

METRO D3 II

07:35 Tajemnice miłości – serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (21,22/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (53/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (77/78)
14:40 Kiedy ktoś kocha bardziej (38) – serial obycz.
15:50 Magda M. (14)
16:55 Idź na całość (9)
18:00 Złomowisko PL VI
19:00 Kartoteka V (10,11/30) – serial fab.-dok. Polska 2014
21:05 Kryminalni V (1) – serial kryminalny Polska 2006
23:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XI (21/22)
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III (11/15)
02:30 Szpital (11/68)
02:20 Szkoła (69/72)

TV PULS D3 II

06:00 Policjanci z Miami IV (3,4/22) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIII (8,1/13) – serial sensacyjny Niemcy 2018
10:00 Zaklinaczka duchów IV
11:00 Kotka – serial obycz.
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspomnienia stulecia III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (14)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (15) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (41,42)

20:00 Klub zabójców (Assassin Club) – thriller USA/Włochy 2023, reż. Camille Delamarre, wyk. Henry Golding (130 min)
22:10 Hooligans III (Green Street 3: Never Back Down) – film sens. Wlk. Brytania/USA 2013, reż. James Nunn, wyk. Scott Adkins (110 min)
00:00 Amerykański Sicario (American Sicario) – film sensacyjny USA 2021 (125 min)

TVN7 D3 II

05:20 Ten moment (16/20) – serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (62,63,1/63) – serial fab.-dok. Polska 2020
08:45 Ukryta prawda (7,24,25) – serial fabularno-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni II (13/13) – serial krym. Polska 2005
15:00 Szpital (13,14/68) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (39/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (27/60) – serial fab.-dok. Polska 2023

20:00 Karol. Człowiek, który został papieżem (Karol. Un uomo diventato papa) (1/2) – film biograf. Polska/Wł. 2005, reż. Giacomo Battiato (130 min)
22:10 Bez kompleksów (6)
23:10 Magic Mike: Ostatni taniec (Magic Mike's Last Dance) – komedia USA 2022 (145 min)
01:35 After 2 (After We Collided) – melodramat USA 2020, reż. Roger Kumble (125 min)

STOPKLATKA

- 08:45 Robert Makłowicz** (15/3) – mag. kulinarny
- 09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher III** (3/8) – serial kryminalny
- 10:55 Górski lekarz XIV** (5,6/8) – serial obycz. Niemcy/Austria 2021
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher III** (4/8) – serial krym. Aus. 2015
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (16) – serial fabularno-dok.
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XII** (5,2,9/13) – serial dok. Kanada 2014
- 19:00 Aukcja w ciemno III** (4,5/26) – serial dok.
- 20:00 Szpica (Vanguard)** – film akcji Chiny/Hongkong/Indie/Korea Południowa/Tajwan/Wlk. Brytania 2020, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan (125 min)
- 22:05 Ekstradycja** (3,4) – serial sens. PL 1995, wyk. Marek Kondrat, Renata Dancewicz
- 00:40 Bez litości: Przeprawa** (1/13) – serial sens. Kanada/USA 11, wyk. Sarah Lind

KINO POLSKA

- 07:30 Miś Kudłatek** (6)
- 07:40 Reksio** – serial anim.
- 08:20 Siedem życzeń** (5/7) – serial młodzieżowy
- 09:40 Ranking Naj Polskiego Kina** (1, 2) – mag. kulturalny
- 10:50 Nie ma róży bez ognia** – komedia Polska 1974, reż. Stanisław Bareja, wyk. Jacek Fedorowicz, Halina Kowalska
- 12:55 Skradziona kolekcja** – komedia kryminalna Polska 1979, reż. Jan Batory
- 14:50 Konsul** – komedia sensacyjna Polska 1989, reż. Mirosław Bork
- 17:15 Stawka większa niż życie** (2,4) – serial wojenny
- 20:00 Wtorek** – komedio-dramat Polska 2001, reż. Witold Adamek, wyk. Bolec, Paweł Kukiz, Małgorzata Kożuchowska, Kinga Preis
- 21:55 Historie miłosne** – dramat obycz. Polska 1997, reż. Jerzy Stuhr, wyk. Jerzy Stuhr, Katarzyna Figura, Dominika Ostafowska, Jerzy Nowak
- 23:40 Słodko-gorzki** – dramat obycz. Polska 1995, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Rafał Mohr, Rafał Olbrychski
- 01:50 Jezioro Słone** – dramat obycz. Polska/Szwecja 2022, reż. Katarzyna Rosłaniec, wyk. Katarzyna Butowtt

ALE KINO+

- 08:50 The Office PL** (11,12/12) – serial komediowy
- 10:00 Patience** (1,2/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2025
- 12:05 Vera XI** (5/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2022
- 13:55 Problem** – film krótkom. Polska 2020 (20 min)
- 14:15 Porwanie Heinekena** (Kidnapping Mr. Heineken) – film sens. Holandia/B/Wlk. Bryt./USA 2015, reż. Daniel Alfredson (120 min)
- 16:15 Nora Roberts** – **Plomienie wspomnień (Blue Smoke)** – thriller USA 2006, reż. David Carson, wyk. Alicia Witt (120 min)
- 18:15 Vera XI** (6/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2022
- 20:10 Zbrodnie na wybrzeżu III** (1/2) – serial kryminalny Niemcy 2023, wyk. Pia-Micaela Barucki, Hendrik Dyrin
- 22:05 Eskorta (The Homesman)** – western USA/F 2014, reż. Tommy Lee Jones (145 min)
- 00:30 Sorry, Baby** – komedia **Przeprawa** (1/13) – serial sens. Kanada/USA 11, wyk. Sarah Lind

POLSAT FILM

- 07:30 Doktor Martin VIII** (2/8)
- 08:30 Przyjaciółki XV** (7,8/12)
- 10:25 Świat według Kiepskich** (12,5,6,5) – serial kom.
- 13:20 Kevin sam w Nowym Jorku** – komedia USA 1992
- 15:40 Szybcy i wściekli VI** – film sens. USA/Japonia/Hiszpania/Wlk. Brytania 2013
- 18:25 Wielki George Foreman** – film biograficzny USA 2023
- 21:00 Pierwszy śnieg** – dramat krym. Wlk. Brytania/USA/Szwecja/Japonia/Chiny 2017
- 23:30 Łzy słońca** – film akcji USA 2003, reż. Antoine Fuqua

KINO TV

- 08:05 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (11/13)
- 09:10 Panna Scarlet i komisarz III** (6/6) – serial krym.
- 10:15 Panna Marple** (3/4)
- 12:20 Hudson i Rex IV** (16,1/16)
- 14:30 Poirot: Śmierć na Nilu IX**
- 16:40 Strażnik Teksasu III** (3,4/25) – serial sens.
- 18:55 Poirot: Przegrany gość V** (2/8) – serial kryminalny
- 20:00 K-Pax** – film s.f. USA/Niemcy 2001, reż. Iain Softley
- 22:35 Amerykański Ninja** – film sens. USA/Filipiny 1986
- 00:40 Anatomia strachu** – thriller USA/Bulgaria 2011

TVP KULTURA

- 08:30 Kwartecik** – film anim. Polska 1966 (10 min)
- 08:40 Tygrys bez pasków** – film anim. Szwajcaria/Francja 2018 (20 min)
- 09:00 Rodzina Leśniewskich** (2,3) – serial obycz.
- 10:10 Hania** – melodramat **Polka** 1984 (100 min)
- 11:50 Franz Kafka – Pisarz między światami**
- 12:50 Jak namalować Mone Lisę** – film dok.
- 14:00 Kosmos 1999** (19/24)
- 15:05 Zakazane piosenki** – dramat wojenny Polska 1947, reż. Leonard Buczkowski (110 min)
- 16:55 Rodzina Leśniewskich**
- 18:10 Dzwinek Nowego Jorku: Bilal** (1) – cykl reportaży
- 18:55 Rawhide II** (4) – western USA 1959
- 20:00 Ptasiak (Birdy)** – dramat psychologiczny USA 1984, reż. Alan Parker, wyk. Matthew Modine, Nicolas Cage (130 min)
- 22:10 La Gamera** – komedia kryminalna Rumunia/Francja/Niemcy/Szwajcaria/Szwecja 2019 (110 min)
- 00:00 Muzyka w zabytkach**
- 01:00 Kulturalni** (30) – mag.

WARNER TV

- 07:50 Teraz albo nigdy! III** (4)
- 08:50 Bajer z Bel-Air** (1,2/25)
- 09:50 Prawo Agaty IV** (10)
- 10:50 Pełniejsza chata III**
- 11:55 Teraz albo nigdy! III** (5,6)
- 13:55 Bajer z Bel-Air**
- 16:00 Pełniejsza chata III**
- 18:15 Miłość jak narkotyki** – komedia romant. USA 1997
- 20:20 Pan Niania** – komedia USA 93, reż. Michael Gottlieb
- 22:00 W sieci kłamstw** – film sens. USA/Wlk. Brytania 2008
- 00:30 Dziewczyna, która uciekła: Historia Kary Robinson** – thriller USA 2023

PARAMOUNT

- 09:25 Policyjna grupa pościgowa XVIII** – serial dok.
- 10:30 Mission: Impossible**
- 13:00 Czarodziejki** (13,14/22)
- 14:55 Pingwiny z Madagaskaru II** (28/39) – serial anim.
- 15:25 Ślepy traf** – dramat kryminalny USA 2013
- 17:20 Lojalność ponad wszystko** – komedia kryminalna Niemcy/USA 2006
- 20:00 Pan i pani Smith** – komedia sens. USA 2005
- 22:30 Urowadzona II** – film sensacyjny Francja 2012
- 00:20 Top Gun** – film sens. USA 1986, reż. Tony Scott

HBO

- 08:50 Więzień labiryntu: Próby ognia** – film s.f. USA 2015 (130 min)
- 11:00 Fantastyczny Pan Lis** – film anim. Wlk. Bryt./USA 2009 (85 min)
- 12:25 Hutnik szkła** – dramat **obycz. Pakistan/USA** 2023, reż. Usman Riaz, wyk. Art Malik (95 min)
- 14:00 Saga »Zmierzch«** – **Księżyc w nowiu** – melodramat USA 2009, reż. Chris Weitz (130 min)
- 16:10 Anakonda** – horror **USA** 2025 (95 min)
- 17:45 Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw** – film sens. USA 2019, reż. David Leitch (135 min)
- 20:00 Ród smoka III** (8/8) – serial przyg. USA 2026
- 21:00 Miniaturowa żona** (8/10) – serial kom.
- 21:40 Sojusznicy** – film sens. **USA** 2023, reż. Ilya Naishuller, wyk. John Cena, Idris Elba (115 min)
- 23:35 Koszmar minionej lata** – horror USA/Australia/Kan. 25, wyk. Madelyn Cline (110 min)
- 01:25 Amrum** – dramat **wojenny Niemcy** 2025, reż. Fatih Akin (95 min)

CINEMAX

- 08:05 Tess** – melodramat Francja/Wlk. Brytania 1979
- 10:55 Opowiadaczka filmów** – dramat obycz. Hiszpania/Chile 2023, reż. Lone Scherfig
- 12:55 Profesor** – komedio-dramat Argentyna/Włochy/Niemcy/Francja/Brazylia 2023
- 14:50 Tess** – melodramat Francja/Wlk. Brytania 1979
- 17:40 15 lat** – dramat obycz. Austria/Niemcy/Luksemburg 2023, reż. Chris Kraus
- 20:00 Kronika południowa** – komedia Litwa 2024
- 22:05 Portland Tower II**

ROMANCE TV

- 08:30 Górski lekarz** (4,4/7)
- 10:25 Diagnoza Betty** (5,6/29)
- 12:20 Statek marzeń**
- 14:15 Lato na Mazurach** – film obyczajowy Niemcy 2015
- 16:05 Käthe i ja** (2/10) – serial obyczajowy Niemcy 2019
- 18:00 Górski lekarz** (5,5/7) – serial obycz. Niemcy/A 2020
- 20:00 Dora Heldt: Ani słowa tacie!** – komedia Niemcy 2012
- 21:55 Bella Amore** – komedia romantyczna Niemcy 2014
- 23:50 Górski lekarz** (5,5/7) – serial obycz. Niemcy/A 2020
- 01:45 Dora Heldt: Ani słowa tacie!** – komedia Niemcy 2012

CANAL+ PREMIUM

- 08:05 Łapu-Capu** (189)
- 08:20 MTV Unplugged**
- 09:40 Holiday** – komedia **romantyczna USA** 2006, reż. Nancy Meyers, wyk. Cameron Diaz (135 min)
- 11:55 Królowa chmur** – komedia Polska 2003, reż. Radosław Piwowarski (80 min)
- 13:15 To nie jest zagadka kryminalna** (1/6) – serial krym. Belgia 2025
- 14:15 Kwiat ośmiu gór**
- 15:35 Wicked** – musical USA/Wlk. Bryt./Kanada 2024, reż. Jon M. Chu, wyk. Cynthia Erivo (165 min)
- 18:20 Łapu-Capu** (190)
- 18:25 Thelma** – komedia USA/ **Szwajcaria** 2024, reż. Josh Margolin (95 min)
- 20:00 Spirala kłamstw** (4/4) – serial krym. Francja 25
- 20:55 Franz Kafka** – film **biograficzny Czechy/Polska/Niemcy/Turcja/Francja** 2025 (125 min)
- 23:00 Grindhouse vol. 1**
- 1 Death Proof** – thriller USA 2007, reż. Quentin Tarantino (110 min)
- 00:50 David Bowie: ostatni akt** – film dokumentalny Wlk. Brytania 2025

TVN FABUŁA

- 07:45 Detektywi**
- 09:50 Prawo Agaty V** (9)
- 10:55 Lekarze II** (3)
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty V** (8)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:05 Na Wspólnej** (31,32)
- 17:10 Top 100: filmy wszech czasów** (1) – mag. filmowy
- 17:50 Seriale Top 5** (20)
- 17:55 Słodko-ostro** – komedia USA 2021, reż. Geeta Malik
- 20:00 Civil War** – film sens. USA/Wlk. Brytania/Fin. 2024
- 22:25 Bez śladu** – dramat krym. Wlk. Brytania 2018

AMC

- 09:05 Papillon** – dramat obycz. Czechy/Hiszpania/USA 2017, reż. Michael Noer
- 12:15 Powiedz, tak!** – komedia romant. USA/Niemcy 2001
- 14:25 Archanioł** (1) – dramat krym. Wlk. Brytania 2005
- 15:15 Archanioł** (2) – dramat krym. Wlk. Brytania 2005
- 16:05 Archanioł** (3) – dramat krym. Wlk. Brytania 2005
- 17:00 K-19** – film sens. Wlk. Bryt./Niemcy/Kan./USA 2002
- 19:50 Kuloodporny** – film fantasy USA/Kanada 2003
- 22:00 Alienoid** – film s.f. Korea Południowa 2022

AXN

08:25 Ostry dyżur II (22/22)
09:25 Castle IV (23,1/23)
11:25 MacGyver V (8,9/15)
13:25 Dowody zbrodni III (3,4/23) - serial sens.
15:20 Agenci NCIS: Hawaje II
17:10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (21,22/25)
19:10 Castle V (2,3/24)
21:05 FBI: International IV (17/22) - serial akcji USA 2025
22:10 FBI: Most Wanted IV (20/22) - serial krym.
23:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (21,22/25)

EPIC DRAMA

08:40 Detektyw Murdoch
09:35 Wszystkie stworzenia duże i małe IV (5/6)
10:30 Lekarze na start
12:05 Zatraceni w miłości
13:05 Sprawy pana Booka
14:15 Agenci NCIS XVII (15/20)
15:10 Panna Marple IV (3/4)
17:10 Dalglish (2/6)
19:00 Agenci NCIS XVII (16/20)
19:55 Poirot V (8/8)
21:00 Robin Hood - serial przygodowy USA/Serbia 2025
22:25 Sherlock i córka (1/8)
23:20 Poirot V (8/8)
00:30 Agenci NCIS XVII
01:15 Sprawy pana Booka

TVN STYLE

11:20 Ugotowani (11, 12) - reality show Polska 2013
13:25 Kuchenne rewolucje (7, 2) - reality show
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4, 5) - reality show
17:05 Magda gotuje Internet
17:40 Kuchenne rewolucje (14, 8, 1) - reality show
20:50 Jestem z Polski VII (14,4/15) - serial dok.
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:15 Mroczne sekrety małżeńskie VI - serial dok.
01:20 Dorota was urządzi

TVN TURBO

09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (9) - magazyn
10:15 Ciężarówka przez Indie
11:15 101 napraw (6, 7)
12:15 Jeździć, obserwować IV
13:00 Mobilni mechanicy (7, 8)
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5041)
18:15 Jeździć, obserwować VII
19:00 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (7) - magazyn
19:45 Uwaga! Oszust: Ściana z ogłoszenia (3/12)
20:15 Naprawy nie do naprawy
21:00 Wojny samochodowe
22:00 Raport Turbo (5041)

BBC FIRST

08:40 Lewis VIII (2/6)
09:40 My Life is Murder V
10:40 Śmierć pod palmami V
11:45 Z pamiętnika położnej X (4/7) - serial obyczajowy
12:55 Ulica nadziei III (7,8/15)
14:55 Ojciec Brown IX (10/10)
16:00 Lewis VIII (2/6)
17:00 My Life is Murder (6/10)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XIV (5/8) - serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami V
21:00 My Life is Murder V
22:00 Afera podsłuchowa
00:10 Zbrodnie Saint-Pierre

FX

08:00 Kości XII (11/12)
09:00 SkyMed II (1/9)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (10,11/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (12,13/23)
13:45 Agenci NCIS VIII
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (12,13/24)
17:25 Z Archiwum X III
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (14,15/23)
22:00 The Hunting Party II
22:55 Z Archiwum X III (19/24)
23:50 Rambo II - film sensacyjny USA/Meksyk 1985

HGTV

08:05 Moje miasto, mój dom
10:00 Widok, na który cię stać (7, 8) - reality show USA 2025
11:00 Usterka XI (19,20)
12:30 Podwórkowa reaktywacja (5, 6, 7, 8) - magazyn
14:25 Mieszkanie na miarę III (1,2/4) - serial dok. PL 2022
16:25 Polowanie na ogród III (1) - serial dok. Polska 2019
18:05 Będzie pięknie (5/8)
19:00 Weekendowa metamorfoza (7) - reality show
20:00 Zgłoś remont (9)
20:55 Dorota was urządzi III
22:25 House Hunters

BBC LIFESTYLE

09:15 Majorka: śródziemnomorskie smaki (7, 8, 9, 10)
11:20 Rezydencje na Mauritiusie (1/10) - serial dok.
12:25 Najdroższe brytyjskie domy II (1/8) - serial dok.
13:25 Mistrzowie ceramiki
14:30 Wielkie brytyjskie wypieki (5) - pr. rozrywkowy
15:40 Zapraszam do stołu
17:40 Rezydencje na Mauritiusie (1/10) - serial dok.
18:45 Mistrzowie szycia (1)
19:50 Wielkie brytyjskie wypieki (6) - pr. rozrywkowy
21:00 Najlepsze hotele Indii
22:00 W świecie luksusu (1/6)

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół IX (21/24)
08:55 Przyjaciele III (7,8, 9,10,11,12/25) - serial kom.
11:55 Teoria wielkiego podrywu XII (17,18,19,20,21,22/24)
14:30 Dwóch i pół IX (22,23,24,1/24) - serial kom.
16:30 Przyjaciele III (13,14,15, 16,17,18/25) - serial kom.
19:30 Duchy (13,14/18)
20:30 Teoria wielkiego podrywu XII (23,24,1/24)
22:00 The Office PL II (6,7/12)
23:05 Comedy Club (8, 1)
00:05 Miasteczko South Park

TVP SERIALE

08:10 Komisarz Alex IV (7/13)
09:05 Rodzinka.pl V (22/26)
09:40 Klan - telenowela
10:15 Ranczo X
11:55 Komisarz Alex IV (8/13)
12:45 Ojciec Mateusz 31 (13,1,2) - serial kryminalny
15:35 Komisarz Alex IV (9/13)
16:25 Na sygnale - serial obyczajowy Polska 2023
17:35 Ranczo X
19:30 Ojciec Mateusz 32 (3,2) - serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X - serial kom.
23:20 Ojciec Mateusz 32 (4)
00:20 Prokurator (6/10) - serial krym. Polska 2015

CANAL+ KUCHNIA

12:50 Michel Roux - sielskie smaki francuskiej kuchni II
13:50 Sekrety świata przypraw (3) - serial dok.
14:50 U sąsiadów w kuchni XI
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (1)
16:10 Jakubiak rozgryza Polskę
16:40 Po prostu Jamie (1)
17:35 Jamie Oliver (1)
18:30 Jakubiak rozgryza... (4)
18:55 m jak mięso (2, 3)
19:50 Zgrillowani (5)
20:15 Jamie Oliver (22, 23)
21:15 Anthony Bourdain
23:55 Po prostu Jamie

CANAL+ DOMO

10:00 Gardeners' World (27)
11:10 Ucieczka na wieś XXII
12:05 Wielkie projekty (5)
13:05 Cuda z drewna (7/12)
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (14) - lifestyle
14:55 Liczy się miejsce (1)
15:50 Meblokreacje (7, 8)
16:50 Gardeners' World (30)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty
20:00 Daleko od miasta XV
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (15) - lifestyle
21:55 Wielkie projekty
23:05 Po pierwsze lokalizacja! Nowa Zelandia - serial dok.

PLANETE+

14:45 Żydowski nazista (1)
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XII (3/8) - serial dok.
16:55 Świat z góry (5,6/14)
17:55 Dokąd dzisiaj? IV (130)
18:15 Polska z góry X
18:40 Premiera: Polska z góry X (7) - serial dok.
19:10 Mam zamek II (8)
19:45 Jak budowano Watykan. Sekrety świętego miasta
20:50 Ołtarz pergamoński. Zrabowany zabytek - film dok.
22:00 Premiera: Legendarne bitwy II - serial dok.

DISCOVERY CHANNEL

11:00 Przetrzeć nad Jukonem VI (8/9) - serial dok.
12:00 Psy policyjne (1/10)
13:00 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia II - serial dok.
14:30 Strażacy - serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za 102 miliony dolarów - film dok.
17:00 Celnicy na straży Szwecji IV (12/14) - serial dok.
18:00 Polscy truckersi II
19:00 Nagi instynkt przetrwania VII (7,8/17) - serial dok.
21:00 Nic do ukrycia II (4)
22:00 Celnicy na straży Szwecji

TVP HISTORIA

10:40 Arsenał (2) - mag.
11:15 Wyspy Kanaryjskie (1/5)
12:15 Zabójcza nauka II (3/6)
13:20 Królowie (76)
13:55 Cztery pancerni i pies
15:05 Sensacje XX wieku
17:45 Kolumbowie (4/5)
18:55 Tajemnice początków Polski (4/8) - serial dok.
20:00 Oficerowie (13/14)
20:55 II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa
21:55 Putin i Zachód: kolejny rozdział (3/3) - serial dok.
23:10 Sensacje XX wieku (67, 178, 33) - program hist.

HISTORY

11:15 David Duchovny: archiwum tajemnic II (5/17)
12:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:05 Starożytni kosmici XVII
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata III (6/7)
14:50 Największe tajemnice świata VI (4/20) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
16:15 Wykute w ogniu (15)
17:10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (2) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VI (11/20) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XIII
22:00 Największe tajemnice świata VII (17) - serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

11:00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (2/5)
12:00 Megamaszyny II
15:00 Katastrofa w przestworzach XIX (2/10) - serial dok.
16:00 Starożytne konstrukcje
17:00 Premiera: Sekrety starożytnej medycyny (6)
18:00 II wojna światowa: ukryta prawda (3,6/6)
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIV (11/11) - serial dok.
21:00 Katastrofa w przestworzach: raport specjalny II
22:00 Osatni lot (6/10)

FOCUS TV

09:00 Starożytni kosmici VII
10:00 Gwiazdy lombardu XXIII
12:00 Tajemnice II wojny światowej - serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XXI (1,2) - serial dok.
14:00 Zaginione królestwo piratów (1) - historia
15:00 Truckersi przez Australię VIII (6/13)
16:00 Dorwać tuńczyka VI
18:00 Rolnicy. Podlasie V (8,9)
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej
22:00 Ostatni bastion Hitlera II (4,2/6) - serial dok.

BBC EARTH

11:30 Wędrówki z dinozaurami
12:30 Malownicze trasy kolejowe V (10/10) - serial dok.
13:30 Wyspy. Laboratoria natury (1/6) - cykl reportaży
14:30 W okowach mrozu V
16:35 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) - serial dok.
17:40 Wyspy. Laboratoria natury (1/6) - cykl reportaży
18:40 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (1/4) - serial dok.
19:45 Największe zagadki nauki
20:55 W okowach mrozu VI
22:55 Wietnamskie przygody Billa Bailey'a (3) - serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

09:15 II wojna światowa: cena imperium (10/13) - serial dok.
10:20 Największe postaci zimnej wojny II (4) - serial dok.
11:25 Tajne bazy nazistów
12:20 Ramzes: władca Egiptu
15:30 Abu Simbel: świątynie nad Nilem - film dok.
16:35 II wojna światowa: cena imperium (11/13) - serial dok.
17:40 Dyktatorzy: droga do władzy (1/6) - serial dok.
18:50 Zaginione mumie Inków
20:00 Wikingowie: narodziny imperium (1/6) - serial dok.
21:00 Wojna Adolfa Hitlera
22:05 Królowie-zabójcy (4/6)

Od A do Z

41 DNI NADZIEI ★★★

film biograficzny, USA/Islandia/Hongkong 2018, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Shailene Woodley, Sam Claflin, Jeffrey Thomas

20:10 | ale kino+ hd

Na faktach: para zakochanych żeglarzy wyrusza w rejs jachtem przez Pacyfik. Kiedy zaskakuje ich huragan, łódź zostaje zniszczona, a mężczyzna ciężko ranny. Czy kobieta zdoła doprowadzić jacht do portu?

BABYGIRL ★★★

thriller, USA/Holandia 2024, reż. Halina Reijn, wyk. Nicole Kidman, Harris Dickinson, Antonio Banderas

21:50 | hbo

Nagrodzona w Wenecji Nicole Kidman jako szefowa wielkiej firmy, która daje się wciągnąć w romans ze znacznie młodszym stażystą. Z czasem chłopak ucieka się do manipulacji i szantażu.

CHRISTY ★★★

film biograficzny, USA 2025, reż. David Michôd, wyk. Sydney Sweeney, Ben Foster, Merritt Wever

22:45 | canal+ premium

Sydney Sweeney w zaskakującej roli Christy Martin, mistrzyni zawodowego boksu z przełomu wieków, walczącą o wyniki sportowe, ale i zmagającą się z przemocą domową i nie do końca określoną seksualnością.

DOM GLASSÓW ★★

thriller, USA 2001, reż. Daniel Sackheim, wyk. Leelee Sobieski, Diane Lane, Stellan Skarsgård

22:10 | ale kino+ hd

Osierocona nastolatka (Leelee Sobieski) odkrywa, że opiekująca się nią i jej bratem rodzina zastępcza wcale nie jest tak bezinteresowna, jakby się wydawało. Czysta rutyna.

KIEDY NIKT

NIE PATRZY ★★★

thriller, USA 2021, reż. Michael Mohan, wyk. Sydney Sweeney, Justice Smith, Ben Hardy

20:00 | cinemax

Para zajmuje mieszkanie i odkrywa, że okno wychodzi na apartament naprzeciwko, zamieszkały przez fotografa i jego partnerkę. Podglądanie sąsiadów staje się pasją pary, co niesie groźne konsekwencje.

Father Mother Sister Brother

20:00 | canal+ premium

★★★



FOT. THE MATCH FACTORY / SAINT LAURENT PRODUCTIONS

KOMEDIODRAMAT

USA/FRANCJA/NIEMCY/WŁOCHY/IRLANDIA 2025, reż. JIM JARMUSCH, WYK. TOM WAITS, ADAM DRIVER

KOKAINOWY

RICK ★★★

dramat krym., USA 2018, reż. Yann Demange, wyk. Matthew McConaughey, Richie Merritt, Bel Powley

22:45 | polsat

Przekonany, że ratuje ojca przed więzieniem, czternastolatek zostaje informatorem FBI penetrującym półświatki Detroit. Kiedy przestaje być potrzebny agentom, sam wchodzi w narkotykowy biznes.

KSIEŻYC ★★★

thriller, Austria 2024, reż. Kurdwin Ayub, wyk. Florentina Holzinger, Celina Sarhan, Andria Tayeh

23:35 | cinemax

Mistrzyni sztuk walki zostaje ściągnięta na Bliski Wschód, by trenować trzy dziewczyny. Okazuje się jednak, że dziewczęta nie są zainteresowane sportem, ale ich zamożny dom oka ze się złotą klatką.

KURSK ★★★★★

film sens., Francja/Belgia/Luksemburg/USA/Rumunia/Kanada 2018, reż. Thomas Vinterberg, wyk. Matthias Schoenaerts, Léa Seydoux, Colin Firth

20:00 | tvn 7

Spojrzenie na katastrofę rosyjskiego okrętu podwodnego w sierpniu 2000 roku. Aby ocalić swoje tajemnice wojskowe, władze Rosji rezygnują z zachodniej pomocy w ratowaniu załogi tonącego okrętu.

PIEKIELNE

WAKACJE ★★

horror, USA/Kanada 2023, reż. Billy Bryk, Finn Wolfhard, wyk. Fred Hechinger, Abby Quinn, D'Pharaoh Woon-A-Tai

23:45 | hbo

Na miejsce letniego obozu zjeżdżają się młodzi opiekunowie poszczególnych grup, by przygotować miejsce na przyjazd młodzieży. Jak się okaże – nie są sami, w ciemności kryje się polujący na nich morderca.

PODKRĘĆ MNIE ★★

komedia, USA 2024, reż. Michael Tyburski, wyk. Nick Robinson, Bel Powley, Luke Kirby

21:55 | cinemax

Inspirowane „Matrixem”: w niedalekiej przyszłości wszyscy zażywają pigułki, eliminujące emocje. Para zaczyna pomijać dawki, co przynosi nowe doznania, ale i trudne do rozwikłania problemy emocjonalne.

POZA

PODEJRZENIEM ★★★

thriller, USA 2019, reż. Phillip Noyce, wyk. Jack Huston, Emilia Clarke, Johnny Knoxville

23:55 | tv puls

Na faktach: prowadzący śledztwo na głębokiej prowincji agent FBI nawiązuje romans ze swoją informatorką, co kończy się jej gwałtowną śmiercią i pierwszym w dziejach oskarżeniem agenta o morderstwo.

ROZMOWY

KONTROLOWANE ★★★★★

komedia, Polska 1991, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiatkowska, Alina Janowska

23:50 | stopklatka

Sylwester Chęciński przejmując schedę po Stanisławie Barei, by w jego stylu stworzyć dalszy ciąg perypetii peerelowskiego notabla z „Misia” – w śmieszno-strasznych realiach stanu wojennego.

TURYSTA ★★★★★

komedia, Norwegia/Włochy/Francja 2014, reż. Ruben Östlund, wyk. Johannes Kuhnke, Lisa Loven Kongsli, Clara Wettengren

21:45 | tvp kultura

Na luksusowy hotel w Alpach schodzi lawina: kobieta chroni dzieci, mężczyzna ucieka. Czy będą jeszcze mogli spojrzeć sobie w oczy? Mnóstwo nagród na całym świecie, od Cannes do Vancouver: do refleksji.

ZABÓJCZA BROŃ II ★★★

film sens., USA 1989, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci

20:00 | warner tv

Klasyk kina akcji: dwaj niekonwencjonalni policjanci (Mel Gibson, Danny Glover) na tropie dyplomatów szmuglujących złoto i diamenty. Dorównuje – rzadkość! – pierwowzorowi.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 I

07:00 Msza święta
07:30 Kościół bliska (730)
08:00 Serwis Info
08:10 Pogoda Info
08:15 Chłopi (6/13)
09:15 Ranczo IX (1)
10:05 Komisarz Alex XXIII (9)
11:05 Ojciec Mateusz XVIII (5)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (763)
12:55 Włochy – ostatnie dzie-
kie zakątki (5) – serial dok.
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5745)
18:05 Reporterzy (588)
18:25 Akacyjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 07 zgłoś się (1) – serial
krym. Polska 1981,
wyk. Bronisław Cie-
ślak, Zdzisław Kozień
22:00 Bat 21 – dramat wo-
jenny USA 1988, reż.
Peter Markle, wyk.
Gene Hackman, Danny
Glover (110 min)
23:50 Kate Middleton:
życie w fotografiach
00:50 O północy w Paryżu
[Midnight in Paris]
– komedia romantycz-
na USA/Hiszpania/
Francja 2011 (105 min)

MEZZO

10:00 Jean-Philippe Rameau:
Les Fêtes d'Hébé – opera F. 24
12:35 Intermezzo
13:00 Klaus Mäkelä, Kró-
lewska Orkiestra Concert-
gebouw: Sibelius, Mozart
14:25 Mahler: IX Symfonia
– Orkiestra Szwajcarii
Romańskiej, Jonathan Nott
15:55 Nielsen: Symfonia nr 5
17:15 Intermezzo
17:35 Dietrich Fischer-
Dieskau: Ostatnie słowa
18:25 London Symphony
Orchestra, Harry Christophers:
Haydn, Stworzenie świata
20:30 Vincenzo Lamagna:
Creature – balet Wlk. Brytania
2021, reż. Asif Kapadia
21:55 Brahms: Niemieckie
requiem – muzyka klasyczna
23:15 Marc-André Dalbavie:
Melancholia sprzeciwu

TVP2 D3 I

05:35 M jak miłość
06:25 Kościotyłaski
– reportaż Polska 2026
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie
– pobudka (7642) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie
(7642) – mag. Polska 2026
11:30 Rodzinka.pl III
(15,16/26) – serial kom.
12:35 Koło fortuny (2067)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1036)
14:35 Na sygnale
15:05 La Promesa –
pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2068)
16:35 Familiada (3102)
17:20 Panna młoda
18:15 Va banque (1037)
18:50 Jeden z dziesięciu (19)
19:25 Barwy szczęścia
– serial obycz. Polska 2026



20:05 Omnibus – szybci
i mądry (36) – tele-
turniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion
(339) – teleturniej
21:50 Na sygnale – serial
obycz. Polska 2026
22:55 Ku*damn 59 II (5/6)
– serial obyczajowy
Niemcy 2018, wyk.
Claudia Michelsen
23:50 Pitbull (3) – serial
sens. Polska 2008
00:50 Karol, władca
Hiszpanii – serial
kostiumowy

PULS 2

08:50 Masza i niedźwiedź VI
09:25 Świnka Peppa
09:45 Bing (55,56/78)
10:00 Jeżyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (50,41/52)
– serial anim. Francja 2019
12:00 Psi patrol (18/26)
12:35 Marta mówi! (6)
13:00 Smerfy (9/27)
14:00 Baranek Shaun V
14:35 My Little Pony (12/26)
15:00 Miraculous II (19,17/26)
16:00 Finaas i Ferb II
17:00 Smerfy (15)
18:00 Pingwiny z Madagaskaru
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (30) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
23:00 Robin Hood – faceli
w rajtuzach – komedia USA/
Francja 1993, reż. Mel Brooks

POLSAT D3 I

05:40 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień
09:15 Malanowski i Partne-
rzy VIII (6,7) – serial fab.-dok.
10:20 Trudne sprawy XX
(4/40) – serial fab.-dok.
11:20 Gliniarze XVI (35,36)
– serial fabularno-dok. Polska
2024, wyk. Arkadiusz Krygier,
Tomasz Skrzypniak
13:25 Dlaczego ja? 33 (29,30)
– serial fab.-dok. Polska 2026
15:30 Wydarzenia
15:55 Milionerzy (7)
– teleturniej Polska 2025
16:35 Gliniarze XIX (17,18)
– serial fabularno-dok. Polska
2025, wyk. Arkadiusz Krygier,
Tomasz Skrzypniak, Ewelina
Ruckgaber, Piotr Mróz
18:50 Wydarzenia, sport
19:15 Gość „Wydarzeń” (811)
– program publicystyczny



20:00 Niezniszczalni III (The
Expendables 3) – film
sens. USA/Bułg./Franc-
cja/Niemcy 2014, reż.
Patrick Hughes, wyk.
Sylvester Stallone, Ja-
son Statham (165 min)
22:45 Kokainowy Rick
[White Boy Rick]
– dramat kryminalny
USA 2018 (140 min)
01:05 Kingsman: Złoty
krag (Kingsman: The
Golden Circle) – film
sens. Wlk. Brytania/
USA 2017 (215 min)

TV4

07:00 Strażnik Teksasu (4/24)
– serial sens. USA 1993
07:55 Bogaty dom – biedny
dom XI (6) – serial dok.
08:55 Policjantki i policjan-
ci X (60,61/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII
(39,40) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? XVIII
13:55 Trudne sprawy XVI
(33,34,35/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjan-
ci XXIV (51/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto
da więcej (539) – reality show
19:00 Policjantki i policjan-
ci XXIV (52/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (31,32)
– serial krym. Polska 2026
21:05 Sprawiedliwi.
Trójięmiasto III (42) – serial krym.
22:05 Sprawiedliwi –
wydział kryminalny XX (42)

TVN D3 I

05:15 Recepta na stary
dom IV – serial dokumentalny
05:40 Uwaga! (8063) – mag.
reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (38/60)
06:50 Kuchenne rewolucje:
Barlinek – „Limba” XXV (7)
– reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje
11:20 Doradca smaku (2)
11:25 Kuchenne rewolucje:
Restauracja „Staropolska”,
Szczecin XXIV – reality show
12:35 Ukryta prawda
15:45 Detektywi III (40/60)
– serial fab.-dok. Polska 2024
16:50 Szpital św. Anny III
(11/53) – serial obycz. Polska
2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (45) – serial
kryminalny Polska 2026
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8064) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial
obycz. Polska 2026
20:50 Pod ścianą (Summit
Fever) – dramat obycz.
Wlk. Brytania 2022,
reż. Julian Gilbey, wyk.
Ryan Phillippe, Freddie
Thorp, Hannah New,
Michel Biel (145 min)
23:15 Kuba Wojewódzki (8)
00:25 Mad Max: Na drodze
gniewu (Mad Max:
Fury Road) – film s.f.
Australia/USA 2015,
reż. George Miller, wyk.
Tom Hardy (150 min)

METRO D3 I

07:35 Tajemnice miłości
– serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (23,24/68)
10:30 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji
(54/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (79,80)
14:40 Kiedy ktoś kocha
bardziej (39) – serial obycz.
15:50 Magda M. (15)
16:55 Idź na całość (10)
18:00 Złomowisko PL (1)
– serial dok. Polska 2015
19:00 Kartoteka V (12,13/30)
– serial fabularno-dok.
21:05 Kryminalni VI (23/10)
– serial krym. Polska 2007
23:15 CSI: Kryminalne
zagadki Las Vegas XI (22/22)
00:20 Zbrodnie z pierwszych
stron gazet III (11/15)
01:20 Szpital (12/68)

TV PULS D3 I

06:00 Policjanci z Miami IV
(4,5/22) – serial krym. USA
1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział
specjalny XXIV (1,5/18)
10:00 Zaklinaczka duchów IV
(4/23) – serial fantasy
11:00 Kotka – serial obycz.
12:00 Nie igraj z aniołem
– telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspominał stulecie III
– serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (15)
15:00 Lombard. Życie pod
zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (16)
18:00 Lombard. Życie pod
zastaw XVIII (42,43) – serial
obyczajowy Polska 2025

20:00 Odwet (Reprisal)
*** – film akcji USA/Wlk.
Brytania 2018, reż.
Brian A. Miller, wyk.
Frank Grillo, Bruce
Willis (120 min)
22:00 Ulice zbrodni (The
Gateway) – thriller
USA/Wlk. Brytania
2021, reż. Michele
Civetta (115 min)
23:55 Poza podejrzeniem
[Above Suspicion]
– thriller USA 2019, reż.
Phillip Noyce (125 min)
02:00 Dzielnica strachu X

TVN7 D3 I

05:20 Ten moment (17/20)
– serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (2,3,4/72)
– serial fab.-dok. Polska 2017
08:45 Ukryta prawda
(8,26,27/51) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy
– serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni III (1)
– serial krym. Polska 2005
15:00 Szpital (15,16/68)
– serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria
Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji
(40/60) – telenowela dok.
19:00 Ukryta prawda (28/60)
– serial fab.-dok. Polska 2023,
wyk. Agnieszka Czeakańska

20:00 Kursk – film sens.
**** Francja/Belgia/Luk-
semburg/USA/Rumu-
nia/Kanada 2018,
reż. Thomas Vinter-
berg (155 min)
22:35 Matrix Zmartwych-
wstania (The Matrix
Resurrections)
– film s.f. USA/Austra-
lia 2021 (175 min)
01:30 300: Początek impe-
rium [300: Rise of an
Empire] – dramat hist.
USA 2013, reż. Noam
Murro (125 min)

STOPKLATKA

08:45 Robert Makłowicz (21/7) – mag. kulinarny

09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher III (4/8) – serial krym. Aus. 2015

10:55 Górski lekarz XIV (6,7/8) – serial obycz. Niemcy/Austria 2021

12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher III (5/8)

14:00 Zjazd. Będzie się działo (18)

16:00 Katastrofy w przestworzach XII (6,1,10/13) – serial dok.

19:00 Aukcja w ciemno III (5,6/26) – serial dok.

20:00 Kryptonim Banshee  **(Code Name Banshee)** – film sens. USA 2022, reż. Jon Keeyes, wyk. Antonio Banderas, Jaime King (115 min)

21:55 Za linią wroga (Enemy Lines) – film wojenny Wlk. Brytania 2020, reż. Anders Banke, wyk. Ed Westwick, John Hannah, Tom Wisdom (115 min)

23:50 Rozmowy kontrolowane  – komedia Polska 1991, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Stanisław Tym, Irena Kwiatkowska (130 min)

KINO POLSKA

07:35 Miś Kudłatek (8) – serial animowany Polska 1971

07:50 Reksio – serial anim.

08:25 Siedem życzeń: Kłątwa bogini Bast (6/7) – serial młodożewy Polska 1984

09:50 Ranking Naj Polskiego Kina – serial dok. Polska 2024

10:35 Papierowe małżeństwo – komedia romantyczna Polska/Wlk. Brytania 1991, reż. Krzysztof Lang

12:30 Noce i dnie (1) – dramat obycz. Polska 1975, reż. Jerzy Antczak, wyk. Jerzy Bińczycki

14:30 Noce i dnie (2) – dramat obycz. Polska 1975, reż. Jerzy Antczak, wyk. Emir Buczaczi

16:25 Szumy i fonie – film krótkom. Polska 2024

16:45 Widzisz? – film krótkom. Polska 2025

17:15 Stawka większa niż życie (4,5) – serial wojenny

20:00 Mniejsze zło – dramat obycz. Polska 2009, reż. Janusz Morgenstern, wyk. Lesław Żurek, Anna Romantowska

22:15 Prawo ojca – dramat kryminalny Polska 1999, reż. Marek Kondrat, wyk. Marek Kondrat, Nina Roguż

00:35 Drogówka – film krym. Polska 2013, reż. Wojciech Smarzowski, wyk. Bartłomiej Topa, Marian Dziędziel

ALE KINO+

08:45 The Office PL II (1,2/12) – serial kom. Polska 2022, wyk. Piotr Polak

10:00 Patience (3,4/6)

12:05 Vera XI (6/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2022

14:00 W 80 dni dookoła świata (Around the World in 80 Days) – film przyg. USA/Niemcy/Irl./Wlk. Brytania 2004, reż. Frank Coraci, wyk. Steve Coogan, Jim Broadbent (140 min)

16:20 Arktyka (Arctic)  – film przygodowy Islandia/USA 2018, reż. Joe Penna, wyk. Mads Mikkelsen (115 min)

18:15 Vera XIII (1/5) – serial krym. Wlk. Brytania 2023

20:10 41 dni nadziei (Adrift)  – film biograficzny USA/Islandia/Hongkong 2018, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Shailene Woodley (120 min)

22:10 Dom Glassów (The Glass House)  – thriller USA 2001, reż. Daniel Sackheim (130 min)

00:20 Żużel – dramat obycz.  Polska 2020, reż. Dorota Kędzierzawska, wyk. Tomasz Ziętek (125 min)

POLSAT FILM

07:30 Doktor Martin VIII (3/8)

08:30 Przyjaciółki XV (9,10/12)

10:25 Świat według Kiepskich

12:55 Kung Fu Panda III – film animowany USA/Chiny 2016

14:55 Hobbit: Pustkowia Smauga – film przyg. USA/Nowa Zelandia 2013

15:45 Piksele – komedia USA/Chiny 2015

21:00 Swingers – komedia Polska/Łotwa 2020

22:55 Wróc do mnie – komedia romantyczna USA 2022

01:25 Fala zbrodni VII – serial sensacyjny Polska 2007

KINO TV

08:05 Zagadki kryminalne panny Fisher II (12/13)

09:10 Panna Scarlet i komisarz (1/6) – serial krym.

10:15 Panna Marple (4/4)

12:15 Hudson i Rex V (1,2/20)

14:30 Poirot IX (4/4)

16:40 Strażnik Teksasu III

18:50 Poirot: Żółty irys V (3/8) – serial krym. Wlk. Bryt. 1993

20:00 Strefa zrzutu – film sens. USA 1994, reż. John Badham

22:05 Peacemaker – film sens. USA 1997, reż. Mimi Leder

00:40 Łowca błyskawic (Ryzykowna gra, Saperzy, Saper) – film sens. USA 1999

TVP KULTURA

08:30 MANIFESTA – Zagłębie Ruhry 2026 – reportaż

09:00 Rodzina Leśniewskich

10:15 Złote Koło – film  krym. Polska 1971, reż. Stanisław Wohl (105 min)

12:00 Śpiewała Ewa Demarczyk – film dok.

13:15 Dekalog: Dziewięć  – dramat obyczajowy 1990, reż. Krzysztof Kiesłowski (70 min)

14:25 Kosmos 1999 (20/24)

15:30 W samo południe  **(High Noon)** – western USA 1952, reż. Fred Zinnemann (95 min)

17:05 Rodzina Leśniewskich (6,7) – serial obycz.

18:20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki

18:55 Rawhide II (5/32)

20:00 „Kompozycja na cztery ręce” – spektakl teatralny Polska 1974

21:45 Turysta (Turist)  – komedia Norwegia/Włochy/Francja 14, reż. Ruben Östlund (130 min)

23:55 Powrót do domu

01:25 Ptasiak (Birdy)  – dramat psychologiczny USA 84, reż. Alan Parker, wyk. Nicolas Cage (130 min)

WARNER TV

07:30 Teraz albo nigdy! III (5)

08:30 Bajer z Bel-Air (3,4/25)

09:35 Prawo Agaty IV (11)

10:35 Pełniejsza chata III

11:40 Teraz albo nigdy! III (6,7)

13:35 Bajer z Bel-Air

15:40 Pełniejsza chata III (5,6,7,8/18) – serial kom.

17:55 Uwolnić orkę IV: Ucieczka z Zatoki Piratów – film przyg. USA 2010

20:00 Zabójcza broń II – film sensacyjny USA 1989

22:10 Jackie Chan: Przyjemniaczek – komedia kryminalna Hongkong 1998

PARAMOUNT

07:30 Czarodziejki (13,14/22)

09:25 Policyjna grupa pościgowa XVIII – serial dok.

10:30 Miasto aniołów – dramat obycz. USA/Niemcy 1998

13:00 Czarodziejki (15,16/22) – serial fantasy USA 1999

15:00 Pingwiny z Madagaskaru

16:00 Jumper – film s.f. USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman

18:00 Moje wielkie greckie wesele – komedia romantyczna USA/Kanada 2002

20:00 Mission: Impossible II – film sens. USA 2000

22:35 Niemoralna propozycja – dramat obycz. USA 1992

HBO

09:45 Hobbit: Pustkowia Smauga – film przyg.  USA/Nowa Zel. 2013, reż. Peter Jackson (160 min)

12:25 Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem (19)

13:10 Dzielnia banda  **i tajemnica zaginionego wujka** – film anim. Hiszpania 2024 (80 min)

14:30 33 zdjęcia z getta

15:50 Na rauszu – komedio-dramat Dania 2020, reż. T. Vinterberg (115 min)

17:45 Czarne bractwo  **BlackKkKlansman** – film biograf. USA/Chiny 2018, reż. Spike Lee (135 min)

20:00 The Pitt II (4/15) – serial obyczajowy USA 2026

20:50 Ta inna siostra Bennet (8/10) – serial obycz.

21:20 Życie, Larry i pogoń za nieszczęściami (7)

21:50 Babygirl – thriller USA/  Holandia 2024, reż. Halina Reijn (115 min)

23:45 Piekłne wakacje  – horror USA/Kanada 2023 (85 min)

01:10 30 dni mroku – horror  USA/Nowa Zelandia 07, reż. David Slade, wyk. Josh Hartnett (115 min)

CINEMAX

11:45 Kronika południowa – komedia Litwa 2024

13:50 Po imprezie – dramat obyczajowy Czechy 2024

15:25 Olmo – komedia USA/Meksyk 2025, reż. F. Eimbcke

16:50 Od marca do maja – dramat obyczajowy Czechy 2024

18:15 Wybór pianisty – dramat obyczajowy Francja 2024

20:00 Kiedy nikt nie patrzy – thriller USA 2021

21:55 Podkreć mnie – kom. USA 2024, reż. Michael Tyburski

23:35 Księżyc – thriller Austria 2024, reż. Kurdwin Ayub

ROMANCE TV

08:45 Górski lekarz (5,5/7)

10:40 Inga Lindström: Pisarz i ja – film obyczajowy Niemcy/Szwecja 2022, reż. Laura Thies

12:30 Lena Lorenz (4/4) – serial obycz. Niemcy/A 2021

14:25 Wiza do miłości – komedia USA 2024

16:15 Rosamunde Pilcher: Trudna miłość – film obycz. Austria/Niemcy 1999

18:00 Górski lekarz (6,6/7)

20:00 Rosamunde Pilcher: Pióra na wietrze – romans Niemcy/Austria 2003

21:50 Käthe i ja (6/10)

23:45 Górski lekarz (6,6/7)

CANAL+ PREMIUM

08:30 Fuks – komedia sens.  Polska 1999, reż. Maciej Dutkiewicz (85 min)

09:55 Łap-Łap-Łap (190)

10:00 Jutro będzie nasze  – komediodramat Włochy 2023, reż. Paola Cortellesi, wyk. Paola Cortellesi (115 min)

11:55 Wszyscy święci  – dramat obyczajowy Polska 2002 (80 min)

13:15 To nie jest zagadka kryminalna (2/6)

14:10 Luca: Legenda Ferrari (1, 2) – film dok.

16:00 Krucjata Bourne'a  – thriller USA/Niemcy 2004, reż. Paul Greengrass (105 min)

17:45 Łap-Łap-Łap (191)

17:50 Battleship: Bitwa o Ziemię – film przyg. USA/Jap. 2012 (130 min)

20:00 Father Mother Sister  **Brother** – komedio-dramat USA/Francja/Niemcy/Włochy/Irlandia 2025 (110 min)

21:50 Historia Apple'a. Jak sprzedawać rewolucję

22:45 Christy – film biograficzny USA 2025, reż. David Michôd (130 min)

00:55 Efekt Youtube'a

TVN FABUŁA

07:45 Detektywi (1,2,3,4)

09:50 Prawo Agaty V (10)

10:55 Lekarze II (4)

11:55 Zapukaj do moich drzwi

13:55 Prawo Agaty V (9)

14:55 Detektywi – serial dok.

16:05 Na Wspólnej (33,34)

17:10 Seriale: Rozmowy (5)

17:55 Mała Stopa – film animowany USA 2018, reż. Karey Kirkpatrick, Jason Reisig

20:00 Wilk z Wall Street – film biograficzny USA 2013, reż. Martin Scorsese

23:30 Margaux – horror USA 2022, reż. Steven C. Miller

AMC

07:40 Cesarzowa – dramat obycz. Hongkong/Chiny 2006

10:05 Wielki podryw – komedia USA 2001, reż. David Mirkin

12:40 Policyjna opowieść – film sens. Hongkong 1985

14:40 Dom latających Szytletów – film sens. Chiny/Hongkong 2004, reż. Yimou Zhang

17:10 Jedz, módl się, kochaj – melodramat USA 2010

20:00 Wyspa fantazji – horror USA 2020, reż. Jeff Wadlow

22:15 Wielki szef – film sens. Hongkong 1971, reż. Wei Lo

00:20 Wolf Creek II – horror Aus. 2013, reż. Greg McLean

AXN

08:05 Ostry dyżur III (2/22)
- serial obycz. USA 1996
09:10 Castle V (2,3/24)
11:10 MacGyver V (10,11/15)
13:10 Dowody zbrodni III
(5,6/23) - serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje III
(2,3/10) - serial kryminalny
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (23,24/25)
19:05 Castle V (4,5/24)
21:05 Rekrut V (3/22)
22:05 Rekrut: Feds (3/22)
23:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (23,24/25)

EPIC DRAMA

08:35 Detektyw Murdoch XVIII
09:30 Wszystkie stworzenia duże i małe IV - serial obycz.
10:30 Lekarze na start
12:05 Zatraceni w miłości
13:05 Panna Scarlet VI
14:15 Agenci NCIS XVII (16/20)
15:10 Panna Marple IV (4/4)
17:05 Dalglish (5/6)
19:00 Agenci NCIS XVII (17/20)
- serial krym. USA 2020
19:55 Poirot III (2/11)
21:00 Hiszpańska księżniczka
22:15 Domina (6/8) - serial obycz. Wlk. Bryt./Włochy 2021
23:20 Poirot III (2/11)
00:30 Agenci NCIS XVII (17/20)

TVN STYLE

11:20 Ugotowani (13, 14)
- reality show Polska 2013
13:25 Kuchenne rewolucje (8, 3) - reality show
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (6, 1) - reality show
17:05 W czym do ślubu? (4)
- program rozrywkowy
17:40 Kuchenne rewolucje (15, 1, 2) - reality show
20:50 Jestem z Polski VII (15,5/15) - serial dok.
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:10 Mroczne sekrety małżeńskie VI - serial dok.

TVN TURBO

09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (10) - magazyn
10:15 Ciężarówką przez Indie
11:15 101 napraw (8, 1)
12:15 Jeździć, obserwować IV
13:00 Mobilni mechanicy
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5042)
18:15 Zawodowi handlarze
19:00 Moto kombat (10)
19:45 Duda kontra Szafranski IX (6) - serial dok.
20:30 Prawko na świecie. Jazda bez zasad (8) - mag.
21:15 2 drugiej ręki (11)
22:00 Raport Turbo (5042)

BBC FIRST

08:40 Lewis VIII (3/6)
09:40 Ojciec Brown III (1/15)
10:40 Śmierć pod palmami V
11:45 Z pamiętnika położnej X
12:55 Ulica nadziei III (9,10/15)
14:55 Ojciec Brown X (1/10)
15:55 Lewis VIII (3/6)
17:00 My Life is Murder (7/10)
18:00 Morderstwa w Midsomer
19:55 Śmierć pod palmami V (6/8) - serial kryminalny
21:00 Zbrodnie Saint-Pierre
22:00 Afera podsłuchowa
23:05 McDonald i Dodds IV
00:55 Śmierć pod palmami V

FX

08:00 Kości X (1/22)
09:00 SkyMed II (2/9)
10:00 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (12,13/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (14,15/23)
13:45 Agenci NCIS VIII
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (14,15/24)
17:25 Z Archiwum X III
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (16,17/23)
22:00 9-1-1: Nashville (5)
22:55 Z Archiwum X III (20/24)
23:50 Bez litości - film sens. USA 2014, reż. Antoine Fuqua

HGTV

09:00 Remontujemy dom na plaży X - serial dok.
10:00 Poszukiwacze domów
11:05 Usterka XI (21,22/31)
12:35 Podwórkowa reaktywacja (9, 10, 11, 12) - mag. poradnikowy USA 2013
14:30 Mieszkanie na miarę III
15:30 Pogromcy chaosu (2)
16:30 Polowanie na ogród IV
18:10 Weekendowa metamorfoza (8) - reality show
19:05 Złoty remont (9)
20:05 Dorota inspirowa (7)
21:00 Dorota was urządzi III
22:30 House Hunters

BBC LIFESTYLE

11:25 Rezydencje na Mauritiusie (2/10) - serial dok.
12:30 Najdroższe brytyjskie domy II - serial dok.
13:30 Mistrzowie szycia (1)
14:35 Wielkie brytyjskie wypieki (6) - program rozrywkowy
15:45 Zapraszam do stołu
17:40 Rezydencje na Mauritiusie (2/10) - serial dok.
18:45 Mistrzowie szycia (2)
19:50 Wielkie brytyjskie wypieki (7) - pr. rozrywkowy
21:00 Majorka: śródziemnomorskie smaki (5, 6) - mag.
22:00 Tajlandia: mroczne oblicze raju - serial dokumentalny

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół X (1/23)
08:55 Przyjaciele III
11:55 Teoria wielkiego podrywu XII (23,24,1,2,3,4/24)
14:30 Dwóch i pół X (2,3,4,5/23) - serial kom. USA 2012
16:30 Przyjaciele III
19:30 Teoria wielkiego podrywu (5,6,7,8,9,10/17)
22:00 The Office PL II (8,9/12) - serial kom. Polska 2022
23:05 Comedy Club (2, 3)
00:05 Miasteczko South Park V (9,10/14) - serial anim.
01:00 Pracoholicy VII (3/10)

TVP SERIALE

08:10 Komisarz Alex IV (8/13)
09:10 Rodzinka.pl V (23/26)
10:00 Klan - telenowela
10:15 Ranczo X - serial kom.
12:00 Komisarz Alex IV (9/13)
12:45 Ojciec Mateusz 32 (1,2,3) - serial kryminalny
15:40 Komisarz Alex IV (10/13)
16:30 Na sygnale - serial obycz.
17:40 Ranczo X - serial kom.
19:35 Ojciec Mateusz 32 (4,3) - serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X - serial kom. Polska 2016, wyk. Cezary Żak
23:25 Ojciec Mateusz 32 (5)
00:25 Prokurator (7/10)
01:20 Dom pod Dwoma Orłami

CANAL+ KUCHNIA

14:50 U sąsiadów w kuchni XI
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (2) - mag.
16:10 Jakubiak rozgryza Polskę (4) - mag. kulinarny
16:40 Po prostu Jamie (2)
17:35 Jamie Oliver (2)
18:30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (5)
18:55 m jak mięso (4, 5)
19:50 Z grillowani (6)
20:15 Mistrzowie przekąsek w akcji - Nowa Zelandia (4)
21:15 Anthony Bourdain X
23:55 Po prostu Jamie: szybko i łatwo (5) - pr. rozrywkowy

CANAL+ DOMO

10:00 Gardeners' World (28)
11:10 Ucieczka na wieś XXII
12:05 Wielkie projekty
13:05 Cuda z drewna (8/12)
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (15) - lifestyle
15:00 Liczy się miejsce (2)
15:55 Kupione i co dalej?
16:50 Gardeners' World (31)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
19:00 Wielkie projekty (8)
20:00 Daleko od miasta XV
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (16) - lifestyle
21:55 Wielkie projekty: transformacje (1) - reality show
23:05 W mieście czy na wsi

PLANETE+

13:45 Najdziwsze ostępy Europy (2/5) - serial dok.
14:45 Żydowski nazista (2)
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XII (4/8) - serial dok.
16:55 Świat z góry (6,7/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 CERN. Podróż w głąb atomu - film dokumentalny
19:50 Niesamowity zmysł węchu - film dok. Francja 2024
20:55 Na targach świata II (1)
21:30 Ten inny Bond
23:10 Seks chrześzczący chityną - film dokumentalny

DISCOVERY CHANNEL

09:00 Parker na złotym szlaku II (3/5) - serial dok.
10:00 Stacja Alaska III (5/8)
11:00 Przetwać nad Jukonem VI (9/9) - serial dok.
12:00 Porty: Hiszpania
12:30 Nagi instykt przetrwania: Brazylia III - serial dok.
15:00 Złomowisko PL VII
16:00 Łowcy opali VIII (3/20)
17:00 Przemitycy: na lotnisku (8) - serial dok.
18:00 Polscy truckersi II
19:00 Nagi instykt przetrwania VII (9,11/17) - serial dok.
21:00 Rolnicy w akcji (6)
22:00 W oku cyklonu III (2)

TVP HISTORIA

10:40 Plaże Europy (6/6)
11:35 Wędrowki szlakami granicznymi - serial dok.
12:25 Putin i Zachód (3/3)
13:35 Królowie (77)
14:05 Czterej pancerni i pies
15:05 Sensacje XX wieku
17:40 Kolumbowie (5/5)
18:45 Roznosiciele radości
20:00 Trzeci oficer (1/13) - serial krym. Polska 2008
20:50 Starożytny Egipt - kroniki imperium (6/8)
21:55 Nieznana wojna na Północy (6/6) - serial dok.
23:00 Sensacje XX wieku

HISTORY

11:15 Starożytni kosmici XVII
12:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:05 Starożytni kosmici XVII
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata III (7/7)
14:50 Największe tajemnice świata VI (5/20) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (3) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VII (9) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XIII
21:00 Tom Hanks: II wojna światowa (5,6/20) - serial dok.
23:00 II wojna światowa w kolorze (8/10) - serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

10:00 Porzucone konstrukcje
11:00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (3/5)
12:00 Katastrofa w przestworzach XIII (3,4,5,8/11)
16:00 Starożytne konstrukcje
17:00 Premiera: Sekrety starożytnej medycyny (7)
18:00 Sztuka obrony: wojny w Europie (1,2/6) - serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXII (10/10) - serial dok.
21:00 Starożytne konstrukcje
22:00 Ukryte pod miastami (2)
23:00 Starożytne konstrukcje

FOCUS TV

09:00 Starożytni kosmici VII
10:00 Gwiazdy lombardu XXIII
12:00 Tajemnice II wojny światowej - serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii
14:00 Zaginione królestwo piratów (2) - historia
15:00 Truckersi przez Australię VIII - serial dok.
16:00 Dorwać tuńczyka VI (12,13/12) - serial dok.
18:00 Rolnicy. Podlasie V
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej
22:00 Ostatni bastion Hitlera II (3,6/6) - serial dok.

BBC EARTH

12:20 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (1/4) - serial dok.
13:30 Wyspy. Laboratoria natury (2/6) - cykl reportaży
14:30 W okowach mrozu V
16:35 Pociągami przez Imperium Rzymskie (2/6)
17:40 Wyspy. Laboratoria natury (2/6) - cykl reportaży
18:40 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (2/4) - serial dok.
19:45 Sekretne życie ogrodu (3) - serial dok. Wlk. Bryt. 2026
20:55 W okowach mrozu VI
22:55 Sekrety długo-wieczności (4/6) - serial dok.

POLSAT VIASAT HISTORY

09:15 II wojna światowa: cena imperium (11/13) - serial dok.
10:20 Dyktatorzy: droga do władzy (1/6) - serial dok.
11:30 Tajne bazy nazistów
12:20 Ramzes: władca Egiptu
15:25 Piramidy w Gizie: sięgając do gwiazd - film dok.
16:35 II wojna światowa: cena imperium (12) - serial dok.
17:40 Dyktatorzy: droga do władzy (2/6) - serial dok.
18:50 Zaginione mumie Inków
19:55 Wikingowie: narodziny imperium (2/6) - serial dok.
21:00 Wojna Adolfa Hitlera
22:05 Królowie-zabójcy (2/6)

Od A do Z

50 PIERWSZYCH

RANDEK ★★

komedie romantyczna, USA
2004, reż. Peter Segal,
wyk. Adam Sandler, Drew
Barrymore, Rob Schneider

22:05 | polsat

Adam Sandler próbuje „Dnia świątaka”: jak utrwalić uczucie dziewczyny, która cierpi na zanik pamięci krótkoterminowej i każdego dnia musi się na nowo zakochać w tym samym mężczyźnie?

APOCALYPTO ★★★

film przyg., USA/Meksyk/Wlk.
Brytania 2006, reż. Mel Gibson,
wyk. Rudy Youngblood, Dalia
Hernández, Jonathan Brewer

20:00 | tv puls

Zrealizowana z rozmachem okrutna wizja zagłady cywilizacji Majów widziana oczami mieszkańca ukrytej w dżungli wioski, który został wybrany na ofiarę składaną bogom, ale próbuje uniknąć przeznaczenia.

BOŻE CIAŁO ★★★★★

dramat obycz., Polska/Francja
2019, reż. Jan Komasa, wyk.
Bartosz Bielenia, Aleksandra
Konieczna, Eliza Rycembel

22:20 | kino polska

Jedenaste polskich Orlów, nominacja do Oscara oraz inne nagrody dla wziętej z życia historii uciekiniera z poprawczaka (Bartosz Bielenia!), który udając księdza, skraca drogę pewnej społeczności do Boga.

CICHE MIEJSCE ★★★★★

horror, USA 2018, reż. John
Krasinski, wyk. Emily Blunt,
John Krasinski, Millicent
Simmonds

23:05 | hbo

W postapokaliptycznym świecie opanowanym przez wszyskosłyszające bestie pięcioosobowa rodzina usiłuje żyć w ciszy zapewniającej bezpieczeństwo. Ale czy bezszelestne życie jest w ogóle możliwe?

IMMORTALS.

BOGOWIE I HEROSI ★★

film przyg., USA 2011, reż. Tan-
sem Singh, wyk. Henry Cavill,
Mickey Rourke, Freida Pinto

22:35 | tv puls

Szalony władca Hyperion rusza na podbój Grecji, by zdobyć łuk Aresa i zaważnąć światem. Czy powstrzyma go waleczny Tezeusz cieszący się zaufaniem Zeusa? Niekoniecznie.

Czarne złoto



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

FILM PRZYG. FRANCJA/KATAR/TUNEZJA/WŁOCHY 2011

REŻ. JEAN-JACQUES ANNAUD, WYK. TAHAR RAHIM, ANTONIO BANDERAS, MARK STRONG

INVICTUS:

NIEPOKONANY ★★★

dramat historyczny,
USA 2009, reż. Clint Eastwood,
wyk. Morgan Freeman, Matt
Damon, Tony Kgoroge

22:00 | warner tv

Mądrość Nelsona Mandeli: prezydent poleca kapitanowi narodowej drużyny rugby stworzenie drużyny, która sięgnie po mistrzostwo świata – sukces, który zjednoczy rozdarty apartheidem kraj. Do zadumy.

JESZCZE

WIĘKSZE DZIECI ★★

komedie, USA 2013, reż. Dennis
Dugan, wyk. Adam Sandler,
Chris Rock, David Spade

19:55 | polsat

Kontynuacja „Dużych dzieci” – opowieści o mężczyznach, którzy mimo upływu lat nie potrafią dorosnąć, co – jak pokazuje Adam Sandler i spółka – wcale nie musi być takie złe. Krzepiące.

ŁAWA

PRZYSIĘGLYCH ★★★

thriller, USA 2003,
reż. Gary Fleder, wyk. John
Cusack, Gene Hackman,
Dustin Hoffman

20:00 | stopklatka

Czytając Johna Grishama: para zręcznych oszustów próbuje manipulować ławą przysięgłych mającą rozstrzygnąć spór między koncernem zbrojeniowym a wdową po zastrzelonym w zamachu. Dobra robota.

MOZZARELLA ★★

dramat obycz., Włochy 2024,
reż. Diego Santangelo,
wyk. Daniele Aiello, Martina
Varriale, Pietro Julianò

23:40 | cinemax

Nastolatek zażywa crack i odbywa psychodeliczną podróż, która ukazując mu zdeformowany obraz rzeczywistości zapewne uratuje go nie tylko przed kontaktami z mafią, ale i przed skłonnością do narkotyków.

NAD ŻYCIE ★★

film obycz., Polska 2012,
reż. Anna Plutecka-Mesjasz,
wyk. Olga Bołdż, Danuta
Stenka, Michał Żebrowski

22:35 | tvn 7

Dramatyczne losy utytułowanej siatkarki Agaty Mróz, która przegrała walkę z nowotworem, w formule telewizyjnej docudramy. Niestety, gdyby nie interesująca Olga Bołdż w roli głównej, do szybkiego zapomnienia.

REMINISCENCJA ★★

thriller, USA 2021,
reż. Lisa Joy, wyk. Hugh
Jackman, Rebecca Ferguson,
Thandiwe Newton

20:00 | tvn 7

W odległej przyszłości, gdy Miami w wyniku globalnego ocieplenia niemal całe znalazło się pod wodą, specjalista od wyszukiwania zagubionych wspomnień odkrywa swoje powiązania z jedną z klientek.

SZUKAJĄC

SPRAWIEDLIWOŚCI ★★

film sens., USA 1991, reż. John
Flynn, wyk. Steven Seagal,
William Forsythe, Jerry Orbach

23:05 | tvn

Steven Seagal jako policjant w wielkomiejskiej dżungli na tropie dawnego przyjaciela – dziś gangstera i niebezpiecznego mordercy. Jak zwykle – widowiskowe łubu-du dla fanów Stevensa S.

WIECZNIE MŁODY ★★★

film s.f., USA 1992, reż. Steve
Miner, wyk. Mel Gibson, Jamie
Lee Curtis, Elijah Wood

19:55 | warner tv

Eksperymentalnie hibernowany w latach 30. XX wieku pilot Daniel McCormick (Mel Gibson) budzi się po półwieczu, by rekompensując sobie utratę bliskich, naprawić życie dwunastolatka i jego samotnej matki. Wciągająco.

ŻELAZNY RYCERZ ★★★

film przyg., Wlk. Brytania/
Szwajcaria/USA/Niemcy 2011,
reż. Jonathan English,
wyk. James Purefoy, Brian Cox,
Kate Mara

22:45 | stopklatka

Angielski król Jan postanawia wycofać się z ustaleń Wielkiej Karty, do której podpisania został zmuszony, ale najpierw musi zdobyć zamek Rochester, broniony przez templariuszy. Efektowne.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 II

07:00 Msza święta
07:30 Rodzina (nie od) święta (47) – program religijny
08:00 Serwis Info, pogoda
08:15 Chłopi (7/13)
09:15 Ranczo IX (2/13)
10:10 Komisarz Alex XXIII (10)
11:05 Ojciec Mateusz XVIII (6)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (764)
12:55 Włochy – ostatnie dzieki zakątki (6) – serial dok.
14:00 Spłątane losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:25 Gra słów. Krzyżówka
16:00 Dziedzictwo
17:00 Telexpress
17:25 Jaka to melodia? (5746)
18:05 Reporterzy (589)
18:25 Akcyjowa 38
19:30 1930 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 07 zgłoś się (2) – serial krym. Polska 1981, wyk. Bronisław Cieslak
21:45 Czarne złoto (Black Gold) – film przyg. F. Katar/Tunezja/Włochy 2011, reż. Jean-Jacques Annaud, wyk. Tahar Rahim (135 min)
00:00 Pokolenie – dramat *** obyczajowy Polska 1954 (100 min)
01:40 Bat 21 – dramat woj. *** USA 1988, reż. Peter Markle, wyk. Gene Hackman (105 min)

MEZZO

09:20 Intermezzo
10:00 Filharmonicy Berliński, Gustavo Dudamel: Waldbühne 2025 – muzyka klasyczna
11:35 Nielsen: Symfonia nr 4 – muzyka klasyczna
12:55 Intermezzo
13:30 Yehudi Menuhin, skrzypce stulecia – muzyka klasyczna Francja 1994
15:25 Les Violons du Roy pod batutą Jonathana Cohena: Haendel, Pergolesi, Vivaldi
16:50 Intermezzo
17:05 La grande danza – Aterballetto w Mediolanie – balet Włochy 2017
18:25 Prix de Lausanne: Gala 2026 – balet Szwajcaria 2026
20:30 Antonio Sartorio: Orfeusz – opera Francja 2023
23:45 Avishai Cohen Quintet – Jazz in Marciac – koncert

TVP2 D3 II

05:30 M jak miłość
06:25 Pozyteczni.pl (379)
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7643) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7643) – mag. Polska 2026
11:30 Rodzinka.pl III
12:35 Koło fortuny (2068)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1037)
14:35 Na sygnale – serial obyczajowy Polska 2026
15:05 La Promesa – pałac tajemnic – telenowela
16:00 Koło fortuny (2069) – teleturniej Polska 2025
16:35 Familiada (3103)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1038)
19:30 Jeden z dziesięciu (20)
19:25 Barwy szczęścia



20:05 Omnibus – szybcy i mądrzy (37) – teleturniej Polska 2026
20:55 Postaw na milion (340) – teleturniej
21:50 Na sygnale
22:55 Ku'damm 59 II (6/6) – serial obyczajowy
23:50 Pitbull (4) – serial sens. Polska 2008, wyk. Marcin Dorociński
00:50 Karol, władca Hiszpanii – serial kostiumowy Hiszpania 2015
01:45 W cieniu śmierci (3/12) – serial krym.

PULS 2

08:50 Masza i niedźwiedź VI
09:25 Świnka Peppa
09:45 Bing (57,58/78)
10:00 Jeżyk i przyjaciele
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (42,43/52)
12:00 Psi patrol (19/26)
12:35 Marta mówi!
13:00 Smerfy (15)
14:00 Baranek Shaun V
14:35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (13/26)
15:00 Miraculous II (17,21/26)
16:00 Fineas i Ferb II
17:00 Smerfy (17)
18:00 Pingwiny z Madagaskaru II (5,6/39)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (31) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
23:00 Showgirls – dramat obycz. USA/Francja 1995

POLSAT D3 II

05:25 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień
09:15 Malinowski i Partnerzy VIII (8,9) – serial fabularno-dokumentalny
10:20 Trudne sprawy XX (5/40) – serial fab.-dok. Polska 2020, wyk. Piotr Dobosz
11:20 Gliniarze XVI (37,38) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier
13:25 Dlaczego ja? 33 (31,32) – serial fab.-dok. Polska 2026
15:30 Wydarzenia
15:55 Milionerzy (8)
16:35 Gliniarze XIX (19,20) – serial fabularno-dok. Polska 2025, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak, Ewelina Ruckgaber, Piotr Mróz
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (812)



19:55 Jeszcze większe dzieci (Grown Ups 2) – komedia USA 2013, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Chris Rock (130 min)
22:05 50 pierwszych randek (50 First Dates) – komedia romant. USA 2004 (130 min)
00:15 Jutro będzie futro (Hot Tub Time Machine) – komedia USA 2010 (115 min)
02:30 Nasz nowy dom (304) – reality show

TV4

07:00 Strażnik Teksasu (6/24)
07:55 Bogaty dom – biedny dom XI (7) – serial dok.
08:55 Policjantki i policjanci
10:55 Na ratunek 112 XVIII (41,42) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? XVIII (36,37,38/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (52/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (540) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci
20:00 Uroczysko V (33,34) – serial krym. Polska 2026
21:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto III (43) – serial krym.
22:00 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (43)
23:00 Leon zawodowiec – dramat krym. Francja/USA 94
01:25 Love Island IV

TVN D3 II

05:40 Uwaga! (8064) – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (39/60)
06:50 Kuchenne rewolucje: Chorzów – bistro „Aę” XXV (9) – reality show Polska 2022
07:45 Dzień dobry wakacje (47) – mag. Polska 2026
11:20 Doradca smaku (3) – mag. kulinarny Polska 2026
11:25 Kuchenne rewolucje: „Calabria”, Olsztyn XXIV (5) – reality show Polska 2022
12:35 Ukryta prawda (60,1,60/60) – serial fab.-dok.
15:45 Detektywi III (41/60)
16:50 Szpital św. Anny III (12/53) – serial obycz. Polska 2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (46/50) – serial krym. Polska 2026
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8065) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial obycz. Polska 2026
20:50 Kogel-mogel – komedia Polska 1988, reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska (135 min)
23:05 Szukając sprawiedliwici (Out For Justice) – film sens. USA 1991, reż. John Flynn, wyk. Steven Seagal, William Forsythe, Jerry Orbach (110 min)
00:55 Kuchenne rewolucje: Wisła 31 (11)

METRO D3 II

07:35 Tajemnice miłości (51) – serial fabularno-dok.
08:30 Szpital (25,26/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (55/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (81,82)
14:40 Kiedy ktoś kocha bardziej (40) – serial obycz.
15:50 Magda M. II (1)
16:55 Idź na całość (11)
18:00 Złomowisko PL (2) – serial dok. Polska 2018
19:00 Kartoteka V (14,15/30) – serial fab.-dok. Polska 2014
21:05 Kryminalni (4,5) – serial krym. Polska 2004
23:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas XII (1/22)
00:20 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III (13/15)
01:20 Szpital (13/68)

TV PULS D3 II

06:00 Policjanci z Miami IV (5,6/22) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIV (5,6/18)
10:00 Zaklinaczka duchów IV (5/23) – serial fantasy
11:00 Kotka – serial obycz.
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspomnienia stulecia III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (16)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (17) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (43,44)

20:00 Apocalypso – film *** przyg. USA/Meksyk/Wlk. Bryt. 2006, reż. Mel Gibson, wyk. Rudy Youngblood (155 min)
22:35 Immortals. Bogowie i herosi (Immortals) – film przygodowy USA 2011, reż. Tarsem Singh (140 min)
00:55 Nowe imperium (L'inchiesta) – dramat historyczny Włochy/Hiszpania 2006, reż. Giulio Base, wyk. Daniele Liotti (130 min)

TVN7 D3 II

05:20 Ten moment (18/20) – serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (5,6,7/72) – serial fab.-dok. Polska 2017
08:45 Ukryta prawda (9,28,29/51) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni III (2) – serial kryminalny Polska 2005, wyk. Marek Włodarczyk
15:00 Szpital (17,18/68) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (41/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (29/60)
20:00 Reminiscencja (Reminiscence) – thriller USA 2021, reż. Lisa Joy, wyk. Hugh Jackman (155 min)
22:35 Nad życie – film obycz. *** Polska 2012, reż. Anna Plutecka-Mesjasz, wyk. Olga Bołądź, Danuta Stenka (120 min)
00:35 W królestwie zwierciadła: Europejskie wakacje (National Lampoon's European Vacation) – komedia USA 1985 (115 min)

STOPKLATKA

- 08:40 Robert Makłowicz** (12/7) – mag. kulinarny
- 09:45 Zagadki kryminalne panny Fisher III** (5/8) – serial krym. Aus. 2015
- 10:55 Górski lekarz XIV** (7,8/8) – serial obycz.
- 12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher III** (6/8)
- 14:00 Zajazd. Będzie się działo** (18,19)
- 16:00 Katastrofy w przestworzach XII** (7,3,1/13) – serial dok.
- 19:00 Aukcja w ciemno III** (6,7/26) – serial dok.
- 20:00 Ława przysięgłych** ******* (Runaway Jury) – thriller USA 2003, reż. Gary Fleder, wyk. John Cusack, Gene Hackman, Dustin Hoffman (165 min)
- 22:45 Żelazny rycerz** ******* (Ironclad) – film przyg. Wlk. Brytania/Szwajcaria/USA/Niemcy 2011, reż. Jonathan English (140 min)
- 01:05 Dobrze zabijanie** ******* (Good Kill) – dramat krym. USA 2014, reż. Andrew Niccol, wyk. Ethan Hawke, Bruce Greenwood (145 min)

KINO POLSKA

- 07:30 Miś Kudłatek** (10,11) – serial anim. Polska 1971
- 07:50 Reksio** – serial anim.
- 08:45 Siedem życzeń:** Senemedar (7/7) – serial młodzieżowy Polska 1984
- 09:50 Komedia małżeńska** – komedia Polska 1993, reż. Roman Załuski, wyk. Ewa Kasprzyk, Jan Englert
- 11:55 Złoty pociąg, cz. 1** – film sens. Polska/Rumunia 1986, reż. Bohdan Poręba
- 13:50 Złoty pociąg, cz. 2** – film sens. Polska/Rumunia 1986, reż. Bohdan Poręba, wyk. Mitić Popescu, Wacław Ulewicz, Ewa Kuksińska
- 15:30 W zawieszeniu** – dramat obyczajowy Polska 1987, reż. Waldemar Krzystek, wyk. Krystyna Janda
- 17:25 Stawka większa niż życie** (5,7/18) – serial wojenny
- 20:00 Mistyfikacja** – thriller Polska 2010, reż. Jacek Koprowicz, wyk. Maciej Stuhr, Jerzy Stuhr, Ewa Błaszczyk
- 22:20 Boże Ciało** – dramat obycz. Polska/Francja 2019, reż. Jan Komasa, wyk. Bartosz Bielenia, Aleksandra Konieczna
- 00:40 Dzień kobiet** – dramat obycz. Polska 2012, reż. Maria Sadowska, wyk. Katarzyna Kwiatkowska, Eryk Lubos

ALE KINO+

- 08:50 The Office PL II** (3,4) – serial komediowy
- 10:00 Patience** (5,6/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2025
- 12:05 Vera XII** (1/5) – serial krym. Wlk. Brytania 2023
- 14:00 Między światami** ******* (Rabbit Hole) – dramat obycz. USA 2010, reż. John Cameron Mitchell, wyk. Nicole Kidman, Aaron Eckhart (115 min)
- 15:55 Pokuta (Atonement)** ******* – melodramat Wlk. Brytania/Francja/USA 2007, reż. Joe Wright, wyk. Keira Knightley, James McAvoy (140 min)
- 18:15 Vera XII** (2/5) – serial krym. Wlk. Brytania 2023, wyk. Brenda Blethyn, Kenny Doughty
- 20:10 Prosta sprawa** (1,2/6) – serial sens. Polska 2024, wyk. Mateusz Damięcki, Piotr Adamczyk, Magdalena Wiczcerek, Mateusz Kmieciak
- 22:45 Szepty mroku** (1,2/6) – serial kryminalny USA 2022, wyk. Zahn McClarnon, Kiowa Gordon, Jessica Matten
- 00:50 Pokonani** (3,4/8) – serial kryminalny

POLSAT FILM

- 07:30 Doktor Martin VIII** (4/8)
- 08:30 Przyjaciółki XV**
- 10:25 Świat według Kiepskich**
- 13:50 Szybcy i wściekły VI** – film sens. USA/Japonia/Hiszpania/Wlk. Brytania 2013
- 16:35 Wielki George Foreman** – film biograficzny USA 2023
- 19:20 S.W.A.T.: Miasto w ogniu** – film sensacyjny USA 2011
- 21:00 Łzy słońca** – film akcji USA 2003, reż. Antoine Fuqua
- 23:35 Męczennica** imieniem Otto – film melodramat USA/Szwecja/Kanada/Irl./Wlk. Bryt. 2022, reż. Marc Forster

KINO TV

- 08:05 Zagadki kryminalne panny Fisher II** (13/13)
- 09:15 Panna Scarlet i komisarz**
- 10:15 Panna Marple II** (1/4)
- 12:15 Hudson i Rex V** (2,3/20)
- 14:30 Poirot: Tajemnica Błękitnego Ekspresu X** (1/4)
- 16:40 Strażnik Teksasu III**
- 18:55 Poirot V** (4/8) – serial krym. Wlk. Brytania 1993
- 20:00 Amerykański Ninja II** – film sens. USA/RPA 1987
- 21:55 Najlepsi z najlepszych II** – film sens. USA 1992
- 00:00 Czarny pies** – film sens. USA/Wlk. Brytania/Francja/Niemcy/Japonia 1998

TVP KULTURA

- 08:35 Rzecz Polska** (6)
- 09:00 Rodzina Leśniewskich** (6,7) – serial obyczajowy Polska 1978
- 10:10 Dekalog: Dziewięć** ******** – dramat obyczajowy 1990, reż. Krzysztof Kieślowski (70 min)
- 11:20 Lucyna** – film obycz. ******* Polska 1986, reż. Andrzej Barański (90 min)
- 12:50 Giganci sztuki** (3/3)
- 14:05 Noce i dnie** (12/12)
- 15:15 Jasminum** – komedia ******** Polska 2006, reż. Jan Jakub Kolski (120 min)
- 17:15 Dziewczyna i chłopak** (1/6) – serial przyg.
- 18:15 Muzeum polskiej piosenki** (23)
- 18:30 Informacje kulturalne**
- 18:55 Rawhide II** (6/32) – western USA 1959
- 20:00 Powrót Sherlocka Holmesa** (12/13) – serial krym. Wlk. Brytania 1988
- 21:05 Czerwone maki** – dramat wojenny Polska 2024, reż. Krzysztof Łukaszewicz (135 min)
- 23:20 Informacje kulturalne**
- 23:50 Turysta (Turist)** ******** – komedia Nor./Włochy/Francja 2014, reż. Ruben Östlund (130 min)

WARNER TV

- 08:00 Teraz albo nigdy!** III (6)
- 09:00 Bajer z Bel-Air** (5,6/25)
- 10:05 Prawo Agaty IV** (12)
- 11:05 Pełniejsza chata III**
- 12:05 Teraz albo nigdy!** III (7,8)
- 14:00 Bajer z Bel-Air**
- 16:05 Pełniejsza chata III** (7,8,9,10/18) – serial kom.
- 18:10 Rewolwer i melonik** – film sens. USA 1998
- 19:55 Wiecznie młody** – film s.f. USA 1992, reż. Steve Miner
- 22:00 Invictus: Niepokonany** – dramat hist. USA 2009
- 00:35 Historia Gabby Petito** – film krym. USA 2022

PARAMOUNT

- 11:05 Psi Patrol: Film** – film anim. Kanada/USA 2021
- 13:00 Czarodziejki** (17,18/22) – serial fantasy USA 1999
- 15:00 Pingwiny z Madagaskaru II** (32,33/39) – serial anim.
- 16:00 Zakręcony** – komedia USA/Niemcy 2000
- 18:00 Sonic. Szybki jak błyskawica** – film przyg. USA/Japonia/Kanada 2020
- 20:00 Austin Powers: szpieg, który nie umiera nigdy** – kom. szpiegowska USA 1999
- 22:00 Poziom mistrza** – film sensacyjny USA/Australia/Wielka Brytania 2020

HBO

- 09:50Z willi do celi** – komedia ****** dia Francja 2024, reż. Grégory Boutboul, wyk. Max Boublil (100 min)
- 11:30 Birdman** – dramat USA ******** 2014, reż. Alejandro González Iñárritu, wyk. Michael Keaton (120 min)
- 13:30 Scott Pilgrim kontra** ******* **świat** – komedia USA/Wlk. Brytania/Kanada/Japonia 2010 (110 min)
- 15:20 Opowieści wigilijne** ******* **Carole** – film obycz. Wlk. Brytania 2022 (75 min)
- 16:35 Kung Fu Panda IV** ******** – film anim. USA/Chiny 2024, reż. Mike Mitchell, Stephanie Stine (95 min)
- 18:10 Longing** – komediodramat USA/Kanada/Izrael 24, reż. Savi Gabizon, wyk. Diane Kruger (110 min)
- 20:00 Mortal Kombat II** ******* – film s.f. USA 2026, reż. Simon McQuoid, wyk. Karl Urban (120 min)
- 22:00 Ród smoka III** (8/8)
- 23:05 Ciche miejsce** ******** – horror USA 2018, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt (90 min)
- 00:35 Sisu: Droga do zemsty** ******* – film woj. USA/Finl./Wlk. Brytania 2025 (90 min)

CINEMAX

- 15:15 Wallace i Gromit** – Kłątwa królika – film anim. Wlk. Bryt./USA/Francja/Irl. 2005
- 16:40 Panoptikon** – dramat obyczajowy Gruzja/Francja/Włochy/Rumunia 2024
- 18:15 Zima w Sokcho** – dramat obyczajowy Francja/Korea Południowa 2024
- 20:00 Loteria!** – komedia sensacyjna USA 2024
- 21:45 Bezwstydne** – thriller Szwajcaria/Bułgaria/Francja/Tajwan/Indie 2024
- 23:40 Mozzarella** – dramat obyczajowy Włochy 2024

ROMANCE TV

- 08:45 Górski lekarz** (6,6/7)
- 10:40 Dr Nice** (2/6)
- 12:30 Tajemnica Karaibów** – film przyg. Niemcy 2004
- 14:25 Rosamunde Pilcher: Letnie marzenie** – romans Austria/Niemcy 2004
- 16:15 Bella dilemma** – komedia romantyczna Niemcy 2013
- 18:00 Górski lekarz** (7,7/7)
- 20:00 Malibu** – Namiot dla trojga – film obycz. Niemcy 22
- 21:55 Następny zjazd „Szczęście”** – Najlepsze przyjaciółki – kom. romant. Niemcy 2021, reż. Francis Meletzky
- 23:50 Górski lekarz** (7,7/7)

CANAL+ PREMIUM

- 08:40 Masz ci los!** – komedia ******** Polska 23, reż. Mateusz Głowacki (90 min)
- 10:10 Super pies i kot lotr** ******* – film animowany Kanada 2026 (90 min)
- 11:40 Łapu-Capu** (191)
- 11:45 LARP. Miłość, trolle** ******** i inne questy – komedia Polska 2025 (95 min)
- 13:20 To nie jest zagadka kryminalna** (3/6)
- 14:20 Fukushima** – film dok.
- 15:50 Baluny** – film krótkom. Polska 2024 (35 min)
- 16:25 Mamma Mia!** – komedia ******** muzyczna USA/Wlk. Brytania/Niemcy 2008 (110 min)
- 18:15 Łapu-Capu** (192)
- 18:20 Pod gwiazdystym niebem** – komedia romant. USA 25 (100 min)
- 20:00 Skażenie** – horror ******** USA/Francja 2026, reż. Jonny Campbell, wyk. Joe Keery (95 min)
- 21:35 The Walking Dead: Dead City III** (2/8)
- 22:20 Amerykański gangster** ******** – dramat krym. USA/Wlk. Bryt. 2007 (155 min)
- 00:55 Ich bronia były kamer-y: Od plaż Normandii do Dachau** – film dok.

TVN FABUŁA

- 07:45 Detektywi** (5,6,7,8)
- 09:50 Prawo Agaty V** (11)
- 10:55 Lekarze II** (5)
- 11:55 Zapukaj do moich drzwi**
- 13:55 Prawo Agaty V** (10)
- 14:55 Detektywi** – serial dok.
- 16:05 Na Wspólnej** (35,36)
- 17:10 Seriale: Rozmowy** (2)
- 17:55 OSS 117** – Rio nie odpowiada – kom. szpieg. F 2009
- 20:00 Tak to się teraz robi** – komedia romant. USA 2010
- 22:10 Urodzony mistrz** – film akcji USA 2021
- 00:30 Blade: Mroczna Trójca** – horror USA 2004

AMC

- 09:10 Dziewczyny z farmy** – film obyczajowy Wlk. Brytania/Francja 1998
- 11:35 Kto pierwszy, ten lepszy** – komedia romantyczna Niemcy/USA 2002
- 13:40 Przypadkowy mąż** – komedia USA/Irlandia 2008
- 15:25 Robin Hood** – faceci w rajtuzach – komedia USA/Francja 1993, reż. Mel Brooks
- 17:50 Policjantka opowieść II** – film sens. Hongkong 1986
- 20:00 Obsesja namiętności** – thriller USA/Japonia 1992
- 22:20 Lake Placid: Dziedzictwo** – horror RPA/USA 2018

AXN

08:05 Ostry dyżur III (4/22)
09:10 Castle V (4,5/24)
11:10 MacGyver V (12,13/15)
13:10 Dowody zbrodni III (7,8/23) – serial sens.
15:10 Agenci NCIS: Hawaje III (4,5/10) – serial krym.
17:10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (25,1/25)
19:05 Castle V (6,7/24)
21:05 Walker: Strażnik Teksasu II (9,10/20) – serial krym.
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas V (25,1/25)
00:45 Castle V (6/24)

EPIC DRAMA

08:30 Detektyw Murdoch XVIII (6/22) – serial kryminalny
09:25 Wszystkie stworzenia duże i małe IV – serial obycz.
10:30 Lekarze na start
12:00 Zatraceni w miłości
13:05 Panna Scarlet VI
14:15 Agenci NCIS XVII (17/20)
15:10 Panna Marple V (1/4)
17:00 Dalgliesh II (1/6) – serial krym. Wlk. Brytania 2023
19:00 Agenci NCIS XVII (18/20)
19:55 Poirot III (3/11)
21:00 Sherlock i córka (2/8) – serial kryminalny
22:00 Robin Hood
23:20 Poirot III (3/11)

TVN STYLE

11:20 Ugotowani (15, 1) – reality show Polska 2013
13:25 Kuchenne rewolucje (9, 4) – reality show Polska 24
15:35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2, 3) – reality show
17:05 W czym do ślubu? (5) – program rozrywkowy
17:40 Kuchenne rewolucje (2, 3, 3) – reality show
20:50 Jestem z Polski V (4,8/4) – serial dok. Polska 2020
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX
00:10 Mroczne sekrety małżeńskie VI – serial dok.

TVN TURBO

08:25 Nic do ukrycia (10/12)
09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (3) – magazyn
10:15 Ciężarówką przez Stany IV (1/9) – serial dok.
11:15 101 napraw (2, 3)
12:15 Jeździć, obserwować IV
13:00 Mobilni mechanicy
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5043)
18:15 Z drugiej ręki (11, 6)
19:45 Moto Fachury (8)
20:30 Zawodowi handlarze
21:15 Naprawy nie do naprawy
22:00 Raport Turbo (5043)
22:15 Jeździć, obserwować

BBC FIRST

08:45 Lewis VIII (4/6)
09:40 Ojciec Brown III (2/15)
10:40 Śmierć pod palmami V
11:45 Z pamiętnika położnej X
12:55 Ulica nadziei III
15:00 Ojciec Brown X (2/10)
16:00 Lewis VIII (4/6)
17:00 My Life is Murder (8/10)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XIV (7/8) – serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami V
21:00 McDonald i Dadds IV – serial krym. Wlk. Bryt. 2024
22:55 Line of Duty – Wydział wewnętrzny – serial sens.

FX

08:50 SkyMed II (3/9)
09:45 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (14,15/24)
11:35 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (16,17/23)
13:25 Agenci NCIS VIII
15:15 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (16,17/24)
17:25 Z Archiwum X III (20,21/24) – serial s.f.
19:15 Agenci NCIS: Sydney III
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (18,19/23)
22:00 Matlock (19/19)
22:55 Z Archiwum X III (21/24)
23:50 Pociąg z forsą – komedia sensacyjna USA 1995

HGTV

09:05 Remontujemy dom na plaży VII – serial dok.
10:00 Poszukiwacze domów: Australia I – serial dok.
11:05 Usterka XI (23,24)
12:30 Podwórkowa reaktywacja (13, 1, 2, 3) – magazyn
14:25 Mieszkanie na miarę IV
15:25 Będzie pięknie (5/8)
16:30 Polowanie na ogród IV
18:10 Zgłoś remont (9)
19:05 Weekendowa metamorfoza (1) – reality show
20:05 Dorota inspiruje (1)
21:00 Dorota was urządzi III
22:30 House Hunters

BBC LIFESTYLE

11:25 Rezydencje na Mauritiusie (3/10) – serial dok.
12:30 Najdroższe brytyjskie domy II – serial dok.
13:30 Mistrzowie szycia (2)
14:35 Wielkie brytyjskie wypieki (7) – program rozrywkowy
15:40 Zapraszamy do stołu
17:40 Rezydencje na Mauritiusie (3/10) – serial dok.
18:45 Mistrzowie szycia (3)
19:50 Wielkie brytyjskie wypieki (8) – program rozrywkowy
21:00 Wielkie australijskie wypieki VI (3) – serial dok.
22:05 Zapraszamy do stołu (11)
23:05 Wstydlive choroby

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół X (5/23)
08:55 Przyjaciele III
11:55 Teoria wielkiego podryw (5,6,7,8,9,10/17)
14:30 Dwóch i pół X (6,7,8,9/23) – serial kom.
16:30 Przyjaciele III (25,1,2,3,4,5/25) – serial kom.
19:30 Teoria wielkiego podryw (11,12,13,14,15,16/17) – serial kom. USA 2008
22:00 The Office PL II
23:05 Comedy Club (4, 5)
00:05 Miasteczko South Park V (11,12/14) – serial anim.

TVP SERIALE

08:10 Komisarz Alex IV (9/13)
09:05 Ródkina.pl V (24/26)
09:40 Klan – telenowela
10:15 Ranczo X – serial kom.
11:55 Komisarz Alex IV (10/13)
12:45 Ojciec Mateusz 32 (2,3,4) – serial kryminalny
15:35 Komisarz Alex IV (11/13)
16:25 Na sygnale
17:30 Ranczo X – serial kom.
19:30 Ojciec Mateusz 32 (5,4) – serial krym. Polska 2024
21:30 Ranczo X (1) – serial kom. Polska 2016, wyk. Cezary Żak
23:30 Ojciec Mateusz 32
00:25 Prokurator (8/10) – serial krym. Polska 2015

CANAL+ KUCHNIA

14:50 U sąsiadów w kuchni XI
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (3) – mag.
16:10 Jakubiak rozgryza Polskę (5) – mag. kulinarny
16:40 Po prostu Jamie (3)
17:35 Jamie Oliver (3)
18:30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (6)
18:55 m jak mięso (6, 1)
19:50 Zgrillowani (7) – mag.
20:15 Jamie Oliver (23, 24) – mag. kulinarny Wlk. Bryt. 2020
21:15 Anthony Bourdain X
23:55 Jakubiak rozgryza Chorwację (1, 2) – magazyn

CANAL+ DOMO

10:00 Gardeners' World (29)
11:10 Ucieczka na wieś XXII
12:05 Wielkie projekty
13:05 Cuda z drewna (9/12)
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (16) – lifestyle
15:00 Liczy się miejsce (3)
15:55 Mamo zamek III (5,6)
16:50 Gardeners' World (32)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
18:55 Wielkie projekty X
20:00 Daleko od miasta X (1,2)
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (17) – lifestyle
21:55 Tomasz Pałowski. Remont u ciebie (4) – mag.
22:25 Przekopaliśmy Ci ogródek

PLANETE+

13:45 Najdziksze ostępy Europy (3/5) – serial dok.
14:45 Berlusconi. Początki imperium – serial dok.
15:50 Niezwykłe podróże kolejną XII (5/8) – serial dok.
16:55 Świat z góry (7,8/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV
18:40 Zaginiony lot MH370 (1)
19:50 Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw
21:00 Na targach świata II
21:30 Lombard
23:10 Premiera: Fire Island – film dok. Francja 2023

DISCOVERY CHANNEL

09:00 Parker na złotym szlaku II (4/5) – serial dok.
10:00 Stacja Alaska III (8/8)
11:00 Dżungla złota (1/7)
12:00 Porty: Hiszpania
12:30 Nagi instynkt przetrwania: Brazylia III (2)
15:00 Złomowisko PL VII (17)
16:00 Łowcy opali VIII (4/20)
17:00 Przemysłnicy: na lotnisku (11) – serial dokumentalny
18:00 Polscy truckersi II
19:00 Złomowisko PL IV
22:00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (9)
00:00 Teorie spiskowe pod lupą (7) – serial dok.

TVP HISTORIA

10:30 Tajemnice królewskiej posiadłości – serial dok.
11:20 Mokradła – film dok.
11:50 Wszystkie kolory świata
12:55 Starożytny Egipt – kroniki imperium (6/8)
14:00 Królowie (78)
14:35 Czwerej pancerni i pies
15:45 Sensacje XX wieku
18:15 1920. Wojna i miłość (1)
19:10 Wszystkie kolory świata
20:10 Trzeci oficer (2)
21:05 Brytyjskie odliczanie do wojny – serial dokumentalny
22:00 Pasikowski & Linda – W Czerwonym Kręgu – film dok.

HISTORY

13:05 Starożytni kosmici XVII
14:00 Niewyjaśnione tajemnice świata – serial dok.
14:50 Największe tajemnice świata VII (7) – serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (4) – serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VII (10) – serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVI (1,12/20) – serial dok.
21:00 David Duchovny II (10)
22:00 Seksualne obsesje dyktatorów (4) – serial dok.
23:00 Tajne kryjówki dyktatorów (4/6) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

11:00 Plemienna szkoła przetrwania: Amazonia (4/5)
12:00 Hitler: siła dyktatury
15:00 Katastrofa w przestworzach XIX (9/10) – serial dok.
16:00 Starożytne konstrukcje
17:00 Premiera: Sekrety starożytnej medycyny (8)
18:00 Sztuka obrony: wojny w Europie (3,4/6) – serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIII (2/10) – serial dok.
21:00 Premiera: Odkopać historię (2) – serial dok.
22:00 Inżynieria po katastrofie

FOCUS TV

09:00 Starożytni kosmici VII
10:00 Gwiazdy lombardu XXIII
12:00 Tajemnice II wojny światowej – serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii XXI (5,6) – serial dok.
14:00 Zaginione królestwo piratów (3) – historia
15:00 Truckersi przez Australię VIII – serial dok.
16:00 Dorwać tuńczyka VII
18:00 Rolnicy. Podlasie V
20:00 Galileo – pr. popularn.
21:00 Najkrwawsze bitwy drugiej wojny światowej
22:00 Ostatni bastion Hitlera III (1,3/6) – serial dok.

BBC EARTH

12:10 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (2/4) – serial dok.
13:15 Wyspy. Laboratoria natury (3/6) – cykl reportaży
14:15 W okowach mrozu V
16:20 Człowiek: historia ewolucji (5/5) – serial dok.
17:35 Wyspy. Laboratoria natury (3/6) – cykl reportaży
18:35 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (3/4) – serial dok.
19:45 Pociągami przez Imperium Rzymskie (3/6)
20:55 W okowach mrozu VI
22:55 Mumia Tutanchamona: tajemnice ujawnione

POLSAT VIASAT HISTORY

08:50 II wojna światowa: cena imperium (12) – serial dok.
09:55 Dyktatorzy: droga do władzy (2/6) – serial dok.
11:05 Tajne bazy nazistów III
12:00 Tajemnica grobowca Kleopatry (1,2,3,4/4)
16:35 II wojna światowa: cena imperium (13/13) – serial dok.
17:45 Dyktatorzy: droga do władzy (3/6) – serial dok.
18:50 Starożytna apokalipsa II
20:00 Wikingowie: narodziny imperium (3/6) – serial dok.
21:00 Wojna Adolfa Hitlera
22:05 Królowie – zabójcy (5/6)
23:05 Tajne bazy nazistów

Od A do Z

ALEX CROSS ★★

thriller, USA/Francja 2012, reż. Rob Cohen, wyk. Tyler Perry, Matthew Fox, Edward Burns

20:00 | stopklatka

Jeszcze raz: policjant – psycholog i moralista – na tropie socjopaty lubiącego dręczyć swoje ofiary. Plus Tyler Perry zamiast Morgana Freemana, który przed laty grał Crossa w filmie „Kolekcjoner”.

BEZ ODWROTU ★★

komediadramat, Francja 2025, reż. Nathalie Najem, wyk. Zita Hanrot, Bastien Bouillon, Alexia Chardard

23:00 | cinemax

Trzydziestolatka rzuca przemocowego partnera i sama wychowuje córkę. Kiedy spotyka obecną dziewczynę swego eks, przeszłość powraca. Obie panie, ofiary jednego mężczyzny, postanawiają się wspierać.

CZŁOWIEK MAFII ★★

film sens., USA 2015, reż. Scott Mann, wyk. Robert De Niro, Jeffrey Dean Morgan, Morris Chestnut

22:20 | stopklatka

Kiedy szef kasyna odmawia pracownikowi pieniędzy na leczenie córki, ten organizuje skok na firmę, po czym ucieka autobusem, którego pasażerów bierze za zakładników. Tylko co tu robi Robert DeNiro?

DUCHY MOICH**BYŁYCH ★★**

komedia romantyczna, USA 2009, reż. Mark Waters, wyk. Matthew McConaughey, Jennifer Garner, Michael Douglas

22:00 | tvn

„Opowieść wigilijna” na inny temat: nalogowy podrywacz, nawet na ślubie brata nawołujący do bezżenności, zostaje nawiedzony przez duchy mające wskazać mu właściwą drogę.

DZIEŃ ŚWIRA ★★

komediadramat, Polska 2002, reż. Marek Kotowski, wyk. Marek Kondrat, Janina Traczkówna, Andrzej Grabowski

23:55 | kino polska

Grand Prix w Gdyni: Marek Kondrat (owacja!) jako uosobienie kompleksów polskiego inteligenta niepotrafiącego odnaleźć się na przełomie tysiącleci: celna, jakkolwiek gorzka wizja Marka Kotowskiego.

Milcząca przyjaciółka



FOT. ANDORA FILM

FILM BIOGRAFICZNY

NIEMCY/WĘGRY/FRANCJA/CHINY 2025, REŻ. ILDIKÓ ENYEDI, WYK. TONY LEUNG CHIU-WAI, LUNA WEDLER, ENZO BRUMM

GLINIARZ**Z BEVERLY HILLS ★★**

komedia sensacyjna, USA 1984, reż. Martin Brest, wyk. Eddie Murphy, Judge Reinhold, John Ashton

20:00 | tvn 7

Pierwszy i najlepszy z cyklu: złotousty Eddie Murphy jako niekonwencjonalny policjant z Detroit, który na gościnnych występach w Kalifornii szuka morderców swego przyjaciela.

KARATE**PO POLSKU ★★**

dramat obycz., Polska 1982, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Michał Anioł, Edward Żentara, Dorota Kamińska

22:00 | kino polska

Zwodniczy tytuł kryje polskie konflikty i kompleksy w gronie nie tylko ówczesnych trzydziestolatków – w mazurskim krajobrazie z obyczajową drastycznością.

LEO: OGRODNIK**ZAWODOWIEC ★★**

komedia sensacyjna, Francja 2025, reż. David Charhon, wyk. Jean-Claude Van Damme, Michaël Youn, Nawell Madani

20:00 | tv puls

Urzędnik rządowy denerwuje premiera do tego stopnia, że każe go unicestwić. Nie byłoby to trudne, gdyby nie jedno ale – urzędnik zatrudnia ogrodnika, byłego komandosa, samego Jeana-Claude'a Van Damme'a.

LWICA ★★

film sens., Wlk. Brytania 2025, reż. James Nunn, wyk. Kate Beckinsale, Charles Dance, Alice Krige

20:00 | canal+ premium

Była agentka sił specjalnych, jedna z najlepszych w swym fachu, porzuca zasłużoną emeryturę i reaktywuje swój zespół, by odzyskać porwaną córkę. Nie dość, że rutyna aż piszczy, to jeszcze przewidywalne.

MIŁOŚĆ**NA NOWO ★★**

komediadramat, USA 2023, reż. Jim Strouse, wyk. Priyanka Chopra, Sam Heughan, Céline Dion

19:55 | polsat

Po śmierci ukochanego dziewczyna nadal wysyła SMS-y na jego komórkę. Ale numer został przeniesiony i odbiorcą wyznani staje się dziennikarz, który ma właśnie przeprowadzić wywiad z Celine Dion.

NIKT ★★

film sens., USA/Japonia/Chiny 2021, reż. Ilya Naishuller, wyk. Bob Odenkirk, Aleksiej Serebriakow, Connie Nielsen

21:30 | cinemax

Wizyta domorosłych włamywaczy w domu marzącego o ciszy i spokoju safanduly budzi prawdziwą bestię – maszynę do zabijania, z którą zadziera rosyjska mafia. Plus niezwykle energiczny Bob Odenkirk.

SŁABY PUNKT ★★

thriller, USA/Niemcy 2007, reż. Gregory Hoblit, wyk. Anthony Hopkins, Ryan Gosling, David Strathairn

20:00 | warner tv

Anthony Hopkins (oklaski!) jako przebiegły gracz, który zaplanował morderstwo niewiernej żony. Przed sądem, mając za przeciwnika aroganckiego prokuratora, wprawdzie broni się sam, ale wcale nie jest bez szans.

THE WASP ★★

thriller psychologiczny, Wlk. Brytania 2024, reż. Guillem Morales, wyk. Naomie Harris, Natalie Dormer, Dominic Allburn

21:40 | canal+ premium

Znajoma odnajduje niewiedzaną od dawną koleżankę ze szkoły i proponuje jej udział w zamordowaniu swego wiarołomnego męża. Gdy przychodzi do ustalania szczegółów, intryga ujawnia swoje drugie dno.

ZNIEWOLONY ★★

film biograficzny, USA/Wlk. Brytania 2013, reż. Steve McQueen, wyk. Chiwetel Ejiofor, Benedict Cumberbatch, Michael Fassbender

20:10 | ale kino+ hd

Trzy Oscary (w tym za film roku) dla opowieści o czarnoskórym muzyku, który w połowie XIX wieku zostaje podstępem sprzedany w niewolę i podejmuje trwającą lata walkę o wolność i własną godność.

KONRAD J. ZARĘBSKI

TVPI D3 II

07:00 Msza święta
07:30 Pełnia wiary (120)
08:00 Serwis Info
08:15 Chłopi (8/13)
09:15 Ranczo IX (3/13)
10:10 Komisarz Alex XXIII (11)
11:05 Ojciec Mateusz XVIII (7)
12:00 Serwis Info – magazyn
12:10 Agrobiznes – magazyn
12:40 Magazyn rolniczy (761)
12:55 Przybysze wśród zwierzząt – film dok. Niemcy 2024
14:00 Spłatanie losy
15:00 Serwis Info, pogoda
15:25 Gra słów. Krzyżówka (1083) – teleturniej
16:00 Dziedzictwo
17:00 Teleexpress
17:25 Jaka to melodia? (5747)
18:05 Reporterzy (590)
18:25 Akacyjowa 38
19:30 19.30 – wiadomości
19:55 Pytanie dnia, pogoda



20:30 Ojciec Mateusz 34 (13) – serial kryminalny Polska 2026, wyk. Piotr Polk, Kinga Preis
21:25 Sprawa dla reportera (1588) – cykl reportaży
22:25 Siłaczka – film dokumentalny Polska 2024
23:30 Szabla od Komendanta – komedia Polska 1995, reż. Jan Jakub Koliski (115 min)
01:25 Pokolenie – dramat obyczajowy Polska 1954, reż. Andrzej Wajda (90 min)

MEZEO

10:00 Richter, enigma
12:30 Francesco Tristano: Frescobaldi, Berio, Franceschini, Bach – muzyka klas.
14:10 „Betreffenheit”, balet w choreografii Crystal Pite – Wlk. Bryt. 17, reż. Jeff Tudor
15:55 Théotime Langlois de Swarte, Orkiestra Opery Królewskiej w Wersalu: Bach – muzyka klasyczna
17:15 Intermezzo
17:50 Ludwig van Beethoven: Fidelio – opera Holandia 2024
20:30 Samara Joy na Międzynarodowym Festiwalu Jazzowym w Montrealu
21:20 Jazz w Vienne: Trombone Shorty – koncert
22:20 Elektroniczne wibracje: dźwięk, który zmienił wszystko
23:15 Nielsen: Symfonia nr 6 – muzyka klasyczna

TVP2 D3 II

05:30 M jak miłość
06:25 Operacja zdrowie (63)
06:55 Barwy szczęścia
07:30 Pytanie na śniadanie – pobudka (7644) – mag.
07:55 Pytanie na śniadanie (7644) – mag. Polska 2026
11:30 Rodzinka.pl III (19,20/26) – serial kom.
12:35 Koło fortuny (2069)
13:15 Panna młoda
14:05 Va banque (1038)
14:35 Na sygnale – serial obyczajowy Polska 2026
15:05 La Promesa – patac tajemnic (454) – telenowela
16:00 Koło fortuny (2070)
16:35 Familiada (3104)
17:20 Panna młoda – serial obyczajowy Turcja 2024
18:15 Va banque (1039)
19:30 Jeden z dziesięciu (21)
19:25 Barwy szczęścia



20:05 63. KFPP w Opolu (215) – festival
20:55 Kocham Cię, Polsko! (10) – quiz Polska 2026
22:30 Czas honoru. Powstanie (5,6) – serial wojenny Polska 2014, wyk. Antoni Pawlicki, Jakub Wesołowski
00:15 Pitbull (5) – serial sens. Polska 2008
01:15 Ostatnia akcja – komedia sensacyjna Polska 2009, reż. Michał Rogalski, wyk. Jan Machulski (95 min)

PULS 2

09:25 Świnka Peppa
09:45 Bing (59,60/78)
10:00 Jeżyk i przyjaciele (11)
10:35 Spidey i superkumple II
11:35 Gus. Mały (44,45/52)
12:00 Psi patrol (20/26)
12:35 Marta mówi! II (1/15)
13:00 Smerfy (17)
14:00 Baranek Shaun V
14:35 My Little Pony: Przyjaźń to magia (14/26)
15:00 Miraculous II (21,1/26)
16:00 Fineasz i Ferb II
17:00 Smerfy (19)
18:00 Pingwiny z Madagaskaru II (7,8/39)
19:00 Kacze opowieści
20:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (32) – serial obycz.
21:00 Dzielnica strachu X
23:00 Amerykański Sicario – film sensacyjny USA 2021
01:00 Dzielnica strachu X

POLSAT D3 II

05:40 Telezakupy TV Okazje
06:00 Nowy dzień – magazyn
09:15 Malnowski i Partnerzy VIII (10,11) – serial fab.-dok., wyk. Bronisław Cieślak, Anna Lucińska
10:20 Trudne sprawy XX (6/40) – serial fab.-dok.
11:20 Gliniarze XVI (39,40) – serial fabularno-dok. Polska 2024, wyk. Arkadiusz Krygier, Tomasz Skrzypniak
13:25 Dlaczego ja? 33 (33,34) – serial fabularno-dok.
15:30 Wydarzenia
15:55 Milionerzy (9)
16:35 Gliniarze XIX (21,22) – serial fab.-dok. Polska 2025
18:50 Wydarzenia, sport, pogoda – wiadomości
19:15 Gość „Wydarzeń” (813) – program publicystyczny
19:30 Sport – Polska 2026



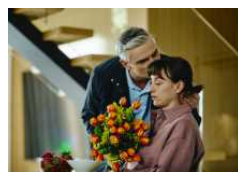
19:55 Miłość na nowo (Love Again) – komediodramat USA 2023, reż. Jim Strouse, wyk. Priyanka Chopra (135 min)
22:10 Miasto aniołów (City of Angels) – dramat obycz. USA/Niemcy 1998, reż. Brad Silberling, wyk. Nicolas Cage, Meg Ryan (155 min)
00:45 John Tucker musi odejść (John Tucker Must Die) – komedia romantyczna USA/Kanada 2006 (110 min)

TV4

07:00 Strażnik Teksasu (8/24)
07:55 Bogaty dom – biedny dom XI (8) – serial dok.
08:55 Policjantki i policjanci X (64,65/65) – serial obycz.
10:55 Na ratunek 112 XVIII (43,44) – serial fabularno-dok.
11:55 Dlaczego ja? XVIII
13:55 Trudne sprawy XVI (39,40,1/40) – serial fab.-dok.
16:55 Policjantki i policjanci XXIV (53/65) – serial obycz.
18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (541) – reality show
19:00 Policjantki i policjanci XXIV (54/65) – serial obycz.
20:00 Uroczysko V (35,36)
21:05 Sprawiedliwi. Trójiństwo III (44) – serial krym.
22:05 Sprawiedliwi – wydział kryminalny XX (44)
23:10 Depresja kilera – komedia krym. Francja/Belgia 2023

TVN D3 II

05:05 Zamieszkać na plaży VII
05:40 Uwaga! (8065) – mag. reporterów Polska 2026
05:55 Ukryta prawda (40/60)
06:50 Kuchenne rewolucje XXV (10) – reality show
07:45 Dzień dobry wakacje (48) – mag. Polska 2026
11:20 Doradca smaku (1)
– mag. kulinarny Polska 2026
11:25 Kuchenne rewolucje: Restauracja „Polski Nie-Rząd”, Sosnowiec XXIV (7)
12:35 Ukryta prawda (2,3,1/60) – serial fab.-dok.
15:45 Detektywi III (42/60)
16:50 Szpital św. Anny III (13/53) – serial obycz. Polska 2026, wyk. Jolanta Fraszyńska
17:55 Młode gliny (47/50) – serial krym. Polska 2026
19:00 Fakty, sport, pogoda
19:55 Uwaga! (8066) – mag.



20:15 Na Wspólnej – serial obycz. Polska 2026
20:50 Kuchenne rewolucje 31 (10) – reality show
22:00 Duchy moich byłych (Ghosts of Girlfriends Past) – komedia romantyczna USA 2009, reż. Mark Waters, wyk. Matthew McConaughey (120 min)
00:00 Grunt to rodzinka (L'enquête corse) – komedia Francja 2004, reż. Alain Berbérian (120 min)

METRO D3 II

07:35 Tajemnice miłości – serial fab.-dok. Polska 2021
08:30 Szpital (27,28/68)
10:30 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
12:30 SOS. Ekipy w akcji (56/60) – telenowela dok.
13:30 Brzydula (83,84)
14:40 Za głosem serca (1)
15:50 Magda M. II (2)
16:55 Idź na całość (12)
18:00 Złomowisko PL (3) – serial dok. Polska 2015
19:00 Kartoteka V (16,17/30) – serial fab.-dok. Polska 2014
21:05 Kryminalni VI – serial kryminalny Polska 2007
23:15 Kuba Wojewódzki (12)
00:25 Zbrodnie z pierwszych stron gazet III (15/15) – serial dokumentalny USA 2019
01:20 Szpital (14/68)
02:20 Szkoła (3/68)

TV PULS D3 II

06:00 Policjanci z Miami IV (6,7/22) – serial krym. USA 1987, wyk. Don Johnson
08:00 Kobra – oddział specjalny XXIV (6,3/18)
10:00 Zaklinaczka duchów IV (6/23) – serial fantasy
11:00 Kotka – serial obycz.
12:00 Nie igraj z aniołem – telenowela Meksyk 2008
13:00 Wspominał stulecie III – serial obycz. Turcja 2013
14:00 Kurierzy II (17)
15:00 Lombard. Życie pod zastaw XI – serial obycz.
17:00 Kurierzy II (18) – serial obyczajowy Polska 2023
18:00 Lombard. Życie pod zastaw XVIII (44,45)

20:00 Leo: ogrodnik zawodowiec (Le Jardinier) – komedia sensacyjna Francja 2025, reż. David Charhon, wyk. Jean-Claude Van Damme, Michaël Youn, Nawell Madani (130 min)

22:10 Uliczny wojownik (Street Fighter) – film sens. Japonia/USA 1994, reż. Steven E. de Souza (115 min)

00:05 Kobiety mafii – film sens. Polska 2018, reż. Patryk Vega (170 min)

TVN7 D3 II

05:20 Ten moment (19/20) – serial fab.-dok. Polska 2015
05:55 Szkoła (8,10,11/72) – serial fab.-dok. Polska 2017
08:45 Ukryta prawda (10,30,31/51) – serial fab.-dok.
11:50 W-11 Wydział Śledczy – serial fab.-dok. Polska 2014
13:55 Kryminalni III (3)
15:00 Szpital (19,20/68) – serial fab.-dok. Polska 2018
17:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska – serial fab.-dok.
18:00 SOS. Ekipy w akcji (42/60) – telenowela dokumentalna Polska 2018
19:00 Ukryta prawda (30/60) – serial fab.-dok. Polska 2023, wyk. Agnieszka Czeakańska

20:00 Gliniarz z Beverly Hills (Beverly Hills Cop) – komedia sensacyjna USA 1984, reż. Martin Brest, wyk. Eddie Murphy, Judge Reinhold (140 min)
22:20 Sherlock Holmes: Gra cieni (Sherlock Holmes: A Game of Shadows) – film sensacyjny Wlk. Brytania/USA 2011 (155 min)
00:55 Constantine – horror USA/Niemcy/Kan./Wlk. Bryt. 2005 (150 min)

STOPKLATKA

08:40 Robert Makłowicz (123) – mag. kulinarny
09:40 Zagadki kryminalne panny Fisher III (6/8) – serial krym. Aus. 2015
10:55 Górski lekarz XIV (8,9/8) – serial obycz.
12:55 Zagadki kryminalne panny Fisher III (7/8) – serial krym. Aus. 2015
14:00 Zajazd. Będzie się działo (19,20) – serial fabularno-dok.
16:00 Katastrofy w przestworzach XII (4,2)
19:00 Aukcja w ciemno III (7,8/26) – serial dok. USA 2013, wyk. Cam Rowe
20:00 Alex Cross – thriller USA/Francja 2012, reż. Rob Cohen, wyk. Tyler Perry, Matthew Fox, Edward Burns, Rachel Nichols (140 min)
22:20 Człowiek mafii (Heist) – film sens. USA 2015, reż. Scott Mann, wyk. Robert De Niro, Jeffrey Dean Morgan (100 min)
00:00 Krzyk (Scream) – horror USA 1996, reż. Wes Craven, wyk. Neve Campbell, Courteney Cox, David Arquette, Rose McGowan (155 min)

KINO POLSKA

07:35 Miś Kudłatek (13) – serial anim. Polska 1973
07:45 Reksio – serial anim.
08:30 Akademia Pana Kleksa, cz. 1: Przygoda księcia Mateusza (1) – film dla młodzieży Polska/ZSRR 1983
10:05 Akademia Pana Kleksa, cz. 2: Tajemnica gólarza Filipa (2) – film dla młodzieży Polska/ZSRR 1984
11:50 Patrzę w niebo – film krótkom. Polska 2025
12:30 Janosik – film przygodowy Polska 1974
15:10 Stara baśń. Kiedy słońce było Bogiem – film hist. Polska 2003, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Michał Żebrowski, Marina Aleksandrova
17:25 Stawka większa niż życie (7) – serial wojenny
20:00 Trick – film sens. Polska 2010, reż. Jan Hryniak, wyk. Piotr Adamczyk, Karolina Gruska, Andrzej Chyra, Robert Więckiewicz
22:00 Karate po polsku – dramat obycz. Polska 1982, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Michał Anioł, Edward Zentara, Dorota Kamińska, Jerzy Trela
23:55 Dzień świra – komediodramat Polska 2002, reż. Marek Koterski, wyk. Marek Kondrat, Janina Traczkówna

ALE KINO+

08:50 The Office PL II (5,6/12) – serial komediowy
10:00 Van der Valk III (1) – serial kryminalny Wlk. Brytania 2023
11:55 Vera XII (2/5)
13:55 Moi synowie (Jouer avec le feu) – dramat obycz. F/Belgia 2024, reż. Delphine Coulin, Muriel Coulin, wyk. Vincent Lindon (145 min)
16:20 41 dni nadziei (Adrift) – film biograficzny USA/Islandia/Hongkong 2018, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Shailene Woodley, Sam Claflin (115 min)
18:15 Vera XII (3/5) – serial krym. Wlk. Brytania 2023
20:10 Zniewolony (12 Years a Slave) – film biograficzny USA/Wlk. Brytania 2013, reż. Steve McQueen, wyk. Chiwetel Ejiofor, Benedict Cumberbatch (155 min)
22:45 Eastern – thriller Polska 2019, reż. Piotr Adamski, wyk. Maja Pankiewicz, Edyta Torhan (100 min)
00:25 Dream Scenario – komedia USA/Kanada 2023, reż. Kristoffer Borgli (125 min)

POLSAT FILM

07:30 Doktor Martin VIII (5/8)
08:25 Przyjaciółki XVI (1,2)
10:25 Świat według Kiepskich – serial kom. Polska 2005
14:40 Minionki – film anim. USA 2015, reż. Kyle Balda
16:25 Piksele – kom. USA/Chiny 2015, reż. Chris Columbus
18:45 Uzdrowiciel z tropików – film przyg. USA 1992
21:00 Wróc do mnie – komedia romantyczna USA 2022
23:15 Obcy: Przymierze – film s.f. USA/Wlk. Brytania 2017
01:55 Ślad (29/48) – serial kryminalny Polska 2018

KINO TV

08:05 Zagadki kryminalne panny Fisher III (1/8)
09:15 Panna Scarlet i komisarz (3/6) – serial krym.
10:15 Panna Marple II (2/4)
12:15 Hudson i Rex V (3,4/20)
14:30 Poirot: Karty na stół X (2/4) – serial kryminalny
16:40 Strażnik Teksasu III (5,14/25) – serial sens.
18:55 Poirot V (5/8) – serial krym. Wlk. Brytania 1993
20:00 Dobry rok – komediodramat USA/Wlk. Brytania 2006, reż. Ridley Scott
22:35 Uprowadzona – thriller USA/Francja 2008

TVP KULTURA

08:30 Informacje kulturalne
09:00 Dziewczyna i chłopak (1/6) – serial przyg.
10:00 Jasminum – komedia Polska 2006, reż. Jan Jakub Kolski (120 min)
12:00 Reżyserzy VII (9)
13:00 Jules i Jim (Jules et Jim) – dramat obyczajowy Francja 1962 (115 min)
14:55 Barbara i Jan
16:10 Dom moich synów – dramat obycz. Polska 1975 (70 min)
17:20 Dziewczyna i chłopak (2/6) – serial przyg.
18:15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka (3/15) – serial dok.
18:55 Rawhide II (8/32) – western USA 1960
20:00 Stan i Ollie (Stan & Ollie) – film biograficzny Wlk. Brytania/Kanada/USA 2018 (105 min)
21:45 Blur kontra Oasis, wojna o brytop
22:55 Czerwone maki – dramat wojenny Polska 2024, reż. Krzysztof Łukasiewicz (135 min)
01:10 Anna i wilki (Ana y los lobos) – dramat psych. Hiszpania 1973, reż. Carlos Saura (110 min)

WARNER TV

07:35 Teraz albo nigdy! III (7)
08:30 Bajer z Bel-Air (7,8/25)
09:35 Prawo Agaty IV (13)
10:35 Pełniejsza chata III
11:50 Teraz albo nigdy! III (8,9)
13:50 Bajer z Bel-Air (7,8,9,10/25) – serial kom.
15:55 Pełniejsza chata III (9,10,11,12/18) – serial kom.
18:20 Głupi i głupszy II: Kiedy Harry poznał Lloyda – komedia USA 2003, reż. Troy Miller
20:00 Staby punkt – thriller USA/Niemcy 2007
22:10 Martwa cisza – film sensacyjny Australia 1989

PARAMOUNT

07:30 Czarodziejki (17,18/22)
09:25 Policyjna grupa pościgowa XVIII – serial dok.
10:30 Pingwiny z Madagaskaru
11:05 Psi Patrol: Wielki Film – film anim. Kanada/USA 2023
13:00 Czarodziejki (19,20/22)
15:00 Pingwiny z Madagaskaru II (35/39) – serial anim.
15:30 Balerina – film anim. Francja/Kanada 2016
17:30 Pani i pani Smith – komedia sens. USA 2005
20:00 Vanilla Sky – thriller USA/Hiszpania 2001
23:00 Mission: Impossible II – film sens. USA 2000

HBO

09:15 Angry Birds 2: Film – film anim. USA/Finl./Wlk. Brytania/Kanada/Australia 2019 (95 min)
10:50 Małe kobietki – melodramat USA 2019, reż. Greta Gerwig (135 min)
13:05 Księga życia – film anim. USA/Meksyk/Kanada 2014, reż. Jorge R. Gutiérrez (95 min)
14:40 Dzikie łowy – komediodramat Nowa Zelandia 2016 (100 min)
16:20 Drażen – film biograf. Chorwacja/Serbia/Słowenia 2024, reż. Danilo Šerbedžija, Ljubo Zdjelarević (100 min)
18:00 Dźwiękowiec – dramat obycz. Belgia 2025, reż. Frank Van Passel, wyk. Jef Hellemans (120 min)
20:00 Milcząca przyjaźniółka – film biograficzny Niemcy/Węgry/Francja/Chiny 2025, reż. Ildikó Enyedi, wyk. Tony Leung Chiu-wai (145 min)
22:25 Enigma – film dok. USA 2025, wyk. April Ashley
00:00 Le Mans '66 – film biograficzny USA 2019, reż. James Mangold, wyk. Matt Damon (150 min)

CINEMAX

10:55 Dwóch gniewnych ludzi – komedia USA 2003
12:40 Kilka dni, nie więcej – komediodramat Francja 2024
14:20 Czarny pies – thriller Chiny 2024, reż. Hu Guan
16:10 Wybuchowa para – komedia sensacyjna USA 2010, reż. James Mangold
18:00 Głębia – film przyg. Wlk. Brytania/USA 1977
20:00 Fargo IV (7,8/11)
21:30 Nikt – film sensacyjny USA/Japonia/Chiny 2021
23:00 Bez odwrotu – komediodramat Francja 2025

ROMANCE TV

10:30 Dr Nice (6/6)
12:25 Wiosenny szepot: Wiosenne dzieci – dramat obyczajowy Niemcy 2013
14:20 Malibu – Kemping dla początkujących – film obyczajowy Niemcy 2022
16:15 Rosamunde Pilcher: Godziny decyzji – film obycz. Niemcy/Austria 1996
18:05 Górski lekarz
20:00 Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005
21:50 Wiosna dla początkujących – komedia Niemcy 2012
23:45 Górski lekarz

CANAL+ PREMIUM

09:50 Łapu-Capu (192)
09:55 Kiedy nadchodzi jesień – dramat obycz. Francja 2024 (100 min)
11:35 Długi weekend – film obycz. Polska 2004, reż. Robert Gliński (75 min)
12:50 To nie jest zagadka kryminalna (4)
13:45 Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne – film dok.
15:10 Anna Karenina – dramat obycz. Wlk. Bryt./USA 2012 (125 min)
17:15 Hollywood Buzz (11)
17:45 Łapu-Capu (193)
17:50 Saga «Zmierzchni» – Książyc w nowiu – melodramat USA 2009, reż. Chris Weitz (130 min)
20:00 Lwica – film sens. Wlk. Brytania 2025, reż. James Nunn, wyk. Kate Beckinsale (100 min)
21:40 The Wasp – thriller psychologiczny Wlk. Brytania 2024 (95 min)
23:15 Piła 3D – horror USA/Kanada 2010, reż. Kevin Greutert (90 min)
00:45 Hellboy: Wzgórza nawiedzonych – horror USA/Wlk. Bryt./Niemcy/Bułgaria 2024 (95 min)

TVN FABUŁA

07:45 Detektywi (9,10,11,12)
09:50 Prawo Agaty V (12)
10:55 Lekarze II (6)
11:55 Zapukaj do moich drzwi
13:55 Prawo Agaty V (11)
14:55 Detektywi – serial dok.
16:05 Na Wspólnej (37,38)
17:10 Seriale: Rozmowy (3)
18:00 Za duży na bajki II – film przygodowy Polska 2024
20:00 Sztanga i cash – komedia sensacyjna USA 2013
22:50 Plan ucieczki – film sensacyjny USA 2013
01:05 Wilk z Wall Street – film biograficzny USA 2013

AMC

09:15 K-19 – film sens. Wlk. Brytania/Niemcy/Kanada/USA 2002, reż. Kathryn Bigelow
12:10 Jedz, módl się, Kochaj – melodramat USA 2010
15:10 Trudne słowa – komedia romantyczna USA 2004
17:50 Ona to on – komedia USA/Kanada 2006
20:10 Quest – film sensa-cyjny USA/Kanada 1996
22:00 Żelazna Matka – film sensacyjny Hongkong 1993
23:55 Kwarantanna II: Terminal – horror USA 2011
01:50 Morderca mistrzów – film sens. Chiny/Hongkong 2014

AXN

08:05 Ostry dyżur III (6/22)
09:05 Castle V (6,7/24)
11:05 MacGyver V (14,15/15)
13:05 Dowody zbrodni III (9,10/23) - serial sens. USA 05
15:05 Agenci NCIS: Hawaje III (6,7/10) - serial krym. USA 24
17:05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas VI (2,3/24)
19:05 Castle V (8,9/24)
21:05 Agenci NCIS: Hawaje II (18,19/22) - serial krym. USA 23
23:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas VI (2,3/24)
00:45 Castle V (8/24)

EPIC DRAMA

08:35 Detektyw Murdoch XVIII
09:30 Wszystkie stworzenia duże i małe V (1/6)
10:30 Lekarze na start
12:00 Zatrącenie w miłości
13:05 Panna Scarlet VI
14:15 Agenci NCIS XVII (18/20)
15:10 Panna Marple V (2/4)
17:00 Dalgliesh II (3/6)
19:00 Agenci NCIS XVII (19/20) - serial krym. USA 2020
19:55 Poirot III (4/11) - serial krym. Wlk. Brytania 1991
21:00 Detektyw Murdoch XIX
21:55 Agenci NCIS XVII (7/20)
22:55 Poirot III (4/11)
00:00 Agenci NCIS XVII

TVN STYLE

11:20 Ugotowani (2, 3) - reality show Polska 2014
13:25 Kuchenne rewolucje (10, 5) - reality show
15:35 Pary młode ponad miarę - serial dok. Polska 2020
17:40 Kuchenne rewolucje (4, 5, 4) - reality show
20:50 Jestem z Polski III (6,8/6) - serial dokumentalny
22:50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia IX - serial dok.
00:20 Mroczne sekrety małżeńskie VI - serial dok.
01:25 Dorota wa urzędzi IV (7/12) - serial dokumentalny

TVN TURBO

08:20 Nic do ukrycia (11/12)
09:20 Samochód marzeń: Kup i zrób (4) - magazyn
10:15 Ciężarówką przez Stany IV (2/9) - serial dok.
11:15 101 napraw (4, 5)
12:15 Jeździć, obserwować IV
13:00 Mobilni mechanicy
14:30 Zawodowi handlarze
16:00 Wojny samochodowe
18:00 Raport Turbo (5044)
18:15 Wojny samochodowe (12, 9) - program rozrywkowy
20:15 Moto kombat (10)
21:00 Uwaga! Oszust: Schemat z ogłoszenia (3,4/12)
22:00 Raport Turbo (5044)

BBC FIRST

08:45 Lewis VIII (5/6)
09:45 Ojciec Brown III (3/15)
10:40 Śmierć pod palmami V
11:45 Z pamiętnika położnej X
12:55 Ulica nadziei III
15:00 Ojciec Brown X (3/10)
16:00 Lewis VIII (5/6)
17:00 My Life is Murder (9/10)
18:00 Morderstwa w Mid-somer XIV (8/8) - serial krym.
19:55 Śmierć pod palmami V
21:00 Line of Duty - Wydział wewnętrzny - serial sens.
23:25 Zaproszona - miniserial Wielka Brytania 2025

FX

08:45 SkyMed II (4/9)
09:40 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (16,17/24)
11:55 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (18,19/23)
13:45 Agenci NCIS VIII (21,22/24) - serial krym.
15:35 CSI: Kryminalne zagadki Miami III (18,19/24)
17:25 Z Archiwum X III (21,22/24) - serial s.f.
19:15 Agenci NCIS: Sydney III (12) - serial kryminalny
20:10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku VI (20,21/23)
22:00 Zakłamanie - serial dram.
23:00 Z Archiwum X III (22/24)

HGTV

09:05 Remontujemy dom na plaży VIII (1/10) - serial dok.
10:00 Najdziwniejsze domy na wynajem (3, 4) - reality show
11:05 Usterka XI (25,26)
12:35 Podwórkowa reaktywacja (4, 5, 6, 7) - magazyn
14:30 Mieszkanie na miarę IV
16:30 Polowanie na ogród V
18:15 Weekendowa metamorfoza (2) - reality show
19:05 Pogromcy chaosu (2)
20:05 Dorota wa urzędzi III
21:35 Będzie pięknie (5/8)
22:35 House Hunters - poszukiwacze domów

BBC LIFESTYLE

09:15 Życie w Dubaju (1,2/3)
11:25 Rezydencje na Mauritiusie (4/10)
12:30 Najdroższe brytyjskie domy II (4/8) - serial dok.
13:30 Mistrzowie szycia (3) - program rozrywkowy
14:35 Wielkie brytyjskie wypieki (8) - pr. rozrywkowy
15:45 Zapraszam do stołu
17:45 Rezydencje na Mauritiusie (4/10) - serial dok.
18:46 Mistrzowie szycia (4)
19:50 Wielkie brytyjskie wypieki (9) - pr. rozrywkowy
21:00 10 lat mniej w 10 dni II
22:00 Superchirurg

COMEDY CENTRAL

08:25 Dwóch i pół X (9/23)
08:55 Przyjaciele III (25,1,2,3,4,5/25) - serial kom.
11:55 Teoria wielkiego podrywu (11,12,13,14,15,16/17)
14:30 Dwóch i pół X
16:30 Przyjaciele IV
19:30 Teoria wielkiego podrywu (17,1,2,3,4,5/17) - serial kom. USA 2008
22:00 The Office PL II (12,1)
23:05 Comedy Club (6, 7) - program rozrywkowy
00:05 Miasteczko South Park V (13,14/14) - serial anim.

TVP SERIALE

08:15 Komisarz Alex IV (10/13)
09:05 Rodzinka.pl V (25/26)
09:40 Miapra - telenowela
10:15 Ranczo X - serial kom.
11:55 Komisarz Alex IV (11/13)
12:45 Ojciec Mateusz 32
15:35 Komisarz Alex IV (12/13) - serial krym. Polska 2013
16:25 Na sygnale
17:35 Ranczo X - serial kom.
19:30 Ojciec Mateusz 32
20:30 Komisarz Alex XXV (7) - serial krym. Polska 2025
21:30 Ranczo (1,2/13) - serial komediowy Polska 2006
23:35 Ojciec Mateusz 32 (7)
00:30 Prokurator (9/10)

CANAL+ KUCHNIA

13:50 Sekrety świata przypraw II (2) - serial dok.
14:50 U sąsiadów w kuchni XI
15:55 Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś (4)
16:10 Jakubiak rozgryza Polskę (6) - mag. kulinarny
16:40 Po prostu Jamie (4)
17:35 Jamie Oliver (4)
18:30 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (7)
18:55 m jak mięso (2, 3)
19:50 Zgrillowani (8)
20:15 m jak mięso (6, 7)
21:15 Anthony Bourdain X
23:05 Jamie gotuje w Gruzji

CANAL+ DOMO

10:00 Gardeners' World (30)
11:10 Ucieczka na wieś XXII
12:05 Wielkie projekty (8)
13:05 Cuda z drewna (10/12)
14:05 Wakacyjne domy na wynajem (17) - lifestyle
15:00 Liczy się miejsce (4)
15:55 Daleko od miasta XV
16:50 Gardeners' World (1)
18:00 Ucieczka na wieś XXII
18:55 Wielkie projekty.
20:00 Daleko od miasta X (3,4)
21:00 Wakacyjne domy na wynajem (18) - lifestyle
21:55 Cztery pory roku w ogrodach Kew II (4)
22:45 Gardeners' World

PLANETE+

13:45 Najdzikszc ostępy Europy (1/5) - serial dok.
14:45 Berlusconi. Początki imperium - serial dok.
15:50 Niezwykłe podróże koleją XII (6/8) - serial dok.
16:55 Świat z góry (8,9/14)
18:00 Dokąd dzisiaj? IV (135,136) - serial dok.
18:35 Zaginiony lot MH370 (2)
19:45 Życie codzienne w Protektoracie Czechi Moraw
20:55 Żydowski nazista (2)
22:00 Skradzione dzieci NRD (4) - serial dok. Niemcy 2022

DISCOVERY CHANNEL

08:00 Zoom na architekturę
09:00 Parker na złotym szlaku
10:00 Wyprawa w telenowela VI
11:00 Dżungla złota (2/7)
12:00 Porty: Hiszpania
12:30 Nagi instykt przetrwania: Brazylia III (5)
15:00 Złomowisko PL VII (18)
16:00 Łowcy opali VIII (5/20)
17:00 Przemysł: na lotnisku
18:00 Polscy truckersi II
19:00 Nagi instykt przetrwania VII (12,17/17) - serial dok.
21:00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge V
22:00 Złoto drwali II (4)
23:00 Akta ekspedycji II

TVP HISTORIA

11:00 Wszystkie kolory świata
12:00 Podziemne Włochy II
13:05 Brytyjskie odliczanie do wojny - serial dokumentalny
14:00 Królowie (79) - serial kostiumowy Polska 2024
14:35 Janosik (1/13)
15:40 Sensacje XX wieku
18:10 1920. Wojna i miłość (2)
19:05 Ex libris - magazyn
19:30 Flesz historii (774)
20:00 Trzeci oficer (3)
20:50 Zapomniane dyktatury Europy (1/2) - serial dok.
21:45 Zbyszek. Trzynastka
22:55 Sensacje XX wieku

HISTORY

11:15 David Duchovny: archiwum tajemnic II (10)
12:10 Gwiazdy lombardu XXV
13:05 Starożytni kosmici XVI
14:00 Nowyjaśnione tajemnice świata III (2/22)
14:50 Największe tajemnice świata VI (7/20) - serial dok.
15:45 Gwiazdy lombardu XIII
17:10 Skarby Hitlera: ostatnia wyprawa (5) - serial dok.
18:10 Największe tajemnice świata VII (11) - serial dok.
19:05 Starożytni kosmici XVI
21:00 Łowca historycznych skarbów (2) - serial dok.
22:00 Wojny magazynowe XVII

NATIONAL GEOGRAPHIC

12:00 Co poszło nie tak (1, 2, 3)
15:00 Katastrofa w przestworzach XIX (10/10)
16:00 Starożytne konstrukcje
17:00 Premiera: Sekrety starożytnej medycyny (9)
18:00 Sztuka obrony: wojny w Europie (5,6/6) - serial dok.
20:00 Katastrofa w przestworzach XXIII (9/10) - serial dok.
21:00 Premiera: Ekstremalne katastrofy III (6) - serial dok.
22:00 Premiera: Katastrofy pod lupą II - serial dok.
23:00 Maszyny wagi ciężkiej

FOCUS TV

08:00 Byli sobie podróżnicy
08:55 Wehikuł czasu
09:00 Starożytni kosmici VII
10:00 Gwiazdy lombardu XXIII
12:00 Tajemnice II wojny światowej - serial dok.
13:00 Poszukiwacze historii
14:00 Zaginione królestwo piratów (4) - historia
15:00 Truckersi przez Aus. VIII (9/13) - serial dokumentalny
16:00 Dorwać tuńczyka VII
18:00 Rolnicy. Podlasie V
20:00 Galileo - pr. popularn.
21:00 Poszukiwacze historii V
23:00 Kapitulacja. Ostatnie godziny II wojny światowej

BBC EARTH

12:10 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (3/4) - serial dok.
13:20 Wyspy. Laboratoria natury: Borneo (4/6)
14:20 W okowach mrozu VI (1,2/22) - serial dokumentalny
16:25 Największe zagadki nauki (5/6) - serial dok.
17:35 Wyspy. Laboratoria natury: Borneo (4/6)
18:35 Dzikie Karaiby z Liz Bonnin (4/4) - serial dok.
19:45 Planeta zmian (1/2)
20:55 W okowach mrozu VI
22:55 Cała prawda o witaminach - film dokumentalny

POLSAT VIASAT HISTORY

08:30 II wojna światowa: cena imperium (13/13) - serial dok.
09:35 Dyktatorzy: droga do władzy (3/6) - serial dok.
10:45 Tajne bazy nazistów III
11:40 Wojny faraonów
16:35 Punkty zwrotne II wojny światowej (1/6) - serial dok.
17:40 Dyktatorzy: droga do władzy (4/6) - serial dok.
18:50 Starożytna apokalipsa II
20:00 Wikingowie: narodziny imperium (4/6) - serial dok.
21:00 Wojna Adolfa Hitlera
22:05 Królowie-zabójcy (3/6)
23:05 Tajne bazy nazistów III (3/6) - serial dokumentalny

18	12	15	9	16	9														
13	14	13	19	15	16	7	9	19	2	5	15	17	4	8	11	4			