PIĄTEK-NIEDZIELA
19-21|06|2026

GAZETA OLSZTYŃSKA
WEEKEND

GAZETA WARMII I MAZUR

cena 6,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127

ISSN 0137-9127 NR INDEKSU 350176 \\\ NR 93 (21 692)

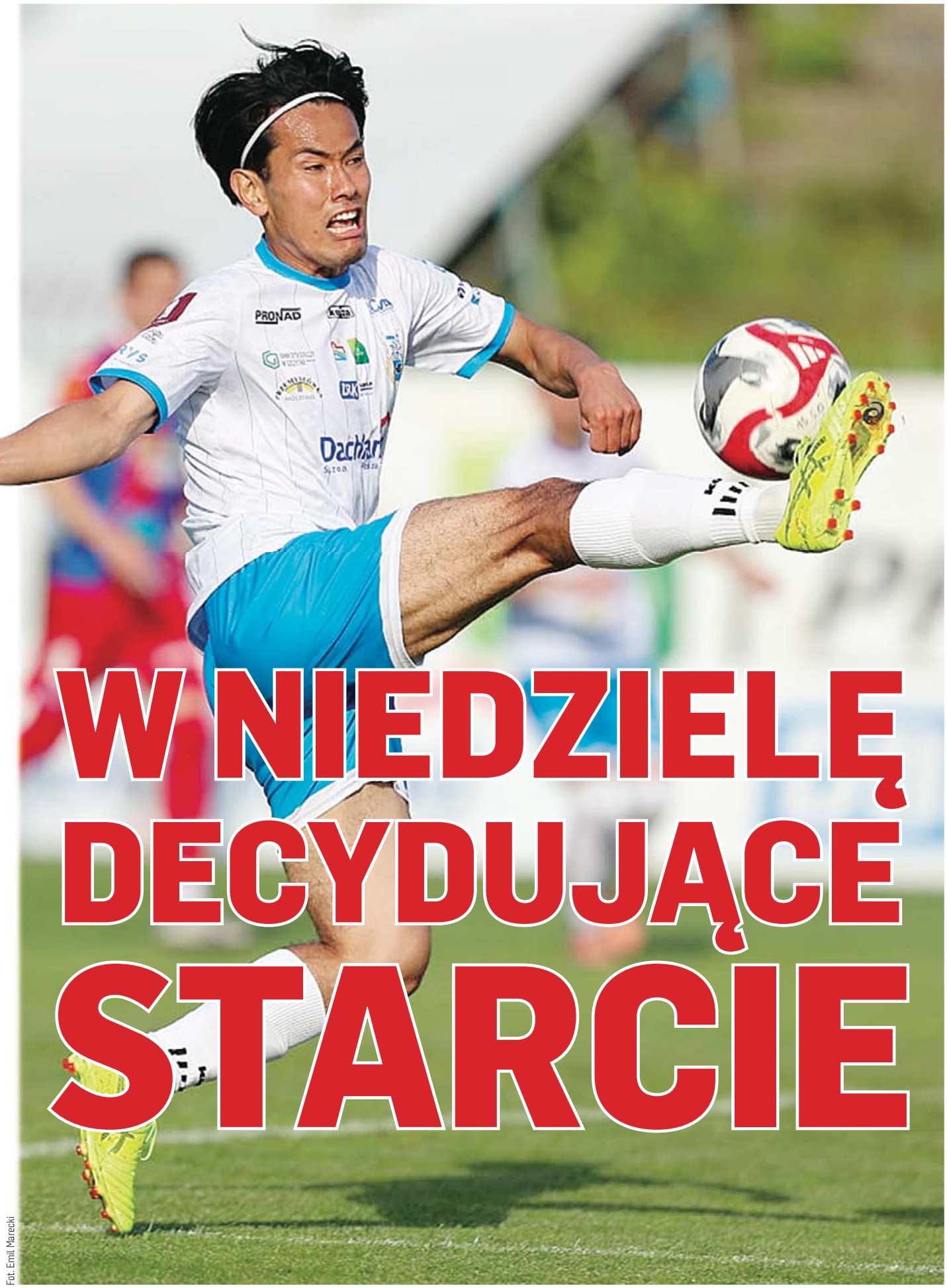
Kiedy zaczną się kontrole? \2

Olsztyn prześwietlony \3

„Feelharmonia" z Maanamem w tle \4

Bursztynowa gorączka na Mazurach \7

MŚ 2026. Anglia pokazała pazury \23



W NIEDZIELĘ DECYDUJĄCE STARCIE

Fot. Emil Marecki

eprasa.pl 94ed17ce49

KIEDY ZACZNĄ SIĘ KONTROLE?

Kontrola zatrudnienia i wynagradzania personelu medycznego powinna rozpocząć się w lipcu – poinformował PAP rzecznik NIK Bartłomiej Pograniczny. Wskazał, że Izba kontrolowała już warszawski Szpital Południowy, a wyniki tej kontroli mają zostać przedstawione w lipcu.

Fot. PAP/Marcin Bielecki

W środę premier Donald Tusk zwrócił się do Najwyższej Izby Kontroli o przeprowadzenie całościowej kontroli wydawania publicznych środków na ochronę zdrowia. Szef rządu podkreślił, że chce mieć dokładny raport kontrolny i wnioski dotyczące tych miejsc, w których dochodziło do nadużyć.

Rzecznik NIK Bartłomiej Pograniczny poinformował w czwartek PAP, że tematyka wniosku, o którym mówił premier, jest przedmiotem analiz prowadzonych przez Izbę.

– Izba od pewnego czasu przygotowuje się do kontroli dotyczącej zatrudnienia i wynagradzania personelu medycznego. Czynności powinny rozpocząć się w lipcu od kontroli kilku podmiotów pod kątem wprowadzania systemowych mechanizmów wzrostu wynagrodzeń, wynikających m.in. z ustawy o sposobie ustalania najniższego wynagrodzenia zasadniczego niektórych pracowników zatrudnionych w podmiotach leczniczych – powiedział Bartłomiej Pograniczny

Rzecznik wskazał, że istotne będzie podjęcie próby ustalenia faktycznych wynagrodzeń pracowników ochrony zdrowia w przewidzianych do kontroli specjalizacjach oraz dokonanie analizy porównawczej. – Następnie będziemy chcieli się przyjrzeć, jak te mechanizmy funkcjonują w konkretnych podmiotach leczniczych – wyjaśnił Bartłomiej Pograniczny, po czym dodał, że w najbliższym czasie planowana jest publikacja wyników kilku kontroli z obszaru ochrony zdrowia.

– W lipcu przedstawimy wyniki dotyczące doraźnej kontroli funkcjonowania warszawskiego Szpitala Południowego, obejmującej prowadzenie działalności leczniczej oraz gospodarkę majątkowo-finansową – stwierdził Bartłomiej Pograniczny, który poinformował też, że NIK planuje przedstawić wyniki kontroli w szpitalach klinicznych, gdzie odpowie na pytanie, czy szpitale kliniczne prawidłowo realizowały swoje zadania w zakresie działalności leczniczej, dydaktycznej i naukowej.

– Trzecia kontrola z obszaru zdrowia dotyczy systemu ratownictwa medycznego: tego, czy w badanym okresie zapewniał on sprawne podejmowanie działań medycznych wobec osób w stanie nagłego zagrożenia zdrowotnego – przekazał Bartłomiej Pograniczny.

Premier Donald Tusk podczas środowego briefingu w KPRM odniósł się do rekordowych i budzących emocje zarobków niektórych lekarzy. Przypomniał, że we wtorek rząd przyjął projekt ustawy umożliwiającej zbieranie informacji o zarobkach medyków w powiązaniu z numerem PESEL lub numerem prawa do wykonywania zawodu.

Szef rządu, odnosząc się do kontroli, o którą zwrócił się do NIK, doprecyzował, że chodzi o kwestię nadużyć finansowych.

– Tam, gdzie będą uzasadnione sytuacje, będzie to także owocowało wnioskami prokuratorskimi – powiedział premier, który dodał, że od właścicieli Szpitala Południowego, czyli warszawskiego samorządu, oczekuje precyzyjnej informacji.

– Tam nie może pozostać żadna dwuznaczność – oznajmił Donald Tusk i podkreślił, że jeśli się okaże, że złamano dobre obyczaje, polityków będzie czekać odpowiedzialność polityczna, a jeśli okaże się, że złamano prawo – prokurator.

> – System jest do radykalnej zmiany. Jeszcze raz powtórzę mój apel: tutaj nie powinno być sporów partyjnych, bo te wynaturzenia nie mają koloru jednej partii (...), te wynaturzenia są dość powszechne – stwierdził Donald Tusk.

Rząd zajął się zarobkami medyków po nagłośnieniu przez media sprawy lekarza w trakcie specjalizacji, który w 2025 r. zarobił 1,6 mln zł. Był on zatrudniony m.in. w warszawskim Szpitalu Południowym. W placówce kontrolę prowadzą NFZ i warszawski ratusz.

PAP/RED.

OSTROŻNY OPTYMIZM

Z zainteresowaniem przyjąłem zapowiedź Donalda Trumpa dotyczącą całkowitego otwarcia cieśniny Ormuz. Prezydent USA ogłosił, że już w piątek strategiczny szlak morski ma zostać w pełni przywrócony do funkcjonowania po zawarciu wstępnego porozumienia pokojowego między Stanami Zjednoczonymi a Iranem. Brzmi to jak przełom, choć historia Bliskiego Wschodu uczy, że do podobnych deklaracji warto podchodzić z ostrożnością.

Cieśnina Ormuz jest jednym z najważniejszych punktów na energetycznej mapie świata. Przed wybuchem konfliktu transportowano nią około 20 procent globalnych dostaw ropy. Jej zamknięcie wywołało niepokój na rynkach, dlatego sama informacja o wznowieniu żeglugi została przyjęta z dużym entuzjazmem przez inwestorów. Pierwsze tankowce i statki towarowe rzeczywiście przepłynęły już przez ten obszar, co może świadczyć o stopniowej normalizacji sytuacji. Jednocześnie trudno uznać sprawę za definitywnie rozwiązaną. Sam Trump przyznał, że obecność okrętów kilku państw mogłaby być wskazana, bo jak stwierdził, „nigdy nie wiadomo, co się wydarzy". Rynki finansowe zareagowały błyskawicznie. Indeksy giełdowe poszły w górę, a ceny ropy spadły. To jednak reakcja na zapowiedzi, a nie na trwałe efekty porozumienia. Przed stronami konfliktu wciąż stoi oficjalne podpisanie umowy i przede wszystkim jej wdrożenie. Na razie można mówić o ostrożnym optymizmie. Pytanie brzmi, czy piątkowe otwarcie cieśniny okaże się początkiem trwałej stabilizacji czy jedynie kolejnym etapem kruchego rozejmu, który zostanie wystawiony na próbę na skutek wydarzeń w najbliższych tygodniach.

MARCIN KULASEK, MINISTER NAUKI I SZKOLNICTWA WYŻSZEGO

WYDAWCA
GALINDIA Sp. z o.o.
ul. Tracka 7b, 10-364 Olsztyn

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR BIURA REKLAMY
Agnieszka Weder-Grygielewicz
a.weder@gazetaolsztynska.pl
885 998 201

ZASTĘPCY REDAKTORA NACZELNEGO
Michał Podolak,
Zuzanna Leszczyńska

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak wydawca@gazetaolsztynska.pl
Zuzanna Leszczyńska sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
Ania Głazek internet@gazetaolsztynska.pl 519 839 562

GAZETAOLSZTYNSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 515

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@gazetaolsztynska.pl
502 499 531

REKLAMA W OLSZTYNIE
ul. Tracka 7b
tel. 885 998 201
reklama@gazetaolsztynska.pl

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
Ewelina Gulińska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
Elwira Kowalska
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Polska Press Sp. z o.o.
Oddział Poligrafia Drukarnia w Białymstoku
Ignatki,
ul. Przemysłowa 26
16-001 Kleosin

Redakcja nie zwraca niezamówionych tekstów oraz zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów w publikowanych listach i nadesłanych materiałach. Redakcja nie odpowiada za treść ogłoszeń. Wydawca zastrzega sobie prawo odmowy przyjęcia ogłoszenia sprzecznego z zasadami moralnymi lub prawem.

eprasa.pl 94ed17ce49

OLSZTYN PRZEŚWIETLONY. CO KRYJE „RAPORT O STANIE MIASTA OLSZTYNA ZA 2025 R.”?

Fot. Zbigniew Woźniak

Raport o stanie miasta Olsztyna za 2025 r.” przedstawia szczegółową analizę demograficzną, ekonomiczną oraz społeczną stolicy regionu. Jego celem jest „przedstawienie aktualnej sytuacji miasta oraz wskazanie kierunków jego rozwoju w najbliższych latach”.

To, co od razu rzuca się w oczy w najnowszej edycji „Raportu”, to utrzymywanie się niekorzystnych trendów demograficznych. – Kluczowe parametry, na które bardzo zwracamy uwagę, to liczba mieszkańców. Zameldowanych na koniec grudnia 2025 r. mieliśmy 150 047 osób – mówi Joanna Lubomirska-Siemieńczuk, sekretarz miasta. – Jest to liczba pokazująca spadek w stosunku do 2024 r. o 1918 osób. Ta tendencja spadkowa nie dotyczy tylko naszego miasta. Tym, co dostrzegliśmy, jest zahamowanie tego spadku. Pozostaje pytanie, czy ono będzie stałe, czy nie.

Mieszkańcy Olsztyna starzeją się

Co ciekawe, osoby w wieku poprodukcyjnym, czyli seniorzy, stanowią połowę tych, którzy mogą pracować.

Nie tylko odpływ do sąsiednich gmin ma wpływ na spadek liczby ludności stolicy województwa Jest inny niepokojący powód. – Mamy ujemny przyrost naturalny. W poprzednim roku mieliśmy 810 urodzeń, a zgonów 1726. To oznacza różnicę 916 – dodaje sekretarz Lubomirska-Siemieńczuk.

Co to oznacza? „Zjawisko to potwierdza postępujący proces depopulacji (spadku liczby ludności – red.) oraz starzenia się społeczeństwa” – twierdzą autorzy raportu.

Takich problemów nie mają natomiast miejscowości z powiatu olsztyńskiego. Jak wynika z danych Urzędu Statystycznego, zmniejszenie liczby ludności nastąpiło niemal we wszystkich powiatach regionu. W ujęciu procentowym największy spadek odnotowano w powiatach węgorzewskim (o 1,5 proc.) oraz kętrzyńskim i braniewskim (po 1,4 proc.). Wzrost liczby ludności dotyczył jedynie właśnie powiatu olsztyńskiego, w którym liczba mieszkańców zwiększyła się o 455 osób. W porównaniu z 2024 r. tylko w 13 spośród 116 gmin województwa liczba ludności zwiększyła się. W grupie tej były m.in. gminy położone w pobliżu Olsztyna i innych miast województwa. Największy przyrost nastąpił w gminie Stawiguda. I ta będzie dalej się rozwijać. Wynika to m.in. z założeń do planu ogólnego, który określi, co i w jaki sposób będzie się budować na jej terenie. Tutejsze władze zapotrzebowanie na nową zabudowę mieszkaniową określiły na wysokim poziomie: ten wskaźnik wzrósł do 22 tysięcy osób.

Mniej kilometrów, większe nakłady

W „Raporcie o stanie miasta Olsztyna za 2025 r.” prześwietlono również publiczny transport. Co z tego wynika? „W 2025 r. zrealizowano 1 433 500 kilometrów tramwajowych, co stanowi spadek o 37 200 kilometrów względem roku ubiegłego. W przypadku komunikacji autobusowej liczba wykonanych kilometrów wyniosła 7 580 200 (spadek o 85 900 kilometrów w porównaniu do 2024 r.). Powyższe wahania były bezpośrednim efektem reorganizacji układu komunikacyjnego wprowadzonej w marcu 2025 r.” – czytamy w dokumencie.

> Spada liczba ludności Olsztyna, a mieszkańcy się starzeją – to niektóre z wniosków raportu diagnozującego miasto.

Mimo mniejszej liczby kilometrów budżet na funkcjonowanie komunikacji miejskiej zwiększono o około 3,97 mln zł w stosunku do 2024 r. „Decyzja ta wynikała ze wzrostu ogólnych kosztów utrzymania systemu oraz waloryzacji stawek dla operatorów publicznego transportu zbiorowego” – wyjaśniają autorzy raportu.

Za suchymi danymi kryje się obraz Olsztyna, który dobrze zna swoje wyzwania i potrafi sobie z nimi radzić. Demografia nie jest dla nas łaskawa: mieszkańców ubywa, społeczeństwo się starzeje. Tym ważniejsze są decyzje, które podejmujemy dziś.

Największa wartość

– Cieszy mnie, że miasto rozwija się stabilnie i rozsądnie gospodaruje publicznym groszem. Najwięcej inwestujemy w oświatę, bo to inwestycja w przyszłość naszych dzieci i całego Olsztyna. Konsekwentnie sięgamy też po środki zewnętrzne: krajowe i europejskie, które pozwalają robić więcej, niż udźwignąłby sam budżet – komentuje dokument Łukasz Łukaszewski, przewodniczący Rady Miasta Olsztyna. – Największą wartość widzę jednak w tym, że Olsztynianie chcą współdecydować o swoim mieście. Rekordowy budżet obywatelski i projekty wybrane przez samych mieszkańców to najlepszy dowód na to, że Olsztyn budujemy razem. Rada jest po to, by ten głos słyszeć i przekuwać go w konkretne działania. I taka będzie nasza praca również w kolejnych latach. **GS**

Na koniec 2025 r. na Warmii i Mazurach mieszkało 1 339 500 osób, czyli 3,6 proc. ludności kraju. W porównaniu z 2024 r. liczba ta zmniejszyła się o 9700 osób (o 0,7 proc.; w Polsce o 0,4 proc.). W 2025 r. w województwie warmińsko-mazurskim odnotowano ujemne saldo stałej migracji – liczba osób wymeldowanych z pobytu stałego przewyższała liczbę osób zameldowanych na stałe. W wyniku wewnętrznych migracji liczba mieszkańców województwa zmniejszyła się o 2500 osób. Dodatni współczynnik wystąpił jedynie w powiecie olsztyńskim (6,7 proc.) i ełckim (0,3 proc.).

CIAŁO MĘŻCZYZNY W JEZIORZE OKRĄGŁE

W czwartek rano znaleziono ciało mężczyzny w jeziorze koło Dąbrówna. Policja wyjaśnia przyczyny tragedii.
Z Jeziora Okrągłe w gm. Dąbrówno w czwartek 18 czerwca około godziny 9:30 wyłowiono ciało 74-letniego mężczyzny pochodzącego z województwa mazowieckiego.
— Teraz policjanci pod nadzorem prokuratora będą wyjaśniali przyczyny i okoliczności tego zdarzenia — poinformowała Komenda Powiatowa Policji w Ostródzie.
Mężczyzna miał około godz. 5:00 rano wypłynąć na ryby. Zaniepokojona żona zaalarmowała służby, gdy zauważyła ciało dryfujące po jeziorze.
Do akcji zadysponowano strażaków z Ochotniczej Straży Pożarnej w Dąbrównie, Uzdowie oraz JRG z Działdowa i Ostródy. Po wyciągnięciu ciała na brzeg lekarz potwierdził zgon 74-latka.

eprasa.pl 94ed17ce49

STO DWADZIEŚCIA LAT KLASZTORU KATARZYNEK W BRANIEWIE

WIERNE PRZEZ POKOLENIA

Braniewo, pierwsza stolica Warmii i jedna z duchowych stolic regionu, w sobotę będzie miejscem jubileuszu sióstr katarzynek. W klasztorze przy ul. Moniuszki 7 siostry będą dziękować za 120 lat domu Regina Coeli.

FB/ Siostry Katarzynki Fotowycieczka SK

Siostry katarzynki zapraszają na wspólną modlitwę i smakowity poczęstunek

Siostry katarzynki są żywą historią Warmii. Nie tylko dlatego, że ich zgromadzenie powstało w Braniewie, a założyła je błogosławiona Regina Protmann, córka braniewskiego kupca. Także dlatego, że ich obecność wciąż nie jest tylko wspomnieniem dawnych czasów. To modlitwa, opieka, wychowanie, pomoc chorym, dzieciom, osobom starszym i uzależnionym.

W sobotę, 20 czerwca, w Braniewie siostry będą obchodziły 120. rocznicę poświęcenia klasztoru Regina Coeli. To jeden z najbardziej rozpoznawalnych, a jednocześnie wciąż nie do końca odkrytych zabytków miasta. Neogotycki gmach przy ul. Moniuszki powstał w latach 1904-1906. Został zbudowany z myślą o rozwijającym się zgromadzeniu, które od XVI wieku wyrastało z duchowości Reginy Protmann.

— To jest 120 lat poświęcenia klasztoru w Braniewie. To jest wspomnienie tych wszystkich pokoleń sióstr, które tworzyły tę historię, tworzyły to miejsce i duchowość sióstr katarzynek — mówi s. Klara, ekonomka braniewskiego klasztoru.

Uroczystości rozpoczną się o godzinie 11 mszą świętą dziękczynną w kaplicy zakonnej w klasztorze przy ul. Moniuszki 7. Potem będzie czas na opowieść o historii tego miejsca. Siostry zapowiadają, że uczestnicy poznają także dotąd szerzej nieujawniane ciekawostki.

— Są specjalnie przygotowane informacje, wyciągnięte z naszego archiwum. Siostra Marieta przygotowała je na prośbę siostry przełożonej. Po tym wszystkim, po życzeniach, przejdziemy do ogrodu na wspólne świętowanie — zachęca s. Klara. — Każdy, kto będzie chciał, jest zaproszony — dodaje.

Historia katarzynek zaczęła się w Braniewie w 1571 roku. Regina Protmann miała wtedy 19 lat. Opuściła rodzinny dom i rozpoczęła życie, które w tamtym czasie było czymś nowym. Nie chodziło o zamknięcie się za murami, ale o wyjście do ludzi: do chorych, ubogich, samotnych, umierających i dziewcząt, które potrzebowały nauki oraz opieki.

Z tego ducha wyrosło zgromadzenie, które przez ponad cztery stulecia zapuściło korzenie na Warmii. Katarzynki były przy chorych, prowadziły szkoły, opiekowały się dziećmi, pracowały w szpitalach i domach pomocy. W 1945 roku zapłaciły za tę wierność wysoką cenę. W ubiegłym roku w Braniewie odbyła się beatyfikacja 15 męczenniczek katarzynek, zamordowanych po wkroczeniu Armii Czerwonej.

Dziś siostry nadal prowadzą swoje dzieła w regionie. Są m.in. w Lidzbarku Warmińskim i Ornecie. W Braniewie prowadzą ośrodek dla dzieci. Posługują także w domach pomocy społecznej w Bisztynku i Jezioranach. W Siemkach działa dom dla osób uzależnionych.

— To wszystko dzieje się w duchu matki Reginy — podkreśla s. Klara.

Klasztor w Braniewie to także codzienna troska o zabytkowy budynek. Przy okazji jubileuszu osoby chcące wesprzeć siostry będą mogły złożyć dobrowolną ofiarę. Zebrane środki mają zostać przeznaczone na montaż systemu przeciwpożarowego.

— To będzie przeznaczone na system przeciwpożarowy, który musimy zamontować dla bezpieczeństwa nie tylko sióstr, ale wszystkich odwiedzających — wyjaśnia s. Klara.

Wspólnotą w Braniewie kieruje s. Błażeja, przełożona klasztoru. Jak mówi s. Klara, troszczy się ona nie tylko o siostry, ale także o ludzi, którzy pukają do klasztornych drzwi z prośbą o pomoc.

Sobotni jubileusz będzie miał kilka wymiarów: historyczny, bo dotyczy miejsca ważnego dla Braniewa i całej Warmii, duchowy, bo wpisuje się w dziedzictwo bł. Reginy Protmann, i bardzo zwyczajny, ludzki, bo za klasztornymi murami nadal toczy się codzienne życie sióstr, które modlą się, pracują i pomagają.

Tak jak chciała ich założycielka i, co zawsze podkreślają siostry katarzynki, jak chce Bóg. **JAN BERDYCKI**

„FEELHARMONIA" Z MAANAMEM W TLE

Władze gminy Stawiguda zapraszają na koncert „Feelharmonia nad jeziorem" w Majdach. Specjalnym gościem będzie Maciej Zakościelny.

Wszystko zaczęło się w 2020 roku od odbywających się wtedy wyborów na prezydenta RP. Ówczesny marszałek województwa ogłosił, że na terenie gminy, która uzyska najwyższą frekwencję, zorganizowany zostanie plenerowy koncert Warmińsko-Mazurskiej Filharmonii im. Feliksa Nowowiejskiego w Olsztynie. Okazało się, że bezkonkurencyjna okazała się gmina Stawiguda, w której do urn poszło 76,5 procent mieszkańców. O kilka oczek poprawiła się w porównaniu z pierwszą turą wyborów prezydenckich, za wynik z której otrzymała wóz strażacki. Ostatecznie koncert zorganizowano w Majdach, na scenie nad Jeziorem Wulpińskim. Wydarzenie spotkało się z tak ogromnym zainteresowaniem, że w następnych latach władze gminy Stawigudy wpisały je jako „Feelharmonia nad jeziorem" do swojego kalendarza artystycznego.

20 czerwca o godzinie 17 rozpocznie się 6. edycja tego wydarzenia. Jako pierwsi wystąpią dzieci z gminy Stawiguda oraz uczniowie Samorządowej Szkoły Muzycznej I stopnia w Dywitach. Kulminacyjnym punktem wydarzenia będzie finałowy koncert, podczas którego publiczność usłyszy największe przeboje zespołu Maanam w wyjątkowych aranżacjach symfonicznych. Początek o godzinie 20. Na scenie wystąpią Ramona Rey i Damian Ukeje, którym towarzyszyć będą muzycy Warmińsko-Mazurskiej Filharmonii im. Feliksa Nowowiejskiego w Olsztynie pod batutą Piotra Sułkowskiego. Pojawi się również zwyciężczyni konkursu „O! Maanam" Blanka Magun, a specjalnym gościem koncertu będzie Maciej Zakościelny. – Majdy, gdzie odbędzie się koncert filharmoników, to miejscowość, w której czas swój spędzała w swoim domu Kora Jackowska – przypomina Michał Kontraktowicz, wójt gminy Stawiguda. **GS**

Gazeta Olsztyńska zawsze pod ręką. Zaprenumeruj e-wydanie: kupgazete.pl

eprasa.pl 94ed17ce49

MIASTO ZAMIENI SIĘ W JEDNĄ WIELKĄ SCENĘ

Ponad tysiąc wykonawców, 35 scen i muzycznych przystanków, 12 godzin nieprzerwanego grania oraz całe miasto wypełnione dźwiękami. Już w piątek, 19 czerwca, Olsztyn ponownie zamieni się w wielką, otwartą scenę. Przed mieszkańcami i gośćmi jubileuszowa, piąta edycja Święta Muzyki.

To piąta edycja Święta Muzyki. Na pewno możecie spodziewać się pięknej pogody i muzyki. To ponad tysiąc osób, które wystąpią na ponad 35 scenach" – zapowiadają inicjatorzy i koordynatorzy akcji z Federacji Organizacji Socjalnych „FOSa". „Zaglądajcie w różne punkty miasta i wspierajcie lokalny biznes, który tego dnia świętuje również z nami. Spodziewajcie się, że w wielu restauracjach, kawiarniach czekają na Was tematyczne, muzyczne potrawy. Będzie można zatem dosłownie rozsmakować się w Święcie Muzyki. To idea, która połączyła wiele instytucji, organizacji, przedsiębiorców, właścicieli firm, zespołów i muzyków. Od pięciu lat pokazujemy, że muzyka łączy".

Święto Muzyki, inspirowane francuskim La Fête de la musique, ma charakter otwarty i dostępny dla wszystkich. Koncerty, występy taneczne, animacje oraz wydarzenia rodzinne odbędą się zarówno na Starym Mieście i w centrum Olsztyna, jak i w wielu innych miejskich przestrzeniach. Muzyczny maraton rozpocznie się o godzinie 10 i potrwa aż do godziny 22. Oficjalne otwarcie wydarzenia zaplanowano na godzinę 12 na staromiejskiej scenie. W uroczystości wezmą udział organizatorzy, partnerzy oraz przedstawiciele miasta i władz województwa. Zgodnie z tradycją odbędzie się symboliczne przekazanie kluczy do miasta, podkreślające, że tego dnia Olsztynem rządzi wyłącznie muzyka.

Jednym z najbardziej widowiskowych punktów programu będzie muzyczna parada uliczna, która wyruszy o godzinie 15.30 spod staromiejskiej sceny. W barwnym korowodzie pojawią się artyści Olsztyńskiego Teatru Ulicznego, uczestnicy Strefy Bujania oraz tancerki flamenco ze Studia Animacji Ruchowej „Rytm". Wieczorem, o godzinie 18, mieszkańcy i turyści po raz kolejny wspólnie zaśpiewają „Olsztyn kocham" – hymn miasta, którego wykonanie od pięciu lat stanowi jeden z najbardziej wzruszających momentów wydarzenia. W jubileuszowej edycji do wspólnego śpiewania zaprosi publiczność popularny olsztyński kabaret Czyści jak Łza.

Muzyka rozbrzmiewać będzie w wielu punktach miasta. Oficjalne sceny i przystanki muzyczne pojawią się między innymi na Starym Mieście, pod ratuszem, na Targu Rybnym, w Parku Centralnym, przy Wysokiej Bramie oraz nad Łyną. Organizatorzy zachęcają również do spontanicznego włączania się w świętowanie. Balkon, podwórko, park, uliczka czy przystanek autobusowy mogą tego dnia stać się częścią największego muzycznego wydarzenia w mieście.

Święto Muzyki zamknie występ zespołu Wandroj. To pięcioosobowy projekt muzyczny stworzony w 2026 roku w Olsztynie. Twórczość zespołu opiera się na autorskiej interpretacji muzyki folkowej, pełnej nieoczywistych połączeń i odniesień. Tak tworzą się wspomnienia! Dołączcie do olsztyńskiej edycji wydarzenia!

REKLAMA

45026otbr-a-G

RAJDEM UCZCILI PAMIĘĆ JANA KOBUSZEWSKIEGO

To był już II Rajd im. Jana Kobuszewskiego. Trasa wiodła z Miłomłyna przez urokliwe zakątki tak lubiane przez wielkiego aktora. Miał tu wielu przyjaciół, którzy o nim pamiętają.

Wstępem do rajdu była Msza święta w intencji Jana Kobuszewskiego i jego małżonki Hanny Zembrzuskiej, którą celebrował ks. proboszcz Marian Żbikowski z kościoła pw. św. Bartłomieja w Miłomłynie, wieloletni przyjaciel aktora. Rowerzyści wyruszyli z Miłomłyna i przez Liwę dojechali do Ostrowia Wielkiego, a stamtąd dotarli nad jezioro Wielki Gil, gdzie aktor kilkadziesiąt lat temu zbudował sobie letni domek.

Fot. Zbigniew Rochowicz

Pogoda kapryśna, ale rajd udany

Organizatorami rajdu byli Miejsko-Gminny Ośrodek Kultury w Miłomłynie, Stowarzyszenie na Rzecz Przyszłości Miłomłyna i sołectwo Liwa. Rajd przebiegał podczas przelotnych opadów deszczu, ale rowerzyści byli świetnie przygotowani i to im nie przeszkodziło w dobrej zabawie. Rajd zakończył się w świetlicy wiejskiej w Liwie, gdzie przeprowadzony został konkurs wiedzy o panu Janie Kobuszewskim. Ogromną wiedzą o aktorze wykazali się Karol Wróblewski, Mariola Mroczkowska, Lucyna Krygielska i Danuta Jarzynka. A nad bezpieczeństwem uczestników rajdu czuwał wóz serwisowy firmy „Auto części" z Miłomłyna i druhowie z OSP w Miłomłynie i OSP w Liwie na quadach. Rajd zakończył się tradycyjnie: ogniskiem z kiełbaskami i wspólnymi rozmowami i wspomnieniami o aktorze.

Mieszczuch, który pokochał wieś

Jan Kobuszewski spędzał w swoim domku koło Miłomłyna każdą wolną chwilę. Uwielbiał mazurską wieś. Miał tu wielu znajomych i przyjaciół.

Tak mówił w wywiadzie dla Dziennika Teatralnego w 2012 roku:

„Jestem urodzonym warszawiakiem. Mieszczuchem, ale bardzo pokochałem wieś, tym bardziej wieś mazurską, którą odwiedzam już od prawie 40 lat. Na Mazurach pierwszy raz byłem w 1946. To taka „wielka" wieś, która wszystkiego ma cztery chałupy. Prawdziwa metropolia (śmiech). W związku z tym wszyscy znamy się doskonale – jedni przychodzą, drudzy odchodzą. Dzieci jednych powyrastały na gospodarzy. Całą okolicę między Ostródą, Iławą i Miłomłynem, znam doskonale. Żyją tam sami przyjaciele".

Bardzo lubiany sąsiad

Jan Kobuszewski od lat 60. ubiegłego wieku był związany z Miłomłynem. Dał się poznać jako wspaniały i powszechnie lubiany sąsiad. Często bywał w miejscowym kościele, brał czynny udział w życiu parafialnym Miłomłyna, uczestnicząc we mszach świętych. Angażował się w życie lokalnej społeczności. To dzięki jego wsparciu powstał istniejący tu do dziś ośrodek zdrowia. W 2014 r. podczas dożynek

Fot. arch. Stowarzyszenie na Rzecz Przyszłości Miłomłyna

Jan Kobuszewski na ławeczce w Miłomłynie

w Miłomłynie Jan Kobuszewski został uhonorowany przez ówczesnego burmistrza Miłomłyna Stanisława Siwkowskiego statuetką i tytułem "Twórcy wizerunku Miłomłyna". Wielki aktor odszedł w 2019 roku.

Od 2020 roku, na mocy uchwały Rady Miejskiej w Miłomłynie, skwer położony przed kościołem pw. św. Bartłomieja w Miłomłynie nosi już nazwę „Skwer Jana Kobuszewskiego". Tu właśnie często siadał na ławce. I właśnie tu ma stanąć pomnik-ławeczka w formie rzeźby pomnikowej wykonany jako odlew z brązu w naturalnej wielkości aktora, siedzącego na ławce. Cała inwestycja - to koszt około 150- 200 tys. złotych. Trwa społeczna zbiórka środków na budowę. W ten sposób mieszkańcy chcą upamiętnić wielkiego aktora, a dla nich sąsiada i przyjaciela Miłomłyna.

Niezapomniany w każdej roli

Jan Kobuszewski był wybitnym aktorem teatralnym, filmowym i kabaretowym. Wystąpił w wielu programach telewizyjnych, kilkudziesięciu filmach oraz stworzył wiele kreacji teatralnych. Występował na deskach Teatru Narodowego i Polskiego w Warszawie. Szerszej widowni znany jest z kabaretów Dudek i Olgi Lipińskiej, czy takich filmów Stanisława Barei, jak Poszukiwany, poszukiwana, Nie ma róży bez ognia, Brunet wieczorową porą.

BARBARA CHADAJ-LAMCHO

RUSZA BUDOWA NOWEJ KŁADKI NAD TORAMI

Fot. PKP PLK SA

Mieszkańcy Morąga łatwiej dotrą do pociągów – rozpoczęła się budowa nowej kładki nad torami, która poprawi bezpieczeństwo oraz usprawni komunikację w mieście. Nowy obiekt będzie dostosowany do potrzeb wszystkich podróżnych, a likwidacja starej kładki już poprawiła funkcjonalność stacji.

Nowa kładka powstaje w odległości kilkudziesięciu metrów od starej, rozebranej kilka dni temu konstrukcji. Będzie miała około 100 metrów długości, połączy okolice Al. Wojska Polskiego i ul. Dworcowej, zapewniając wygodną i bezpieczną przeprawę pomiędzy dwiema częściami miasta oraz bezpośredni dostęp do peronów. Obiekt zostanie wyposażony w windy oraz pochylnie, co znacząco ułatwi korzystanie z usług kolei osobom o ograniczonych możliwościach poruszania się.

– Konsekwentnie poprawiamy dostęp do kolei w województwie warmińsko-mazurskim, zarówno w dużych miastach, jak i w mniejszych miejscowościach. Inwestycja w Morągu to kolejny krok w kierunku nowoczesnej, dostępnej i bezpiecznej infrastruktury kolejowej – powiedział Krzysztof Wałdowski, dyrektor Zakładu Linii Kolejowych w Olsztynie PKP Polskich Linii Kolejowych.

Stara kładka ze względu na zły stan techniczny stwarzała zagrożenie. W efekcie część powierzchni peronów była wyłączona z użytkowania, co ograniczało dostęp do infrastruktury i utrudniało obsługę podróżnych. Bezpośrednio po zakończeniu prac rozbiórkowych została przywrócona możliwość korzystania z peronów na całej ich długości. Dzięki inwestycji mieszkańcy Morąga zyskają funkcjonalne i bezpieczne połączenie obu części miasta oraz wygodniejszy dostęp do pociągów w kierunku Olsztyna i Elbląga. Projekt realizowany jest przez firmę Promus, z którą PKP Polskie Linie Kolejowe wcześniej podpisały umowę na zaprojektowanie i wykonanie obiektu. Wartość inwestycji wynosi ponad 8,5 miliona złotych netto, a zakończenie prac planowane jest w czwartym kwartale 2026 r.

ŹRÓDŁO: PKP POLSKIE LINIE KOLEJOWE SA

REKLAMA

komunikat

Ogłoszenie
Wójt Gminy Ostróda
informuje, że

w terminie od 19 czerwca 2026 r. do 10 lipca 2026 r. w siedzibie Urzędu Gminy Ostróda, ul. Jana III Sobieskiego 1, 14-100 Ostróda, oraz na stronach internetowych Urzędu Gminy Ostróda podano do publicznej wiadomości wykaz przeznaczonych do oddania w dzierżawę w trybie bezprzetargowym na okres 3 lat następujących składników nieruchomości: lokal o powierzchni 101,49 m^2, znajdujący się w budynku nr 39 przy ul. 11 Listopada w Ostródzie, wraz z udziałem wynoszącym 11/100 w gruncie działki ewid. nr 6, obręb 8 Ostróda, o powierzchni 3238 m^2, służącym do obsługi tego lokalu. Celem dzierżawy jest prowadzenie ośrodka kuratorskiego przy Sądzie Rejonowym w Ostródzie.

8826stzo-a-G

eprasa.pl 94ed17ce49

PO PIERWSZE ROWER. BURSZTYNOWA GORĄCZKA NA MAŻURACH

Cóż takiego mogli razem z rybami wyławiać mazurscy rybacy, że zażądali osuszenia całego jeziora. A co najpierw Kurpie, a potem Mazurzy wydobywali z ziemi pod Szczytnem? Ba, wykopano to nawet w podolsztyńskim Bartągu.

Kościół w Klonie

Można powiedzieć, że sprawcą całego zamieszania był lodowiec, który sunąc znad Bałtyku, zostawił nam nie tylko jeziora, ale i bursztyn. W jego poszukiwaniu kopać pod Nidzicą zaczęto jeszcze w XVII wieku. W tym samym czasie fale jeziora wyrzucały w okolicach Sztynortu duże ilości bursztynu. Sto lat później rybacy nad jeziorem Orzechówko tak często wyławiali bursztyn razem z rybami, że chcieli je osuszyć. Akwen na szczęście ocalał.

„Również w niektórych jeziorach, bardziej odległych od morza, znajduje się go . Nie tu jest miejsce na dociekanie, czy jest to zgęszczenie spienionego morza, czy sok drzewa gumowego, czy cokolwiek innego. Jest lekki, przezroczysty, żółty i jasny. Większej ceny jasny. Mówią, że gdy się pali, zabija swą wonią trucizny. W niektórych kawałkach widać mrówki, muszki, komary i inne owady nie rzemiosłem, lecz działaniem przyrody albo losowymi przypadkami zamknięte" – pisał o mazurskim bursztynie ks. Jan Leo w wydanej w 1725 roku „Historii Prus".

Prawdziwa bursztynowa gorączka wybuchła jednak nie nad Wielkimi Jeziorami, ale w okolicach podszczycieńskich Rozogów. W 1811 roku natrafiono tam, ale i w Wilamowie oraz leśnictwach Pupy i Korpele na znaczne złoża bursztynu, co spotkało się z zainteresowaniem ze strony kuzynów Mazurów z drugiej strony granicy, czyli Kurpiów, którzy w jego poszukiwaniu nielegalnie przekraczali granicę. Jedni bursztyn kopali, inni go rabowali. Doszło nawet do tego, że w 1812 roku Johann Elwitz ze straży granicznej w Rozogach został postrzelony przez „poddanych Księstwa Warszawskiego nad granicą pruską mieszkających". Kiedy pruscy urzędnicy zorientowali się, że państwo może na tym zarobić, ustanowili monopol na jego wydobycie, a granicę uszczelnili. W tamtym czasie wydobyto z mazurskiej ziemi sporo bursztynu. Największy miał nieco ponad 15 kilogramów. Bursztyn stał się też popularną ozdobą.

„Na Mazurach przez całe pokolenie sznur korali bursztynowych był ozdobą kobiet i dziewcząt, a wedle starej piosenki mazurskiego poety ludowego Samuela Bieżunia z Reszek w powiecie ostródzkim młody Mazur w niedzielę nosił »u koszuli bursztyn biały«" – pisała w 1961 roku Emilia Sukertowa-Biedrawina w tekście „Bursztyn na ziemi mazursko-warmińskiej".

Kiedy jednak powstały kopalnie w nadbałtyckiej Sambii, wydobycie bursztynu przestało się opłacać. Rząd pruski w 1867 roku zlikwidował kopalnie bursztynu na Mazurach i nakazał je zalesić. Bursztyn nadal jednak można czasami znaleźć nad mazurskimi jeziorami. Podobno najłatwiej trafić na niego w okolicach jeziora Dargin.

Tyle o bursztynie. A dlaczego o nim? Bo dzisiaj proponuję wycieczkę bursztynowo-drewnianym szlakiem ze Szczytna przez wspomniane Wilamowo do Rozogów.

Wspomniany początek bursztynowej gorączki zaczął się właśnie w Wilamowie. Teraz to senna wieś z kilkoma drewnianymi chałupami i cmentarzem, na którym zachowały się aż 4 nagrobki z polskimi napisami. To ewenement, bo na całych Mazurach jest ich może 10. Spoczywają na nim Adam Chudaska (1841-1918), Johann Lukas (1850-1876), Wilhelmmine Chudaska (?-1888) i Maria Sadlowski (1839-1888) („Tu w Bogu odpocziwa Maria Sadlowski urodzona Bialowons urodzila sie 02 juli 1839 umerla 3 go juli 1888").

Drewniany Klon

Klon to z kolei najbardziej drewniana wieś w Warmińsko-Mazurskiem. Miejscowość jest wpisana do krajowego rejestru zabytków. Znajduje się tam kilkanaście zabytkowych obiektów, w tym dwa kościoły i 16 chałup mazurskich. Po drugiej wojnie światowej było ich tam jeszcze około 100. Co ciekawe, założony w 1654 roku Klon był katolicką enklawą na Mazurach. To dlatego, że zasiedlili go wtedy Kurpie. Dopiero później wzrosła tam liczba ewangelików. Stąd też i dwa kościoły w jednej wsi.

Klon ma też ciekawy biało-czerwony wymiar. Po upadku powstania styczniowego osiedliło się tam kilku powstańców, w tym Jakub Pałaszewski. Do naszych czasów zachował się tylko jego grób z 1938 roku. Wystawiła mu go córka. Spoczywa tam jednak już nie Jakub Pałaszewski, ale Jakob Pallaschewski. Czy jego córka czuła się już Niemką? Czy też raczej w 1938 roku postawienie polskiego nagrobka nie było już możliwe? Tego nie wiem.

Fot. Igor Hrywna

Cmentarz w Wilamowie. Napis na kamieniu: „Tu w Bogu odpoziwa moia kochana matka i moja kochana zona Wilhelmmine Chudaska urodzona Zokolowa"

„Rozogi (Friedrichshof, dawniej Friedrichowen), polskie miasteczko pograniczne o 2400 mieszkańcach. Otoczone dookoła wiatrakami, ma po części wygląd miejski. Na wielkim rynku odbywają się często jarmarki, na które przybywają też bardzo licznie Kurpie z sąsiednich wsi za granicą niedaleko Myszyńca. W okolicznych piachach znajduje się nieco bursztynu naniesionego tu z Sambii – Samlandii przez lodowce" – takie Rozogi zobaczył w 1922 roku Mieczysław Orłowicz, autor wydanego rok później „Ilustrowanego przewodnika po Mazurach Pruskich i Warmii".

Dużo ważniejsze od zamknięcia kopalni bursztynu dla dziejów Mazurów miało jednak mające miejsce cztery lata wcześniejsze powstanie styczniowe. W Rozogach mieścił się wtedy punkt przerzutowy broni dla powstańców. Ukrywano ją między innymi w Wilamowie. Przez granicę do Kongresówki przewozili ją miejscowi Mazurzy.

Powstanie styczniowe spotkało się wśród Mazurów z ciepłym przyjęciem, choć trzeba pamiętać, że byli oni wiernymi pruskimi poddanymi. Paradoksalnie ta sympatia przyczyniła się do tego, że Niemcy zajęli się na poważnie ich germanizacją.

IGOR HRYWNA

To kolejna wakacyjna publikacja poświęcona trasom rowerowym, ale też ciekawym miejscom, które można zobaczyć, również pieszo.

eprasa.pl 94ed17ce49

JEGO NOMINAŁ TO... 0 EURO

Choć nie są środkiem płatniczym i jedynie wyglądem przypominają oryginalną walutę europejską, od lat cieszą się zainteresowaniem zarówno wśród kolekcjonerów, jak i turystów. Projekt „0 euro souvenir" właśnie powiększył się o nowy banknot.

Powiat olsztyński ma nowy banknot – to „Objawienia gietrzwałdzkie". Został on wyemitowany z okazji przyszłorocznej, 150. rocznicy tych wydarzeń.

– To już drugi banknot przygotowany przez powiat i firmę Banknoty Pamiątkowe, która jest wyłącznym przedstawicielem projektu „0 euro souvenir" na terenie Polski – mówi Andrzej Abako, starosta olsztyński. – W ubiegłym roku 0 euro upamiętniło pięciolecie naszego powiatowego projektu turystyczno-promocyjnego – Szlaku Świętej Warmii. W tym zachęcamy do wizyty w regionie w związku z rocznicą objawień.

Autorem projektu banknotu jest Krzysztof „Pixel" Matys. Głównym motywem, jaki wykorzystał artysta grafik na jego rewersie, jest nawiązujący do objawień wizerunek Matki Bożej znajdujący się na polichromii na suficie Bazyliki Nawiedzenia Najświętszej Marii Panny – Sanktuarium Matki Bożej Gietrzwałdzkiej. Awers jest taki sam dla wszystkich banknotów z tej serii. Na blistrze, czyli ozdobnym opakowaniu, wykorzystany został fragment obrazu Anastazji Fietisowej przedstawiającego świątynię.

Powiat Olsztyński

„Objawienia gietrzwałdzkie" zostały przygotowane w 3000 egzemplarzach, w tym 1000 jako tzw. gold edition. Mimo że są już dostępne w sprzedaży internetowej, to ich oficjalna premiera odbędzie się na początku lipca w Gietrzwałdzie.

Banknot jest kolejnym przedsięwzięciem Starostwa Powiatowego w Olsztynie związanym z promocją turystyki religijnej na Warmii, do realizacji którego asumptem jest 150. rocznica wydarzeń w Gietrzwałdzie.

Już za kilka dni na księgarskim rynku ukaże się nowa publikacja – „Łosiery szlakami Świętej Warmii. Tu Jasna Pani w blasku w drzewie stoi", książka z serii Biblioteczka Świętej Warmii. Ten dziesiąty już podpowiednik turystyczny adresowany jest przede wszystkim do turystów religijnych, pielgrzymów i pątników. Dlatego oprócz historii objawień znajdują się w nim także informacje o świętych miejscach Warmii, lokalnych świętych i błogosławionych, regionalnych relikwiach, a także o historii biskupstwa i jego ordynariuszy, od bpa Anzelma do abpa Józefa Górzyńskiego. Część tych artykułów dostępna jest już na stronie szlakswietejwarmii.pl.

Do religijnej podróży po regionie ma zachęcić także suplement do tej książki – przygotowana przez powiat olsztyński na ten sezon mapa turystyczna „Łosiery szlakami Świętej Warmii". Podobnie jak pierwsze wydawnictwo z tej serii, czyli „Szlaki dziedzictwa kulturowego Warmii", dostępna jest nie tylko w papierowej wersji. Starostwo uruchomiło kolejne internetowe narzędzie do informacji i promocji. Jest nim mobilna aplikacja mapowa – Swietawarmia.online, będąca uzupełnieniem portalu Szlak Świętej Warmii.

> – W ten sposób mamy praktycznie kompletny już internetowy bedeker po naszej Warmii, który pozwala na planowanie podróży i na wędrówkę po niej zarówno w przestrzeni wirtualnej, jak i w realu – wyjaśnia Wojciech K. Szalkiewicz, szef promocji Starostwa Powiatowego w Olsztynie, autor i koordynator tego projektu. – Menu pozwala na poznanie przebiegu poszczególnych tras i szybkie dotarcie do informacji o interesujących miejscach, zamieszczonych na stronach internetowych Szlaku.

PENTAGON JEST OTWARTY NA PROPOZYCJĘ

Stany Zjednoczone pozytywnie odnoszą się do propozycji utworzenia stałej bazy wojsk USA w Polsce – powiedział w czwartek, po spotkaniu z szefem Pentagonu, wicepremier i szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz.

Szef MON wziął udział w Brukseli w spotkaniu ministrów obrony państw NATO przed zaplanowanym na 7 i 8 lipca szczytem Sojuszu w stolicy Turcji Ankarze.

Kosiniak-Kamysz powiedział na konferencji prasowej, że rozmawiał z szefem Pentagonu Pete'em Hegsethem o współdziałaniu i kolektywnej obronie oraz o sprawach związanych z bezpieczeństwem Polski i współpracy z USA. Poinformował, że otrzymał oficjalną odpowiedź na list z 29 maja, zgłaszający gotowość Polski do utworzenia stałej bazy wojsk amerykańskich.

– I miło jest mi poinformować, że sekretarz wojny wraz z całym swoim zespołem, Stany Zjednoczone pozytywnie odnoszą się do propozycji Polski o utworzeniu stałej bazy wojsk amerykańskich na terytorium naszej ojczyzny – oznajmił Władysław Kosiniak-Kamysz.

Fot. EPA/Zsolt Czegledi

Minister na briefingu w Brukseli przeczytał fragment odpowiedzi, jaką z USA otrzymała strona polska: „Narodowa strategia obrony Stanów Zjednoczonych jasno wskazuje, że Departament Wojny priorytetowo będzie traktował zaangażowanie z modelowymi sojusznikami, takimi jak Polska, które wykonują swoją część w zakresie obrony sojuszniczej. W tym duchu mam przyjemność poinformować, że Departament Wojny jest otwarty na ofertę Polski w zakresie stałego stacjonowania sił amerykańskich na jej terytorium, jakkolwiek ostateczna decyzja uzależniona będzie od szczegółów takiego porozumienia".

– Umówiliśmy się też na szczegółową analizę pomiędzy naszymi zespołami, prace. Przez Radę Ministrów, przez premiera Donalda Tuska zostałem upoważniony na ostatnim posiedzeniu do koordynacji tych działań po stronie polskiej, dialogu, prowadzenia rozmów ze stroną amerykańską, przygotowania logistycznego – powiedział szef MON, który zaznaczył, że jest to wielka operacja.

Dziękował USA za przychylne rozpatrzenie polskiego wniosku o otwarcie, jak to określił, bardzo konkretnego procesu rozwoju i możliwości stałego stacjonowania wojsk amerykańskich na terytorium Rzeczypospolitej.

– Tutaj gramy wszyscy razem: pan prezydent, rząd, wszyscy Polacy, jesteśmy jedną drużyną. To jest narodowy, strategiczny interes, to jest racja stanu: stała obecność amerykańskich wojsk, o którą zabiegały wcześniejsze rządy, zabiegaliśmy od wielu lat – stwierdził Władysław Kosiniak-Kamysz. **PAP/RED.**

REKLAMA

114325otbr-o-G

eprasa.pl 94ed17ce49

DLACZEGO WRÓBLE, A NIE ORŁY?

W najbliższą niedzielę Kościół kieruje naszą uwagę na fragment Ewangelii według Świętego Mateusza. Jezus mówi w nim do swoich uczniów: „Nie bójcie się ludzi" i przypomina, że żaden wróbel nie spada na ziemię bez wiedzy Ojca. W kontekście tego czytania moja córka zadała trafne pytanie. Mianowicie dlaczego Jezus mówi właśnie o wróblach? Dlaczego nie mówi o orłach, sokołach albo innych znaczących ptakach kojarzonych z siłą i pięknem? Wróbel jest przecież mały, pospolity, szary, przykurzony, łatwo go przeoczyć. No właśnie dlatego ten obraz jest tak mocny.

Żydowskie targowiska Palestyny za czasów Jezusa były głośne i brudne. Pomiędzy straganami z oliwą i ziarnem stały klatki z najtańszym mięsem. Wróble sprzedawano tam na pęczki. W biblijnych czasach wróble należały w Palestynie do najtańszych ptaków jadalnych. Prawo Mojżeszowe ich nie zakazywało, dlatego mogły być pokarmem ubogich ludzi. Wykorzystywano je także w rytuale oczyszczenia człowieka uzdrowionego z trądu, opisanym w Księdze Kapłańskiej (Kpł 14, 1-8). Ptaki te odławiano za pomocą sieci, skubano, nabijano na drewniane patyczki i pieczono. Na targach Jerozolimy czy Jafy sprzedawano oprócz wróbli też pliszki, skowronki, często oskubane, nawleczone na cienkie patyczki, jako tanie pożywienie, które można byłoby porównać do prostych szaszłyków na wynos.

O niskiej wartości wróbli dowiadujemy się z samego Pisma Świętego. Czytamy w Ewangelii św. Mateusza, że dwa wróble kosztują jednego asa, a u św. Łukasza za pięć wróbli trzeba zapłacić dwa asy (Mt 10,29; Łk 12,6). As był drobną miedzianą monetą, równą jednej szesnastej denara. Wróbel staje się więc w Ewangelii przykładem stworzenia niemal bez ceny.

Do kogo Jezus kieruje te słowa?

Szkocki teolog William Barclay w swojej książce, która w polskim tłumaczeniu ukazała się pod tytułem „Ewangelia według św. Mateusza" (w serii „Komentarz do Nowego Testamentu"), szczegółowo analizuje ten mechanizm handlowy. Opiera się on na zestawieniu tekstu św. Mateusza z tekstem św. Łukasza. Barclay wyjaśnia, że na targowiskach istniała prosta zasada hurtowa polegająca na tym, że jeśli kupujący decydował się wydać podwójną kwotę, czyli dwa asy, nie dostawał czterech wróbli, ale pięć. Sprzedawca dorzucał jednego ptaka jako darmowy dodatek, żeby zachęcić do większego zakupu.

Ta bardzo niska cena wróbli pomaga zrozumieć, do kogo Jezus kieruje te słowa. Słuchali Go ludzie biedni, zmęczeni codzienną walką o przetrwanie, przekonani, że ich życie dla nikogo tak naprawdę nie jest wiele warte. Żyli oni pod rzymską okupacją, która oznaczała dla nich ogromne obciążenia podatkowe i ciągłe poczucie zagrożenia ze strony wojska. Dla rzymskich namiestników czy lokalnej elity w Jerozolimie ta biedna ludność była zepchnięta na margines życia. W ówczesnym systemie społecznym, opartym na niewolnictwie i sile, los ubogiego człowieka nie miał żadnego znaczenia politycznego ani prawnego. Ci ludzie żyli w ciągłym poczuciu, że ich codzienne trudności, bieda czy śmierć nikogo nie obchodzą.

Bóg o nim pamięta

Jezus, chcąc przełamać ten strach, sięga po argumentację zakorzenioną w ich własnej kulturze religijnej. Zdanie o wróblach wykorzystuje rabiniczną metodę wnioskowania zwaną qal wa-chomer. Wyrażenie to pochodzi z języka hebrajskiego i oznacza dosłownie „lekki i ciężki". W żydowskiej tradycji to pierwsza z siedmiu zasad interpretacyjnych, których autorstwo przy-

Fot. Wikipedia

pisuje się Hillelowi Starszemu (około 110 r. przed Chrystusem – około 10 r. po Chrystusie) jednemu z najważniejszych i najbardziej wpływowych mędrców i nauczycieli żydowskich prawa. Uczeni w piśmie stosowali te zasady do objaśniania prawa Mojżeszowego, czyli Tory, aby rozstrzygać codzienne dylematy moralne i religijne. Reguła ta polega na logicznym przejściu od rzeczy mniejszej do większej. Jeśli jakaś zasada sprawdza się w przypadku skrajnie błahym, to tym bardziej musi zadziałać w sprawie o najwyższym znaczeniu. Klasycznym przykładem użycia tej metody w Biblii są inne słowa Jezusa z Kazania na Górze: skoro Bóg dba o lilie polne, które dziś są, a jutro zostaną wrzucone do pieca, to tym bardziej zadba o odzienie dla człowieka. Zastosowanie tej logiki było natychmiast zrozumiałe dla każdego słuchacza. Skoro bezwartościowy, darmowy ptak z klatki jest stale pod opieką Boga, to człowiek znajduje się poza jakąkolwiek skalą wyceny.

Wybór wróbla jako elementu tej żydowskiej logiki był celowy. Orzeł kojarzył się z rzymskim legionem, z władzą i siłą. Orły radzą sobie same i budzą podziw. Gdyby w nauczaniu pojawił się drapieżnik, ci biedacy uznaliby, że uwaga Boga dotyczy tylko osób wybitnych, bogatych i potężnych. Tymczasem wróbel jest pospolity, zwyczajny, wręcz banalny, ale nie musi niczym imponować, żeby Bóg o nim pamiętał.

Nikt przez Niego nie jest niechciany

Ten sam obraz Bożej troski Jezus odnosi także do ludzkiego ciała. Zapis o liczeniu włosów na głowie skojarzeniowo wiąże się z obrazem drobnego ptaka, bo dotyka rzeczy równie kruchych i ulotnych. Włosy tracimy codziennie. Wypadają od stresu, zmartwień, chorób i wieku. Spływają z wodą, znikają i nikt nie przywiązuje do nich wagi. Fakt, że są policzone, oznacza, że Bóg rejestruje nawet te zmiany, procesy starzenia się, słabnięcia czy utraty zdrowia, które dla nas samych bywają trudne, a które na początku mogą pozostawać niezauważone przez innych. Bóg interesuje się człowiekiem w każdym jego stanie, kondycji, sytuacji życiowej.

To zapewnienie o totalnej opiece i trosce Boga nie pada jednak w próżni, ale w konkretnym, dramatycznym momencie Ewangelii według Świętego Mateusza. Rozdział dziesiąty to tak zwana mowa misyjna, w teologii nazywana również lub apostolską. Jest to drugi z pięciu wielkich dyskursów Jezusa zapisanych w tej Ewangelii. Jezus wysyła swoich dwunastu uczniów, by głosili Jego naukę i wprost zapowiada im nadchodzące prześladowania. Mówi, że będą jak owce między wilkami, że grozi im biczowanie w synagogach, sądy, nienawiść bliskich, a nawet śmierć. W tym kontekście mowa o wróblach i włosach staje się instrukcją przetrwania dla ludzi, którzy za chwilę mogą stracić wszystko, włącznie z życiem. Słowa te miały zdjąć z uczniów paraliżujący strach przed prześladowcami i oprawcami. Pokazywały, że nawet jeśli ich życie zostanie przez sędziów czy katów potraktowane tak tanio i bezwzględnie jak los wróbli na targu, ich przeznaczenie wciąż spoczywa w rękach Boga.

Człowiek od wieków próbuje radzić sobie z lękiem przed tym, że jego życie przeminie bez śladu i nie będzie miało żadnego znaczenia. Aby temu zapobiec, budujemy wokół siebie rozmaite zabezpieczenia. Walczymy o wyższe stopnie w pracy, zdobywamy prestiżowe tytuły, gromadzimy majątek i kupujemy rzeczy, które mają zaimponować innym, szukamy towarzystwa i wsparcia znaczących ludzi, wybijamy się, zabiegamy o rozpoznawalność, kontrolujemy swój wizerunek i próbujemy stale umacniać własną wartość w oczach innych i wdrapywać się jak najwyżej na drabinie społecznej struktury. Szukamy w tym wszystkim zewnętrznego dowodu i potwierdzenia, że jesteśmy naprawdę kimś ważnym. Tymczasem niedzielny tekst z Ewangelii całkowicie unieważnia potrzebę tego wyścigu i moszczenia się na najwyższych słupkach tych rankingów. Pokazuje, że ludzka wartość jest trwale i bezwarunkowo zagwarantowana przez Boga, który widzi i ceni człowieka w jego najbardziej zwyczajnym, codziennym istnieniu, w jego lęku, słabości, zmęczeniu, upadku, chorobie. Bo skoro nawet nasze włosy są policzone przez dobrego Boga (nawet te, które wypadły), to nikt w Jego oczach nie jest niechciany, przypadkowy, zapomniany, choćby był tym piątym, ostatnim, bezwartościowym wróblem kupionym za cztery asy.

ZDZISŁAWA KOBYLIŃSKA

eprasa.pl 94ed17ce49

ENERGA OPERATOR STAWIA NA MIESZKAŃCÓW I BIZNES

W Elbląskim Parku Technologicznym odbyły się specjalistyczne warsztaty zorganizowane w ramach programu „Zielona fala. Energetyczni lokalnie".

W wydarzeniu uczestniczyli gminni i powiatowi energetycy oraz przedstawiciele samorządów odpowiedzialni za kwestie energetyczne. Spotkanie poświęcono aktualnym wyzwaniom i dobrym praktykom w rozwoju lokalnej gospodarki energetycznej. Podkreślono znaczenie bezpieczeństwa energetycznego i lokalnej samowystarczalności w procesie transformacji energetycznej oraz rolę współpracy operatorów sieci z samorządami jako podstawę skutecznych działań. – Takie spotkania służą temu, by angażować lokalne społeczności, bo my jako Energa Operator, lokalny operator systemu dystrybucyjnego, uważamy, że to jest jedna z kluczowych grup klientów. Uważamy, że bez tych lokalnych społeczności transformacja energetyczna nie będzie możliwa – stwierdził Marcin Biniaś, wiceprezes spółki Energa Operator.

Szczególną uwagę poświęcono podsumowaniu dotychczasowej współpracy spółki Energa Operator z jednostkami samorządu terytorialnego przy tworzeniu lokalnych inicjatyw energetycznych. Celem warsztatów była wymiana doświadczeń, omówienie zagadnień związanych z planowaniem i zarządzaniem energią oraz prezentacja rozwiązań wspierających efektywność energetyczną. – Chcemy współpracować z samorządami, ponieważ doskonale wiemy, że nasi mieszkańcy korzystają z prądu. My jako Energa Operator jesteśmy dystrybutorem i dostarczamy ten prąd – powiedział Piotr Grzymowicz, dyrektor generalny Energi Operatora w Olsztynie. – Zależy nam na tym, żeby ta współpraca była bardzo szeroka i jednocześnie żeby również mieszkańcy ten prąd mogli otrzymać taniej. Jak to zrobić? Właśnie poprzez właściwą współpracę, poprzez wykorzystanie obowiązującego obecnie prawa w tym zakresie. Dzisiaj idziemy przede wszystkim w energię odnawialną. Jest to bardzo właściwy kierunek.

Fot. Agnieszka Sprzączak

Marcin Biniaś, wiceprezes spółki Energa Operator

Uczestnicy poznali również zasady tworzenia społeczności energetycznych. Spotkanie poprowadzili przedstawiciele spółki Energa Operator, Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska oraz Pomorskiego Ośrodka Doradztwa Rolniczego. Wydarzenie stworzyło przestrzeń do zdobycia wiedzy, wymiany doświadczeń i budowania współpracy na rzecz rozwoju lokalnych systemów energetycznych.

GS

REKLAMA

44426otbr-b -G

eprasa.pl 94ed17ce49

19-25 czerwca 2026

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura
INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV
Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmiel
ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.
NR 25

Piątek

19:55 POLSAT

Piraci z Karaibów: Na krańcu świata

Sensacyjny, USA, 2007

Kapitan Jack Sparrow (Johnny Depp) utracił „Czarną Perłę" i przebywa gdzieś na krańcu świata. Chciwość zaprowadziła go w miejsce, którego za żadne skarby nie chciałby odwiedzić żaden szanujący się pirat - na bezwietrzne, piaszczyste morze. Uwięziony w pułapce „Latającego Holendra" i jego kapitana, Davy'ego Jonesa (Bill Nighy), zapewne zostałby tam do kresu swych dni, gdyby nie pomoc wiernych przyjaciół. Na ratunek korsarzowi wyruszają bowiem Will Turner (Orlando Bloom), Elizabeth Swann (Keira Knightley) oraz... kapitan Barbossa (Geoffrey Rush).

INNE DATY EMISJI: NIEDZIELA, 15:20

Sobota

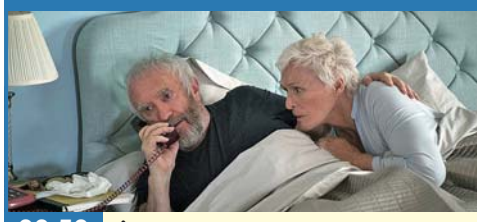
20:00 TV PULS

Uprowadzona

akcja, Francja, USA, 2008

Bryan (Liam Neeson) jest emerytowanym agentem. Odszedł z CIA, aby spędzać więcej czasu ze swoją córką, która jest dla niego całym światem. Kim (Maggie Grace) mieszka w Kalifornii ze swoją matką Lenore (Famke Janssen) i bogatym ojczymem Stuartem. Bryan daje się przekonać córce, by puścić ją wraz z koleżanką same do Paryża. Dziewczyny wyjeżdżają a na miejscu dzielą taksówkę z nieznajomym. To spotkanie skutkuje porwaniem dziewczyn przez albański gang handlarzy ludźmi. Bryan będzie musiał wykorzystać wszystkie swoje umiejętności agenta, aby odnaleźć i uratować córkę.

Niedziela



00:50 TVP KULTURA

Żona

Dramat, Szwajcaria, USA, 2017

Joan Castleman (Glenn Close) jest niezwykle inteligentną i piękną kobietą, która poświęciła cztery dekady życia swojemu charyzmatycznemu mężowi Joe (Jonathan Pryce). Przez lata zdawało się, że spełniała się w roli żony Wielkiego Pisarza. Wszystko jednak do czasu. Kiedy para wyjeżdża wspólnie do Szwecji, gdzie mężczyzna ma odebrać Nagrodę Nobla, w kobiecie zaczyna coś pękać.

INNE DATY EMISJI: SOBOTA, 20:00

Poniedziałek

20:00 POLSAT

Nikt

Sensacyjny, USA, Japonia, Chiny, 2021

Hutch Mansell (Bob Odenkirk) wiedzie zwyczajne życie, wspólnie z żoną wychowują dwójkę dzieci. On zarabia na ich utrzymanie pracą biurową. Pewnej nocy złodzieje włamują się do jego domu i grożą im bronią. Hutch nie podejmuje walki, ustępuje i pozwala im odejść. Wszyscy widzą Hutcha jako porażkę, a on odmawia obrony siebie lub swojej rodziny, mając nadzieję biernością zapobiec poważnej przemocy. Jego nastoletni syn, Blake jest nim rozczarowany, a żona nim gardzi. Nikt nie podejrzewa, że następstwa tego incydentu przeleją czarę goryczy w umyśle Hutcha i wyzwolą w nim uśpione instynkty.

Wtorek

20:00 TVP KULTURA

Lord Jim

Teatr Telewizji, 2002

Statek „Patna" wyrusza w rejs. Doświadczony żeglarz i gawędziarz Marlow oraz jego stali interlokutorzy: zaprzyjaźniony J.C. (inicjały autora), właściciel potężnej sieci handlowej Stein i kapitan francuskiej kanonierki, która przyholowała rozbity parostatek do portu, przy szklaneczce rozmawiają o losach zdegradowanego pierwszego oficera „Patny". Od czasu fatalnej ucieczki z tonącego statku, dręczony wyrzutami sumienia i głębokim poczuciem winy wobec pasażerów pozostawionych na łasce żywiołu, Jim wciąż nie może znaleźć sobie miejsca na ziemi.

Środa

12:05 TVP KULTURA

Duże zwierzę

Obyczajowy, Polska, 2000

Mała, górska miejscowość, gdzieś w Polsce. Pan Sawicki, szanowany obywatel, tak samo zwyczajny jak jego otoczenie, pewnego dnia zaczyna spacerować ulicami w towarzystwie wielbłąda. Zdziwieni mieszkańcy nie wiedzą, co o tym myśleć. Mijają kolejne dni, a zwierzę ciągle jest u Sawickich. Mało tego, zajmuje w ich życiu coraz ważniejsze miejsce. Dlaczego? - to pytanie coraz bardziej nurtuje całe miasteczko. Sawiccy nie potrafią odpowiedzieć. Po prostu polubili dwugarbnego czworonoga i tyle. Mieszkańcom wszakże to nie wystarcza.

Czwartek

23:05 TVP KULTURA

Wspomnienie lata

Obyczajowy, Polska, 2016

Nadchodzące wakacje nie zapowiadają się najlepiej dla nastolatka, który bardzo tęskni za ojcem, przebywającym za granicą, dokąd wyjechał za chlebem. Jerzy nie ma częstych kontaktów z rodziną, raz w miesiącu odbywają jedynie krótką rozmowę telefoniczną. Piotrek spędza lato w małej miejscowości ze swoją matką. Być może wrażliwy nastolatek właśnie tego roku przeżyje najważniejszy moment w swoim w życiu. Właśnie teraz doświadcza pierwszej miłości, ale też boleśnie odczuje romans matki, która pod nieobecność męża zbliży się do innego mężczyzny.

INNE DATY EMISJI: ŚRODA, 21:05

PIĄTEK • 19 czerwca

TVP 1

05:30 63. KFPP w Opolu - Debiuty 2026
05:50 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Welon, fura i brawura - reality show
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Kosztowny drobiazg, czyli rewizyta - serial, Polska, 1976
09:25 Rancho - serial kom., 2011
10:15 Komisarz Alex - serial kryminalny
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Dzika Praga - dokument, Niemcy, 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info

15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Między oczy - fab., Polska, 2020
01:25 63. KFPP w Opolu - Superjedynki
02:05 Mundial 2026
04:55 Wykrywacz kłamstw - magazyn
05:10 Pytanie dnia - rozmowa

TVP 2

04:35 Na dobre i na złe - Dług - serial, Polska, 2023
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:20 Anna Dymna - spotkajmy się - rozmowa
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:30 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
12:00 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Postaw na milion - teleturniej
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany

15:05 La Promesa - serial, 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:05 Wodecki Twist - Tylko w kinie - widowisko
22:10 25 lat „Na dobre i na złe" - urodziny w Leśnej Górze - widowisko
23:35 Mundial 2026
02:30 Nocne Graffiti - sens., Polska, 1997. opowieść o byłym spadochroniarzu Marku Kossocie, który ma kłopoty z bratanicą Moniką, która jest narkomanką.

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kuchenne rewolucje - Dzisiaj odwiedzimy góralską „Karczmę u Sołtysa" w Dusznikach Zdroju oraz restaurację „EPTO" w Toruniu.
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Uwaga! - program interwencyjny

20:00 World War Z - SF, USA, 2013. Gerry Lane (Brad Pitt) i jego rodzina wpadają w olbrzymi korek. Lane, były śledczy ONZ szybko wyczuwa, że to z czym mają do czynienia nie jest zwykłą uliczną blokadą...
22:30 Od kołyski aż po grób - sens., USA, 2003. Po jednym z napadów gang złodziei wchodzi w posiadanie czarnych diamentów, których poszukuje Su (Jet Li), tajwański agent rządowy.
00:35 Specjalista - sens., USA, 1994
02:55 Kuba Wojewódzki - talk-show
04:10 Uwaga! - program interw
04:25 Nauka jazdy - reality show
04:55 Recepta na stary dom

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - poranny program informacyjno-rozrywkowy
11:30 Gliniarze - Na oczach zrozpaczonej matki zostaje porwana dwójka jej dzieci. Podejrzenie pada na mieszkającego w pobliżu mężczyznę, skazanego za pedofilię.
13:41 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:15 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:25 Sport
19:40 Pogoda

19:55 Piraci z Karaibów: Na krańcu świata - sens., USA, 2007. Kapitan Jack Sparrow (Johnny Depp) utracił „Czarną Perłę" i przebywa gdzieś na krańcu świata. Chciwość zaprowadziła go w miejsce, którego za żadne skarby nie chciałby odwiedzić żaden szanujący się pirat - na bezwietrzne, piaszczyste morze.
23:30 Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015
02:05 Hot Shots II - kom., USA, 1993
03:55 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Natalia Kukulska - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Małgorzata Hajewska
07:25 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:30 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod., TVP, 1971
10:15 Król w Nowym Jorku - kom., USA, 1957
12:05 Diament radży - film TVP, 1971
12:50 Portrety - Gatsby w Connecticut: historia nieznana - dok., USA, 2020
14:10 Na początku było Opole - dok., Polska, 1995
15:10 Złote koło - krym., 1971
17:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
18:15 Video Killed the Radio Star - Fleetwood Mac - Wlk. Bryt., 2011

18:55 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Ognie Świętego Elma - fab., USA, 1985
22:00 Powrót Sherlocka Holmesa - Druga plama - serial, Wlk. Bryt., 1986
23:05 Czwartkowy klub filmowy - Bez znieczulenia - dram. obycz., Polska, 1978
01:20 Noc krótkich filmów - Rozwiązanie • Wizyta - filmy animowane
01:50 Nocny dokument - Sen Sułtany - anim., Hiszp., 2023
03:30 Tamte lata, tamte dni - Mariusz Wilczyński
04:10 Podróże z historią - Bursztynowym szlakiem - dok., Polska, 2016
04:50 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial
08:00 Kobra - oddział specjalny - Na autostradzie dochodzi do katastrofy samolotu. Wśród pasażerów znajduje się bloger informacyjny, który został uprowadzony.
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Roman (Marcin Borchardt) dostarcza list do swoich stałych klientek i zarazem sąsiadek - 38-letniej Marty i jej 18-letniej córki Gosi. Marta po przeczytaniu etykiety nadawcy, odmawia przyjęcia przesyłki.
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny

18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
20:00 22 kule - akcja, Franc., 2010. Historia emerytowanego gangstera, który przysiągł zemstę na swoich oprawcach.
22:15 Prawo zemsty - akcja, USA, 2009. Clyde Shelton (Gerard Butler) staje się świadkiem morderstwa swojej żony i córki. Kiedy sprawca po 10 latach wychodzi na wolność, Clyde realizuje plan zemsty...
00:30 Prowokacja - akcja, USA, 2005
02:20 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
03:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
04:00 Menu na miarę
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Rodzice ósmoklasisty, Kajetana Paczyńskiego, mają problemy w małżeństwie i ciągle się kłócą. Chłopak bardzo to przeżywa i zaczął sprawiać kłopoty.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - Zamordowano striptizerkę z nocnego klubu. Dziewczyna chciała zmienić swoje życie i porzucić dotychczasową pracę.
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Na twoim miejscu - kom., Polska, 2023. Kaśka i Krzysiek to młode małżeństwo, które jest bliskie rozwodu. Pewnego dnia zdarza się coś niecodziennego...
22:15 Wyspa - SF, USA, 2005. Dręczony przez koszmary, Lincoln staje się niespokojny i zaczyna poddawać w wątpliwość restrykcje ograniczające jego życie. Rosnąca ciekawość doprowadza go do strasznego odkrycia...
01:00 Sherlock Holmes: Gra cieni - sens., USA, 2011
03:40 Fachowcy - paradokument
04:20 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradokumentalny **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **22:05** Battleship: Bitwa o Ziemię - sens., USA, Jap., 2012 **00:50** STOP Drogówka - serial policyjny **01:50** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:35 Św. na każdy dzień **09:45** Jestem mamą **10:00** Inf. dnia **10:15** Głos Polski **10:25** Natura et Homo **10:50** Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **11:00** Jubileusz 650-lecia kościoła św. Jakuba **12:40** Głos serca **13:30** Msza św. **14:30** Drzwi do lasu **14:55** Słowo życia **15:00** Modlitwa do Bożego Miłosierdzia **15:20** Mocni w Wierze **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Natura Obiektywnie **16:30** Mateczniki Polskości **16:40** Wielkopolanie nad Wisłą **17:30** Łączy Nas Historia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Westerplatte Młodych **19:00** Warto zauważyć... **19:30** Historie Starego Testamentu **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Maestro

eprasa.pl 94ed17ce49

SOBOTA • 20 czerwca

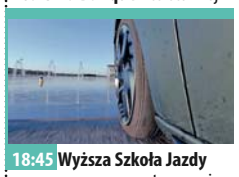
TVP 1

05:50 Słownik polsko@polski - talk-show profesora J. Miodka
06:20 Balans bieli - magazyn
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:40 Rok w ogrodzie; Rok w ogrodzie Extra - magazyn
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych
08:50 Ranczo - serial kom., 2011
09:45 Komisarz Alex - serial krym.
10:40 Ojciec Mateusz - serial
11:35 Natura w Jedynce - Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego - Zabójcze kolce i zielone kolcorogi - serial dokumentalny, Hiszp., 2026
13:00 Gwiazdy w południe - Powrót siedmiu wspaniałych - western, USA, 1966

14:45 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
15:20 Rozmowy na medal - mag.
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress; Pogoda
17:35 Rolnik szuka żony - reality show
18:40 Mundial 2026
19:50 Program inform. 19.30
20:00 Mundial 2026
00:30 Bez litości - sens., Polska, 2002. Czterej koledzy jeszcze w dzieciństwie zawarli pakt o wiecznej przyjaźni. Dwadzieścia lat później gdy jeden z nich zostaje zamordowany, trzej pozostali wydają wojnę mafii.
02:40 Kanał tajemnic - film kryminalny, Franc., 2020
04:30 Sprawdzamy - magazyn

TVP 2

04:35 Mundial 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:25 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
12:00 Zmiennicy - Dziewczyna do bicia - serial, Polska, 1986
13:05 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne
16:15 Festiwal Zaczarowanej Piosenki - Koncert Finałowy
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej



18:45 Wyższa Szkoła Jazdy - magazyn motoryzacyjny
19:10 Słowo na niedzielę - rozmowa
19:25 Rodzinka.pl - serial komediowy
20:00 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Bielsko-Biała - widowisko
22:10 Gabi Drzewiecka zaprasza - magazyn muzyczny
23:00 Wszystko albo nic - kom. romant., Słowacja, Polska, Czechy, 2017. Film o miłości trzydziestoparolatek. Czy w końcu zaznają szczęścia u boku tego jedynego?
00:55 Rodzinka.pl - serial komediowy
01:30 Mundial 2026

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Pogromcy Chaosu - program poradnikowy
07:45 Dzień Dobry TVN
11:30 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska
13:30 Młode gliny - serial krym., Polska
14:35 Mała Wielka Stopa II: W rodzinie siła - film rodzinny, Belgia, Franc., 2020
16:25 Indiana Jones i ostatnia krucjata - przygod., USA, 1989. Rok 1938. Wykładowca archeologii Henry „Indiana" Jones junior (Harrison Ford) otrzymuje propozycję wzięcia udziału w ekspedycji poszukującej Świętego Graala.

19:00 Fakty
19:25 Wianki nad Wisłą. Miasto gra - zapowiedź
19:30 Sport
19:40 Pogoda
19:50 Włoskie wakacje - obycz., Wlk. Bryt., Włochy, 2020
21:45 Wianki nad Wisłą. Miasto gra - muzyka, miłość, marzenia
23:40 Podwodna pułapka II: Labirynt śmierci - przygod., USA, Wlk. Bryt., 2019
01:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
02:30 Wallander - serial, Szwecja, Niemcy, Dania, Nor., Fin.
04:30 Uwaga! - program interw.
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:20 Dziennik cwaniaczka 3 - kom., USA, 2012
13:25 Pan i władca: Na krańcu świata - sens., USA, 2003. Kapitan Jack „Lucky" Aubrey (Russell Crowe) dowodzi brytyjskim żaglowcem wojennym „Surprise", którego zadaniem jest tropienie francuskich korsarzy u wybrzeży Ameryki Południowej. Okręt kapitana Aubrey'a zostaje zaatakowany przez francuską fregatę...
16:45 8 rzeczy, których nie wiecie o facetach - kom., Polska, 2022
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Prezydenci i Premierzy - rozmowy Jarosława Gugały

19:30 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Neo-Nówka. XX-lecie - program rozrywkowy, Polska, 2022
22:50 Szybcy i wściekli 6 - sens., USA, Jap., Hiszp., Wlk. Bryt., 2013. Jedynym sposobem na powstrzymanie niebezpiecznych przestępców jest pokonanie ich na ulicy, więc amerykański agent federalny Hobbs ma dla Toretto i jego ludzi propozycję nie do odrzucenia...
01:35 Gorący towar - sens., USA, 2013
04:15 Kabaretowa Ekstraklasa
04:35 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Antonin Dvorak - IX Symfonia e-moll „Z Nowego Świata" op. 95 - koncert, 2023
07:10 Tamte lata, tamte dni - Dorota Kolak - magazyn
07:50 Od ucha do ucha - Lola i pianino hałasów • Sowia odyseja - filmy anim.
09:00 Panna Nikt - dramat, Polska, 1996
10:50 Angielskie śniadanie - Kosmos 1999 - Królestwo śmierci - serial SF, Wlk. Bryt., 1977
11:55 Dokument w podróży - Londyn - stolica kontrastów - dok., Franc., 2023
13:10 Król w Nowym Jorku - dramat, kom., USA, 1957
15:05 Serialowa nostalgia - Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
16:10 Złote koło - krym., Polska, 1971

17:55 TVP Kultura na Festiwalu Dwa Teatry - Sopot 2026
18:30 Teatr Telewizji - Intryga i miłość - 2004
20:00 Żona - dramat, Szwajc., USA, 2017 ●
21:50 Muse: Drones World Tour - koncert, Wlk. Bryt., 2018
23:30 Ognie Świętego Elma - fab., USA, 1985
01:30 Wydarzenie aktualne
02:00 Ronnie Wood - portret artysty - dok., Wlk. Bryt., 2019
03:25 Tamte lata, tamte dni - Maciej Englert - magazyn
04:05 Podróże z historią - Na ratunek w górach - dokument, Polska, 2016
04:50 Teledyski

TV Puls

06:00 Kobra - oddział specjalny - Semir bierze udział w tajnej akcji i zmienia tożsamość. Nieoczekiwanie na autostradzie dochodzi do poważnego wypadku, w wyniku którego policjant traci pamięć i zaczyna wierzyć, że jest niebezpiecznym przestępcą.
09:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
09:25 Boso przez świat - Wojciech Cejrowski przemierza ziemski glob i prezentuje zapomniane przez cywilizacje plemiona, ich kulturę i zwyczaje.
10:00 Lombard. Życie pod zastaw - 26-letnia Emilka to piękna dziewczyna, która jest partnerką i utrzymanką 35-letniego Erwina Kłosa. Na jego życzenie powiększyła sobie biust za pomocą poleconego przez niego żelu.

20:00 Uprowadzona - akcja, Franc., USA, 2008 ●
21:55 Bodyguard i żona zawodowca - akcja, USA, 2021. Michael Bryce (Ryan Reynolds) postanawia rzucić stresujący zawód ochroniarza i za namową swojej psychoterapeutki udaje się na zasłużony urlop. Wszystko się jednak sypie, gdy już na początku swojego wypoczynku trafia w sam środek strzelaniny...
00:10 Żądza śmierci - akcja, USA, Kan., Rosja, 2009
02:10 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
02:55 Dyżur - serial medyczny
04:00 Menu na miarę - program kulinarny
05:00 Dyżur - serial medyczny

TVN 7

04:55 Szkoła - Oskar z 8 a jest uzależniony od gier na komórkę. Jego przyjaciele i dziewczyna bardzo się martwią i aby powstrzymać chłopaka przed graniem wykradają mu telefon...
05:55 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
06:50 New Looney Tunes II - animacja
07:20 Scooby-Doo - przygod., USA, Australia, 2002
09:05 Zgłoś remont - program lifestylowy
10:10 Bitwa o gości - program rozrywkowy
11:10 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:15 Szpital św. Anny - program obycz.
16:15 Detektywi - Klientka, właścicielka restauracji, chce odnaleźć mężczyznę, który oświadczył się jej, ale okazało się, że jest żonaty...

17:15 Kosmiczni kowboje - SF, USA, 2000
20:00 Dzień Bastylii - sens., USA, Franc., Wlk. Bryt., Belgia, Luks., Chiny, Niemcy, 2016. W paryskim metrze wybuchają bomby. W mieście rośnie panika. Poszlaki prowadzą do kieszonkowca Michaela Masona. Agent Sean Briar przeczuwa, że za zamachem stoi ktoś inny...
22:00 Liga sprawiedliwości - przygod., USA, Kan., Wlk. Bryt., 2017
00:30 Matrix: Reaktywacja - SF, USA, 2003
03:20 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
04:15 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **07:00** Galileo - ciekawostki popularno-naukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **09:05** JesteśmyDlaDzieci - program edukacyjny **09:30** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe
10:30 Mini Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **10:50** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe **12:50** Dziś 13, jutro 30 - kom., USA, 2004 **14:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny
00:00 Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy **02:05** STOP Drogówka - serial policyjny **03:05** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Kamienie wołać będą **10:00** Inf. dnia **10:15** Retrospekcja **10:35** Słowo życia **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka radości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Warto zauważyć... **12:50** Natura Obiektywnie **13:20** Ocalić od zapomnienia
13:30 Msza św. **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela" **14:35** Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo? **15:00** Dzielna niewiasta **15:15** Mateczniki Polskości **15:30** Wierzę w Boga **16:00** Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Z Parlamentu Europ. **17:30** Przełamując bariery
17:55 Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

NIEDZIELA • 21 czerwca

TVP 1

05:25 Sprawa dla reportera
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka
06:55 Słowo na niedzielę - rozmowa
07:00 Transmisja Mszy Świętej
08:00 Tydzień - magazyn
08:30 Stawka większa niż życie - Cafe Rose • Ostatnia szansa - serial sensacyjny
10:55 Ojciec Mateusz - serial
11:55 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański, Watykan
12:15 Między ziemią a niebem
12:45 Portret Kapłana - ksiądz Paweł - reportaż
13:10 BBC w Jedynce - Planeta Ziemia - Wybrzeża - dokument, Wlk. Bryt., 2023
14:15 Dom - Naiwne pytania - serial, Polska, 2000
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:35 Żona dla Polaka - reality show
18:40 Jaka to melodia?
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:05 Sport; Pogoda
20:25 Mundial 2026
23:35 Eiffel - fab., Franc., 2021. Po zakończeniu prac nad nowojorską Statuą Wolności w 1886 roku, współautor dzieła Gustave Eiffel jest u szczytu sławy. Jego kolejnym przedsięwzięciem ma być projekt na Światowe Targi Paryskie w 1889 roku.
01:30 63. KFPP w Opolu - Premiery, 2026
02:35 Mundial 2026
05:20 Sprawdzamy - magazyn

TVP 2

04:25 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial
05:30 Mundial 2026
08:25 Pytanie na śniadanie - w tym Pogoda Flesz
11:20 Tamte lata, tamte dni - Marta Perchuć-Burzyńska rozmawia z Olgą Lipińską o dzieciństwie, domu rodzinnym i najważniejszych doświadczeniach, które w istotny sposób wpłynęły na ich życie i drogę twórczą.
11:55 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Bielsko-Biała - Na scenie zagrają m.in.: Maryla Rodowicz, Michał Szpak, Doda, Izabela Trojanowska, Filip Lato, Big Day, Tabu, Formacja Nieżywych Schabuff, Psio Crew, Dominik Czuż i Sonia Maselik.

14:00 Familiada - teleturniej
14:35 Koło fortuny - teleturniej
15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 - widowisko muzyczne
16:15 Festiwal Zaczarowanej Piosenki - retransmisja koncertu finałowego
17:15 Mundial 2026
20:25 Postaw na milion - teleturniej
21:25 Prywatka u Wojtka, czyli benefis Wojciecha Gąssowskiego - widowisko z okazji jubileuszu 65-lecia pracy artystycznej wykonawcy utworu „Gdzie się podziały tamte prywatki".
23:35 Mundial 2026
02:30 Wszystko albo nic - kom. romant., Słowacja, Polska, Czechy, 2017

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Bez kompleksów - program rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:25 Kobieta na krańcu świata - program Martyny Wojciechowskiej
12:00 Co za tydzień - program rozrywkowy
12:35 Ugotowani - turniej kulinarny
13:35 Mean Girls - kom., USA, 2024
15:50 Gniew Tytanów - przygod., USA, Hiszp., 2012
18:00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty
19:30 Sport
19:40 Pogoda

19:45 Indiana Jones i królestwo kryształowej czaszki - przygod., USA, 2008. Rok 1957. Archeolog Indiana Jones (Harrison Ford) i jego towarzysz Mac (Ray Winstone) wymknęli się właśnie sowieckim agentom...
22:20 Ścigane - sens., Wlk. Bryt., USA, 2019
00:15 Posejdon - katastrof., USA, 2006
02:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:30 Uwaga! - program interwencyjny
03:45 Największe polskie katastrofy: Prom Heweliusz - dokument
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:00 Halo tu Polsat - program informacyjno-rozrywkowy
11:25 Sezon na misia 3 - anim., USA, 2011. Niedźwiedź Boguś wyrusza w podróż na własną łapę i trafia do... cyrku. Tu spotyka przebiegłego grizzly o imieniu Doug, który chce wydostać się spod władzy rosyjskiej trupy cyrkowej.
12:55 Smerfy - anim., USA, 2011
15:20 Piraci z Karaibów: Na krańcu świata - sens., USA, 2007. Kapitan Jack Sparrow (Johnny Depp) utracił „Czarną Perłę" i przebywa gdzieś na krańcu świata... ●
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Sport
19:25 Pogoda
19:35 Państwo w Państwie - program interwencyjny

20:00 Zielona mila - obycz., USA, 1999
00:00 Wyzwanie - sens., Polska, 2019. Historia nierozłącznych przyjaciół, policjantów: Jacka (Eryk Lubos) i Marka (Rafał Królikowski. kiedy jeden z nich zostaje wysłany na przymusową wcześniejszą emeryturę, drugi w geście solidarności również rzuca odznaką. I wspólnie otwierają pub na Mazurach - oczywiście „Pod Psem". Ale policyjny instynkt w nich nie zanika...
02:25 Świat według Kiepskich - serial komediowy
04:10 Kabaretowa Ekstraklasa
04:40 Disco Gramy - program muzyczny
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:05 Tacy byliśmy - Na opolskiej scenie - reportaż
06:45 17 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '79. Czerwone Gitary - koncert
07:10 Rozmowy (nie)wygodne - Jan Englert
07:50 Od ucha do ucha - Bajnutki - 2026
08:00 Nabożeństwo Kościoła Ewangelicko-Reformowanego
09:00 Przystań nad Biblią
09:20 Wspólny dom - magazyn
09:55 Londyn - stolica kontrastów - dokument, Francja
11:10 Kosmos 1999 - serial, Wlk. Bryt., 1977
12:25 Opole - koncertowe wspomnienia - felieton
12:45 15 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '77. Koncert Pastele
14:05 Światła rampy - fab., Franc., USA, 1952

16:35 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
17:45 TVP Kultura na Festiwalu Dwa Teatry - Sopot 2026
18:15 Teatr Telewizji - Żeglarz - spektakl teatralny, 1972
20:00 Borsalino i spółka - dram., Franc., Włochy, 1974
21:55 Kulturalni - magazyn
22:50 Tom Cruise: ostatnia gwiazda filmu - dok., Wlk. Bryt., 2023
00:15 Noc krótkich filmów - Restart - 2019
00:50 Żona - dramat, Szwajc., USA, 2017 ●
02:45 Muse: Drones World Tour - koncert, Wlk. Bryt., 2018
04:25 Jedyne takie miasto - dokument, Polska, 2016
05:10 Teledyski

TV Puls

06:00 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
06:35 Don Matteo: Boski detektyw - serial krym.
08:50 Zaklinaczka duchów - serial fabularny
10:50 Agent XXL - kom., USA, 2000. Agent FBI Malcolm Turner (Martin Lawrence), mistrz kamuflażu, wraz z partnerem John (Paul Giamatti) wyrusza do małego miasteczka w Georgii, by schwytać zbiegłego recydywistę Lestera Vesco (Terrence Howard).
12:50 Kajtek Czarodziej - familijny, Polska, 2023
14:55 W imię króla - przygod., USA, Kan., Niemcy, 2007. Królestwo Ehb staje w obliczu wojny pomiędzy złym Gaolianem (Ray Liotta), a panującym tu królem Konreidem (Burt Reynolds).

17:35 Need For Speed - akcja, USA, 2014. Młody kierowca rajdowy - Tobey Marshall (Aaron Paul) - za wszelką cenę stara się zdobyć pieniądze na utrzymanie warsztatu zmarłego ojca. Próbując ocalić biznes zgadza się na propozycję swojego rywala...
20:00 Moonfall - katastroficzny, SF, USA, Kan., Chiny, 2022.
22:25 Demonstracja siły - akcja, USA, 2013
00:45 Zabójca idealny - akcja, USA, Hiszp., Szwecja, 2016
02:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
02:55 Menu na miarę - program kulinarny
03:20 Dyżur - serial medyczny
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:05 Szkoła - Nieśmiały siódmoklasista, Krzysiek Milan, nie radzi sobie z poderwaniem dziewczyny. Jego koledzy chcą mu pomóc...
06:05 Wiza na miłość - serial paradokumentalny
07:00 New Looney Tunes II - animacja
07:45 Pinokio - przygod., Włochy, Wlk. Bryt., Franc., 2019. Pewnego dnia stolarz Gepetto z kawałka drewna tworzy postać chłopca. Figurka ożywa, zaczyna ruszać się i mówić.
10:25 Ukryta prawda - program obyczajowy
14:35 Szpital św. Anny - program obycz.
16:35 Detektywi - program kryminalny
17:40 Przychodzi facet do lekarza - film, Franc., Belgia, 2014

20:00 Zabójcy - sens., USA, Franc., 1995. Rath decyduje się przyjąć nowe zlecenie, jak przypuszcza ostatnie w jego karierze. Ma zlikwidować pewnego Holendra handlującego oprogramowaniem oraz jego dostawcę - kobietę o imieniu Electra...
22:45 Oszukać przeznaczenie III - horror, USA, Niemcy, 2006
00:30 Jestem legendą - SF, USA, 2007
02:50 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
03:50 Fachowcy - program paradokumentalny
04:30 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej **06:55** Ewa gotuje - program kulinarny **07:30** Wielkie tajemnice historii - serial dokumentalny **09:20** Galileo - ciekawostki popularno-naukowe **11:20** Mini Galileo - ciekawostki popularno-naukowe
11:45 Hotel Transylwania 3 - animacja, USA, Korea Południowa, 2018 **13:45** Obsesja - sens., USA, 2009 **16:00** Lot 93 z Newark - fab. Kan., USA, 2006 **17:55** Uroczysko - serial krym. **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny
00:00 STOP Drogówka - serial policyjny **01:00** Wielkie tajemnice historii - serial dok. **02:55** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Prymas Stefan Wyszyński **09:10** Spotkanie z Magdaleną Buczek **09:15** Manna z Nieba **09:25** Przegląd Tyg. „Niedziela" **09:30** Msza św. **10:30** Cysters **11:00** XXVII Ogólnopolska Pielgrzymka PKRD **14:15** Głos serca **15:00** Wieś to też Polska
16:00 Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Mateczniki Polskości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Baśniowy teatr lalek **20:00** Inf. dnia
20:20 Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Stan Bezp. Państwa **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy **23:30** Tam, gdzie Bóg płacze

eprasa.pl 94ed17ce49

PONIEDZIAŁEK • 22 czerwca

TVP 1

05:50 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Studio Raban - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Gdzie byłaś, czyli Szekspir - serial, Polska, 1976
09:15 Ranczo - serial kom., 2011
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
13:00 BBC w Jedynce - Planeta Ziemia - Wybrzeża - dok., Wlk. Bryt., 2023
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej

16:00 Dziedzictwo - serial obyczajowy, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program informacyjny 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Gala XXV Festiwalu Teatru Polskiego Radia i Teatru Telewizji Polskiej - Dwa Teatry - Sopot 2026 - widowisko
21:00 Teatr Telewizji
22:35 Mundial 2026
04:25 Wykrywacz kłamstw - magazyn

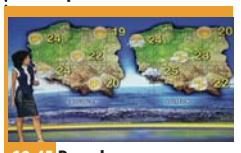
TVP 2

04:30 Na dobre i na złe - serial obyczajowy
05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:25 Rodzina (nie od) święta - Jak, będąc w małżeństwie, przeżywać przyjaźnie z osobami przeciwnej płci? - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:30 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny
12:00 Wyższa Szkoła Jazdy - magazyn motoryzacyjny
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024

14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:20 Mundial 2026
21:25 Postaw na milion - teleturniej
22:20 Na sygnale - serial fabularyzowany
23:25 Zabić na końcu - kom. sens., Polska, 1990
01:05 Nasz dom w górach - Gorzka miłość - serial obycz., Niemcy, 2019
02:05 Akacjowa 38 - serial
03:55 Rodzinka.pl - serial komediowy

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - Zaginął kolega Oskara Wilkowskiego. W miejscu zamieszkania chłopaka znajdują krew oraz rozbity reflektor samochodowy.
19:00 Fakty
19:35 Sport



19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 Bitwa o gości - program rozrywkowy
22:00 Morze śmierci - thriller, USA, 2024
23:45 Matrix: Rewolucje - SF, USA, 2003. Neo dowiedział się, że nie jest jedynym Wybrańcem, którego przeznaczeniem była droga ku poznaniu prawdy...
02:25 Uwaga! - program interwencyjny
02:45 Co za tydzień - program rozrywkowy
03:15 Wallander - serial, Szwecja, Niemcy, Dania, Nor., Fin.
05:15 Nauka jazdy - reality show

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Detektywi rozmawiają w biurze z klientką, Krystyną Bonaszewską. Kobieta jakiś czas temu wynajęła ich, aby zdobyli dowody zdrady jej męża...
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - paradokument
13:35 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:20 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

20:00 Mega hit - Nikt - sens., USA, Jap., Chiny, 2021 ●
22:00 Niezłomny - sens., USA, 2014. Podczas II wojny światowej, po katastrofie lotniczej, olimpijczyk Louis Zamperini (Jack O'Connell) został schwytany przez Japończyków i zesłany do obozu jenieckiego, gdzie przeżył piekło.
00:55 Wrogowie - sens., USA, 2017. Christian Bale to legendarny kapitan armii amerykańskiej, który eskortuje indiańskiego wodza i jego rodzinę przez niebezpieczne terytorium.
03:50 Ewa gotuje - program kulinarny
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:10 Afisz kulturalny ekstra
06:35 Rozrywka Retro - Na festiwalowej scenie - Jerzy Połomski - widowisko rozrywkowe
07:00 Tamte lata, tamte dni - Olga Lipińska - magazyn
07:35 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:35 Od ucha do ucha - Na imię mi Edgar i mam krowę • Deszczowy chłopiec - filmy anim.
09:00 Podróż za jeden uśmiech - serial przygod. TVP, 1971
10:20 Mała mama - fab., Franc., 2021
11:45 Co ja tu robię? Tadeusz Konwicki - dok., Polska, 2009
12:55 Kosmos 1999 - serial SF, Wlk. Bryt., 1977
13:55 Szczawno. Uzdrowisko Książęce - dok., Polska, 2021

15:15 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
16:30 Dźwięk Nowego Jorku: Gerald Clayton - serial dok., Włochy, 2017
17:15 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
18:20 TVP Kultura na Festiwalu Dwa Teatry - Sopot 2026
21:15 Świat to za mało - sens., USA, Wlk. Bryt., 1999
23:30 Sibelius. Siedem symfonii - Czwarta symfonia - serial dok., Fin., 2015
01:00 Kulturalni - magazyn
01:55 Borsalino i spółka - dramat, Francja, Włochy, 1974
03:50 Kulisy dawnych podróży - dokument, Polska, 2016
04:30 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Młodociani bandyci napadają na klientów stacji benzynowej. Pewnego dnia sprawy nie idą po ich myśli...
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
20:00 Poza zasięgiem - akcja, USA, Polska, 2004

21:50 Maczeta - akcja, USA, 2010. Agent federalny - Machete Cortez - to niebezpieczny mściciel z Meksyku, ukrywający się w Stanach Zjednoczonych. Zostaje wynajęty przez lokalnego biznesmena do zabicia skorumpowanego senatora...
23:55 Kod 211 - akcja, USA, 2018
01:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny
02:30 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
03:40 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
04:00 Szalone fabryki polskiej muzyki!
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Aneta Kuracka z 2d liceum postanowiła sfingować zaginięcie, by ukarać swoich rodziców za odebranie jej kieszonkowego. Pomaga jej w tym Dżesika.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - W wyniku pobicia i gwałtu umiera młoda dziewczyna. Podejrzanym jest jej chłopak.
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Królowe zbrodni - sens., USA, Kan., 2019. Trzy gospodynie domowe, których mężowie - gangsterzy trafiają do więzienia, postanawiają wziąć sprawy irlandzkiej mafii w swoje ręce.
22:15 Mayday - kom., Polska, 2019. Janek, posiadający dwie żony, umiejętnie lawiruje pomiędzy nimi. Do czasu...
00:35 Obce niebo - obycz., Polska, Szwecja, 2015
02:55 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
03:50 Fachowcy - program paradokumentalny
04:30 Dorota was urządzi - program lifestylow

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradok. **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:05** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **23:05** Nieśmiertelny - sens., USA, Wlk. Bryt., 1986 **01:35** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:45** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Baśniowy teatr lalek **09:55** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:20** Stan Bezp. Państwa **11:30** Warto być ojcem **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Rotmistrz Pilecki - przywrócenie pamięci **12:55** Stan wojenny w Polsce - znaczenie i konsekwencje **13:30** Msza św. **14:30** Beatus, źródła Camino de Santiago **15:25** Zło dobrem zwyciężaj! Historia Mayerling **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Sanktuaria polskie **16:30** Porady Medyczne Bonifratrów **17:00** Świadkowie **17:30** Moja parafia **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Poznajemy Polskę **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

WTOREK • 23 czerwca

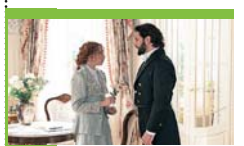
TVP 1

05:00 Złoty chłopak - serial, 2022
05:50 Akacjowa 38 - serial, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Kościół z bliska
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Cwana bestia, czyli kryształ - serial, Polska, 1977
09:15 Ranczo - serial kom., 2011
10:10 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Ukryte cuda europejskiej przyrody - Niemcy - dok., Niderl., 2022
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info

15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Prokurator - serial krym., Polska, 2015
21:25 Mundial 2026
00:30 Eiffel - fab., Franc., 2021
02:25 63. KFPP w Opolu - Autobiografia - Jubileusz Bogdana Olewicza

TVP 2

04:30 Mundial 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:25 Rodzinka.pl - Ludwik stwierdza, że posiadanie domowego pupilka nauczy Kubę odpowiedzialności. Niestety, okazuje się, że wybór zwierzaka nie był trafiony.
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - Wiktor organizuje dla kolegów przyjacielski mecz piłki nożnej, który kończy się bolesną kontuzją doktora Góry, ostrą bójką Alka z Nowym i wizytą Benia na SOR-ze.



15:05 La Promesa - serial, 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:20 Mundial 2026
21:30 Postaw na milion - teleturniej
22:25 Na sygnale - serial fabularyzowany
23:30 To jest mój sen - koncert Edyty Bartosiewicz - widowisko
00:35 Mundial 2026
03:25 Portret zdezorientowanego ojca - dok., Franc., Nor., 2025. Reżyser Gunnar jako ojciec i świeżo rozwiedziony pięćdziesięciolatek próbuje odnowić kontakt ze swoim jedynym synem Jonathanem.

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - Detektyw Jakub Nowacki chce odnaleźć żonę gangstera o pseudonimie „Cyklop", poszukiwaną przez policję.
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interw.

20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 Godzina ciszy - sens., USA, 2024. Bostoński detektyw (Joel Kinnaman) w wyniku wypadku na służbie częściowo traci słuch. Rok po tym wydarzeniu pracuje dla policji jako tłumacz języka migowego...
23:00 Kuba Wojewódzki - talk-show
00:05 Star Trek: W nieznane - film, USA, Chiny, 2016
02:40 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:45 Uwaga! - program interw.
04:00 Największe polskie katastrofy: Prom Heweliusz - dokument
05:00 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - paradokument
13:40 Dlaczego ja? - serial
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:20 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - Patrol policji podczas rutynowej kontroli dostrzega podejrzanie zachowujący się samochód. W trakcie zatrzymania dochodzi do strzelaniny, kierowca ginie. W bagażniku auta policjanci znajdują odcięte ucho.
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń
19:30 Sport
19:45 Pogoda

20:00 Bez litości 2 - sens., USA, 2018
22:40 Pierwszy śnieg - sens., Wlk. Bryt., USA, Chiny, Szwecja, 2017. W nocy ze swojego domu zniknęła młoda kobieta. Okoliczności wskazują na to, że powrócił seryjny morderca, którego nie udało mu się dotąd schwytać, i ofiar może być więcej.
01:10 Klucz do wieczności - sens., USA, 2015. Gdy Damian dowiaduje się, że ma raka, przystaje na propozycję Albrighta (Matthew Goode), który przenosi jego świadomość do ciała młodego mężczyzny (Ryan Reynolds).
03:50 Ewa gotuje
04:40 Disco Gramy

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:20 Edyta Geppert - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Maria Maj - magazyn
07:25 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:30 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
10:15 Panna Nikt - dram., Polska, 1996
12:05 Dziewczyny do wzięcia - film TVP, 1972
13:00 Isaac Asimov. List do przyszłości - dok., Franc., 2022
14:10 Angielskie śniadanie - Kosmos 1999 - Powrót Voyagera - serial, Wlk. Bryt., 1977
15:15 Wielki bieg - dramat, Polska, 1987
17:05 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970

18:20 Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki: Zagubiony w czasie, El Greco - serial dok., Wlk. Bryt., 2015
18:55 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Teatr Telewizji - Lord Jim - spektakl teatralny, 2002 ●
21:35 Kino bez granic - Blisko - fab., Niderlandy, Franc., Belgia, 2022
23:30 Nocny dokument - SR. - dok., Niemcy, 2024
01:30 Kino nocne - Świat to za mało - sens., USA, Wlk. Bryt., 1999
03:50 Kulturalni - magazyn
04:45 Najdalsze zakątki dawnej Polski - dokument, Polska, 2016
05:25 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Policjanci próbują aresztować rosyjskiego gangstera, ale ich plany niespodziewanie zostają przerwane przez tajemniczą kobietę...
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Pracownicy „Słoiczka" czują w sklepie okropny zapach. Po krótkim śledztwie okazuje się, że źródłem jest jedna z paczek.
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument

20:00 Bóg zemsty - akcja, USA, 2011. Kiedy żona (January Jones) Willa (Nicolas Cage) staje się ofiarą brutalnego napadu, mężczyzna dostaje zaskakującą ofertę od nieznajomego...
22:05 22 kule - akcja, Franc., 2010
00:20 Wilcze echa - przygod., Franc., 2019. Specjalista od sonaru supernowoczesnej łodzi podwodnej Titane Chanteraide (François Civil) wykrywa dziwny dźwięk z głębin...
02:50 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Arek Brylak z 1e liceum cierpi na depresję, ale nie zdaje sobie z tego sprawy. Jest smutny i życie nie ma dla niego sensu. Obojętnie traktuje swoją dziewczynę, co doprowadza do ich zerwania.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - W lesie na obrzeżach miasta policja znajduje ciało nastolatki. Dziewczyna była Czeszką...
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Ghost in the Shell - SF, USA, Indie, Hong Kong, Chiny, Kan., 2017. Major (Scarlett Johansson) jest hybrydą człowieka i robota. Agentka wchodzi w skład jednostki, która zajmuje się zwalczaniem terroryzmu i cyberprzestępczości.
22:20 Oszukać przeznaczenie III - horror, USA, Niemcy, 2006
00:00 Wdowy - sens., USA, Wlk. Bryt., 2018
02:40 Zgłoś remont - program lifestylowy
03:40 Fachowcy - program paradokumentalny
04:20 Dorota was urządzi - program lifestylowy

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradokumentalny **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **23:05** Battleship: Bitwa o Ziemię - sens., USA, Jap., 2012 **01:50** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:45 Słowo życia **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Inf. dnia **10:15** Jak my to widzimy **10:45** Zew natury **11:00** Mocni w Wierze **11:35** Słowo życia **11:40** Ma się rozumieć **11:50** Św. na każdy dzień **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Śladami Powstania Styczniowego na Podlasiu **13:05** Pod opieką Limanowskiej Pani **13:30** Msza św. **14:30** Republika Pawłowska **15:00** Sanktuarium Maria Schutz **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Jestem mamą **16:25** Przyroda w Obiektywie **16:40** Zdrowie z Bożej Apteki **17:00** Wierzę w Boga **17:30** Rajd Katyński **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasn.

eprasa.pl 94ed17ce49

ŚRODA • 24 czerwca

TVP 1

03:35 Mundial 2026
06:25 Na granicy wymarcia - Rezerwaty RPA - dok., Szwajc., 2024
07:00 Transmisja Mszy Świętej
07:30 Rodzina (nie od) święta - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:15 Czterdziestolatek - Gra wojenna, czyli na kwaterze - serial, Polska, 1977
09:20 Ranczo - serial kom., 2011
10:15 Komisarz Alex - serial krym.
11:05 Ojciec Mateusz - serial
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda
12:40 Magazyn Rolniczy
12:55 Natura w Jedynce - Ukryte cuda europejskiej przyrody - Półwysep Iberyjski - dok., Niderlandy, 2022

14:00 Złoty chłopak - serial, 2022
15:00 Serwis Info; Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:25 Mundial 2026
02:25 Kawalerskie życie na obczyźnie - obycz., Polska, 1992
04:15 Wykrywacz kłamstw - magazyn
04:30 Pytanie dnia - rozmowa

TVP 2

05:35 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:25 Mozaika żydowska. Magazyn kulturalno-religijno-społeczny - magazyn
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz - magazyn poranny
11:30 Rodzinka.pl - serial komediowy
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej

16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej
18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:05 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
20:55 Postaw na milion - teleturniej
21:50 Na sygnale - serial fabularyzowany
23:00 Ania - dok., Polska, 2022
00:35 Karol, władca Hiszpanii - serial kostiumowy, Hiszp., 2015
01:30 Nasz dom w górach - Gorzka miłość - serial obycz., Niemcy, 2019
02:30 Mundial 2026

TVN

05:40 Uwaga! - program interw.
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - Dzisiaj odwiedzamy pizzerię „Pizza Bella" w Ustroniu oraz food track „Via Piada" w Krakowie.
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interwencyjny

20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska
20:50 Mroczna dzielnica - sens., USA, 2001. Z policyjnych magazynów znikają narkotyki warte miliony dolarów. Każdy, kto podejmie się śledztwa, ryzykuje życiem...
23:05 World War Z - SF, USA, 2013
01:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
02:30 Uwaga! - program interwencyjny
02:50 Wallander - serial, Szwecja, Niemcy, Dania, Nor., Fin.
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - Jeden z warszawskich policjantów zostaje wmieszany w przestępczą aferę. Sprawa dotyczy jego ojca, który miał kryminalną przeszłość.
13:35 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:20 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia
19:30 Sport
19:45 Pogoda

20:00 Liga Narodów w siatkówce mężczyzn Polska-Belgia
22:30 Volta - kom., Polska, 2017. Bruno Volta (Andrzej Zieliński) to prawdziwy „kiler" w rozwiązywaniu zagadek i przeglądaniu ludzi na wylot. Pewnego dnia jego umysł zostaje postawiony w stan pełnej gotowości.
00:45 Spadaj tato - kom., USA, 2012. Pragnąc odbudować relacje z synem, Donny musi zmierzyć się z konsekwencjami swoich wątpliwych zdolności wychowawczych.
03:15 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:40 Disco Gramy
05:25 Telezakupy TV Okazje

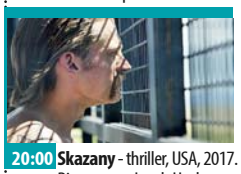
TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Anna Jantar - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Małgorzata Potocka
07:25 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
08:25 Klub profesora Tutki - serial, Polska, 1968
09:00 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
10:10 Wielki bieg - dram., Polska, 1987
12:05 Duże zwierzę - obycz., Polska, 2000 ●
13:35 Legendy Paryża - serial dokumentalny, Franc., 2024
14:35 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
15:40 Meta - film TVP, 1971
17:00 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
18:15 Muzeum Polskiej Piosenki - „Moja i Twoja nadzieja" - Hey, 2016

18:30 Informacje kulturalne
18:55 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Powrót Sherlocka Holmesa - serial, Wlk. Bryt., 1986
21:05 Wspomnienie lata - obycz., Polska, 2016 ●
22:45 Informacje kulturalne
23:15 Blisko - fab., Niderl., Franc., Belgia, 2022
01:10 Jazz Jamboree 96 - Jarosław Śmietana i Wojciech Karolak Combo
02:10 Sibelius. Siedem symfonii - Czwarta symfonia - serial dokumentalny, Fin., 2015
03:35 Burzliwe dzieje Kresów - dok., Polska, 2016
04:20 Romans prowincjonalny - obycz., Polska, 1976
05:30 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir prowadzi śledztwo, które kończy się eksplozją na autostradzie. W wypadku ginie kierowca, który był specjalistą od włamań...
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - Do„Twojej Paczki" wpada zestresowany klient - 40-letni Jerzy. Twierdzi, że wysłał paczkę pod zły adres...
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument



20:00 Skazany - thriller, USA, 2017. Biznesmen Jacob Harlon (Nikolaj Coster-Waldau) trafia do więzienia po spowodowaniu śmiertelnego wypadku. By przetrwać za kratkami, musi nauczyć się obowiązujących w zakładzie karnym reguł...
22:20 Tajniak - akcja, Australia, 2023. Były agent Ryan (Sam Worthington), po przejściu na emeryturę stara się odbudować relację z synem.
00:30 Pętla - akcja, Polska, 2020
02:35 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
05:00 Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:20 Ten moment - program o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Oskar Kamiński z 3a liceum spędził miesiąc w areszcie za obrażanie policjanta. Teraz chłopak musi nosić opaskę na nodze elektroniczną.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny
14:00 Detektywi - 40-latka i jej córka zostają napadnięte i rozpoznają jednego ze sprawców. To mężczyzna mieszkający po sąsiedzku...
15:00 Szpital - Pacjentem doktora Wojciecha Jarosza jest 37-latek, który trafił na SOR tuż po powrocie z Kanady. Mężczyzna zemdlał na lotnisku...
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy

18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny
19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Tożsamość strachu - sens., USA, 2021. Rain (Madison Iseman) to cierpiąca na schizofrenię i zmagająca się z halucynacjami nastolatka, która była świadkiem porwania dziecka, a jedyną osobą, która jej wierzy jest Caleb.
22:30 Zabójcy - sens., USA, Franc., 1995
01:00 Od kołyski aż po grób - sens., USA, 2003
03:10 Żyjąc z potworem - historie ludzi mieszkających z zabójcą
04:10 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradokumentalny **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial kryminalny **22:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **23:05** Battleship: Bitwa o Ziemię - sens., USA, Jap., 2012 **01:50** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:55** SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:30 Sanktuaria polskie **09:50** Św. na każdy dzień **10:00** Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu **11:10** Mateczniki Polskości **11:25** Jestem mamą **11:40** Myśląc Historia **11:50** Odnaleźć siebie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Bawer - Moja Walka **13:30** Msza św. **14:30** Historia we fraszkach - od Mieszka po Staszka **14:50** Matusia - siostra Matylda Getter **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Na zdrowie **16:30** Rozmowy o edukacji **17:00** Po stronie prawdy **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:20** Odnaleźć siebie **19:30** Bóg z nami **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Myśląc Ojczyzna **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Polski Punkt Widzenia **22:00** Przetrwaliśmy **22:30** Edek - idol na dziś

CZWARTEK • 25 czerwca

TVP 1

05:00 Złoty chłopak - serial obyczajowy, 2022
05:50 Akacjowa 38 - serial kostiumowy, 2018
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze
07:30 Pełnia Wiary - magazyn
08:00 Serwis Info; Pogoda Info
08:10 Czterdziestolatek - Z dala od ludzi, czyli coś swojego - serial, Polska, 1977
09:05 Ranczo - serial komediowy, 2011
09:55 Liturgia prawosławna w Jabłecznej
11:25 63. KFPP w Opolu - Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej
12:00 Serwis Info
12:10 Agrobiznes; Agropogoda

12:45 To się opłaca - magazyn
13:00 Sprawa dla reportera
14:00 Złoty chłopak - serial obycz., 2022
15:00 Serwis Info
15:00 Pogoda Info
15:25 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16:00 Dziedzictwo - serial obyczajowy, Turcja
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:25 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny
18:05 Reporterzy - magazyn
18:25 Akacjowa 38 - serial, 2018
19:30 Program inform. 19.30
19:55 Pytanie dnia - rozmowa
20:10 Sport
20:15 Pogoda
20:30 Ojciec Mateusz - serial
21:25 Mundial 2026

TVP 2

05:30 M jak miłość - serial, Polska, 2024
06:20 Operacja zdrowie - magazyn medyczny
06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz
11:30 Rodzinka.pl - serial kom.
12:35 Koło fortuny - teleturniej
13:15 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
14:05 Va Banque - teleturniej
14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany
15:05 La Promesa - serial obycz., 2024
16:00 Koło fortuny - teleturniej
16:35 Familiada - teleturniej
17:20 Panna młoda - serial obycz., Turcja, 2024
18:15 Va Banque - teleturniej

18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2026
20:05 Omnibus - szybcy i mądrzy - teleturniej
20:55 Kocham Cię, Polsko! - zabawa quizowa
22:25 Daleko od szosy - Ania - serial, Polska, 1976
23:50 Żona do podziału - kom., Franc., 2015. Francois (Franck Dubosc) i Charlotte (Pascale Arbillot) prowadzą razem hotel z wykwintną restauracją na wybrzeżu. Ich sytuację komplikuje powrót pierwszego męża Charlotte, Alexa.
01:20 Kruk - Szepty słychać po zmroku - serial krym.
03:30 Akacjowa 38 - serial

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny
05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy
06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny
11:20 Doradca smaku - program kulinarny
11:25 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
17:55 Detektywi - program kryminalny
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:55 Uwaga! - program interw.
20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska

20:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
22:00 Nie wszystko złoto, co się świeci - przygod., USA, 2008. Ben Finnegan (McConaughey) zaprzepaścił w swoim życiu małżeństwo z piękną Tess, własny biznes i szczęście rodzinne, a wszystko z powodu obsesji jaka go opętała przez laty
00:10 Starsky i Hutch - kom., USA, 2004
02:25 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska
03:25 Uwaga! - program interwencyjny
03:45 Największe polskie katastrofy - dokument
04:45 Nauka jazdy - reality show
05:10 Recepta na stary dom

POLSAT

06:00 Nowy dzień
08:30 Malanowski i Partnerzy - Wieczór w biurze detektywistycznym. Natalia Polaczyk dziękuje Malanowskiemu, że zgodził się ją przyjąć o tak późnej porze. Sytuacja jest jednak wyjątkowa...
09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - paradokument
13:41 Dlaczego ja? - serial
15:50 Wydarzenia - program informacyjny
16:20 Pogoda
16:25 Interwencja - magazyn reporterów
16:40 Gliniarze - paradokument
18:50 Wydarzenia - program informacyjny
19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa
19:30 Sport
19:45 Pogoda
20:00 Liga Narodów w siatkówce mężczyzn Polska-Turcja

22:30 King's Man: Pierwsza misja - sens., Wlk. Bryt., USA, 2021. Gdy najgorsi tyrani w historii i mistrzowie zbrodni zbierają się, aby doprowadzić do wybuchu wojny, jeden człowiek ściga się z czasem, aby ich powstrzymać.
01:10 To tylko seks - kom., USA, 2011. Mila Kunis i Justin Timberlake jako dwoje niepoprawnych romantyków, którzy spotykają się w Nowym Jorku i naiwnie wierzą, że dodanie seksu do ich przyjaźni nie doprowadzi do komplikacji.
03:35 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy
04:55 Disco Gramy
05:40 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:10 Afisz kulturalny ekstra
06:20 Zbigniew Wodecki - widowisko rozrywkowe
06:45 Tamte lata, tamte dni - Henryk Talar - magazyn
07:25 17 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '79 fragmenty - koncert, 1979
07:55 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
09:00 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
10:15 Meta - film TVP, 1971
11:35 Ciuciubabka - film TVP, 1977
12:35 Reżyserzy - Billy Wilder - dok., Wlk. Bryt., 2018
13:35 Kariera Nikodema Dyzmy - serial, Polska, 1980
14:45 Cwał - komediodramat, Polska, 1995
16:45 Wakacje z duchami - serial, Polska, 1970
17:20 Siedem życzeń - Rademenes - serial, Polska, 1984

18:15 Dzień, w którym umarła gwiazda rocka - Tom Petty - dok., Wlk. Bryt., 2018
18:55 Pan wzywał, Milordzie - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
20:00 Korczak - dram., Polska, Niemcy, 1990
22:10 The Doors, za kulisami - dok., Wlk. Bryt., 1970
23:05 Wspomnienie lata - obycz., Polska, 2016 ●
00:45 Kino nocne - Kod Annie Parker - fab., USA, 2013
02:35 Informacje kulturalne - magazyn
03:05 Podróże z historią - Wśród Hucułów - dokument, Polska, 2016
03:50 Rośliny trujące - film TVP, 1985
05:10 Teledyski

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir i Paul ścigają niepozorną kobietę, która jest podejrzewana o zabójstwo męża. Wkrótce odkrywają, że jej mąż był członkiem tajemniczej sekty.
10:00 Maria z przedmieścia - serial obyczajowy
12:00 Nie igraj z aniołem - serial obyczajowy
13:00 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy
14:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
15:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny
17:00 Kurierzy - serial paradokumentalny
18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

20:00 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia - akcja, USA, 2013. Minął rok po bezprecedensowym wygraniu 74. Igrzysk Śmierci przez Katniss Everdeen (Jennifer Lawrence) i Peety Mellarka (Josh Hutcherson)...
23:00 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 1 - akcja, USA, Kan., Franc., 2014
01:20 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument
02:20 Dzielnica strachu - serial kryminalny
03:20 Menu na miarę - program kulinarny
04:20 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu.
05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:20 Ten moment - program opowiada o ludziach i chwilach, które na zawsze odmieniły ich los.
05:55 Szkoła - Mateusz Wójcik z licealnej 1c jest młodym piłkarzem i świetnie sobie radzi w trzecioligowym zespole. Najbliższy mecz może zadecydować o jego przyszłości.
08:45 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:55 W-11 Wydział Śledczy - W luksusowym hotelu dochodzi do zabójstwa biznesmena. Policja ustala, że spędził tam wieczór ze swoim kochankiem.
14:00 Detektywi - program kryminalny
15:00 Szpital - program obycz.
16:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska - serial sądowy
18:00 SOS Ekipy w akcji - program policyjny

19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy
20:00 Bękarty - kom., USA, 2017. Bracia Kyle i Peter dorastali w przekonaniu, że ich ojciec zmarł, gdy byli jeszcze dziećmi. Przypadkowo jednak odkrywają, że przez cały czas żyli w kłamstwie.
22:25 Na twoim miejscu - kom., Polska, 2023
00:35 Kosmiczni kowboje - SF, USA, 2000. Rosjanie stracili kontrolę nad starym satelitą. Proszą NASA o pomoc w naprawieniu urządzenia...
03:15 Zgłoś remont - program lifestylowy
04:10 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Strażnik Teksasu - film akcji **07:55** Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. **08:55** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **10:55** Na Ratunek 112 - serial obyczajowy **11:55** Dlaczego ja? - serial paradokumentalny **13:55** Trudne sprawy - program obyczajowy **16:55** Policjantki i Policjanci **18:00** Łowcy skarbów. Kto da więcej **19:00** Policjantki i Policjanci - serial paradok. **20:00** Uroczysko - serial krym. **21:00** Sprawiedliwi. Trójmiasto **22:05** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **23:05** Terminator: Ocalenie - sens., USA, 2009 **01:30** Love Island. Wyspa miłości - reality show **02:35** Interwencja - magazyn reporterów **02:55** Śmierć na 1000 sposobów **03:25** Lubię disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:20 Bóg z nami **09:45** Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis **10:00** Inf. dnia **10:15** Rozmowy niedok. **11:25** Myśląc Ojczyzna **11:35** Przyroda i ludzie **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Wykłady z kongresu **12:50** Mateczniki Polskości **13:00** Kościół w Palczy, wspólnota Pana Jezusa **13:20** Przegląd Tyg. „Niedziela" **13:30** Msza św. **14:30** Życie jest piękne **15:00** Po stronie prawdy **15:50** Ma się rozumieć **16:00** Inf. dnia **16:10** Z wędką nad wodę **16:35** Sól ziemi **17:05** Akademia pro-life **17:30** Odpowiedzialni za Kościół **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Każdy maluch to potrafi **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Głos Polski **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Informacje dnia

eprasa.pl 94ed17ce49

TYTAN PRACY, KTÓRY KOCHA DUŻE CIĘŻARY!

Kamil Zaborowski to mieszkaniec Świętajna (powiat szczycieński). Ma 41 lat i niedawno został wicemistrzem Polski w wyciskaniu sztangi leżąc. Udowodnia, że pasja, konsekwencja i ciężka praca prowadzą na najwyższy sportowy poziom.

Fot. prywatne archiwum

Kamil Zaborowski swoją przygodę ze sportem rozpoczął w wieku 35 lat

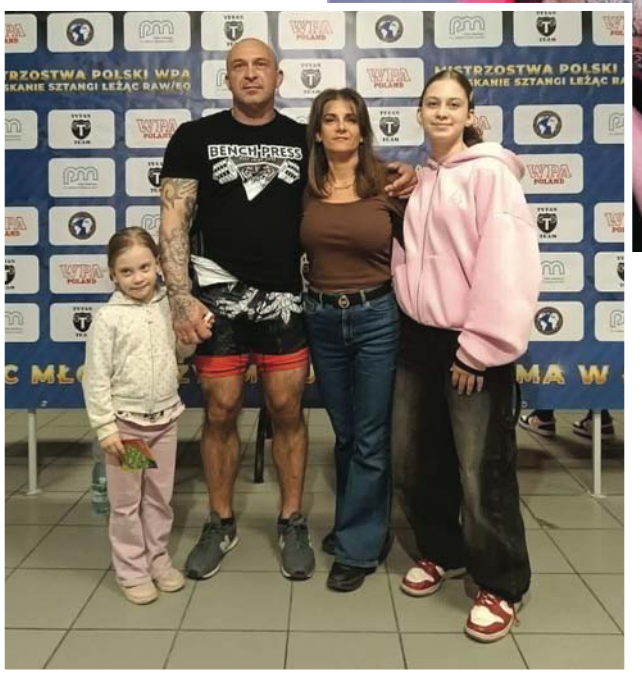
Kamil Zaborowski to mąż Anety, tata dwóch córek: Małgosi i Gabrysi. To dobry i wrażliwy człowiek, który kocha swoją rodzinę. Od urodzenia mieszka w Świętajnie, tu spędził dzieciństwo i młodość i tu wybudował dom, który jest dla ich rodziny najważniejszym miejscem. Ćwiczyć zaczął w wieku 35 lat. Chciał zgubić brzuch, bo jest kierowcą zawodowym i wiele godzin spędzonych za kółkiem spowodowało, że przybyło mu kilogramów.

— Postanowiłem, że czas zabrać się za siebie i zadbać o sprawność fizyczną i zdrowie — opowiada Kamil Zaborowski. — Kupiłem stojak do podciągania i inne przyrządy. Zacząłem w domu ćwiczyć. Nie było łatwo na początku, bo jako młody chłopak na siłowni uszkodziłem sobie bark. Dwadzieścia pięć lat nie chodziłem i nie ćwiczyłem, bo kontuzja co jakiś czas się odnawiała. Od początku ćwiczę z trenerem personalnym Jakubem Głażewskim (Forma 24 H). On od początku rozpisuje mi dietę i treningi. Co dwa tygodnie wysyłam raporty, mierzę się, ważę. Muszę przyznać, że jestem beztalenciem kulinarnym i to żona pilnuje mojej diety, przygotowując posiłki. Gdyby nie ona, ja sam nie dałbym rady. Efekty szybko zaczęły się pojawiać: zwiększyła się siła, na brzuchu pojawił się sześciopak. Trenuję tylko wyciskanie sztangi leżąc, a przygoda z ciężarami zaczęła się w 2020 roku. Zacząłem wtedy trenować podnoszenie ciężarów. Niestety mam mało czasu na treningi, bo praca i rodzina, ale cztery razy w tygodniu urywam się z domu i spędzam dwie-trzy godziny na ćwiczeniach.

Praca nad formą

Przy wzroście 174 centymetrów i wadze ciała 95 kilogramów na mistrzostwach Polski w wyciskaniu sztangi leżąc osiągnął imponujący wynik 175 kilogramów, co zapewniło mu drugie miejsce i srebrny medal. Mając 41 lat, Kamil wciąż prezentuje znakomitą dyspozycję, pokazując, że doświadczenie treningowe oraz konsekwencja w przygotowaniach przynoszą wymierne efekty. Dla Kamila sport to nie tylko rywalizacja, ale przede wszystkim styl życia. Od lat aktywnie promuje zdrowy tryb życia oraz trening siłowy, inspirując innych do pracy nad własną formą. Chętnie dzieli się swoją wiedzą i doświadczeniem.

— Stres jest przed każdym startem. Czasem tak duży, że nie pamiętam, jak wchodzę i wykonuje podnoszenie. Po emocje już opadają — opowiada Kamil. — Jak staję na podium, to satysfakcja jest ogromna. To duma i motywacja, że cały trud i wysiłek ma sens, że warto pokonywać kolejne etapy i że w każdym wieku można zacząć swoją przygodę ze sportem.



Żona i córki wspierają i kibicują Kamilowi na każdych zawodach

Ma ogromne wsparcie rodziny

Cała rodzina jeździ na zawody. Żona i córki kibicują i wspierają swojego zawodnika. Starają się, by wyjazdy były nie tylko czasem spędzonym na zawodach, ale też spędzonym razem na rozmowach i zwiedzaniu.

— Pojechałem na pierwsze zawody i zająłem tam czwarte miejsce — wspomina Kamil. — Początkowo najczęściej byłem blisko podium, ale te czwarte miejsca nie satysfakcjonowały, a wręcz motywowały, że to już tak blisko podium. Potem przyszły miejsca na podium.

Upragnione podium

Tegoroczne mistrzostwa Polski w kategorii masters 1 (wiek 40+) Kamil zakończył na drugim miejscu. Rozpoczął rywalizację od pewnych podejść, sukcesywnie budując przewagę nad konkurentami. Zaliczone ciężary potwierdziły jego dobrą dyspozycję i stabilność techniczną. Decydujące podejście do 175 kilogramów okazało się historyczne: ciężar został zaliczony, a zawodnik przypieczętował miejsce na podium.

— To właśnie na tych mistrzostwach Polski pobiłem swój rekord i podniosłem 175 kilogramów — mówi zadowolony. — Byłem tak ogromnie dumny i szczęśliwy. W wakacje mam pięć startów w zawodach. Już 4 lipca startuje w Mrągowie, a potem cztery kolejne. W październiku w Pabianicach odbędą się mistrzostwa Europy w wyciskaniu sztangi leżąc i tam też się wybieram.

Kamil cały czas podkreśla znaczenie przygotowań oraz wsparcia trenera i osób towarzyszących mu w drodze do sukcesu. Jak zaznacza, osiągnięcie wyniku 175 kilogramów stanowi dla niego spełnienie sportowego marzenia oraz ważny krok w dalszym rozwoju kariery.

Sukces tkwi w jego miłości do dźwigania

Kamil to zawodnik, który cały czas idzie do przodu. To tytan pracy, który zrozumiał podstawy budowania formy, a są nimi praca na treningu, dieta, sen i wsparcie najbliższych. Zdobycie tytułu wicemistrza Polski to kolejny ważny etap w jego karierze oraz dowód na to, że determinacja i systematyczna praca przynoszą spektakularne rezultaty. Jak sam podkreśla, każdy start to nowe wyzwanie i motywacja do dalszego rozwoju.

Sezon 2026 dopiero się rozpoczął, a już przyniósł Kamilowi ogromny sukces. Wszystko wskazuje na to, że przed zawodnikiem ze Świętajna kolejne ambitne cele i starty, w których nie zabraknie walki o najwyższe miejsca na podium.

— Planów i marzeń jest oczywiście wiele — zdradza. — Wiadomo, że apetyt rośnie w miarę jedzenia...

Każdy może zacząć swoją przygodę z aktywnością sportową

Kamil pokazuje, że nie tylko jako młody człowiek, ale też w późniejszym wieku można być aktywnym i zacząć nową, życiową przygodę. Od czego trzeba zacząć?

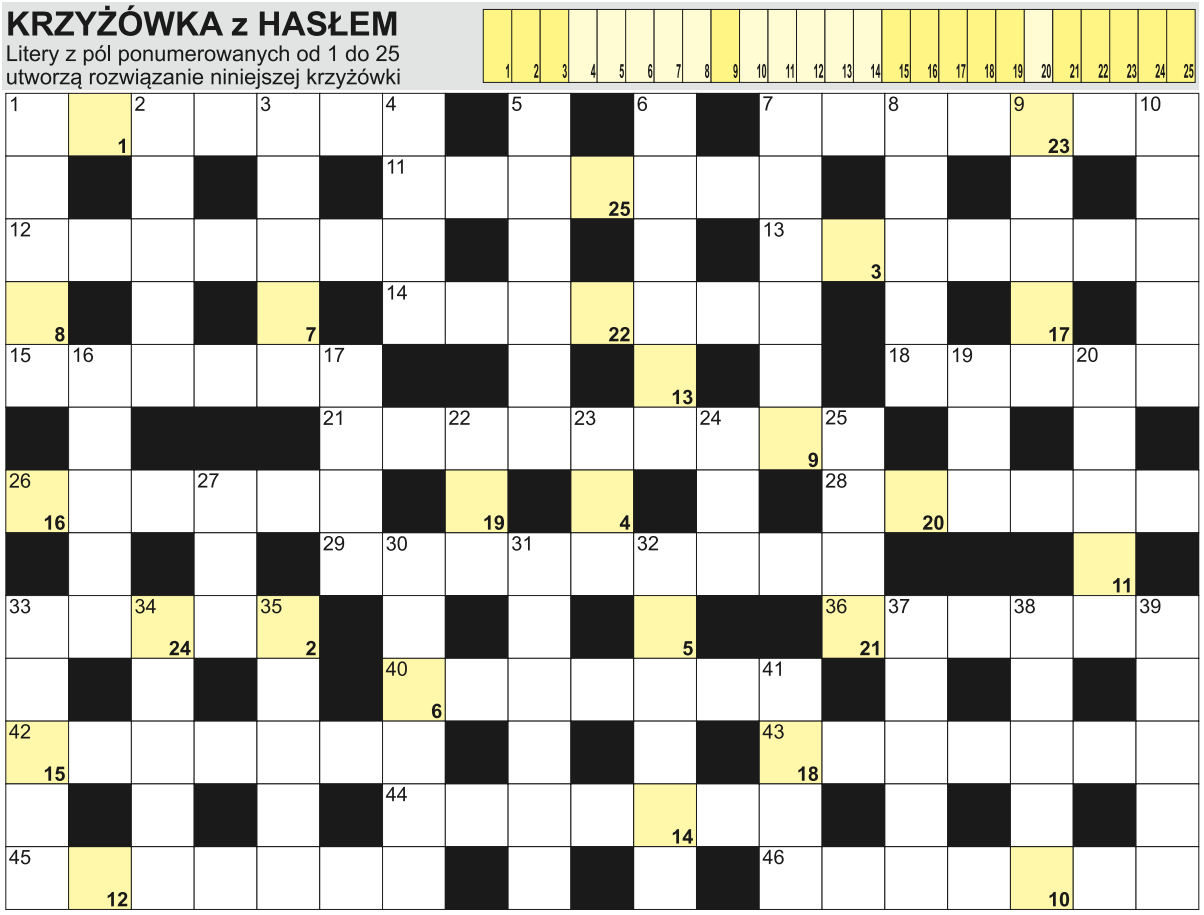
— Przede wszystkim nie robić nic na siłę! Ja pracowałem na medale kilka lat, zanim zacząłem coś znaczyć w świecie sportów siłowych — tłumaczy. — Wszystko ma swoje miejsce i swój czas, a pośpiech jest złym doradcą. Wiadomo, początki są zawsze trudne. Dlatego ważne jest, aby wybrać aktywność, która będzie sprawiać przyjemność, a przy okazji przyniesie wiele korzyści. Warto wstać z fotela i zacząć się ruszać dla swojego zdrowia i dla satysfakcji, którą dają lepsze wyniki i medale.

JOANNA KARZYŃSKA

eprasa.pl 94ed17ce49

KRZYŻÓWKA z HASŁEM

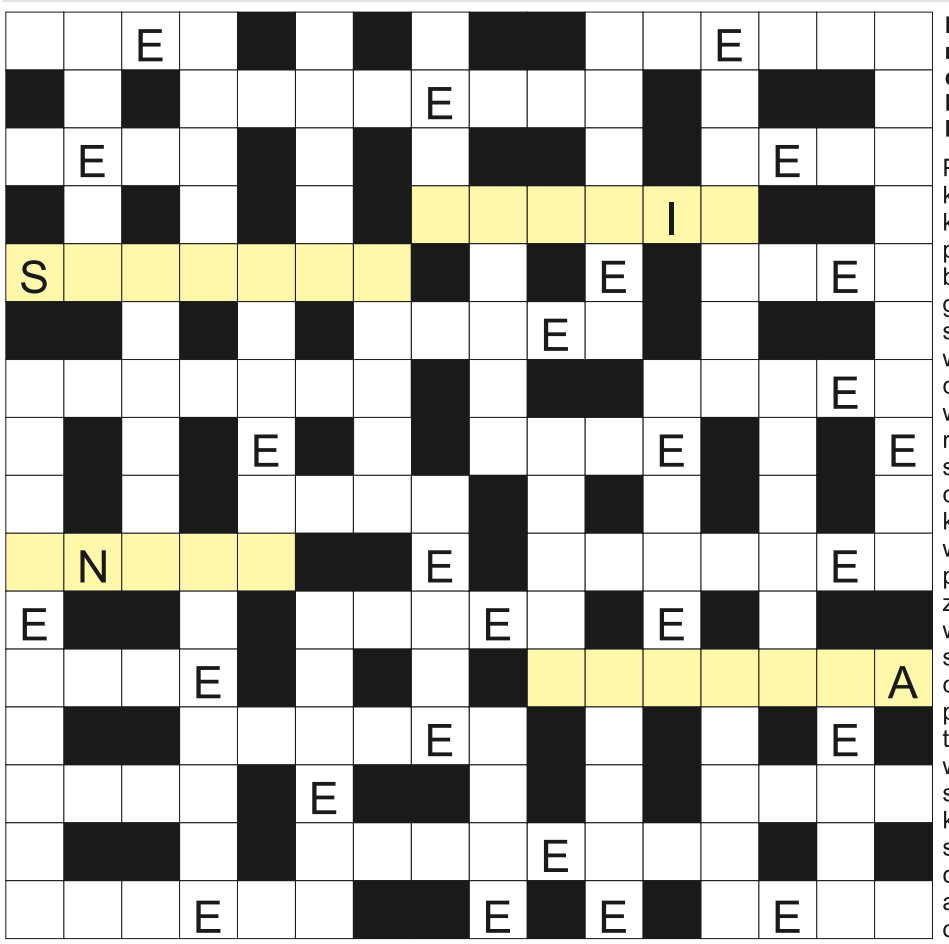
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) narzędzie do przekopywania działki; 7) płytki basenik pod prysznicem; 11) smaczliwka wdzięczna; 12) owczarek niemiecki potocznie; 13) opis pod mapą; 14) inaczej zwarcie elektryczne; 15) opiekunka do dzieci; 18) waluta Erytrei; 21) Wyspy Żółwie inaczej; 26) Bergman, słynny szwedzki reżyser; 28) faza Księżyca; 29) jej stolicą jest Sewilla; 33) wzrok lub słuch; 36) potocznie o Amerykaninie; 40) japońska technika składania papieru; 42) chroni od deszczu; 43) duży pokój w pałacu; 44) największa wyspa archipelagu Galapagos; 45) inaczej szarłat wyniosły; 46) amerykański hodowca bydła i koni. **PIONOWO:** 1) największe jezioro w Armenii; 2) drzewo z kokosem; 3) wejściowe z klamką; 4) von Trier, duński reżyser; 5) Nowosadko, Miss Polonia 1987; 6) każda świętuje 21 stycznia; 7) słynny utwór Maurice'a Ravela; 8) serce lub nerka; 9) Zenon dla przyjaciół; 10) tors kulturysty potocznie; 16) pochrzyn, jam, pnącze; 17) miasto z Tadż Mahal; 19) Sari, słynna śpiewaczka; 20) zimowa przerwa w nauce; 22) czarny, to Afryka; 23) partia Władysława Kosiniaka-Kamysza; 24) jest nim azot; 25) materiał imitujący skórę; 27) krem z przetartych owoców; 30) epoka kamienia gładzonego; 31) znana marka obuwia sportowego; 32) z licznikiem i mianownikiem; 33) chińska z makaronem zalewana wrzątkiem; 34) rzeka w Melbourne; 35) niejedna na rybie; 37) stolica Jordanii; 38) niejedna w stajni; 39) Ringo z The Beatles; 41) mityczny syn Dedala.

BAŚKA z HASŁEM

Wyrazy z kolorowych bloków czytane od góry ułożą hasło:



Po lewej ujawniliśmy wszystkie samogłoski "N". Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia. Rozwiązaniem jest hasło utworzone z kolorowych bloków, czytanych od góry.

Płynie w żyłach; zespół dwóch muzyków; inaczej kosaciec; luksusowy pokój w hotelu; uroczysty obiad firmowy przy muzyce; meksykańska waluta; biblijny ojciec Kaina i Abla; rzymska bogini Księżyca; natchnienie artysty; sklep z lekami; wyraz bliskoznaczny; wielkie gospodarstwo rolne w Ameryce; broń z dawnych pojedynków; rzeka w Rzymie; zielony lub czerwony w górach; zakrzep inaczej; brytyjska marka sportowa; obsługuje gości w restauracji; utwory w tomiku; stoły, komody i krzesła; ptasi nazywany świńską trawą; pomieszczenie z prysznicem; podpory chromych; naczynie do gotowania zupy; państwo z Kretą; siły zbrojne, wojsko; poddawane ondulacji; kraj ze stolicą w Quito; pastylka podawana choremu; stolica amerykańskiej Alaski; pierwszy kręg szyjny; pierwiastek Si; teatralne i filmowe w dorobku aktora; wrażliwy w zębie; głos Marka Torzewskiego; kwadrat na szachownicy; Sikorski, polski minister MSZ; na nim ruszają się drzwi; ptak na Święto Dziękczynienia; gouda i ementaler; Alighieri, autor "Boskiej komedii"; papierowa okleina ścian.

Sprawdź się w SUDOKU:

wypełnij diagram 9×9 w taki spo-sób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

	8		4		9	3	6	
2	6				8			4
	7				1		2	
6		4	8		2		5	1
	1	2	7		5			3
			1			4	8	
1						2	7	6
	4		2		7			8
7	2	8						5

		4	3					1
		7		9	1	2	4	
1	9			4		8		
7		9	2			5		6
		2		5			3	
				7	6	9	1	2
4		5		8				
2	7					1	5	8
			6	2	5	3	7	

WYKREŚLANKA: znajdź 23 rybki akwariowe. Wykreśl je od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos: akara, babka, badis, bocja, brzanka, danio, fantom, garra, gupik, gurami, kirys, kirysek, labeo, mieczyk, mruk, neon, otosek, pirania, razbora, skalar, sum, tetra, zwinnik.

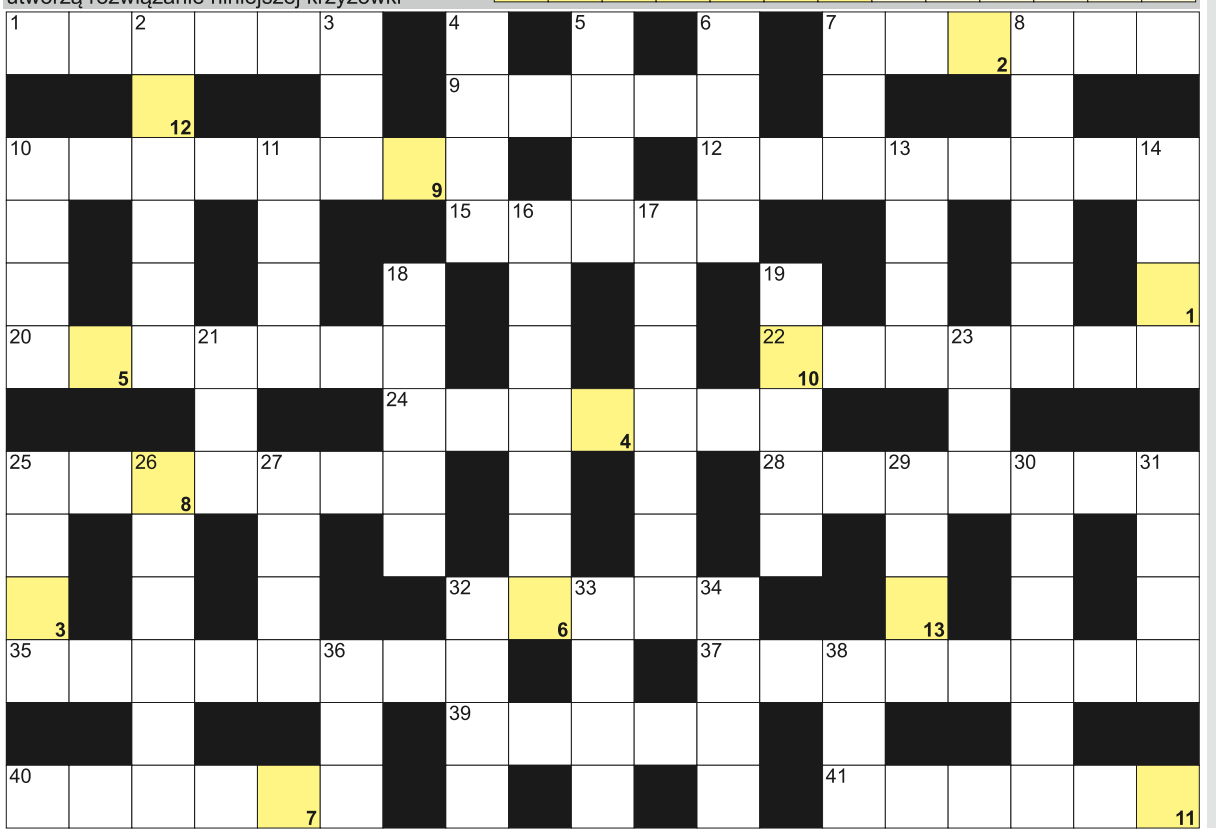
R	A	Z	B	O	R	A	T	O	R
E	S	Z	T	A	N	G	A	R	P
W	P	O	W	A	B	N	O	G	I
I	B	A	D	I	S	K	E	F	R
A	K	R	Y	L	N	I	A	O	A
G	U	R	A	M	I	N	A	K	N
T	F	B	Ł	O	T	O	I	M	I
P	E	A	N	O	G	R	B	K	A
O	L	T	M	A	Y	R	O	R	G
M	G	O	R	S	Z	Z	C	O	S
A	I	R	O	A	U	Y	J	K	D
G	A	E	N	T	A	M	A	M	A
I	U	K	C	U	O	L	S	R	N
K	A	P	A	Z	A	S	T	U	I
A	T	K	I	R	Y	S	E	K	O
R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

eprasa.pl 94ed17ce49

KRZYŻÓWKA z HASŁEM

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 13 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13



POZIOMO: 1) płyn do chłodnic; 7) meduza festonowa inaczej; 9) twórca magicznej kostki; 10) parząca roślina; 12) Konstytucyjny lub Stanu; 15) próbna lub figurowa; 20) Nicolas, były prezydent Francji; 22) największe jezioro Alaski; 24) Dania dla Duńczyka; 25) świątynia katolicka; 28) strome zbocze skalne; 32) lampka na mogile; 35) pododdział kawalerii; 37) mało ważne zdarzenie, epizod; 39) jest nim eten; 40) ma kasztanowe włosy; 41) Ford, były prezydent USA.

PIONOWO: 2) na czele wyższej uczelni; 3) podobne do pszczół; 4) państwo; 5) jeniecki lub kondycyjny; 6) notarialne dokumenty; 7) pachną w maju; 8) dwuosobowy zespół; 10) badane tętno; 11) początkowy punkt na skali; 13) zdarzają się w dyktandzie; 14) otwór w stole bilardowym; 16) rzymskie wzgórze z bazyliką św. Sabiny; 17) rzeka w Tarnowie; 18) kostka do mycia; 19) najwyższy szczyt Bieszczadów; 21) ciepłe przykrycie; 23) Muhammad, słynny bokser; 25) askorbinowy lub octowy; 26) węgierka w sadzie; 27) Ir dla chemika; 29) wciągają pod wodę; 30) dziedzictwo, spadek; 31) kwaśny do galarety; 32) przestankowy w zdaniu; 33) Irena dla bliskich; 34) Kocher, kanadyjska biathlonistka; 36) płynie przez Bazyleę; 38) ciąg w kominie.

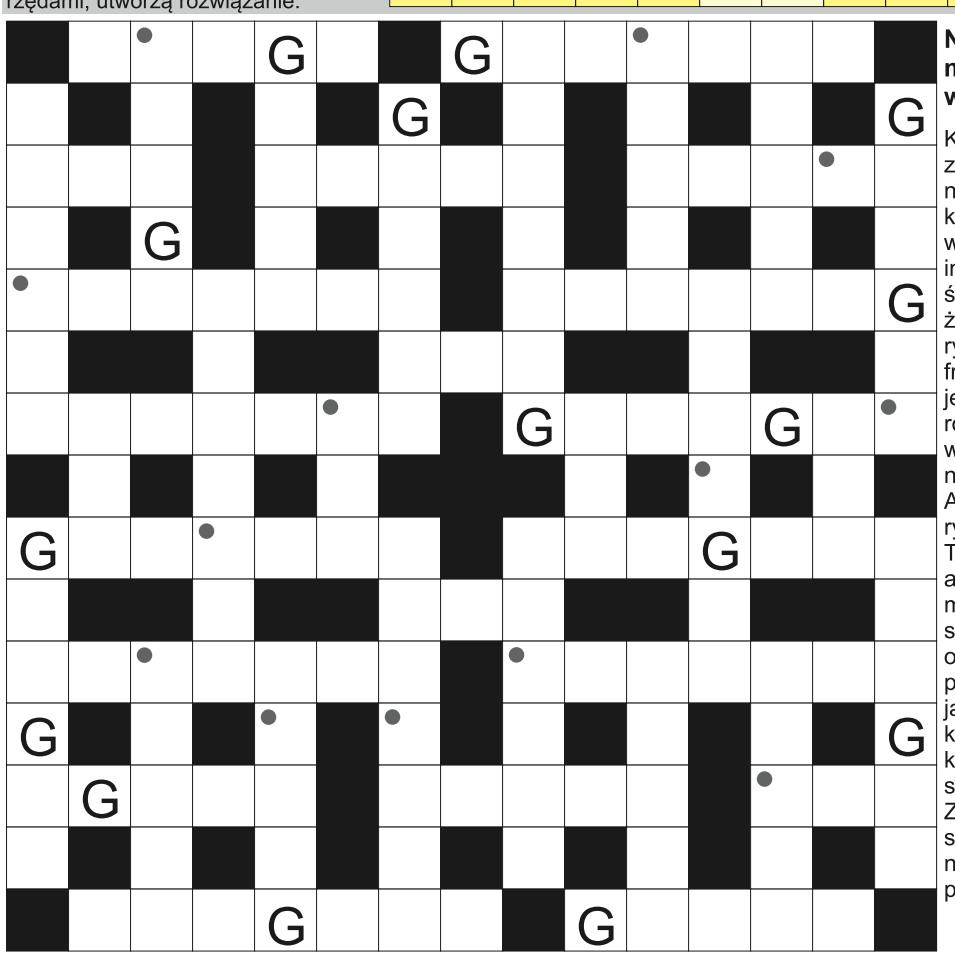
Sprawdź się w SUDOKU: wypełnij diagram 9×9 w taki spo-sób, aby w każdym wierszu, w każdej kolumnie i w każdym z dziewięciu pogrubionych kwadratów 3×3 znalazło się po jednej cyfrze od 1 do 9:

	5		9				3	
3	4	7		6	1			8
1	9	2		3	5		6	
7	3		1		8			6
	1				7			9
	6	9	5			8		
6		5				4		
	7		4	5		6		
		3		8		9	1	

6		2	3		1	4		
	3				9	7		
5			2		7			
1				4		2	8	
				2				
						6		9
		3	8		5	9	4	2
		5	6				3	
	2	8					5	

JOLKA z HASŁEM

Litery z pól z kropką czytane rzędami, utworzą rozwiązanie:



Na diagramie po lewej ujawniliśmy spółgłoskę "G". Miejsce wpisu haseł do odgadnięcia.

Każdy ptak ma niejedno; australijski kuzyn strusia; bezmyślni widzowie zdarzenia; napój od krowy; przednia część statku; pierwiastek Sb; asfaltowa lub brukowana; szybki bieg konia; żółty narcyz; imię Pucciniego, kompozytora; w nocy świecą na niebie; Agca, strzelał do papieża; Viswanathan, mistrz szachowy; amerykański stan z Cheyenne; szybowanie, fruwanie; pokój dla wczasowicza; Daniel, jeden z odtwórców roli Jamesa Bonda; roślina na włókno i olej; druga największa wyspa Szwecji; duma kolekcjonera; dawna waluta Włoch; biblijna matka Kaina i Abla; synowie dla córki; Bizet, autor opery "Carmen"; gałązka do chłosty; stolica Tajlandii; podziemna to fistaszki, orzech arachidowy; skoczny australijski torbacz; mieszkańcy gór; rozrywkowy w telewizji; stół króla Artura i jego rycerzy; specjalista od języka i kultury Indii; schorzenie z napadami duszności; światowa organizacja, której agendą jest UNESCO; sieć trakcyjna potocznie; tarcza Zeusa wykonana przez Hefajstosa; Umberto, napisał "Baudolina"; w niej pasta do zębów; Zygmunt, autor "Encyklopedii staropolskiej"; święta rzeka Indii; szczegół, drobny element; amerykański potentat komputerowy.

WYKREŚLANKA: ukryliśmy 20 państw z Afryki. Wykreśl je wszystkie od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos: Algier, Malawi, Benin, Czad, Egipt, Gabon, Kenia, Gambia, Ghana, Kongo, Libia, Mali, Niger, Sudan, Togo, Tunezja, Uganda, Zambia, Etiopia, Gwinea:

G	O	A	L	G	I	E	R	M	F
I	H	G	A	M	B	I	A	R	A
S	C	A	N	A	R	L	O	A	D
C	Z	E	N	L	I	N	D	G	E
D	A	U	G	A	N	D	A	W	N
K	D	G	U	W	G	B	N	I	B
E	O	A	N	I	O	N	G	N	K
N	G	N	O	N	U	E	A	E	A
T	O	I	G	Z	R	U	N	A	B
U	G	A	P	O	A	I	M	N	U
N	O	G	I	T	A	M	P	E	R
E	B	R	O	L	S	O	B	T	A
Z	I	E	R	I	B	U	O	I	S
J	L	B	N	B	I	G	D	N	A
A	E	E	T	I	O	P	I	A	T
S	T	O	P	A	N	G	A	I	N

eprasa.pl 94ed17ce49

Co, gdzie, kiedy?

Olsztyńskie kina \ Olsztyn

REPERTUAR HELIOS

19 czerwca
All You Need Is Kill: 18:00
Toy Story 5: 11:30, 13:15, 14:00, 15:45, 16:30, 18:15
Backrooms. Bez wyjścia: 12:30, 16:15, 18:45, 20:45, 21:20
Ojczyzna: 16:00, 18:30, 21:30
Robin Hood: Koniec legendy: 15:00, 20:15
Dzień objawienia: 11:00, 13:00, 16:40, 17:45, 19:45, 21:00
Straszny film: 17:00, 19:00, 21:45
Obsesja: 19:15
Mandalorian & Grogu: 15:30
Tom i Jerry: Przygoda w muzeum: 14:40
Drzewo magii: 13:30
Michael: 13:50, 20:30
Super Mario Galaxy Film: 12:15
Drugie życie: 12:45

REPERTUAR MULTIKINO

19 czerwca
Toy Story 5: 10:00, 11:00, 11:50, 12:30, 13:30, 14:20, 15:00, 16:00, 17:30, 18:30, 19:05, 20:00
Backrooms. Bez wyjścia: 12:35, 15:10, 16:10, 17:45, 18:45, 20:20, 21:20, 22:50, 23:25
Dzień objawienia: 14:00, 17:10, 20:20, 22:20
Straszny Film: 10:20, 14:15, 16:50, 21:30, 23:45
Ojczyzna: 12:40, 16:30, 18:35, 20:40, 23:50
Obsesja: 13:20, 15:50, 18:20, 22:25, 23:30
Robin Hood: Koniec legendy: 14:45, 19:35, 22:40
The Mandalorian and Grogu: 10:10, 13:10
Tom i Jerry: Przygoda w muzeum: 10:10
Władcy Wszechświata: 11:15
Diabeł ubiera się u Prady 2: 20:50
Pucio: 10:00
Niesamowite przygody skarpetek 3. Ale kosmos: 10:20
All You Need Is Kill: 17:30
Maraton Horrorów: Mumia: 22:00

REPERTUAR AWANGARDA

19 czerwca
"Drugie życie" - prod. Francja, Belgia : godz. 17.45 sala arte
"Ojczyzna" - prod. Polska, Francja : godz. 18.00 sala studyjna
"Monterey Pop" - prod. USA : godz. 18.00 sala klubowa
"Dzień objawienia" - prod. USA : godz. 19.30 sala klubowa
"Robin Hood. Koniec legendy" - prod. USA : godz. 19.45 sala studyjna
"Ojczyzna" - prod. Polska, Francja : godz. 20.00 sala arte

19 CZERWCA
52. Ogólnopolskie Spotkania Zamkowe „Śpiewajmy Poezję"

Olsztyn
Koncert konkursowy i koncert Piotr Rogucki & Normalni Ludzie
Wieczór otworzymy koncertem konkursowym Ogólnopolskich Spotkań Zamkowych „Śpiewajmy Poezję". Po koncercie konkursowym wystąpi gwiazda drugiego dnia Spotkań - Piotr Rogucki – artysta, który po latach wraca na olsztyńską, poetycką scenę.
To powrót szczególny – Rogucki jest laureatem Nagrody Głównej im. Agnieszki Osieckiej dla Najwybitniejszej Indywidualności 30. Ogólnopolskich Spotkań Zamkowych „Śpiewajmy Poezję".
Tym razem wystąpi z najnowszym projektem Rogucki & Normalni Ludzie, prezentując program pełen emocji, refleksji i nieoczywistych brzmień.
Godz. 19:00, Aula im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11

20 CZERWCA
XXI Festiwal „O Warmio moja miła"

Olsztyn
Koncert „Korzenie zapamiętane" z prawykonaniem utworu Mariusza Obijalskiego w 80. rocznicę śmierci Feliksa Nowowiejskiego.
Godz. 18.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowackiego 1

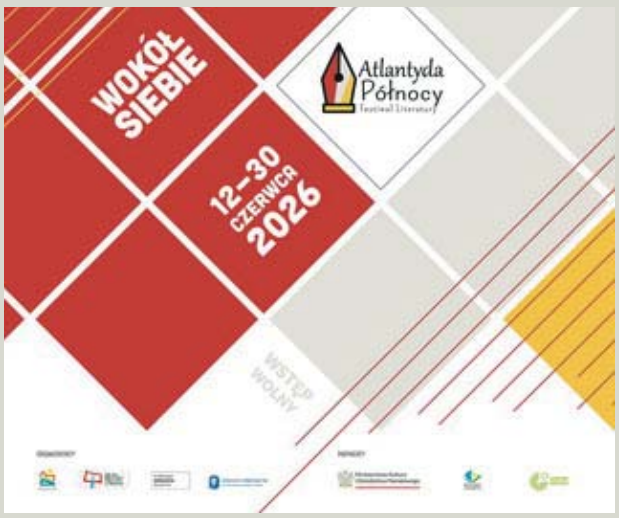
21 CZERWCA
52. Ogólnopolskie Spotkania Zamkowe „Śpiewajmy Poezję"

Olsztyn
Skończyły się żarty. Mann i Bukartyk
Wojciech Mann i Piotr Bukartyk na jednej scenie. To błyskotliwe połączenie koncertu, satyry i radiowego humoru w formule... sit-downu. To jedyny w swoim rodzaju spektakl autorstwa zachowującego anonimowość pisarza-widmo. Z niewielkimi poprawkami Wojciecha Manna i współpracującego z nim od dwudziestu lat Piotra Bukartyka. Panowie przenoszą na scenę audycję radiową w wersji sitcomowej, przeplataną granym na żywo koncertem i opowieściami nawiązującymi do estetyki stand-up`u. W efekcie powstaje forma, którą ze względu na niezwykle oszczędną choreografię, nazywają sit-downem. Wnikliwie analizują ciasno otaczającą nas rzeczywistość, kpią sobie z niej, a nawet śpiewają. Wspomaga ich w tym znakomity, cieszący się uznaniem samego redaktora Manna, zespół Ajagore.
Godz. 18:00, Aula im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11

23 CZERWCA
Summer dance show Monstars

Olsztyn
Letni pokaz, podczas którego zaprezentują się wszystkie grupy trenujące w studio.
23 czerwca aula im. Anny Wasilewskiej w Olsztynie wypełni się energią, światłem i choreografiami, nad którymi pracowano miesiącami. Będzie dynamicznie. Chwilami wzruszająco. Chwilami z charakterem. Ale przede wszystkim – autentycznie.
To nie jest zwykły pokaz. To finał wielu godzin treningów, zaangażowania i pasji.
Godz. 16.50 i godz. 19.00, Aula im. Anny Wasilewskiej, ul. Kościńskiego 11

23 CZERWCA
V Festiwal „Atlantyda Północy"



Olsztyn

Program:
» 23.06 godz. 17.00 Spotkanie autorskie z Antoniną Tosiek* (Planeta 11 al. Piłsudskiego 44, Hala Urania). Prowadzenie: Joanna Wilengowska;
» 24.06 godz. 17.00 Słuchowisko „Kortau zapomnianych" w wykonaniu Marcina Cieleckiego i Krystiana Zemanowicza (Dom Mendelsohna ul. Zyndrama z Maszkowic 2);
» 25.06 godz. 17.00 Słuchowisko „Robota" w wykonaniu Piotra Siweckiego oraz Tomasza Mieczykowskiego (Dom Mendelsohna ul. Zyndrama z Maszkowic 2);
» 26.06 godz. 18.00 Performatywne czytanie książki „Pieśni łaciatych krów" Łukasza Staniszewskiego. Reżyseria: Grzegorz Gromek. Czytają: Małgorzata Rydzyńska, Kamil Drężek, Grzegorz Gromek I Teatr im. Stefana Jaracza ul. 1 Maja 4;
» 27.06 godz. 17.00 Czytanie performatywne „Zatorze striptizerów. Ostatnia prosta.ta" w wykonaniu Mariusza Sieniewicza / Grzegorza Giedrysa (Dom Mendelsohna ul. Zyndrama z Maszkowic 2);
» 30.06 godz. 17.00 Spotkanie autorskie z Tomaszem Chlewińskim i Rafałem Trejnisem wokół książki „52 przypadki Pana Cypriana" (Dom Mendelsohna ul. Zyndrama z Maszkowic 2).

eprasa.pl 94ed17ce49

Co, gdzie, kiedy?

Olsztyn

MUZEUM WARMII I MAZUR W OLSZTYNIE

Wystawy stałe
wtorek – niedziela 9.00-16.00 ,
poniedziałek - nieczynne

Mikołaj Kopernik mieszkaniec olsztyńskiego zamku
Wystawa w całości poświęcona słynnemu astronomowi. Na ekspozycji zobaczyć można m.in. tablicę astronomiczną - jedyny zachowany instrument używany przez Kopernika, dzięki któremu wyznaczył moment równonocy wiosennej, kopernikowski inkunabuł medyczny – jedyną zachowaną w zbiorach polskich książkę z biblioteki Kopernika, a także szereg listów i dokumentów napisanych przez najznamienitszego mieszkańca olsztyńskiego zamku.

DOM „GAZETY OLSZTYŃSKIEJ"

wtorek – niedziela 9.00-16.00,
poniedziałek - nieczynne

„Gazeta Olsztyńska" (1886-1939)
Ekspozycja pokazuje historię wydawnictwa, sylwetki jego twórców oraz poruszaną na łamach pisma problematykę – historię polskiej Warmii. Na wystawie można obejrzeć unikatowe egzemplarze pisma, dokumenty i zdjęcia, elementy wyposażenia zecerni oraz maszyny drukarskie. Szczególnie cenna jest jedyna ocalała, po całkowicie zniszczonym przez Niemców wydawnictwie, pamiątka – kilkadziesiąt drukarskich czcionek. Zmodernizowana ekspozycja wzbogacona została o nowe wątki tematyczne, między innymi opinie czytelników o roli i znaczeniu pisma w kształtowaniu ich postaw życiowych. Nowa aranżacja wystawy jest stylizowana na starą drukarnię.

Olsztyn. Szkice do dziejów miasta
Głównym tematem prezentacji są ludzie, którzy swym życiem oraz działalnością miasto i jego historię tworzyli, a także osoby wybitne i znane, dla których Olsztyn był miejscem urodzenia. Na ekspozycji zobaczyć można pamiątki i dokumenty związane z Janem z Łajs, Mikołajem Kopernikiem, Łukaszem Dawidem, Albertem Nowiejskim, Michałem Bartolomowiczem, Janem Krzysztofem Geese, Piotrem Poleskim, Janem Antonim Blankiem, Erichem Mendelsohnem, Feliksem Nowowiejskim, Marią Zientarą-Malewską, Emilią Sukertową-Biedrawiną, Eugenią Śnieżko-Szafnaglową, Henrykiem Panasem, Andrzejem Wakarem, Marianem Bublewiczem i Tadeuszem Nowakowskim.

Przyznając się do polskości. Szkoły polskie na Warmii i Mazurach (1929-1939)
Wystawa ukazuje rolę szkół w kształtowaniu oraz podtrzymywaniu polskiej tożsamości i świadomości narodowej.

Okna historii. W 130-lecie powstania „Gazety Olsztyńskiej" (1886–1939)
Plenerowa wystawa fotograficzna Okna historii przygotowana została z okazji przypadającej 16 kwietnia 2016 r. 130. rocznicy ukazania się pierwszego numeru niezwykle zasłużonej dla historii polskiej Warmii, „Gazety Olsztyńskiej". We wnękach okiennych Muzeum Domu „Gazety Olsztyńskiej" – w latach 1920–1939 siedziby wydawnictwa pisma – umieszczono dwanaście zdjęć prezentujących siedzibę gazety oraz wnętrze zecerni z lat 20/30 ubiegłego wieku, założycieli i redaktorów gazety, a także członków rodziny Pieniężnych, dla których dom na obecnym Targu Rybnym był domem rodzinnym.

MUZEUM PRZYRODY

wtorek – niedziela 9.00 – 16.00,
poniedziałek - nieczynne

Zwierzęta Warmii i Mazur
Na wystawie zgromadzono ponad 250 gatunków zwierząt, od żubra - największego współcześnie żyjącego, lądowego ssaka Europy, po niewielkich rozmiarów owady. Na ekspozycji można obejrzeć, między innymi, maleńkie ryjówki, wspaniałe orły, ginące już kraski, żółwia błotnego, czy dwumetrowego suma, a także wiele innych ciekawych przedstawicieli naszej fauny. Wystawę uzupełniają barwne fotogramy prezentujące różne typy siedlisk, w których występują prezentowane zwierzęta.

Ptaki z różnych stron świata
Na ekspozycji przedstawiono 29 okazów ptaków pochodzących z różnych kontynentów. Faunę afrykańską reprezentują, m. in. struś afrykański, perlice, turako fioletowy. Z terenu Azji pochodzą: pawie indyjskie, bielik olbrzymi, olśniak himalajski, bażant królewski, gęś tybetańska, śnieżyca cesarska, mandarynka. Z południa Europy: sęp płowy, modrzyk, a z północy naszego kontynentu bernikla obrożna, bernikla białolica, myszołów włochaty, alka krzywonosa.

Obce i nowe gatunki zwierząt kręgowych w faunie Warmii i Mazur
Na wystawie zaprezentowano tzw. gatunki obce, czyli te, którym w rozprzestrzenieniu w sposób bezpośredni lub pośredni pomógł człowiek, jak np.: szczur wędrowny, jeleń sika, daniel, muflon, jenot, szop pracz, bażant szlachetny. Drugą grupę stanowią gatunki nowe, które na teren Warmii i Mazur trafiły w wyniku naturalnej ekspansji jak np.: synogarlica turecka, hełmiatka, droździk, rybitwa białoskrzydła, rybitwa białowąsa, mewa srebrzysta, łabędź krzykliwy, czapla biała, żołna.

DZIKI GOŚĆ NA DRODZE

Policjanci apelują do kierowców o zachowanie szczególnej ostrożności na drogach przebiegających przez tereny leśne, pola oraz nieużytki. W okresie zwiększonej aktywności dzikiej zwierzyny może ona niespodziewanie wtargnąć na jezdnię, stwarzając poważne zagrożenie dla bezpieczeństwa ruchu drogowego.

Do takich sytuacji dochodzi najczęściej o świcie, po zmroku oraz w godzinach nocnych. Nawet niewielkie zwierzę może doprowadzić do groźnego zdarzenia drogowego, a zderzenie z sarną, dzikiem czy łosiem często kończy się poważnym uszkodzeniem pojazdu i obrażeniami podróżujących nim osób.

Policjanci przypominają, aby w rejonach oznaczonych znakami ostrzegawczymi oraz w miejscach, gdzie widoczność jest ograniczona, zmniejszyć prędkość i zwracać szczególną uwagę na pobocza. Widząc zwierzę w pobliżu drogi, należy zachować spokój, zwolnić i być przygotowanym na pojawienie się kolejnych osobników.

W przypadku zderzenia ze zwierzęciem należy zabezpieczyć miejsce zdarzenia, włączyć światła awaryjne oraz powiadomić odpowiednie służby. Nie należy podchodzić do rannego zwierzęcia ani podejmować prób jego przemieszczania, ponieważ może ono zachowywać się nieprzewidywalnie. Policja apeluje o rozwagę i ostrożność. Bezpieczna jazda oraz odpowiednia reakcja mogą uchronić przed tragicznymi skutkami zdarzeń z udziałem dzikiej zwierzyny. **JK**

Fot. Policja

ZWIERZĘTA

sprzedam

SPRZEDAŻ kur, kaczek, brojlerów, kokoszek, dowóz gratis, tel.728-104-188.

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIHOLENDERSKIE.EU, 503-103-703

PRACA

dam pracę

PANIĄ zatrudnię do prowadzenia domu, 605-635-949

AUTO-MOTO

sprzedam

VOLVO S40 pojemność 1.6 + LPG, stan licznika 104.000, 519-670-248

ROLNICTWO

zwierzęta hodowlane

KURY nioski z jajem, 600500710.

SKUP koni, bydła, 606-954-202

ARKA
USŁUGI POGRZEBOWE
ARKA
Elżbieta Michałowska Anna Michałowska
OLSZTYN (Zatorze), ul. M. Zientary-Malewskiej 2A
89 534 72 42, 605 635 908
OLSZTYN (Jaroty), ul. Herberta 16/24
(wejście od Wilczyńskiego, naprzeciw „Medyka")
89 526 66 01, 605 665 909
www.arkaolsztyn.pl
Całodobowy przewóz zmarłych
13126opb1-a-G

Pogrążeni w głębokim smutku zawiadamiamy,
że 15 czerwca 2026 r. odeszła od nas nasza najukochańsza
Mama i Babcia
ś. † p. **Irena Kisiel**
Uroczystości pogrzebowe rozpoczną się 22 czerwca 2026 r.
o godz. 13.30 w kaplicy przy ul. Poprzecznej, skąd o godz. 14.00
nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny
przy ul. Poprzecznej.
Pogrążona w żałobie rodzina
58026opb1-a-G

eprasa.pl 94ed17ce49

W NIEDZIELĘ
DECYDUJĄCE STARCIE

PIŁKA NOŻNA\\\ Stomil na koniec czwartoligowego sezonu zajął drugie miejsce, dlatego o III ligę musi walczyć w barażach. W półfinale podopieczni trenera Michała Kraszewskiego wygrali z Warmią Grajewo, więc w niedzielę o awans zagrają z Mazovią.

• Stomil Olsztyn - Warmia Grajewo 2:0 (2:0)
1:0, 2:0 - Shoto Unno (15, 45)

STOMIL: Michał Leszczyński - Mateusz Pajdak, Piotr Łysiak, Piotr Jakubowski, Mateusz Jońca - Przemysław Klugier, Stanisław Hrebeń, Karol Żwir, Filip Wójcik - Shoto Unno, Szymon Masiak

W podstawowej jedenastce gospodarzy zabrakło Jakuba Mosakowskiego, który drugi raz z rzędu zasiadł na ławce rezerwowych. Do gry od pierwszej minuty wrócił z kolei Filip Wójcik, który przed meczem odebrał pamiątkową koszulkę za sto występów w „Dumie Warmii". Uhonorowany został także lekarz Mariusz Siergiej, który w Stomilu pracuje... od 30 lat! Szacunek, Panie Doktorze!

Fot. Emil Marecki

Dwa gole Shoto Unno przesądziły o awansie Stomilu do niedzielnego finału

Przed meczem Filip Wójcik odebrał pamiątkową koszulkę za sto występów w „Dumie Warmii"

Stomil od początku meczu osiągnął przewagę i chciał szybko wyjść na prowadzenie.

W 8. minucie ładnie uderzył Shoto Unno, ale dobrą interwencją podpisał się bramkarz gości. W 12. minucie po zamieszaniu w polu karnym z bliskiej odległości w słupek trafił najlepszy strzelec ligi Szymon Masiak. Olsztynianie na prowadzenie wyszli w 15. minucie, a gola strzelił Japończyk Unno. Goście próbowali doprowadzić do wyrównania, lecz Stomil szczelnie bronił dostępu do własnej bramki. W 45. minucie Unno ponownie wpisał się na listę strzelców - tym razem ofensywny gracz Stomilu wykorzystał dobre dośrodkowanie z rzutu wolnego Karola Żwira.

W drugiej połowie Stomil kontrolował przebieg meczu, a jego zwycięstwo mogło być większe, gdyby m.in. Masiak wykorzystał sytuację sam na sam z bramkarzem. Najważniejsze że Stomil wygrał półfinał barażowy i teraz przed nim ostatnia batalia sezonu: w niedzielnym finale olsztyński klub zagra na wyjeździe z Mazovią Mińsk Mazowiecki, która wygrała 4:0 w Aleksandrowie Łódzkim z miejscowym Sokołem. Początek meczu o godzinie 17.

EMIL MARECKI

SPRINTEM

Fot. PZG

Jerzy Dudek, kiedyś znakomity bramkarz, a obecnie utalentowany golfista

GOLF\\\ Na 18-dołkowym polu Mazury Golf & Country Club w Naterkach w piątek rano rozpoczną się PKO Bank Polski Międzynarodowe Mistrzostwa Polski Seniorów. W zawodach, które potrwają do niedzieli i są dla golfistów po 50. roku życia, start potwierdzili m.in. były bramkarz reprezentacji kraju i Realu Madryt Jerzy Dudek, były selekcjoner piłkarskiej kadry Michał Probierz oraz były hokeista NHL Mariusz Czerkawski. Dudek i Czerkawski to zapaleni golfiści od lat, obaj na swoim koncie mają już medale mistrzostw kraju. Dudek, który jako golfista reprezentuje Kraków Valley G&CC, drugi rok z rzędu jest kapitanem polskiej reprezentacji seniorów - poprowadzi biało-czerwonych w nadchodzących drużynowych mistrzostwach Europy. Turniej w Naterkach będzie miał międzynarodową obsadę, stąd poza krajową czołówką dojrzałych graczy, na liście startowej są też golfiści m.in. ze Szkocji, Szwecji, Irlandii.

Fot. archiwum klubu

Olsztyńskie gimnastyczki z trenerkami Paulą Plichtą i Kamilą Górska

GIMNASTYKA\\\ Olsztyńskie zawodniczki zaliczyły bardzo udany start podczas Międzynarodowych Międzywojewódzkich Mistrzostw Młodziczek, które odbyły się w Olsztynie. Gospodynie zawodów zdobyły aż 24 medale zarówno w wieloboju, jak i finałach na poszczególnych przyrządach. Największe sukcesy w wieloboju odniosły: Aleksandra Cybul (srebrny medal w kategorii P4) i Nina Gerlaczyńska (brązowy medal w kategorii P3).
Pozostałe 22 krążki zawodniczki UKS SMS Olsztyn wywalczyły podczas finałów na przyrządach, prezentując wysoki poziom sportowy i potwierdzając przynależność do krajowej czołówki w swoich kategoriach wiekowych.
Sukces ten jest efektem wieloletniej pracy zawodniczek, trenerów oraz ogromnego wsparcia rodziców.

REKREACJA\\\ Aktywność, zdrowie i dobra zabawa w rodzinnym gronie – to wszystko czeka uczestników wydarzenia Nordic Walking, które odbędzie się 21 czerwca na Stadionie Miejskim w Giżycku w ramach Dni Rodziny pod hasłem „Rozmowa kluczem do szczęścia rodziny".
W programie przewidziano marsze dla osób o różnym poziomie zaawansowania – zarówno dla miłośników sportowej rywalizacji, jak i rodzin chcących aktywnie spędzić czas na świeżym powietrzu. Rejestracja zawodników od godz. 9 do 9.50
Na uczestników czekają pamiątkowe medale, ciepły posiłek oraz integracyjne ognisko na terenie Twierdzy Boyen (zestaw grillowy we własnym zakresie). Podczas wydarzenia prowadzona będzie także zbiórka charytatywna na rzecz Kingi Płatosz. **DRYH**

eprasa.pl 94ed17ce49

KOREAŃSKI SUKCES MIESZKANKI OLECKA

TENIS STOŁOWY\\\ Podczas mistrzostw świata mastersów, które rozegrano w koreańskim Gangneungu, w grze podwójnej brązowy medal zdobyła Marzena Jasińska z Olecka. - Dziękuję wszystkim, którzy mi kibicowali, wspierali dobrym słowem i służyli radami.

W mistrzostwach rywalizowali zawodnicy, którzy skończyli 40 lat, bowiem taka jest dolna granica wieku mastersów. Z drugiej strony żadnych ograniczeń nie ma, więc najstarsza uczestniczka mistrzostw świata w Korei Południowej miała... 101 lat.

45-letnia Marzena Jasińska o medale walczyła w nowej dla siebie kategorii wiekowej 45-49 lat.

- Ten rok jest dla mnie bogaty w sukcesy, ponieważ przed wylotem do Azji podczas mistrzostw Polski mastersów w Ostródzie zdobyłam srebrny medal indywidualnie i złoto w deblu - wyjaśnia nauczycielka wychowania fizycznego ze Szkoły Podstawowej nr 4 w Olecku. - A potem stanęłam jeszcze na podium mistrzostw świata!

Fot. archiwum domowe

Dzięki Marzenie Jasińskiej Koreańczycy mogli poznać herb Olecka

Warto dodać, że nie był to pierwszy taki sukces Marzeny Jasińskiej, bowiem dwa lata temu w Rzymie zdobyła brąz w deblu, tyle że w kategorii wiekowej 40-44 lat. Poza tym stanęła też na podium mistrzostw Europy w Serbii.

Przed wylotem do Azji nie było żadnych krajowych eliminacji - każdy więc mógł wziąć udział w mistrzostwach świata pod warunkiem, że... było go na to stać. - Wszystko pokrywaliśmy z własnej kieszeni - dodaje pani Marzena. - Dlatego polecieli tylko ci, którzy czuli, że mogą coś osiągnąć, godnie reprezentując Polskę.

W zawodach rywalizowało prawie 2500 zawodników z 85 krajów, w tym była 99-osobowa grupa z Polski, która wróciła do domu z sześcioma brązowymi medalami. Jeden z nich zawisł na szyi mieszkanki Olecka.

W rywalizacji deblów Marzena Jasińska i jej partnerka Czeszka Alena Wasikova po wygraniu trzech pojedynków wyszły z pierwszego miejsca w grupie. W ten sposób znalazły się wśród 32 najlepszych duetów - od tego momentu obowiązywał już system pucharowy, czyli przegrywający odpada. Polsko-czeski debel wygrał trzy następne partie, dzięki czemu awansował do półfinału. No i dopiero na tym etapie musiał uznać wyższość Niemki i Austriaczki, przegrywając 1:3 (9:11, 11:8, 8:11, 7:11). W efekcie zostały brązowymi medalistkami MŚ!

Nauczycielka z Olecka rywalizowała także w singlu i mikście, gdzie była odpowiednio siedemnasta i dziewiąta.

Przygoda pani Marzeny z tenisem stołowym trwa już od bardzo dawno.

- Pierwszy raz wzięłam rakietkę do ręki, gdy miałam sześć lat. Było to w Lidzbarku Welskim, a potem grałam w pierwszej i drugiej lidze m.in. w Lidzbarku Welskim, Gdańsku i Białymstoku.

Z czasem skupiłam się tylko na trenowaniu dzieci, co do dzisiaj robię w Czarnych Olecko - opowiada brązowa medalistka mistrzostw świata oraz „etatowa" mistrzyni Polski nauczycieli. Pierwszy raz udział w tej imprezie wzięła w 2017 roku, gdy zdobyła srebro w singlu i brąz w mikście. Ale z każdych kolejnych mistrzostw wracała już do Olecka ze złotem w singlu, do którego dokładała też medale w grze mieszanej.

- Dziękuję wszystkim, którzy mi kibicowali, wspierali dobrym słowem oraz służyli cennymi radami - po powrocie z Azji mówi Marzena Jasińska. - Dziękuję także osobom, które dbały o moje zdrowie, sprawność i rehabilitację. Dzięki waszej wiedzy, zaangażowaniu i trosce mogłam przygotować się do tego turnieju i rywalizować na najwyższym poziomie. Słowa te szczególne kieruję do Katarzyny Sieczkowskiej i Marka Jońskiego. Ogromne podziękowania należą się również sponsorom, bo to dzięki ich wsparciu mogę realizować swoje sportowe marzenia i reprezentować nasz kraj na światowych arenach. Ten medal jest także waszym sukcesem!

* Udział w mistrzostwach świata mastersów był możliwy dzięki pomocy firmy Traidenis-Pol (Adrian Mika), Usługi Elektryczne Voltar (Kamil Domel) i WGN Nieruchomości & Kredyty Olecko (Katarzyna Skowrońska).

* Zawodnicy z Warmii i Mazur, którzy polecieli do Korei Południowej: Marzena Jasińska, Krzysztof Snarski, Dariusz Karniej (wszyscy Olecko), Grzegorz Gumiński (Ostróda), Dariusz Bartycha (Olsztyn), Zenon Kastrau (Iława), Jacek Breński (Szczytno).

ARTUR DRYHYNYCZ

PRASA INFORMOWAŁA

11 lipca 1971 roku na okładce tygodnika „Panorama Północy" opublikowano zdjęcie 16-letniej Olsztynianki Izabeli Schuetz, która zadebiutowała na festiwalu w Opolu. Kilka lat później - już jako Trojanowska - podbije serca milionów słuchaczy. W styczniu pani Izabela była gwiazdą Balu Sportowca „Gazety Olsztyńskiej"

• „Gazeta Olsztyńska", 6 sierpnia 1973 roku

Za niespełna tydzień rozegrane zostaną inauguracyjne pojedynki piłkarskiej II ligi w sezonie 1973/74. Jak wiemy, decyzją władz polskiego sportu dokooptowane zostały drużyny reprezentujące wszystkie województwa. W niedzielę reprezentant naszego regionu Stomil Olsztyn podejmować będzie na stadionie przy ul. Gagarina Arkę Gdynia.

Od kilku tygodni nowym trenerem jedenastki jest mgr Leon Wolny. Ostatnio prowadził on drużynę Otmętu Krapkowice. Współtwórca sukcesów Stomilu w ostatnich rozgrywkach ligi międzywojewódzkiej Andrzej Cehelik prowadzić będzie zajęcia z najmłodszymi piłkarzami klubu. (...)

Trener Wolny, z którym rozmawialiśmy w sobotę, powiedział, iż do rozgrywek mistrzowskich pod względem taktycznym i kondycyjnym Stomil prezentować się będzie z jak najlepszej strony. Gorzej jest natomiast z wyszkoleniem technicznym poszczególnych piłkarzy. Właśnie na to zwrócona będzie szczególna uwaga. Obecnie olsztyniacy trenują dwa razy dziennie, wszyscy wykazują ogromne chęci do gry, i mamy nadzieję, że w inauguracyjnym mecz z Arką zaprezentują się jak najlepiej.

W porównaniu z ubiegłym sezonem w zespole nie zaszły większe zmiany. Nowymi zawodnikami Stomilu są: bramkarz Marek Szczech z Mazura Pisz, Bogdan Bujkiewicz z Gwardii i Jerzy Ossowski ze Startu Nidzica. Obok nich w drużynie grać będą: Wacław Pietruszyński, Antoni Gniedziejko, Janusz Mochola, Jerzy Sosnowski, Zbigniew Sosnowski, Józef Przybysz, Mirosław Tryba, Jerzy Lankowski, Maciej Lewiński, Andrzej Pacocha, Henryk Kubiak, Roman Jaczek, Zbigniew Kubelski, Ryszard Sosnowski, Romuald Popławski, Jan Perlejewski, Zbigniew i Janusz Kupcewiczowie, Wojciech Lubieniecki.

W pierwszym meczu mistrzowskim na pewno nie wystąpią Kubelski, J. Kupcewicz, Szczech i Lubieniecki, którzy aktualnie przebywają na zgrupowaniu kadry narodowej juniorów w Tarnowie.

eprasa.pl 94ed17ce49

WYŚCIG PRZEZ JARY LAMPASZA

KOLARSTWO MTB\\\ Cykl Łaciate Mazury MTB po raz pierwszy w historii zawita do Sorkwit. W niedzielę miłośnicy kolarstwa górskiego spotkają się podczas premierowej edycji Wyścigu przez Jary Lampasza, który będzie czwartym etapem tegorocznego cyklu.

Fot. materiały prasowe

Najmłodsi uczestnicy będą mogli wystartować w Cariboo Kids Race

Debiut Sorkwit w kalendarzu Łaciate Mazury MTB to kolejny etap rozwoju jednej z największych serii MTB w północno-wschodniej Polsce. Organizatorzy przygotowali zupełnie nowe trasy, które mają szansę stać się jednymi z najbardziej malowniczych w całym sezonie.

Bazą zawodów będzie Miasteczko Sportowe zlokalizowane przy Szkole Podstawowej im. Janusza Korczaka w Sorkwitach. To właśnie tutaj znajdować się będą start, meta oraz Biuro Zawodów.

Trasy poprowadzone zostały przez tereny Pojezierza Mrągowskiego. Znaczna część przebiega przez tzw. Borowski Las, znany z pięknych mazurskich duktów leśnych i naturalnego charakteru.

Prawdziwą wizytówką nowego etapu będą jednak Jary Lampasza – techniczne sekcje zlokalizowane w bezpośrednim sąsiedztwie jeziora Lampackiego.

- Chcieliśmy przygotować trasę, która pokaże zawodnikom inne oblicze Mazur. Sorkwity oferują niezwykle malownicze tereny, a Jary Lampasza i okolice jeziora Lampackiego tworzą wyjątkową scenerię do uprawiania kolarstwa górskiego - podkreślają organizatorzy.

Na zawodników kategorii EXPERT czekać będzie dystans 64 kilometrów i 800 metrów przewyższenia. Uczestnicy kategorii HOBBY pokonają 50,2 kilometra, natomiast dla zawodników FUN przygotowano trasę o długości 19,5 kilometra.

W programie wydarzenia nie zabraknie również rywalizacji dzieci i młodzieży w ramach Łaciate Junior Race – Ligi Szkółek Kolarskich. Najmłodsi uczestnicy będą mogli wystartować w Cariboo Kids Race – bezpłatnych wyścigach i warsztatach na rowerkach biegowych dla dzieci w wieku od 1,5 do 5 lat.

Organizatorzy podkreślają, że Łaciate Mazury MTB to nie tylko sportowa rywalizacja, ale również promocja aktywnego stylu życia i najpiękniejszych zakątków regionu.

Premierowy etap w Sorkwitach będzie także kolejną okazją do zdobywania punktów w klasyfikacji generalnej sezonu 2026. Dodatkową motywacją dla uczestników pozostaje walka o bluzę Super Mazura, którą otrzyma każdy zawodnik kończący wszystkie etapy tegorocznego cyklu.

NATALIA WRZOSEK

Szczegółowe informacje oraz zapisy dostępne są na stronie www.mazurymtb.pl.

SPRINTEM

Fot. archiwum domowe

Aleksander Grygołowicz - utalentowany żeglarz i siatkarz

Aleksander Grygołowicz to młody i utalentowany sportowiec, który z powodzeniem łączy dwie pasje – żeglarstwo oraz siatkówkę. „Gazeta Olsztyńska" wielokrotnie informowała o jego żeglarskich sukcesach - w 2025 roku należał do czołowych zawodników w Europie w klasie Open Skiff. Jego największymi osiągnięciami było zdobycie tytułu mistrza Polski oraz brązowych medali mistrzostw Europy i drużynowych mistrzostw świata.

Od stycznia 2026 roku Aleksander rozpoczął nowy etap żeglarskiej kariery, bowiem trafił pod opiekę trenera Wacława Szukiela w klubie Nauticus i rozpoczął szkolenie w olimpijskiej klasie ILCA 4, czyli najmniejszej i jednocześnie jednej z najpopularniejszych klas Laser.

Pierwsze miesiące pracy przyniosły już obiecujące rezultaty. Debiut w nowej klasie nastąpił podczas XV Pucharu Żubra na Zalewie Siemianówka. Aleksander z wyścigu na wyścig prezentował coraz lepszą formę, ostatecznie zajmując bardzo wysokie drugie miejsce.

Kolejnym sprawdzianem były ogólnopolskie regaty w Krynicy Morskiej, w których wystartowało ponad 100 zawodników z całej Polski. Aleksander ukończył zawody na 16. miejscu w klasyfikacji Open. Jeszcze lepiej wypadł w swojej kategorii wiekowej U15, gdzie zajął 9. miejsce. Wynik ten jest bardzo dobrym prognostykiem przed kolejnymi startami i potwierdza, że zawodnik szybko adaptuje się do wymagań nowej klasy.

- Mam nadzieję, że będzie to dobry początek naszej współpracy oraz satysfakcjonujących nas obu wyników. Najważniejszym celem sezonu jest Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży, która odbędzie się w sierpniu w Dziwnowie. To właśnie do tej imprezy przygotowujemy się obecnie najintensywniej - podkreśla trener Wacław Szukiel.

Przed Aleksandrem jeszcze wiele miesięcy treningów i startów kontrolnych, jednak dotychczasowe wyniki pokazują, że przejście do klasy ILCA 4 przebiega bardzo pomyślnie. Jeśli utrzyma obecne tempo rozwoju, może odegrać znaczącą rolę w rywalizacji podczas najważniejszych zawodów sezonu.

Jednocześnie młody Olsztynianin równie dobrze radzi sobie na siatkarskim boisku, bowiem właśnie został powołany do kadry narodowej U 14 w czwórkach!

Fot. organizatorzy

REKREACJA\\\ Na stadionie w Nowym Mieście Lubawskim odbył się Bieg Przedszkolaka. W imprezie wzięło udział 56 dzieci m.in. z Nowego Miasta Lubawskiego, Iławy, Kurzętnika Tylic i Jamielnika. Wyniki jednak nie były ważne, bo liczył się udział, dobiegnięcie do mety, a przede wszystkim dobra zabawa. Każde dziecko otrzymało pamiątkowy medal, dyplom, napoje, słodycze i książki. **RED**

eprasa.pl 94ed17ce49

MŚ 2026 – ANGLIA POKAZAŁA PAZURY

PIŁKA NOŻNA Anglia i Chorwacja rozegrała jeden z najlepszych, jeśli nie najlepszy, mecz obecnego mundialu. Ostatecznie górą byli Anglicy, których do zwycięstwa poprowadził Harry Kane. Zdecydowanie mniej powodów do radości mają Portugalczycy.

W pierwszym meczu grupy K Portugalia była zdecydowanym faworytem w starciu z Demokratyczną Republiką Konga, a mimo to mecz zakończył się sensacyjnym podziałem punktów.

• Portugalia - Demokratyczna Republika Konga 1:1 (1:1)
1:0 - João Neves (6),
1:1 - Yoane Wissa (45)

Z jednej strony miliarder Cristiano Ronaldo, a z drugiej reprezentanci jednego z najbiedniejszych państw na świecie! 41-letni Ronaldo według magazynu „Forbes" był najlepiej opłacanym piłkarzem świata w 2025 roku. W saudyjskim Al-Nassr zarobił 280 mln dolarów, zaś w całej karierze ponad... dwa miliardy dolarów.

Po drugiej stronie boiska stanęli piłkarze z kraju, w którym produkt krajowy brutto na jednego mieszkańca wynosi zaledwie 1120 dolarów. Dla porównania w Polsce PKB wynosi 31 336 dolarów.

Co prawda Portugalczycy objęli prowadzenie już w 6. minucie, ale potem nic więcej nie pokazali. Grali bez werwy, na stojąco, licząc, że w końcu obrona rywali pęknie. Tymczasem to rywale doprowadzili do remisu, a po przerwie to oni byli zdobycia zwycięskiego gola.

Nic więc dziwnego, że media w Portugalii nie zostawiły na swej reprezentacji suchej nitki, tym bardziej że zdecydowana większość kibiców z tego kraju przed mundialem wierzyła, że Portugalczycy staną na podium MŚ!

Dla przykładu dziennikarz "Publico" napisał: „Drużyna narodowa, której brakowało dynamiki, była zakładnikiem indywidualnych zagrań Conceicao i wiary w Ronaldo. Ale wiara nie wystarczy - a już na pewno przy obecnej dyspozycji Ronaldo". Pojawiły się nawet głosy, że obecność słynnego piłkarza na boisku powoduje, że Portugalia tak naprawdę gra w dziesięciu.

Fot. PAP/EPA
Cristiano Ronaldo (z lewej) swoją grą rozczarował portugalskich kibiców

Ale z drugiej strony skoro kilka dni temu Hiszpania mogła zremisować z Republiką Zielonego Przylądka, to czemu Portugalia nie mogła podzielić się punktami z Demokratyczną Republiką Konga?

W drugim meczu grupy Uzbekistan przegrał 1:3 (0:1) z Kolumbią.

• 2. kolejka, 23 czerwca: Portugalia - Uzbekistan (19); **24 czerwca:** Kolumbia - Demokratyczna Republika Konga (4:00).

GRUPA K

1. Kolumbia	3	3:1
2. DRK	1	1:1
Portugalia	1	1:1
4. Uzbekistan	0	1:3

W grupie L kibice ostrzyli sobie zęby na starcie Anglików z Chorwatami, no i się nie przeliczyli.

• Anglia - Chorwacja 4:2 (2:2)
1:0 - Harry Kane (12 k), **1:1** - Martin Baturina (36), **2:1** - Harry Kane (42), **2:2** - Petar Musa (45), **3:2** - Jude Bellingham (47), **4:2** - Marcus Rashford (85)

W pierwszej połowie dwa gole zdobył niesamowity Harry Kane, inna sprawa, że przy pierwszym miał sporo szczęścia, bo jego strzał z rzutu karnego obronił chorwacki bramkarz. Okazało się jednak, że przed strzałem wyszedł z bramki, więc sędzia zarządził powtórkę i tym razem Kane już się nie pomylił.

Ale ambitni Chorwaci za każdym razem odrobiali straty. Ekipa z Bałkanów bez wątpienia miała swój plan na drugą połowę, z tym że na pewno nie uwzględnila w nim, że już w 47. minucie straci trzeciego gola. A to był dopiero początek jej kłopotów, bowiem Anglicy kilka razy byli o włos od podwyższenia prowadzenia. Lecz z czasem Chorwaci doszli do głosu i dla odmiany zakotłowało się w polu karnym wyspiarzy. Piłka do angielskiej bramki wpaść jednak nie chciała, więc w 85. min kropkę nad i - efektownym zwodem i strzałem przy prawym słupku - postawił Marcus Rashford. Po tym ciosie Chorwacja już się nie podniosła, mimo to wciąż ma olbrzymie szanse na wyjście z grupy, bo jej kolejnymi rywalami będą Ghana i Panama.

A Harry Kane dołączył do elitarnego grona snajperów, którzy na MŚ zdobyli minimum 10 bramek

1. Miroslav Klose (Niemcy, 2002-14) 16
Lionel Messi (Argentyna, 2006-22) 16
3. Ronaldo (Brazylia, 1998-06) 15
4. Gerd Mueller (Niemcy, 1970-74) 14
Kylian Mbappe (Francja, od 2018) 14
6. Just Fontaine (Francja, 1958) 13
7. Pele (Brazylia, 1958-70) 12
8. Sandor Kocsis (Węgry, 1954) 11
Juergen Klinsmann (Niemcy, 1990-98) 11
10. Helmut Rahn (NRF, 1954-58) 10
Teofilo Cubillas (Peru, 1970-78) 10
Grzegorz Lato (Polska, 1974-82) 10
Gary Lineker (Anglia, 1986-90) 10
Gabriel Batistuta (Argentyna, 1994-02) 10
Thomas Mueller (Niemcy, 2010-14) 10
Harry Kane (Anglia, 2018-26) 10

W drugim meczu grupy L zmierzyły się Ghana i Panama, które o punkty walczyły w obecności ponad 42 tysięcy widzów i przy padającym deszczu. Mimo to nie zrezygnowano z przerwy na nawodnienie, co pokazuje, że nie chodziło o wodę i zdrowie piłkarzy, tylko o reklamy, które w tym czasie widzowie muszą obejrzeć w telewizji.

Zdecydowaną przewagę miała Panama (63 procent posiadania piłki), mimo to wszystko wskazywało na to, że mecz zakończy się remisem. Jednak w 90. min Caleb Yirenkyi zdobył gola, który dał zwycięstwo Ghanie!

• 2. kolejka, 23 czerwca: Anglia - Ghana (22), **24 czerwca:** Panama - Chorwacja (01:00).

ARTUR DRYHYNYCZ

GRUPA L

1. Anglia	3	4:2
2. Ghana	3	1:0
3. Panama	0	0:1
4. Chorwacja	0	2:4

MUNDIAL W TV

• Piątek, g. 20:50: USA - Australia (TVP 1, TVP Sport); g. 23:50: Szkocja - Maroko (TVP 2, TVP Sport)

• Sobota, g. 02:20: Brazylia - Haiti (TVP 1, TVP Sport), g. 18:50: Holandia - Szwecja (TVP 1, TVP Sport); g. 21:50: Niemcy - Wybrzeże Kości Słoniowej (TVP 1, TVP Sport)

• Niedziela, g. 01:50: Ekwador - Curacao (TVP 2, TVP Sport); g. 04:50: Turcja - Paragwaj (TVP 2, TVP Sport); g. 05:50: Tunezja - Japonia (TVP 2, TVP Sport); g. 17:50: Hiszpania - Arabia Saudyjska (TVP 2, TVP Sport); g. 20:50: Belgia - Iran (TVP 1, TVP Sport); g. 23:50: Urugwaj - Republika Zielonego Przylądka (TVP 2, TVP Sport); g. 02:50: Nowa Zelandia - Egipt (TVP 1, TVP Sport).

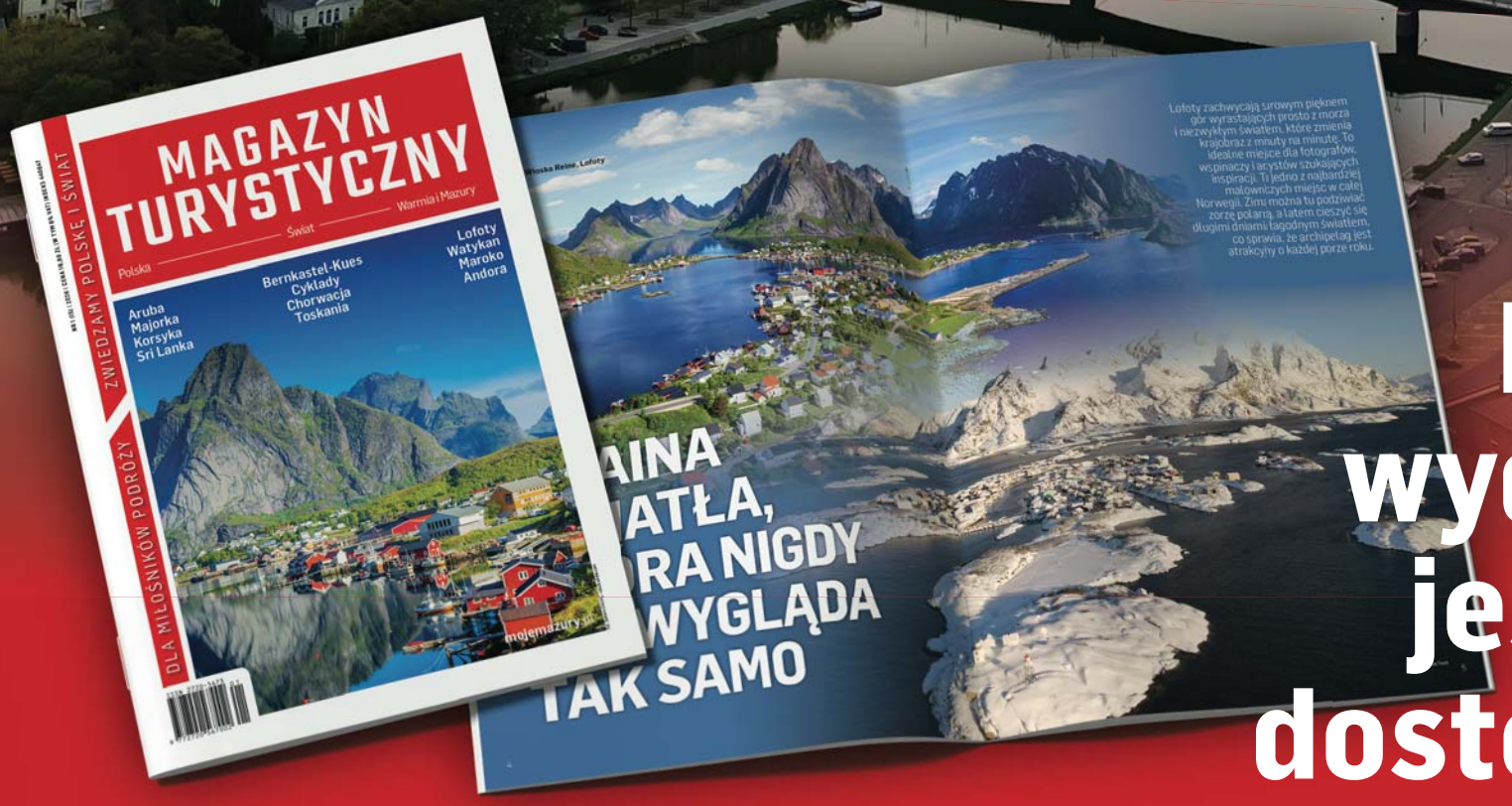
W meczu z Chorwacją Harry Kane niekiedy stawał nawet na głowie

eprasa.pl 94ed17ce49

MAGAZYN TURYSTYCZNY

Polska • Świat • Warmia i Mazury

Zaplanuj kolejny wyjazd z najnowszym numerem!



Nowe wydanie jest już dostępne!

Magazyn dostępny w salonach Empik, na lotniskach i dworcach, w salonikach prasowych oraz w innych punktach sprzedaży prasy w całej Polsce.

45826otbr-a -G

eprasa.pl 94ed17ce49

CZERWIEC 2026

NASZ DOM

PARTNER WYDANIA

EKOBUD

Materiał partnerski 82260CWO-a

NOWA INWESTYCJA MIESZKANIOWA FAMILY SOKOLA W OLSZTYNIE

czytaj na str. 2

MAPA OLSZTYŃSKICH INWESTYCJI MIESZKANIOWYCH

STR. 4-5

CZY GEOPOLITYKA PODBIJE CENY NOWYCH MIESZKAŃ

STR. 6-7

eprasa.pl 94ed17ce49

PARTNER WYDANIA
EKOBUD

NOWE OSIEDLE POWSTAJE PRZY UL. SOKOLEJ.

EKOBUD STAWIA NA KAMERALNĄ ZABUDOWĘ W GUTKOWIE

W JEDNEJ Z NAJBARDZIEJ ZIELONYCH CZĘŚCI OLSZTYNA TRWA REALIZACJA NOWEJ INWESTYCJI MIESZKANIOWEJ. PRZY UL. SOKOLEJ W GUTKOWIE FIRMA EKOBUD BUDUJE OSIEDLE, KTÓRE MA POŁĄCZYĆ NOWOCZESNE ROZWIĄZANIA MIESZKANIOWE Z ATUTAMI LOKALIZACJI POŁOŻONEJ BLISKO JEZIOR I TERENÓW REKREACYJNYCH.

Rynek mieszkaniowy w Olsztynie nie zwalnia tempa. W odpowiedzi na rosnące zainteresowanie lokalami położonymi poza ścisłym centrum miasta deweloper Ekobud realizuje nową inwestycję przy ul. Sokolej. Projekt powstaje w Gutkowie – dzielnicy, która od lat przyciąga mieszkańców ceniących spokojne otoczenie, a jednocześnie dobrą komunikację z pozostałymi częściami miasta.

Kameralne osiedle wśród zieleni

Inwestycja zakłada budowę dziewięciu budynków wielorodzinnych o niskiej zabudowie. Według założeń dewelopera osiedle ma wyróżniać się kameralnym charakterem oraz funkcjonalnym zagospodarowaniem przestrzeni. Projekt przewiduje mieszkania o zróżnicowanych metrażach, dzięki czemu oferta skierowana jest zarówno do singli i młodych par, jak również rodzin z dziećmi.

Przyszli mieszkańcy będą mogli korzystać z miejsc postojowych zlokalizowanych w hali garażowej oraz komórek lokatorskich. Istotnym elementem przedsięwzięcia jest także odpowiednie zagospodarowanie terenów wspólnych, które mają sprzyjać komfortowi codziennego życia.

Atutem lokalizacja

Jednym z najmocniejszych punktów inwestycji pozostaje jej położenie. Gutkowo od lat uznawane jest za jedną z najbardziej atrakcyjnych mieszkaniowo części Olsztyna. Bliskość jezior, terenów spacerowych i ścieżek rowerowych sprawia, że mieszkańcy mogą korzystać z walorów przyrodniczych miasta praktycznie na co dzień.

W niedalekiej odległości znajduje się Jezioro Ukiel, będące największym akwenem Olsztyna i jednym z najpopularniejszych miejsc rekreacji w regionie. W okolicy położone są również jeziora Tyrsko oraz Redykajny, a także liczne lasy i tereny zielone.

– Coraz więcej osób poszukuje mieszkań w lokalizacjach oferujących spokój, dostęp do natury i jednocześnie możliwość szybkiego dotarcia do centrum miasta. Gutkowo doskonale wpisuje się w te oczekiwania – podkreślają przedstawiciele branży nieruchomości.

Dobra komunikacja i rozwinięta infrastruktura

Mimo swojego spokojnego charakteru dzielnica zapewnia mieszkańcom dostęp do podstawowej infrastruktury. W pobliżu znajdują się placówki

Materiał partnerski 8226OCWO-c

Wydawca: GALINDIA Sp. z o.o.,
ul. Tracka 7B, 10-634 Olsztyn

Koordynacja i reklama: Edyta Gwóźdź
tel. 609 210 667 | e.gwozdz@gazetaolsztynska.pl

eprasa.pl 94ed17ce49

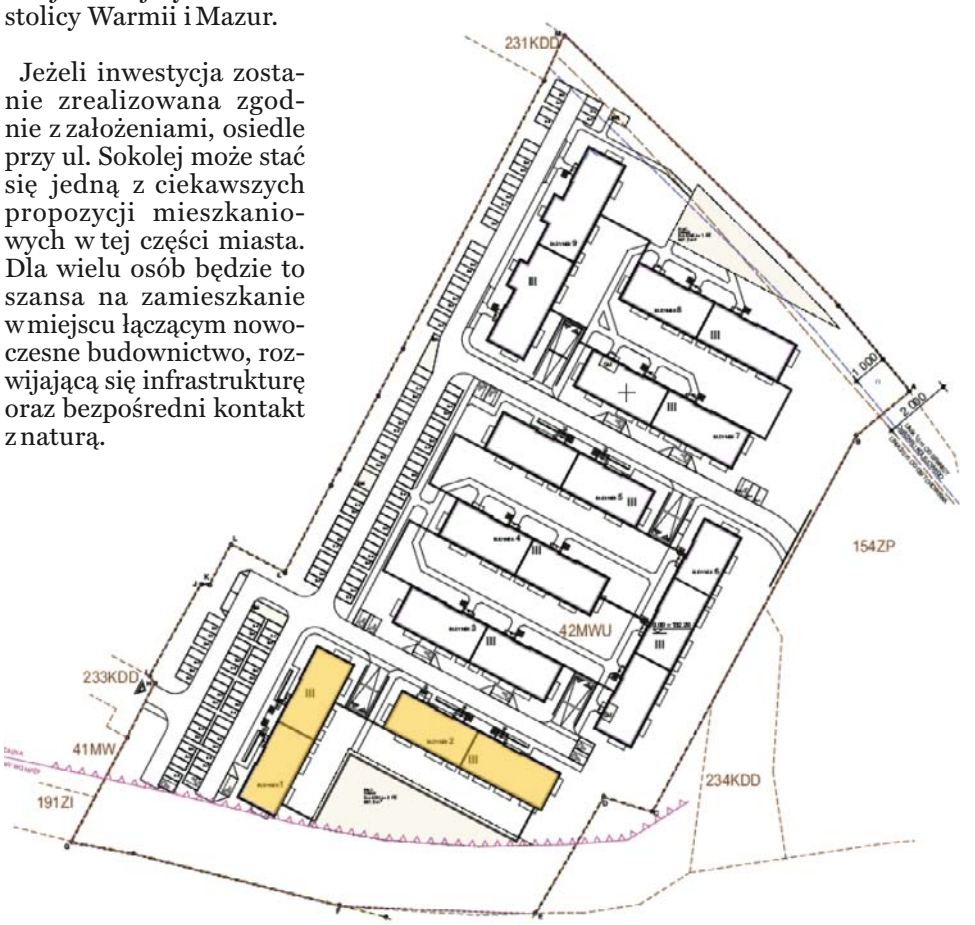
edukacyjne, sklepy oraz punkty usługowe. Dodatkowym udogodnieniem jest funkcjonująca stacja kolejowa Olsztyn-Gutkowo oraz połączenia autobusowe umożliwiające sprawny dojazd do centrum miasta.

Eksperci rynku nieruchomości zwracają uwagę, że właśnie takie lokalizacje cieszą się obecnie największym zainteresowaniem nabywców. Klienci coraz częściej poszukują mieszkań zapewniających równowagę pomiędzy miejskim stylem życia a możliwością odpoczynku w spokojnym otoczeniu.

Odpowiedź na potrzeby współczesnych mieszkańców

Realizowana przez Ekobud inwestycja wpisuje się w trend rozwoju osiedli mieszkaniowych powstających na obrzeżach dużych miast. W przypadku Olsztyna szczególną rolę odgrywa bliskość przyrody, która stanowi jeden z najważniejszych atutów stolicy Warmii i Mazur.

Jeżeli inwestycja zostanie zrealizowana zgodnie z założeniami, osiedle przy ul. Sokolej może stać się jedną z ciekawszych propozycji mieszkaniowych w tej części miasta. Dla wielu osób będzie to szansa na zamieszkanie w miejscu łączącym nowoczesne budownictwo, rozwijającą się infrastrukturę oraz bezpośredni kontakt z naturą.



Family SOKOLA

Poznaj naszą inwestycję przy ul. Sokolej „od kuchni".

Zapraszamy do spaceru po I etapie osiedla, obejrzenia dostępnych mieszkań i porozmawiania z opiekunami inwestycji.

19 czerwca – godz. 11-17
20 czerwca – godz. 9-13

Skontaktuj się z nami

BIURO W OLSZTYNIE
ul. Tarasa Szewczenki 7 (Zatorze)
Pasaż „WAWEL", Olsztyn

Tel. 693 328 390
ekobudolsztyn@ekobud.ostroda.pl

Godziny otwarcia:
pon - czw: 8:00 - 16:00 | piątek: 7:00 - 15:00

EKOBUD

Materiał partnerski 8226OCWO-c

eprasa.pl 94ed17ce49

PARTNER WYDANIA

MAPA OLSZTYŃSKICH INWESTYCJI MIESZKANIOWYCH

1 IPPON GROUP SP. Z O.O.

- a Osiedle Tempo ul. Sikorskiego/Wilczyńskiego rozpoczęcie sprzedaży: 4Q 2025 r. mieszkania o pow. do 27 do 87 mkw. ; 3 budynki 264 mieszkań
- b Osiedle Synergia, ul. Kanta, 95 mieszkania pow. od 27 do 80 mkw ; Zakończenie budowy: 3Q 2026 r. W sprzedaży ostatnie dostępne mieszkania
- c Osiedle Slow, Gutkowo, ul. Kordeckiego,termin oddania I etap Q4 2025r. / Q1 2026r. ; II etap Q3 2026r., Mieszkania od 35-70 mkw. z poddaszem

2 ANGO DEVELOPMENT SP. Z O.O. W OLSZTYNIE

- a Domy w zabudowie bliźniaczej ul. Morenowa pow. 211 mkw.
- b Osiedle Bulwar ul. Bartąska mieszkania od 32 do 68 mkw, bud. 2 i bud. 4

3 ROMBUD WPB SP. Z O.O.

- a Spacerowe Zacisze, ul. Pimpickiego 1, mieszkania od 41 do 67 mkw.
- b Szczytno ul. Dąbrowskiego, mieszkania od 40 do 72 mkw.

4 GRUPA DEVELOPERSKA MAK DOM HOLDING SA

- a Apartamenty Sarnowskiego, ul. Sarnowskiego mieszkania od 26 do 59 mkw
- b Osiedle Magnolia II, ul. Bilitewskiego

5 IŁAWSKIE PRZEDSIĘBIORSTWO BUDOWLANE IPB SP. Z O.O.

- a Os. Harmonia – ul. Bydgoska Budynek M3, mieszkania od 41 do 69 mkw + piwnica w cenie
- b Esperanto Park – ul. Zamenhofa Budynek B1 , mieszkania od 35 do 55 mkw. Kompleks 4 budynków wielorodzinnych B1-B4 (IV etapy realizacji).

6 D.DOM SP. Z O.O.

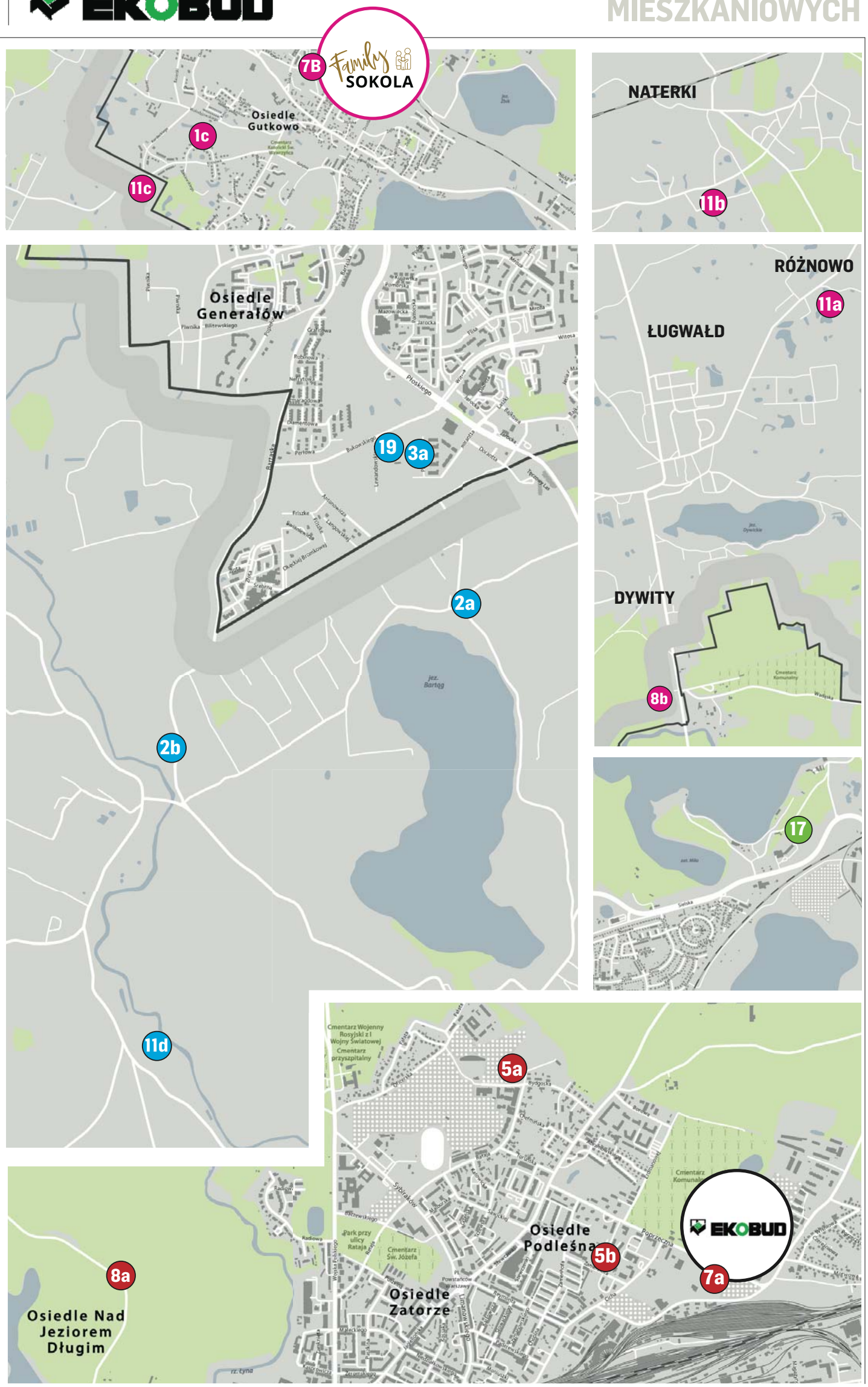
Warmiński Port, Olsztyn ul. Bałtycka 91, V etap – 3 budynki apartamentowe mieszkania od 42-143 mkw.

7 PBO EKOBUD SP. Z O.O.

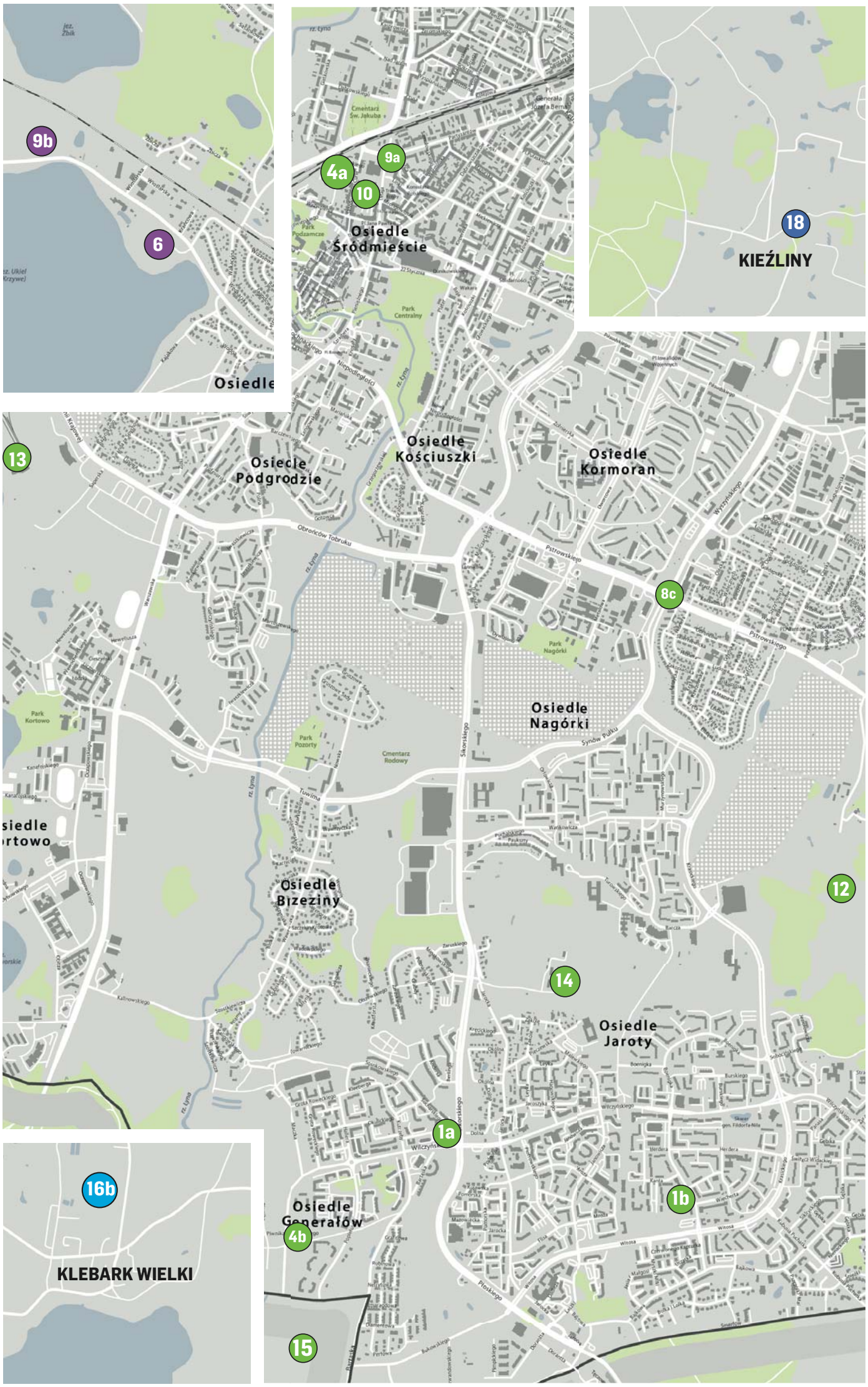
- a Osiedle QUATRO, ul. Poprzeczna mieszkania od 40 do 70 mkw.
- b Inwestycja Gutkowo ul. Sokola, mieszkania od 40 do 65 mkw.

8 ARBET

- a Osiedle Leśna IV ostatni etap, ul Leśna – budynek A i B, mieszkania o pow. od 42 mkw. do 108 mkw. Planowana
- b Osiedle Sterowców, ul Płk. F. Hynka
  - budynek S17 – mieszkania o pow. od 38 mkw. do 39 mkw. - gotowe do odbioru, ostatnie mieszkania wykończone i umeblowane
  - budynek S19 – mieszkania o pow. od 25 do 60 mkw. W parterze budynku lokale handlowo-usługowe. Planowana
- c Pstrowskiego/Wyszyńskiego – budynek A – 97 mieszkań pow. od 28 mkw. do 85 mkw. – gotowe do odbioru od września 2026 r.



eprasa.pl 94ed17ce49



9 NOVDOM

a Apartamenty MACADAMIA – ul. Partyzantów/1Maja, powierzchnia od 35,5 do 207 mkw.

b DWA JEZIORA AB, Ul. Bałtycka/Kawki mieszkania od 29 do 63 mkw.

10 DEWELOPER EURO-BUILD SP. Z O. O. SP. K.

Apartamenty Wyzwolenia, ul. Wyzwolenia 6 dostępnych 6 mieszkań od 43,07 do 133,26 mkw.

11 GOMIKO SP. Z O.O.

a Harmonia Park w Różnowie – w sprzedaży posiadamy etap 3 i 4. Domy w zabudowie szeregowej o powierzchni 80,5 mkw, standard deweloperski i pod klucz. Osiedle z własnym parkiem, placem zabaw, miejscem na ognisko, siłownią zewnętrzną.

b Osiedle Sunset w Tomaszkowie – w sprzedaży posiadamy 2 i 3 etap inwestycji. Domy dwulokalowe o powierzchni 80-100 mkw, z garażami lub bez.

c Osiedle Szmaragdova 2 Gutkowo– domy dwulokalowe oraz domy jednorodzinne. Powierzchnie 80-100 mkw, z garażami lub bez.

d Osiedle Zakątek Bartąg - lokale mieszkalne o pow. 60-170 mkw. z przynależnymi ogrodami i terenem rekreacyjnym.

12 PIECZEWO SP. Z O.O.

Osiedle Premium, ul. M. Dąbrowskiej 11, os. Pieczewo, wjazd od ul. Krasickiego lub ul. Szymborskiej mieszkania 2-3-4 pok., 41-72 mkw.

13 BUDLEX SP. Z O.O.

Osiedle Jezioraj, ul. Jagiellończyka mieszkania od 32 do 98 mkw. + lokale usługowe 93 –125mkw.

14 PM DEVELOPMENT

Osiedle Ostoja, ul. Jarocka 21 dostępne mieszkania mieszkania od 36,2 m^2 do 63,02 m^2. (z możliwością łączenia).

15 TREEHOUSE NIERUCHOMOŚCI

Osiedle Jaroty Południe mieszkania od 36,20 m^2 do 39,7 m^2

16 INWEST SERWIS

a Osiedle Parkowe w Stawigudzie, ul. Piaskowa: domy - pow. użytkowa: 152 mkw. Pow. całkowita: 190 mkw. z tarasem wielkość 9 mkw. oraz ogrodami od 700 mkw. do 3700 mkw.

b Osiedle Natura w Klebarku Wielkim: 2 etap, 12 domów , pow. użytkowa 146 mkw. pow. podłogi 177 mkw. taras 42,28 mkw.,

17 OLIN - OMEGA LAKE APARTMENTS

ul. Sielska 4, 157 Apartamentów od 36,15 do 59,28 m^2 z możliwością łączenia, 4 lokale użytkowe

18 APARTAMENTY KIEŹLINY

Kieźliny, ul. Edyty Stein 55-63 m^2

19 MAS-BUD STAWARCZYK SPÓŁKA JAWNA

Bukowa Przystań, ul. Bukowskiego, mieszkania od 31 do 75 mkw. 4 kondygnacje, rozpoczęcie sprzedaży od kwietnia 2026, termin realizacji sierpień 2027.

eprasa.pl 94ed17ce49

PARTNER WYDANIA
EKOBUD

CZY GEOPOLITYKA PODBIJE CENY NOWYCH MIESZKAŃ

W JAKIM STOPNIU NAPIĘCIA GEOPOLITYCZNE ORAZ ZWIĄZANE Z NIMI WZROSTY CEN ENERGII, PALIW I TRANSPORTU ORAZ ZAKŁÓCENIA DOSTAW MOGĄ ODDZIAŁYWAĆ NA RYNEK NOWYCH MIESZKAŃ W POLSCE? CZY PRZEŁOŻĄ SIĘ NA WZROST KOSZTÓW REALIZACJI INWESTYCJI I STAWEK OFERTOWYCH W TYM ROKU? KTÓRE CZYNNIKI, POZA INFLACJĄ, BĘDĄ W NAJBLIŻSZYM CZASIE DETERMINOWAĆ POZIOM CEN MIESZKAŃ? SONDĘ PRZYGOTOWAŁ SERWIS NIERUCHOMOŚCI DOMPRESS.PL.

fot. Profit Development Osiedle Hemara

Tomasz Kaleta, dyrektor zarządzający ds. sprzedaży i marketingu w Develii

Obserwujemy utrzymującą się presję kosztową wynikającą przede wszystkim z niestabilnej sytuacji geopolitycznej, w tym przedłużającego się konfliktu na Bliskim Wschodzie, co może wpływać m.in. na ceny surowców, energii i koszty realizacji inwestycji. W efekcie w kolejnych kwartałach można spodziewać się stopniowego ograniczania przestrzeni do oferowania rabatów na rynku mieszkaniowym.

Na wzrost cen mieszkań mogą wpływać również ograniczona dostępność atrakcyjnych gruntów w największych miastach oraz dalsze decyzje dotyczące poziomu stóp procentowych. Mimo utrzymującej się niepewności geopolitycznej rynek mieszkaniowy pozostaje relatywnie stabilny a klienci aktywni. Nabywcy coraz częściej zwracają uwagę nie tylko na cenę lokalu, ale także na wiarygodność dewelopera, bezpieczeństwo zakupu oraz standard inwestycji.

Grzegorz Smoliński, członek zarządu Dom Development

Sytuacja geopolityczna, w tym trwające konflikty i napięcia w różnych regionach świata już dziś przekładają się na funkcjonowanie rynku nieruchomości. Obserwujemy, że część klientów przyspiesza decyzje zakupowe w obawie przed rosnącą inflacją, która przełoży się na wzrost cen mieszkań.

Jednocześnie widoczna jest presja kosztowa po stronie wykonawców i dostawców materiałów budowlanych. Szacujemy, że wzrost kosztów realizacji inwestycji w ostatnim czasie wynosi średnio około 250–300 zł na metrze kwadratowym. W konsekwencji część deweloperów dostosowuje poziom cen oraz ogranicza skalę udzielanych rabatów. Trudno jednak jednoznacznie wskazać, o ile dokładnie mogą wzrosnąć ceny mieszkań w tym roku, ponieważ zależy to od wielu zmiennych: wysokości inflacji, kosztów materiałów, sytuacji na rynku pracy, poziomu stóp procentowych, podejścia firm do rozpoczynania kolejnych projektów. Wszystkie te elementy razem kształtują bieżącą dynamikę cen na rynku pierwotnym.

Tomasz Stoga, prezes zarządu Profit Development

Geopolityka wpływa na rynek nieruchomości przede wszystkim pośrednio. Jeśli wzrosną ceny paliw, energii, transportu czy surowców, wcześniej czy później przełoży się to na koszty budowy.

Nie spodziewałbym się jednak gwałtownych wzrostów cen mieszkań wynikających wyłącznie z obecnej sytuacji geopolitycznej. Znacznie większy wpływ będą miały dostępność gruntów, koszty finansowania inwestycji, nowe regulacje oraz tempo wydawania decyzji administracyjnych. W dłuższym terminie największym problemem pozostaje ograniczona podaż mieszkań w atrakcyjnych lokalizacjach. To właśnie ona będzie wywierać największą presję na ceny.

Zbigniew Juroszek, prezes zarządu Atal

Koszty budowy w ubiegłym roku były stabilne, lecz ostatnio notujemy ich zwyżkę, przeciętnie o około 3-4 proc. w ujęciu r/r. Jeśli konflikt zbrojny na Bliskim Wschodzie będzie się przedłużać, a presja inflacyjna nasilać, głównie przez dostępność i ceny paliw to być może te parametry kosztowe będą rosły. W przeciwnym razie nie widzimy w tej chwili zagrożenia dla budżetów budów. Łagodząco, póki co, działa jeszcze wprowadzony pakiet osłonowy.

Oprócz napięć geopolitycznych, na rynek oddziałują także inne czynniki wpływające na koszt wytworzenia mieszkań, a ostatecznie na ich ceny. Na przykład przejściowa sytuacja na rynku gruntów spowodowana reformą planistyczną i ogólny deficyt dużych, dobrych działek pod budownictwo mieszkaniowe.

Nowe inwestycje uruchamiane będą przez deweloperów na gruntach zakupionych po coraz wyższych stawkach, trudno więc oczekiwać spadku cen nowych mieszkań w przyszłości. Do tego dochodzi arbitralność decyzji urzędniczych w zakresie procedowania pozwoleń, co wpływa na długość i pewność cyklu inwestycyjnego. To także przekłada się na ceny.

Witold Kikolski, członek zarządu MS Waryński Development S.A.

Niestabilność geopolityczna i związane z nią wahania cen paliw, energii czy kosztów transportu mają bezpośredni wpływ na sektor mieszkaniowy, ponieważ oddziałują na cały łańcuch realizacji inwestycji, od produkcji materiałów budowlanych po logistykę i wykonaw-

REKLAMA

8826otbr-b-M

eprasa.pl 94ed17ce49

stwo. Zakłócenia dostaw czy wzrost kosztów operacyjnych naturalnie zwiększają presję kosztową po stronie deweloperów, co w dłuższej perspektywie może znajdować odzwierciedlenie w cenach mieszkań.

Jednocześnie na poziom cen wpływają także inne czynniki, niezależne od inflacji czy sytuacji geopolitycznej, w tym m.in. ograniczona dostępność dobrze przygotowanych gruntów inwestycyjnych, wydłużające się procesy administracyjne, rosnące koszty przyłączy i wymogów technicznych czy zmieniające się regulacje. Warto podkreślić, że presja na wzrost cen mieszkań nie wynika wyłącznie z kosztów samej budowy, ale z całego otoczenia inwestycyjnego, na które branża ma ograniczony wpływ.

Zuzanna Należyta, dyrektor ds. handlowych w Eco Classic

Zasadniczym czynnikiem cenotwórczym w naszej branży jest koszt wytworzenia a w tym przede wszystkim koszt gruntu i budowy. Koszt budowy jest pochodną również cen paliw. Dopóki ceny paliw są regulowane trudno powiedzieć, jak to wpłynie na koszt budowy. Z pewnością na wzrost cen mieszkań zasadniczy wpływ ma podaż gruntów a tych zwłaszcza „bezproblemowych" działek jest coraz mniej. Dodatkowo miasta sporządzając nowy plan ogólny określają ilość gruntów pod budownictwo mieszkaniowe w oparciu o dane GUS, dotyczące ilości mieszkańców, a te dane w porównaniu do danych pochodzących z telefonii komórkowej czy zużycia wody są niższe 25-30 proc., a co za tym idzie plany będą zapewniały mniejszą niż potrzebna podaż gruntów. To z kolei doprowadzi do dalszych wzrostów cen.

Mariusz Gajżewski, Head of Sales, Marketing and Communication BPI Real Estate Poland

Sytuacja geopolityczna zawsze wpływa na gospodarkę, a sektor nieruchomości pozostaje szczególnie wrażliwy na wzrost kosztów energii, paliw i logistyki. Ewentualne zakłócenia łańcuchów dostaw mogą przełożyć się na wyższe ceny materiałów budowlanych i wydłużenie realizacji inwestycji.

Na ceny mieszkań wpływa obecnie, nie tylko inflacja i koszty wykonawstwa, ale również dostępność gruntów, nowe wymogi techniczne, rosnące koszty finansowania inwestycji oraz wydłużające się procedury administracyjne. Wszystkie te elementy powodują stopniowy wzrost kosztów realizacji nowych projektów. Nie spodziewamy się jednak gwałtownych skoków cen mieszkań porównywalnych z okresem po pandemii. W największych miastach możliwy jest raczej umiarkowany wzrost stawek za metr kwadratowy, szczególnie w projektach o wysokim standardzie i w centralnych lokalizacjach.

Joanna Chojecka, dyrektor ds. sprzedaży i marketingu na Warszawę, Wrocław i Łódź w Grupie Robyg

Sytuacja geopolityczna ma realny wpływ na sektor nieruchomości. Wzrost cen paliw, energii i transportu przekłada się bezpośrednio na koszty materiałów budowlanych i realizacji inwestycji. Dodatkowo, rynek pozostaje wrażliwy na zakłócenia łańcuchów dostaw oraz koszty finansowania.

Zakładamy, że ceny mieszkań nadal mogą rosnąć, choć skala wzrostów będzie zależeć od sytuacji makroekonomicznej, poziomu stóp procentowych i podaży nowych inwestycji. W największych miastach presję cenową podtrzymuje ograniczona dostępność gruntów oraz wydłużające się procedury administracyjne.

Poza inflacją, istotnym czynnikiem wzrostu cen są także rosnące koszty pracy, wymogi środowiskowe, nowe regulacje prawne oraz coraz wyższe standardy technologiczne i energetyczne budynków.

Andrzej Gutowski, dyrektor sprzedaży Ronson Development

W naszej ocenie sytuacja geopolityczna już dziś wpływa na rynek mieszkaniowy i koszty realizacji inwestycji. Widzimy to bardzo wyraźnie w nowych wycenach materiałów budowlanych oraz usług wykonawczych. Zakłócenia łańcuchów dostaw, wzrost cen ropy i transportu zaczynają realnie przekładać się na koszty budowy, a to z kolei będzie wpływać na ceny mieszkań.

Jeśli chodzi o ceny mieszkań, najbliższe 2-3 miesiące powinny być jeszcze względnie stabilne, natomiast już teraz widać wyraźny, choć stopniowy trend wzrostowy. Deweloperzy, wprowadzają podwyżki raczej delikatnie, ale systematycznie, dostosowując je do rosnących kosztów realizacji projektów. Trudno dziś precyzyjnie prognozować skalę wzrostów, ale można zakładać, że w tym roku ceny mieszkań mogą wzrosnąć średnio o około 7-8 proc. Oczywiście różnice będą także widoczne pomiędzy poszczególnymi rynkami lokalnymi.

Damian Tomasik, prezes zarządu Alter Investment

Rynek nieruchomości bardzo silnie reaguje dziś, nie tylko na stopy procentowe czy inflację, ale również na sytuację geopolityczną. Wzrost cen paliw, energii, transportu oraz potencjalne zakłócenia w łańcuchach dostaw bezpośrednio przekładają się na koszty realizacji inwestycji deweloperskich.

W praktyce każda większa niestabilność geopolityczna oznacza wyższe koszty wykonawstwa, od transportu materiałów budowlanych, przez logistykę, po ceny surowców i energii wykorzystywanej podczas budowy. Dodatkowo rynek nadal pozostaje bardzo wrażliwy na koszty finansowania dłużnego, które przy dużych projektach mają ogromne znaczenie dla finalnej ceny mieszkań.

Nie spodziewałbym się jednak dziś gwałtownych skoków cen, podobnych do tych obserwowanych po wybuchu konfliktu w Ukrainie. Bardziej prawdopodobny jest scenariusz stopniowego wzrostu cen mieszkań, szczególnie w największych miastach, gdzie nadal utrzymuje się ograniczona podaż dobrze przygotowanych gruntów i projektów.

Wzrost cen mieszkań może napędzać, nie tylko inflacja czy paliwa, ale również rosnące koszty finansowania inwestycji, ograniczona liczba atrakcyjnych gruntów miejskich, wydłużające się procedury administracyjne, nowe regulacje i wymogi techniczne, koszty związane z transformacją energetyczną i ESG, czy ograniczona podaż mieszkań w największych aglomeracjach.

W naszej ocenie w 2026 roku bardziej realny jest umiarkowany wzrost cen niż ich spadek. W największych miastach stawki mogą nadal rosnąć o kilka–kilkanaście procent rocznie, szczególnie w projektach dobrze zlokalizowanych i przygotowanych do szybkiej realizacji. Coraz większą rolę będzie odgrywać również przewidywalność projektu. Dlatego rynek coraz mocniej premiuje inwestycje, które są dobrze przygotowane formalnie i mogą być realizowane bez wieloletnich opóźnień administracyjnych.

fot. Yulia Kiyueva - stock.adobe.com

Andrzej Swoboda, wiceprezes zarządu, Grupa CTE

Sytuacja geopolityczna bez wątpienia pozostaje jednym z czynników, które mogą wpływać na dalszy wzrost cen mieszkań. Ewentualne wzrosty cen paliw, energii czy transportu bardzo szybko przekładają się na koszty realizacji inwestycji deweloperskich, od produkcji i dostaw materiałów budowlanych, po logistykę i wykonawstwo. Dodatkowo, wszelkie zakłócenia w łańcuchach dostaw mogą ponownie powodować okresowe niedobory niektórych materiałów oraz presję na wzrost cen.

Nie spodziewamy się jednak gwałtownych, dwucyfrowych wzrostów cen mieszkań w krótkim czasie, jak miało to miejsce w okresie najwyższej inflacji i po pandemii. Rynek jest dziś bardziej stabilny, a klienci znacznie ostrożniej podchodzą do decyzji zakupowych. Bardziej prawdopodobny wydaje się umiarkowany wzrost cen, w zależności od lokalizacji i segmentu rynku może to być kilka procent w skali roku.

Warto podkreślić, że na ceny mieszkań wpływa dziś nie tylko inflacja. Duże znaczenie mają także rosnące koszty pracy, ograniczona dostępność gruntów w atrakcyjnych lokalizacjach, coraz wyższe wymagania związane z efektywnością energetyczną budynków oraz koszty finansowania inwestycji. Istotnym czynnikiem pozostaje również sytuacja administracyjna, wydłużające się procedury uzyskiwania pozwoleń czy zmiany planistyczne wpływają na ograniczenie podaży nowych mieszkań.

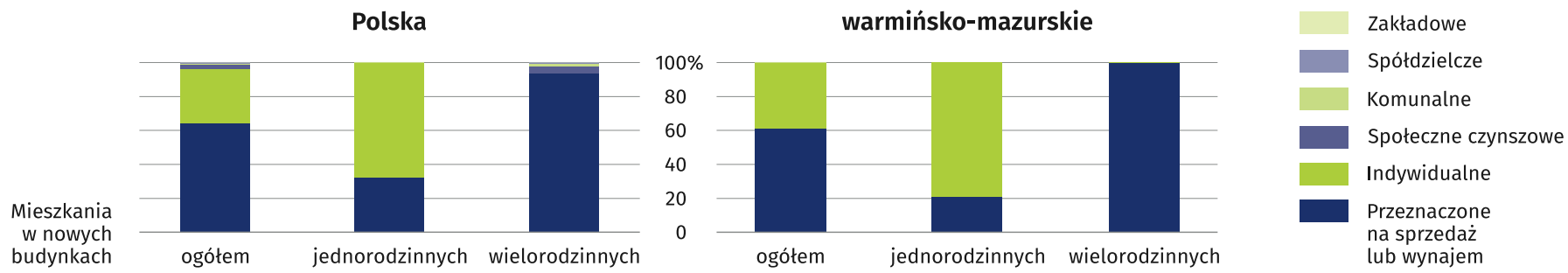
Z perspektywy rynku można spodziewać się dalszej selektywności klientów. Kupujący coraz częściej zwracają uwagę, nie tylko na cenę, ale również na jakość projektu, lokalizację, dostępność gotowych mieszkań i koszty utrzymania lokalu w przyszłości. Dlatego najlepiej będą radziły sobie inwestycje dobrze skomunikowane, oferujące funkcjonalne mieszkania i możliwość szybkiego odbioru.

źródło: dompress.pl

eprasa.pl 94ed17ce49

PARTNER WYDANIA
EKOBUD

Mieszkania oddane do użytkowania w nowych budynkach mieszkalnych według form budownictwa



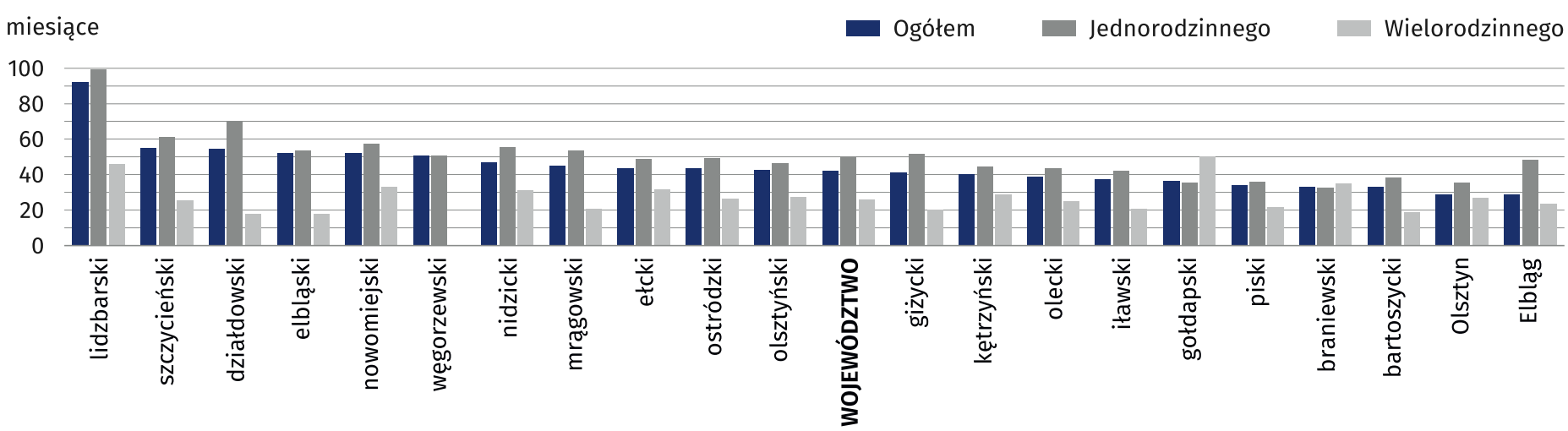
W 2025 r. w województwie warmińsko-mazurskim, podobnie jak w kraju, w strukturze mieszkań oddanych do użytkowania dominowały dwie formy budownictwa: przeznaczone na sprzedaż lub wynajem oraz indywidualne. W województwie udział obu tych form wyniósł razem niemal 100%, podczas gdy w kraju wystąpiły jeszcze pozostałe formy – społeczne czynszowe, komunalne oraz spółdzielcze (stanowiły łącznie 3,5%).

W przypadku budynków jednorodzinnych w województwie przeważało budownictwo indywidualne (79,3%) i jego udział był wyższy niż w kraju (67,4%). Budownictwo przeznaczone na sprzedaż lub wynajem stanowiło 20,7% (w kraju 32,4%). Pozostałe formy nie wystąpiły w tej kategorii budynków w województwie, natomiast w kraju ich łączny udział był nieznaczny (0,2%).

W przypadku budynków wielorodzinnych budownictwo przeznaczone na sprzedaż lub wynajem było formą niemal wyłączną – w województwie jego udział wyniósł 99,6%, a w kraju 93,5%. W tej kategorii w województwie nie odnotowano budownictwa społecznego czynszowego, komunalnego ani spółdzielczego – w kraju formy te stanowiły razem 6,3%.

Źródło: Dane Urzędu Statystycznego w Olsztynie

Przeciętny czas trwania budowy budynku mieszkalnego oddanego do użytkowania w 2025 r.



W 2025 r. w województwie warmińsko-mazurskim oddano do użytkowania 2 348 nowych budynków mieszkalnych – 2 287 jednorodzinnych i 61 wielorodzinnych. Przeciętny czas trwania budowy nowego budynku mieszkalnego, liczony od daty rozpoczęcia do terminu oddania do użytkowania, wyniósł 42 miesiące i zmniejszył się o około 2 miesiące w porównaniu z 2024 r. Najdłużej trwały budowy w powiecie lidzbarskim (92 miesiące), a najkrócej w Elblągu (29 miesięcy).

Budynki jednorodzinne budowano dłużej (50 miesięcy) niż wielorodzinne (26 miesięcy). Najdłuższy przeciętny czas budowy budynków jednorodzinnych odnotowano w powiecie lidzbarskim, natomiast najkrótszy w braniewskim. W przypadku budynków wielorodzinnych najdłużej trwały budowy w powiecie gołdapskim, a najkrócej w działdowskim.

Źródło: Dane Urzędu Statystycznego w Olsztynie

eprasa.pl 94ed17ce49