

# MAGAZYN *razem z dodatkami*

Prof. Rowiński: W wielu częściach kraju mamy poważne niedobory wody

● Magda Steczkowska: Jestem wdzięczna losowi za moją drogę ● Polityczny bój o rynek kryptowalut

**PLUS** TELEMAGAZYN z programem TV oraz omówieniami najciekawszych audycji i filmów



## kurier lubelski

Piątek-Niedziela 24-26.04.2026 | Nr. 49 (18.225) | Cena 5,50 zł (w tym 8% VAT) | [www.kurierlubelski.pl](http://www.kurierlubelski.pl)

**Partia Razem apeluje:** „Chrońmy mieszkańców, nie alkobiznes”  
**str. 3**



**Czarna seria na drogach.** Trzy osoby zginęły w wypadkach  
**str. 3**

**Czy piłkarze często grzeszą?** Z jakich zachowań kibice powinni się spowiadać?  
**str. 18**

Nr ISSN 2353-6136

Nr indeksu 350-32X



**Nadchodzi Czas Samurajów.**

Japonia sprzed tysiąca lat w Muzeum Narodowym

**STR. 5**



To nie jest rolnicza blokada. Zobacz, co się dzieje na S19 koło Kocka

**STR. 4**

REKLAMA

0211496057



W życiu liczy się  
**SZCZĘŚCIE**

Daj mu szansę i graj!



Graj w punktach LOTTO, w aplikacji i na [lotto.pl](http://lotto.pl)

18+



Agaton Koziński

ZAMKNIĘCI W PARADOKSIE  
SCHRÖDINGERA

W

szystko staje się coraz bardziej skomplikowane. Cieśnina Ormuz została otwarta, ale okazuje się zamknięta (albo na odwrót - oprócz wybitnych or-

muzologów pewnie nikt dokładnie nie wie, w jakiej fazie obecnie jesteśmy). Koalicja rządząca jest zjednoczona, choć Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz co drugi dzień stawia premierowi jakieś ultimatum (Donald Tusk zresztą odpowiada jej tym samym). PiS właśnie pęka na pół, mimo że regularnie deklaruje jedność we własnych szeregach - i pewnie najwybitniejsi znawcy od prawicy nie umieją dziś rozstrzygnąć, czy jest bardziej pęknięte, czy bardziej zjednoczone.

Tylko Konfederacja w polityce krajowej i Chiny w polityce zagranicznej pozycjonują się jako siły stabilne i przewidywalne. Oddzielna sprawa, czy jest to ta stabilizacja, której od życia naprawdę oczekujemy.

\*

Słynny teoretyk Erwin Schrödinger sformułował w 1935 roku eksperyment myślowy znany dziś jako „kot Schrödingera”. W skrócie - chodziło w nim o to, by ustalić, co się dzieje z kotem zamkniętym w pudełku, który został poddany działaniu substancji promieniotwórczych; czy ten kot jest żywy, czy martwy, i czy można to sprawdzić bez otwierania pudełka. Konkluzja następująca: tego nie wiadomo. Stąd wniosek, że kot jest albo żywy, albo martwy. Paradoks.

Dokładnie dziś ten paradoks obserwujemy w kolejnych obszarach życia. Kilka przykładów wymienię przed chwilą. Codziennie zastanawiamy się, czy kot Schrödingera żyje, czy już zmarł na kolejnych płaszczyznach naszego życia. Struktura rzeczywistości została silnie spłaszczona przez globalizację. Internetowe usieciwienie i totalne przyspieszenie wszystkich procesów sprawiają, że ogarnianie tego staje się coraz trudniejsze, dlatego najczęstszą reakcją dziś staje się wzruszenie ramion. Bo łatwiej się odciąć niż zrozumieć. A zrozumieć tym trudniej, im bardziej rzeczywistość jest skomplikowana. Sprężenie zwrotne.

\*

Niedawno wpadło mi w ręce nowe tłumaczenie słynnej książki „Bunt mas” José Ortega y Gasset z 1930 r. W środku piękne zdanie: „Poczuć zaskoczenie, zdumieć się, to zacząć rozumieć. Oto szczególnie luksus intelektualisty” - pisał hiszpański filozof. Dziś intelektualistów już nie ma, to wymarły gatunek. Ale zdanie celne i prawdziwe jak nigdy. W czasach pełnego przesilenia, gdy coraz więcej ludzi na coraz więcej spraw reaguje wzruszeniem ramion, królem staje się ten, kto zdoła zachować tę zdolność do tego, by „poczuć zaskoczenie”. A ten, kto wykorzysta to zaskoczenie, by najcelniej zdefiniować współczesność, zyska miano ponadczasowego klasyka, jakim dziś jest Gasset i jego „Bunt mas”.

Jeśli ludzkość w ogóle - w dobie tego natłoku wzajemnie nakładających się na siebie informacji i procesów - zachowywała w ogóle zdolność do elementarnej analizy faktów. Bo na razie wszyscy zachowujemy się, jakby to Schrödinger zamknął w pudełku nie kota, tylko nas wszystkich.

Adam Bula

Z PRAWY STRONY ZAKRZYWIONA  
CZASOPRZESTRZEŃ

T

ytuł jest pretensjonalny, prościej byłoby powiedzieć: opozycja zapada się w czarnej dziurze lub... że są w dupie. No ale sporo będzie o Francji, więc postawiliśmy na wariant elegancki.

O czym opozycyjna prawica dziś nie wspomni słowem: o rozmowach prezydenta Francji z premierem Tuskiem w Gdańsku podczas niedawnej wizyty. Czyli o planach wolnego od NATO-wskich procedur atomowego parasola nad Polską. Oczywiście, Macron chce dłużej: wojskowy atom, czyli Rafale z pociskami nuklearnymi na polskim niebie, w zamian za cywilny atom, czyli wybranie do budowy naszej drugiej elektrowni atomowej francuskiego, państwowego koncernu EDF.

To byłby tylko fragment tworzenia nowego układu sił, w którym polska armia, która w połowie lat 30. ma osiągnąć docelowy potencjał drugiej po Turcji lądowej siły w tej części świata, mocniej współpracuje z Francuzami, którzy chcą, byśmy u nich więcej wydawali na zbrojenia. W każdym razie podpisany w 2025 r. przez Tuska i Macrona traktat w Nancy o wzmocnionej współpracy i przyjaźni daje do tego solidną podkładkę.

O czym zaś mówi dziś prawica: że Macron nie spotkał się z prezydentem Nawrockim i że to przez Tuska, „który robił wszystko, żeby do takiego spotkania nie doszło”.

I tu właśnie zaczyna nam się rzeczywistość zakrzywiała, w typowej ostatnio dla prawicy sytuacji: wciąż ta sama opowieść do zmieniających się realiów powoduje nieuchronnie, że lądujemy w okolicach bełkotu. I tak Tusk, z „którym nikt się nie liczy i nie potrafi na świecie niczego załatwić”, wyraża na mocarza, który dyktuje prezydentowi Francji, z kim on może, a z kim nie się spotkać.

Tu mamy niespójność przekazu. W wielu innych kwestiach prawica płaci za wcześniejsze czyny, zmuszona do odwracania kota ogonem.

Taki prezydent Nawrocki w wywiadzie (bardzo przyjaznym) z redaktorami „Kanału Zero” przyznaje: „nie mam żadnego prawa nie przyjąć ślubowań od nowych sędziów TK”, by chwilę potem oznajmić: NIC TAKIEGO NIE MÓWIŁEM.

Jego minister Marcin Przydacz oświadcza zaś z dumą: „nie było żadnej publicznej wypowiedzi

Nawrockiego popierającej Orbana”. Co zgodne jest z aktualną linią pryncypała, który we wspomnianym wywiadzie wywiódł wywód: „Te implikacje, że ja wsparłem w jakiś wyraźny sposób Viktora Orbana, dla mnie są w ogóle dalekie od logiki”.

No i fajnie. Mniej fajnie ma najbojowszy z ministrów prezydenckich, Zbigniew Bogucki, pod falą pytań: dlaczego Nawrocki 2x zawetował ustawę o rynku kryptowalut, a nie złożył zapowiadanego po pierwszym wiece własnego projektu, regulującego ten rynek.

I tak oupadek ZondaCrypto i tysiące oszukanych klientów wybucha właśnie całemu towarzystwu centralnie w twarz. Wyjaśnienia prawicy z uwikłania i brania kasy od ciężkich oszustów: wina Tuska.

Coraz częściej porzuca się zresztą próby jakiegokolwiek uzasadnienia, wybierając drogę ordynarnych kłamstw i fejków generowanych przez AI. Taki poseł Janusz Kowalski wrzuca po prostu do sieci zdjęcie premiera Tuska „ubranego” w koszulkę z logo upadłej giełdy kryptowalut.

Co mu zrobisz? Przecież Nawrocki już wcześniej zawetował wielką ustawę dająca państwu narzędzia pozwalające reagować skuteczniej na takie draństwo w sieci.

I tak świat realny powoli oddala się od polskiej prawicy, zatopionej w rozważaniach, co prezes Kaczyński miał na myśli, mówiąc o dwóch płucach partii: frakcji „przyszłego premiera” Czarnka i byłego premiera Morawieckiego.

A w tym świecie realnym dzieje się poważna polityka, coraz mniej oglądająca się na antytuskowych frustratów. W uniwersum Ursuli K. Le Guin władzę dawało poznanie prawdziwego imienia przeciwnika, co wyłożyła w jednym z opowiadań, w którym czarodziej się pomylił, wymawiając imię smoka. Skończyło się dla niego tak, jak skończy się dla PiS, jeśli nie zrozumie, że ich smok nie nazywa się już „TUSK”. Jego prawdziwe imię brzmi: „Kto Sieje Wiatr Zbiera Burzę”.

Oczywiście, na dziś obronne gadki z Francuzami mogą być tyle warte, co w 39. Przełomem byłoby stałe stacjonowanie francuskiego skrzydła z pociskami nuklearnymi na naszych lotniskach. I to wcale nie jest przeciwko atomowym gwarancjom USA w ramach NATO. To po prostu alternatywa lub argument dla rządu, który nie jest bezwarunkowym wasalem administracji Donalda Trumpa.

I znów, jak się nie obróć, prawa dupa z tyłu. Tu z sejmowym holdem dla ich nowego imperatora.

Ustawa ws. kryptoaktywów została dwa razy zawetowana i chcę powiedzieć jasno i precyzyjnie: to jest po prostu odpowiedzialność pana prezydenta Nawrockiego. Doprowadził do tego, że ludzie tracą w tej chwili pieniądze, oszczędności. Nie ucieknie od tej odpowiedzialności

# nasz REGION

## Czarna seria na drogach. Trzy osoby zginęły w wypadkach

Aleksandra Szymczak, JS  
Lubelskie

**To była czarna seria na drogach województwa lubelskiego. W ciągu kilkunastu godzin w wypadkach zginęły aż trzy osoby.**

W środowy wieczór w miejscowości Wymysłów (pow. kraśnicki) kierujący samochodem osobowym stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w drzewo. Młody mężczyzna w wieku 19 lat poniósł śmierć na miejscu. Okazało się, że nie posiadał prawa jazdy.

Również w środę, w miejscowości Nowy Uścimów w pow. lubartowski, zginął 26-letni motocyklista. Prawdopodobnie jechał z dużą prędkością, bo gdy stracił panowanie nad pojazdem wypadł w pole, daleko od pasa drogi. Poniósł śmierć na miejscu.

W czwartek przed godziną 6 nad ranem w miejscowości Tarkawica (pow. lubartowski) zderzyły się dwa busy, Fiat i Opel. W wypadku uczestniczyło łącznie pięć osób. Jedna z nich została ranna i przewieziona do szpitala. Na miejscu zginął pasażer Fiata.

- Jak wynika ze wstępnych ustaleń policjantów, kierujący samochodem marki Fiat nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu, doprowadzając do zderzenia z busem marki Opel - przekazał „Kurierowi” mł. asp. Marcin Bajon z policji w Lubartowie.

**Pijany kierowca BMW wjechał w budynek**

Pod Annopolem też mogło dojść do tragedii. Pijany kierowca rozbił samochód wjeżdżając w budynek. Na szczęście wszyscy wyszli z tego cało. Ba, nawet mieli siłę uciec...

Jak ustalili policjanci, kierujący samochodem marki BMW, będąc w stanie nietrzeźwości, stracił panowanie nad pojazdem i uderzył w budynek gospodarczy. Siła uderzenia spowodowała poważne zniszczenie zarówno pojazdu jak i obiektu.

Zamiast wezwać pomoc lub zgłosić zdarzenie, kierowca uciekł z miejsca kolizji. Funkcjonariusze z Annopola dzięki zebranych informacjom szybko wytypowali podejrzanego 24-letniego mężczyznę, a następnie go zatrzymali.

- Badanie wykazało, że miał w organizmie ponad 2 promile alkoholu. Mężczyzna został zatrzymany. Jak się później okazało, w pojeździe znajdowali się także pasażerowie, którzy również uciekli z miejsca zdarzenia - przekazała „Kurierowi” asp. Marzena Sałata z policji w Kraśniku.

Zatrzymany usłyszał zarzuty kierowania pojazdem w stanie nietrzeźwości, spowodowania kolizji drogowej oraz prowadzenia samochodu bez wymaganych uprawnień. Grozi mu kara do 3 lat pozbawienia wolności i wysoka grzywna. Sąd może również orzec przepadek pojazdu albo raczej jego równowartości, bo z BMW niewiele zostało.



Kolizja w gm. Annopol. Tu kierowca BMW wjechał w budynek i uciekł z miejsca zdarzenia

### LUBLIN

#### Koncert Lata z Radiem i z Telewizją Polską

„Kurier Lubelski” ustalił, że na wakacyjnej trasie koncertów plenerowych Lata z Radiem i TVP znalazł się Lublin. Z naszych informacji wynika, że koncert odbędzie się 8 sierpnia 2026 r. - Aktualnie trwają uzgodnienia w tej sprawie. Jesteśmy jeszcze na ich wstępnym etapie - poinformowała Anna Czerwonka z biura prasowego ratusza. AP



### POWIAT ZAMOJSKI

#### Był bardzo poszukiwany

Policjanci zatrzymali recydywistę ukrywającego się od paru lat, poszukiwanego aż ośmioma listami gończymi, Europejskim Nakazem Aresztowania i jeszcze czerwoną notą Interpolu. LUB

## Razem apeluje: „Chrońmy mieszkańców, nie alkobiznes”

Joanna Jastrzębska  
Lublin

**Czy Lublin dołączy do ponad 200 gmin, w których obowiązuje nocna prohibicja. Zakaz sprzedaży alkoholu miałby funkcjonować od godz. 23 do 6 rano, czyli godzinę później niż w innych miastach.**

O zakazie sprzedaży alkoholu w nocy mówi się w Lublinie od jesieni. Radni klubu prezydenta Krzysztofa Żuka zapowiedzieli wówczas prace nad projektem uchwały w tej sprawie. Ale warto przypomnieć, że temat nie jest nowy - nocna prohibicja mogła funkcjonować w mieście już w 2022 r., kiedy to straż miejska zainicjowała projekt uchwały. Z porządku obrad sesji wycofał go wówczas Krzysztof Żuk.

Drugie podejście do ograniczenia sprzedaży alkoholu w Lublinie zaplanowano w najbliższy czwartek 30 kwietnia. Radni prezydenckiego klubu proponują, by prohibicja trwała od godz. 23 do 6.

Przychylnym okiem na projekt patrzy większość rad dzielnic. Niektóre zwracały jednak uwagę, że nocną prohibicję warto byłoby powiązać z godzinami funkcjonowania ciszy nocnej i rozpocząć od 22. Tego zdania jest rada dzielnicy Za Cukrownią i Starego Miasta.

Podobna myśl przyswiera przedstawicielowi lubelskiego



Przedstawiciele partii Razem chcą zakazu sprzedaży alkoholu w godz. 22-6. Radni zajmą się tym tematem na sesji 30 kwietnia

okręgu partii Razem, którzy twierdzą, że zakaz w godzinach 23-6 jest skrojony pod potrzeby pewnej sieci sklepów, które są otwarte do 23.

- Klub Krzysztofa Żuka kolejny raz udowadnia nam, że dobro społeczne, dobro publiczne nie jest priorytetem dla tego klubu. W 2022 roku Straż Miejska, przy poparciu policji, wniosowała o nocne ograniczenie sprzedaży alkoholu. Klub Krzysztofa Żuka nie znalazł zrozumienia dla tego postulatu, pomimo, że argumentami Straży Miejskiej były spokość, bezpieczeństwo, dobro publiczne - uważa Szymon Furmانيak z Razem.

Jego partyjna koleżanka Wioleta Malinowska zwraca

z kolei uwagę na problemy zdrowotne generowane albo przynajmniej potęgowane przez alkohol.

- Co jest dla nas ważniejsze: nasze bezpieczeństwo czy interes biznesu, który sprzedaje nam truciznę, jaką jest alkohol? Cisza nocna zaczyna się o 22 i od tej godziny mamy prawo do bezpiecznego i spokojnego odpoczynku. Utrzymywanie dostępności alkoholu jeszcze przez godzinę totalnie przeczy temu prawu: zwiększa ryzyko zakłóceń porządku publicznego i agresywnych zachowań. Alkohol to trucizna, która szkodzi nie tylko osobom, które nadużywają alkoholu, ale całemu otoczeniu, a przede wszystkim dzieciom, które są

świadkami chaosu i często ofiarami przemocy wynikającej z nadużywania (...). Chrońmy mieszkańców, a nie alkobiznes - postuluje.

Joanna Sulima z zarządu okręgu lubelskiego partii Razem zwraca uwagę na działalność Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych w Lublinie, za udział w której członkowie i członkinie pobierają miesięcznie nawet 4 tys. zł diety.

- Bardzo liczny organ, bo trzydziestoosobowy, powoływany przez prezydenta miasta. W jego skład wchodzi wiele osób powiązanych czy to z klubem prezydenta Krzysztofa Żuka, czy z lubelską Koalicją Obywatelską. Komisja nigdy nie zaapelowała do rady miasta o wprowadzenie ograniczeń sprzedaży alkoholu, a przecież na co dzień styka się z konsekwencjami jego spożywania i nadużywania. Ponadto opiniuje wnioski o wydanie zezwolenia na sprzedaż napojów alkoholowych i w latach 2024-2025 dała zielone światło każdemu, kto się zgłosił. Ta komisja rocznie wydaje niemal 700 zgód na sprzedaż alkoholu w Lublinie, liczby mówią same za siebie. Koszty leczenia chorób związanych z alkoholem w Polsce idą w wielomilionowe kwoty, tymczasem zyski z akcyzy pokrywają tylko 20-30 proc. tych kosztów - zauważa Joanna Sulima.

## Bracia obrabowali plebanię. Wpadli po pościgu

Aleksandra Szymczak  
Lubelskie

**Dwaj bracia włamali się na plebanię i ukradli około 18 tys. zł. Wpadli podczas ucieczki.**

Do zdarzenia doszło w niedzielę na plebanii w gm. Jaraczów w pow. tomaszowskim. Dwaj sprawcy z kominiarkami na głowach, po przełamaniu wkładki zamka w drzwiach wejściowych, weszli do budynku skąd skradli około 18 tys. zł. - Po włamaniu sprawcy

odjechali z miejsca zdarzenia i zmierzali w kierunku województwa podkarpackiego - przekazał „Kurierowi” podinsp. Andrzej Fijołek, rzecznik prasowy komendanta wojewódzkiego Policji w Lublinie.

Policjanci z Tomaszowa, Lublina oraz Rzeszowa zorganizowali wspólną akcję ujęcia włamywaczy. Podjęto próbę ich zatrzymania, ale mimo nadawanych sygnałów, uciekinierzy nie zatrzymali auta i kontynuowali ucieczkę.

- W pewnym momencie nasi funkcjonariusze dogonili

uciekające auto, wyprzedzili je i zablokowali drogę kilkoma radiowozami - mówi podinsp. Andrzej Fijołek. Kierowca nie miał innego wyjścia i zatrzymał samochód. Został ujęty wraz z pasażerem.

Okazało się, że włamywacze są braćmi w wieku 34 i 38 lat (mieszkańcy gminy Jasło), karani wcześniej za podobne przestępstwa. W samochodzie policjanci znaleźli pieniądze, kominiarki oraz wytrychy służące do otwierania zamków.

Obaj zostali doprowadzeni i przesłuchani w Prokuraturze

Rejonowej w Tomaszowie Lubelskim, usłyszeli zarzut kradzieży z włamaniem.

- Ponadto 34-latek usłyszał zarzut niezatrzymania się do kontroli drogowej. Z uwagi na swoją przeszłość obaj będą odpowiadać w warunkach recydywy, dlatego grozi im nie 10, ale 15 lat pozbawienia wolności - tłumaczy podinspektor Fijołek.

Postanowieniem Sądu Rejonowego w Tomaszowie Lubelskim, zostali tymczasowo aresztowani na 3 miesiące. ©©

## Nową drogą dojedziemy na stację kolejową na Ponikwodzie

Artur Jurkowski  
Lublin

**Kolejna drogowa inwestycja na Ponikwodzie, która pozwoli dojechać do stacji kolejowej.**

Chodzi o budowę dojazdu oraz wykonanie nowoczesnego węzła przesiadkowego przy stacji PKP Lublin Ponikwoda. Zarząd Dróg i Transportu Miejskiego wskazał właśnie najkorzystniejszą ofertę złożoną w przetargu na przeprowadzenie robót. Wybór padł na Strabag.

Łącznie inwestycja ma objąć prace przy drogach o długości 993 m. Powstanie nowa ulica (przedłużenie ul. Świdnickiej), która ma przebiegać wzdłuż torów. Będzie miała ponad 600 m długości. Na liście „do zrobienia” są budowa lub rozbudowa: ul. Trześniowskiej, ulicy bez nazwy, ul. Paprociowej. Chodzi o jezdnie, skrzyżowania, drogi dla pieszych, drogi dla rowerów, drogi dla pieszych i rowerów, zjazdy, zatoki autobusowe.

Wstępnie ZDiTM szacował koszt prac na 33,7 mln zł. Strabag za wykonanie robót ma dostać 18,7 mln zł, czyli o 15 mln zł mniej niż wskazywały pierwotne szacunki. - Postępowanie jeszcze trwa, bo teraz jest czas na ewentualne odwołanie od naszego rozstrzygnięcia. Później przeprowadzona zostanie, ze względu na dofinansowania unijne, kontrola uprzednia. Dopiero po jej zakończeniu będziemy mogli podpisać kontrakt z wykonawcą - informuje dyr. ZDiTM Grzegorz Malec.

Obwodnica Kocka i Woli Skromowskiej liczy 7,8 km. Roboty objęły przede wszystkim budowę drugiej jezdni. Pierwsza powstała w 2011 r. Ponadto skorygowane zostały łącznice istniejących węzłów Kock Północ i Kock Południe. Powstały dwa mosty na Wieprzu oraz Tyśmienicy oraz dwa wiadukty, a także drogi obsługujące przyległy teren i przejścia dla małych zwierząt.

Jakub Sarek  
Lubelskie

**W maju ma zostać oddana do użytku obwodnica Kocka i Woli Skromowskiej w ciągu S19. Trasa liczy 7,8 km. Każdy jej kilometr kosztował ponad 20 mln zł.**

To będzie pierwszy z budowanych na północ od Lublina odcinków trasy S19, którym pojedą kierowcy na terenie woj. lubelskiego. - Zaawansowanie prac wynosi 99 proc. - mówi Łukasz Minkiewicz, rzecznik lubelskiego oddziału Generalnej Dyrekcji Dróg Krajowych i Autostrad. - W tej chwili trwają w zasadzie prace porządkowe i wykończeniowe: malowane jest oznakowanie poziome. Te roboty powoli dobiegają końca, w maju planujemy udostępnić tej drogi w pełnym zakresie, czyli dwie jezdnie i dwa pasy ruchu w obu kierunkach.

Obwodnica Kocka i Woli Skromowskiej liczy 7,8 km.

Roboty objęły przede wszystkim budowę drugiej jezdni. Pierwsza powstała w 2011 r. Ponadto skorygowane zostały łącznice istniejących węzłów Kock Północ i Kock Południe. Powstały dwa mosty na Wieprzu oraz Tyśmienicy oraz dwa wiadukty, a także drogi obsługujące przyległy teren i przejścia dla małych zwierząt.

- W ramach tego odcinka wykonanych zostało 120 ty-



W tej chwili na S19 pod Kockiem trwają prace wykończeniowe, malowane jest oznakowanie poziome

sięcy metrów kwadratowych masy bitumicznej. Można to porównać do 17 pełnowymiarowych boisk piłkarskich. Jeśli chodzi o podbudowę drogi, to wykorzystano 40 tysięcy ton kruszywa łamanego. Tę masę można porównać do, mniej więcej 10 wież Eiffli. Inwestycja niby nie jest duża, ale jednak jej skala jest ogromna - wylicza Łukasz Minkiewicz.

Kontrakt na realizację tej inwestycji trafił w ręce firmy Polacqua. Opiewał na 183,4 mln zł. - Ale ze względu na waloryzację koszty wzrosły do ok. 200 mln zł - sprecyzował Minkiewicz.

S19 na terenie woj. lubelskiego będzie miała łącznie ok. 190 km długości. Kierowcy ko-

rzystają już z południowych odcinków S19: od Lublina do granicy z województwem podkarpackim.

Północną część S19 na terenie woj. lubelskiego podzielono na sześć odcinków. Mają łącznie ok. 100 km długości.

- Planujemy udostępnić kierowcom ten cały ciąg na przełomie 2028 i 2029 r. Dzięki niemu podróż z Lublina w kierunku Międzyrzecza Podlaskiego, granicy województwa

**Budowę północnej części S19 podzielono na sześć odcinków. Mają łącznie ok. 100 km długości**

lubelskiego z mazowieckim, skróci się blisko o połowę - przekonuje Minkiewicz.

**Wojewoda podpisał zrid**

Tymczasem drogowcy mogą rozpocząć roboty przy budowie ostatniego, północnego fragmentu S19 w woj. lubelskim. Połączy on Międzyrzec Podlaski z Radzyniem Podlaskim. Wojewoda lubelski wydał właśnie decyzję o zezwoleniu na realizację inwestycji (zrid). Ma on liczyć 22,3 km. Decyzja pozwala na rozpoczęcie procedury odszkodowawczej za przejmowane na rzecz Skarbu Państwa nieruchomości i umożliwia przekazanie wykonawcy placu budowy.



Z nowego dojazdu do stacji kolejowej kierowcy powinni skorzystać najpóźniej pod koniec 2027 r.

## Komfort dla pasażerów. Nowe autobusy w Lublinie i Zamościu

Bogdan Nowak,  
Artur Jurkowski  
Zamość/Lublin

**W ostatnich dniach powiększył się tabor komunikacji miejskiej w Lublinie i Zamościu. Do obu miast już dotarły pierwsze partie nowoczesnych autobusów.**

W Zamościu wszystkie nowe wozy to pojazdy elektryczne i będą jeździć w barwach miasta, czyli w kolorach żółto-czerwonym. Jak informuje ratusz, ma ich być czternaście i będą użytkowane we flocie Miejskiego Zakładu Komunikacji w Zamościu. Wartość zakupu tych nowoczesnych pojazdów, a także siedmiu podwojnych ładowarek - to około 44 mln zł. Warto podkreślić, że 88 procent tej kwoty to środki z Krajowego Planu Odbudowy.

- MZK zdecydowało się kolejny raz skorzystać z oferty



Takie autobusy marki MAN będą jeździć po ulicach Zamościa. W sumie będzie to 14 nowych pojazdów

MAN Polska (pierwszych 14 autobusów elektrycznych tej firmy trafiło do Zamościa w 2023 roku). Realizacja zamówienia przebiegała bezproblemowo i zgodnie z planem dostawy już trwają - informuje ratusz.

Autobusy nie ruszą od razu na trasy. Niezbędne są jeszcze m.in. ich odbiory techniczne, rejestracja i m.in. przeszkolenie kierowców. Jest szansa, że pojedą na początku maja. Będą obsługiwać trasy nie tylko

w mieście, ale również w podzamojskich gminach, które mają umowy z MZK.

**W Lublinie nowe hybrydy już kursują**

16 kwietnia na ulice Lublina wyjechało pięć autobusów przegubowych Solaris Ubrino 18 plug-in hybryda. W sumie hybryd ma być dwadzieścia, a dostarczy je firma Solaris Bus&Coach. Cały kontrakt opiewa na 72,5 mln zł. - To jest nowości

w Lublinie. Do tej pory aut hybrydowych z doładowaniem plug-in w Lublinie nie było. To są pierwsze takie jednostki. Ich zaletą jest, że w pewnych częściach miasta będą jeździły na baterii, czyli będą niskoemisyjne jak elektryki - opisuje Krzysztof Musiał, regionalny dyrektor sprzedaży Solaris Bus&Coach.

Hybrydy spalają o ok. 20 proc. mniej paliwa niż autobusy napędzane wysokoprężnym silnikiem spalinowym.

Nowe hybrydy to pojazdy niskopodłogowe i przystosowane do przewozu osób z niepełnosprawnościami, wyposażone w monitoring, głosową zapowiedź przystanków, tzw. ciepłe guziki oraz system do zliczania pasażerów, a także automaty do sprzedaży biletów.

Autobusy są w pełni klimatyzowane i wyposażone w porty USB oraz stojaki pozwalające na bezpieczny przewóz roweru.

- Do tej pory w pojazdach takich stojaków nie było, co czasami wywoływało spory między kierowcą z pasażerem - przypomina Bogdan Kołciuk, prezes MPK Lublin.

Pojazdy mają 18 metrów długości i pomieszczą 120 pasażerów, w tym 40 na miejscach siedzących. Ponadto autobusy dysponują systemem „asystenta prawej strony”, który pilnuje, aby nie doszło do najechania, np. na rowerzystę czy przypadkowego pieszego.

Pierwsza transza - pięć pojazdów - już jeździ na liniach i obsługuje linie nr: 14, 15, 17, 26 i 57. Kolejnych sześć pojazdów czeka w zajezdni na dopuszczenie do ruchu. Do końca miesiąca przyjadą pozostałe. W sumie będzie 20 nowych pojazdów.

- Natomiast z drugiego przetargu, do końca czerwca będziemy mieć jeszcze dziewięć identycznych pojazdów - uzupełnia prezes Kołciuk. Za te 9 hybryd MPK zapłaci 33 mln zł.

- Stawiamy na przeguby: autobusy przegubowe, osiemnastometrowe, dwusegmentowe. Dlaczego? Po pierwsze - wygodą, bo jest więcej miejsca. Po drugie - zmienia się specyfika przewozowa i większych pojazdów potrzebujemy m.in. ze względu na obsługę ruchu pasażerskiego w godzinach szczytów przewozowych - wyjaśnia Grzegorz Malec, dyrektor Zarządu Dróg i Transportu Miejskiego w Lublinie.

# Nadchodzi Czas Samurajów. „Ich miecze były jednymi z najpiękniejszych narzędzi mordy na świecie”

Joanna Jastrzębska  
Lublin

**Broń, zbroje i inne artefakty ery samurajów od dziś będzie można oglądać w Muzeum Narodowym w Lublinie.**

Na wystawie „Czas Samurajów” w Muzeum Narodowym na lubelskim Zamku występuje prawie 600 eksponatów z 13 różnych ośrodków. Kiedy zaglądamy do sal wystawowych w środę rano, praca wre.

## Było to tysiąc lat temu

Wystawa szykowana przez Małgorzatę Siedlaczek, Mariolę Tymochowicz, Macieja Drewniaka i ich zespół opowiada o epoce zapoczątkowanej tysiąc lat temu.

- Czas samurajów, czyli okres Edo, to czas pokoju, ponad 250 lat pokoju. W tym okresie rzemieślnicy wykazywali ogromne umiejętności i wkładali dużo precyzji w przygotowanie poszczególnych części, ale dla samurajów był to też czas rozwoju kulturowego,



FOT. MUZEUM NARODOWE W LUBLINIE

**Jeden z eksponatów, który można zobaczyć na wystawie. „Czas Samurajów” będzie na lubelskim Zamku do 27 września**

kiedy korzystali z różnych dróg mających dopomóc im w pracy nad sobą, tej duchowej. I to też pokażemy na naszej wystawie: drogę herbaty, drogę kadzidła, drogę kaligrafii. Bardzo zależało nam, żeby ukazać samuraja nie tylko jako wojownika, ale też jako miłośnika sztuki - mówi

Mariola Tymochowicz z Działu Kultury Materialnej i Duchowej Sekcji Etnografii Muzeum Narodowego w Lublinie, jedna z trzech osób kuratorskich.

„Czas Samurajów” pokazany na lubelskim Zamku będzie igrał z naszym wyobrażeniem tych japońskich wojowni-

ków na wiele sposobów. Jednym z nich, poza sferą duchową, będzie przypomnienie o samurajkach.

- Było kilka legendarnych kobiet wojowniczek, które w Japonii określa się mianem Onna-bugeisha. Jedną z najbardziej znanych jest Tomoe Gozen, która żyła na przełomie XII i XIII wieku - snuje opowieść Małgorzata Siedlaczek, kierowniczka Działu Edukacji Muzeum Narodowego w Lublinie i współkuratorka wystawy. - Są o niej liczne opowieści, wiemy nawet, jak wyglądała - miała dużo bardziej śniadą twarz niż pozostałe kobiety i długie lśniące włosy. Jej wizerunek pokażemy na jednym z drzeworytów. Co istotne, wojowniczkę nie władały mieczem; najczęściej ich bronią była naginata, ale posługiwały się również łukiem. Tomoe Gozen słynęła z tego, że potrafiła pokonać z niego całe szeregi wojsk, które stały naprzeciw niej.

## Broń krwawa i piękna

Wystawa ulokowana jest w dwóch salach. W pierwszej

znajdziemy drzeworyty dwóch najsłynniejszych japońskich Utagawy Kuniyoshiego oraz Utagawy Hiroshigiego - ponieważ można je eksponować najdłużej dwa-trzy miesiące, prace będą rotowane. W drugiej sali znajdą się eksponaty rzemieślnicze, w tym rzecz jasna broń. W 99 proc. pochodzi z SAMURAI Museum Berlin - kolekcji Petera Jansena, ale też z polskich ośrodków. Choć może to dziwić, skromne eksponaty z tej kategorii znalazły się też w zbiorach lubelskiego muzeum. Pochodzą z początków istnienia placówki, a ich obecność na wystawie jest nawiązaniem do 120. jubileuszu powstania instytucji. Jak mówi zespół kuratorski, nawet niewielkie placówki dysponują eksponatami z ery samurajskiej, co ma dowodzić ogólnej fascynacji tym okresem.

- To odmienna kultura od naszej i widać ją, nawet jak przejrzymy się uzbrojeniu. I pewnie dlatego też małe jednostki je kolekcjonują, bo są to rzeczy tak inne i tak piękne, wszystkie detale wykonane

z taką pieczołowitością. Do zdobienia mieczy i zbroi użyto dużo technologii. Zresztą katana, czyli miecz utożsamiany z samurajem, jest uważany za jeden z najpiękniejszych na świecie. Narzędzie mordy, ale najpiękniejsze - mówi współkurator Maciej Drewniak, kustosz sekcji archeologii Muzeum Narodowego w Lublinie. - Pokażemy uzbrojenie od podszewki, rozbierając miecz na części. Głównia, czyli miecz, była wkładana do różnych pochew, do różnej kashiry, czyli całej obudowy, i zmieniało się je w zależności od humoru i majątności właściciela. Mógł sobie korzystać z innych co chwilę, żeby pokazać się w różnych oprawach.

Ścieżka zwiedzania całości „Czasu Samurajów” zainaugurowana zostanie wernisażem w piątek 24 kwietnia o godz. 18. Wystawę będzie można oglądać do 27 września. W planach są liczne wydarzenia towarzyszące, które przybliżą wiedzę o kulturze samurajów, m.in. pokaz filmów i ceremonia parzenia herbaty.

MATERIAL INFORMACYJNY T-MOBILE POLSKA

0011508267

## Jak działa dezinformacja klimatyczna? Już nie zaprzecza zmianom klimatu

**Debatą o klimacie coraz rzadziej dotyczy tego, czy zmiany klimatyczne faktycznie zachodzą, a coraz częściej odnosi się do tego, czy warto coś z nimi robić. I właśnie w tej przestrzeni panoszy się dziś dezinformacja klimatyczna. Nie krzyczy, nie zaprzecza nauce. Raczej zaskarża wątpliwości. Te z kolei mają swoją cenę - i to bardzo konkretną. Dlatego właśnie jednym z filarów działań na rzecz klimatu jest dziś walka z dezinformacją. Taki jest cel kampanii „Klimat bez fejków” stworzonej z okazji Dnia Ziemi.**

Raport przygotowany przez UNEP/GRID-Warszawa, w ramach kampanii T-Mobile, nie pozostawia wątpliwości. Większość Polek i Polaków dostrzega, że zmiany klimatu są realnym zagrożeniem, jednak aż 52% z nich uważa, że wynikają one głównie z naturalnych procesów, mimo że naukowy konsensus mówi coś innego.



Ta rozbieżność nie wynika wyłącznie z braku wiedzy. To efekt funkcjonowania w środowisku informacyjnym, w którym fakty miesza się z opiniami, a interpretacje często zastępują dane.

## Koszty dezinformacji

Dezinformacja rzadko daje gotowe odpowiedzi na zadawane pytania. Częściej wprowadza element niepewności, jednak i ona ma bardzo realne konsekwencje. Gdy nie jesteśmy pewni, czy transformacja energetyczna ma sens, odkładamy decyzje: o inwestycji w odnawialne źródła energii, o modernizacji domu, o zmianie

sposobu korzystania z energii. Podobnie działają firmy i instytucje - wstrzymują projekty, czekają na „lepszy moment”.

## „To się nie opłaca” - mechanizm narracji kosztowej

Jedną z często stosowanych narracji w debacie o zmianach klimatu jest odwoływanie się do wysokich kosztów działań klimatycznych. Transformacja klimatyczna bywa w tym ujęciu przedstawiana jako proces kosztowny, obciążony ryzykiem i prowadzący do nierównomiernego rozłożenia obciążeń finansowych. Taki sposób komuni-

kowania koncentruje uwagę odbiorców na bezpośrednich wydatkach, z którymi mogą się oni łatwo utożsamić. W Polsce dyskusja na temat klimatu często odnosi się do kwestii takich jak rachunki za energię, koszty ogrzewania czy ceny paliw. W efekcie w mniejszym stopniu uwzględniane są koszty braku działań, które są trudniejsze do zauważenia, rozłożone w czasie i mniej jednoznacznie przypisywane konkretnym decyzjom lub zaniechaniom.

## Erozja zaufania

Równie istotnym skutkiem dezinformacji jest spadek zaufania do naukowców i ekspertów. Choć 77% Polaków deklaruje zaufanie do nauki, jednocześnie wielu uważa, że naukowcy są zależni od swych źródeł finansowania. Podobny problem dotyczy instytucji publicznych i biznesu. W efekcie mamy sytuację, w której brakuje wiarygodnego punktu odniesienia. Każda informacja może zostać zakwestionowana. Jest to szczególnie groźne w obszarze, który wymaga długofalowego planowania i szerokiego poparcia społecznego.

## Jak unikać dezinformacji? 5 porad

Czy da się samodzielnie demaskować dezinformację i zaprowadzić trochę porządku w informacyjnym chaosie? Jak najbardziej!

1. Sprawdź źródło. Nie każda informacja w internecie jest rzetelna - nawet jeśli wygląda profesjonalnie. Zadaj sobie pytanie: „kto to opublikował? Czy to instytucja, naukowiec, czy ekspert, którego doświadczenia nie możesz potwierdzić?”. Jeśli nie możesz łatwo znaleźć autora lub organizacji - zachowaj ostrożność.
2. Zatrzymaj się na chwilę. Dezinformacja działa na emocjach - szczególnie na złości, strachu lub oburzeniu. Jeśli coś wywołuje silną reakcję, to sygnał, żeby sprawdzić to dokładniej. Nie udostępniaj informacji od razu. Daj sobie minutę i ją sprawdź.
3. Sprawdź datę i kontekst. Często prawdziwe informacje są używane w niewłaściwym kontekście. Zadaj sobie pytanie: „kiedy to się wydarzyło? Czy dotyczy tego samego kraju lub sytuacji?”. Stare dane i zdjęcia mogą wyglądać jak nowe.
4. Szukaj więcej niż jednego źródła. Jeśli informacja jest prawdziwa, zwykle pojawia się w kilku wiarygodnych miejscach. Sprawdź, czy inne media lub instytucje potwierdzają tę informację oraz czy pojawiają się różne opinie ekspertów. Jedno źródło to za mało.
5. Uważaj na proste odpowiedzi na złożone problemy. Zmiana klimatu to złożony temat - jeśli ktoś oferuje jedną prostą przyczynę lub jedno proste rozwiązanie, warto zachować ostrożność. Sygnały ostrzegawcze: „To wszystko wina jednej rzeczy”, „Nikt wam tego nie powie”, „To ukrywana prawda”.

Dowiedz się więcej na stronie [klimatbezfejkow.pl](https://klimatbezfejkow.pl)

## POLICJA

### Wykryli nielegalną hodowlę

Nielegalną hodowlę ptaków egzotycznych oraz objętych ścisłą ochroną wykryli policjanci w jednym z mieszkań w powiecie gliwickim. Mundurowi zabezpieczyli 18 ptaków, m.in. szczygła, kulczyka, makolągwę i czyżyka czerwonego oraz urządzenia, które służyły do ich odławiania.

Na trop właściciela hodowli wpadli policjanci z pierwszego komisariatu w Gliwicach. Ustalili, że mężczyzna samodzielnie odławiał dziko żyjące ptaki, a następnie przetrzymywał je i roz-

mnażał w warunkach domowych.

„Podczas interwencji kolekcjoner przyznał, że prowadzi hodowlę ptaków egzotycznych i posiada również ptaki objęte ochroną, które wcześniej odłowil. W trakcie czynności dobrowolnie wydał policjantom zwierzęta będące w jego posiadaniu” – opisywała KMP w Gliwicach.

Do czasu rozstrzygnięcia sprawy ptaki pozostają w miejscu dotychczasowego bytowania. O ich dalszym losie zdecyduje sąd.

## RADA EUROPEJSKA

### Premier Tusk na Cyprze

Premier Donald Tusk przybył wczoraj rano na Cypr, gdzie bierze udział w nieformalnym posiedzeniu Rady Europejskiej. Przywódcy UE omówią m.in. sytuację międzynarodową, w tym konsekwencje wojny na Bliskim Wschodzie.

Dzisiaj po godz. 9 odbędzie się spotkanie przywódców z przewodniczącą Parlamentu Europejskiego Robertą Metsolą,

a następnie sesja robocza Rady Europejskiej. Według Centrum Informacyjnego Rządu głównym tematem rozmów będzie sytuacja międzynarodowa, w tym wojna w Ukrainie oraz wydarzenia na Bliskim Wschodzie i związany z nimi kryzys energetyczny. Podczas posiedzenia odbędzie się też dyskusja w sprawie unijnego szczytu na lata 2028-2034.

## KPO

Komisja Europejska poinformowała w czwartek, że pozytywnie oceniła czwarty wniosek Polski o płatność w ramach Krajowego Planu Odbudowy (KPO) na kwotę 7,2 mld euro. Warunkiem wypłacenia tych środków była m.in. reforma Państwowej Inspekcji Pracy (PIP) w celu rozszerzenia jej uprawnień. Według minister funduszy Katarzyny Pełczyńskiej-Nałęcz pieniądze mają wpłynąć do Polski 1 czerwca.

”

*Niskie bezrobocie i inflacja oraz rosnące wynagrodzenia skłaniają do zakupów*

Andrzej Domański minister finansów i gospodarki

# Na Litwie, przy granicy z Polską, powstanie poligon

Oprac. Karolina Wrońska  
Litwa

**Sejm Litwy przyjął wczoraj ustawę o utworzeniu poligonu w Kopciowie przy granicy z Polską. Poligon jest ważny m.in. dla wzmocnienia obrony wschodniej flanki NATO.**

„Zagrożenie ze strony Rosji dla Europy i konieczność zapewnienia gotowości litewskich sił zbrojnych zmuszają nas do podjęcia zasadniczych działań w celu wzmocnienia zdolności obronnych kraju” – argumentował minister obrony Robertas Kaunas, cytowany w komunikacie resortu.

Kopciowo leży w pobliżu tzw. przesmyku suwalskiego – wąskiego pasa ziemi łączącego państwa bałtyckie z resztą NATO przez terytorium Polski. W przypadku konfliktu to jedyna droga lądowa, którą można przerzucić wsparcie do Litwy, Łotwy i Estonii.

Rozpoczęcie ćwiczeń na nowym poligonie planowane jest już w 2028 r., a strzelnice mają powstać do 2030 r.

Teren poligonu obejmie około 14,4 tys. hektarów. Będą się tam odbywać ćwiczenia i szkolenia wojskowe z udziałem 3,5-4 tys. żołnierzy, czyli brygady. Większe ćwiczenia mają być organizowane pięć razy do roku i trwać do 10 dni, a przedsięwzięcia o mniejszej skali – regularnie. Władze Litwy



FOT. LECH MUSZYŃSKI

**„W obecnej chwili Polska nie planuje budowy poligonu przy granicy z Litwą. Wojsko Polskie posiada dziś wystarczającą liczbę poligonów, na których prowadzone są szkolenia krajowe oraz szkolenia z udziałem wojsk sojuszniczych” – zapewnił MON**

zakładają, że w tych ćwiczeniach będą brali udział również żołnierze z Polski.

W związku z decyzją o budowie poligonu zostanie wycięte około tysiąca hektarów lasu, gdzie obecnie znajduje się prawie 2 tys. działek prywatnych. Lokalni mieszkańcy i aktywiści na rzecz ochrony środowiska od kilku miesięcy protestują przeciwko planom rozwoju infrastruktury wojskowej na tym obszarze. Na czwartek po południu zapowiedziano kolejny protest przed Sejmem w Wilnie.

Polski wiceminister obrony Paweł Bejda ogłosił w drugiej połowie marca, iż litewski poligon w Kopciowie nie będzie rozbudowywany po polskiej stronie. Wiceminister oznajmił,

że rząd w Warszawie nie jest tym zainteresowany.

W reakcji na tę wypowiedź politycy litewscy, m.in. poseł Rimantas Sinkevicius, przewodniczący sejmowej Komisji Bezpieczeństwa Narodowego i Obrony, zapewnili, że strona polska – jeśli wyrazi taką wolę – będzie mogła w pełni korzystać z nowego poligonu.

„Polska popiera plany dotyczące rozbudowy infrastruktury poligonowej sojuszników,

**„Polska popiera plany dotyczące rozbudowy infrastruktury poligonowej sojuszników, w tym plany Litwy” – oświadczyło polskie MON**

w tym plany Litwy” – oświadczyło następnie polskie MON.

Na stronie internetowej MON dodano, że deklaracja „dotycząca ewentualnego wsparcia wojsk litewskich przez polskich specjalistów zajmujących się infrastrukturą, jest aktualna” i „jeśli w przyszłości Wojsko Polskie otrzyma zaproszenie do udziału w ćwiczeniach na poligonie na Litwie, to weźmie w nich udział”.

Poinformowano także, że „w obecnej chwili Polska nie planuje budowy poligonu przy granicy z Litwą”. „Wojsko Polskie posiada dziś wystarczającą liczbę poligonów, na których prowadzone są szkolenia krajowe oraz szkolenia z udziałem wojsk sojuszniczych” – zapewniło MON.

# Komisja prawna w PE zagłosowała za uchyleniem immunitetu Obajtowskiemu, Jakiemu, Braunowi i Buczkowi

Oprac. Anna Nagel  
Bruksela

**Komisja prawna JURI w Parlamencie Europejskim opowiedziała się w czwartek za uchyleniem immunitetu europosłom PiS. W następnym kroku nad uchyleniem zagłosuje cała izba.**

Aby immunitety zostały uchylone, wnioski w tej sprawie musi przegłosować Parlament Europejski na posiedzeniu plenarnym.

Członek komisji prawnej JURI, europoseł Lewicy Krzysztof Śmiszek poinformował, że komisja nie miała żadnych wątpliwości co do tego, aby uchylić immunitet czterem polskim europarlamentarzystom.

– W przypadku pana Grzegorza Brauna nie tworzy żadnych wątpliwości, że blokowanie drogi podczas uroczystości w Jedwabnem upamiętniającej masakrę polskich Żydów jest to coś, co nie mieści się w żadnych kategoriach debaty parlamentarnej czy roz-

mowy politycznej – powiedział Śmiszek. – W przypadku pana Obajtka blokowanie wolności pracy, zakazywanie dystrybucji być może kontrowersyjnego, ale jednak legalnie działającego tygodnika w Polsce nie znajduje zrozumienia wśród europejskich parlamentarzystów – wymieniał. – A jeśli chodzi o pana Jakiego, to jest to prywatny akt oskarżenia, który sędzia wniósł przeciwko niemu (...). Jeśli ktoś, polityk szczególnie, używa mocnych słów, oskarża sędziego o działania

niezgodne z prawem albo zarzuca mu brak profesjonalizmu, to musi się liczyć z konsekwencjami – dodał europoseł Lewicy.

Jak dodał, w przypadku europosła Konfederacji Tomasza Buczka chodzi o naruszenie nieetykalności cielesnej uczestniczki jednej z demonstracji.

Uchylenie immunitetu nie oznacza uznania europosła za winnego, a jedynie umożliwia krajowym organom sądowym prowadzenie dochodzenia lub procesu sądowego. PAP

REKLAMA

0011514602

**Rada Nadzorcza  
Spółdzielni Mieszkaniowej „Spółdzielca”  
w Lublinie**

**informuje**

**o wyborach Prezesa Zarządu  
Spółdzielni Mieszkaniowej „Spółdzielca” w Lublinie.**

Szczegółowe informacje, w tym Regulamin przeprowadzenia wyborów, uwzględniający wymagania dla kandydatów i procedurę konkursową, znajdują się na stronie internetowej Spółdzielni ([www.spoldzielca.com.pl](http://www.spoldzielca.com.pl)).

Rada Nadzorcza Spółdzielni Mieszkaniowej „Spółdzielca” ustala na dzień **7 maja 2026 r. do godziny 12.00** termin zgłaszania ofert do konkursu na wybór Prezesa Zarządu, zaś w przypadku niedokonania wyboru Prezesa Zarządu na podstawie ofert w terminie wskazanym powyżej i konieczności ponownego przeprowadzenia postępowania konkursowego, ustala się na dzień **29 maja 2026 r. do godziny 12.00** drugi termin składania ofert do konkursu na wybór Prezesa Zarządu Spółdzielni Mieszkaniowej „Spółdzielca” w Lublinie.

Informacje dotyczące wyniku konkursu będą umieszczane na stronie internetowej Spółdzielni.

REKLAMA

0011503981



### Śmietanka Polska 12%

Subtelny akcent  
do Twoich dań

### Śmietanka Polska 18%

Niezawodna klasyka  
w kuchni



# Śmietanka Polska. Mistrzynie w kuchni.

### Śmietanka Polska 30%

Idealna do kremów  
i deserów

### Śmietanka Polska 36%

Gwarancja trwałych  
dekoracji



[www.mlekovita.com.pl](http://www.mlekovita.com.pl)

[mlekovita.pl](https://mlekovita.pl)

[mlekovita](https://mlekovita.pl)



# BBN już bez Sławomira Cenckiewicza

Karolina Wrońska

**Sławomir Cenckiewicz odchodzi z funkcji szefa BBN. Uzasadnia swoją decyzję tym, że rząd nadal nie przyznaje mu poświadczeń dostępu do informacji niejawnych**

W swoim oświadczeniu opublikowanym na portalu X Cenckiewicz podał, że rezygnację z funkcji złożył w środę, 22 kwietnia.

„Swoją decyzję przemyślałem i podjąłem ją w odpowiedzialności za państwo, którego jeden z ważnych urzędów – Biuro Bezpieczeństwa Narodowego – został poddany brutalnej ingerencji i presji ze strony rządu Donalda Tuska” – napisał.

Cenckiewicz wskazał, że „niespotykany dotąd w historii antypaństwowy wandalizm Tuska i jego współpracowników w praktyce sparaliżował normalne funkcjonowanie BBN”, a jemu „uniemożliwił pełnienie funkcji powierzonej mu w dniu 7 sierpnia 2025 r. przez Prezydenta RP”.

15 kwietnia Naczelny Sąd Administracyjny oddalił skierowane w 2025 roku skargi kasa-

cyjne Kancelarii Prezesa Rady Ministrów od wyroków Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie, w których to WSA uchylił decyzję o cofnięciu Sławomirowi Cenckiewiczowi poświadczeń bezpieczeństwa w zakresie dostępu do informacji niejawnych.

Rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński podał wówczas, że wyrok NSA nie oznacza, że Cenckiewicz „automatycznie odzyskał on dostęp do informacji niejawnych”. Dodał, że „w okresie od wydania wyroków NSA do dnia zakończenia kontrolnego postępowania sprawdzającego szef BBN nie posiada dostępu do informacji niejawnych i nie ma prawa posługiwać się wydanymi mu poświadczeniami bezpieczeństwa”.

## Kontrowersje od początku

Osoba Sławomira Cenckiewicza budziła kontrowersje już od chwili powołania na szefa BBN. Karol Nawrocki taką decyzję podjął jeszcze jako prezydent elekt – przed swoim zaprzysiężeniem.

Już wtedy podnoszona była kwestia braku dostępu Cenckie-



FOT. ADAM JANKOWSKI

## Spór o poświadczenia dostępu do informacji niejawnych dla Sławomira Cenckiewicza trwa od 2024 roku

wicza do informacji niejawnych.

Przypomnijmy: Sławomir Cenckiewicz to były dyrektor Wojskowego Biura Historycznego, członek Kolegium Instytutu Pamięci Narodowej i rady Muzeum Wojska Polskiego, odznaczony przez prezydenta Le-

cha Kaczyńskiego Srebrnym Krzyżem Zasługi za „za wzorowe, wyjątkowo sumienne wykonywanie obowiązków wynikających z pracy zawodowej”.

W 2023 roku został powołany na członka państwowej Komisji do spraw badania wpływów ro-

syjskich na bezpieczeństwo wewnętrzne Rzeczypospolitej Polskiej w latach 2007-2022, z czasem został jej przewodniczącym. Ostatnio Cenckiewiczowi stawiano zarzuty pomocnictwa w ujawnieniu przez byłego ministra obrony Mariusza Błaszczaka tajnych planów obronnych „Warta”. Sam zainteresowany zaprzeczał tym zarzutom.

## Odebrane poświadczenia

Cała sprawa zapoczątkowana została decyzją szefa Służby Kontrwywiadu Wojskowego gen. Jarosława Stróżyka z lipca 2024 r. o cofnięciu Cenckiewiczowi poświadczeń o dostępie do informacji niejawnych. Jak informowano, organ drugiej instancji, czyli Prezes Rady Ministrów, utrzymał decyzje szefa SKW w mocy. W listopadzie 2024 r. Cenckiewicz zaskarżył te decyzje do Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie. WSA 17 czerwca ub.r. obie decyzje uchylił.

W sierpniu 2025 r. spór się dodatkowo zaozgał, gdyż Cenckiewicz został mianowany przez prezydenta Karola Nawrockiego na szefa BBN, dla którego dostęp do państwowych tajemnic jest

kluczowy. We wrześniu ub.r. rzecznik prezydenta Rafał Leśkiewicz powiedział, że Cenckiewicz posiada ważne poświadczenie bezpieczeństwa do wszystkich informacji niejawnych. Deklarował, że jest to oficjalne stanowisko kancelarii prezydenta.

15 kwietnia Naczelny Sąd Administracyjny oddalił skierowane w 2025 roku skargi kasa-cyjne Kancelarii Prezesa Rady Ministrów od wyroków Wojewódzkiego Sądu Administracyjnego w Warszawie, w których to WSA uchylił decyzję o cofnięciu Sławomirowi Cenckiewiczowi poświadczeń bezpieczeństwa w zakresie dostępu do informacji niejawnych.

Rzecznik ministra koordynatora służb specjalnych Jacek Dobrzyński podał wówczas, że wyrok NSA nie oznacza, że Cenckiewicz „automatycznie odzyskał on dostęp do informacji niejawnych”. Dodał, że „w okresie od wydania wyroków NSA do dnia zakończenia kontrolnego postępowania sprawdzającego szef BBN nie posiada dostępu do informacji niejawnych i nie ma prawa posługiwać się wydanymi mu poświadczeniami bezpieczeństwa”. PAP

# Kwiecień pod znakiem ekologii. Mieszkańcy Lublina i Zamościa wymieniali odpady na drzewa

Katarzyna Wicińska  
Lublin/Zamość

**Kwiecień upłynął pod znakiem ekologicznych wydarzeń organizowanych w ramach akcji „Drzewko za surowce wtórne”.**

Inicjatywa, której celem jest promowanie recyklingu oraz budowanie świadomości ekologicznej, po raz kolejny spotkała się z dużym zainteresowaniem mieszkańców regionu. Uczestnicy chętnie przynosili makulaturę oraz elektroodpady, aby w zamian otrzymać sadzonki drzew i w ten sposób przyczynić się do poprawy stanu środowiska.

Pierwsze wydarzenie odbyło się 11 kwietnia w Lublinie, gdzie już od wczesnych godzin porannych ustawiały się kolejki osób chcących wziąć udział w akcji. Tydzień później, 18 kwietnia, inicjatywa zawitała do Zamościa, gdzie również spotkała się z bardzo dużym odzewem ze

strony mieszkańców. W obu miastach wydarzenia przebiegały w przyjaznej atmosferze, a uczestnicy podkreślali, że tego typu działania są nie tylko potrzebne, ale także motywujące do codziennego dbania o środowisko.

Łącznie podczas obu akcji udało się zebrać imponujące ilości odpadów: 3440 kilogramów makulatury oraz 7420 kilogramów elektroodpadów. To pokazuje, jak duży potencjał drzemie w lokalnych społecznościach i jak wiele można osiągnąć dzięki wspólnemu zaangażowaniu.

Akcja „Drzewko za surowce wtórne” to nie tylko zbiórka odpadów, ale również realny wkład w zazielenianie miast i okolic. Sadzonki trafiające do mieszkańców z czasem staną się częścią lokalnego krajobrazu, wpływając pozytywnie na jakość powietrza i estetykę przestrzeni. Kwiecień pokazał, że ekologiczne inicjatywy mogą łączyć ludzi i przynosić wymierne korzyści – zarówno dla środowiska, jak i całej społeczności.

## KWIECIEŃ POD ZNAKIEM EKOLOGII

Podsumowanie akcji

— “DRZEWKO ZA SUROWCE WTÓRNE” —

W kwietniu wspólnie zadbałmy o środowisko i pokazaliśmy, że razem możemy więcej! Dziękujemy wszystkim uczestnikom akcji.

**11 KWIECIA**

**LUBLIN**

**18 KWIECIA**

**ZAMOŚĆ**

ŁĄCZNIE ZEBRALIŚMY:

**3440 kg**

**MAKULATURY**

**7420 kg**

**ELEKTROODPADÓW**

Razem zbieramy odpady, razem sadzimy przyszłość!

ORGANIZATOR



PARTNER



Regionalna Dyrekcja  
Lasów Państwowych w Lublinie

# Polska bez deszczów od miesiący

Str. 10

# PULS

#213

#213

– Ostrzeżenia o suszy nie biorą się znikąd. Choć prognozy zapowiadają gwałtowne ulewy, sytuacja w glebie i rzekach pozostaje trudna. Powinniśmy jednocześnie uczyć się życia z suszą i z coraz bardziej niszczącymi opadami nawalnymi – mówi hydrolog, prof. Paweł Rowiński

Anita Czupryń

# PROF. PAWEŁ ROWIŃSKI: W WIELU CZĘŚCIACH KRAJU ZACZYNAMY MIEĆ POWAŻNE NIEDOBORY WODY

**W ostatnich dniach w Polsce pojawiły się ostrzeżenia przed suszą hydrologiczną. Wydał je Instytut Meteorologii i Gospodarki Wodnej m.in. dla zlewni Warty w województwach łódzkim i śląskim oraz Liswarty w opolskim. Z drugiej strony prognozy pogody zapowiadają krótkie, gwałtowne ulewy. Co właściwie dzieje się dziś z Polską i jak to rozumieć?**

Rzeczywiście to może być trudne do zrozumienia, bo te komunikaty pozornie są sprzeczne. Odniosę się najpierw do samej suszy, bo ten rok jest pod tym względem specyficzny. Nie jest inny niż dawniej, ale jest inny niż w ostatnich latach. Pamiętamy przecież, że zimą mieliśmy jednak sporo śniegu, a zwykle wiosną narzekamy, że pokryw śnieżnej nie było i w związku z tym rośnie zagrożenie suszą. Na tę sytuację trzeba jednak patrzeć kompleksowo. Owszem, mieliśmy najpierw bardzo ciepły grudeń, a potem styczeń przyniósł temperatury, jakie pamiętają z dzieciństwa osoby dojrzałe. Nie było w tym nic nadzwyczajnego, ale w ostatnich latach zdążyliśmy się już odzwyczaić od zimy, które były jednocześnie mroźne i śnieżne. To jednak tylko jeden element. Śniegu faktycznie było sporo, natomiast jeśli spojrzymy na statystyki opadów, okaże się, że styczeń był w gruncie rzeczy dość suchy. Kiedy policzy się, ile opadów spadło nad Polską, widać, że było ich znacznie poniżej średniej. Zatem mimo zalegającego śniegu styczeń okazał się miesiącem suchym. Śnieg trochę to rekompensował, bo uwalniał wodę przez dłuższy czas, a około 80 procent Polski było nim pokryte, więc na pewno nie weszliśmy w początek roku

z taką suszą jak w latach ubiegłych. Tyle że potem przyszedł już mniej korzystne okoliczności. Szczególnie jeśli mówimy o marcu i kwietniu, to praktycznie nad Polską nie było opadów. Przez cały marzec właściwie nie padało. W kwietniu również na prawie całym obszarze kraju do niedawna opadów było bardzo mało. To spowodowało, że znowu pojawiły się znaczne deficyty wody i weszliśmy w okres suszy. I właśnie do tego zaczynamy się przyzwyczajać. Takie krótkotrwałe zawirowania pogodowe mogą być gwałtowne, czasem niebezpieczne, czasem prowadzą do podtopień czy lokalnych zalań, ale nie rekompensują deficytów wody w gruncie. Dlatego ostrzeżenia przed suszą nie biorą się znikąd. To są obserwacje tego, co dzieje się w glebie. Widać, że w wielu częściach kraju zaczynamy mieć niedobory wody. Pewnym miernikiem tego, co dzieje się w przyrodzie, są także nasze rzeki. W przeważającej części notują one stany niskie, czasem średnie, bardzo rzadko wysokie. Sytuacja hydrologiczna wygląda więc mniej więcej tak, jak ją opisałem; ostrzeżenia przed suszą są niestety uzasadnione.

**Doprecyzujmy: czym właściwie jest susza hydrologiczna? IMGW mówi właśnie o suszy hydrologicznej, ale słyszymy też o suszy rolniczej czy po prostu o długich okresach bezdeszczowych. Jak odróżnić te zjawiska?**

Może nie zanudzajmy czytelników ścisłymi definicjami, ale spróbuję to uporządkować. Zaczęliśmy od suszy atmosferycznej – to po prostu długotrwały brak opadów. Zwykle jednak nie mówimy tylko o samym deszczu, lecz łączymy to także

z temperaturą, bo kiedy jest długo bez opadów, a do tego utrzymuje się wysoka temperatura i niska wilgotność powietrza, wtedy mamy do czynienia z tym, co nazywamy suszą atmosferyczną albo meteorologiczną. Jeśli po takiej suszy atmosferycznej zasoby wody w glebie są już na tyle małe, że nie zaspokajają potrzeb roślin, wtedy mówimy o suszy glebowej. To właśnie ten moment, kiedy zaczyna się problem dla roślin i dla rolnictwa. Do tego dochodzi jeszcze susza hydrologiczna, o której pani wspomniała. Mówimy o niej wtedy, gdy obserwujemy obniżenie poziomu wód w rzekach i jeziorach. Kiedy pojawiają się niżówki, możemy mówić właśnie o suszy hydrologicznej. Jest jeszcze bardziej zaawansowany etap, kiedy zaczyna obniżać się poziom wód gruntowych. To kolejny stopień rozwoju suszy hydrologicznej. W Polsce co jakiś czas mamy do czynienia właściwie ze wszystkimi tymi typami, ale teraz szczególnie groźne jest to, że przechodzimy do suszy glebowej. To oznacza problem dla rolnictwa: w glebie jest mało wody, a właśnie wchodzimy w okres wegetacji, więc teraz tej wody naprawdę bardzo potrzebujemy.

**Często słyszę od ekspertów, że jednym z największych problemów w Polsce jest nie tyle sam brak opadów, ile brak**

**zdolności do zatrzymywania wody. Nawet jeśli pojawiają się krótkie, gwałtowne ulewy, to taka woda nie zasilą ani gleby, ani zasobów wodnych w taki sposób, jakiego potrzebujemy. Na czym dokładnie polega ten problem?**

Pani pytanie łączy w sobie kilka wątków. Jeden dotyczy krótkotrwałych opadów w czasie suszy. Kiedy gleba jest przesuszona, zeskorupiała, twarda, to rzeczywiście woda nie wnika w nią głęboko. Po prostu spływa po powierzchni, następuje szybki spływ powierzchniowy. Nie ma więc w tym paradoksu: silny opad po długim suchym okresie niewiele pomaga glebie. Często prowadzi za to do wezbrań, bo woda szybko trafia do rzek, pojawiają się podtopienia, a sama gleba nadal nie zatrzymuje jej w wystarczającym stopniu. To jest również efekt zmieniającego się charakteru opadów w Polsce. Coraz częściej opady trwają krótko, ale są bardzo intensywne, a jednocześnie wydłużają się okresy suche. To odwrotność tego, do czego byliśmy przyzwyczajeni kiedyś, gdy deszcz potrafił padać przez wiele dni. Bywał uciążliwy dla ludzi, ale rolnicy byli zadowoleni, bo taka woda spokojnie i skutecznie wsiąkała w glebę. To jest jedna część odpowiedzi. Druga dotyczy samego zatrzymywania wody. To już kwestia gospodarowania wodą, czy to w skali państwa, czy lokalnie.

Musimy uczyć się zatrzymywać wodę tam, gdzie spada. Taka rozproszona retencja jest dziś niezwykle istotna. Kiedy mówimy, że sobie z tym nie radzimy, to dlatego, że nadal zatrzymujemy tę wodę za mało. Oczywiście warto dodać, że zachodzą też pozytywne zmiany. Uczymy się tego, powstają różne programy, są państwowe zachęty do zatrzymywania wody, również na poziomie gmin i poszczególnych regionów. Coś się więc dzieje, ale dzieje się zbyt wolno i na zbyt małą skalę. I to jest właśnie problem.

**Dlaczego z krajobrazu pogodowego znika ten zwyczajny deszcz, który siąpi przez cały dzień i spokojnie wsiąka w ziemię, a coraz częściej zastępują go nagle, gwałtowne ulewy? To znak zmiany klimatu?**

Absolutnie tak. Każdy wzrost temperatury o jeden stopień powoduje, że atmosfera może wchłonąć o około 7 procent więcej wilgoci. Ta wilgoć się gromadzi, a kiedy dochodzi do nasycenia, uwalnia się w postaci intensywnych, gwałtownych opadów, najczęściej właśnie deszczów nawalnych. Polski klimat zaczyna przypominać ten, który kilkadziesiąt lat temu obserwowano bardziej na południu Europy, choćby na Węgrzech. Można powiedzieć, że pod względem klimatycznym trochę przesuwamy się na południe. Ocieplenie klimatu wyraźnie wpływa więc na charakter opadów. A jeśli do tego dochodzi jeszcze wyższa temperatura, mamy dodatkowy efekt: szybsze parowanie. To z kolei jeszcze bardziej sprzyja suszy.

**Na ile za ten nowy rytm odpowiada sama atmosfera, a na ile człowiek: osuszanie mokradeł,**

**prostowanie rzek, betonowanie miast, melioracja podporządkowana szybkiemu odprowadzaniu wody? Co tu działa najgorzej?**

Wymieniła pani bardzo ważne elementy. Mamy tu spłot dwóch czynników. Z jednej strony przyrodniczych. Po pierwsze: jesteśmy w takim miejscu Europy, w którym i tak nie mamy szczególnie dużych zasobów wody. Nad Polską zatrzymuje się jej znacznie mniej niż w wielu innych krajach Europy. To jedna sprawa. Do tego dochodzą zmiany klimatu, które, choć mają charakter przyrodniczy, to przecież są przede wszystkim skutkiem działalności człowieka. One wywołują te efekty, o których już mówiliśmy. Ale prawdą jest też to, że przez długi czas dominował u nas taki paradigmat gospodarowania wodą, zgodnie z którym należało ją jak najszybciej odprowadzać wszędzie tam, gdzie zalegała. Nie lubiliśmy błota, nie lubiliśmy mokradeł, wodę chcieliśmy odprowadzić do rzek, a najlepiej jak najszybciej do morza, bo wydawało się, że to najprostszy sposób ochrony także przed powodzią. Stąd prostowanie rzek, skracanie ich biegu i wszystkie te działania, o których pani wspomniała. Do tego dochodzi jeszcze urbanizacja. Miasta są coraz gęściej zaludnione i zagospodarowane w taki sposób, że przybywa powierzchni uszczelnionych. Wracamy więc do tego, o czym mówiliśmy przed chwilą: woda po betonie bardzo szybko spływa do rzek, zamiast być zatrzymana na miejscu. Można więc powiedzieć, że sami sobie w pewnym sensie pomogliśmy w pogłębianiu tego problemu. Właśnie dlatego tak ważne jest inteligentne i mądre gospoda-

*BUDOWANIE NASZEJ ODPORNOŚCI,  
ZARÓWNO NA SUSZĘ, JAK  
I NA POWÓDŹ, OZNACZA TAKŻE  
ZMIANĘ SPOSOBU ZAGOSPODAROWANIA  
PRZESTRZENNEGO KRAJU*



FOT. LUKASZ GDAK

**Prof. Rowiński: Źle wyglądamy w Polsce z prostej przyczyny: u nas tej wody, zwłaszcza powierzchniowej, jest po prostu mało**

rowanie wodą. W Polsce pojawia się coraz więcej programów, które skłaniają do innego projektowania miast, do myślenia o terenach zielonych i o takich rozwiązaniach, które wodę zatrzymują. Tyle że ten proces nadal przebiega zbyt wolno. A budowanie naszej odporności, zarówno na suszę, jak i na powódź, oznacza także zmianę sposobu zagospodarowania przestrzennego kraju.

**Raporty klimatyczne i analizy Europejskiej Agencji Środowiska pokazują, że w Europie nasilają się zarówno susze, jak i epizody bardzo intensywnych opadów. Jak to konkretnie przekłada się na Polskę? Jak wyglądamy na tle innych krajów Europy?**

Źle wyglądamy z prostej przyczyny: u nas tej wody, zwłaszcza powierzchniowej, jest po prostu mało. Istnieje taka statystyka, może nie idealna, ale często używana, która pokazuje, ile wód powierzchniowych przypada na mieszkańca w ciągu roku. I według niej mamy mniej więcej trzykrotnie mniej wody niż wynosi średnia w innych krajach Unii Europejskiej. To nie jest wskaźnik, który mówi wszystko, ale dobrze pokazuje skalę problemu. A kiedy dochodzą do tego procesy, o których pani mówiła i które opisują zarówno raporty agencji europejskich, jak i raporty IPCC (Intergovernmental Panel on Climate Change, czyli Międzyrządowy Zespół ds. Zmian Klimatu – red.), to ob-

raz staje się jeszcze bardziej niepokojący. Charakter opadów wyraźnie się zmienia: przez długi czas jest sucho, a kiedy deszcz już się pojawia, bywa bardzo intensywny i krótki. W Polsce obserwujemy dokładnie to samo. Pod tym względem nie różnimy się od reszty Europy. Dlatego właśnie co jakiś czas mamy do czynienia z katastrofalnymi powodziąmi, jak choćby w 2024 roku w rejonie Nisy Kłodzkiej i na terenach sąsiednich. A przecież mimo tej powodzi nie był to rok szczególnie mokry, przeciwnie, był bardzo suchy. To pokazuje, że o skali strat coraz częściej decyduje nie suma opadów, ale gwałtowność samych zjawisk. I to nie jest wyłącznie polska specyfika. Kiedy podobne opady nawalne występowały w Niemczech czy Belgii, tam również nie potrafiono sobie z nimi poradzić. Skutki były katastrofalne: ogromne straty materialne i ofiary w ludziach. Mamy też w pamięci obrazy z 2024 r. z Walencji. Gwałtowność zjawisk to coś, do czego musimy się przyzwyczajać i z czym musimy nauczyć się żyć. Można powiedzieć, że w Europie zmiany klimatu wyostwiają problemy, które już mamy – tam, gdzie jest już sucho będzie jeszcze bardziej sucho.

**Co dziś najbardziej niepokoi pana jako hydrologa? Czy jest to sucha gleba, niski stan rzek, obniżający się poziom wód**

**gruntowych czy może to, że te wszystkie zjawiska zaczynają się na siebie nakładać?**

My, hydrologi, musimy patrzeć na to kompleksowo. Zresztą kiedy mówimy o gospodarowaniu wodą, również musimy myśleć o nim w sposób zintegrowany. Dlatego zawsze podkreślam, że nie możemy próbować rozwiązywać tylko jednego problemu, przygotowywać rozmaitych rozwiązań, technicznych czy nie-technicznych, na przykład dla przeciwdziałania skutkom suszy, a jednocześnie zapominać o ochronie przeciwpowodziowej. To wszystko jest ze sobą powiązane. Zresztą trochę już dziś o tym rozmawialiśmy: po długich okresach suchych przychodzą powodzie. Musimy więc przygotowywać się na to wszystko jednocześnie. Do tego dochodzą problemy z jakością wody, które przybierają na sile podczas zjawisk ekstremalnych. Kiedy pyta mnie pani, co najbardziej mnie martwi, to odpowiem, że przede wszystkim to, że wraz ze zmianą klimatu wszystkie te procesy ulegają intensyfikacji. Zjawiska, które mają charakter gwałtowny, stają się coraz silniejsze. I prawdę mówiąc, obrona przed tym staje się coraz trudniejsza. Dlatego budowanie naszej odporności społecznej na zjawiska katastrofalne powinno być jednym z priorytetów państwa. W Polsce zjawiska katastrofalne to przede wszystkim powódź i susze. Na ich tle wszystkie inne za-

grożenia mają zdecydowanie mniejsze znaczenie.

**Coraz częściej słyszymy, że Polska stepowieje. Rzeczywiście tak jest? W sklepach ogrodniczych pojawiły się oliwki, niektórzy żartują, że warto już dziś je sadzić, to za 20 lat będziemy mieli gaje oliwne. Naprawdę idziemy w tym kierunku, czy słowo „stepowienie” brzmi za mocno?**

Powiedziałbym tak: to są publicystyczne określenia. Na pewno nie obserwujemy jeszcze w Polsce procesu stepowienia. Natomiast obserwujemy te zjawiska, o których już mówiliśmy, czyli coraz dłuższe okresy suche. Polska jest krajem deficytowym pod względem wody w wielu aspektach, ale mamy na przykład stosunkowo zasobne wody gruntowe, a to daje nam pewien poziom bezpieczeństwa. Dużo wody jest też w sposób naturalny zatrzymane w krajobrazie, wciąż mamy przecież wiele jezior. Oczywiście wraz ze zmianami klimatu możemy obserwować różne zjawiska, w tym zmianę szaty roślinnej. Na przykład w pewnym momencie w Polsce może być coraz mniej świerków, bo to gatunek, który m.in. potrzebuje sporo wody. To zresztą jest bardziej skomplikowany proces, bo na południu kraju dochodzą przykładowo silne wiatry nie sprzyjające temu gatunkowi. Zmiany klimatyczne uruchamiają bardzo wiele takich procesów, natomiast stepowienie jest zjawie-

niem dużo dalej posuniętym. Myślę więc, że musimy uważać na słowa, żeby bez potrzeby nie straszyć społeczeństwa. Mamy wystarczająco dużo sygnałów alarmowych.

**Co roku jeżdżę nad Biebrzę obserwować ptaki. Kiedyś mówiło się o bagnach biebrzańskich, dziś coraz częściej można tam chodzić suchą stopą. Można odnieść wrażenie, że dawny krajobraz Polski znika: łąki i rozlewiska, które potrzebowały wilgoci, zaczynają wysychać, ptaki, które kiedyś przylatywały tam regularnie, dziś pojawiają się tylko na chwilę albo znikają zupełnie. To prawda, ale to nadal nie jest jeszcze stepowienie. Natomiast na Biebrzy mieliśmy ogromne problemy z pożarami, właśnie w wyniku braku opadów i suszy. Lasy biebrzańskie w tamtej okolicy również mocno ucierpiały od ognia. Podobnie wygląda sytuacja w układzie narwiańskim, w wielokorytowym systemie Narwi, na obszarze Narwiańskiego Parku Narodowego. Tam również coraz rzadziej widzimy tę przyrodę, do której byliśmy przyzwyczajeni. Ten wielokorytowy, piękny, unikalny, anastomozujący system rzeczny coraz rzadziej pokazuje wodę w swoich licznych korytach. Tak więc oczywiście, zmiany są widoczne.**

**Jak może wyglądać Polska za 10–20 lat? Będzie krajem o innym pejzażu niż ten, który pamiętamy z dzieciństwa?**

Myślę, że to są jednak procesy bardziej długotrwałe i że perspektywa 10–20 lat jest jeszcze zbyt krótka, by mówić o bardzo wyraźnych, łatwo dostrzegalnych zmianach krajobrazu. To będzie raczej dłuższy proces. Ale oczywiście, jeśli zmiany klimatyczne będą postępować – a będą, to, jak już mówiliśmy, szata roślinna może się zmieniać, krajobraz również, bo przyroda będzie musiała sobie z tym jakoś poradzić. Ale ja jestem też optymistą i myślę, że my również się uczymy. Na przykład gospodarowanie wodą będzie wyglądało inaczej, bardziej w zgodzie z naturą. Nauczymy się tego, o czym cały czas tu mówimy: zatrzymać wodę tam, gdzie spada, a nie tylko w wielkich zbiornikach retencyjnych. Nauczymy się też mądrej ochrony przeciwpowodziowej. Szukajmy więc również tych bardziej optymistycznych elementów, wynikających z wiary w mądrość człowieka. To byłaby moja odpowiedź.

**A co pana dziś najbardziej irytuje w publicznej rozmowie o suszy?**

Po pierwsze, to, że czasami zbyt łatwo folgujemy sobie w fantazjach i w bardzo skrajnych poglądach, czy to w jedną, czy w drugą stronę, na temat ochrony i gospodarowania wodą. W komentowaniu tych spraw trzeba zachowywać rozsądek. I wydaje mi się, że najlepiej byłoby, gdyby te wszystkie komentarze były oparte na wiedzy, bo tego czasem w debacie po prostu brakuje. Pojawiają się różne niepotwierdzone informacje czy sady, które nie mają oparcia w faktach i w coraz większej wiedzy naukowej. Dlatego zachęcałbym do tego, żeby to była debata, jak mówią Brytyjczycy, evidence based, czyli oparta na tym, co zostało udowodnione albo rzeczywiście zaobserwowane.

CV



FOT. MAI PRAS

**Prof. dr hab. Paweł Rowiński**  
Członek rzeczywisty PAN, dyrektor Instytutu Geofizyki Polskiej Akademii Nauk, przewodniczący zarządu europejskiego oddziału Międzynarodowej Asocjacji Badań i Inżynierii Środowiska Wodnego (IAHR), Prezes ALLEA – Europejskiej Federacji Akademii Nauk.

# POLITYCZNY BÓJ O RYNEK KRYPTOWALUT. KTO ZYSKUJE NA WETACH PREZYDENTA?

Kłopoty giełdy kryptowalutowej Zondacrypto i tysiące poszkodowanych to kolejny sygnał, że rynek kryptoaktywów powinien zostać w Polsce uregulowany. Mówią o tym nawet politycy Prawa i Sprawiedliwości. Kiedy jednak rząd chce to zrobić, opozycja mówi: nie. Dlaczego? Ma w tym jakiś interes?

Dorota Kowalska

REKLAMA

0011513394



## OGŁOSZENIE WÓJTA GMINY GODZISZÓW o rozpoczęciu konsultacji społecznych projektu planu ogólnego gminy Godziszów

Na podstawie art. 131 pkt 8 i art. 28 ust 2, w nawiązaniu do art. 8h ust. 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym (Dz. U. z 2024 r. poz. 1130 z późn. zm.), art. 39 ust. 1 i art. 54 ust. 2 i 3 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (Dz. U. z 2024 r. poz. 1112 z późn. zm.) oraz Uchwały Nr LXXVII/382/2024 Rady Gminy Godziszów z dnia 13 marca 2024 r.

w sprawie przystąpienia do sporządzenia planu ogólnego gminy Godziszów  
informuję o rozpoczęciu

## KONSULTACJI SPOŁECZNYCH dotyczących projektu planu ogólnego gminy Godziszów wraz z prognozą oddziaływania na środowisko.

### Konsultacje społeczne prowadzone będą w następujących formach:

- zbieranie uwag do projektu planu w terminie od 24 kwietnia 2026 r. do 26 maja 2026 r.;
- spotkanie otwarte, które odbędzie się 05 maja 2026 r. (wtorek) o godzinie 15.45, w Gminnym Centrum Kultury i Promocji, Godziszów Trzeci 123A, 23-302 Godziszów;
- dyżur projektanta planu ogólnego, który odbędzie się 07 maja 2026 r. (czwartek) w godzinach od 15.45 do 16.45 w Gminnym Centrum Kultury i Promocji, Godziszów Trzeci 123A, 23-302 Godziszów;

Gminne Centrum Kultury i Promocji w Godziszowie, w którym odbywać się będą konsultacje społeczne jest przystosowane do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami, o których mowa w ustawie z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

Projekt planu ogólnego wraz z prognozą oddziaływania na środowisko został udostępniony w siedzibie Urzędu Gminy Godziszów, Godziszów Trzeci 121A, 23-302 Godziszów, w godzinach pracy Urzędu oraz na stronie Biuletynu Informacji Publicznej (w zakładce Plan ogólny gminy Godziszów, Konsultacje społeczne) - <https://uggodziszow.e-biuletyn.pl/index.php?id=486>.

### Uwagi do projektu planu ogólnego należy składać do Wójta Gminy Godziszów:

- na piśmie utrwalonym w postaci papierowej, w siedzibie Urzędu Gminy Godziszów, Godziszów Trzeci 121 A, 23-302 Godziszów lub na adres Urzędu, na formularzu w postaci papierowej,
- na piśmie utrwalonym w postaci elektronicznej, za pomocą środków komunikacji elektronicznej w szczególności poczty elektronicznej na adres: sekretariat@godziszow.pl

Formularz pisma dotyczącego aktu planowania przestrzennego, na którym należy składać uwagi, dostępny jest na stronie Biuletynu Informacji Publicznej – <https://uggodziszow.e-biuletyn.pl/index.php?id=440&p1=szczegoly&p2=270251> lub w siedzibie Urzędu.

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

Równocześnie, zgodnie z art. 39 ust. 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko, informuję o możliwości składania uwag i wniosków do prognozy oddziaływania na środowisko w nieprzekraczalnym terminie od 24 kwietnia 2026 r. do 26 maja 2026 r. w formie pisemnej lub ustnie do protokołu w siedzibie Urzędu Gminy Godziszów, Godziszów Trzeci 121 A, 23-302 Godziszów albo za pomocą środków komunikacji elektronicznej na adres: sekretariat@godziszow.pl bez konieczności opatrywania ich kwalifikowanym podpisem elektronicznym.

Organem właściwym do rozpatrzenia uwag i wniosków jest Wójt Gminy Godziszów.

Wójt Gminy Godziszów

Historia politycznej walki o uregulowanie, czy większą kontrolę nad rynkiem kryptowalut, trwa w Polsce już od kilka miesięcy. Pod koniec ubiegłego roku Karol Nawrocki zawetował uchwaloną 7 listopada ustawę o rynku kryptoaktywów. Zbigniew Bogucki, szef kancelarii prezydenta, decyzję Nawrockiego tłumaczył między innymi tym, że ustawa wprowadzała rozwiązania nadmierne, niejednoznaczne i nieproporcjonalne.

5 grudnia, przed głosowaniem nad odrzuceniem prezydenckiego weta, Donald Tusk podczas niejawnych obrad Sejmu, przedstawił posłom, zapowiedzianą jako pilną, informację dotyczącą bezpieczeństwa państwa. Wiadomo, że na sali plenarnej mówił o „kryptoaferze i rosyjskim w niej śladzie”.

Prezes PiS, pytany wówczas przez dziennikarzy, jak jego klub zgłaszuje w sprawie zawetowanej ustawy, oświadczył, że posłowie będą wspierać prezydenta. Przyznał jednak, że „kryptowalutami całkowicie się nie zajmuje”.

– Osobiście uważam, że powinni być zakazane, ale tutaj prezydent uznał, że to jest przegulowanie – powiedział.

Sejm weta prezydenta nie odrzucił. I już wtedy doszło do ostrej politycznej wymiany zdań.

„Wygrali ci, którzy z ciemnych interesów czerpią zyski. Przegrali ci, którzy dobrze życzą Polsce. Fatalny spektakl. Fatalny” – podsumował na platformie X Tomasz Siemoniak, koordynator służb specjalnych.

Były minister cyfryzacji Janusz Cieszyński, polityk PiS, pytany wówczas, czy rynek kryptowalut w Polsce powinien zostać uregulowany, stwierdził, że „absolutnie tak”.

– Uważam, że Komisja Nadzoru Finansowego jest doskonale wyposażona do tego, żeby się zajmować nadzorem nad rynkami finansowymi w Polsce. Tak samo jak się pojawiały różne inne nowe produkty finansowe, to też się pojawiały nowe instrumenty. Tak powinno być – zaznaczył Cieszyński. – Natomiast weto w tej sprawie dotyczyło czegoś zupełnie innego, czyli ograniczenia wolności słowa w internecie i mechanizmów blokowania dostępu do strony internetowej – dodał.

### Podejście drugie

Po głosowaniu premier Donald Tusk zapowiedział szybkie złożenie nowego projektu w tej sprawie. I tak też się stało – nowy projekt o identycznym brzmieniu, jak ten zawetowany, trafił do Sejmu i 18 grudnia ubiegłego roku został uchwalony.

Projekt, co podkreśla strona rządowa, ma zapewnić stosowanie rozporządzenia MiCA

Kurier Lubelski  
Piątek-niedziela, 24–26.04.2026

(The Markets in Crypto-Assets Regulation). Co to takiego? Rozporządzenie MiCA „określa zharmonizowane dla wszystkich państw członkowskich ramy prawne dla rynków kryptoaktywów, wprowadzając szczegółowe przepisy dotyczące kryptoaktywów, związanych z nimi usług i działań, które nie są jeszcze objęte unijnymi aktami ustawodawczymi dotyczącymi usług finansowych”.

Chodzi między innymi o „wprowadzenie środków nadzorczych mających na celu przeciwdziałanie naruszeniom, których mogą dopuścić się podmioty nadzorowane”, w tym umożliwienie Komisji Nadzoru Finansowego wstrzymania oferty publicznej kryptoaktywów, przerwania jej przebiegu na określony czas, zakazu rozpoczęcia oferty publicznej lub zakazu dopuszczenia kryptoaktywów do obrotu. W myśl rozporządzenia KNF uzyska także możliwość nakładania sankcji „na oferujących, emitentów lub osoby ubiegające się o dopuszczenie kryptoaktywów, a także wprowadzenie kompetencji nadzorczych KNF w zakresie m.in. możliwości nałożenia kary pieniężnej na osoby zawodowo pośredniczące w zawieraniu transakcji związanych z kryptoaktywami”.

Projekt wprowadza także odpowiedzialność karną za przestępstwa popełniane m.in. w związku z dokonywaniem emisji tokenów powiązanych z aktywami lub tokenów będących e-pieniędzem czy świadczeniem usług w zakresie kryptoaktywów.

W lutym tego roku prezydent Nawrocki zawetował ustawę po raz kolejny. Tumażył, że otrzymał do podpisu dokument praktycznie identyczny, jak ten, który wcześniej zawetował.

– Zmieniono jeden detal, nie usunięto zasadniczych błędów – wskazał wówczas prezydent.

Głosowanie nad odrzuceniem prezydenckiego weta wyznaczono na piątek, 17 kwietnia, wcześniej, w czwartek odbyła się w Sejmie debata.

Szef kancelarii prezydenta RP Zbigniew Bogucki znowu twierdził, że zbyt surowe przepisy mogą spowodować, iż firmy z branży krypto przeniosą swoją działalność za granicę, co paradoksalnie pogorszy sytuację polskich klientów, gdyż nie będą oni chronieni przez polski nadzór.

– Chęć powiedzieć, że tracimy czas. Ustawa, która jutro będzie głosowana, była raz procedowana w trybie próby odrzucenia weta i wtedy Sejm nie był w stanie weta odrzucić. Ustawa trafiła do prezydenta w praktycznie niezmienionej wersji. Trudno to ocenić inaczej niż jako próbę zwarcia politycznego – powiedział Bogucki.

Sławomir Nitras z Koalicji Obywatelskiej przypomniał, że

minister Bogucki podczas debaty przy poprzednim wecie do regulacji dotyczącej kryptoaktywów zapowiedział, że „przyniesie nową ustawę”.

– Nie przyniósł pan tej ustawy, skłamał pan – powiedział poseł KO.

Bogucki ciągnął jednak, że premier „fałszywie postawił” temat głosowania nad ustawą dotyczącą kryptowalut i nie dotyczy ono tego, czy „jesteś za rosyjską mafią, czy jesteś za tą ustawą”.

– Temat głosowania jest bardzo prosty: jak przykryć niedolność rządu, dramatyczną sytuację w ochronie zdrowia, klęskę wczorajszego szczytu medycznego, gigantyczny deficyt finansów publiczny, brak działania służb – tłumaczył szef kancelarii prezydenta.

Potem było o tym, że premier „leje krokodyły łzy, straszy Polaków, mówi o rosyjskiej mafii”.

– Pan premier chodzi na grzyby w garniturze, trzeba ściągnąć panie premierze ten garnitur, podwinąć rękawy i wziąć się do roboty – apelował Bogucki.

### Dziwne zależności

Wystąpienie Boguckiego dobrze brzmiało w telewizji. Tyle tylko, że premier nie zamierzał ustępować: pociągnął temat kryptowalut i weta prezydenta. I o tym, co do tej pory było „tajne”, nagle usłyszała opinia publiczna.

– Mam informacje, które rodzą bardzo dramatyczne pytania: dlaczego PiS, Konfederacja i prezydent blokują rozwiązania dotyczące rynku kryptowalut. Być może niestety znaleźliśmy rozwiązanie, dlaczego to robią – stwierdził Donald Tusk, przekazując informację, którą otrzymał od Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego.

Wynika z nich, że na przełomie października i listopada 2025 roku, miesiąc przed głosowaniem weta prezydenta w sprawie regulacji rynku kryptowalut, Przemysław Kral, prezes zarządu giełdy kryptowalutowej Zondacrypto dokonał wpłat na rzecz dwóch fundacji: 450 tys. zł wpłacono Fundacji Instytut Polski Suwerennej Zbigniewa Ziobro. Część z tych środków przeznaczono na obrońców Dariusza Mateckiego i księdza Michała Olszewskiego. Inna spółka związana z Zondacrypto i panem Kralem Expofer Servis House zrealizowała transakcję na rzecz fundacji posła Przemysława Wiplera. Zondacrypto była także głównym sponsorem imprezy prawicowych działaczy CPAC.

– W trakcie kampanii prezydenckiej najważniejszymi uczestnikami tej imprezy byli prezydenci Duda i Nawrocki – podkreślił Donald Tusk, zaznaczając, że jest to „tylko część materiału”.

Według premiera Zondacrypto powstała w „okoliczno-



FOT. ADAM JANKOWSKI

**– Mam informacje, które rodzą bardzo dramatyczne pytania: dlaczego PiS, Konfederacja i prezydent blokują rozwiązania dotyczące rynku kryptowalut. Być może, niestety, znaleźliśmy rozwiązanie, dlaczego to robią – mówił w Sejmie premier Donald Tusk**

ściach zasługujących na mocny film kryminalny”. Założyciel zaginął w nieznanym okolicznościach, według wszystkich przypuszczeń nie żyje. Jak przypomniał Donald Tusk, „wielka kariera” Zondacrypto zaczęła się w 2022 roku z nowym szefem, za pieniądze – jak oświadczył szef rządu – rosyjskiej mafii.

– U źródeł sukcesu finansowego tej firmy stoją nie tylko rosyjskie pieniądze powiązane z tzw. bratwą, czyli jedną z najważniejszych grup mafijnych w Rosji, ale także ze służbami rosyjskimi – mówił premier.

W tym samym czasie było już jasne, że do prokuratury zgłaszają się poszkodowani przez giełdę kryptowalutową Zondacrypto. To w sumie około 30 tysięcy osób, którzy stracili na giełdzie co najmniej 350 mln zł.

Sejm jednak i tym razem nie odrzucił weta prezydenta. Mimo że wszyscy posłowie wiedzieli to, o czym dzisiaj wiemy my wszyscy.

Co ciekawe, Jarosław Kaczyński i Mariusz Błaszczak nie wzięli udziału w głosowaniu, choć byli na sali obrad.

– Jeśli chodzi o moje powstrzymanie się od głosowania: ja jestem zwolennikiem jednego rozwiązania, choć nie mam oczywiście żadnej możliwości zrealizowania tego w skali globalnej, to znaczy zakazu kryptowalut. To jest jeden wielki przekręt, jedno wielkie nadużycie – tłumaczył później prezes PiS.

W mediach społecznościowych zawrzało.

„Prezes Kaczyński i przewodniczący Błaszczak prze-

straszyli się prawdy o kryptoaferze PiS i nie zagłosowali za wetem prezydenta! Zostawili cały swój klub na spalonym” – stwierdził premier Donald Tusk.

„Bronią sponsora bardziej niż niepodległości” – to wicepremier, minister spraw zagranicznych Radosław Sikorski.

Andrzej Domański, minister finansów napisał, że „prezydent Nawrocki już dwa razy wybrał stronę w temacie kryptowalut. I ani razu nie była to strona Polaków. Za każdym razem górę brał zupełnie inny interes”.

„Nikt z PiS, nie mówi dziś w Sejmie o skandalu oszustwa Zondacrypto wobec dziesiątek tysięcy Polaków. Szef kancelarii prezydenta jest natomiast strasznie oburzony ujawnieniem przelewów z Zondacrypto na konta fundacji polityków PiS i Konfederacji” – zauważył szef kancelarii premiera Jan Grabiec.

Politycy opozycji natychmiast ruszyli do obrony swoich pozycji.

„Tusk dzisiaj atakuje Zondacrypto podnosząc różnego rodzaju zarzuty wobec tej organizacji. Pytanie, dlaczego w takim razie przygotował ustawę, która w ogóle tej firmy nie dotyczy (Zonda działa na licencji estońskiej), a wręcz eliminuje ich konkurencję w Polsce umacniając pozycję, jako niemalże monopolisty. Rząd i parlament powinni przygotować przepisy gwarantujące bezpieczeństwo tych, którzy inwestują w kryptowaluty. A Tusk opowiada jedno, a w rzeczywistości tworzy re-

gulacje korzystną dla Zondacrypto. Bezpieczeństwo użytkowników ponad wszystko. Symboliczne, że Tuskowi nie przeszkadza wspieranie przez Zondę reklamami m.in.: TVN-u i WOŚP-u” – napisał rzecznik PiS Rafał Bochenek w obszernym wpisie.

Europosłanka PiS Marlena Małag wspomniała, że „ochrona konsumentów jest ważna, ale rynek musi funkcjonować bez nadmiernych restrykcji”.

„Rząd niech się weźmie do uczciwej pracy i przygotuje przepisy rozwiązujące realne problemy, a nie markuje działania, szukając pola do politycznej walki. W Sejmie zamiast merytorycznej poprawy wadliwego prawa dostaliśmy polityczny spektakl. Koalicja po raz drugi forsuje tę samą ustawę o kryptoaktywach, mimo że raz już poległa przy odrzucaniu weta. Zamiast usiąść do rozmów i naprawić model regulacji, premier woli opowiadać o „rosyjskiej mafii”, a ministrowie straszyć „eldoradem dla oszustów” – napisał Łukasz Rzepecki, polityk Konfederacji i były doradca Andrzeja Dudy.

Tak jakby ta rosyjska mafia i oszuści nie byli w tym kontekście ważni.

#### Poszkodowanych przybywa

W między czasie okazało się, że poszkodowanych przez Zondacrypto przybywa. I są wśród nich także polscy sportowcy, Zondacrypto wyjątkowo chętnie wspierała bowiem sport. Od października

pełni rolę głównego sponsora PKOl. W ramach tej współpracy firma zobowiązała się do wypłaty nagród dla polskich sportowców za wyniki osiągnięte podczas zimowych igrzysk olimpijskich Mediolan-Cortina 2026. Łączna wartość tych świadczeń wynosi około 13,8 mln zł. Problem polega na tym, że część nagród została wypłacona w formie tokenów – cyfrowych aktywów dostępnych w aplikacji sponsora. Choć środki formalnie pojawiły się na kontach sportowców, wielu z nich nie jest w stanie zamienić ich na realne pieniądze.

Prezes PKOl Radosław Piesiewicz, kojarzony z politykami Prawa i Sprawiedliwości, zaznaczył jednak, że PKOl nie ma obecnie podstaw prawnych do zerwania umowy ze sponsorem. Taka decyzja mogłaby wiązać się z poważnymi konsekwencjami finansowymi dla organizacji. Stwierdził też, że nie był świadomy problemów Zondacrypto w chwili podpisania z nim umowy oraz że przed złożeniem podpisu informował ABW o zamiarach rozszerzenia grona sponsorów o podmioty spoza Unii Europejskiej.

„Prezes Polskiego Komitetu Olimpijskiego Radosław Piesiewicz kłamie i manipuluje” – szybko odpowiedział rzecznik Tomasza Siemoniaka Jacek Dobrzyński. I tłumaczy, że w piśmie z 17 października 2025 roku skierowanym do ABW, PKOl nie pyta o firmę Zondacrypto ani o kryptowaluty. Informuje jedynie, że „rozpatrywane jest nawiązanie współpracy z podmiotami zagranicz-

nymi, w tym działającymi poza obszarem Unii Europejskiej a także oferującymi produkty i usługi niestandardowe” i zwraca się z prośbą o „udzielenie informacji lub przeprowadzenia szkolenia dla kierownictwa (...) organizacji z zakresu ewentualnych ryzyk związanych ze współpracą z tego typu podmiotami i organizacjami”.

„Co ciekawe Piesiewicz na konferencji prasowej sam stwierdził, że już 5 dni później (najwyraźniej nie czekając na odpowiedź ABW) – 22 października 2025 r. ogłoszono współpracę z firmą Zondacrypto. W piśmie PKOl wskazał swojego sekretarza generalnego do kontaktów telefonicznych z ABW. Funkcjonariusze ABW kontaktując się z PKOl przedstawili ofertę szkoleń z zakresu profilaktyki kontrwywiadowczej i antyterrorystycznej. Po przedstawieniu oferty sekretarz generalny zobowiązał się do wskazania dogodnego dla PKOl terminu, a następnie nie reagował na kolejne próby kontaktu ze strony funkcjonariuszy ABW” – analizuje Dobrzyński i podsumowuje: „Panie Piesiewicz, kłamstwo ma krótkie nożki”.

Wiadomo, że Zondacrypto sponsoruje też wiele klubów piłkarskich, nie tylko polskich zresztą, niektóre kończą z nim współpracę.

Minister sportu i turystyki Jakub Rutnicki na antenie RMF FM przyznał, że jego zdaniem powinna zostać powołana komisja śledcza do zbadania sprawy Zondacrypto.

– Widziałbym takie spotkanie podczas takiej komisji, gdzie

pan Zbigniew Ziobro, który może wreszcie wróci z Budapesztu, powiedziałby, jak to jest, że polscy olimpijczycy nie dostają pieniędzy za medale od firmy, która jest sponsorem PKOl, ale przelew na fundację regulowaną przez pana Ziobrę, 450 tys. zł, bardzo szybko się znalazł – stwierdził minister sportu.

Krytykował prezesa PKOl, Radosława Piesiewicza. Podkreślił, że gdyby Ministerstwo Sportu miało odpowiednie uprawnienia, Piesiewicz już dawno przestałby pełnić swoją funkcję.

– Radosław Piesiewicz powinien wytłumaczyć się z tego, w jaki sposób i dlaczego cynicznie wykorzystał wizerunek polskiego sportowca, który jest święty, aby uwiarygodnić firmę, która w tej chwili bankrutuje, a tysiące Polaków nie ma pieniędzy. Powinien za to odpowiedzieć – podkreślił na antenie RMF FM.

Minister Rutnicki zwrócił uwagę na okoliczności podpisania umowy pomiędzy PKOl a Zondacrypto. Piesiewicz miał pojechać do Monako, aby zawrzeć porozumienie z firmą, ponieważ prezes Zondacrypto, Przemysław Kral, nie mógł pojawić się w Polsce. Gdzie przebywa obecnie? Dokładanie nie wiadomo, być może w Izraelu.

Cóż, na komisję śledczą w sprawie Zondacrypto raczej nie ma co liczyć. Wiadomo, że sprawę bada prokuratura, ale, póki co, brak w niej przełomu.

– Od kilku lat toczy się śledztwo. Zintensyfikowałem je, bo uważam, że toczyło się nie w takim tempie, jak powinno. Mamy już nowego szefa w katowickim wydziale Prokuratury Krajowej zajmującym się przestępczością zorganizowaną, który zabrał się intensywnie za to, żeby temu śledztwu nadać bieg. Jeśli śledztwo toczy się cztery lata, to albo umarzymy, bo mamy niewykrucie sprawców, albo idziemy krok dalej. Jeżeli ja dowiaduję się, że osoba, która ma największą wiedzę w sprawie, nie została jeszcze przesłuchana, to znaczy, że to śledztwo toczy się źle – stwierdził na antenie TVP Infor minister sprawiedliwości Waldemar Żurek.

W jednej ze swoich wypowiedzi Żurek zasugerował, że w dotychczasowych działaniach wymiaru sprawiedliwości wokół Zondacrypto, wśród części śledczych panował strach przed, jak stwierdził minister, „ciemnymi interesami”.

– Niektórzy prokuratorzy być może bali się politycznych układów – ocenił.

Teraz, prokuratorskie śledztwo ma ruszyć z kopyta. Czy tak będzie, trudno powiedzieć. Jedno wydaje się pewne: ta afera zatacza i będzie zataczać coraz szersze kręgi. Czy pojawią się w niej nazwiska polityków? Nie można tego wykluczyć.

# CYBERPRZEMOC WŚRÓD DZIECI I MŁODZIEŻY. EKSPERCI: „NAJWIĘKSZYM ZAGROŻENIEM JEST TO, CZEGO DOROŚLI NIE WIDZĄ”

Lęk, izolacja, depresja i hejt przenoszący się z internetu do szkolnych korytarzy - tak dziś wygląda rzeczywistość wielu młodych ludzi. Podczas konferencji „Wokół cyberprzemocy - zagrożenia dla dzieci i młodzieży oraz działania ochronne w ramach profilaktyki uzależnień” w Kazimierzu Dolnym eksperci podkreślali, że cyberprzemoc to jedno z najpoważniejszych wyzwań wychowawczych XXI wieku

Anna Paszkowska

**P**odczas konferencji „Wokół cyberprzemocy - zagrożenia dla dzieci i młodzieży oraz działania ochronne w ramach profilaktyki uzależnień” w Kazimierzu Dolnym w środę (22 kwietnia) odbyły się wykłady, jak i warsztaty prowadzone przez uznanych specjalistów. Wśród tematów znalazły się m.in.:

- „Przemoc i cyberprzemoc rówieśnicza” - wykład prof. Jacka Pyżalskiego,
- „Symptomy depresji w środowisku uczniów - przyczyny i kierunki wsparcia” - wykład prof. Wiesława Poleszaka,
- „Przemoc w sieci - o skali zjawiska i przeciwdziałaniu” - warsztaty prof. Uniwersytetu Warszawskiego Magdaleny Szafranek,
- „Jak wprowadzać dziecko w cyberswiat? Porozmawiajmy o roli rodzica i specjalisty” - wykład dr. Pawła Filipczaka.

Prelegenci podkreślali, że cyberprzemoc to zjawisko wielowymiarowe, ściśle powiązane z kondycją psychiczną młodych ludzi oraz sposobem ich funkcjonowania w świecie cyfrowym.

## Problem ukryty przed dorosłymi

Cyberprzemoc wciąż bywa bagatelizowana, głównie dlatego, że trudno ją dostrzec. Jak zaznacza burmistrz Kazimierza Dolnego, Artur Pomianowski:

- Cyberprzemoc to jest takie zjawisko, zwłaszcza wśród młodzieży, które często jest niedostrzegane wśród dorosłych. Natomiast jeżeli chodzi o tych najmłodszych, to wiąże się z lękiem, osamotnieniem, wykluczeniem. I to jest w świecie współczesnym, zarówno tym realnym, jak i cyfrowym, bardzo poważne zagrożenie. Ci młodzi ludzie później borykają się z różnymi problemami emocjonalnymi czy nawet psychicznymi - wskazuje.

Problem często pozostaje ukryty.

- Jako nauczycielka i wychowawczyni widzę, jak często uczniowie zmagają się z problemem cyberprzemocy w samotności. Nie zawsze potrafią o tym mówić wprost, a sygnały bywają bardzo subtelne - wycofanie, spadek nastroju czy problemy z koncentracją. Dlatego tak ważne jest budowanie relacji opartej na zaufaniu, żeby młody człowiek wiedział, że nie zostanie oceniony, tylko wysłuchany i otrzyma realne wsparcie - mówi nam podczas konferencji jedna ze słuchaczek.

Organizatorzy konferencji podkreślają, że działania muszą wyprzedzać problem, a nie być tylko reakcją.

- Współpraca nauczycieli, wychowawców, rodziców, ale także pracowników instytucji publicznych przyczyni się do tego, że wzrośnie edukacja w zakresie cyberprzemocy i zostaną wypracowane metody ograniczające to zjawisko - zaznacza Artur Pomianowski, burmistrz Kazimierza Dolnego.

## Fundamentem ochrony są relacje i wychowanie

Dr Paweł Filipczak wicedyrektor ds. profilaktyki uzależnień i współpracy z samorządami w Instytucie Nowej Kultury zwraca uwagę, że kluczowe są podstawy wychowania, a nie tylko techniczne rozwiązania.

- Kiedyś, gdy graliśmy w gry, wkładaliśmy płytę CD do komputera - był wyraźny początek i koniec. Nie było dodatków ani dodatkowych interakcji. Dziś gra toczy się często w czasie rzeczywistym, online. Wymaga ciągłej obecności i zaangażowania. Twórcy gier projektują mechanizmy, które oddziałują na nasze pierwotne instynkty - pojawiają się silne wyrzuty dopaminy, bo dostajemy nagrody, nieoczekiwane bonusy, a do tego dochodzi doping innych graczy. Gramy z ludźmi z całego świata - tłumaczy.

- Nastolatek, który ma trudności w życiu realnym, często kompensuje je w świecie online. Tam może być kimś, osiągać wy-



Artur Pomianowski, burmistrz Kazimierza Dolnego, z Certyfikatem „Miasta promującego efektywną profilaktykę uzależnień”. Certyfikat jest przyznawany przez Instytut Nowej Kultury samorządom za konsekwentne działania w zakresie zdrowia psychicznego i profilaktyki uzależnień

niki, zdobywać uznanie. Podobnie działa scrollowanie - to kolejny mechanizm uzależniający. Nie ma wyraźnego końca, a nasz mózg źle funkcjonuje w sytuacji braku granicy. Pojawia się myśl: „może tam, na końcu, jest coś ważnego dla mnie” - wyjaśnia.

Co jest najlepszym sposobem na ochronienie dziecka przed zagrożeniem płynącym z sieci?

- Silna więź dziecka z rodzicem chroni nie tylko przed cyberzagrożeniami, ale również przed alkoholem, narkotykami, agresją i innymi zachowaniami ryzykownymi. Jeżeli dziecko wie, że może przyjść do rodzica z problemem, to już jest ogromna ochrona - zaznacza dr Filipczak.

## Hejt jako główne źródło cierpienia

Z perspektywy szkoły problem jest bardzo wyraźny - pod-

wania, spada jego aktywność, pojawia się lęk i poczucie bezsensu. To są sygnały, które powinny zapalić czerwoną lampkę u rodzica czy nauczyciela.

Zwraca uwagę na często pomijany mechanizm:

- Jeżeli dziecko doświadcza silnych emocji - lęku, smutku, przygnębienia - to ono nie jest w stanie się uczyć. Może siedzieć nad książką, ale i tak nie zapamięta, bo cała jego uwaga jest skupiona na emocjach.

Ekspertki podkreślają, że przemoc nie jest nowym zjawiskiem - zmieniło się tylko środowisko.

- Przemoc zawsze była, ale teraz przeniosła się do internetu, gdzie jest łatwiejsza - anonimowa, bez bezpośredniego kontaktu z ofiarą. To sprawia, że znika naturalna bariera, która powstrzymywała ludzi przed krzywdzeniem innych - mówi prof. Poleszak.

## Nieświadomość rodziców jako nowe zagrożenie

Dr hab. Magdalena Szafranek, prof. Uniwersytetu Warszawskiego i ekspert Instytutu Nowej Kultury zwraca uwagę, że dzieci są dziś bardzo narażone na różnego rodzaju zagrożenia. W dużej mierze wynika to z braku świadomości - zarówno po stronie rodziców, jak i samych dzieci, które korzystają z różnych narzędzi cyfrowych.

Badania pokazują, że przeciętny młody człowiek posiada od czterech do ośmiu kont w różnych mediach społecznościowych i korzysta z nich często bez większych ograniczeń. Nakłada się na to jeszcze jeden istotny problem, który w ostatnim czasie intensywnie analizujemy - nieprzemyślane udostępnianie przez rodziców wrażliwych informacji o dzieciach. Dotyczy to nie tylko wizerunku, ale także danych takich jak imię, nazwisko, szkoła czy osiągnięcia - zaznacza prof. Szafranek.

Podkreśla też skalę problemu:

- Warto uświadomić sobie skalę ryzyka. Często przywołuję przykład: osoba o złych intencjach może podejść do dziecka pod szkołą i powiedzieć: „Mama miała wypadek, kazała cię odebrać”. Czy dziecko pójdzie? Niestety, takie sytuacje są realnym zagrożeniem. Najnowsze badania wskazują, że mniej więcej co dziesiąty nastolatek w Polsce spotkał się w ostatnim roku z osobą poznaną w internecie - i nie powiedział o tym nikomu.

Ekspertka ostrzega także przed konsekwencjami publikowania zdjęć dzieci:

- Rozwój nowych technologii, w tym sztucznej inteligencji, dodatkowo zwiększa skalę zagrożeń. Z pozoru niewinne zdjęcia mogą zostać przerobione i użyte w sposób, którego nikt z nas by nie chciał.

## Najważniejsza jest obecność

Wnioski z konferencji są jednoznaczne - kluczową rolę odgrywa dorosłość.

- Dorosli modelują zachowania dzieci. Jeżeli sami nadużywają telefonów, to trudno oczekiwać, że dzieci będą robiły inaczej - mówi prof. Szafranek.

Dr Filipczak dodaje: - Dziecko potrzebuje kontaktu twarzą w twarz. Jeżeli rodzic jest obok, ale cały czas patrzy w telefon, to nie jest prawdziwa obecność. Budujmy relacje, bo to one są najlepszą ochroną.

## Edukacja zamiast strachu

Ekspertki podkreślają, że internet nie da się wyeliminować z życia młodych ludzi.

- Nie chodzi o to, żeby zabrać dzieciom telefony, ale żeby nauczyć je z nich korzystać mądrze. Edukacja, rozmowa i obecność - to są podstawowe narzędzia - podsumowują uczestnicy konferencji.

Bo w świecie cyfrowym, bardziej niż kiedykolwiek, dzieci potrzebują realnej bliskości.

# Termy Uniejów świętują 18. urodziny!

## NOWE OTWARCIE TERM UNIEJÓW

### JUŻ 16 MAJA 2026

## NA SCENIE WYSTĄPIĄ WYJĄTKOWI ARTYŚCI

**W 2026 roku Termy Uniejów obchodzą swoje osiemnaste urodziny, a takich okazji do świętowania nie można przegapić. Już 16 maja swoje podwoje otworzy nowa letnia strefa rekreacji.**

To wyjątkowe wydarzenie będzie doskonałą okazją do spędzenia niezapomnianego dnia wśród nowych atrakcji oraz relaksu w basenach i strefie saun.

Już od godz. 10.00 zapraszamy wszystkich miłośników wodnych przygód chętnych do odkrycia zupełnie nowych elementów. W ramach zakupionego biletu goście mogą korzystać z bogatej oferty basenów, strefy saun, nowej letniej części oraz wziąć udział w wyjątkowym koncercie, który umili ten niezwykły dzień.

Na scenie wystąpią znani i lubiani artyści dobrani tak, żeby trafić do każdej grupy. Patrycja Markowska, Julia Żugaj oraz zespół Zakopower - to oni uświetnią nowe otwarcie Term Uniejów. Muzyczne emocje potrwają do późnych godzin nocnych.

A jakie atrakcje czekają na naszych gości? Od września 2025 trwają prace nad zagospodarowaniem terenu oraz urzeczywistnieniem tego, co do tej pory można było oglądać tylko na wizualizacjach.

Nowa letnia część kompleksu, która zajmuje obszar prawie hektara w kierunku mostu na drodze krajowej nr 72, zapętnia się kolejnymi elementami i już 16 maja zaprezentuje się w pełnej krasie.

Wśród nowych atrakcji znajduje się flume ride, czyli kolejka wodna, która z pewnością dostarczy niezapomnianych wrażeń. To rodzaj atrakcji w parkach rozrywki, gdzie łódki poruszają się po torze z wodą, rozpędzając się gwałtownie, pokonując zjazdy i zakręty, kończąc zjazd wpadnięciem do wody.

Dla amatorów wodnych atrakcji powstał zespół nowych zjeżdżalni, które na pewno zachwycą fanów szybkich

MAJ 16 ————— 2026

**NOWE OTWARCIE  
TERM UNIEJÓW!**

NIE PRZEGAP DNIA PEŁNEGO ATRAKCJI!  
*Kup bilet specjalny i przeżyj niezapomniane chwile!*

**W CENIE:**

**KONCERTY**  
**STREFA BASENOWA**  
**STREFA SAUN**  
**NOWA LETNIA**  
**STREFA REKREACJI**

**WEJŚCIE OD 10:00**  
(MOŻLIWOŚĆ KORZYSTANIA ZE WSZYSTKICH ATRAKCJI)

**START IMPREZY - 17:00**  
(koncerty) **BAWIMY SIĘ DO PÓŁNOCY!**

IMPREZĘ POPROWADZI **Agnieszka Hyży**

**Miejsce: Kompleks termalno-basenowy**  
**„Termy Uniejów” - NOWA LETNIA STREFA REKREACJI**

Więcej informacji oraz bilety na:  
[termyuniejow.pl](http://termyuniejow.pl)

Partnerzy wydarzenia:



Organizatorzy wydarzenia:







„Termy Uniejów, znane z doskonałej jakości wód termalnych i relaksacyjnych stref, teraz wchodzi w nową erę rozrywki. Obchody 18. urodzin z pewnością będą wyjątkowe.”

chu przystosowane dla dzieci w wieku 4-11 lat, szutrowa nawierzchnia i mnóstwo zabawy.

To nie wszystko w temacie elektrycznych pojazdów. Mały zbiornik wodny znajdujący się na terenie, stał się miniaturowym portem, po którym pływać będą ekologiczne łódki elektryczne. Nasi Goście będą podziwiać krajobraz z perspektywy wody oraz korzystać z ogólnodostępnego pomostu.

Co dla starszych? Zewnętrzny klub fitness z profesjonalnym sprzętem, gdzie aktywności na świeżym powietrzu będą łączyć przyjemne z pożytecznym. Strefy: cardio, siły, zdrowe plecy, funkcjonalna oraz wolnych ciężarów, na pewno znajdą swoich amatorów.

W ramach inwestycji powstała duża strefa relaksu z plażą trawiastą wyposażoną w leżaki oraz zielony labirynt - idealne miejsce na rodzinną zabawę w chowanego. Żywopłoty w dwóch wysokościach, z mineralnymi ścieżkami w kolorze złoto-beżowym, dostępne są dla różnych grup wiekowych. Dla miłośników gier edukacyjnych prawdziwą gratką w tej strefie będą szachy terenowe - giganty. Na planszy 6x6 metrów, z metalowymi figurami zostaną rozegrane niejedne partie entuzjastów tego typu rozrywki.

Termy Uniejów, znane z doskonałej jakości wód termalnych i relaksacyjnych stref, teraz wchodzi w nową erę rozrywki. Obchody 18. urodzin z pewnością będą wyjątkowe.

zjazdów. Każda zjeżdżalnia to osobna przygoda.

A wśród nich:  
- „Spiralny Tornado”  
- „Wyścigowe Duo”  
- „Adrenalina Max”  
- „Family Fun”

Ogród wody - laboratorium zabawy i nauki to największa edukacyjna atrakcja nowej części kompleksu z eksponatami naukowymi, które pomogą zrozumieć wiele naukowych zjawisk. Czym jest wir wodny, jak

działa siła wody, jaka jest nasza waga w wodzie, jak zrozumieć siłę oceanu - to wszystko i wiele więcej w nowej strefie.

Dla najmłodszych Gości przygotowano także naukę jazdy

elektrycznymi minijeeпами, co z pewnością stanie się hitem wśród dzieci. Na małych kierowców czeka 25 elektrycznych jeepów, bezpieczny tor z zakrętami i rondem, jak prawdziwe miasteczko ru-

eprasa.pl d799e1dc07

# MAGDA STECZKOWSKA: JESTEM WDZIĘCZNA LOSOWI ZA MOJĄ DROGĘ, BO BYŁA TRUDNA, ALE CIEKAWA

Ostatnio ma powody do świętowania, obchodzi bowiem trzydziestolecie scenicznej kariery i pięćdziesiąte urodziny. Z tej okazji opowiada nam, jak z chórzystki w zespole Maryli Rodowicz wyszła na pierwszy plan i zrobiła karierę nie tylko w muzyce, ale też w telewizji i mediach społecznościowych

*Patryk Gzyl*

**Na Twoim Instagramie okleślasz siebie trzema słowami: „Piosenkarka, Podróżniczka, Mama”. To Twoje najważniejsze role życiowe?**

Nie zastanawiałam się nad tym szczególnie. Ale to prawda: jestem piosenkarką, podróżniczką, mamą, i to właśnie pokazuję na moim Instagramie i Facebooku. To treści związane z moją muzyczną karierą, z moimi podróżami i z moją rodziną. Taka tematyka przeważa na moich profilach.

**Świetnie sprawdzasz się w mediach społecznościowych jako influencerka. Twój Facebook obserwuje ponad 330 tysięcy osób, a Instagram ponad 120 tysięcy. Co sprawia, że masz tylu fanów?**

Myślę, że przede wszystkim prawda, którą pokazuję. Chociaż dla mnie dziwnie brzmi, kiedy ktoś określa mnie mianem „influencerka”. Od dawna nie używam żadnych filtrów, ten okres zafascynowania nimi, który wszyscy przeszliśmy, mam już dawno za sobą. Niczego nie udaję, mówię tak jak jest, wyglądam tak jak wyglądam. Najczęściej pokazuję swoje codzienne życie bez żadnych upiększeń. Choćby rano bez makijażu, z poranną fryzurą na głowie. Mówię o swoim zmęczeniu na różnych etapach życia. Nie jestem idealna i nie dążę do tego. Lubię i potrafię piec ciasta, więc wrzucam do internetu sprawdzone przepisy. Nigdy nie uważałam siebie za gwiazdę i nie stawiałam się na piedestale. Jestem normalną kobietą, jakich są miliony w Polsce. I myślę, że internauci doceniają moją naturalność i szczerość. Jeśli prowadzimy social media sami i jesteśmy w tym autentyczni, to ludzie sami przychodzą do nas.

**Codziennie wrzucasz na Facebooka po kilka postów ze**

**swego życia muzycznego i prywatnego. Skąd czerpiesz inspirację?**

Facebook jest mi bliższą przestrzenią niż Instagram, bo obserwują mnie tam głównie kobiety. W moim wieku, młodsze lub starsze, ale nie dzieci czy nastolatki. Moje doświadczenia są więc tym kobietom bliskie i to właśnie nimi się dzielę. Czasem też pytam je o radę, ciekawi mnie ich zdanie na różne tematy związane z codziennym życiem. Zdarza się, że moje obserwatorzy polecają mi książki do przeczytania czy miejsca do zwiedzenia, a ja im się odwiedzam tym samym. Kocham Kraków i jego okolice i często pokazuję ciekawe miejsca w tym regionie. Czasem zdarzało się potem, że spotykałam w nich ludzi, którzy dziękowali mi za ich polecenie. Raz w mieście robię „Bazarek u Magdy”, gdzie utalentowani rękodzielnicy mogą wystawić swoje prace. Mój Facebook ma ogromne zasięgi i cieszy mnie, że mogę im w ten sposób pomóc.

**Nie odmawiasz też ludziom prosiącym o pomoc finansową w trudnych sytuacjach.**

Każdego dnia dostaję kilkanaście czy nawet kilkadziesiąt próśb tego rodzaju. Oczywiście nie jestem w stanie pomóc wszystkim. Wiele lat zajęło mi zrozumienie i pogodzenie się z tym. Nie mogę też każdej takiej prośby umieszczać na swych profilach, ale co jakiś czas, po weryfikacji zbiorów, robię to i ogromnie się cieszę, jak uda nam się wspólnymi siłami zebrać potrzebne środki. To jest ta dobra strona social mediów.

**Wszyscy wiemy, że urodziłaś i wychowałaś się w muzycznej rodzinie. To znaczy, że Twoja przyszłość była wyznaczona już od dziecka?**

W pewnym sensie tak. W końcu śpiewałam i grałam

od małego. Ale będąc nawet już w liceum muzycznym, nie do końca wiedziałam, co będę robić w życiu, i wcale nie byłam pewna, że związę swoją przyszłość z muzyką. To było całkiem normalne – nastolatki nie zawsze wiedzą, kim chcą być w dorosłym życiu, i ja też do takich dzieciaków należałam. Dlatego to, co potem wydarzyło się w moim życiu, było dla mnie przypadkiem, albo jak kto woli – przeznaczeniem. I jestem za to wdzięczna losowi, za moją drogę, bo była bardzo trudna, ale ciekawa.

**Masz ośmioro rodzeństwa, więc pewnie wasz dom był głośny i rozśpiewany. Jak się w nim czułaś?**

Z perspektywy czasu widzę, że było w nim dla mnie za głośno. Dopiero z biegiem lat pojęłam, że lubię mieć trochę własnej przestrzeni, bo to daje mi spokój w głowie i w sercu. Tu nie chodzi o to, że mam jakieś pretensje do rodziców czy rodzeństwa. Tak naprawdę moje dzieciństwo to cudowny czas, ponieważ zawsze miałam pod ręką kogoś do zabawy. I to było fajne. Ale im byłam starsza, pragnęłam więcej swojej przestrzeni i tak się stało, kiedy wyjechałam z domu w Stalowej Woli do szkoły w Poznaniu. To jakieś 500 kilometrów i wtedy tę odległość pokonywało się 15 godzin, dlatego rzadko bywałam w domu. Zyskałam więc własną przestrzeń i szybko stałam się bardzo samodzielną osobą, myśląc o sobie i swojej własnej przyszłości, starając się zrozumieć własne uczucia i emocje. Nie myśląc stadnie, a indywidualnie.

**Twoi rodzice byli pewnie zawsze bardzo zajęci, musieliście więc zazwyczaj sami zajmować się sobą. Z kim z rodzeństwa trzymałaś najmocniejszą sztafę?**

W dzieciństwie na pewno najbliższą relację miałam z siostrą Cecylią, bo jest ode mnie tylko o rok młodsza. Tak naprawdę jednak cały czas to się zmieniało. Jak to w stadzie. (Śmiech)

**W jednym z wywiadów powiedziałaś: „Mama twardo stała na ziemi, a tata był jej przeciwieństwem”. Po kim odziedziczyłaś charakter?**

Myślę, że trochę po mamie i trochę po tacie. To się wymieszało. Ale tak naprawdę nie wierzę w to, że charakter się dziedziczy. Uważam, że każdy z nas jest bardzo indywidualną postacią. Widzę to bardzo wyraźnie, choćby patrząc na moje własne dzieci. Czasem wydaje mi się, że ta córka jest do mnie podobna, a tamta do męża – ale po jakimś czasie okazuje się, że absolutnie tak nie jest, bo jeden krok przeczy drugiemu. Myślę, że bardzo dużo zależy od tego, w jakim środowisku się wychowujemy, bo wtedy w jakimś stopniu upodabnamy się do siebie. Ale później dorostamy i każde idzie w swoją stronę. Wtedy bardziej poszukujemy własnego ja i tego, co nam w duszy gra.

**Kiedyś w naszej rozmowie wspominałaś, że początkowo byłaś smutnym i płaczącym dzieckiem. Trudno sobie to dziś wyobrazić.**

Tak było i trwało to całe dzieciństwo. Dużo wtedy chorowałam, miałam więc ku temu powody. Kiedy jednak wyjechałam do szkoły do Poznania, uświadomiłam sobie, że albo sobie sama ze wszystkim poradzę, albo nie – i wrócę do domu. Postanowiłam więc, że dam sobie radę. Zostałam całkowicie sama w internacie bez rodziców i bez rodzeństwa, odwiedzałam dom zaledwie kilka razy w roku. Oczywiście trwało to kilka lat, zanim pojawiła się we mnie ta prawdziwa radość życia. Miałam

jakieś 19-20 lat, kiedy ktoś mi powiedział, że warto każdy dzień zacząć od jednej pozytywnej myśli. Każdy z nas nieustannie słyszy takie rady, ale wtedy jakoś to do mnie trafiło. Widocznie w tamtym stanie ducha było mi to bardzo potrzebne. Uczepiłam się więc tej myśli i zaczęłam małymi krokami walczyć o swoje szczęście, układając w swej głowie pozytywne scenariusze.

**Musiałaś czuć się bardzo samotnie w tym internacie 500 kilometrów od domu. Jak sobie z tym poradziłaś?**

Na początku faktycznie czułam się samotna. Mieszkałam jednak w internacie, nie byłam więc sama. A ponieważ miałam łatwość w nawiązywaniu kontaktów z rówieśnikami, szybko poznałam koleżanki i kolegów. To bardzo fajni ludzie i po dziś dzień się lubimy. Dlatego dobrze wspominał tamten czas – jako ciężką pracę w szkole i nad sobą, ale też miłe relacje z rówieśnikami i ze szkolną kadrą. Do tej pory przyjaźnię się z moją panią profesor Bogumiłą Gniewowską, która uczyła mnie gry na altówce. To był więc ważny dla mnie czas w życiu, który dał mi załatki pewności siebie i tego, że jakoś sobie poradzę.

**Kształciłaś się w grze na altówce. Co sprawiło, że zrezygnowałaś z tej drogi i nie zostałaś muzykiem klasycznym grającym w orkiestrze?**

Tak naprawdę nigdy nie chciałam grać na instrumencie. To nie do końca był mój wybór. W naszej rodzinie wszyscy grali, więc i ja też musiałam. Nigdy jednak nie miałam do tego serca. Zawsze podziwiałam moją siostrę Krysę, która całą swą duszę przelewała na piękną grę na instrumencie. Ja tego nigdy nie umiałam się nauczyć. Do tego miałam zawsze poważne problemy

z kręgosłupem, a altówka jest ciężkim instrumentem. Dlatego moja pani profesor powiedziała mi w klasie maturalnej, abym naprawdę dobrze zastanowiła się, czy chcę grać w przyszłości w orkiestrze, bo na pewno czeka mnie ból. Nie wywinę się od tego, bo to codzienna praca po kilka godzin. I ona wtedy tak naprawdę mnie uratowała.

**Jak to się stało, że odłożyłaś altówkę na bok i stałaś się wokalistką śpiewającą w chórkach u gwiazd rodzimej piosenki?**

Zawsze lubiłam śpiewać. Wystąpiłam w „Szansie na sukces”. Zobaczyła mnie tam Ela Zapędowska i powiedziała, że jest przesłuchanie do chóru Maryli Rodowicz. Poszłam tam i Maryla mnie przyjęła. Potem już poszło.

**Jak nasze gwiazdy traktowały dziewczyny śpiewające w chórkach?**

Ja i dwójka moich przyjaciół byliśmy pierwszym profesjonalnym chórem w polskim show-biznesie. Oczywiście przed nami były też takie zespoły wokalne, ale my włożyliśmy mnóstwo pracy w nasze brzmienie oraz w ruch sceniczny. Wcześniej takie rzeczy były jedynie na festiwalach, gdzieś ktoś z kimś śpiewał, często przypadkowo, pojawiały się jakieś pojedyncze grupy wokalne. A my byliśmy młodzi, roztańczeni, radośni, uśmiechnięci i naprawdę świetnie przygotowani. W styczniu zaczęłam śpiewać z Marylą, w maju obsługiwalismy już całe Opole, a w sierpniu Sopot, śpiewając nawet z zagranicznymi gwiazdami. Potem nagrałam ponad 50 płyt z różnymi artystami. Byliśmy więc naprawdę rozrywani, ponieważ byliśmy jedyni na rynku. Doceniano nasz profesjonalizm i nasze brzmienie, to, że potrafimy zachować się na scenie i śpiewać

właściwie w każdych warunkach. To była więc fantastyczna przygoda. Potem pojawiło się więcej takich zespołów, ale cieszę się, że to my byliśmy na polskim rynku pionierami.

**Od początku zakładałaś, że chórkiem to przejściowy okres i z czasem zaczniesz działać na własny rachunek?**

Ja wtedy w ogóle niczego nie zakładałam. Podobało mi się śpiewanie w chórkach, dobrze mi za to płacono, świetnie się bawiłam. Jednym słowem – miałam pracę życia. Kiedy ją zaczęłam wykonywać, byłam bardzo młoda, miałam mnóstwo energii, pracowałam więc na okrągło. Jeździłam w trasie koncertowe, nagrywałam płyty, poznawałam wspólnych artystów. To był cudny czas. Dlatego nie myślałam o przyszłości. Kiedy zaśpiewałam wspomniane Opole, to od razu wszystkie istniejące wtedy w Polsce firmy fonograficzne zgłosiły się do mnie, aby podpisać kontrakt. A ja z uśmiechem na twarzy odmówiłam, bo myślałam, że to jakiś żart. Nie wyobrażałam sobie bowiem, że mogłabym nagrać jakąkolwiek swoją płytę. Nie wiedziałam, co i jak miałabym śpiewać. Nie było to wtedy w ogóle w sferze moich zainteresowań.

**Mając 25 lat roku, założyłaś z mężem zespół Indigo. To Piotr jako pierwszy uwierzył, że możesz wyjść z drugiego rzędu i zostać frontmanką?**

Poznałam Piotra, kiedy dołączyłam do zespołu Maryli Rodowicz jako perkusista. Początkowo jakoś nie przepadaliliśmy za sobą, ale to się zmieniło, kiedy wyjechaliśmy na koncerty do Australii. Wróciliśmy już zakochani w sobie i po jakimś czasie wzięliśmy ślub. Wtedy Piotrek zasugerował zrobienie czegoś swojego. Miałam wtedy 25 lat i nie wiedziałam, jak długo jeszcze mogę śpiewać w chórkach i czy nadal chcę to robić. Dlatego z inicjatywą Piotra założyliśmy w Krakowie zespół Indigo. Początkowo traktowałam to jako niezobowiązującą przygodę, dopiero po drugiej płycie poczułam, że naprawdę chcę tym się zająć.

**Z czego to wynikało?**

Tego nigdy nie wiadomo. To się dzieje albo nie. Po prostu w pewnym momencie zaczęło mi to sprawiać przyjemność. Poczułam, że coraz bardziej wiem, co chcę przekazać publiczności zarówno piosenkami, jak i tym, co mówię ze sceny. Myślę, że to kwestia dojrzałości. W życiu każdego człowieka nadchodzi moment, kiedy ma on coś do powiedzenia innym – i u mnie nastąpił w wieku 35 lat, kiedy coś się już u mnie wydarzyło,



FOT. BOGUSŁAW SWIERZOWSKI

**Magda Steczkowska: W życiu każdego człowieka nadchodzi moment, kiedy ma on coś do powiedzenia innym – i u mnie nastąpił w wieku 35 lat, kiedy coś się wydarzyło**

kiedy miałam męża i dzieci, przeżyłam różne sytuacje. Wtedy dotarło do mnie, że chcę to robić i wiem, jak to robić. Teraz jestem w bardzo dobrym punkcie kariery i, stojąc na scenie, widzę to w oczach publiczności. Utwierdzają mnie też w tym osoby, które po występie przychodzą do mnie, aby się przywitać i chwilę porozmawiać. Wiem, co robię, jestem tego świadoma, i robię to dobrze.

**Kiedy występowałaś z Indigo, łączyłaś pop z soulem i funkiem. Na swej pierwszej solowej płycie „Nie na zawsze” z 2016 roku zwróciłaś się w stronę klasycznej polskiej piosenki.**

Każdy artysta z czasem ewoluje. Pierwsza płyta Indigo to było zespołowe dzieło. Dwie następne nagrałam z tymi samymi muzykami, ale był to już bardziej mój materiał, zrealizowany pod okiem Piotra Siejki. Potem zaczęłam już pracować na własne nazwisko

z różnymi producentami, szukałam różnych źródeł inspiracji. Nigdy jednak nie patrzyłam na swoje płyty w jakiś wyidealizowany sposób. Akurat to podobało mi się w danym okresie życia – więc tak śpiewałam. Zawsze robię to, co czuję, bo wierzę, że wtedy będzie to autentyczne.

**Ostatnie Twoje dwie płyty zawierają covery. Wolisz je śpiewać niż własne piosenki?**

Kiedyś zadzwoniła do mnie koleżanka i mówi: „Słuchaj, śniło mi się, że nagrałaś płytę z piosenkami z polskich seriali i okazało się to wielkim sukcesem”. Spodobał mi się ten pomysł i z czasem doprowadziłam do jego realizacji. Tak powstał album „SeriaLove”. Uznałam bowiem, że w polskich serialach są tak piękne piosenki, że warto je zaaranżować nieco inaczej i zaśpiewać po swojemu. I dobrze zrobiłam, bo do dziś gram koncerty z tym repertuarem i publiczność chętnie na nie przychodzi. Co

ważne – te piosenki mają bardzo mądre teksty, a tekst ma dla mnie zawsze duże znaczenie. Dlatego też potem nagrałam płytę „Nie tylko o miłości” z rodzinnymi klasykami, które towarzyszyły mi na różnych etapach mojego życia i były dla mnie ważne. Na tym albumie znalazły się też dwa moje utwory, które napisałam razem z Adamem Niedzielinem: „Bliśko ciebie” w duecie z moją córką i „Gdziekolwiek jesteś” dla mojej mamy. Po prostu na danym etapie swojego życia nagrywam takie rzeczy, które akurat mi w duszy grają.

**Jak wspominałaś, Twój mąż jest cenionym perkusistą, od lat grającym z Tobą i z grupą Brathanki. Ta wspólna muzyczna pasja służy waszemu małżeństwu?**

Bardzo. W ogóle sobie nie wyobrażam sytuacji, w której miałabym nie grać z Piotrkim. To zawsze dla mnie wielka radość. Nawet kiedy jestem zapraszana jako

gość i występuję z innymi muzykami, to Piotr jest i tak przy mnie – albo jako perkusista, albo jako mój menedżer. Nie lubię pracować bez niego. Czuję się bezpieczna, kiedy jest blisko, bo wiem, że on czyta w moich myślach. Jeśli pojawia się jakaś wątpliwość czy problem, to jestem pewna, że on mnie rozumie i pomoże to rozwiązać. Tak samo w pracy, jak i w domu. Po prostu lubię z nim być.

**Mówi się, że Piotr jest rozważny, a ty romantyczna. Jesteście ze sobą ponad 25 lat. Przeciwności się przyciągają?**

(Śmiech) Jakie to ładne! Muszę mu to powiedzieć. Trochę tak rzeczywiście jest. Ja byłam zawsze dość dobrze zorganizowana, potrafiłam zadbać o swoje sprawy, sama negocjowałam początkowo wszystkie umowy. Ale w momencie, kiedy on to przejął, poczułam dużą ulgę i teraz zdecydowanie wolę być romantyczna niż rozważna. (Śmiech)

**Macie trzy córki – pierwszą urodziłaś, mając 26 lat. Trudno było godzić karierę z byciem mamą?**

Nadal jest, bo to nie takie proste. Każdy rodzic, który pracuje i wychowuje dzieci, dobrze o tym wie. Mój zawód nie wyróżnia się tu jakoś specjalnie. Wymaga to na pewno bardzo dobrej organizacji. I tutaj jestem bardzo wdzięczna mojemu mężowi, bo właśnie on potrafi wszystko bardzo sprawnie ogarnąć do ostatniego szczegółu. Teraz nasze dziewczyny są już duże, dlatego to już zupełnie inny rodzaj organizacji. Kiedy były małe, musieliśmy się jednak naprawdę bardzo nagimnastykować i Piotr świetnie sobie z tym poradził. Przetrawiliśmy ten najtrudniejszy czas, kiedy dzieci najbardziej potrzebują rodziców, i dziś mamy więcej luzu. Wiem od swojej publiczności, że ludziom się wydaje, iż artyści nigdy nie ma w domu. Tymczasem to nieprawda – kiedy pewnego razu z koleżankami, które pracują na etatach, zaczęłyśmy liczyć, to okazało się, że jestem częściej w domu niż one. Czasem nie ma mnie kilka dni, ale później jestem kilka tygodni dzień i noc. To inny rytm pracy, ale zawsze staraliśmy się, żeby nie zakłócał życia naszych dzieci. I myślę, że w dużej mierze nam się to udało. Moja najstarsza córka Zosia już mieszka na swoim i pracuje zawodowo. Kiedy więc dzwonimy czasem do niej, ona obwieszcza: „Teraz jestem w pracy”. A my wtedy zdziwieni: „Jak to w pracy? W środku dnia?”. (Śmiech) „Ja wiem, że to dla was dziwne, ale tak – normalni ludzie pracują w ciągu

dnia” – przypomina córeczka. (Śmiech)

**Niedawno Zosia zaśpiewała z Tobą po raz pierwszy na scenie podczas Twojego jubileuszowego koncertu w Krakowie. Ciągnie ją do muzyki?**

Powiedziała, że robi to pierwszy i ostatni raz. (Śmiech) Negocjacje trwały długo i były bardzo trudne, bo początkowo w ogóle nie chciała się zgodzić. Zaproponowałam jej to, ponieważ kiedyś nagrałyśmy wspólnie tę wspomnianą piosenkę „Bliśko ciebie”. Dlatego, kiedy przygotowaliśmy program tego koncertu, zadzwoniłam do niej i spytałam, czy by nie zechciała ze mną wystąpić. Początkowo odmówiła – ale poprosiłam, żeby się zastanowiła, bo będzie to dla mnie wyjątkowy wieczór i bardzo mi zależy na jej obecności na scenie. W końcu powiedziała, że zrobi to tylko dla mnie i tylko ten jeden jedyny raz. Byłam więc bardzo szczęśliwa.

**Zosia już wyfrunęła w świat, Michalina i Antosia też pewnie pójdą za jakiś czas w jej ślady. Boisz się syndromu „pustego gniazda”?**

Po części przeżyłam to, kiedy Zosia wyprowadziła się pięć lat temu. Wtedy została nam jednak jeszcze dwójka maluchów. Czy się boję? Nie, bo uważam, że dzieci powinny opuścić rodzinne gniazdo, i to wcześniej niż później. Ale czy sobie z tym poradzę? Nie mam zielonego pojęcia. Na pewno będzie mi bardzo trudno. Lubię być sama w domu, ale tylko przez kilka godzin, bo potem brakuje mi choćby tego, że słyszę, co się dzieje w pokojach dziewczynek. Dużo czasu spędzamy razem, często rozmawiamy, mamy wspólne pasje. Tego będzie mi brakować. Ale mam nadzieję, że tak jak z Zosią, będziemy w nieustającym kontakcie. Często spotykamy się na kawkę, rozmawiamy o wszystkim. Nie jestem matką kwoką, która zagarnia dzieci dla siebie. Chciałam wychować je tak, aby wiedziały, że zawsze jesteście po ich stronie i mogą na nas liczyć. I żeby pamiętały, iż za nimi tęsknimy. Póki co, to się sprawdza.

**Może też tak być, że któraś z córek wyfrunie z rodzinnego gniazda tylko po to, aby potem wrócić do niego z kimś bliskim.**

To jest dla mnie oczywiste, że prędzej czy później przyfrunie z ukochaną osobą, ale zdecydowanie uważam, że młodzi, o ile to możliwe, bo różnie bywa w życiu, nie powinni mieszkać z rodzicami zbyt długo. Nawet jeżeli tak ciężko nam jest je wypuścić z domu. W końcu nasze dzieci wychowujemy dla świata, a nie dla nas.

**Czy ojciec gra w piłkę nożną?**

Moja największa przygoda z piłką to czasy seminarium w Kłodzku. Rozgrywaliśmy wtedy dziesiątki meczów - z policją, lekarzami, wojskiem... Raz wygrywaliśmy, raz przegrywaliśmy, ale to właśnie tam uczyłem się, że najważniejsze jest to, co dzieje się między ludźmi na boisku. Dziś, choć serce wciąż rwie się do gry, zdrowie postawiło mi wyraźną granicę. Problemy z nogami i PESEL zmusiły mnie do „zawieszenia korków na kołku”. Przyjąłem to jednak jako nowe zadanie. Skoro nie mogę już biegać po murawie, moją rolą jest wspieranie drużyny modlitwą, obecnością i dobrym słowem. Moje nogi odpoczywają, ale serce wciąż gra w tym samym zespole.

**Grał ojciec w habicie czy w stroju sportowym?**

Na boisku stawiałem na wygodę. Zakładałem normalny strój sportowy: korki i koszulkę - najczęściej, co nikogo nie zdziwi, w barwach Śląska Wrocław. Habit to moja „codzienna zbroja”, ale na murawie potrzebowałem swobody. Choć, nie przeczę, zdarzało mi się zagrać mecz w habicie: wtedy widok zakonnika biegającego w habicie zawsze budził na twarzach kibiców oglądających mecz szczery uśmiech.

**Na boisku emocje sięgają niekiedy zenitu, bywa nerwowo. Czy zdarzyło się ojcowi w czasie meczu „rzucić mięsem”?** (uśmiech) Jestem człowiekiem z krwi i kości. Kiedy ktoś mnie faulował albo traciliśmy bramkę przez głupi błąd, czułem taką samą sportową złość, jak każdy inny zawodnik. Adrenalina robi swoje. Jednak formacja zakonna nauczyła mnie trzymać język na wodzy. Zamiast przekleństwa, częściej pod nosem mruczałem krótkie: „Panie Boże, daj mi cierpliwość” albo po prostu ciężko wzdychałem.

**A czy zdarzało się ojcowi źle pomyśleć o zawodniku z przeciwnej drużyny?**

Przez ułamek sekundy pewnie tak, ale starałem się to od razu gasić. Po faulu wolałem podać rywalowi rękę i pomóc mu wstać. To był mój najważniejszy „mecz” - żeby nawet w ferworze walki nie przestać widzieć w drugim człowieku brata.

**Oj, żeby tak każdy piłkarz zachowywał się na boisku jak ojciec, to mecze by wyglądały zupełnie inaczej... Mówi ojciec, że już nie grywa, ale na mecze nadal chodzi. Lubi to ojciec?**

Dla mnie stadion to nie tylko miejsce sportowej rywalizacji, ale przede wszystkim miejsce spotkań z ludźmi. Jako kapelan nie jestem tam tylko po to, by oglądać grę, ale by być blisko zawodników i kibiców. Emocje, które towarzyszą meczom, są

niezwykle szczerze - tam nie ma miejsca na udawanie. Lubię tę energię, moment, gdy cały stadion oddycha tym samym wydarzeniem. To dla mnie przedłużenie posługi - bycie tam, gdzie są ludzie, w ich radościach i smutkach.

**Co jest w tym fascynującego?**

Nieprzewidywalność i wspólnota. W piłce nożnej, tak jak w życiu, dopóki piłka w grze, wszystko jest możliwe. Widzę w sporcie piękną metaforę duchowości: dyscyplinę, dążenie do celu, podnoszenie się po porażkach. Fascynuje mnie też to, jak sport potrafi łączyć pokolenia - na trybunach widzę dziadków z wnukami, co przypomina mi moje własne dzieciństwo. To niesamowite, jak jeden klub może stać się sercem całego miasta.

**Pamięta ojciec pierwszą wizytę w szatni?**

Doskonale pamiętam. Szatnia jest dla zawodników sacrum, strefą najwyższego skupienia. Przyjęto mnie bardzo życzliwie, choć z początku czuć było zaciekawienie nową sytuacją. Szybko jednak zrozumieliśmy, że nie jestem tam od oceniania czy wywierania presji. Stałem się kimś, przed kim mogą się otworzyć nie tylko jako piłkarze, ale przede wszystkim jako mężowie, ojcowie itp.

**Na czym polega rola kapelana drużyny piłkarskiej?**

To przede wszystkim bycie „bratem” dla każdego w klubie - od zawodników i sztabu, aż po pracowników administracji. Kapelan się nie narzuca, on towarzyszy. Chcę być jak latarnia: nie steruję statkiem, ale wskazuję światło, gdy robi się ciemno. Moja obecność na stadionie przypomina, że poza wynikiem sportowym i tabelą istnieje jeszcze inny wymiar życia: ludzki, duchowy i wieczny.

**Czy jest też ojciec spowiednikiem i powiernikiem?**

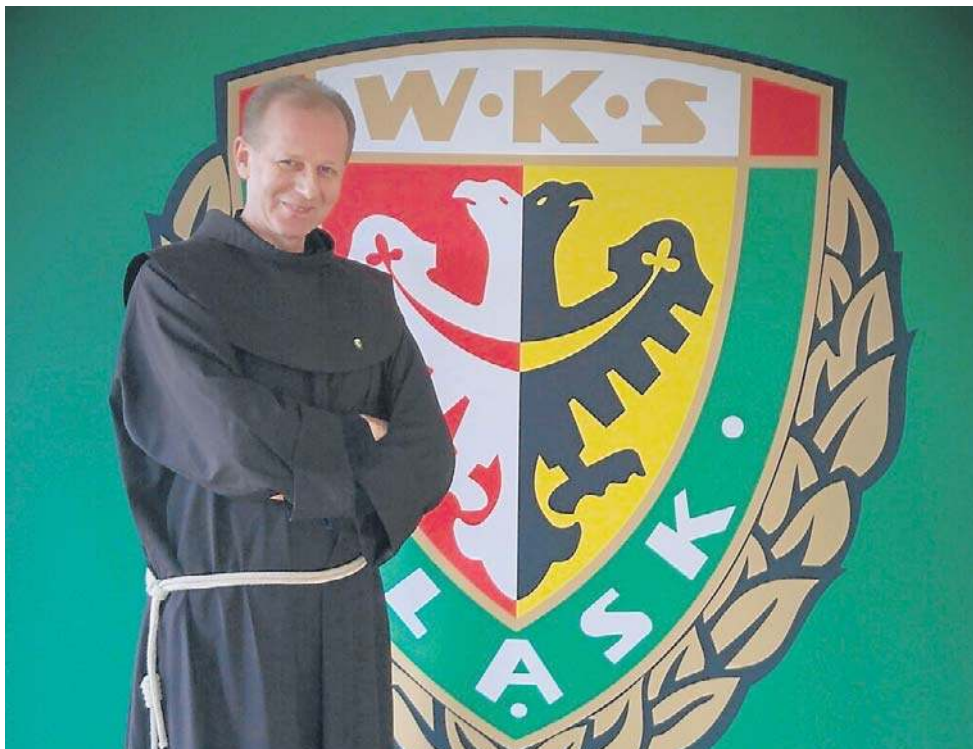
Tak, pełnię obie te role. Sakrament pokuty to fundament, ale często wszystko zaczyna się od zwykłej rozmowy. Jestem powiernikiem tajemnic, których piłkarze nie zawsze mogą wyjawiać trenerowi czy kolegom z drużyny. W świecie wielkich pieniędzy i ogromnej presji potrzebują kogoś, kto nie będzie ich oceniał przez pryzmat strzelonych bramek czy błędów na murawie, ale spojrzy na nich po prostu jak na drugiego człowieka.

**Radzi ojciec na przykład, jak lepiej żyć?**

Staram się nie tyle dawać gotowe recepty, co inspirować do szukania głębszych wartości. Piłkarze to często młodzi ludzie, którzy stają przed wielkimi pokusami i wyzwaniem. Rozmawiamy o tym, jak budować trwałe relacje, jak być do brym mężem czy ojcem oraz

## Czy piłkarze często grzeszą? Z jakich zachowań kibice powinni się spowiadać? Z jakimi problemami przychodzą do księdza sportowcy? O tym mówi o. Wiesław Dudek, franciszkanin, kapelan Śląska Wrocław

Robert Migdał



O. Dudek: Patrzę na kibiców przede wszystkim jak na ludzi, którzy mają ogromną pasję

# PAN BÓG NIE JEST SĘDZIĄ PIŁKARSKIM ANI BUKMACHEREM

jak zachować pokorę w sukcesie i godność w porażce. Pokazuję im, że bycie „wartościowym zawodnikiem” to nie tylko technika, ale przede wszystkim silny kręgosłup moralny.

**Piłkarze szukają u ojca wsparcia i pocieszenia w trudnych chwilach?**

Sport to sinusoida - raz jesteś na szczycie, raz na dnie. W trudnych chwilach, takich jak ciężkie kontuzje, koniec kariery czy kryzysy osobiste, wiara staje się dla nich ogromnym oparciem. Także kibice podchodzą do mnie, prosząc o modlitwę w intencji swoich rodzin. Nie „czaruję” rzeczywistości - nie obiecuję, że modlitwa zapewni wygraną 3:0. Obiecuję za to, że Bóg daje siłę, by przejść przez każdą, nawet najtrudniejszą

życiową rozgrywkę. Daję im nadzieję, która wykracza poza końcowy gwizdek.

**Zdarza się, że ojciec - jako fan Śląska - modli się o... zwycięstwo Śląska?**

Często słyszę to pytanie i zawsze odpowiadam z uśmiechem: „Pan Bóg nie jest sędzią piłkarskim ani bukmacherem”. Gdybym modlił się o wynik 1:0 dla nas, a kapelan drużyny przeciwnej o ich wygraną, to co miałby zrobić Pan Bóg? Moja modlitwa ma inny kierunek. Modlę się przede wszystkim o zdrowie i bezpieczeństwo, by nikt nie doznał kontuzji, bo dla piłkarza nogi to narzędzie pracy i utrzymania rodziny. O ducha czystej gry - by zawodnicy potrafili szanować przeciwnika i sędziego nawet w naj-

wiekszych emocjach. O dobre wykorzystanie talentu - proszę Boga, by potrafili pokazać na boisku to, co wypracowali na treningach, by ich trud przyniósł owoce. Oczywiście jako kibic całym sercem chcę, żeby Śląsk wygrywał, ale jako kapelan wiem, że wynik na tablicy to nie wszystko. Czasem porażka uczy pokory i buduje charakter mocniej niż łatwe zwycięstwo. Modlę się więc o to, by zawodnicy po meczu mogli spojrzeć w lustro i powiedzieć: „Dałem z siebie wszystko - jako człowiek i jako sportowiec”.

**A piłkarz może się modlić do Boga: „Panie Boże, proszę, żebyśmy my wygrali, a oni przegrali”?**

Modlić można się o wszystko, bo Pan Bóg chce słuchać o tym,

co mamy w sercu - nawet o naszych najbardziej dziecięcych pragnieniach. Jednak Bóg to nie automat do spełniania życzeń, a stadion to nie miejsce, w którym Pan wybiera sobie ulubieńców. Tłumaczę to w prosty sposób: Bóg kocha też „tamtych”: po drugiej stronie boiska stoją tacy sami młodzi ludzie. Oni też mają rodziny, też ciężko trenowali i pewnie też mają mamę, która modli się o ich wygraną. Czy Pan Bóg miałby kochać nas bardziej tylko dlatego, że mamy inne barwy na koszulkach?

**Słyszałem, że ojciec radzi sportowcom: módl się „za kogoś”, a nie „przeciw komuś”.**

Bo modlitwa o czyjąś porażkę podsyta jest niechęcią, a Bóg jest miłością. Dlatego uczę zmiany intencji: zamiast „Niech oni przegrają”, mówmy: „Panie Boże, daj nam być dziś lepszymi od nich, pozwól nam w pełni wykorzystać nasze szanse”. Wynik to sprawa ludzka: Panu Bogu bardziej zależy na tym, jakimi ludźmi zjedziemy z boiska niż na tym, co pokaże tablica wyników. Często powtarzam: „Módl się o siłę do walki, a o wynik powalcz nogami”. Podsumowując: prosba „Panie, spraw, byśmy wygrali” jest ludzka i piękna w swojej pasji. Ale modlitwa o to, by inni przegrali, jest już niepotrzebna. Pan Bóg nie kibicuje przeciwko nikomu. On kibicuje nam wszystkim, byśmy w tym sportowym trudzie stawali się lepszymi ludźmi. Pamiętam, gdy jako dziecko w Nowej Sarzynie sam o to prosiłem przed meczem Unii. Ale z czasem, przez lata spędzone w zakonie, zrozumiałem, że Pan Bóg ma ważniejsze zadania niż pilnowanie, do której bramki wpadnie piłka. On pilnuje przede wszystkim tego, żebyśmy w tym wszystkim nie zgubili serca.

**Wielu piłkarzy głośno mówi o swojej wierze w Boga, wchodząc na murawę - robią znak krzyża, gdy strzela gola, pokazując palcem do góry, dziękując Bogu. Jak ojciec patrzy na gesty religijne na boisku?**

Widzę te gesty często i patrzę na nie z dużym szacunkiem, ale i duszpasterską czujnością. Dla wielu zawodników - zwłaszcza z Ameryki Południowej czy Afryki, ale i dla wielu naszych rodaków - znak krzyża przed gwizdkiem to nie rutyna czy talizman, lecz akt zawierzenia. To krótka modlitwa: „Panie Boże, oddaję Ci ten czas, chroń mnie i daj mi siły”. To publiczne przyznanie, że nie wszystko zależy od mięśni i techniki. Tłumaczę jednak, że te gesty muszą iść w parze z życiem. Znak krzyża na boisku zobowiązuje do tego, by po faulu nie przeklinać i nie traktować przeciwnika jak wroga. Cieszy mnie, gdy wiara

nie jest ukrywana. W dzisiejszym świecie ci młodzi, wysportowani ludzie pokazują, że wiara to nie słabość, lecz fundament. To też sygnał dla kibiców – gest idola może być impulsem do pomyślenia o własnej relacji z Bogiem. Często mówię: „Żegnaj się nie po to, żeby wygrać, ale po to, żebyś pamiętał, dla kogo grasz”. Stadion to specyficzna „parafia” – ma swoją liturgię, pieśni i emocje. Moim zadaniem jest dbać o to, by w tym zgiełku nikt nie zapomniał o tym, co najważniejsze o człowieczeństwie i o tym, że po każdym meczu Pan Bóg czeka na nas z tą samą miłością.

**Jak wygląda taki „zwykły dzień” kapelana drużyny piłkarskiej? Rozmawia ojciec ze sportowcami tylko o sporcie?** Jako franciszkanin mam oczywiście swoje obowiązki – konne w klasztorze, ale kiedy jestem w klubie, mój czas należy do nich. Zwykle pojawia się na Oporowskiej – to najlepszy moment, żeby zamienić z kimś kilka słów „w biegu”. Nie zawsze są to rozmowy o teologii. Czasem rozmawiamy o rodzinie, o tym, jak dzieci rosną albo o zwykłych troskach. Moim zadaniem jest „bycie pod ręką”.

**Piłka nożna, kibicowanie, to nie tylko czysta gra, z zasadami, z miłością do bliźniego. Część kibiców to „kibole”, których zachowanie – delikatnie mówiąc – bywa kontrowersyjne...** Moje podejście opiera się na franciszkańskim hasle „Pokój i Dobro”. Na stadionie spotykam cały przekrój społeczeństwa – od rodzin z dziećmi po grupy kibiców bardzo żywiołowych, a czasem, jak to pan ujął, kontrowersyjnych. Nigdy nie odwracam od nich wzroku. Patrzę na kibiców przede wszystkim jak na ludzi, którzy mają ogromną pasję. Ta pasja bywa czasem nieoszlifowana, wyrażana w sposób gwałtowny, ale to wciąż wielkie zaangażowanie serca. Moja rola nie polega na pełnieniu funkcji policjanta czy moralizatora, który grozi palcem. Staram się być dla nich świadectwem – moją obecnością, spokojem, uśmiechem. Często podchodzą do mnie ludzie, których na pierwszy rzut oka nikt by o religijność nie podejrzewał. Proszą o błogosławieństwo, o modlitwę za kogoś bliskiego w szpitalu albo po prostu chcą uściskać dłoń. Pod tymi „groźnymi” barwami klubowymi często kryją się wrażliwi ludzie z bagażem trudnych doświadczeń.

**Wielu „kiboli” jest agresywnych, wulgarnych...** Nie popieram agresji czy wulgaryzmów – to jasne. Ale wierzę, że Ewangelia ma docierać wszędzie, nie tylko do grzesznych osób w ławkach kościel-

nych. Jeśli moja obecność na stadionie sprawi, że choć jeden kibic przez chwilę pomyśli o Bogu albo powstrzyma się od złego słowa, to znaczy, że warto tam być. Stadion to miejsce wielkich emocji, a ja jestem tam po to, by te emocje miały szansę spotkać się z duchowym pokojem.

**Mówi ojciec, że jest powiernikiem, a dla wielu spowiednikiem... Z jakimi problemami przychodzą piłkarze i kibice?** Problemy piłkarzy nie różnią się tak bardzo od problemów każdego z nas, tylko skala presji jest inna. Najczęściej przychodzą z troskami rodzinnymi. Sportowiec to nie robot. Jeśli w domu dzieje się coś złego, na boisku to widać. Kolejny temat to lęk przedprzyszłością. Kariera piłkarza jest krótka i jedna kontuzja może zmienić wszystko. Przychodzą z pytaniami: „Co dalej, Ojcze? Kim jestem, jeśli nie będę mógł grać?”. Wtedy moją rolą jest przypomnienie im, że ich wartość nie zależy od sprawności nóg, ale od tego, jakimi są ludźmi.

**Czy piłkarze często grzeszą?** Piłkarze to ludzie tacy sami, jak my – nie są ani większymi świętymi, ani większymi grzesznikami niż reszta społeczeństwa. Ich słabości często wynikają z ogromnej presji i emocji, które są nieodłącznym elementem tego zawodu. Bywa to gniew na boisku, pycha w chwilach wielkich sukcesów czy paraliżujące zwątpienie w trudnych momentach. Żyją w świecie wielkich pieniędzy i jeszcze większych pokus, co na pewno nie ułatwia drogi do świętości. Jednak każdy z nich, tak jak każdy z nas, toczy codzienną walkę o to, by po prostu być lepszym człowiekiem.

**A często spowiadają się ze swoich grzechów?** Jako ksiądz obowiązuje mnie bezwzględna tajemnica spowiedzi, więc o szczegółach i statystykach mówić nie mogę. Po prostu jednak tak: sakrament pokuty jest naturalnie obecny w życiu klubu. Są zawodnicy, którzy czują potrzebę regularnego oczyszczenia serca, szczególnie przed ważnymi wydarzeniami w życiu osobistym. Bardzo często jednak wszystko zaczyna się od zwyczajnej rozmowy. Czasem taka „spowiedź” odbywa się nie w konfesonale, lecz podczas spaceru czy w zaciszu klubowych pomieszczeń. To są te wyjątkowe momenty, gdy piłkarze zdejmują maski „twardzieli” i stają w pełnej prawdzie przed Bogiem i samym sobą.

**Rozmawia z nimi ojciec o Bogu? O wierze?** Rozmawiamy o Bogu, który nie jest sędzią z gwizdkiem, ale miłosiernym Ojcem. Często py-

tają: „Dlaczego mnie to spotkało?” – np. przy kontuzji – albo „Jak mam wybaczyć komuś, kto mnie skrzywdził”? Moim zadaniem jest pokazać im, że wiara to nie jest zbiór zakazów, ale siła, która pomaga przetrwać najgorszy mecz życia. Pan Bóg kocha ich tak samo, gdy strzelają hat-tricka i gdy strzelają samobójczą bramkę.

**A w czasie tych rozmów kapelan – piłkarz, jakie ojciec daje rady sportowcom?** Moja „tastyka” dla nich opiera się na trzech prostych radach. Po pierwsze: pokora. Pamiętaj, skąd przyszedłeś. Dzisiaj nosisz drogą koszulkę, ale kiedyś byłeś chłopcem z małego miasteczka, który marzył o piłce. Sukces jest ulotny, charakter zostaje na zawsze. Po drugie: dyscyplina ducha. Tak jak trenujesz ciało, trenuj też duszę. Modlitwa to taki trening mentalny, który daje spokój, jakiego nie kupisz za żadne pieniądze. Po trzecie: wierność. Bądź wierny barwom, ale przede wszystkim bądź wierny swoim wartościom, rodzinie i Bogu. Na końcu kariery nikt nie będzie cię pytał o statystyki, ale o to, jakim byłeś mężem, ojcem i kolegą z szatni. Powtarzam: „Grajcie tak, żebyście po meczu nie musieli się wstydzić przed Bogiem, kibicami i samym sobą”.

**Rozmawiacie też o problemach, z jakimi borykają się piłkarze w życiu prywatnym?** Najczęściej zawodnicy potrzebują wsparcia w sprawach, o których kibice nie mają pojęcia. Pod markową koszulką kryją się te same lęki, co u każdego z nas. Przychodzą, gdy w rodzinie dzieje się coś trudnego: choroba bliskiej osoby, kryzysy małżeńskie czy trudności wychowawcze. Sportowiec na emigracji (a mamy wielu obcokrajowców) często czuje się samotny w swoich problemach. Przychodzą, gdy tracą poczucie własnej wartości. W świecie sportu jesteś tak dobry, jak twój ostatni mecz. Gdy forma spada, pojawia się ogromny lęk i pytanie: „Kim jestem, jeśli nie idzie mi w piłkę?”. Wtedy należy pomóc im odnaleźć fundament w Bogu, który kocha ich za to, kim są, a nie za to, jak grają.

**Co na stadionie i poza nim jest grzechem? Bo przecież słyszymy wiele razy, jak wyglądają mecze i czas przed nimi i po nich: ustawki kibiców, bicie innych, wyzywanie np. „Arka Gdynia (ku...a) świnią”, palenie rac na stadionach? Sprzedawanie meczów?** Ewangelia nie przestaje obowiązywać po przejściu przez stadionowy kołowrotek. Grzechem jest po prostu to, co uderza w drugiego człowieka i niszczy szacunek. Na co najczęściej zwracam uwagę? Przede wszystkim na przemoc i agre-

sję. „Ustawki” czy bicie kogoś to jawneapreczenie miłości bliźniego. Narażanie zdrowia – swojego i innych – dla „honorowych” bójek niszczy ducha sportu, który przecież powinien nas łączyć, a nie dzielić. Po drugie, na wulgaryzmy i nienawiść, bo słowo ma ogromną moc. Można dopingować „za” swoją drużyną całym sercem, nie będąc przy tym wulgarnym wobec rywala. Wyzwiska to grzech języka, który zamiast budować wspólnotę, sieje niepotrzebną niechęć. Po trzecie, na brak odpowiedzialności. W przypadku rac kluczowe jest bezpieczeństwo. Jeśli ich użycie łamie prawo i stwarza realne zagrożenie dla ludzi na trybunach, to narażanie bliźniego na niebezpieczeństwo staje się problemem moralnym. Bycie kibicem to piękna pasja, ale w tym wszystkim najważniejszy jest człowiek. Moim zadaniem jest przypominać, że szacunek do drugiego, nawet w innym szaliku, to fundament – zarówno w sporcie, jak i w życiu.

**Co ojciec mówi takim „kibolom”, którzy w nosie mają te zasady?** Moje przesłanie jest proste: nie zostawiacie sumienia przed bramą stadionu. Można być fanatycznym kibicem i kochać Śląsk Wrocław całym sercem, ale w tym wszystkim trzeba najpierw pozostać człowiekiem. Jeśli Twoja pasja sprawia, że w Twoim sercu rodzi się czysta nienawiść do kogoś tylko dlatego, że nosi inny szalik, to jest to moment, w którym musisz się zatrzymać. Bo miłość do klubu nigdy nie powinna być silniejsza niż szacunek do drugiego człowieka.

**A jak już kibice zgrzeszą, to za co mogą nie dostać rozgrzeszenia?** W Kościele nie istnieje „czarna lista” grzechów stadionowych, które są niewybaczalne. Bóg jest gotowy wybaczyć wszystko, bo Jego miłosierdzie nie ma granic. W sakramencie pokuty bariera nie leży po stronie Boga, ale czasem po stronie człowieka. Jako spowiednik nie mogę udzielić rozgrzeszenia nie z powodu ciężaru winy, ale wtedy, gdy brakuje trzech fundamentów szacunku nawrócenia: np. brak żalu w sercu, jeśli ktoś np. mówi: „Pobiłem człowieka i zrobiłbym to jeszcze raz, bo na to zasłużył”, zamyka drogę Bożej łasce. Sakrament nie może się dokonać, jeśli nie ma w nas uznania, że wyrządzone zło po prostu było złem. Po drugie, brak woli zmiany: spowiedź to nie „czyszczenie licznika”, by móc zacząć grzeszyć od nowa. Jeśli ktoś traktuje to jak rytuał, a w sercu już planuje kolejne akty nienawiści czy przemocy, brakuje tu szacunku postanowienia poprawy. To musi być decyzja o powrocie na dobrą drogę. I po trzecie, gdy

jest brak chęci naprawienia szkody u kogoś, kto zgrzeszył. To kluczowy moment, także w kontekście stadionu. Nie można szczerze powiedzieć „przepraszam Boga”, nie chcąc naprawić tego, co się zniszczyło. Warunkiem doświadczenia Bożego Miłosierdzia jest chęć zadośćuczynienia za wyrządzone krzywdy. Zawsze powtarzam: „Pan Bóg nie potrzebuje naszych idealnych życiorysów, potrzebuje tylko naszych szczerych serc”.

**Czy zawodowe granie w piłkę może bardziej zbliżać do Boga, czy od niego oddalać? Chodzi mi np. o pokusy związane z bogactwem, bycie gwiazdą, która wielbią tłumy?** To pytanie o to, jak człowiek radzi sobie z ciężarem sukcesu. Moim zdaniem zawodowy sport to potężne rekolekcje w przyspieszonym tempie – może zarówno wynieść człowieka na szczyty duchowości, jak i stać się pułapką. Pokusy są ogromne i nie ma co tego ukrywać. Wielkie pieniądze w bardzo młodym wieku, poczucie bezkarności, bycie „idolem”, któremu kłaniają się tłumy – to wszystko karmi pychę. A pycha to pierwszy krok do tego, by uznać, że Pan Bóg nie jest mi do niczego potrzebny, bo sam jestem bogiem na boisku. Taki blask fleszy bywa oślepiający i sprawia, że człowiek traci z oczu to, co naprawdę ważne. Z drugiej strony, sport uczy pokory i dyscypliny jak mało co. Piłkarz co tydzień staje przed sądem opinii publicznej. Jednego dnia jesteś wielbiony, drugiego – po jednym błędzie – wygwizdany. To brutalnie uczy, że chwała ludzka jest ulotna. Wielu zawodników właśnie w tym doświadczeniu „pustki” sukcesu odnajduje Boga. Widzą, że ani drogi samochód, ani tysiące lajków nie dają spokoju serca, który daje modlitwa. To – jak zachowuje się piłkarz, który osiągnął sukces – to sprawa bardzo indywidualna, ale zależy głównie od dwóch rzeczy. Po pierwsze od tego, „co wyniósł z domu”. Jeśli chłopak wyniósł z rodziny – tak jak ja z moich stron na Podkarpaciu – wartości, szacunek do pracy i drugiego człowieka, to „sodówka” rzadziej uderza mu do głowy. Po drugie, od otoczenia, w którym żyje, z kim się spotyka na co dzień. Dlatego tak ważna jest rola kapelana. Staram się być dla nich „kotwicą”. Przypominam im: „Dzisiaj jesteś gwiazdą, ale przed Bogiem jesteś takim samym człowiekiem, jak ten pan, który sprząta trybuny”. Pieniądze i sława to tylko narzędzia. Możesz ich użyć, by zbudować mur wokół siebie albo by zbudować coś dobrego dla innych. Piłka nożna to dar, talent od Boga – pytanie tylko, czy będziesz wielbił ten dar, czy dawcę tego daru.

**Ostatnie tragiczne wydarzenie – śmierć trenera Jacka Magiery – to czas, w którym piłkarze, kibice potrzebują większego, duchowego wsparcia? Rady? Pociśnienia?** Nagłe odejście „Magica” wstrząsnęło nami wszystkimi. Widzę tę żalobę wszędzie. Szanuję każdy sposób przeżywania tej straty, ale czuję, że w obliczu takiej tragedii bardziej niż medialnej przepychanki o to, kto znał Jacka bardziej i lepiej, potrzebujemy dziś ciszy i modlitwy. Ja wybieram cień. Moim zadaniem nie jest budowanie pozycji na tej tragedii, lecz towarzyszenie tym, którzy w spokoju szukają pocieszenia. Jacek ufał Bogu bez wystawiania wiary na pokaz i to jest jego testament: żyć tak, by być dumnym ze swojego człowieczeństwa. Jako kapelan chcę po prostu przy nich być. Chcę, by ta lekcja kruchości życia umocniła w nas braterstwo. Wrocław i Warszawa pożegnały go z honorami, a my – w ciszy serc – musimy nieść dalej to, w co Jacek wierzył najbardziej: siłę dobrego słowa i dialogu.

**Czy pamięta ojciec najbardziej poruszającą rozmowę z piłkarzem, kibicem, trenerem – taką, którą do dzisiaj ojciec pamięta?** Przez lata było ich wiele, ale jedna szczególnie zapadła mi w pamięć. Odwiedził mnie w klasztorze zawodnik, który, będąc u szczytu sławy, wewnętrznie czuł się kompletnie rozbity. Usiedliśmy w ciszy, a on po chwili wyznał: „Ojcze, wszyscy widzą we mnie idola, a ja czuję się jak oszust, bo w domu sobie nie radzę”. Pod maską sukcesu krył się lęk przed rozpadem rodziny i poczucie winy, że kariera odebrała mu to, co najdroższe. Płakaliśmy wtedy razem. To nie była rozmowa o taktyce, ale o fundamentach życia – o tym, że brawa na stadionie nie ulecą ran w sercu. Zrozumiałem wtedy jeszcze mocniej, że jestem po to, by przypominać tym chłopakom, że są ludźmi, a nie produktami marketingowymi. Do dziś pamiętam ulgę na jego twarzy, gdy po spowiedzi pojął, że Bóg daje mu szansę stać się przede wszystkim dobrym mężem i ojcem, a nie tylko świetnym piłkarzem.

**A jakaś rozmowa z kibicem, którą ojciec wspomina?** Pamiętam poruszające spotkanie z ojcem, który na stadion przyszedł nie dla wyniku, lecz by poczuć bliskość zmarłego syna. „Tylko tutaj czuję, że on wciąż ze mną jest” – wyznał. Ta wspólna, cicha modlitwa na pustych jeszcze trybunach uświadomiła mi, że dla wielu to miejsce niemal sakralne, przepełnione osobistymi historiami.

W książce „Święto Karkonoszy” zbrodnia nie jest najważniejsza. Najważniejsi są ludzie i ich losy w świecie, w którym jedni odchodzili, a drudzy próbowali nauczyć się mówić o cudzym miejscu: mój dom.

Anita Czapryn

# SŁAWOMIR GORTYCH: DOM BEZ HISTORII NIE BYŁBY PRAWDZIWYM DOMEM

**Jako pisarz i mieszkaniec Dolnego Śląska, zna pan odpowiedź na pytanie, kiedy obce miejsce staje się domem?**

Oswajanie obcego miejsca aż do momentu, gdy będzie można o nim powiedzieć „mój dom” to proces tak indywidualny i mocno zależny od wielu środowiskowych zmiennych, że nie będę w stanie podać jednej uniwersalnej odpowiedzi na pytanie „kiedy?”. I mówię to zwłaszcza jako mieszkaniec Dolnego Śląska. Znam bowiem rodziny, które o tej ziemi z pełnym przekonaniem mówiły „mój dom” już w pierwszym pokoleniu, a są takie, w których nastąpiło to dopiero w kolejnym lub kolejnych pokoleniach. Znów - spoglądając z dolnośląskiej perspektywy - myślę, że dużo zależy od historii i indywidualnych doświadczeń człowieka, który przybył w „obce” miejsce. Inaczej bowiem będzie je oswajał ten, kto został tu przesiedlony wbrew własnej woli albo ten, kto w czasie wojny doznał jakichś krzywd z niemieckich rąk - taki ktoś z dużą dozą prawdopodobieństwa do końca życia nie zaakceptuje w pełni nowego miejsca. Ten zaś, kto przyjechał tu dobrowolnie, kto przyjął propagandę o „powrocie do macierzy” piastowskich ziem - oswoi nowy dom łatwiej.

**Pana najnowsza książka „Święto Karkonoszy” opowiada o zbrodni i tajemnicy, ale też pisze pan o tym momencie, kiedy ludzie przychodzą na cudzą ziemię i próbują nazwać ją domem. Co dla pana było najważniejsze: zbrodnia, historia czy ludzie?** Nie zwykłem rozdzielać ludzi od historii, bo według mnie to

nie są niezależne pojęcia. Nie ma ludzi bez historii i historii bez ludzi, zatem: dla mnie najważniejsza jest historia ludzi. Zbrodnia pojawia się w tle. Nie mówię, że jest nieistotna, natomiast w koncepcji moich książek nie stanowi ona głównego wątku. Chodziło mi bowiem o to, żeby Czytelnik nie sięgał po powieść wyłącznie po to, by odpowiedzieć na pytanie „kto zabił”, ale po to, by poznać historię, która w znacznej mierze oparta została na prawdziwych wydarzeniach. Zbrodnia stanowi więc dla mnie przyczynek do przedstawienia znacznie większej i szerszej opowieści - w przypadku „Święta Karkonoszy” jest to historia dwóch pokoleń, które spotkały się na Dolnym Śląsku w tysiąc dziewięćset czterdziestym piątym roku: ostatniego pokolenia mieszkających tu Niemców, których czekało wysiedlenie i pierwszego pokolenia Polaków, którzy przyjeżdżali zajmować ich domy. Takie zjawisko - bezprecedensowa w swojej skali i prędkości wymiana ludności całego regionu - jest z punktu widzenia pisarza niesamowicie bogatym źródłem refleksji. Zarówno tych przerażających i smutnych, jak i tych krzepiących, niosących nadzieję.

**Co było pierwszym impulsem do napisania tej powieści?**

Trafiłem na spisane przez pewnego wopistę wspomnienia przygód, jakie spotkały go w Karkonoszach w pierwszych latach po drugiej wojnie światowej. Była to niesamowicie inspirująca lektura. Czym innym jest bowiem czytać historyczne opracowania

o tym, jak wyglądało życie na Dolnym Śląsku w tysiąc dziewięćset czterdziestym piątym roku i później, a czym innym spojrzeć na ten okres oczami konkretnej jednostki. Przeczytać o tym, co w tamtym czasie takiego nowo przybyłego na te ziemie osadnika cieszyło, czego się obawiał, z jakimi problemami przyszło się mu mierzyć. Wkrótce potem sięgnąłem więc do lektury wspomnień innych Polaków, którzy przybyli w Karkonosze tuż po wojnie i zaczął mi się z tego wyłaniać niesamowicie ciekawy, a jednocześnie bardzo różnorodny, momentami rzekłbym nawet: niespójny obraz tamtych lat. Oczywiście, pewne wątki przewijały się przez wspomnienia bardzo wielu osób i można powiedzieć o nich, że były wspólne. Zdarzały się jednak też refleksje bardzo odmienne, mimo iż traktujące te same tematy. Jedną z takich spornych spraw było chociażby pojęcie domu, od którego zaczęliśmy rozmowę. Niektórzy Polacy pisali, że gdy w tysiąc dziewięćset czterdziestym piątym roku przybyli do Hirschbergu, przyszłej Jeleniej Góry, czuli tu „polskość” bijącą niemal z każdego zakamarka. Inni zaś twierdzili, że przez wiele lat wciąż czuli się tu obco i niepewnie. I to chyba najlep-

szy dowód na potwierdzenie tezy, że osvajanie jest procesem bardzo indywidualnym. Ale - podsumowując - to właśnie ta różnorodność wspomnień była dla mnie jeszcze silniejszym impulsem, żeby opowiedzieć o tamtych latach. Bo to było pisarskie wyzwanie. Opisać coś, co we wspomnieniach ludzi jest spójne i jednorodne - to nie jest wielkim problemem. Zmierzyć się natomiast z czasami, które, zależnie od punktu widzenia, są wspominane w tak różny sposób, oddać całą paletę barw i opinii - to już nie było takie proste. Ale w pisaniu właśnie o to chodzi, żeby za prosto nie było.

**W posłowie pisze pan, że „Święto Karkonoszy” zrodziło się z potrzeby opowiedzenia o losach pokolenia pradziadków, którzy przybyli na te tereny po wojnie. Napisal pan tę powieść, żeby nie zapomnieć o prawdziwym charakterze tego miejsca?** Napisałem tę powieść po to, żeby tę historię odkryć przed czytelnikami, którzy mogli nie tyle o niej zapomnieć, co zwyczajnie nigdy o niej wcześniej nie słyszeć.

**Na ile pańska własna rodzinna czy osobista relacja z Dolnym Śląskiem wpływa**

**na to, jakie historie wybiera pan do opowiedzenia i z jakiej perspektywy na nie patrzy?**

Wpływa w sposób zasadniczy, piszę wszak o miejscu, które uważam za swój dom. Idzie za tym z jednej strony pewna swoboda pisania (nikt nie zarzuci mi, że nie znam lub nie rozumiem tematyki, którą poruszam, bo „nie jestem stąd”), a z drugiej duża odpowiedzialność, bo skoro piszę o własnym domu, czyli tym, co jest dla mnie najwyższą świętością, nie mogę sobie pozwolić na historyczne niedopatrzenia, fabularne nieścisłości czyli kolokwialnie mówiąc „prześlizgnięcie się po temacie”.

**Czy w tej książce musiał pan coś przemilczeć, chociaż kuśilo pana, aby więcej opowiedzieć?**

Nigdy nie zdarzyło mi się w tej ani żadnej innej książce czegośkolwiek przemilczeć. Wychodzę z założenia, że - choć opowiadał o naprawdę trudnych czasach i jest w tej historii wiele elementów bolesnych czy nadal nieco tabuizowanych - moje pisanie nie miało by sensu, gdybym coś próbował przemilczeć. Przemilczenie wyklucza szczerość - a szczerość leży u podłoża moich książek. I pewnie ta szczerość jest powodem kontrowersji, które czasem wokół tych powieści się pojawiają - piszę przecież o historii Dolnego Śląska, a jest to historia, w której splata się wiele wątków polskich, niemieckich i czeskich. Zrozumienie tego, że Dolny Śląsk, wbrew temu, co chcieliby widzieć niektórzy, nie jest ziemią, która ma tylko polską, piastowską historię, ale jest to region,

na której rozwój i krajobraz mocno wpływali przez wieki także Niemcy i Czesi, jest kluczem do stanięcia w prawdzie i wyzbycia się konieczności „przemilczenia”.

**Ma pan poczucie, że ludzie, którzy mieszkają na Dolnym Śląsku, mogą już dziś powiedzieć, że są u siebie, czy nadal jest to region noszący pamięć po dawnych mieszkańcach?**

Podejdę do tego z punktu widzenia logiki. Teza zawarta w pytaniu zakłada, że mamy dwie możliwości, między którymi występuje operator logiczny „lub”. To znaczy: prawdą jest, że dziś Dolnoślązacy są u siebie LUB prawdą jest, że nadal żyje pamięć po dawnych mieszkańcach. Ja natomiast uważam, że prawda zachodzi tylko wtedy, gdy obie możliwości są spełnione i jedna wynika z drugiej. To znaczy: dopiero gdy poznamy i zrozumiemy historię naszej ziemi, gdy będziemy pamiętać o dawnych mieszkańcach, gdy to zaakceptujemy, będziemy mogli powiedzieć, że jesteśmy u siebie. Puentując: tak, mam poczucie, że ludzie na Dolnym Śląsku są u siebie - właśnie dlatego, że pamiętają o historii swojej ziemi. Dom bez historii nie byłby prawdziwym domem. I nie miałby przyszłości.

**Czy są na Dolnym Śląsku tematy, o których pana zdaniem, wciąż mówi się za mało, albo mówi się o nich zbyt powierzchownie?**

Myślę, że Dolny Śląsk przeżywa obecnie renesans, jeśli chodzi o możliwość - i wykorzystanie tej możliwości - by opowiadać o swojej historii.

*BEZPRECEDENSOWA W SWOJEJ  
SKALI I PRĘDKOŚCI WYMIANA  
LUDNOŚCI CAŁEGO REGIONU  
- JEST Z PUNKTU WIDZENIA  
PISARZA ŹRÓDŁEM REFLEKSJI*

**Powiedział pan kiedyś, że Karkonosze są w pana książkach pełnoprawnym bohaterem.**

**Co takiego mają te góry, czego nie mają inne miejsca i co najmocniej pana w nich pociąga?**

Są to góry o wyjątkowej i bardzo bogatej historii. Odpowiada za to przede wszystkim ich lokalizacja - w samym sercu Europy, u styku wpływów polskich, czeskich i niemieckich, a więc też u styku zupełnie różnych, przez wieki nierzadko walczących z sobą kręgów kulturowych. Dość powiedzieć, że w czasie ostatniego tysiąca lat swojej historii Karkonosze podlegały i stolicy w Krakowie, i w Warszawie, ale też w Berlinie, Pradze czy Wiedniu. Są to góry na tyle dostępne, że ludzie zaczęli osiedlać się w nich i wędrować przez nie już setki, tysiące lat temu, a z drugiej - na tyle potężne i nieprzewidywalne pogodowo, że przez wieki budziły wśród podróżnych szacunek i jednocześnie grozę. I myślę, że ta pozorna sprzeczność - dostępność i jednocześnie niebezpieczeństwa, które czyhały w Karkonoszach na wędrowców - także odpowiada za ich wyjątkowość.

**Urodził się pan niedaleko Karkonoszy, właściwie się w nich wychowywał. Pamięta pan swoją pierwszą naprawdę ważną wyprawę w Karkonosze?**

Oczywiście. Myślę, że pierwszą ważną wyprawą była, nomen omen, właśnie ta pierwsza. Tata zabrał mnie jako kilkulatek na wędrowkę na Śnieżkę. Pamiętam przede wszystkim poczucie, inności wyprawy w góry od tych spacerów czy wędrowek po nizinach, które znałem dotychczas. Wyprawa w góry - no właśnie - to była wyprawa, prawdziwa przygoda. Wiązała się z wysiłkiem, ale jednocześnie wyjątkową nagrodą w postaci niezwykle widoków z miejsc, które przemierzaliśmy.

**W pana domu rodzinnym historia była czymś żywym, obecnym w rozmowach, wspomnieniach, rodzinnych opowieściach? Czy sam musiał pan nauczyć się jej słuchać i ją wydobywać?**

Szczęśliwie, historia w moim domu była czymś naprawdę żywym. I to chyba sprawiło, że zainteresowałem się nią już w przedszkolu - i stała się jedną z moich najważniejszych i nieprzemijalnych pasji. Na tyle, że nawet doświadczenia nauki historii w szkole podstawowej nie były w stanie tej pasji zabić (śmiech).

**Czego o górach nauczyli pana rodzice?**

Przede wszystkim pokazali mi, że to miejsce, w którym na uważnego wędrowca może



FOT. JAKUB ŁUCHNIAK

**Sławek Gortych: Wiem już, że historii do opowiedzenia jest więcej, niż czasu danego mi tu na ziemi. Co nie zmienia faktu, że opowiem tak dużo, jak życie i zdrowie mi będzie pozwalać**

czekać naprawdę wiele fascynujących przygód. Trzeba tylko mieć oczy i uszy szeroko otwarte i dać się poprowadzić Duchowi Gór. No - a już tak zupełnie pragmatycznie - nauczyli mnie też, że odpowiedzialny człowiek, ruszając w góry, musi być do wędrowki przygotowany: plecak, zapas ubrań na załamanie pogody, raczki na zimę, kijki, umiejętność oszacowania, czy dana trasa przy danych warunkach pogodowych jest realna i bezpieczna do przejścia.

**Co bardziej pana interesuje: te tajemnice, które potwierdzają dokumenty, czy te, które istnieją w pamięci, w cudzych opowieściach?**

Interesują mnie jedne i drugie, natomiast najważniejsze są dla mnie te istniejące w pamięci. Mam bowiem poczucie ich ulotności, niejakiej misji, że jeśli je zignoruję, nie umieszczę w ich powieściach, nie opiszę w posłowiach, to być może one przepadną. A są zbyt cenne, bym na to pozwolił.

**W posłowiach lubi pan wyjaśniać, co było prawdą, a co fikcją. To ukłon w stronę czytelnika czy chodzi o coś innego?**

Po pierwsze, wynika to z poczucia uczciwości względem Czytelnika. Nie chciałbym doprowadzić do sytuacji, w któ-

rej ktoś po lekturze będzie musiał oceniać na podstawie własnej intuicji albo, nie daj Boże, AI, które wątki fabuły oparłem na prawdziwych wydarzeniach, a które są wytworem mojej wyobraźni. Moim marzeniem było, aby swoimi powieściami spopularyzować historię, a nie gmatwać w niej i ją zakłamywać, dlatego uważam, że Czytelnikowi, który otrzymał w książce miarę szankę prawdy i fikcji, wyjaśnienia się należą. Po drugie, piszę posłowia, by pokazać Czytelnikom, jak bardzo historia Dolnego Śląska jest niezwykła. Założę się bowiem, że gdyby nie posłowia, nie które sensacyjne wątki moich powieści ludzie mogliby uznać za wytwór mojej fantazji. A tak - mają posłowie i mogą zobaczyć: „Wow, to zdarzyło się naprawdę! Ten człowiek rzeczywiście żył, tamten zamach miał miejsce, ten skarb istniał, tamto schronisko wciąż stoi...” A gdy pojawi się takie pozytywne zaskoczenie, wtedy jesteśmy już o krok od obudzenia w człowieku chęci poznawania: Karkonoszy, ich krajobrazów, historii... I o to chodzi!

**W Karkonoszach jest jeszcze wiele historii do opowiedzenia. Pan już wie, ile ich jeszcze w sobie nosi?**

Przy zbieraniu materiałów do każdej kolejnej powieści za zwyczaj trafiam na różne dodatkowe wątki, niezwykle historie czy biografie. Spisuję je wtedy w swoim zeszycie z pomysłami „do wykorzystania w przyszłości”. Notatek i pomysłów przy każdej kolejnej powieści przybywa tam w tempie wykładniczym, a potem, gdy siadam do tworzenia scenariusza kolejnej książki, ubywa ich w tempie linowym. W efekcie na tym etapie - gdy oddałem do druku piątą książkę - wiem już, że historii do opowiedzenia jest więcej, niż czasu danego mi tu na ziemi. Co nie zmienia faktu, że opowiem tak dużo, jak życie i zdrowie mi będzie pozwalać.

**Czy potrafi pan jeszcze pojechać w Karkonosze i po prostu w nich być, czy to już jest niemożliwe, bo od razu włącza się w panu zawód pisarza?**

Od blisko roku mieszkam jedną nogą w Karkonoszach i mam poczucie, że im więcej tu jestem, tym bardziej „jestem”. Szczęśliwie, żaden „zawód” mi się nie włącza.

**Wyobraża pan sobie siebie jako autora powieści, gdzie akcja rozgrywana jest nie w Karkonoszach?**

Wyobrażam sobie na ten moment, żeby w przyszłości na-

pisać też książkę, której akcja będzie toczyć się gdzieś na Dolnym Śląsku, ale poza Karkonoszami. W innych górach albo na przykład w moim rodzinnym Boleśławcu. Nie wyobrażam sobie natomiast wybrać się gdzieś poza Dolny Śląsk, ale - jeszcze raz podkreślę - nie jest to reguła, której zamierzam trzymać się za wszelką cenę przez całe życie. Może za kilka lat pojawi się taki temat czy pomysł, który sprawi, że odbędę literacki „wypad” poza Dolny Śląsk. Pożyjemy - zobaczymy.

**Cieszy pana, że po pana książkach rośnie popularność Karkonoszy, że przyjeżdża tam coraz więcej ludzi?**

Oczywiście. Czasem ktoś pyta mnie, czy nie obawiam się, że Czytelnicy zniszczą Karkonosze, że je zadepczą. Odpowiadam wtedy, że tego nie obawiam się ani trochę. Wierzę bowiem, że ten, kto sięgnął po „Schroniska...”, dowiedział się o Karkonoszach na tyle dużo, że przyjedzie tu z szacunkiem do Ducha Gór i świądomością, jak wiele pięknych miejsc - poza Śnieżką, która przeżywa w ostatnich latach zatrzęsienie turystów - jest do odwiedzenia. Oraz z wiedzą, jak odwiedzać je mądrze, to znaczy - bezpiecznie przy-

gotowanym do panujących na szlakach warunków i z szacunkiem do prawdziwego władcy tych gór - przyrody. To, czego nierzadko się obawiam, to zalewu turystów nieświadomych, którzy przyjeżdżają do koszmarnych, wyrastających jak grzyby po deszczu apartamentowców - molochochów. Obawiam się ludzi idących w góry w klapkach, bez mapy, którzy śmieją, są głośni, którzy nie słyszeli o raczkach, a zimą pakują się na zamknięte szlaki, ściągając zagrożenie na siebie i ratowników GOPR, którzy potem muszą ruszać takim ludziom na pomoc. Ale na ten typ „turysty” nie znajduję obecnie żadnego cudownego remedium.

## KSIĄŻKA



Sławek Gortych,  
„Święto Karkonoszy”,  
Wydawnictwo: W.A.B.  
Premiera 5 maja

# Mistrzowie Fotografii. Oto pierwsi liderzy. Zagłosuj na najlepsze zdjęcie lub... prześlij swoje i wygraj wycieczkę do Hiszpanii!

Katarzyna Adamczyk  
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

**Poniżej prezentujemy 10 zdjęć, które dotąd zebrały największą liczbę głosów w swoich powiatach i już teraz przyciągnęły uwagę, emocje odbiorców. Wśród autorów mogą być przyszli Mistrzowie!**

Nie wszystko trzeba uchwycić perfekcyjnie, żeby było piękne. Czasem wystarczy dobre światło, czasem wycucie chwili, a czasem po prostu serce do patrzenia! W plebiscycie Mistrzowie Fotografii od początku chodzi właśnie o to - o takie zwykłe, a przecież niezwykle kadry. Takie, które są wystudiowane, ale

i takie, które powstają w biegu, na spacerze, w drodze do pracy. Aparatem lub telefonem.

Po sukcesie poprzednich edycji wracamy z kolejną odsłoną plebiscytu Mistrzowie Fotografii. Akcji, w której najważniejsze jest spojrzenie, bo liczy się to, co potrafimy zobaczyć - i jak potrafimy to poka-

zać. Spośród nadesłanych prac Czytelnicy i Internauci wybierają laureatów - tych, którzy zdobędą tytuły Mistrzów Fotografii 2026. Na zwycięzców czekają wspaniałe nagrody, ale dla wielu równie ważna jest możliwość pokazania swojej twórczości szerokiej publiczności. Dlatego poniżej prezentujemy

10 zdjęć, które jak dotąd zdobyły największą liczbę głosów w powiatach. To kadry, które już teraz przyciągnęły uwagę i emocje. Za nami dopiero drugi tydzień głosowania, więc wszystko może się jeszcze zmienić, bo wystarczy jedno ujęcie, jeden głos, jeden impuls... Czasem tyle wystarczy,

by zmienić kolejność i wyłonić kolejnych liderów, ale dziś warto zatrzymać się przy tych zdjęciach i zobaczyć świat oczami ich autorów. To bardzo różne zdjęcia. Czasem to coś prostego, co trafia w punkt. Czasem kadr, który po prostu zostaje w pamięci. Trochę codzienności, trochę emocji...



Magdalena Wieleba, powiat puławski



Iga Nowak, powiat lubelski



Monika Turczanik, powiat tomaszowski



Antonina Bień, powiat łęczyński



Renata Zając, powiat zamojski



Helena Drózd, powiat rycki



Paweł Klimek, Lublin



Patrycja Kwiecień, powiat opolski



Marika Petruk, powiat włodawski



Bożena Kalisiewicz, powiat chełmski

# pod PARAGRAFEM

## KRÓTKO

### W KSIĘGARNIACH

#### Sherlock jest nieśmiertelny

Za kilka dni do sprzedaży trafi klasyk - „Studium w szkarłacie” Arthura Conan Doyle’a (wyd. W.A.B.). To pierwsza z serii powieści o słynnym detektywie z Baker Street, powracająca w odświeżonej formie - powieści i zbiory opowiadań zostaną wzbogacone o dodatek dla fanów łamigłówek i zagadek. Tom ubrano w oryginalną szatę graficzną, aczkolwiek nawiązującą do klasycznych wydań. Tłumaczenia dokonała Ewa Łozińska-Małkiewicz. Is

### W KINACH

#### Ulysses przeciw wszystkim?

Jutro w polskich kinach amerykański „Normal” w reż. Bena Wheatleya. Film opowiada historię tajemniczego Ulyssesa (Bob Odenkirk), który zostaje zmuszony do objęcia tymczasowej posady szeryfa w sennym miasteczku Normal. Pewnego dnia lokalny bank zostaje okradziony przez parę przybyszy z zewnątrz. Jednak dotarłszy na miejsce przestępstwa, bohater wpada na ślad szeroko zakrojonego spisku, w który zamieszani są wszyscy mieszkańcy Normal. bb

### ROCZNICA

#### Pamiętajcie o Sue Grafton

Jutro przypada także rocznica urodzin Sue Taylor Grafton (24 kwietnia 1940 r. - 28 grudnia 2017 r.), amerykańskiej autorki powieści kryminalnych o prywatnym detektywie Kinsey Millhone, oznaczonych charakterystycznie kolejnymi literami alfabetu, począwszy od „A” (patrz: „Is for Alibi”). Akcja wszystkich powieści Grafton toczy się w fikcyjnej miejscowości Santa Teresa, wymyślonej ongiś przez Rossa Macdonalda. mg

„Pod Paragrafem”, magazyn kryminalno-histeryczny, nr 203. Przygotowuje zespół: Bożenna Piskala, Lucjan Strzyga, Stanisław Majerowski, Bożydar Brakoniecki, Tadeusz Żarek, Mariusz Grabowski. Kontakt: redakcja@polskatimes.pl

## W ŚRODKU

**Czy Napoleon sam podyktował Kodeks Cywilny?** Kwestia wciąż budzi emocje i otwiera konta – str. 24

**Wojna domowa w Hiszpanii i jej echa w polskiej prasie.** W roli głównej Ksawery Pruszyński – str. 25

## ZA TYDZIEŃ

**Druga Rzeczpospolita i jej broń biologiczna** Pierwsi byli Niemcy. Później bolszewicy. Ale w latach 30. także w Polsce naukowcy zaczęli pracować nad własną bronią biologiczną.



# Hipolit Starszak, czyli jak zostać wzorcowym funkcjonariuszem SB

Witold Głowaczek, żar  
redakcja@polskatimes.pl

**Jego teczka w IPN jest pełna pochwał od przełożonych coraz wyższej rangi. Hipolit Starszak robił karierę w SB od lat 60. do końca stanu wojennego.**

Na Rakowieckiej krążyło nawet powiedzenie, że przez ten czas tow. Starszak zdążył przesłuchać lub inwigilować połowę spośród najważniejszych działaczy opozycji demokratycznej. Stał się najlepszym specem od konspiracyj w SB-eckiej hierarchii.

### Polityka i jej urok

W służbach specjalnych PRL nie było wielu ludzi z podobnym przebiegiem kariery. Hipolit Starszak pracował w elitarnym Biurze Śledczym MSW od 1962 r. aż do czasów stanu wojennego. Zbierał pochwały, wyróżnienia i zaproszenia na elitarne kursy w Moskwie. Regularnie współpracował z Jerzym Urbanem jako rzecznikiem rządu. Osobiście próbował nakłonić Lecha Wałęsę do podpisania w 1982 roku lojalki, w której szef „S” miałby zadeklarować, że w pełni podporządkuje się przepisom stanu wojennego. W końcowym okresie PRL (i do maja 1990 r.) był zastępcą prokuratora generalnego. Chwilę później ponownie wypłynął - tym razem jako ekspert od rynku mediów. Jerzy Urban zrobił go szefem spółki wydającej doskonale sprzedający się w pierwszych latach III RP tygodnik „Nie”.

Hipolit Starszak brylował w postnomenklaturowym biznesowym światku Warszawy, był przyjacielem Edwarda Mazury, a nawet należał do osób, które były na imprezie, na której ostatni raz widziany był żywy zastrzelony na ulicy komendant główny policji Marek Papała. Był też teściem słynnego piłkarza Dariusza Wdowczyka.



**W numerze 21 „Wprost” z 2004 r. ukazał się artykuł Jarosława Jakimczyka „Bezpieka Urbana” poświęcony Hipolitowi Starszakowi. Według artykułu brał on udział w najgroźniejszych sprawach politycznych prowadzonych przez SB od połowy lat 60.**

Swą bezpieczniacką karierę Hipolit Starszak rozpoczął w 1962 r., zaraz po studiach prawniczych na Uniwersytecie Warszawskim. Jako świeżo upieczony absolwent z dobrymi wynikami błyskawicznie trafił do Biura Śledczego MSW - czyli złożonej z pięciu wydziałów centralnej struktury Służby

Bezpieczeństwa powołanej do prowadzenia najważniejszych dla bezpieczeństwa śledztw. Biuro zajmowało się również prowadzeniem agentury celnej i inwigilacją osób osadzonych w aresztach śledczych i zakładach karnych.

W latach 60. Starszak zapisał się w annałach SB prowa-

dzeniem dwóch niezwykle ważnych dla bezpieczeństwa spraw. W 1967 r. znalazł się w ekipie rozpracowywanej Jerzego Strawę - będącego regularnym, płatnym agentem CIA. Jego schwytanie było drogą do pokazowego procesu - zakończonego zresztą wykonaniem wyrokiem śmierci.

### Tytan agentury

Historia współpracy Strawy z Amerykanami była operetkowo wręcz barwna, przypominając momentami raczej scenariusz taniego filmu sensacyjnego z epoki niż nudnawe niekiedy realia działania służb.

Ciąg dalszy na str. 24

Mariusz  
Grabowski

## JAK NAPOLEON DYKTOWAŁ KODEKS

S pór o to, czy Kodeks Napoleona narzucał Polakom rewolucyjne i laickie porządki (jak chcą prawicowcy), czy wyprowadzał Polskę z zacofania, często wbrew woli elit (jak chcą ci z lewej) zostawmy filozofom prawa. Przyjrzyjmy się lepiej, jak powstawał od strony praktycznej.

### Stendhal i feministki

Najpierw kilka ciekawostek: zredegowano go ostatecznie w 1804 r. pod nazwą „Kodeks Napoleona”. Cesarz chcąc podkreślić swój z nim związek mawiał, że jest on „większym osiągnięciem niż każda z wygranych przezeń bitew”.

Ponoć pisarz Stendhal czytał trzy strony Kodeksu dziennie, aby odnaleźć właściwe brzmienie językowe dla „Pustelni parmeńskiej”. A w 1904 r. emancypantki w USA spaliły egzemplarz Kodeksu, wyrażając protest dla zawartych w nim paragrafów.

### Prosty i zwięzły

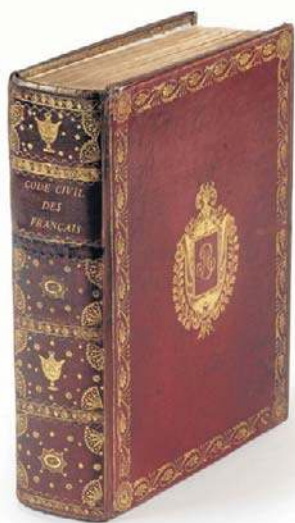
Kodeks miał charakter antyfeudalny, opierał się na zasadach indywidualizmu i liberalizmu, i w dużej mierze nawiązywał jednak do dawnego prawa francuskiego. Był swoistym połączeniem norm zaczerpniętych z prawa zwyczajowego Francji północnej, prawa rzymskiego oraz prawa okresu rewolucji. To ostatnie było szczególnie widoczne w zapisach dotyczących prawa majątkowego.

Kodeks został napisany językiem zwięzłym, prostym i jasnym, co ułatwiało jego stosowanie i zrozumienie. Zawarte w nim sformułowania były dość elastyczne i umożliwiały sędziom twórczą ich interpretację w orzecznictwie. To zadecydowało o tym, że jego zapisy przetrwały do dziś.

### Łyk chambertina

Czy Cesarz dyktował skrybom prawniczym każdy z 2281 artykułów Kodeksu? Napoleonidzi twierdzą wręcz, że potrafił dyktować trzy różne teksty trzem pisarzom jednocześnie. Pracował od świtu, a dla koncentracji pił burgundzkiego chambertina. Sceptycy dowodzą czegoś wręcz przeciwnego: że nudził się przy kwestiach prawnych, a jego praca ograniczała się do powołania w 1800 r. czterookobowej komisji do opracowania dokumentu i czytania jego ostatecznej wersji.

W 2025 r. we Francji odbyła się sensacyjna aukcja - pod młotek trafił egzemplarz Kodeksu z monogramem Cesarza i jego osobistymi uwagami w tekście. Spora ilość paragrafów została przezeń zakreślona i opatrzona słowami: „bzdura” albo „idiotyzm”. Czy postępuje tak ktoś, kto wcześniej owe paragrafy sam podyktował?



Egzemplarz Kodeksu Napoleona sprzedany w marcu 2025 r. za ponad 395 tys. euro



**KAŻDE PAŃSTWO** POTRZEBUJE FUNKCJONARIUSZY TAJNEJ POLICJI

# Hipolit Starszak, czyli gawęda o esbeku niemalże doskonałym

Ciąg dalszy ze str. 23

Do roku 1960 żonaty z Niemką z NRD Strawa pracował w kolejnych instytucjach perełowskiego handlu zagranicznego, relatywnie często wyjeżdżając na Zachód. Podczas pobytu w Essen został zwerbowany przez agentów CIA. Zaproponowali mu 100 dolarów miesięcznie i regularne premie, dali kilkakrotnie dolarów (w Polsce majątek) zaliczki. I zażądali informacji o jednostkach wojskowych LWP. Przez sześć kolejnych lat Strawa odbył liczne podróże po kraju, a to fotografując lotniska poukrywane w lasach, albo okolice sowieckich baz w Polsce. Strawa liczył żołnierzy na koszarowych placach i lotniskowych pasach w Szklarskiej Porębie i Szczecinie, ręcznie szkicował budynki bazy w Bolesławcu, no-

tował numery wozów, szczegóły umundurowania i wyposażenia.

Amerkanie szybko zorientowali się, że Strawa to istny tytan pracy agenturalnej. Dali mu podwyżkę (do 200 dolarów miesięcznie) oraz przekazali ukrytą w kanistrze radiostację. W efekcie przez sześć lat odebrali od Strawy ok. 160 meldunków. Część z nich była pisana atramentem sympatycznym, który Strawa sporządzał z własnej krwi. Choć wszystko to brzmiało komediowo, wydarzyło się naprawdę.

Kiedy esbecy wpadli na jego trop, byli zachwyceni. Tym bardziej że aresztowany 31 marca 1967 r. Strawa pękł na pierwszym przesłuchaniu. Wśród przesłuchujących był Hipolit Starszak.

### Awans, towarzyszu

Jan Lityński, opozycjonista, który trafił do więzienia po Marcu, spotkał tam Strawę ska-

zanego już na śmierć. W rozmowie z „Gazetą Wyborczą” wspominał, że Strawa opowiadał mu, że jeden z esbeków obiecał mu, że jeśli tylko będzie zeznawał, nie zawisnie na stryczku. Więc zeznawał. Kto wie, może to Starszak składał mu tę obietnicę?

Dodajmy, że esbeckie zobowiązanie zostało w specyficzny sposób spełnione. Po zakończeniu łatwego - bo Strawa przyznał się do wszystkiego, a i dowodów nie brakowało - śledztwa, odbył się pokazowy proces, podczas którego nakręcona już nagonkami roku 1967 i 1968 roku machina propagandowa przedstawiła Strawę jako kompletnego renegata i cynika.

Na zakończenie procesu Strawa został skazany na śmierć, ale nie przez powieszenie, lecz przez rozstrzelanie. Wyrok wykonano. Córka Strawy do dziś szuka miłośca, w którym mógł zostać po-

chowany jej ojciec, za to Biuro Śledcze MSW - razem ze Starszakiem - odnotowało wielki sukces. Jeden z przełożonych Starszaka - Ryszard Matejewski - dostał za Strawę awans na wiceministra spraw wewnętrznych.

### „Specjalista”

Po Marcu 1968 r. Starszak, przesłuchujący i inwigilujący na masową skalę znanych i mniej znanych opozycjonistów, zyskał w SB status weterana. „Szczególnie duży wkład dał z siebie po tzw. wydarzeniach marcowych, zwłaszcza w zakresie opracowania wyników postępowania w sprawach tzw. komandosów” - pisał jego przełożony we wniosku o awans na stopień kapitana.

Na tym nie koniec, bo po roku 1968 Starszak został w SB uznany za „specjalistę” od Adama Michnika i jego środowiska. Aż



Egzemplarze paryskiej „Kultury” zarekwirowane podczas sprawy tzw. taterników na przełomie lat 60. i 70.

do lat 80. wielokrotnie współprowadził wymierzone w Michnika i byłych „komandosów” sprawy, bywał też „konsultantem” innych esbeków od opozycji demokratycznej w PRL.

W 1969 r. Starszakowi trafiła się kolejna wielka sprawa. Tym razem było to śledztwo przeciwko tzw. grupie „taterników”, czyli młodych opozycjonistów przemycających przez granicę polsko-czechosłowacką (najczęściej rzeczywiście przez Tatry, niekiedy drogami dostępnymi jedynie dla taterników i pod tajemniczą „przykrywką”) egzemplarze paryskiej „Kultury” i książki wydawane przez emigracyjny Instytut Literacki.

SB zdołała wykryć „taterników” dzięki swojemu tajnemu współpracownikowi, który podsłuchiwał jedną z rozmów dotyczących przerzutu kolejnej partii nielegalnych wydawnictw.

#### 4,5 roku za kratkami

Pierwsi, 29 maja 1969 r., zostali zatrzymani – w Starym Smokowcu po słowackiej stronie Tatr, czyli niejako na „gorącym uczynku” Maciej Kozłowski i Maria Tworowska, którzy mieli przerzucić przez góry kolejny transport „Kultury” i książek. W kraju SB aresztowała kolejne osoby: Krzysztofa Szymborskiego, Jana Krzysztofa Kelusa, Urszulę Sikorską i Macieja Włodka. Do sprawy „taterników” włączono jeszcze kolejnych podejrzanych – Małgorzatę Szpakowską i Jakuba Karpiń-

skiego, którzy zbierali dla „Kultury” dokumentację dotyczącą Marca 1968 r. i następujących po nim represji.

Starszak uczestniczył zarówno w ich rozpracowywaniu, jak i w przesłuchaniach. W procesie „taterników” zapadły drażniące (jak na przestępstwo polegające na przenoszeniu plecaka książek przez granicę) kary nawet 4,5-letniego więzienia. Większość skazanych opuściła jednak więzienia po nieco ponad roku od wyroku (do czego należy doliczyć jeszcze prawie rok w areszcie) – na mocy amnestii.

W 1973 r. Starszak został bardzo znacząco wyróżniony przez przełożonych. Skierowano go na prawie roczne szkolenie w Wyższej Szkole KGB im. F.E. Dzierżyńskiego w Moskwie. Tam Starszak zgłębiał m.in. takie przedmioty, jak: „działania kontrwywiadowcze organów służby bezpieczeństwa przeciwko wywiadom państw imperialistycznych” czy też „organizacja pracy i kierowania w radzieckim kontrwywiadzie”. Nie brakowało również zajęć praktycznych z obserwacji czy wykrywania punktów kontaktowych, trochę w stylu tych, o których można czytać w książkach Wiktora Suworowa.

#### Pogaduszki z Lechem

Po wydarzeniach w Ursusie i Radomiu, w epoce KOR-u, Starszak razem z prawie całym Biurem Śledczym MSW, zajmował się niemal wyłącznie rozpracowywaniem rodzącej się opozycji

demokratycznej. Wspinał się w hierarchii. W 1974 roku był już naczelnikiem wydziału, by wreszcie w roku 1978 zostać zastępcą dyrektora Biura Śledczego MSW.

W przededniu wprowadzenia stanu wojennego został jego szefem – przejmując pałeczkę od poprzednika, płk. Tadeusza Kwiatkowskiego. Za jego czasów powstała tam specsekcja odpowiedzialna za koordynowanie spraw związanych z internowanymi. Ale jeszcze jako zastępca dyrektora Biura, Starszak należał do kręgu wtajemniczonych w przygotowywanie stanu wojennego. We wrześniu 1981 r. gościł w Moskwie, dopinając szczegóły związane z potajemnym drukiem obwieszczenia o stanie wojennym w drukarni KGB.

W 1982 r., jako szef Biura Śledczego, Starszak prowadził jedną z najsłynniejszych rozmów esbecji z Lechem Wałęsą. Razem z prokuratorem płk. Bolesławem Klisiem próbował nakłonić Wałęsę do podpisania lojalności – czyli zobowiązania

o bezpieczeństwo swej służby. Hipolit Starszak jako wiceprokurator generalny miał nadzorować to śledztwo. I zadbać o dwie kwestie. Po pierwsze o to, by Piotrowski i jego podwładni zagrożeni wieloletnimi wyrokami w akcie desperacji nie ujawnili innych mrocznych tajemnic SB. Po drugie zaś o to, by to na nich – i tylko na nich – zamknięta została lista winnych.

#### Sprawa Papaya

Tak też dokładnie się stało. Choć wybitni opozycyjni adwokaci, Krzysztof Piesiewicz, Jan Olszewski, Edward Wende i Andrzej Grabiński, pełnomocnicy oskarżycieli posiłkowych (rodziny ks. Popiełuszki i jego kierowcy Waldemara Chrostowskiego) wskazywali dość konkretnie na odpowiedzialność za działania swych podwładnych m.in. szefa Departamentu IV gen. Zenona Płatka oraz szefa SB i wiceszefa MSW gen. Władysława Ciastonia, obu generałom włos z głowy nie spadł. Zaś Grzegorz Piotrowski mimo 25-let-

*OD KWIETNIA 1984 DO MAJA 1990 R. STARSZAK BYŁ ZASTĘPCĄ PROKURATORA GENERALNEGO. ODWOŁAŁ GO DOPIERO PREMIER TADEUSZ MAZOWIECKI*

do przestrzegania praw stanu wojennego. Wałęsa odmówił, ale ustnie stwierdził, że przepisów będzie przestrzegać. W 1983 r. Starszak na krótko został szefem SB w Siedlcach.

#### Na szczytach władzy

„Wykazuje inicjatywę i aktywność na bezpośrednio nadzorowanych odcinkach służby. Podejmowane przedsięwzięcia nacechowane były rzeczowością i poczuciem odpowiedzialności, a w miarę potrzeby dużym osobistym zaangażowaniem w realizację podjętych czynności” – napisał gen. Czesław Kiszczak, rekomendując w kwietniu 1984 r. Starszaka na zastępcę prokuratora generalnego.

Cel tej nominacji był dość oczywisty. Zbliżał się proces toruński – w którym stanęli przed sądem mordercy księdza Jerzego Popiełuszki z grupy „D” Departamentu IV MSW. To była jedna z najtajniejszych i zarazem najbardziej brutalna z komórek organizacyjnych całej Służby Bezpieczeństwa. Jej członkowie – a wśród morderców ks. Popiełuszki przede wszystkim kpt. Grzegorz Piotrowski – mieli rozległą wiedzę o najczarniejszych brudach SB i innych sprawach, w których esbecy dopuszczali się działań całkowicie przekraczających nawet reguły prawne PRL.

Choć było jasne, że bezpośredni mordercy ks. Popiełuszki zostaną skazani, a decyzje w tej sprawie zapadły na szczytach władzy, Kiszczak musiał zadbać

niego wyroku nie puścić pary z ust.

Zastępcą prokuratora generalnego Starszak pozostawał aż do 1990 r., kiedy to w maju odwołał go z tej funkcji premier Tadeusz Mazowiecki. Odchodził w stopniu pułkownika.

W latach 90. zaczęła się ostatnia odsłona kariery Starszaka. Jerzy Urban zrobił go dyrektorem spółki Urma – czyli wydawcy tygodnika „Nie”. Była to złota posada, bo „Nie” sprzedawało się w latach 90. w gigantycznym nakładzie i przynosiło spore zyski. Jeszcze po roku 2000 Starszak zasiadał w strukturach zrzeszającej wydawców organizacji branżowej ZKDP. Był nawet rekomendowany przez Urbana do jej Sądu Koleżeńskiego.

Wieczorem 25 czerwca 1998 r. razem z m.in. Edwardem Mazurem bawił się na imprezie u byłego gen. SB Józefa Sasina. To właśnie go powołał z tej imprezy przed własnym domem został zastrzelony ówczesny komendant policji Marek Papaya. Starszak natomiast pomagał Edwardowi Mazurowi znaleźć adwokata po tym, jak w 2002 r. zatrzymano go w związku z podejrzeniami o udział w zabójstwie Papaya. „Należałem do grona znajomych Edwarda Mazura. Być może byłem jedynym prawnikiem w tym gronie” – tak tłumaczył Starszak w TVN.

Hipolit Starszak zmarł 19 stycznia 2015 r. Pochowano go na warszawskim Cmentarzu Północnym.

#### KARTKA Z KALENDARZA/ PITAWAL PRASOWY II RP



Komuniści strzelają do figury Chrystusa – jedno ze zdjęć nadesłanych przez Pruszyńskiego z Hiszpanii

## Wojna domowa w Hiszpanii i Ksawery Pruszyński

**W numerze 18 tygodnika „Merkuryusz Polski Ordynaryjny” z 1937 r., najbardziej antysystemowego pisma II RP, znalazł się dość osobliwy tekst. Zatytułowano go: „Do rąk własnych JWPana Xawerego Pruszyńskiego” i odwoływał się do jego korespondencji z wojny domowej w Hiszpanii, drukowanych na łamach liberalnych „Wiadomości Literackich”.**

„Do rąk własnych JWPana Xawerego Pruszyńskiego w Bilbao lub poza tem miastem.

List ten adresujemy w sposób dość mętny, gdyż nie zdajemy sobie dokładnie sprawy, gdzie Szanowny Pan znajduje się w tej chwili, dokąd zmierza i jakie ma projekty. Być może, jest Pan jeszcze w Bilbao, pod opieką pierwszego lepszego konsulat. Jednak te konsulatory to dobry wynalazek, nieprawdaż? Naprzykład konsulat polski w Madrycie zajął się ewakuacją rodowitych Hiszpanów z Madrytu. Szkoda, że Szanowny Pan nie opisał tej pikantnej sceny, ale mniejsza z tem, jedźmy dalej.

\*

Dla nas, stałych czytelników Pańskich korespondencji z Hiszpanii, ważniejsza jest przerwa, która w tych korespondencjach musi nastąpić. Wszystkiemu winien powstańczy generał Mola. Coś mu strzeliło do głowy i przełamał front w chwili najmniej odpowiedniej. A tak ładnie zapowiadał się ciąg dalszy Pańskich listów, ilustrowanych własnymi fotografiami. To, cośmy widzieli i czytali dotychczas, było wzruszające. Na przykład: warta przed krucyfiksem, posiłek w lesie z krucyfiksem na stole, milicjant pod krucyfiksem i tak dalej, i tak dalej. A propos, jak Pan to robi? Skąd Pan ma na każde zawołanie tyle krucyfiksów? Albo, może wozi Pan ze sobą krucyfiksy? Pytamy o ten szczegół, gdyż interesuje nas technika reportażowa. Jeżeli to nie jest sekret zawodowy, prosimy o wyjaśnienie.

\*

Szkoda jednak, że będzie się Pan musiał poddać ewakuacji z Bilbao. Liczyliśmy, i nie bez podstaw, że znajdzie się Pan wkrótce między asturyjskimi anarchistami, że z ich kraju nadeśle nam Pan serię obrazów. Przychodziły nam nawet na myśl przypuszczalne podpisy pod fotografiami: Wieczera anarchisty, na stole krucyfiks. Kapelan anarchistów z krucyfiksem. Anarchiści wynoszą krucyfiks z kościoła podpalonego przez lotników powstańczych... Jak jechać to jechać, Szanowny Panie. I nie zbaczać z obranej drogi, nie zwalniać tempa.

\*

Na zakończenie jeszcze jedno małe pytanie: czemu to Szanowny Pan nie opisał sceny podpalenia historycznego dębu w Guernica, pod którym, według legendy, Ferdynand i Izabela przyrzekli Baskom poszanowanie ich praw i obyczajów? Czytaliśmy o tem w innych korespondencjach. Zajechał samochód ciężarowy, stare drzewo oblane benzyną i podłożono ogień. Pan by to mógł, napewno, zreferować w sposób wzruszający. Być może, udałoby się Panu docześcić nawet krucyfiks. Gdy się ma takie zdolności...”

opr. ls

# MINI CUD W KAŻDYM DOMU

25 kwietnia 1961 r. amerykański Patent Office dał placet na układ scalony zastępujący lampy i tranzystory. Rozpoczęła się rewolucja w świecie półprzewodników

Mariusz Grabowski

Mówi się czasem, że z układem scalonym było jak z radiem - też ma dwóch ojców. Pretensje do radia zgłaszali bowiem Nikola Tesla i Guglielmo Marconi, a spór, kto był tym pierwszym, trwa de facto do dziś. Wojna o prawo do scalaka toczyła się z kolei między Noyce'em a Jackiem Kilbym z Texas Instruments.

Chronologicznie Kilby był w tym wyścigu szybszy: zdemonstrował swój wynalazek 12 września 1958 r., a Noyce zbudował swój układ scalony mniej więcej pół roku później. Ale to Noyce'a dowartościowano, a Kilby - niejako na pocieszenie - dostał Nagrodę Nobla w dziedzinie fizyki. Ale, co ciekawe, dopiero w 2000 r.

Plotka podaje, że choć obaj wynalazcy dobrze się znali, po decyzji Urzędu Patentowego nie zamienili ze sobą więcej ani słowa. Noyce zmarł w 1990 r. na atak serca, Kilby przeżył go o 15 lat. Gdy patrzy się na listę życiowych dokonań tego ostatniego, widać, że miał smykałkę do elektroniki. Prócz układu scalonego wymyślił też baterie słoneczne, minikalkulator oraz zasady druku termicznego.

## Jak zwykle Niemcy

Historycy techniki twierdzą, że choć ideę „scalania” elementów elektronicznych zrealizowali ostatecznie Kilby i Noyce, to pojawiła się ona już w latach 20. W 1926 r. do sprzedaży w Niemczech trafiła bowiem lampa próżniowa 3NF firmy Loewe, używana głównie do odbiorników radiowych.

Urządzenie składające się z trzech triod (audion, trioda sygnałowa, trioda końcowa) otoczonych wspólną szklaną osłoną (w osłonie znajdowały się również kondensatory i rezystory) można uznać za protoukład scalony. Lampa została wyprodukowana przede wszystkim po to, aby ominąć niemieckie przepisy podatkowe. Określały one podatek od urządzenia zależny od ilości podstawek pod lampy. W produkcji Loewe była tylko jedna, co stanowiło wówczas znaczącą przewagę nad konkurencją.

## Integrated Circuits

Wróćmy do Stanów epoki Kilby'ego i Noyce'a. Ich wynalazki także nie do końca przy-

pominały dzisiejsze scalaki, podobne do miniaturowej krystalicznej kostki ze srebrnymi wypustkami, które można wpiąć w system im podobnych. Chodziło o konstrukcję i rodzaj użytego półprzewodnika - pierwiastka grupy 14. Układ Kilby'ego wykonany był nie z krzemu, lecz z germanu, zawierał tylko jeden tranzystor, rezystor i kondensator. Wykonany był co prawda na wspólnym podłożu, ale elementy lutowano ręcznie, używając złota. Cacko Noyce'a było monolityczne - wszystkie elementy (tranzystory, diody, rezystory) były wykonane na pojedynczej płytce krzemowej. I to ono dawało możliwość miniaturyzacji elektroniki w stopniu dotychczas nieznanym. Podobnie jak produkcji masowej, co umożliwiała technologia tzw. planarna. Polega ona na wykorzystaniu właściwości warstwy krzemowej i odpowiedniego trawienia miejsc na płytce.

Wewnątrz układu scalonego tranzystory połączone są ze sobą metalowymi ścieżkami przewodzącymi sygnały elektryczne. Owe ścieżki są nanoszone w procesie fotolitografii, podobnie jak inne elementy układu. Każda warstwa ścieżek jest odizolowana od poprzedniej za pomocą materiałów dielektrycznych, co zapobiega zwarciom.

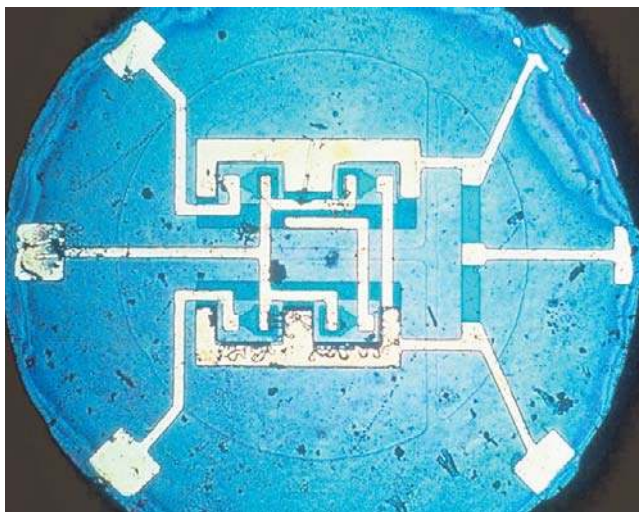
## Intel model 4004

Większość stosowanych obecnie układów scalonych, od lat 80. nazywanych czipami, jest wykonana w technologii monolitycznej. Najstarszą metodą scalania elementów w ten sposób jest ta opracowana w 1916 r. przez polskiego chemika Jana Czochońskiego. Rdzeń układu zatapia się w roztopionym materiale, a następnie stopniowo wyciąga się go z roztopu, w sposób zapewniający kontrolowaną i stabilną krystalizację na jego powierzchni.

W 1971 r. Noyce, pracując już w Intelu, zaprezentował swój pierwszy procesor, czyli urządzenie złożone z kilku układów scalonych. Tzw. model Intel 4004 składał się z 2300 tranzystorów i zajmował powierzchnię 12 mm kw. Dla porównania Intel Pentium III z 1999 r. miał już 9,5 mln tranzystorów na powierzchni 128 mm kw.



Jako twórcę układu scalonego zarejestrowano Roberta Noyce'a, współzałożyciela Fairchild Semiconductor i Intela



Model układu scalonego Roberta Noyce'a z 1961 r.

Obecne procesory mają już miliardy podstawowych elementów elektronicznych - tranzystorów, diod, rezystorów czy kondensatorów, umieszczonych na powierzchni odpowiadającej odciskowi ludzkiego palca. Stanowią podstawę niemal każdego urządzenia elektronicznego, od prostych kalkulatorów po zaawansowane komputery.

## Bez czipa ani rusz

Na całym świecie wytwarzane są dziś setki, jeśli nie tysiące różnorodnych układów scalonych, zarówno uniwersalnych, jak i wyspecjalizowanych. Dzięki miniaturyzacji i obniżeniu kosztów produkcji

układy scalone pozwoliły przetwarzać i składować informacje w sposób dostępny dla każdego.

Bez nich nie byłoby komputerów o mocy obliczeniowej odpowiedniej do stworzenia internetu czy sztucznej inteligencji, nie mówiąc już o urządzeniach takich jak kalkulator, odtwarzacz mp3, komputer osobisty, tablet czy telefon komórkowy. W jednym samochodzie jest ich kilkadziesiąt, a w samochodzie autonomicznym - kilka tysięcy. Są również w lodówkach, pralkach, odkurzacach, hulajnogach, a także w kluczach, szczoteczce do zębów i laktarkach.

Bez układów scalonych inaczej wyglądałaby gospodarka, stosunki społeczne, popkultura, a możliwości prowadzenia badań naukowych byłyby bardzo ograniczone. Inaczej wyglądałaby także współczesna wojna, oparta w głównej mierze na złożonych systemach elektronicznych, czyli zmnożonych układach scalonych.

Z układami scalonymi związane jest prawo Moore'a - prawo empiryczne wynikające z obserwacji, że ekonomicznie optymalna liczba tranzystorów w układzie scalonym rośnie wykładniczo - podwaja się w niemal równych odciinkach czasu. Autorstwo tego prawa przypisuje się Gordonowi Moore'owi, jednemu z założycieli firmy Intel, który w 1965 r. zaobserwował podwajanie się liczby tranzystorów co ok. 18 miesięcy. Obecnie przyjmuje się, że liczba tranzystorów w mikroprocesorach od wielu lat podwaja się co ok. 24 miesiące.

## Technofantasy

Dzisiejsza technologia to nie tylko miniaturyzacja czy skokowe zwiększanie pojemności pamięciowej. To także wyprawa w świat sci-fi. W 2025 r. australijski startup Cortical Labs we współpracy z brytyjską firmą bit.bio ogłosił, że w ich laboratoriach powstał

komputer, który obok klasycznych układów scalonych tworzy sieć neuronalną zbudowaną z żywych ludzkich komórek nerwowych.

„Hybrydowy komputer CL1, łączący krzemowe układy scalone z ludzkimi neuronami, bazuje na wcześniejszym prototypie DishBrain - kulturze neuronów, która wstawiła się tym, że samodzielnie grała w grę Pong. DishBrain nauczył się grać w Pong lepiej i efektywniej niż zwykły model sztucznej inteligencji” - można było przeczytać w komunikacie.

Każdy CL1 zawiera około 800 tys. neuronów hodowanych bezpośrednio na chipie krzemowym, wspieranych przez specjalistyczny system podtrzymujący ich funkcje życiowe. Szacowany czas życia neuronów w komputerze, a zatem i działania takiego komputera - to pół roku.

## Oplaca się fałszowacz

Na razie cyfrowo-ludzkie hybrydy to pieśń przyszłości. Co nie znaczy, że branża półprzewodników nie napotyka problemów - jednym z nich jest zjawisko podrobienia układów scalonych. Szacuje się, że podrobienie układów scalonych jest w przemyśle elektronicznym źródłem strat rzędu miliardów dolarów rocznie, ale ponieważ nie wszystkie takie przypadki są zgłaszane, nikt tak naprawdę nie wie dokładnie, ile w sumie wynoszą.

Raport z 2019 r. przygotowany przez SIA (Semiconductor Industry Association) wspomina o fałszywkach, które trafiły nawet do amerykańskiego systemu sił powietrznych oraz okrętów podwodnych z napędem atomowym. Ale problem dotyczy nie tylko armii, ale też przemysłu. Tylko w 2023 r. zarejestrowano 768 takich przypadków.

Jeżeli chodzi o markę, w zeszłym roku najczęściej podrobianymi były komponenty produkcji Texas Instruments (macierzysta firma Jacka Kilby'ego) - ich udział wzrósł z 4,8 proc. ogółem w 2021 r. do 10,3 proc. w roku 2022. Pod tym względem TI wyprzedziło Xilinx, przedtem najbardziej poszkodowaną pod tym względem firmę w branży elektronicznej.

## WIEŚCI NIE Z TEJ ZIEMI

SANDRA KUBICKA

### Spoglądała w gwiazdy

Od orzeczenia rozvodu modelki z Aleksandrem Milwim-Baronem minęło niewiele ponad miesiąc. Tymczasem fotoreporterzy „Super Expressu” przyłapali ją na wieczornej randce w centrum Warszawy. Kubicka spotkała się z młodym mężczyzną o imieniu Adam. To twórca cyfrowy z Sopotu, miłośnik podróży i luksusowych samochodów, grający w golfa i tenisa. Znajomi określają go mianem „młodego multimilionera”. Para pojawiła się w chińskiej restauracji, w której spędziła blisko trzy godziny. Po kolacji Kubicka nie zamówiła taksówki – razem z Adamem przeszli jeszcze spory kawałek, od czasu do czasu spoglądając w gwiazdy. Modelka odprowadziła znajomego na jedno z nowych osiedli i dopiero stamtąd odjechała.

ZOFIA ZBOROWSKA

### Nie jest cukierkowata

Aktorka jest od 2019 roku żoną znanego siatkarza Andrzeja Wrony. W tym czasie para doczekała się dwóch córek: Nadziei i Jaśminy. Teraz w wywiadzie dla podcastu Magdy Mołek Zborowska przyznała, że narodziny dzieci były trudnymi momentami w jej małżeństwie. – My nie jesteśmy takim cukierkowym małżeństwem, że wszystko jest gładko, pięknie. Zawsze powołuję się na moją koleżankę Anię Czartoryską-Niemczycką, mamę czwórki, która mówi, że każde dziecko to kryzys. Nie znam chyba pary, która po urodzeniu dziecka nie miałaby większego lub mniejszego kryzysu. To jest przewartościowanie wszystkiego, wywalenie wszystkiego o 180 stopni. Absolutnie warto jest wchodzić w ten kryzys, żeby była jasność, ale jest to na pewno trudne doświadczenie – podsumowała.

EDYTA GÓRNIAK

### Pracowała za darmo

Piosenkarka była żoną tylko raz – przez pięć lat z perkusistą ze swego zespołu Dariuszem Krupą. Owocem tego związku jest jej dorosły już syn Allan. Małżeństwo okazało się dla



FOT. SYLWIA DĄBROWA

Mery Spolsky zdementowała plotki o tym, jakoby łączyło ją coś więcej z Marcinem Prokopem

niej traumatycznym doświadczeniem, więc wraca do niego często w swoich wywiadach. Ostatnio w rozmowie w programie „Portret” wyznała, że były mąż tuż przed rozводом przepisał na siebie jej firmę i przejął konto bankowe. – Byłam świeżo upieczoną mamą, w dodatku samotnie wychowując dziecko, która została bardzo mocno poturbowana, której najbliższy, zaufany człowiek odebrał cały majątek, blokując karty kredytowe. (...) Zostałam sama z dzieckiem bez pieniędzy, bez niczego, musiałam pożyć na jedzonko dla niego. (...) Przez pół roku pracowałam za darmo, pieniądze szły na konto, do którego nie miałam dostępu – powiedziała.

ANNA LEWANDOWSKA

### Nauczy, jak kopać

Choć celebrytka osiągnęła już spory sukces w biznesie, nadal tworzy nowe projekty. Od kilku miesięcy pracowała nad nową metodą treningową i wreszcie obwieściła, na czym będzie ona polegała. „Kick The Barre” to połączenie elementów pilates z karate i baletem. „Metoda ta integruje precyzję i gracie baletu z dynamiką i siłą sztuk walki, wzbogaconą charakterystycznym kopnięciem, które wyróżnia ją na tle tradycyjnych treningów. Stworzona z myślą o współczesnych kobietach –

silnych, świadomych i wszechstronnych – metoda oferuje niskointensywny, ale niezwykle efektywny trening wspierający rozwój siły, kontroli oraz pewności siebie” – czytamy w opisie. Metoda będzie miała swoją premierę podczas czterodniowego obozu treningowego na Ibizie pod koniec maja. Cena 3050 euro (około 13 tys. zł) za pokój jednoosobowy.

MERY SPOLSKY

### Zdementował a plotki

Po tym jak Marcin Prokop ogłosił rozstanie z żoną, pojawiły się głosy na temat jego rzekomo bliskiej relacji z Mery Spolsky. Artystka błyskawicznie zaprzeczyła tym insynuacjom, występując w programie „Dzień Dobry TVN”. Rozmowa dotyczyła głównie jej przemiany – artystka opowiadała o utracie wagi, aktywności fizycznej i zmianie stylu życia. W pewnym momencie powiedziała jednak: Ja tutaj na tej kanapie przyszłam zdementować wszelkie plotki o moim romansie z Marcinem Prokopem. Ponieważ jestem z Mateuszem Golisem, który jest operatorem, z którym robimy razem klipy i sesje zdjęciowe. Nie ukrywam, że to on był dla mnie motywatorem, żeby zakochać się w sporcie. Bo on kiedyś trenował szermierkę zawodowo i tak mi zaszczepił to przyzwyczajenie.

## DROBNE

Jak zamieścić ogłoszenie drobne? Telefonicznie: 800 472 852  
Przez internet: [www.kurierlubelski.pl](http://www.kurierlubelski.pl) e-mail: [reklama@kurierlubelski.pl](mailto:reklama@kurierlubelski.pl)  
W Biurze Reklamy:

LUBLIN

**Biuro Ogłoszeń**  
**Krakowskie Przedmieście 10**  
tel. 503 138 578, 81 446 28 02, fax 81 446 28 14  
e-mail: [reklama@kurierlubelski.pl](mailto:reklama@kurierlubelski.pl)

LUBLIN

**Biuro Reklamy**  
**Krakowskie Przedmieście 10 lok. 3**  
tel. 81 446 28 49 do 858, fax 81 446 28 19  
e-mail: [reklama@kurierlubelski.pl](mailto:reklama@kurierlubelski.pl)

### Nieruchomości

MIESZKANIA - SPRZEDAM

**MIESZKANIE** własnościowe 94 m<sup>2</sup>, 4 pokoje z kuchnią i balkonem, jeden lokator, 2 piętro, stych, przy deptaku, sprzedam lub zamienię na 2 mieszkania 2 pok.; do uzgodnienia t. 691-636-371

### Motoryzacja

OSOBOWE KUPIĘ

**Auta każde, uszkodzone i całe, motocykle, ciągniki rolnicze, poleasingowe. Najkorzystniej, gotówka, 798-566-274**

### Praca

ZATRUDNIĘ

**GOSPODARSTWO** praca# 691512930

W gospodarstwie mlecznym, z doświad. - zamieszkanie, 517-433-784

### Usługi

BUDOWLANO-REMONTOWE

**BIAŁY** montaż hydrauliczny, malowanie, gładź, glazura, panele, zabudowa k-g, elektryka, remonty kuchni i łazienek nietypowe zlecenia, 883-211-674

**MONTAŻ** karniszy, suszarek, żyrandoli, szafek, mebli, zamków, ścianki działowe, sufity podwieszane, malowanie, hydraulika, elektryka, nietypowe zlecenia, 601-351-338

**MYCIE**, malowanie dachów, elewacji, szkła, kostki brukowej itp., 514-299-106

**OKNA**, konserwacja, regulacja, uszczelnianie. Balkony, tarasy - sufity, ściany, balustrada, terakota, 601-351-338

**Remonty, wykończenia mieszkań i lokali - kompleksowo, naprawy hydrauliczne, elektryczne drobne naprawy 508-56-56-52, 81740-03-99**

**ZŁOTA** rączka - awarie, naprawy, remonty A-Z, hydraulika, udrażnianie kanalizacji, elektryka, nietypowe zlecenia, 601-351-338

REKLAMA

0011513811

### ZARZĄD POWIATU W ŁĘCZNEJ

informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Łęcznej, al. Jana Pawła II 95A oraz na stronie internetowej [www.powiatleczynski.pl](http://www.powiatleczynski.pl) został wywieszony wykaz lokali będących własnością Powiatu Łęczyńskiego, przeznaczonych do najmu.

REKLAMA

0011513341



### Dyrektor Oddziału Regionalnego AGENCJI MIENIA WOJSKOWEGO W LUBLINIE

informuje,

że zgodnie z art. 35 ust. 1 i 2 w związku z art. 11 i art. 37 ust. 4 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (t.j. Dz.U.2026.399) w związku z art. 54 ust. 1 pkt 3) ustawy z dnia 10 lipca 2015 r. o Agencji Mienia Wojskowego (t.j. Dz.U.2025.817) podaje do publicznej wiadomości wykaz dot. części lokalu użytkowego o pow. 119,72 m<sup>2</sup>, położonego w budynku usytuowanym w Hrubieszowie przy ul. Dwernickiego 92 (obręb: Sławęcín), który wraz z gruntem przynależnym o pow. 0,0135 ha został przeznaczony do zagospodarowania poprzez najem, w trybie bezprzetargowym, na rzecz dotychczasowego najemcy – przychodni lekarskiej, na czas nieoznaczony, stanowiący część nieruchomości gruntowej oznaczonej nr ewid. 1507/123 o pow. 0,0999 ha, będącej własnością Skarbu Państwa, w imieniu i na rzecz którego działa Agencja Mienia Wojskowego, dla której Sąd Rejonowy w Hrubieszowie, V Wydział Ksiąg Wieczystych prowadzi KW nr ZA1H/00065018/3.

Wykaz został wywieszony na multimedialnej tablicy ogłoszeniowej w siedzibie Oddziału oraz pełna jego treść dostępna jest na stronie [www.amw.com.pl](http://www.amw.com.pl). Szczegółowe informacje dotyczące nieruchomości oraz pełną treść wykazu uzyskać można w siedzibie OReg. AMW Lublin, ul. Łęczyńska 1, e-mail: [a.stasiak@amw.com.pl](mailto:a.stasiak@amw.com.pl), [lublin@amw.com.pl](mailto:lublin@amw.com.pl), (81) 474 61 71, (81) 474 61 11.

Oddział Regionalny w Lublinie  
20-309 Lublin • ul. Łęczyńska 1  
tel.: (+48 81) 474 61 00 • fax: (+48 81) 474 61 23  
e-mail: [marketing.lublin@amw.com.pl](mailto:marketing.lublin@amw.com.pl) • [www.amw.com.pl](http://www.amw.com.pl)

WYKAZ

WYKAZ

WYKAZ

WYKAZ

WYKAZ

MONTAŻOWE

**Moskitiery – produkcja na wymiar!**  
**Numer telefonu do składania zamówień: 695 176 597 Ursula.**

OGRODNICZE

**WYCINKA** drzew, podcinanie, porządkowanie działek, koszenie, usuwanie karp, wywóz gałęzi, zakładanie trawników, ogrodzenia z siatki, 514-299-106

PORZĄDKOWE

**SPRZĄTANIE** piwnic, strychów, garaży, działek, domów po lokatorach i zmarłych, wywóz rzeczy, ubrań, gruzu, kucie, prace rozbiórkowe,, 887-069-855

**WYWÓZ** złomu, sprzętu agd, rtv, gruzu, sprzątanie działek, piwnic, inne, rozbiórki domów, szklarni itp., 514-299-106

INNE

**KOMPLEKSOWE** uprzątnię, strychów, garaży, mieszkań, wywóz sprzętu AGD, złomu, gruzu, starych, zepsutych mebli, koszenie zaniedbanych działek kosą spalinową, rozdrabnianie gałęzi rękami, 530-373-641

### Turystyka

KRAJ - GÓRY

**Beskidy turnusy 60+ w maju od 1050 zł dostępny masaż leczniczy / dowóz, tel.: 501-642-492.**

**PROMOCJA** - pobyt - 95 zł ze śniadaniem. TYLICZ k/Krynicy G., pok. z łaz.+TV, bilard, parking, 730-007-166

KRAJ - MORZE

**DANA** - USTRONIE MORSKIE. Tanie wczasy z wyżywieniem dla Seniorów. 601-585-510 [www.danaustronie.pl](http://www.danaustronie.pl)

### Różne

**KASA** za stare książki 609-643-399

### Rolnicze

MASZYNY ROLNICZE

**Skup ciągników rolniczych, każdy stan. 512-709-001**

**Skup pras belujących. 512-709-001**

INNE

**NAWOZY** NPK, MG, S, N 6%, P 16%, K 28%, S 9%, MG 7% Cena 2.150 zł/tona, 500-669-621

### Towarzyskie

**Ola, 81/744-42-62**

**SANDRA**, 885-213-554

Krzyżówka panoramiczna

strzyże trawę

„Kiwi” do butów

kaczka białooka

łowicki strój ludowy

kuzynka łosiosa

karty do wróżb

ruchoma zasłona drobny gust

antyczny nagrobek

kanon moralności

antonim mety

miara pojemności

norma, reguła

pojawia się o północy

dawny okręt wojenny

pracownik leśny

groźna przepowiednia

ciężarówka z NRD

ostrze golarki

weksel ciągłony

na brzeże portowe

pasek wokół helmu

spis potraw

zieleni lub róż

apetyt, ochota

warzywo podobne do pietruszki

dawny środek do narkozy

atom z ładunkiem

mieszka w wawelskim grodzie

górną część tułowia

naturalność, prostota

demon miejsce w rankingu

rymski bożek z łukiem

płynię przez Łębok

bicz spleciony z rzemieni

postrach piratów drogowych

postrach piratów drogowych

melancholia, posępność

8

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 14 utworzą rozwiązanie: dokończenie dowcipu z okienka.

Uśmiechnij się!

– Słyszałem, że się ponownie ożeniłeś?  
– Tak, z Danutą.  
– Siostrą twojej pierwszej żony?  
– Tak.  
– Dlaczego?  
– Przyzwyczaiłem ...



Krzyżówka A-Z

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

- A) największy amerykański stan (6).

B) część gałki ocznej otaczająca tęczówkę (6).

C) lekceważył ogólnie przyjęte wartości (5).

D) tworzywo skóropodobne (5).

E) zabezpieczenie przed promieniowaniem (5).

F) jednostka pojemności elektrycznej (5).

G) duży odłamek skalny (4).

H) tradycyjna chusta islamska muzułmanek (6).

I) samica ptaka domowego z koralami (8).

J) polski poeta i fraszkopis, autor „Tresowanego motyla” (3,6).

K) ciało niebieskie z warkoczem (6).
- L) samosąd na Dzikim Zachodzie (5).

Ł) odbłask światła nad horyzontem (4).

M) 1/3 rzymskiej kohorty (7).

N) otoczka wokół głowy świętego (4).

O) mały akwen w ogrodzie (5).

P) niewielki komputer przenośny (7).
- R) film z rolą Jeana Reno (5).

S) ostre natarcie kawalerii (6).

T) duże jezioro w Afryce (9).

U) grzecznościowe pochylenie głowy (5).

W) masówka przedwyborcza (4).

Z) ubiega się o względy panny (8).

Ż) gwarantuje spłatę kredytu; poręczyciel (6).

Ż

A

Krzyżówka z hasłem

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

Litery z pól ponumerowanych w prawym dolnym rogu od 1 do 16 utworzą rozwiązanie: przysłowie wietnamskie.

- Poziomo:

3) ogonek przed sklepem,

7) gromada sardynek,

8) pokaz mody,

9) sportowe łyżwy,

10) przy wale studni,

12) walczy z pożogą,

14) klient, konsument,

16) kuna leśna,

19) animuje kukielki w teatrze,

20) nogi ptaków grzebiących,

21) na głowie pływaka,

22) rozsądek, roztropność.
- Pionowo:

1) czarna skała magmowa,

2) interesuje speleologa,

3) duchowny w armii,

4) autor nastrojowych wierszy,

5) drzewo Filona i Laury,

6) stan w USA z Montgomery,

11) „... Piszczek”,

12) broń myśliwska,

13) Sykstyńska w Watykanie,

15) kryształ do słodzenia,

17) Szczerebiec lub Zerwikaptur,

18) sitwa, kamaryla.

kwiat polny, chaber

drapieżny kot

antylopa z Azji

kodeks samurajów

kuzyni z Ameryki

WIRÓWKA PANORAMICZNA

ssak leśny, jaźwiec

obierki ziemniaków

ukraiński złoty

podział w partii

leśne pustkowia

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

Duet jolek

J

A

M

E

S

B

O

N

D

- Litery z pól ponumerowanych od 1 do 11 utworzą rozwiązanie. W przypadkowej kolejności:

– żona króla Artura

– boczne skrzydło pałacu

– wytworny strój balowy

– potrawa z podrobów

– miasto w stanie Michigan

– ogrodowy skrzat
- miasto w Andaluzji

– odmiana jabłoni

– wiaderko z klepek

– stolica Polinezji Francuskiej

– zielony w puszcze

– kowbojski kapelusz

Logogryf

1

2

3

4

5

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie: tytuł sztuki teatralnej.

- 1) rodzaj podnośnika,

2) hałny lub zefir,

3) słodycz na patyku,

4) włoska pani,

5) Elza z buszu.

Szyfr

1

6

3

7

2

4

11

8

13

5

9

10

12

Litery z pól od 1 do 13 utworzą rozwiązanie: imię i nazwisko słynnej amerykańskiej aktorki.

- Poziomo:

1) ... Loy, gwiazda filmowa sprzed lat,

8) tropikalny, soczysty owoc.
- Pionowo:

1) aktor bez słów,

2) płynię przez Florencję.

Krzyżówka

1

2

3

4

5

6

7

Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

- Poziomo:

1) „mleczny” owoc,

4) w parze z igłą,

5) kremowe ciastko,

6) pękate naczynie,

7) grający mebel.
- Pionowo:

1, 2, 3) instrumenty muzyczne.

Rozwiązania

Krzyżówka A-Z: pieczarka.  
Logogryf: „Wariat i zakomica”.  
Craig: szyfr: Marilyn Monroe.  
Kara: kitarą: duet Jolek: Daniel Złoty zabija prawe: krzyżów-  
wymaga: krzyżówka z hasłem: panoramyczna: Odwaga siły  
...się do tęsów: wirówka  
Krzyżówka panoramiczna:

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 26 utworzą rozwiązanie – aforyzm Krzysztofa Bilicy.

ROZWIĄZANIE: NIE ODNOŚ SIĘ CZUDZEJ KORZYSCI.

## HOROSKOP

**Wodnik (20.01 - 18.02)**

Dzień sprzyja działaniu i szybkim decyzjom. Horoskop dzienny radzi uważać jednak na impulsywność, bo może to przynieść straty...

**Ryby (19.02 - 20.03)**

Spokój będzie twoją siłą. Horoskop na dziś radzi skupić się na relacjach, ktoś bliski może potrzebować rozmowy.

**Baran (21.03 - 19.04)**

Komunikacja przyniesie sukces, ale unikaj plotek. Horoskop dzienny na piątek mówi, że przed tobą dobra chwila na naukę i rozwój osobisty.

**Byk (20.04 - 20.05)**

Emocje mogą dziś falować, znajdź czas na odpoczynek. Horoskop dzienny mówi, że dom i rodzina dadzą ci poczucie bezpieczeństwa.

**Bliźnięta (21.05 - 21.06)**

Twoja charyzma będzie przyciągać ludzi. Horoskop na dziś radzi jednak pamiętać o pokorze i słuchaniu innych.

**Rak (22.06 - 22.07)**

Szczegóły będą kluczowe. Horoskop dzienny na piątek mówi, że precyzja zaprocentuje, choć możesz poczuć lekkie zmęczenie...

**Lew (23.07 - 22.08)**

Harmonia w relacjach możliwa, jeśli postawisz na szczerość. Horoskop dzienny radzi unikać odkładania decyzji.

**Panna (23.08 - 22.09)**

Intensywne emocje mogą prowadzić do przełomów. Horoskop na dziś to wskazówka, by zaufać intuicji, ale nie działać zbyt pochopnie.

**Waga (23.09 - 22.10)**

Optymizm doda ci energii do działania. Horoskop dzienny na piątek mówi, że dzień sprzyja planowaniu podróży lub nowych projektów.

**Skorpion (23.10 - 21.11)**

Praca przyniesie satysfakcję, jeśli zachowasz konsekwencję. Horoskop dzienny radzi nie zapominąć o równowadze.

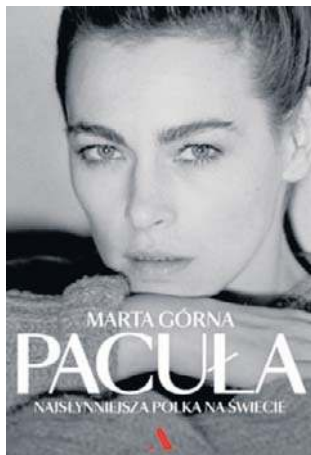
**Strzelec (22.11 - 21.12)**

Kreatywność będzie na wysokim poziomie. Horoskop na dziś wróży, że przed tobą dobry moment na pomysły i nietypowe rozwiązania.

**Koziorożec (22.12 - 19.01)**

Intuicja poprowadzi cię właściwą drogą. Horoskop dzienny na piątek radzi znaleźć chwilę dla siebie i unikać nadmiernego stresu.

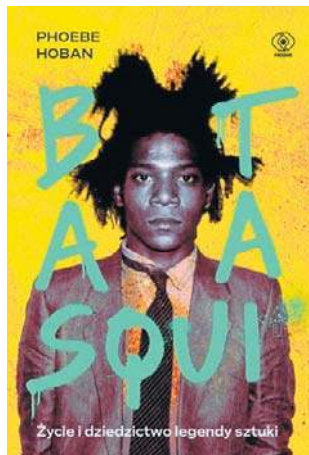
**CHCESZ OTRZYMAĆ KSIĄŻKĘ? WSKAŻ JĄ, WYCINAJĄC JEDNĄ Z ILUSTRACJI ZAMIESZCZONYCH PONIŻEJ, NAKLEJ NA KARTKĘ POCZTOWĄ I WYŚLIJ DO KURIERA. CZEKAMY TYDZIEŃ. LISTĘ SZCZĘŚLIWCÓW OPUBLIKUJEMY WKRÓTCE.**



**Marta Górna „Pacula. Najśłynniejsza Polka na świecie”**

W latach 80. była jedną z najbardziej promowanych nowych twarzy światowego kina. W Ameryce zjawiała się nagle i z miejsca dostała główną rolę w gwiazdorskim „Parku Gorkiego”, a chwilę później – nominację do Złotego Globu. Współpracowała z wielkimi nazwiskami branży filmowej. Jej twarz wielokrotnie pojawiała się na okładkach „Vogue’a”, „Harper’s Bazaar” i „Cosmopolitana”. Dlaczego w Polsce nadal mało kto zdaje sobie sprawę ze skali tego fenomenu? Skąd kontrowersje i plotki wokół Pacuły? Podobno wykorzystała ludzi. Podobno mąż zniszczył jej karierę. Podobno odrzuciła główną rolę w „Nagim instynkcie”. Marta Górna rekonstruuje zagadkową karierę Joanny Pacuły.

Agora



**Phoebe Hoban „Basquiat. Życie i dziedzictwo legendy sztuki”**

W ciągu niespełna dziesięciu lat Jean-Michel Basquiat przeszedł drogę od nastoletniego twórcy graffiti do międzynarodowej gwiazdy sztuki. Błyskawiczne zdobycie sławy zbiegło się z bulwersującym przepychem artystycznego boomu lat 80. Artysta, który stał się nieodłącznym elementem sceny miejskiej, wybuchowej mieszanki muzyki, mody, sztuki i narkotyków, związał się z kilkoma jej najśłynniejszymi osobistościami, m.in. Keithem Haringiem, Andyem Warholem i Madonną. Biografia młodego malarza, to nie tylko portret artysty, ale i jego czasów: od wstępu i upadku ruchu graffiti przez scenę artystyczną East Village aż po marszandów i wyrykające się spod kontroli domy aukcyjne.

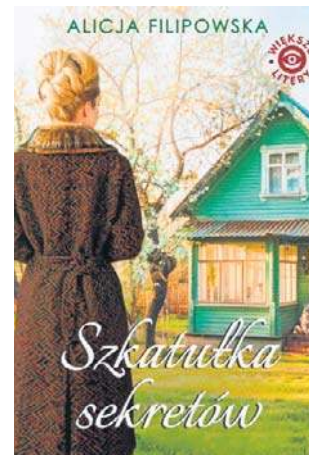
Rebis



**Stefan Ciara „Hołdy pruskie. Zmarnowana szansa Rzeczypospolitej”**

Hołdów pruskich było więcej, od krzyżackich poczynając. W narodowej pamięci tkwi jednak ten jeden z 1525 r., uwieczniony m.in. przez Jana Matejkę. Hołd złożony w Krakowie przez wielkiego mistrza krzyżackiego Albrechta Hohenzollerna położył kres istnieniu państwa zakonnego. W jego miejsce jednak wyrósł z czasem groźny agresor wspierający się ideami Lutra, osobiście namawiającego Albrechta Hohenzollerna do przekształcenia księstwa pruskiego w państwo świeckie. Książka ta opowiada o fragmencie naszych dziejów, ale też o konsekwencjach politycznych i narodowych wynikających z lekceważenia starożytnej maksymy, że historia jest nauczycielką życia.

Biały Kruk



**Alicja Filipowska „Szkatułka sekretów”**

Sława Tucholska wierzy, że wywalczyła sobie na zawsze skrawek szczęścia i wolność na miarę PRL-owskiej rzeczywistości. Ma kochającego narzeczonego, głos, który porwał męskie serca w Klubie Oficerskim i... najzgrabniejszą nogę w Lublinie. W jeden wieczór Sława traci miłość, a potem wszystko, co uważała za pewne, pęka jak mydlana bańka. Alicja Filipowska rysuje portrety zwykłych ludzi na podlubelskiej wsi w latach sześćdziesiątych XX wieku, gdzie ramy życia wyznaczają sołtys, ksiądz i partyni notabla. Życie i postawa bohaterki zmieniają się w zderzeniu z dramatycznym losem nastolatka; szczęście odnajduje w relacjach ze zwykłymi ludźmi, gdy im pomaga i udaje jej się zmieniać świat na lepsze.

Szara Godzina



**Vicky Reynal „Finansowy mindset”**

Czy masz trudność z trzymaniem się budżetu? Ukrywasz zakupy przed partnerem lub partnerką? Często kłócisz się o pieniądze z rodziną? Jedną z najważniejszych relacji w naszym życiu jest relacja z pieniędzmi — a jednak rzadko zdajemy sobie sprawę z tego, jak bardzo wpływają na nią emocje i doświadczenia z przeszłości. Ta książka pomaga je zrozumieć, byś mogła/mógł podejmować lepsze decyzje finansowe. Psychoterapeutka finansowa Vicky Reynal pomaga zmienić zakorzenione postawy i uniknąć destrukcyjnych pułapek. Zrozumiesz, co naprawdę kieruje twoimi zachowaniami finansowymi — by zbudować zdrowszą relację z pieniędzmi i zrobić krok w stronę finansowego bezpieczeństwa.

Albatros

## NASZE SMAKI

Kasza gryczana jest jedną z najbardziej wartościowych kasz. Spośród wszystkich jej rodzajów, zawiera najwięcej magnezu. Dzięki temu wspiera układ nerwowy, wspomaga wyciszenie i zasypianie. Magnez wpływa też na prawidłową mineralizację kości i zapewnia wbudowywanie się wapnia w strukturę tkanki kostnej. Kasza gryczana to również bogate źródło białka. W 100 g suchej kaszy gryczanej niepalonej jest aż 13,2 g białka – to spora ilość, biorąc pod uwagę fakt, że zapotrzebowanie na białko to około 1 g na każdy kilogram masy ciała. Kasza gryczana to też świetne rozwiązanie dla osób chorujących na cukrzycę,



gdyż ma indeks glikemiczny na średnim poziomie 54. Do tego nie zawiera glutenu, więc mogą ją spożywać osoby chore na celiakię bądź mające alergię na ten składnik. Kasza ta idealnie komponuje

się z daniami mięsnymi, gulaszami czy sosami grzybowymi. Ze zmielonej kaszy można wypiekać chleb, placki i ciasta – przeznaczone szczególnie dla tych, którzy powinni unikać glutenu. W połączeniu z białym se-

rem i warzywami stanowić będzie świetny farsz do naleśników i pierogów. Można robić z niej również kotlety oraz faszerować nią warzywa.

**Pierogi z kaszą gryczaną i serem**

**Składniki na ciasto**  
300 g mąki pszennej  
1 jajko  
125 ml gorącej wody  
20 g roztopionego masła  
sól

**Farsz:**  
100 g kaszy gryczanej  
500 g sera białego półtłustego  
sól

Do miski wysypujemy mąkę, dolewamy gorącą wodę oraz dodajemy jajko, roztopione

masło i sól. Wszystko zagniatamy mikserem lub ręcznie ok. 10 min. Gotowe ciasto chowamy w woreczek i wkładamy na pół godziny do lodówki. W tym czasie gotujemy kaszę (trochę dłużej niż zwykle, aż lekko się rozgotuje). Do ugotowanej kaszy dodajemy ser. Jeśli masa jest mało lepiała, można wbić do niej jedno jajko. Całość solimy do smaku. Ciasto wyjmujemy z lodówki, rozwałkowujemy je i wykrajamy szklanką okręgi. Małą łyżeczką nakładamy na nie farsz i lepimy pierogi. Gotujemy je we wrzącej, osolonej wodzie ok. 3 min. od wypłynięcia. **Przepis Anny Gorgol (mad)**

**Lubisz piec i gotować? Podziel się z nami przepisami: przepisy@gk.pl**

# Małysz ogłosił rezygnację. Tajner nowym prezesem PZN?

Zbigniew Czyż  
redakcja@polskapress.pl

**SKOKI NARCIARSKIE. Adam Małysz nie będzie kandydował na drugą kadencję prezesa Polskiego Związku Narciarskiego. Legendarny skoczek w czerwcu zakończy swoją pracę w roli szefa PZN.**

Potwierdziły się nasze informacje, które przekazywaliśmy jako pierwsi, że Adam Małysz lada dzień podejmie decyzję odnośnie do swojej przyszłości.

## Prezes wziął urlop na podjęcie decyzji

- Prezes przez ostatni tydzień przebywał na urlopie, miał przemyśleć wszystkie potencjalne za i przeciw i zapewne wkrótce podejmie decyzję. (...) Chcielibyśmy, aby tę decyzję ogłosił jak najszybciej, bo od tego też zależą przygotowania do innych strategii, które chcemy wdrażać - mówił nam sekretarz generalny Polskiego Związku Narciarskiego Tomasz Grzywacz. Na ostateczną decyzję byłego znakomitego skoczka po tych słowach nie musieliśmy długo czekać. W środę wieczorem w rozmowie z Polsatem Sport Adam Małysz przekazał, że nie wystartuje w wyborach zaplanowanych na połowę czerwca.

- Moja wizja tego, jak to ma wyglądać, nie jest spójna z zarządem, więc moja decyzja jest na nie. Nie będę kandydował - poinformował „Orzeł” z Wisły.

Od pewnego czasu Małysz wielokrotnie przekazywał, że pierwsza kadencja w roli sternika PZN sporo go kosztowała. Z tego powodu nie był przekonany, czy będzie ubiegał się o kolejną. Wspominał o hejcie w internecie i przypuszczanych na niego atakach, nie tylko w mediach.



Stary i najpewniej nowy prezes PZN Apoloniusz Tajner oraz aktualny jeszcze sternik polskich nart Adam Małysz

## Małysz poddał się przez biurokrację

- Jest wiele za, ale jest też wiele przeciw, żebym kandydował na kolejną kadencję. Pod kątem sportowym chciałbym, pod kątem biurokracji i tego, co często się dzieje w naszym środowisku, to nie. Najgorsze jest, gdy zaczyna się atak i hejt. I nawet nie mówię tutaj o kibicach czy dziennikarzach. Niejednokrotnie doświadczałem po uszach, że coś nie funkcjonuje, a de facto to chciałem być po drugiej stronie i pojechać z zawodnikami na zawody, a nie siedzieć prawie do północy i podpisywać dokumenty. Niestety, u nas w kraju wszelka dokumentacja w dalszym ciągu zabiera bardzo dużo czasu - powiedział nam Małysz.

## Wszystko wskazuje, że Tajner wróci

Wszystko wskazuje na to, że jego następcą Małysza będzie dawny szef polskiego narciar-

stwa Apoloniusz Tajner, który kilka dni temu na antenie Eurosportu przekazał, że chce ubiegać się ponownie o fotel prezesa PZN.

- Tak, będę kandydował. Namawiała mnie do tego grupa delegatów - powiedział.

Tajner był prezesem PZN w latach 2006-2022, a w przeszłości trenerem Małysza, z którym świętował wielkie sukcesy. Teraz będzie prawdopodobnie jedynym zgłoszonym kandydatem, który wystartuje w wyborach.

## Za czasów Tajnera PZN rozkwitł

- Apoloniusz Tajner jest legendą Polskiego Związku Narciarskiego zarówno jako trener, jak i prezes. Za jego czasów nastąpił największy rozkwit i rozwój związku. W związku z tym, jeżeli na tym stanowisku nie pozostałby Adam Małysz, to sądzę,

że akurat Apoloniusz Tajner jest osobą, która sprawdzi się na tym stanowisku - powiedział nam sekretarz generalny PZN Tomasz Grzywacz.

## Kadry trenerskie pozostaną bez zmian

Na środowym posiedzeniu związku nie zapadły ostateczne decyzje dotyczące trenerów oraz poszczególnych kadr na nowy sezon, choć pierwotnie taki był plan. Te mają zostać ogłoszone 28 kwietnia. Wstępnie wiadomo, że kadry trenerskie pozostaną bez zmian; nie jest jeszcze pewne, jak będą wyglądać zestawienia reprezentacji A i B.

Nie wiadomo, czy w strukturach PZN zostanie Adam Małysz, który za kadencji Tajnera był dyrektorem sportowym. Walny zjazd sprawozdawczo-wyborczy PZN odbędzie się najprawdopodobniej 13 czerwca.

©©

# Zwycięski gol Yamala okupiony ciężką kontuzją i dłuższą przerwą w grze

Jacek Kmiecik  
redakcja@polskapress.pl

**PIĘK NOŻNA. Barcelona wygrała ligowy mecz z Celtą Vigo 1:0, ale okupiła to kontuzją swojej największej gwiazdy Lamine'a Yamala.**

Yamal w 40. minucie wykorzystał rzut karny, który sam wywalczył, dając Barcelonie prowadzenie 1:0. Jednak tuż po strzale z 11 metrów położył się na murawie i zgłosił problemy zdrowotne. Nie był w stanie kontynuować gry, zszedł z boiska o własnych siłach i udał się prosto do szatni. Jeszcze przed zakończeniem meczu opuścił stadion i pojechał do szpitala. 18-letni skrzydłowy doznał naderwania ścięgna podkolanowego. Jego powrót na boisko może potrwać około pięciu tygodni, co wiązałoby się z opuszczeniem nadchodzącego El Clasico w LaLiga z Realem Madryt oraz początku mistrzostw świata 2026.

Po meczu pomocnik Barcelony i reprezentacji Hiszpanii,

Pedri, odniósł się do kontuzji kolegi i wyraził nadzieję, że Yamal nie będzie długo pauzował.

- Mam nadzieję, że Lamine opuści jak najmniej czasu. Jutro przejdzie badania i zobaczymy, na czym polega problem. Życzę mu wszystkiego najlepszego i mam nadzieję, że zachowa spokój, bo jest jeszcze młody - stwierdził w środę Pedri.

Kilkanaście minut przed kontuzją Yamala uraz wykluczył z dalszej rywalizacji także jego kolegę z drużyny, Portugalczyka Joao Cancelo.

Po trafieniu Yamala mecz został wstrzymany na kilkanaście minut, bo służby medyczne ruszyły na trybuny, aby udzielić pomocy osobie, która zasłała. Hiszpańska „Marca” doniosła, że doszło u niej do zatrzymania akcji serca, ale lekarzom udało się ją przywrócić.

Po wznowieniu rywalizacji wynik już się nie zmienił. Polacy z Barcelony - Robert Lewandowski i Wojciech Szczęsny - oglądali spotkanie z ławki rezerwowych.

©©



Zalany kontuzją Lamine Yamal schodzi z boiska przed przerwą meczu Barcelona - Celta Vigo (1:0)

# Pojedynek gigantów o fotel prezesa: Czerwonka kontra Niedźwiedzki

Zbigniew Czyż  
redakcja@polskapress.pl

**ŁYŻWIARSTWO SZYBKIE. W sobotę wybór nowego prezesa Polskiego Związku Łyżwiarstwa Szybkiego, o co ubiegać się będą medalści olimpijscy: Natalia Czerwonka oraz Konrad Niedźwiedzki.**

Nie jest tajemnicą, że kandydatura dyrektora sportowego PZŁS oraz szefa ostatnich misji olimpijskich podczas igrzysk w Paryżu i Mediolanie byłaby niejako kontynuacją polityki prowadzonej

przez ustępującego prezesa Rafała Tatarucha, który nie może się ubiegać o kolejną kadencję. Szefem związku był od 2018 roku, czyli dwie czteroletnie kadencje.

- Chcę postawić na kontynuację tego, co zostało zrobione przez ostatnie lata. Uważam, że jako związek jesteśmy w dobrym miejscu i tę pracę należy kontynuować i rozwijać we wszystkich obszarach. Ludzie mnie znają i wiedzą, jak pracuję oraz że jestem aktywny. Należy się skupić na kontynuacji szkolenia, czyli tworzeniu silnych kadr za-

równy na torze długim, jak i w short-tracku. To nam się udało zrobić i trzeba iść za ciosem - mówi nam Konrad Niedźwiedzki, dyrektor sportowy PZŁS, brązowy medalista w drużynie z igrzysk w Soczi.

Na walnym zgromadzeniu wyborczym w Warszawie, do zgarnięcia będą 74 głosy. Każdy klub ma inną liczbę mandatów, w zależności od tego, ile szkoli młodzieży i czy ma w swoich szeregach olimpijczyka. Najwięcej - aż 10 głosów - przysługuje Juwenii Białystok. Akademia Sporto-

wego Rozwoju Natalii Czerwonki z Lubina ma trzy mandaty. - Jestem sportowcem i jestem wychowana w duchu zdrowej rywalizacji sportowej. Gdy cały czas słyszałam, że jest tylko jeden kandydat, to stwierdziłam, że dla całego naszego środowiska jest to bardzo złe i źle o nas świadczy. To był jeden z głównych powodów, dla których zdecydowałam się wystartować - mówi nam Natalia Czerwonka.

- Konrad Niedźwiedzki jako dyrektor sportowy swoją pracę wykonuje bardzo dobrze. Da-

rzę go ogromnym szacunkiem i to jest pierwsza w historii taka sytuacja, gdy o stanowisko prezesa ubiegać się będzie dwóch kandydatów z medalami olimpijskimi. Jestem odważną osobą i nie boję się wyzwań. Widzę ogromne pole do działania w rozwoju łyżwiarstwa szybkiego. Widzę braki w komunikacji, więc będzie co robić - dodaje Czerwonka.

Wybitna była panczenistka przyznaje, że Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego jest jednym z najlepiej działających związków sportowych w kraju.

Mimo to widzi ogromne pole do rozwoju i upowszechniania dyscypliny. - Chciałabym także powrotu naszej dyscypliny do Telewizji Polskiej, abyśmy byli bardziej rozpoznawalni. Będąc na ostatnich igrzyskach, marzyłam o tym, że to my, łyżwiarze szybcy wrócimy do Polski z trzema medalami i staniami się taką zimową narodową dyscypliną dla Polaków. Tak się jednak nie stało, ale wciąż wierzę, że tak może być - przekonuje w rozmowie z Polska Press Czerwonka.

©©

## SPORT

www.sportowy24.pl

Motor zagra w niedzielę  
z Widzewem Łódź  
w okrojonym składzieKamil Wojdat  
k.wojdat@kurierlubelski.pl

**PIŁKA NOŻNA. Do końca sezonu zostało tylko pięć kolejek. W najbliższej Motor Lublin zagra w gościach z Widzewem Łódź (26 kwietnia, godz. 14.45).**

Sytuacja rywali, w walce o utrzymanie, robi się coraz trudniejsza, bo Łódzianie (33 punkty, bilans: 9-6-14) zajmują przedostatnie miejsce w stawce - 17., a do pozycji bezpiecznej - 15., zajmowanej przez Piast Gliwice, tracą na ten moment trzy oczka.

- Ciężki moment, ale trzeba po prostu walczyć dalej. Nie zakładałem, że na pięć albo cztery kolejki przed końcem Widzew będzie miał już załatwioną sprawę utrzymania, a spodziewałem się, że ta walka będzie trwała do ostatniej kolejki. Każdy, kto umie liczyć i widział jak ta liga wygląda, mógł to sobie wyobrazić. Teraz jest kwestia po prostu, żeby nie zrobić z tego meczu pogrzebu, tylko po prostu przyjąć trudny do przyjęcia cios i walczyć dalej - mówił trener Aleksandar Vuković, po porażce 1:2 z Radomiakiem.

Była to pierwsza przegrana Widzewa, odkąd na początku marca jego szkoleniowcem został „Vuko”. W poprzednich pięciu meczach podopieczni Serba dwukrotnie wygrali i trzykrotnie zremisowali.

- Byłem świadomy, jak tutaj przychodziłem, do jakiej sytu-



FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

acji przychodzi i tym samym też muszę wziąć odpowiedzialność za to, co dzieje się teraz z tą drużyną, ona przegrywa pierwszy raz w szóstym swoim spotkaniu - przyznawał.

Przed tygodniem przegrał też Motor, który jednak jest w lepszej sytuacji: zajmuje ósme miejsce (39 pkt.). Nad strefą spadkową ma pięć oczek zapasu, a do miejsca premiowanego grą w eliminacjach europejskich pucharów - sześć oczek straty.

W zeszłotygodniowym starciu w Katowicach (porażka 2:3) bardziej niż wynik, kibiców mogła zmartwić kontuzja bramkarza Ivana Brkicia, u którego badania wykazały złamane żebro.

Nie zagra też prawy obrońca Paweł Stolarski, który pauzował będzie za kartki.

Mecz pokaże telewizja Canal+ Sport 3. ©©

## ŻUŻEL

**ORLEN OIL Motor Lublin podejmie dziś (godz. 20.30) przy Al. Zygmunta 5 drużynę Falubazu Zielona Góra**  
Skład Motoru: 9. Martin Vaculik, 10. Fredrik Lindgren, 11. Kacper Woryna, 12. Mateusz Cierniak, 13. Bartosz Zmarzlik, 14. Bartosz Bańbor, 15. Bartosz Jaworski; skład gości: 1. Dominik Kubera, 2. Michał Curzytek, 3. Przemysław Pawlicki, 4. Andriej Lebedevs, 5. Leon Madsen, 6. Oskar Hurysz, 7. Mitchell McDiarmid.



FOT. ARCHIWUM

## PIŁKA NOŻNA

**Górnik Łęczna zagra dziś (godz. 18) w Pruszkowie ze Zniczem. Jedni i drudzy walczą o utrzymanie w Betclio 1. lidze. Górnicy są na fali: wygrali trzy z ostatnich pięciu spotkań.**

Jaka przyszłość koszykarskich  
mistrzyń Polski z Lublina?Kamil Wojdat  
k.wojdat@kurierlubelski.pl

**KOSZYKÓWKA. Do mistrzostwa Polski koszykarki LOTTO AZS UMCS Lublin poprowadził Karol Kowalewski, który wciąż ma ważną umowę. Czy to oznacza, że na pewno zostanie w klubie?**

- Zgodnie z zawartym kontraktem trener zostaje - mówił we wtorek Damian Rudnicki, prezes klubu. - Nie porozmawiamy jeszcze o przyszłym sezonie. Najpierw my chcielibyśmy porozmawiać z zarządem. Jeżeli jednak klub będzie tak samo ambitnie podchodził do tego jak my chcemy podejść, to na pewno się dogadamy - mówił natomiast sam szkoleniowiec.

Czego sięgają wspomniane ambitne cele, o których wspominał?

- Na pewno chcielibyśmy być w Eurolidze, na którą zasłużyliśmy mistrzostwem Polski. To jest klucz. Wiadomo, że to się łączy z organizacją, finansami, ale jest jeszcze chwila czasu, żeby spróbować to zorganizować - zauważał trener.

- Na pewno chcielibyśmy w jakichś europejskich rozgrywkach wystąpić. Mam nadzieję, że będzie to Euroliga. Ale musimy poczekać, zobaczyć jak będzie wyglądała nasza sytuacja finansowa - mówił z kolei prezes Rudnicki.



FOT. ARCHIWUM

**Klub z Lublina sięgnął po drugie mistrzostwo w swojej historii (poprzednio w 2023 r.)**

Od tego, jaki budżet uda się zbudować, zależeć też będzie to, w jakim składzie w przyszłym sezonie zagra drużyna LOTTO AZS UMCS.

- My liczymy na to, że większość zawodniczek zostanie. Chyba, że nie będziemy w stanie jako klub, zarząd, podolać wyzwaniom finansowym. Ale jest jeszcze za wcześnie - podkreśla Rudnicki. - Prowadzimy wstępne rozmowy, ale musicie państwo pamiętać o tym, że to początek. Dopiero, jak ma się tytuł, można prowadzić konkretne rozmowy. Plus to, że jednostki samorządu teryto-

rialnego finansują nas w okresach półrocznych, dlatego jeszcze jest za wcześnie o tym rozmawiać. Będziemy składali oferty, będziemy zabiegali o sponsorów, a czas pokaże i zweryfikuje nasze działania - dodaje.

Klub zwraca uwagę, że nie będzie podejmować żadnych pochopnych decyzji bez gwarancji finansowych.

- Wizja jest prosta: zrobić wszystko, żeby jak najwięcej zawodniczek mogło zostać na kolejny sezon. Zawsze uważam, że kontynuacja jest lepsza niż przebudowa i bardzo

byśmy chcieli tego, żeby ta kontynuacja była. Z niej zawsze rodzą się kolejne fajne rzeczy - komentuje trener Kowalewski.

Prym w jego zespole wiodły Amerykanki: Robbi Ryan (14,6 pkt/mecz), Markeisha Gatling (13,2 pkt/mecz) czy Brooque Williams (12,4 pkt/mecz). Ta ostatnia dołączyła do zespołu w trakcie rozgrywek, zastępując Destiny Slocum. Zmian było więcej, bo zaraz na starcie rozgrywek w październiku odeszła Francuzka Seehia Ridard, a w grudniu Hiszpanka Laura Gil. ©©



FOT. WOJCIECH SZUBARTOWSKI

**Przed rokiem Bogdanka LUK pokonała w finale CMC Aluron Wartę. Jak będzie tym razem?**

## Zaczynają decydującą walkę o obronę tytułu

Krzysztof Szuptarski  
k.szuptarski@kurierlubelski.pl

**SIATKÓWKA. Jutro w Sosnowcu (godz. 14.45) Bogdanka LUK Lublin rozpocznie finałową serię do trzech zwycięstw, w której jej rywalem jest Aluron CMC Warta Zawiercie.**

Przed kibicami wielki finał krajowej elity siatkarzy i jednocześnie powtórka zeszłorocznej rywalizacji o złoto. Wtedy górą była Bogdanka LUK, która wygrała serię 3-1, sięgając po pierwszy medal i zarazem

pierwszy mistrzowski tytuł w historii klubu. Teraz Lublinianie staną przed szansą na potwierdzenie swojej dominacji.

- Nasz awans do finału, jak i drużyny z Zawiercia, to tylko potwierdzenie, że jesteśmy czołowymi zespołami w Polsce - podkreśla Marcin Komenda, kapitan i rozgrywający Bogdanki LUK. - To nie jest przypadek, że drugi raz z rzędu zmierzymy się z nimi w walce o złoto. Oni na pewno będą chcieli odkuć się za tamten sezon. My natomiast zamierzamy jeszcze raz pokazać, kto jest najmocniejszy

na krajowym podwórku - dodaje.

Droga obydwu zespołów do finału była przekonująca. Podopieczni trenera Stephane'a Antigi w półfinale wyeliminowali PGE Projekt Warszawa, wygrywając oba spotkania po czterosetowych bataliach. Z kolei team z Zawiercia bez straty seta odprawił Asseco Resovię Rzeszów.

Dla drużyny z województwa śląskiego będzie to kolejna próba zdobycia historycznego złota. Klub ma na koncie dwa srebrne medale (2023, 2024)

oraz brąz wywalczony w 2022 roku. Wciąż jednak czeka na pierwszy triumf w PlusLidze.

- Z każdym dniem coraz bardziej czujemy ten zbliżający się finał. Skupiamy się na pracy i treningach. Nie ma dla mnie wielkiej różnicy, czy gramy do dwóch, czy do trzech zwycięstw. Na pewno na plus jest to, że mamy przewagę własnej hali, bo kibice dają nam bardzo wiele i czujemy ich wsparcie - przyznaje Bartłomiej Boładź, atakujący Zawiercian.

Transmisja spotkania w Polsacie Sport 1. ©©

ZIMNA WOJNA  
PIĄTEK, TVP 1 22:40

SHREK FOREVER  
PIĄTEK, TVN 20:00

HERBATKA U STALINA  
PONIEDZIAEK, TVP 1 20:30

RZKA TAJEMNIC  
ŚRODA, TV PULS 23:00

# TELEMAGAZYN



## Psy 3 Wimieę zasad

DOKUMENT

35 DNI  
W CZARNOBYŁU  
SOBOTA, TVP DOKUMENT 21:55

SŁYNNY FRANZ MAURER WYCHODZI  
Z WIĘZIENIA. NA WOLNOŚCI NIC JUŻ  
NIE JEST TAKIE, JAK DAWNIEJ  
PONIEDZIAEK, POLSAT 21:40



VOD

FRANZ KAFKA. Holland przedstawia nieco inaczej losy znanego pisarza, *FILM, CANAL+*  
WIĘZY PRZESZŁOŚCI. Projektantka mody mierzy się z przeszłością, *SERIAL, TVP VOD*  
PÓŁBRAT. Nie są spokrewnieni, ale przez lata żyli jak bracia, *SERIAL, HBO MAX*



PROGRAMY OD 24 DO 30 KWIETNIA 2026

w internecie i aplikacji TELEMAGAZYN.PL

eprasa.pl d799e1dc07



## 35 dni w Czarnobylu

Strefa Czarnobylska drugi raz jest świadkiem dramatu

**SOBOTA TVP DOKUMENT 21:55**

Dokument ukazujący oblicze wojny w Ukrainie z perspektywy Czarnobylskiej Strefy Wykluczenia. Opowiada o życiu pracowników elektrowni, żołnierzy i okolicznych mieszkańców, którzy znaleźli się w epicentrum rosyjskiej okupacji 24 lutego 2022 roku. Ukazuje, jak cienka linia dzieli ludzkość od kolejnej katastrofy nuklearnej.



**DOKUMENT**

## Czarnobyl: chronologia katastrofy

40 lat temu - 26 kwietnia 1986 roku Europa i świat zamaryły

**NIEDZIELA POLSAT VIASAT HISTORY 21:00**

Wybuch reaktora w Czarnobylu zapoczątkował najpoważniejszą katastrofę nuklearną w historii. Spowodowała ona skażenie ogromnych obszarów Europy i zmusiła setki tysięcy ludzi do ewakuacji. Sowieckie władze próbowały zatuszować prawdę o niszczycielskich skutkach wybuchu.

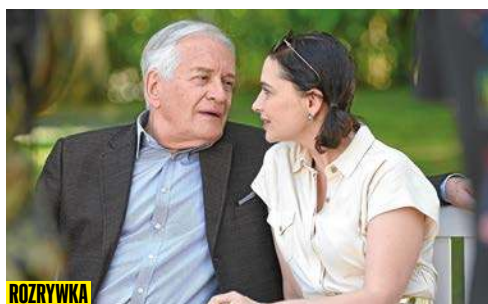
## Teatr TV: Deprawator

Spektakl w gwiazdorskiej obsadzie, opowiadający o trzech wielkich Polakach

**NIEDZIELA TVP KULTURA 18:05**

Akcja sztuki rozgrywa się na południu Francji w 1966 roku. Głównymi bohaterami są filary polskiej literatury dwudziestego wieku: Witold Gombrowicz, Czesław Miłosz i Zbigniew Herbert. Spotykamy naszych trzech literatów w willi Gombrowicza w Vence pod Niceą, gdzie przysłuchujemy się ich dysputom na temat literatury i sztuki, jak również na temat Polski i Polaków. Spektakl to nie tylko dzieło biograficzne, lecz przede wszystkim błyskotliwa i kaskadowa refleksja na temat polskości, która stanowi doskonałą rozrywkę dla każdego widza, nie tylko dla znawców literatury.

Spektakl Polska 2024, reż. Maciej Wojtyczko, występują: Andrzej Seweryn, Wojciech Malajkat, Paweł Krucz, Magdalena Zawadzka



**ROZRYWKA**

## Teatr TV: Herbatka u Stalina

Jak intelektualści zafascynowali się komunizmem

**PONIEDZIAŁEK TVP1 20:30**



**ROZRYWKA**

Spektakl przedstawia wizytę Georga Bernarda Shawa, angielskiego pisarza, laureata nagrody Nobla, w Moskwie w 1931 r. i jego spotkanie ze Stalinem na Kremlu. Widz śledzi przygotowania gospodarzy, odkrywając kulisy propagandowych gier, które Kreml prowadził z zachodnimi intelektualistami.



**ROZRYWKA**

## Szansa na sukces. Opole 2026

Final muzycznego talent show. Zwycięzca wystąpi podczas 63. KFPP w Opolu!

**NIEDZIELA TVP 2 15:15**

„Szansa na sukces. Opole” to kultowy muzyczny talent show, który wyłania nowe gwiazdy polskiej sceny muzycznej, od lat bawiący szeroką publiczność telewizyjnej Dwójki. W programie amatorzy śpiewają w formie karaoke piosenki znanych wykonawców, którzy są jurorami danego odcinka. Utwory dla uczestników losuje prowadzący, a juror odczytuje tytuł. Uczestnik przed występem musi wybrać podkład muzyczny do wykonania, z dodatkowo nagrany linią melodyczną lub bez niej. Nagrodą dla zwycięzcy odcinka jest awans do finału edycji. Zwycięzca finału otrzymuje prawo do występu w Koncercie Debiutów podczas 63. Krajowego Festiwalu Polskiej Piosenki w Opolu. Program prowadzi Artur Orzech.

## Czterej pancerni i pies

Pełne niebezpieczeństw frontowe życie czwórki czołgistów i psa Szarika

**NIEDZIELA ZOOM TV 13:00**

Janek Kos porzuca Syberię, wstępuje do wojska, żeby odnaleźć ojca. Zgłasza się do polskiej Brygady Pancerniej. Tam razem z psem Szarikiem zostają członkami załogi czołgu numer 102 „Rudy”. Czterej pancerni ruszają szlakiem bojowym, prowadzącym na Berlin.



**SERIAL**

## Polskie drogi

Jeden z najpopularniejszych polskich seriali, który oglądali całe rodziny

**PONIEDZIAŁEK TVP HISTORIA 14:00**

Wielowątkowa opowieść o losach Polaków w czasie drugiej wojny światowej. W 11 odcinkach twórcy pokazują okupacyjną codzienność, dając przekrój przez wszystkie ówczesne warstwy społeczne. Bohaterowie to ludzie, którzy uczą się złowrogiej logiki okupacji.



**SERIAL**

## SERIALE ZAGRANICZNE

**Złoty chłopak**

TVP 1 14:00



Diyar zdaje sobie sprawę, że musi usunąć przeszkody stojące na drodze do ślubu. Suna ma dość agresywnego zachowania Abidina i stawia mężowi ultimatum. Seyran i Ferit uznają, że ich związek nie ma przyszłości. Czy aby na pewno?

**La Promesa - pałac tajemnic**

TVP 2 15:05

Problemy Curro nie kończą się, zaś wsparcie otoczenia zdaje się być coraz słabsze. Pia również boryka się z kłopotami. Markiza nie przestaje knuć, byleby osiągnąć zamierzony cel...

**Dziedzictwo**

TVP 1 16:05



Ayse jest przybita myślą, że Ferita i Leylę łączy coś więcej niż relacja zawodowa. Nese próbuje skłonić siostrę do wyznania Feritowi uczuć. Czy Ayse da się wreszcie na to namówić? Nana i Yusuf wracają do domu Poyraza.

**Panna młoda**

TVP 2 17:20

Cihan zrywa umowy biznesowe z Nusretem. Lekarz potwierdza, że Cemil jest już zdrowy. Yonca decyduje się na aborcję. Beyza oznajmia jej szalony pomysł związany z ciążą. Cemil nadchodzi Cihana, by podziękować za pomoc.

**Akacja 38**

TVP 1 18:55

Samuel usiłuje wziąć żonę siłą, ale nie jest w stanie przełamać jej oporu, za co Ursula wyzywa go od tchórzki i proponuje zabicie Diega. Silvia wymyśla preteksty, by odwieść ślub z generałem Zawalą. Leonor wciąż uważa, że to Blanca zdradziła, gdzie ukrywają się górnicy. Liberto zapewnienia, że prawda zawsze wychodzi na jaw.



FILM

## Psy 3. W imię zasad

*Franz Maurer wraca i wkracza w nową Polskę, w której nic nie jest już takie, jakie było dawniej*

**PONIEDZIAŁEK POLSAT 21:40 ★★**

Franz Maurer (Bogusław Linda), były esbek, a po upadku komuny policjant, wychodzi z więzienia po odsiedzeniu 25 lat wyroku. Nic nie jest takie, jak zapamiętał, nikt nie czeka na niego na wolności, dawni znajomi nie pracują w policji. Wkrótce jego losy znów łączą go z Nowym (Cezary Pazura). Były stróż prawa, obecnie prezes rady działkowców, prosi go o pomoc

w prywatnej sprawie. Dzięki komisarzowi Witkowskiemu (Marcin Dorociński) dawni partnerzy wpadają na trop intrygi, w którą uwikłana jest policja. Maurer chce udowodnić, że stare zasady nie umarły i nie planuje odejść w zapomnienie. To kontynuacja kultowego filmu z lat 90. XX w.

Film sensacyjny Polska 2020, reż. Władysław Pasikowski, występują: Bogusław Linda, Marcin Dorociński, Cezary Pazura, Jan Frycz



FILM

## ABC miłości

*Wspaniały i niezapomniany Adolf Dymśa w roli nieszczęśliwego Wincentego Poziomki*

**NIEDZIELA TVP POLONIA 12:55 ★★**

Wincenty Poziomka z trudem zarabia na życie, prowadząc szkołę rewiowo-filmową i pisząc listy dla narzeczonych. Pewnego dnia dostaje zawiadomienie o spadku, którym jest połowa sklepu. Zastaje w nim śliczną pannę Helenkę i zakochuje się w niej. Ale współwłaścicielką jest kilkuletnia Basia. Wincenty prowadzi sklep z artystycznym polotem, doprowadzając go do bankructwa. Cierpi z powodu miłości do pięknej sekretarki. Jednocześnie Wincenty nie rezygnuje ze swych marzeń i usilnie zabiega o pracę w teatrze, którą w końcu dostaje. Ale sceniczny debiut okazuje się całkowitą kłapą.

Komedia Polska 1935, reż. Michał Waszyński, występują: Adolf Dymśa, Maria Bogda, Kazimierz Krukowski

## Koniec świata, czyli Kogel Mogel 4

*Kolejna już część kultowej komedii*

**NIEDZIELA TVN 21:25 ★★**

Miłość Agnieszki i Marcina rozkwita, podobnie jak Kasi i prof. Wolańskiego. Marzeniem babci Solskiej jest ślub jedyne go wnuka. Jednak na drodze do szczęścia młodego Zawady staje Bożenka. Wolańska wprowadza zmiany i stawia na celibat oraz medytację. Spokój Piotrusia i Marlenki burzy nieoczekiwana wizyta mamusi z Ameryki.



FILM

## Zimna wojna

*Film nagrodzony Złotą Palmą w Cannes*

**PIĄTEK TVP 1 22:40 ★★**

Polska Ludowa, lata 50. XX w. W kraju, który po wojnie znalazł się w radzieckiej strefie wpływów, trwa mroczny stalinizm. Pianista Wiktor (Tomasz Kot) i choreografka Irena (Agata Kulesza) szukają kandydatów do zespołu ludowego. Podczas przesłuchania mężczyźni wpada w oko tancerka Zula (Joanna Kulig), która potrafi także



FILM

śpiewać. Oboje wkrótce połączy namiętność, uwikłają się też w polityczną intrygę. Świetny film nagrodzonego Oscarem Pawła Pawlikowskiego („Ida”).

## Nie czas umierać

*Piosenka z tej części przygód Bonda dostała Oscara*

**SOBOTA TVP 1 21:25 ★★**

James Bond planuje zakończyć służbę i cieszyć się szczęśliwym i spokojnym życiem na Jamajce. Jego emerytura nie trwa jednak długo, ponieważ po pomoc przychodzi do niego Felix Leiter, dawny kolega z CIA. Chodzi o odbicie porwanego naukowca. Misja okazuje się trudniejsza, niż mogłoby się wydawać. Bond wpada



FILM

na trop tajemniczego przestępcy, który dysponuje śmiertelnością technologią. To piąty i ostatni występ Daniela Craiga w roli Jamesa Bonda, słynnego agenta 007.

plus  
**VOD**

**FRANZ KAFKA**  
CANAL+, Film,



„Franz Kafka” Agnieszki Holland to biograficzna wariacja na temat jednego z najważniejszych pisarzy XX wieku. Autor znany ze szkolnej lektury, prawnik żydowskiego pochodzenia, prekursor literackiego egzystencjalizmu, dzięki dziełom takim jak „Proces” czy „Metamorfozy” trwale zapisał się w europejskiej kulturze. Holland przedstawia losy pisarza inaczej. W jej ujęciu życiorys autora również jest najważniejszy, ale stanowi też punkt wyjścia do szerszej refleksji nad dzisiejszym światem. Film porusza m.in. temat wegetarianizmu, niemożności poznania drugiego człowieka czy problemów kapitalizmu. Film dostępny od 25.04.

## WIĘZY PRZESZŁOŚCI

**TVP VOD, Serial**

Carolina Guillén jest cenioną projektantką mody i kobietą, której życie rodzinne wydaje się perfekcyjne. Z biegni

jaw wychodzi jednak sekret sprzed lat. W młodości Carolina zaszła w ciążę z mężczyzną, który wstąpił do seminarium, nie wiedząc, że zostanie ojcem. Nie mając środków, by wychować dziecko, była zmuszona porzucić córkę, zostawiając ją pod drzwiami zamożnego domu. To dramatyczne wydarzenie na zawsze odcisnęło piętno na jej życiu. Serial dostępny jest za darmo. Nowe odcinki ukazują się co piątek.

## PÓŁBRAT

**HBO Max, Serial,**

Niall i Ruben są braćmi z wyboru, nie z krwi. Różni ich wszystko: temperament, sposób bycia, podejście do życia. Kiedyś nierozłączni, dziś oddzieleni latami milczenia i niewypowiedzianych pretensji. Gdy po trzech dekadach Ruben pojawia się bez zaproszenia na ślub Nialla, napięcie wisi w powietrzu. Coś jest nie tak – jego zachowanie zdradza, że przeszłość jeszcze się o nich upomni. Eksplozja przemocy staje się punktem wyjścia do historii prowadzącej widzów od lat 80. aż do dziś. Premiera 24.04.



TVP1

DVB-T

SERIAL 20:30



Powrót

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Agape blisko Ciebie **8.00** Serwis Info **8.20** Zaraz wracam (116) **8.45** Ranczo (12): Honor gminy **9.45** Komisarz Alex (21): Zapach zbrodni **10.40** Ojciec Mateusz (125): Zielony zakątek **11.30** Okrasa łamie przepisy **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** To się opląca **12.55** Przybył wśród zwierząt **14.00** Złoty chłopak (276) (s.2)

**15.00** Serwis Info – magazyn  
**15.15** Reporterzy – magazyn  
**15.35** Gra słów. Krzyżówka  
**16.05** Dziedzictwo (899) (s.2)  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Jaka to melodia?  
**18.00** Klan (4702)  
**18.20** Zaraz wracam (117)  
**18.55** Akacja 38 (854) (s.2)  
**19.30** 19.30  
**19.55** Pytanie dnia  
**20.30** Powrót (1)  
– dramat Polska 2021  
Reż. Adrian Panek, wyk. Sylwia Achu, Katarzyna Bargłowska  
Zapracowany Jan umiera na zawał serca, a następnie zmartwychwstaje. Odkrywa, że jego życie było niewiele warte i nikt nie przejął się jego śmiercią.  
**21.35** Sekielski wieczór porą – magazyn  
**22.40** Zimna wojna – dramat  
\*\*\*\* obycz. Polska/W. Bryt./Fr./Belgia/Indie 2018 (s.3)  
Reż. Paweł Pawlikowski, wyk. Joanna Kulig, Tomasz Kot, Borys Szczygłowski  
**0.20** Wojna zastępcza (8)  
**1.20** Nieobliczalny – film  
\*\*\* sensacyjny USA 2020

TVP Polonia

**7.00** Makłowicz w podróży **7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Kresowe grody i rody **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** M jak miłość (1916, 1917) **13.50** Polonia 24. Tygodnik **15.00** Serwis Info **15.10** Wszystko przed nami (83)  
**15.40** Turystyczna jazda **16.00** Tischner **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Góra półka smaku **18.45** Panorama **19.20** Polacy światu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Na dobre i na złe (985) **21.15** Na sygnale (631, 632) **22.15** Szansa na sukces. Opole 2026 **23.15** Panorama **23.45** Matki, żony i kochanki (7) **0.40** Rodzinka.pl (247) **1.10** Polskie opowieści **1.30** 19.30

TVP2

DVB-T

FILM 23:50



Sprzymierzeni

**5.30** M jak miłość (1742) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się **6.55** Barwy szczęścia (3365) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Operacja zdrowie **12.15** Kolekcja **12.20** WTEM **12.30** Kolo fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (78) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (887): Porwanie rodzicielskie – serial obycz. Polska 2026  
**15.05** La Promesa – pałac tajemnic (377) (s.2)  
**16.00** Kolo fortuny – teleturniej **16.35** Familiada – teleturniej **17.20** Panna młoda (79)  
– serial obycz. Turcja (s.2)  
**18.15** Va banque – teleturniej **18.50** Jeden z dziesięciu **19.25** Barwy szczęścia (3365) **19.50** Domowe patenty – felieton **20.05** Barwy szczęścia (3366)  
– serial Polska 2025 (s.7)  
**20.45** Kocham Cię, Polsko!  
**22.20** Postaw na milion  
**23.20** To jest grane  
**23.50** Sprzymierzeni  
\*\*\*\* – thriller USA 2016  
Reż. Robert Zemeckis, wyk. Brad Pitt, Marion Cotillard, Jared Harris  
Oficer wywiadu Max i działaczka francuskiego ruchu oporu Marianne mają zabić niemieckiego ambasadora. Ale na Marianne padają podejrzenia, że jest niemieckim szpiegiem.  
**2.05** A psa biorę ja  
\*\*\* – komedia USA 2016  
Reż. Huck Botko, wyk. Alicia Silverstone, Ryan Kwanten, Randall Batinkoff  
**3.55** Akacja 38

TV Tram

DVB-T

**10.15** Rozmowy niedokończone **11.25** Głos Polski **11.35** Wilamowice – Kult św. arcybiskupa Józefa Bilczewskiego **12.20** Głos serca (114) **13.05** Sładami s. Heleny Majewskiej **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Natura obiektywnie **16.40** Zniesienie **17.00** Największy dar **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19.30** Brat Franciszek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** O pani Zofii Sz. **23.25** Regał **0.10** Informacje **0.30** Łączy nas historia

Polsat

DVB-T

FILM 23:05



Stan obłędzenia

**5.40** Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn inform. **8.00** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Gliniarze (736-738): Gładkie kłamstwa / Las po zmroku / Bez przedawnienia – serial fab.-dokumentalny Polska 2022 **14.40** Dlaczego ja? (1554): Seryjny uwodziciel – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026  
**15.50** Wydarzenia  
**16.15** Pogoda  
**16.20** Interwencja – magazyn  
**16.30** Na ratunek 112 (1151)  
Matka odkrywa romans 18-letniego syna ze starszą korepetytorką. Chłopak wprowadza się do kochanki. Wkrótce dziewczyna żąda pieniędzy za zerwanie relacji.  
**17.00** Gliniarze (1191)  
**18.00** Pierwsza miłość (4203)  
– serial Polska 2026 (s.7)  
**18.50** Wydarzenia  
**19.20** Gość „Wydarzeń”  
**19.55** Farma – reality show  
**21.00** Must Be The Music  
**23.05** Stan obłędzenia  
\*\*\* – thriller USA 1998  
Reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis  
Życie Nowego Jorku zostaje sparaliżowane po zamachach terrorystycznych. Miło śledztwa prowadzonego przez FBI ataki nie ustają. Do akcji wkracza armia.  
**1.30** Elizium – film sf USA 2013  
\*\*\* Reż. Neill Blomkamp, wyk. Matt Damon, Jodie Foster, Sharlto Copley  
**4.00** Kabaretowa Ekstraklasa

Super Polsat

DVB-T

**6.05** Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (53) **6.55** Na ratunek 112 (605, 606) **7.55** Doktor Martin (29, 30) **10.00** Wydarzenia **10.30** Świat według Kiepskich (361, 362) **11.35** Twoja twarz brzmi znajomo (173) **13.25** Bitwa o palety (23) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (30) **16.00** Top chef (77) **17.30** Świat według Kiepskich (452-454) **19.00** Rolniczki (3) – serial dok. Polska 2024 **20.00** (L) MMA: Babilon MMA **0.00** ★★ Jutro będzie futro II – komedia USA 2015, reż. Steve Pink, wyk. Rob Corddry, Craig Robinson, Chevy Chase **1.55** Backdoor – Wyjście awaryjne (9) **2.30** Świat według Kiepskich (490-492) **4.00** Nasz nowy dom (223, 224)

TVN

DVB-T

FILM 22:10



Wojna domowa

**5.05** Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! – magazyn publicyst. **5.55** Ukryta prawda (1617) **6.50** Kuchenne rewolucje: Boryslawice, restauracja „Schab w Panierce” **7.45** Dzień Dobry TVN – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „James Bomba-lina”, Białystok / Kępno – „Kulinarna Warszawka” **13.40** Ukryta prawda (1740, 1741)  
**15.45** Młode gliny (50)  
**16.50** Szpital św. Anny (114)  
– serial obycz. Polska (s.7)  
**17.55** Detektywi (308)  
**19.00** Fakty  
**19.25** Galacticos Show  
– Pojedynek Legend  
– zapowiedź programu  
**19.50** Uwaga! – magazyn  
**20.00** Shrek Forever  
– film animowany USA/Francja 2010 (s.7)  
Reż. Mike Mitchell, dub. Zbigniew Zamachowski, Jerzy Stuhr, Cezary Pazura  
**22.10** Wojna domowa – film  
\*\*\*\* sensacyjny USA/W. Bryt./Finlandia 2024  
Reż. Alex Garland, wyk. Kirsten Dunst, Wagner Moura, Cailee Spaeny  
USA są bliskie upadku. Lee próbuje dostać się do Waszyngtonu. Chce przeprowadzić ostatni wywiad z prezydentem. Towarzyszy jej ambitna Jessie.  
**0.20** Kuba Wojewódzki  
**1.40** Książę Andrzej i seksafera Epsteina  
– film dok. W. Bryt. 2020  
**2.30** Szpital św. Anny (76)  
**3.20** Uwaga! – magazyn

TVN7

DVB-T

FILM 20:00



Larry Crowne. Uśmiech losu

**6.50** Szkoła (600, 601) **8.45** Ukryta prawda (1282, 1190, 1191) **11.55** W-11 Wydział Śledczy (936-938) **14.00** Detektywi (67) **15.00** Szpital św. Anny (105) **16.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (605, 606) **18.00** Sekrety życia (5) **19.00** Ukryta prawda (1476) **20.00** ★★ Larry Crowne. Uśmiech losu – komediodramat USA/Fr. 2011, reż. Tom Hanks, wyk. Tom Hanks, Julia Roberts, Pam Grier **22.10** Kółowa przetrwania (8) **23.30** ★★ Mroczny Rycerz – film sens. USA/W. Bryt. 2008, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Heath Ledger **2.30** Hotel Paradise (32) **3.15** SOS. Ekipy w akcji (36) **4.00** Usterka (19)

TV Puls

DVB-T

**8.00** Kobra – oddział specjalny (6, 7) **10.00** Triumf miłości (121, 122) **12.00** Nie igraj z aniołem (61) **13.00** Wspaniałe stulecie (86) **14.00** Przepis na zbrodnię (24) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (699) **16.00** Ranczo (128) **17.00** Dzielnica strachu (459) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (989, 990) **20.00** ★★ Jeden strzał – thriller USA/W. Bryt. 2021 **22.00** ★★ Freelance – kom. USA/W. Bryt. 2023 **0.05** ★★ Huragan – sens. W. Bryt./USA 2018 **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (985)

Puls 2

DVB-T

**7.00** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Gumisie **14.00** Kacze opowieści **15.00** Miraculous **16.00** Superthings: Kazoom Power **16.15** Fineasz i Ferb **16.50** Marta mówi! **17.10** Superkoty **17.45** Swinka Peppa **17.55** Bing **18.10** Masza i niedźwiedź **18.25** Myszką Miki **18.55** Don Matteo: Boski detektyw (14) **20.00** ★★ Last Vegas – komedia USA 2013, wyk. Morgan Freeman, Robert De Niro, Michael Douglas **22.05** Przepis na zbrodnię (24-27) **2.10** Lombard. Życie pod zastaw (98, 99)

TV 4

DVB-T

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Stróżnik Teksasu (3, 4) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (98) **8.55** Policjanci i policjanci (404, 405) **10.55** Na ratunek 112 (1152, 451) **11.55** Dlaczego ja? (1052-1054) **12.55** Trudne sprawy (1053, 1054) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (71, 72) **18.00** Policjanci i policjanci (1409, 1410) **20.00** A na deser... **20.05** ★★ Wielki błąk – dramat Francja/Wochy/USA 1988, reż. Luc Besson, wyk. Jean-Marc Barr, Jean Reno, Rosanna Arquette **23.35** Gwiazdy kabaretu (175, 174) **1.35** STOP Drogówka (369) **2.40** Interwencja (5882) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (5) **3.25** Lubię Disco! (259) **4.25** Top 10 lista przebojów (2821)

fielmann  
twój optyk



# ZBADAJ SWÓJ WZROK **ZA DARMO**

Znajdź najbliższy salon Fielmann i umów się  
na bezpłatne badanie wzroku

[www.fielmann.pl](http://www.fielmann.pl)

---

To jest wyrób medyczny. Używaj go  
zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

---

Okulary korekcyjne są wyrobem medycznym służącym do korygowania wad wzroku. Podmiotem prowadzącym reklamę jest Fielmann Sp. z o.o. Producentem okularów przedstawionych na grafice jest Fielmann Group AG. Lista producentów produktów objętych ofertą znajduje się pod adresem [www.fielmann.pl/info-producenci](http://www.fielmann.pl/info-producenci)

eprasa.pl d799e1dc07

## Ale Kino+

**7.40** ★★★ Benek – komediodr Polska/Austria 2007 **9.45** Astra **10.15** Grantchester (1, 2) **12.20** Vera (1) **14.10** ★★★★★ Zła nie ma – dram. Jap. 2023 **16.15** ★★ Mrokańskie wakacje – kom. Hiszp. 2023 **18.20** Vera (2) **20.10** ★★★★★ Źródło nadziei – dramat Australia/USA 2014 **22.25** ★★★★★ Walden – thriller USA 2023 **0.30** ★★★★★ Sezon na zabijanie – thriller USA/Belg./Bulg. 2013 **2.15** Sortownia (4) **3.05** ★★★★★ Masz na imię Justine – thriller Polska/Luksemburg 2005

## Kino Polska

**8.05** Zwierzęta Wajraka **8.40** PKF 14A/61 **8.50** ★★★★★ Krzyż Walecznych – dramat Polska 1958 **10.25** ★★★★★ Komedja małżeńska – komedia Polska 1993 **12.50** ★★★★★ Podróż za jeden uśmiech – film przyg. Polska 1972 **14.50** ★★★★★ Mała matura 1947 – dramat Polska 2010 **17.15** Pogranicze w ogniu (23, 24) **20.00** ★★★★★ Mistrz – film biograf. Polska 2020, **22.40** ★★★★★ Lokatorka – dramat Polska 2021 **(s.7)** **1.00** ★★★★★ Ziaro prawdy – thriller Polska 2015

## Polsat Film

**7.30** Doktor Martin (63) **8.30** Przyjaciółki (221, 222) **10.25** Świat według Kiepskich (164-165, 191-192, 207-208, 214) **15.20** Shrek II – film anim. **17.05** ★★★★★ Imperium robotów. Bunt człowieka – film sensacyjny W. Bryt./Kanada 2014 **18.55** ★★★★★ Niepoważny – film sens. USA 2010 **21.00** ★★★★★ Królowa wojowników – dramat USA/RPA/Irl. 2022 **23.45** ★★★★★ Transporter II – film sens. USA/Fr./Niemcy 2005, reż. Louis Leterrier, wyk. Jason Statham **1.35** Ślad (76-79)

## Stopklatka

DV3

**6.50** Wielkie wynalazki **7.55** Wojciech Ciejrowski – boso przez świat **9.00** Robert Makłowicz **10.50** Wojny magazynowe: Kanada **11.55** Wojny kontenerowe **13.00** Katastrofy w przestworzach **16.00** MacGyver (20, 21) **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Wojny kontenerowe **20.00** ★★★★★ Nawiedzony – horror USA/W. Bryt. 1999 **22.25** ★★★★★ Stan zagrożenia – film sens. USA/Meksyk 1994 **1.25** ★★★★★ Meludje posłusznie! – komedia CSSR 1958

## Canal+ Premium

**10.35** Naturalna dzikość serca **12.00** ★★★★★ Masz ci los! – kom. Polska 2023 **13.35** The Office PL (5, 6) **14.30** Szpieg, który współczuł **16.15** Czarna woda **16.35** ★★★★★ Battleship: Bitwa o Ziemię – film przygod. USA/Jap. 2012 **18.50** ★★★★★ Saga „Zmierzch” – Księżyc w nowiu – melod. USA 2009 **21.00** Emigracja XD (21) **21.55** ★★★★★ Nie mów zła – horror USA/Chorwacja/Kan. 2024 **23.45** ★★★★★ Barry Seal: Król przemytu – film sens. USA/Jap./Kolumb. 2017

## HBO

**9.45** ★★★★★ Saga „Zmierzch”: Przed świtem. Część 2 – film fantasy USA 2012 **11.40** Na planie **12.10** ★★★★★ Oszukana przez męża: Historia Morgan Metzera – dr. USA 2024 **13.40** ★★★★★ Władca Pierścieni: Dwie wieże – film fantasy 2002 **16.35** ★★★★★ Azyl – thriller USA/Fr./Rosja 2022 **18.10** ★★★★★ Makbet – dramat W. Bryt./Fr. 2015 **20.00** ★★★★★ Eileen – thriller USA/W. Bryt. 2023 **21.35** ★★★★★ Holland – thriller USA 2025 **23.20** ★★★★★ Mroczny fajter – film sens. USA 2023

## Polsat 2

**6.30** Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Przyjaciółki (298) **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (256-260) **17.00** 48 h. Zaginięni (249, 250) **19.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** ★★★★★ Po katastrofie – thriller USA/W. Bryt. 2017, reż. Elliott Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger **23.55** ★★★★★ Rok pierwszy – kom. USA 2009, reż. Harold Ramis **2.00** Wydarzenia

## TVP Seriele

**6.20** Na sygnale (431, 432) **7.30** Ojciec Mateusz (427) **8.30** Komisarz Alex (279) **9.00** Rodzinka.pl (50) **9.55** Klan (1400) **10.25** Ranczo (49) **11.20** Rodzinka.pl (311, 312) **12.20** Pan Mama (34) **13.00** Zaraz wracam (114) **13.35** Ojciec Mateusz (332, 333) **15.30** Komisarz Alex (280) **16.20** Na sygnale (433, 434) **17.30** Ranczo (50, 51) **19.35** Ojciec Mateusz (334, 428) **21.30** Ranczo (52, 53) **23.30** Ojciec Mateusz (335) **0.25** ★★★★★ Miś – komedia Polska 1980

## AXN

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (5, 6) **7.30** Dr House (7, 8) **9.25** Castle (21, 22) **11.20** Detektyw Monk (12, 13) **13.15** Dr House (9, 10): Oszustwo / Trudności z komunikacją **15.10** Agenci NCIS (9, 10): Dzień w sądzie / Bracia krwi **17.10** Castle (23, 24): Czynniki ludzki / Dział wodny **19.10** FBI (18, 19) **21.05** ★★★★★ Faceci w czerni 3 – film sf USA 2012 **23.15** ★★★★★ Snajper II – film sens. USA/Węgry 2002 **0.55** FBI (18, 19) **2.50** Castle (23, 24)

## 13 Ulica

**6.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **8.10** Kapitan Marleau (2) **10.10** Mentalista (10, 11) **12.00** Bez śladu (21, 22) **13.50** Astrid i Raphaëlle (5, 6) **16.15** Kapitan Marleau (3) **18.20** Mentalista (12, 13) – serial krym. USA **20.10** Bez śladu (23, 24) – serial sens. USA **22.00** ★★★★★ Widok, za który można zabić – thriller USA 2023, reż. Brytany Underwood **23.55** ★★★★★ Podróż z diabłem – film akcji USA/Kolumbia 2019, reż. Jason Cabell, wyk. Nicolas Cage **1.55** Kapitan Marleau (3)

## FX

**7.20** Kości (1, 2) **9.10** CSI: Kryminalne zagadki Miami (7, 8) **11.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) **13.45** Agenci NCIS (6, 7) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) **18.20** FBI (10, 11) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6) **22.00** Grey's Anatomy: Chirurgzy (8) **22.55** ★★★★★ Bad Boys – kom. sens. USA 1995 **1.20** Zabójcze umysły (3-6)

## BBC First

**6.55** My Life is Murder (5, 6) **8.30** Lewis (6) **9.35** Ojciec Brown (10) **10.35** Śmierć pod palmami (8) **11.40** Zagadki doktora Blake'a (10) **12.50** Detektyw z Chelsea (7, 8) **14.50** Ojciec Brown (4) **15.50** Lewis (6) **16.55** My Life is Murder (6) **17.50** Morderstwa w Midsomer (9, 10) **19.55** Śmierć pod palmami (1) **21.00** Ojciec Brown (2) **22.00** Śmierć pod palmami (6) **23.05** Detektyw z Chelsea (7, 8) **1.10** Śmierć pod palmami (1) **2.20** Morderstwa w Midsomer (9, 10)

## Eurosport 1

**8.30** Kolarstwo górskie: Race Bikes **9.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **10.00** Snooker: MŚ w Sheffield **11.00** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **14.00** Tennis: Australian Open: Aryna Sabalenka – Jelena Rybakina **15.15** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **18.30** Snooker: MŚ w Sheffield **19.30** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **23.00** Snooker: MŚ w Sheffield **0.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **1.30** Kolarstwo: Paryż-Roubaix **3.00** Snooker: MŚ w Sheffield

## Eurosport 2

**10.00** Wyścigi Endurance: MŚ FIA – 6 godzin Imoli **12.00** Kolarstwo górskie: Race Bikes **12.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **13.35** (L) Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **15.30** Kolarstwo górskie: Race Bikes **16.00** Kolarstwo: Strzała Walońska kobiet **16.30** Maraton Bostoński **18.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **20.00** Kolarstwo: Strzała Walońska **21.00** (L) Golf: PGA Tour – Zurich Classic of New Orleans **0.00** Wyścigi Endurance: MŚ FIM – 24 Heures Mosots

## Polsat Sport 1

**9.00** Kosa na Kosę **10.00** Siatkówka: PlusLiga **11.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **13.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **15.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **17.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **20.10** (L) Koszykówka: Arriva LOTTO Twardo Pierniki Toruń – Górnik Zamek Książ Wałbrzych **23.00** Siatkówka: PlusLiga **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego

## TVP Sport

DV3

**9.05** Pływanie na basenie 50-m.: MP w kategorii open w Olsztynie: 3. dzień **10.45** Boks: Kamil Kuździeń – Ante Bilic **11.45** Ring TV Sport – mag. **12.45** Piłka nożna: FC Porto – Sporting CP **14.55** Reportaż **15.25** Koszykówka: NBA: 1. runda **17.25** (L) Pływanie na basenie 50-m.: MP w kategorii open w Olsztynie: 4. dzień **20.00** Studio **20.25** (L) Piłka nożna: Wisła Kraków – Puszcza Niepołomice **23.00** Sportowy wieczór **23.30** Hokej na lodzie (tow.): Polska – Słowenia

## Canal+ Sport

**9.00** Piłka nożna: Real Oviedo – Villarreal CF **11.15** Piłka nożna: GKS Katowice – Motor Lublin **13.30** Premier League Stories **14.10** PL: The Big Interview **14.45** Piłka nożna: Levante UD – Sevilla FC **16.55** Speedway+ **17.30** (L) Żużel: Kro-no-Plast Włókniarz Częstochowa – PRES Grupa Dewolperska Toruń; ORLEN Oil Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra **22.45** Magazyn LM UEFA **23.15** Premier League Preview **23.45** Piłka nożna: Jagiellonia Biał. – Górnik Zabrze

## Canal+ Sport 5

**9.00** Żużel: Stelmet Falubaz Zielona Góra – Bayersystem GKM Grudziądz **11.45** Premier League: The Big Interview **12.20** Speedway+ **13.00** Piłka nożna: Elche CF – Atlético Madryt **15.15** Sporty ekstremalne: MŚ Stihl Timbersports **17.30** (L) Żużel: Kro-no-Plast Włókniarz Częstochowa – PRES Grupa Dewolperska Toruń **20.30** MMA: Gala ONE Friday Fights w Bangkoku **23.45** Boks: Haze Hepi – Krzysztof Wiśniewski **0.55** Premier League Preview

## Eleven Sports 1

**10.00** Piłka nożna: FC Barcelona – RC Celta **12.00** Piłka nożna: SSC Napoli – SS Lazio **14.00** Piłka nożna: VfB Stuttgart – SC Freiburg **16.00** Piłka nożna: Juventus FC – Bologna FC 1909 **18.00** Piłka nożna: Real Sociedad – Getafe CF **20.00** Bundesliga Clubs: 1. FC Union Berlin **20.15** Inside Serie A **20.55** (L) Piłka nożna: Real Betis – Real Madryt **23.10** Ligue 1 Preview **23.45** Bundesliga Clubs: SV Werder Brema **0.00** Piłka nożna: RB Lipsk – 1. FC Union Berlin

## Polsat Sport 3

**6.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **8.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Puchar Polski mężczyzn – transmisja **13.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **15.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **18.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **20.40** (L) Piłka nożna: RB Lipsk – 1. FC Union Berlin **22.45** Sześć Superligi **23.00** Handball Arena – magazyn **0.00** Tennis: ATP 500 – Barcelona Open **2.00** MMA: Babilon MMA

## TVN 24

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes 10.00 Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes 11.00 Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes 12.00 Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes 14.00 Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes 15.00 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Bez Kitu **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.40** Biznes **0.00** Fakty po Faktach **0.45** Bez Kitu

## Polsat News

**10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania **1.25** Punkt widzenia Jankowskiego

## TVP Info

DV3

**10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** **14.30** **15.00** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Telexpress **17.15** Telexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywców kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Forum **19.10** Serwis info wieczór **19.30** **19.30** **19.58** Pytanie dnia **20.18** Kłamstwo nie przejdzie **20.57** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat

## TVP 3

DV3

**9.05** Szlachetne zdrowie **11.30** Prywatne życie zwierząt **12.00** Telekurier **12.30** Rosół polski **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda **13.30** Niebezpieczne związki **14.20** Niebezpieczne miejsca **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pierwsza Druga w Trójce

## TVP Rozrywka

**8.15** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Kolo fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Pan Mama **14.55** Program rozrywkowy **15.30** Kabaretomania **17.25** Va banque **18.00** Kolo fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Makłowicz w podróży **20.20** Postaw na milion **22.15** Tygodnik Moralnego Niepokoju **22.50** Do śmiechu! **23.45** Kabaret. Super Show Dwójki **0.55** Kolo fortuny

## Planete+

**9.20** Polska z góry **10.20** Afryka z góry **11.20** Dokąd dzisiaj? **12.35** Najpiękniejsze rzeki świata **13.45** Lukusowskie podróże brytyjską koleją **14.50** Aborygeni – pierwsi wynalazcy **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Dokąd dzisiaj? **18.15** Świat z góry **18.45** Rolnictwo przyszłości **19.45** Śmieci na orbicie **20.50** Niezwykłe podróże koleją **22.00** Premiera: Jimmy Sommeville. I Feel Love **23.10** Morderca i jego pisarz **23.20** Niezwykłe podróże koleją **1.25** Polska z góry

## BBC Earth

**8.10** Planeta Ziemia **9.15** W okowach mrozu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Planeta Ziemia **13.25** James Webb: teleskop kosmiczny za miliardy **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.35** Wyspy. Laboratoria natury **17.35** Skarby przeszłości i ich tajemnice **18.40** Planeta Ziemia II **19.45** Alaska z Sue Perkins **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **22.55** Zabójcza pogoda **23.55** Brutalna planeta

## Discovery Channel

**6.00** Fani czterech kółek **7.00** Kuznie legend **7.30** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **9.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **10.00** Klan z Alaski **11.00** Ed Stafford: inicjacja **12.00** Fani czterech kółek **13.00** Nagi instykt przetrwania **15.00** Złomowisko PL **16.00** Złoto drwali **17.00** Porty: Hiszpania **18.00** Truckery **19.00** Złomowisko PL **21.00** Specjalistki **22.00** Bimbrowni **23.00** Nagi instykt przetrwania **1.00** Zoom na architekturę **2.00** Militaria na warsztat

## TVN Turbo

**9.15** Fani czterech kółek **10.15** Złomowisko PL **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Jeździć, obserwować **19.00** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **19.45** Moto kombat **20.30** Mobilni mechanicy **21.15** Duda kontra Szafranski **22.00** Raport Turbo **22.20** Z drugiej ręki **23.05** Zawodowi handlarze **23.50** Moto **0.35** Wojny samochodowe

## TVN Style

**8.35** Zgłoś remont **9.40** I nie opuszczaj Cię aż do ślubu **10.25** Bez kompleksów **11.25** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: Bar „Agata”, Gorzów Wielkopolski / Grodzisk Mazowiecki – Orient X-press/Pelen Rondel **15.35** Babski biznes **16.40** Jestem z Polski **17.45** Kuchenne rewolucje: Łódź – „Świńskie sprawy” / Białystok – Zielony Nosoróg/Tarnów – Pizzerka Bujani **20.50** Bitwa o gości **21.50** Jestem z Polski **23.45** Niezwykłe Stany Prokopa

**Romance TV**

**9.30** Górski lekarz (82) **10.30** ★★ Rosamunde Pilcher: Zagłębił miłość – film obyczaj. Niemcy/Austria 2004 **12.25** ★★ Wiza do miłości – kom. USA 2024 **14.15** ★★ Inga Lindström: Motyle w brzuchu – dramat Niemcy/Szwecja 2022 **16.05** ★★ Familie Bundschuh – film obyczaj. Niemcy 2018 **18.00** Śledztwo prowadzi Watzmann (32) **19.00** Górski lekarz (83) **20.00** Statek marzeń **21.55** ★★ Katie Forde: Milczenie mężczyzny – dramat Niemcy 2016 **23.50** Górski lekarz (83)

**TTV**

DVB

**6.50** Diabelnie boskie **7.20** Ukryta prawda **8.20** Kartoteka **10.30** Detektywi **12.30** Zakup w ciemno **14.30** Kartoteka **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Życie na kredyt **18.05** Damy i wieśniaczki. PL **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.05** Idź na całość **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Damy i wieśniaczki. PL **23.00** 99 – Gra o wszystko **0.00** Gogglebox **1.00** Diabelnie boskie **1.55** Damy i wieśniaczki. Za granicą

**National Geographic**

**10.00** Lotnisko: biuro rzeczy znalezionych **11.00** Lotnisko w Toronto **12.00** Wcielenia zła **14.00** Złapać przemytnika **15.00** Morski patrol: Hiszpania **16.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **17.00** Imperium Mongołów: historia Czngis-chana **18.00** Czarnobyl: świadkowie tragedii **19.00** Wielkie konstrukcje III Rzeczy – best of **20.00** Ikony lotnictwa **21.00** II wojna światowa: historia przed trybunałem **22.00** Hitler i okultyzm **22.40** Przywódca III Rzeczy **23.45** Złoto Hitlera

**TVP Historia**

DVB

**6.25** Był taki dzień **6.30** Zakochaj się w Polsce **8.05** Flesz historii **8.40** Czwarte pancerni i pies (20) **9.45** Saga prastarej puszczy **10.50** Historia kuchni polskiej **11.45** Rezydent: Kłopoty **12.40** Tutanchamon **14.00** Królowie (1) **14.35** Czwarte pancerni i pies (21) **15.50** Sensacje XX w. **17.45** Czas honoru (40) **18.40** Encyklopedia II wojny światowej **19.45** Królowie (40) **20.25** ★★ Mecz w piekle – dramat Węgry 1961 **22.35** Historia w postaciach zapisana **0.30** Sensacje XX w.

**TLC**

**10.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **11.00** Rodzina 10+ **12.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **13.00** Baw się jak Amisze **15.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Kilogramy zbędnej skóry **19.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **20.00** Miłość za granicą **21.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania **22.30** Wiza na miłość: single na polowaniu. Między sporami **23.30** Twarz od nowa

**TVN Fabuła**

**6.35** Lekarze (5) **7.35** Kryminalni (5) **8.45** Detektywi **9.50** Przepis na życie (13) **10.50** Szpital św. Anny (39) **11.50** Magda M. (5, 6) **13.55** Teraz albo nigdy! (7) **14.55** Detektywi **15.55** Seriale: Rozmowy **16.40** Najpiękniejsza muzyka filmowa **16.55** ★★ Dom nad jeziorem – melodramat USA 2006 (s.7) **19.00** Szpital św. Anny (19) **20.00** ★★ Wyspa – film sens. USA 2005 **22.55** ★★ To – horror USA/Kan. 2017 **1.40** ★★ To: Rozdział II – horror USA/Kan. 2019

**Fokus TV**

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginięni (9) **7.10** Byli sobie podróżnicy **8.50** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Niezwykle osiągnięcia starożytności **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Ostatni bastion Hitlera **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Starożytni kosmici: ostateczny dowód **21.00** Niezwykle osiągnięcia starożytności **22.00** Polowanie na nazistów **0.00** Miłość i seks w Rosji

**Nat Geo Wild**

**11.00** Przedziwna planeta Ziemia **12.00** Królestwo drapieżników **13.00** Inwazja pytonów **14.00** Królestwo białego wilka **15.00** Najdziwniejsze zwierzęta świata **16.00** Dzikie miejsca Europy **17.00** Planeta wielkich kotów **18.00** Miodożery: mistrzowie przetrwania **19.00** Walci zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr. Pol: Wspaniałości okropności / Wszystkie ręce na pokład! / Niesforny szczeniak/ Króliczku, pokaż się! / Wielkie obżarstwo

**TVP Dokument**

DVB

**9.35** Podróżnicy – odkrywcy **10.35** Wykrywacz kłamstw **11.05** Słazkiem Kolberga **11.40** Szlak snów **12.35** Podniebni mechanicy **13.40** Królestwo mokraków **14.40** Król łak **15.30** Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo **16.40** Podróżnicy – odkrywcy **17.40** Kim Novak – burtowniczka z Hollywood **18.45** Londyn – stolica kontrastów **20.00** Hotel Ukraina **21.00** Historia bomby neutronowej **22.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **22.20** Komputery kontra przestępczość **23.25** Królowe mafii

**TVS**

**10.05** Dzisiaj w regionie **10.20** Ekwizja **10.50** Wochenblatt TV **11.10** Dzisiaj w regionie **11.15** Pogoda **11.20** Muzyczne dzieje **12.55** Klasyki i Lachy **14.35** Przy muzyce po śląsku **15.10** Muzyczne podróże **16.15** Śląska karuzela **18.00** Koncert zyczeń **19.05** Koncert w TVS **21.05** ★ Rosamunde Pilcher – Chop moich marzeń – wersja śląska – film obycz. Niemcy/Austria 2007 **22.55** Szlagierowa lista **0.55** Program kulinarny **3.00** Pasma ciekawostek

**AMC**

**10.40** ★★ Dziewczyny z farmy – film obyczaj. W. Bryt./Fr. 1998 **12.55** Nowy świat (1-4) **15.55** ★★ Lara Croft: Tomb Raider – film przygod. USA/W. Bryt./Jap./Niemcy 2001 **17.50** ★★ Ip Man 3 – film biograf. Chiny/Hongk. 2015 **20.00** ★★ Equilibrium – film sf USA 2002 **22.00** ★★ W ognieniu oka – film sf W. Bryt. 1992 **23.50** ★★ Niebezpieczny związek – thriller Kan./USA 2000 **1.45** ★★ Teksarska masakra piłą mechaniczną – hor. USA 2003

**Nowa TV**

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobjudki **7.30** Świat według Kiepskich (486-489) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (15) **10.00** Miodowe lata **10.30** Wieżenie **12.00** Poirot (4, 5) **14.00** Świat według Kiepskich (552, 553) **15.00** Świat według Bundych (214-219) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (12) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (78) **22.00** Ślad (73-74, 106) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

**Metro**

**7.45** Anatomia piękna **8.40** Szpital (678, 679) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (623, 624) **12.40** Anatomia piękna **13.40** Przepis na życie (11) **14.40** Zapakuj do moich drzwi (124) **15.40** The Floor **17.00** Cieżarówka przez Indonezję **18.00** Pulapki umysłu (3) **19.00** Kartoteka (30) **20.00** ★★ 36 – film sens. Fr. 2004 **22.15** The Traitors. Zdrący **0.00** ★★ Annabelle: Narodziny zła – horror USA 2017 **2.15** Szpital (676) **3.00** Pani Gadźet **3.25** Szkoła (785, 779)

**Zoom TV**

**6.00** Bliżej! Magazyn reporterów **6.25** Gadźet show **7.25** Tomasz Pagowski. Remont u ciebie **7.55** To leci w sieci **9.15** Bolek i Lolek **9.55** Reksio **10.45** To leci w sieci **11.40** Pulapki umysłu **12.20** Zoologia ekstremalna **13.25** Niewyjaśnione tajemnice świata **14.25** Sensacje XX w. **16.45** Wojciech Cejrowski – boso **19.00** Strażnik Teksasu (12, 13) **21.05** ★★ Czas zemsty – film sens. USA/Aruba 2003 **23.00** Magia nagości. Norwegia

**WP**

DVB

**6.00** Mistrzowie kabaretu **9.00** WP News **9.20** Titi **10.00** Porzuczone budowle **11.00** Mityczne bestie **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **17.00** Morderstwa w Midsomer (4) **19.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji – serial dok. Polska 2026 **21.00** Policjanci z sąsiedztwa **22.00** Przebojowe kabarety **23.00** Mistrzowie kabaretu: Ani Mru Mru **0.00** 1, 2, 3... Kabaret!

**Dom nad jeziorem**

*Miłość poza czasem. Historia romansu, który zaczął się od listu*

TVN FABUŁA 16:55 ★★

Doktor Kate Forster podjęła decyzję o przeprowadce do Chicago i z żalem opuszcza piękny dom nad jeziorem. W skrzynce pocztowej zostawia adresowany do kolejnego lokatora list z prośbą o przesyłanie ewentualnej korespondencji pod wskazany adres. Nowym lokatorem jest architekt Alex Wyler, który pewnego dnia



FILM

odpisuje nieznaną. Wraz z upływem czasu listowna znajomość przekształca się w przyjaźń, a następnie w romans.

Melodramat USA 2006, reż. Alejandro Agresti, występują: Keanu Reeves, Sandra Bullock, Christopher Plummer, Ebon Mos-Bachrach

**Shrek Forever**

*Czwarta część słynnej animowanej sagi o przygodach Shreka i jego przyjaciół*

TVN 20:00

Życie Shreka i Fiony upływa w spokoju i szczęściu. Ogrę tęskni jednak do wypełnionych przygodami dni. Gdy w okolicy pojawia się karzeł Rumpelnicki, potrafiący spełniać życzenia, Shrek decyduje się zawrzeć z nim niezwykle układ. Sęk jednak w tym, że wszystkie dary skrzata mają swoje mniej przyjemne oblicze.



FILM

Shrek ląduje w alternatywnej rzeczywistości, gdzie nigdy nie spotkał się ani z Osłem, ani ze swoją ukochaną, a kraj jest rządzony właśnie przez niegodziwego skrzata. Shrek wraz z przyjaciółmi mają załedwie dobę, by odwrócić zaklęcie i przywrócić światu dawną postać.

**Lokatorka**

*Dramat sensacyjny inspirowany śmiercią aktywistki Jolanty Brzeskiej*

KINO POLSKA 22:40 ★★

Spokój mieszkańców kamienicy na warszawskim Mokotowie burzy pojawienie się nowego właściciela budynku. Narastającymi represjami mężczyzna zaczyna zmuszać kolejne rodziny do wyprowadzki. Ostatnia, najbardziej uparta lokatorka znika. Prowadząca dochodzenie policjantka trafia na ślad układu.



FILM

**SERIALE**

**Pierwsza miłość**  
POLSAT 18:00



Podczas gdy Hubert z zapalem planuje wesele, Paulina w tajemnicy podejmuje drugą pracę, aby nie narazić go na wysokie koszty. Oskar próbuje zaimponować Karolowi, licząc na spółkę po odejściu Artura. Jego udane spotkanie biznesowe przerywa przerwający telefon. Do Alana docierają wieści o tragedii na budowie, a w jego drzwiach staje Kostek.

**Barwy szczęścia**  
TVP 2 20:05

Łukasz próbuje porozmawiać z Ksawerym o e-papierosie znalezionym u Kasi. Sytuacja eskaluje, gdy Sadowski wdaje się w uliczną bójkę z mężczyzną dostarczającym używki nieletnim. Artykuł Weroniki o opioidach zdobywa nominację do prestiżowej nagrody.



SERIAL

**Szpital św. Anny**

*Perypetie lekarek ze szpitala w Krakowie, które codziennie ratują ludzkie życie*

TVN 16:50

W mieszkaniu Kai poranne śpięcie z Grzeskiem, który wyrzuca siostre, że zajęta swoim sturtpem zaniedbuje nie tylko jego, ale i Wojtkę. W złym nastroju Kaja pojawia się w pracy i trafia na pierwszego pacjenta, profesora kardiologii. Profesor sam się diagnozuje i nie ukrywa, że nie ufa młodej kardiolożce.

KolaStaw

Dobre wchłanianie, szybkie działanie!

Nowoczesny krem kolagenowo-hialuronowy z Aptek! | Zawarte jest PONAD 250 SUBSTANCJI biologicznie aktywnych!

Kolastaw jest dostępny w Aptekach i Zielarniach. Możesz go także zamówić telefonicznie

+48 123 510 818 z dostawą do domu lub przez stronę internetową www.novafarm.com.pl

super produkt 2024 Kobiety



TVP1

DVB-T

**7.00** Msza święta na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.05** Rok w ogrodzie extra **8.20** Pełnosprawni **8.55** Ranczo (13): Wielkie wybory **9.55** Komisarz Alex (22): Śmierć w masce **10.55** Ojciec Mateusz (126): Słowo faceta **11.55** \*\*\* Nevada Smith – western USA 1966 **14.15** Domowe patenty **14.25** Okrasa łamie przepisy: Bliny żmudskie inaczej

**15.00** Sanatorium miłości **16.05** Dziedzictwo (900) **17.00** Teleexpress **17.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej **18.40** Jaka to melodia? **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Komisarz Alex (314) **21.25** Nie czas umierać \*\*\* – film sensacyjny W. Bryt./USA 2021 (s.3) Reż. Cary Joji Fukunaga, wyk. Daniel Craig, Ana de Armas, Rami Malek

**0.20** Mechanik: Czas zemsty \*\*\* – film sensacyjny Niemcy/USA 2005 Reż. Dolph Lundgren, wyk. Dolph Lundgren, Ben Cross Żona i syn Nikołaja giną w walce gangów. Bohater zabija ludzi odpowiedzialnych za ich śmierć, jedynie szef mafii uchodzi z życiem. Ale nadarza się okazja, by dopaść gangstera.

**2.05** Zimna wojna – dramat \*\*\* Polska/W. Bryt./Francja/Belgia/Indie 2018 Reż. Paweł Pawlikowski, wyk. Joanna Kulig, Tomasz Kot, Borys Szyc

TVP2

DVB-T

**5.10** Barwy szczęścia (3362, 3363) **6.25** M jak miłość (1926) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – program inform.-publicystyczny **11.35** Super Gary. Gotuj z Bosacką! – magazyn kulinarny **12.15** Andrzej Seweryn – skazany na scenę **13.05** Panna młoda (79) – serial obycz. Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

**15.15** „Sanah na stadionach” – kulisy koncertu na PGE Narodowym 2025 **16.20** Na dobre i na złe (990) – serial obyczaj. Polska **17.20** Panna młoda (80) **18.15** Va banque – teleturniej **18.45** Słowo na niedzielę **19.00** Informacje kulturalne **19.25** Rodzinka.pl (312, 313): W kręgu szaleństwa / Babie Doly – serial kom. Polska 2026

**20.30** The Voice Kids: Bitwa **22.50** Gabi Drzewiecka zaprasza – talk show **23.45** Szpieg, który mnie rzucił – komedia sensac. Kanada/USA/Niemcy 2018 Reż. Susanna Fogel, wyk. Mila Kunis, Kate McKinnon, Justin Theroux Audrey i Morgan udowadniają, że to kobiety rządzą światem. Gdy okazuje się, że chłopak jednej z nich jest superagentem, kobiety wpadają w epicentrum międzynarodowej afery.

**1.55** Sprzymierzeni \*\*\* – thriller USA 2016 Reż. Robert Zemeckis, wyk. Brad Pitt, Marion Cotillard

Polsat

DVB-T

**5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn informacyjny **8.00** Halo tu Polsat – program inform.-publicystyczny **11.55** Ewa gotuje – magazyn kulinarny **12.35** Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki – film animowany USA 2008, reż. Raman Hui, dub. Marcin Hycnar, Jan Peszek **13.00** Kung Fu Panda 3 – film animowany USA/Chiny 2016

**15.15** Zanim się pojawiłeś \*\*\* – dramat obyczajowy W. Bryt./USA 2016 Reż. Thea Sharrock, wyk. Emilia Clarke, Sam Claflin, Janet McTeer **17.30** Awantura o kasę **18.50** Wydarzenia **19.15** Prezydenci i premierzy **19.55** Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf **22.00** Fuchs 2 – komedia \*\*\* kryminalna Polska 2024 Reż. Maciej Dutkiewicz, wyk. Maciej Musiał, Paulina Gałazka, Katarzyna Sawczuk

**0.05** Wanted. Ścigani \*\*\* – film sensacyjny USA/Niemcy 2008 Reż. Timur Bekmambetov, wyk. James McAvoy, Angelina Jolie, Morgan Freeman Nieudacznik Wesley dowiaduje się, że jest potomkiem egzekutora tajnego stowarzyszenia. Okazuje się także, że chłopak odziedziczył nadprzyrodzone zdolności.

**2.40** Cicha noc – komedia \*\*\* USA/W. Bryt. 2021 Reż. Camille Griffin, wyk. Keira Knightley, Matthew Goode, Roman Griffin Davis

TVN

DVB-T

**5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1618) **6.50** Kuchenne rewolucje: Świdnica – Restauracja Baszta – reality show Polska 2025 **7.45** Dzień Dobry TVN – program inform.-publicystyczny **11.25** Na Wspólnej (4197-4200) **13.15** Shrek Forever – film animowany USA/Francja 2010, reż. Mike Mitchell, dub. Zbigniew Zamachowski, Jerzy Stuhr, Cezary Pazura

**15.15** Galacticos Show – Pojedynek Legend – zapowiedź programu **15.20** Kuchenne rewolucje: Koszalin – karczmia Tymianek – reality show **16.30** Studio Galacticos Show **16.50** (L) Piłka nożna – Galacticos Show – Pojedynek Legend: 1. połowa **17.45** Studio Galacticos Show **17.55** (L) Piłka nożna – Galacticos Show – Pojedynek Legend: 2. połowa **18.50** Studio Galacticos Show **19.00** Fakty **19.45** Mam Talent! **22.25** Co wiecie o swoich dziadkach? – komedia USA 2017 Reż. Sean Anders, wyk. Will Ferrell, Mel Gibson

**0.25** Żołnierz przyszłości \*\*\* – film sf USA/W. Bryt. 1998 Reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Kurt Russell, Jason Scott Lee, Jason Isaacs Todd należy do przestarzałej generacji wojowników. Zostaje porzucony na odległej planecie, spełniając funkcję wysypiska odpadów. **2.30** Szpital św. Anny (77)

TVN7

DVB-T

**6.10** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (4) **7.05** Bugs Bunny Builders (27-29) **7.50** \*\*\* Goonies – film przygod. USA 1985 **10.15** Ukryta prawda (1183) **11.20** Mówię Wam (11) **12.30** Ukryta prawda (1191) **15.35** Detektywi (291) **16.35** The Floor (19) **17.45** \*\*\* Nowe przygody Aladyna – komedia Fr./Belg. 2015 **20.00** \*\*\* Lara Croft: Tomb Raider – film przyg. USA/W. Bryt./Jap./Niemcy 2001, reż. Simon West, wyk. Angelina Jolie **22.15** \*\*\* Ciche miejsce II – hor. USA 2020, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt **0.10** \*\*\* Super 8 – film sf USA 2011, reż. J.J. Abrams **2.25** Żyjąc z potworem (11)

TV Puls

DVB-T

**5.00** Dyżur (36, 37) **6.00** Kobra – oddział specjalny (3-5) **9.00** Taki jest świat **9.25** Wojciech Ciejrowski. Boso – Etiopia **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (695-699, 986-990) **20.00** \*\*\* Murarz. Na granicy spisku – film sens. USA/Bulg./Grecja 2023 **22.05** \*\*\* Świat w ogniu – thriller USA/W. Bryt./Portugalia/Kan./Bulg. 2019, wyk. Gerard Butler, Morgan Freeman, Nick Nolte **0.20** \*\*\* Lwie serce – film sens. USA 1990, wyk. Jean-Claude Van Damme **2.25** Taki jest świat **3.00** Menu na miarę

Puls 2

DVB-T

**7.00** Seriale anim. dla dzieci **8.40** Uprawdżona księżniczka **10.30** Balerina **12.05** Wojciech Ciejrowski. Boso **13.50** Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej **15.50** \*\*\* Księżniczka i gąski – film fant. Niemcy 2022 **17.20** \*\*\* O trzech złotych dukatach – film fant. Słowacja/Czechy 2023 **19.00** Niezgaszalnii – film anim. **20.55** \*\*\* Co ty wiesz o swoim dziadku? – kom. USA/W. Bryt. 2016 **23.00** \*\*\* Polowanie na „Czerwony Październik” – film sens. USA 1990 **1.35** Wstydlive choroby: XXL

TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.25** Podróże z historią **11.55** Dlaczego krowa... **12.05** Niewiarygodne przygody Marka Pigieusa (3, 4) **13.10** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka **13.45** Na dobre i na złe (985) **14.40** Na sygnale (631, 632) **15.40** Okrasa łamie przepisy **16.10** Tajemnice kultowych seriali **17.00** Teleexpress **17.25** M jak miłość (1918) **18.20** Grali i śpiewali najgłośniej w Polsce, czyli jak to z Czerwonymi Gitarami było **19.05** Do śmiechu! **19.30** **19.55** Pytanie dnia **20.20** Dewaj-tis (5) **21.15** Sanatorium miłości **22.10** Daję słowo – Maciej Orłoś **23.00** Tajemnica Enigmy (3) **23.50** Laskowik & Malicki – niedziela wieczór **0.40** M jak miłość (1918)

TV Trwam

DVB-T

**12.03** Informacje **12.20** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **12.50** Natura obiektywnie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielnia niewiasta **15.15** Matematyka polskość **15.30** Wierze w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Największy dar **17.30** Przelamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z telefontycznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (115) **23.00** Odpowiedzialni za Kościół **23.30** Burza w okręgu krakowskim **0.10** Informacje **0.30** Przelamując bariery

TVP Kultura

DVB-T

**9.00** Co nam w duszy gra **10.25** Niepokorny Alain Resnais **11.30** Droga (1) **12.45** Dzień z życia artysty **13.25** Turandot **15.25** Wydarzenie aktualne **16.05** Stolica muzyki, Nowy Orlean **18.05** Andrzej Seweryn – skazany na scenę **19.00** Fryderyki 2026 – Gala Muzyki Klasycznej **20.45** \*\*\* Liczba doskonała – dramat Polska/Izrael/Wł. 2022, reż. Krzysztof Zanussi, wyk. Andrzej Seweryn **22.20** Klub Jazzowy **23.40** \*\*\* Boccaccio '70 (2) – film obyczaj. Francja/Włochy 1962, reż. Vittorio De Sica, Federico Fellini, Mario Monicelli, Luchino Visconti **1.35** \*\*\* Tato – dramat Polska 1995, reż. Maciej Ślesicki, wyk. Bogusław Linda, Dorota Segda

Super Polsat

DVB-T

**6.05** Wydarzenia **21.50** **6.40** SuperLudzie (38) **7.15** Byli sobie odkrywcy (1-5) – serial anim. Fr./Hiszp./Niemcy 1996 **10.00** \*\*\* Alfa – film przygodowy USA/Chiny/Kan. 2018, reż. Albert Hughes, wyk. Kodi Smit-McPhee, Jóhannes Haukur Jóhannesson, Marcin Kowalczyk **12.00** Świat według Kiepskich (56, 533-537) **15.00** Złomiarze (1, 2) **17.00** Świat według Kiepskich (538-541) **19.00** Kolacja w ciemno (54) **20.00** (L) Boks: Gala w Kościelczynie **0.00** \*\*\* Hitman – film sensacyjny USA/Fr. 2007, reż. Xavier Gens, wyk. Timothy Olyphant, Dougray Scott, Olga Kurylenko **1.55** Backdoor – Wyjście awaryjne (10) **2.30** Świat według Kiepskich (323-325)

TV 6

DVB-T

**6.00** Jeżdżący smoków: Na końcu świata **7.55** \*\*\* Stuart Malutki 2 – film familijny USA 2002, reż. , wyk. Michael J. Fox, Geena Davis, Hugh Laurie/Rob Minkoff **9.30** Cobra Kai **11.00** Magnum: Detektyw z Hawajów (88-90) **13.50** Poirot (7, 8) **16.05** Columbo (1): Ślad morderstwa – serial krym. USA 1997 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (135, 136): Mój syn Caine / Umierająca panna młoda – serial krym. USA 2008 **22.00** Kości (47, 48): Tajemnica w glebie / Mu-mia w labiryncie – serial krym. USA 2007 **23.55** \*\*\* W lesie dziś nie zaśnie nikt – horror Polska 2020, reż. Bartosz M. Kowalski, wyk. Julia Wieniawa, Michał Lupa, Wiktoria Gąsiewska **2.10** Krejzi Patrol (29)

TV 4

DVB-T

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** łowcy skarbów. Kto da więcej (172) – reality show Polska 2023 **7.00** Galileo (1095, 1096) **9.05** #JesteśmyDlaDzieci **9.30** A na deser... – mag. kulinarny **9.35** Galileo (1097, 1188, 1189) **12.45** \*\*\* Królową być – komedia Francja 2005, reż. Valérie Lemercier, wyk. Valérie Lemercier, Lambert Wilson, Catherine Deneuve **14.55** Policjantki i policjanci (1396-1400) – serial obyczajowy Polska 2026 **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1016-1019) – serial kryminalny Polska 2026 **0.00** Gwiazdy kabaretu (174, 172) **2.05** Stop! Drogówka (343) **3.05** Interwencja (5883) **3.25** Lubię Disco! (260) **4.25** Top 10 lista przebojów

# Czy wiesz, że przez czopy woskowinowe MOŻESZ GORZEJ SŁYSZEĆ?

REKLAMA

Specjaliści wyjaśniają, jaka może być przyczyna problemów ze słyszeniem lub uczuciem zatkanego ucha. Sprawdź, czy nie popełniasz tego błędu!

**C**zy wiesz, czym są czopy woskowinowe? W naszych uszach nieustannie produkowana jest specjalna substancja, która ma za zadanie chronić przewód słuchowy zewnętrzny i ułatwiać oczyszczanie ucha. W niektórych sytuacjach dochodzi do jej nadmiernego nagromadzenia. Właśnie wtedy tworzy się czip woskowinowy, który może być przyczyną dyskomfortu i nieprzyjemnych objawów związanych ze słuchem. Zanim jednak sięgniesz po patyczki higieniczne, zapoznaj się z opinią ekspertów. Badania wskazują, że stosowanie patyczków higienicznych było odpowiedzialne za uformowanie czopów woskowinowych u 75% badanych<sup>1</sup>!

## ZATKANE UCHO MOŻE WPŁYWAĆ NA TWÓJ SŁUCH

„Czyszczenie uszu patyczkiem jest bardzo złą metodą, ze względu na to, że może ona powodować wiele różnych skutków ubocznych” – mówi Katarzyna Kasper-ek-Mosoń, laryngolog z Wrocław Medical Center (artykuł pt. „Czyszczenie uszu patyczkiem może być niebezpieczne dla zdrowia – ostrzega laryngolog” z portalu Medonet.pl.).

## JĘŚLI NIE PATYCZKIEM, TO CZYM?

Specjaliści zalecają usuwanie woskowiny za pomocą płukania lub metod mechanicznych. Płukanie uszu może jednak narażać przewód słuchowy na wilgoć; nieumiejętnie wykonane może także zwiększać ryzyko urazów<sup>2</sup>. Możesz zgłaszać się na regularne usuwanie woskowiny do gabinetu lub też... sprawić sobie wysokiej jakości urządzenie do czyszczenia uszu. Takie, które będzie delikatnie wysysało z uszu nadmiar wydzieliny i zanieczyszczenia, pozostawiając Twoje uszy czyste, suche i – co najważniejsze – wolne od czopów woskowinowych.

## CO TO ZA URZĄDZENIE?

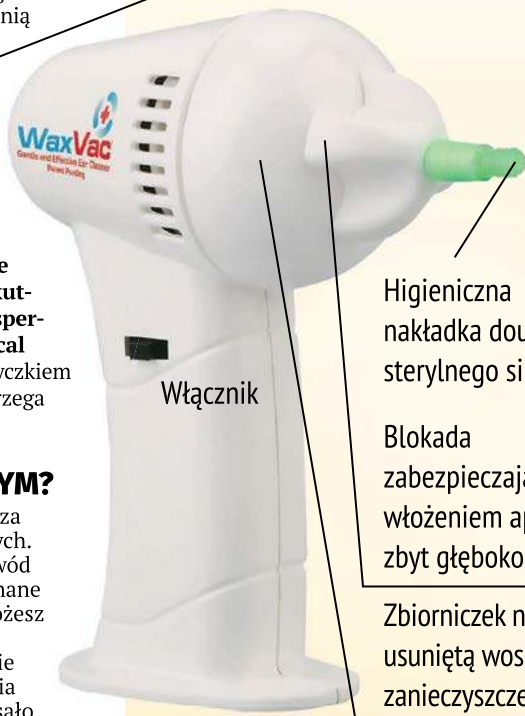
WaxVac to rozwiązanie zaprojektowane z myślą o Twoim komforcie i bezpieczeństwie. Jego zadaniem jest wspieranie naturalnego procesu oczyszczania ucha w łagodny i możliwie bezpieczny sposób. Dzięki przemyślanej konstrukcji usuwa nagromadzoną woskowinę poprzez delikatne zasysanie. To nowoczesne rozwiązanie i wsparcie w codziennej pielęgnacji. **WaxVac nie przepycha woskowiny w głąb przewodu słuchowego. Zamiast tego „wysysa”** wszystko to, czego nie powinno być w naszym uchu, czyli nadmiar woskowiny, nagromadzone zanieczyszczenia i wodę.



## URZĄDZENIE DO CZYSZCZENIA USZU DLA CAŁEJ RODZINY!

**WaxVac**

Lampka ułatwiająca kontrolę stanu uszu



Włącznik

Higieniczna nakładka douszna ze sterylnej silikonu

Blokada zabezpieczająca przed włożeniem aparatu zbyt głęboko do ucha

Zbiorniczek na usuniętą woskowinę, zanieczyszczenia i wodę

*Działa na baterie*



## JAK UŻYWAĆ?

Nałóż na końcówkę miękką nakładkę z silikonu i włącz urządzenie. Potem przyłóż aparat do ucha. Poczujesz, jak urządzenie delikatnie wysysa wodę oraz zanieczyszczenia.

Aparat wyposażony jest w 6 wymiennych nakładek – tym samym może korzystać z niego cała rodzina. Nakładki są wykonane z zaawansowanego technologicznie silikonu.



**Tak! Tylko za 87 ZŁOTYCH (plus koszty przesyłki)!**

## ZADZWOŃ DZIŚ I ZAMÓW WaxVac!

Mamy dla Państwa ofertę. Tylko teraz możecie otrzymać urządzenie do czyszczenia uszu za **87 zł!** (plus koszty przesyłki).

Oferta ważna do wyczerpania zapasów.

**91 300 36 17**

Pon-pt 8-20 sb-ndz 9-20  
(Standardowy koszt połączenia  
telefonicznego dla operatora.)

1. D. Kurpas, A. Mastalerz-Migas, Czopy woskowinowe w praktyce lekarza rodzinnego – postępowanie i prewencja, „Świat Medycyny i Farmacji” 2021, s. 62-65.  
2. Jak wyżej.

**Ale Kino+**

**7.00 Astra 7.30** ★★★ Fuks – kom. sens. Polska 1999 **9.20** ★★ Markański wakacje – kom. Hiszp. 2023 **11.25** The Office PL (7-9) **13.10** ★★★★★ Pod Starym Dębem – dramat W. Bryt./Fr./Belg. 2023 **15.25** Sprawa nierozwiązana (1-5) **17.50** ★★★★★ Czwarta władza – film biograf. USA 2017 **20.10** ★★★★★ Boss – film krym. W. Bryt./USA 2016 **22.40** ★★★★★ Prawnik z Lincoln – film sens. USA 2011 **1.05** ★★★★★ Dig – thriller USA 2022 **2.45** Sortownia (5)

**Kino Polska**

**8.05** PKF 45A/72 **8.20** Miś Kudłatek **8.55** Przygody Myszkę **9.15** Ranking Naj Polskiego Kina **9.55** ★★★ Trędowata – melodr. Polska 1976 **12.00** ★★★★★ Wierna rzeka – melodr. Polska 1983 **15.10** ★★ Stara baśń – film hist. Polska 2003 **17.40** ★★★★★ Mała wielka miłość – kom. rom. Polska/USA 2008 **20.00** ★★★★★ Bo we mnie jest seks – film biograficzny Polska 2021 **22.10** ★★★★★ Skrzydlate świnię – film obyczaj. Polska 2010 **0.10** ★★★★★ Konsul – kom. sens. Polska 1989

**Polsat Film**

**8.10** Byli sobie odkrywcy **10.30** Garfield – film anim. **12.35** ★★ Podróże Guliwera – film przygod. USA 2010 **14.10** ★★★★★ Zanim się pojawił – dramat W. Bryt./USA 2016 **16.35** Pingwiny z Madagaskaru – film anim. **18.30** ★★ Niepamięć – film sf USA 2013 **21.00** ★★★★★ Bez litości 3. Ostatni rozdział – film sens. USA/W./Australia 2023, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington **23.10** Lista dźwięków – film obyczaj. USA 2021 **1.25** Ślad (100-101, 80-81)

**Stopklatka**

DV3

**10.00** Hudson i Rex (15, 16) **12.00** ★★★★★ Niekończąca się opowieść – film fantasy Niemcy/USA 1984 **14.00** ★★★★★ Co mi zrobisz, jak mnie złapiesz – kom. Polska 1978 **16.10** ★★ Flintstonowie – kom. USA 1994 **18.00** ★★★★★ Brunet wieczorową porą – kom. Polska 1976 **20.00** ★★★★★ Złap mnie, jeśli potrafisz – film biograf. USA/Kan. 2002 **23.00** ★★★★★ Dzień świra – komediod. Polska 2002 **0.55** ★★★★★ Papierowe małżeństwo – kom. rom. Polska/W. Bryt. 1992

**Canal+ Premium**

**10.05** Kung Fu Panda 3 – film anim. USA/Chiny 2016 **11.40** ★★★★★ Azyl – film biograf. USA/W. Bryt./Czechy 2017 **13.45** ★★★★★ Warcraft: Początek – film fantasy USA 2016 **15.45** ★★★★★ Zmierzch – film fantasy USA/W. Bryt. 2008 **17.45** ★★★★★ Inwazja – film sens. Hol. 2024 **19.15** ★★★★★ Krucjata Boume'a – thriller USA/Niemcy 2004 **21.00** ★★★★★ Franz Kafka – film biograf. Czechy/Polska/Niemcy/Turcja/Fr. 2025 **23.05** ★★★★★ The Beast Within – horror W. Bryt. 2024

**HBO**

**11.45** ★★★★★ Wciąż tu jestem – dramat Brazylia/Fr. 2024 **14.00** ★★★★★ Władca Pierścieni: Powrót Króla – film fantasy USA/Nowa Zel. 2003 **17.15** Olivia i niewidzialne trzęsienie ziemi – film anim. Hiszp./Fr./Belg./Chile/Szwajc. 2025 **18.25** Happy Feet: Tupot małych stóp II – film anim. USA/Nowa Zel. 2011 **20.00** ★★★★★ Millerowie – kom. USA/W. Bryt. 2013 **21.50** ★★★★★ Blue Moon – film bio. USA/Irl. 2025 **23.30** ★★★★★ Ostatni pojedynek – thriller USA/W. Bryt. 2021

**Polsat 2**

**6.30** Nasz nowy dom (237) **7.30** Ewa gotuje (566, 567) **8.30** Z klimatem i z pasją (240) **9.00** Dlaczego ja? (1338-1342) **14.00** Sekrety rodziny (112) **15.05** Więzienie kobiet (81-84) **17.00** Nasz nowy dom (354) **18.10** ★★★★★ Mocne uderzenie – kom. sens. USA 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Salma Hayek **20.15** ★★ Rok pierwszy – komedia USA 2009 **22.30** ★★ Jutro będzie futuro II – komedia USA 2015 **0.25** ★★★★★ Sisu – film wojenny Finlandia/W. Bryt./USA 2022

**TVP Seriele**

**6.30** Janosik (10) **7.25** Na sygnale (879-883) **10.20** Na dobre i na złe (989) **11.20** Komisarz Alex (313) **12.10** Rodzinka.pl (311, 312) **13.20** Ojciec Mateusz (327, 328) **15.10** U Pana Boga w Królowym Moście (6) **16.10** Ranczo (47) **17.15** Czerdziestolatek (6) **18.10** Na sygnale (884-886) **19.40** U Pana Boga w Królowym Moście (7) **20.40** Ojciec Mateusz (329, 330) **22.35** Ranczo (48, 49) **0.35** Głina. Nowy rozdział (6) **1.25** Gra z Cieniem (1) **2.25** Pitbull (8)

**AXN**

**6.00** ★★ Legenda Zorro – film przygod. USA 2005 **8.15** FBI: International (1) **9.15** FBI: Most Wanted (4) **10.10** Detektyw Monk (4-8) **15.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7-11) **20.00** ★★★★★ Men in Black: International – film sf USA/Chiny 2019 **22.25** ★★★★★ Zabójca – film sensacyjny USA/Kan. 2007 **0.20** ★★ Snajper: Kolejne starcie – film sensacyjny USA/Niemcy/RPA 2011 **2.20** ★★ Legion – horror USA 2010 **4.15** Walker: Strażnik Teksasu (11)

**13 Ulica**

**5.05** Falszerstwo (3) **6.45** Kapitan Marleau (3) **8.45** Bez śladu (15-24) **17.55** Blue Ridge (5, 6) **19.55** Chicago P.D. (16) – serial krym. USA **20.55** Blanca (9) – serial krym. Wł. **22.00** ★★★★★ Dopóki śmierć nas nie rozłączy: Aurora Teagarden na tropie – film krym. USA/Kan. 2021 **23.50** ★★★★★ Kontrabanda – film sens. USA/W. Bryt./Fr. 2012, reż. Baltasar Kormákur, wyk. Mark Wahlberg **2.05** ★★ Widok, za który można zabić – thriller USA 2023 **4.00** Falszerstwo (3)

**FX**

**8.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (1-3) **11.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (20-22) **14.00** Agenci NCIS (3, 4) **15.50** Tropiciele (10) **16.45** Matlock (3) **17.40** ★★★★★ Karmazynowy przypływ – film sens. USA 1995 **20.05** ★★★★★ W pogoni za zemstą – film sensacyjny USA 2010 **22.05** ★★★★★ Pociąg z forsą – komedia sens. USA 1995 **0.25** ★★★★★ Rambo II – film sens. USA/Meksyk 1985 **2.25** Tropiciele (10) **3.20** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4)

**BBC First**

**5.10** Ojciec Brown (4) **6.00** Z pamiętnika położnej (3, 4) **7.50** Duchy (6-7, 1-2) **10.30** Morderstwa w Midsomer (4) **12.25** Ojciec Brown (3-5): Niewidzialny człowiek / Złamana szabl / Ostatni gracz **15.25** Powrót do raj (3, 4) **17.45** Z pamiętnika położnej (5) **18.50** Śmierć pod palmami (6, 2) **21.00** Dyplomaci (2) **22.00** Miłczący świadek (5, 6) **0.10** Ojciec Brown (2) **1.15** Śmierć pod palmami (2) **2.20** Miłczący świadek (5) **4.25** Morderstwa w Midsomer (4)

**Eurosport 1**

**8.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **10.00** Snooker: MŚ w Sheffield **11.00** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **14.00** Triathlon: T100 Triathlon World Tour w Singapurze **15.15** (L) Snooker: MŚ w Sheffield: **18.30** Snooker: MŚ w Sheffield **19.30** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **23.00** Snooker: MŚ w Sheffield **0.00** Kolarstwo: Strzała Walońska: UCI World Tour **1.30** Kolarstwo: Strzała Walońska kobiet **2.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **3.00** Snooker: MŚ w Sheffield

**Eurosport 2**

**8.00** (L) Triathlon: T100 Triathlon World Tour w Singapurze **12.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Alp **13.00** (L) Biegi narciarskie: Bysprinten w Mosjøen **15.00** Kolarstwo: Strzała Walońska **16.00** Cycling Show **16.30** Triathlon: T100 Triathlon World Tour w Singapurze **17.30** Kolarstwo górskie: Race Bikes **18.00** Jeździectwo: Finał PS w Fort Worth **19.00** (L) Golf: PGA Tour – Zurich Classic of New Orleans **0.00** Triathlon: T100 Triathlon World Tour w Singapurze

**Polsat Sport 1**

**8.00** Siatkówka: PlusLiga **10.00** Magazyn polskiego sportu **11.00** 7. strefa **12.30** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Mecze o 3. miejsce – ewentualny 4. mecz: BKS BOSTIK ZGO Bielsko-Biała – UNI Opole **14.45** (L) Siatkówka: PlusLiga: Finał – 1. mecz: Mecze o 3. miejsce – 1. mecz **17.30** (L) Siatkówka: PlusLiga: Mecze o 3. miejsce – 1. mecz **21.00** Siatkówka: PlusLiga **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego **2.00** (L) MMA: Sean Brady – Joaquin Buckley

**TVP Sport**

DV3

**8.35** Pływanie na basenie 50-m.: MP w kategorii open w Olsztynie: Podsumowanie **10.20** NBA Action **10.55** (L) Piłka nożna: ORLEN Ekstraliga kobiet: GKS Katowice – Pogoń Szczecin **13.10** (L) Piłka nożna: Śląsk II Wrocław – Sandeja Nowy Sącz **15.25** Hokej na lodzie: NHL: 1. runda **16.30** Mundial **18.00** Legendy miejskie **17.10** Studio **20.16** (L) Piłka nożna: Puchar Anglii: Manchester City – Southampton FC **21.00** (L) MMA: Oktagon MMA: Gala 87 w Liberu

**Canal+ Sport**

**9.00** Piłka nożna: Real Madryt – Deportivo Alavés **11.15** Premier League Review **12.30** Premier League Preview **13.10** Premier League Stories **13.55** (L) Piłka nożna: Deportivo Alavés – RCD Mallorca; Getafe CF – FC Barcelona; Valencia CF – Girona **FC 20.35** Żużel: ORLEN Oil Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra **23.15** Boks: Jared Warren – Conor Cooke **1.25** Premier League: The Big Interview **2.00** Piłka nożna: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze

**Canal+ Sport 5**

**9.40** Żużel: ORLEN Oil Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra **12.30** Premier League Preview **13.00** Sporty ekstremalne: MŚ Stihl Timbersports **15.00** Żużel: Krono-Plast Włókniarz Częstochowa – PRES Grupa Deweloperka Toruń; ORLEN Oil Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra **20.35** Magazyn LM UEFA **21.15** MMA: Gala w Bangkoku **23.30** Liga+ **1.00** Piłka nożna: Cracovia – Pogoń Szczecin **3.15** Boks: Jared Warren – Conor Cooke

**Eleven Sports 1**

**8.00** Piłka nożna: RB Lipsk – 1. FC Union Berlin **10.00** Piłka nożna: Real Betis – Real Madryt **12.00** Piłka nożna: SSC Napoli – US Cremonese **14.00** Magazyn sportowy **15.20** (L) Piłka nożna: 1. FSV Mainz 05 – Bayern Monachium **17.55** (L) Piłka nożna: Bologna FC 1909 – AS Roma **20.55** (L) Piłka nożna: Atlético Madryt – Athletic Club **23.15** Eleven Gol Live **0.25** Piłka nożna: Hamburger SV – TSG 1899 Hoffenheim **2.00** Piłka nożna: Bologna FC 1909 – AS Roma

**Polsat Sport 3**

**6.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **8.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **11.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **13.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **15.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **17.25** (L) Koszykówka: ORLEN Basket Liga: Anwil Włocławek – WKS Śląsk Wrocław – transmisja **20.00** Tenis: ATP 500 – Barcelona Open – transmisja **22.30** Tenis: ATP 500 – Barcelona Open – transmisja **1.00** MMA: Babilon MMA

**TVN 24**

**10.00** Serwis informacyjny **10.05** Polska na weekend **10.30** Serwis informacyjny, pogoda **10.35** Polska na weekend **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu **18.00** Dwie Strony **19.00** Kadr na kino **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.00** Ranking Mazura **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.00** Fakty po Faktach **0.40** Superwizjer **1.45** Ranking Mazura

**Polsat News**

**9.55** Cztery strony mediów Kutny **11.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Czysta Polska **17.10** Interwencja **18.00** W rytmie dnia **18.35** Debata polityczna **19.15** Prezydenci i premierzy **19.50** Dobry Wieczór Polsko **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Interwencja **0.55** Wydarzenia

**TVP Info**

DV3

**10.30** Serwis info dzień **11.00** Kolegium **11.45** Serwis info dzień **15.30** Trochę kultury **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Telexpress **17.15** Telexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Kiedyś to było **19.00** Serwis info wieczór **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Co lu dzie powiedzą? **21.00** Serwis info wieczór **21.15** Kod bezpieczeństwa **21.45** Panorama **22.10** Oko na Wschód **22.30** Stan wyborczy

**TVP 3**

DV3

**9.00** Rozmowa z kard. Grzegorzem Rysiem **9.25** Telekurier **9.50** Korona Gór **10.55** Gwiazdorska kuchnia Ani **11.00** Daję słowo – Maciej Orłoś **11.55** Królestwo mrówek **12.50** Pierwsza Druga w Trójce **13.00** Ciekawie nieza historia **13.25** Wiosna na RODO **14.00** 0 milimetr **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **19.25** (L) Piłka nożna: FKS Stal Mielec – Śląsk Wrocław **22.00** Dziennik regionów **22.30** Kryminalna Siódemka Extra **23.00** 0 milimetr **23.30** Regiony na TAK

**TVP Rozrywka**

**9.30** Kolo fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.40** Szansa na sukces. Opole 2026 **11.45** To jest grane **12.20** Prywatne życie zwierząt **12.45** Progr. rozrywkowy **13.00** Daję słowo – Maciej Orłoś **13.55** Postaw na milion **15.50** Va banque **17.00** Kolo fortuny **17.35** Domowe patenty **17.45** Szansa na sukces. Opole 2026 **18.50** Do śmiechu! **19.50** Lubig to – kabaret Hrabci **21.55** Postaw na milion **23.55** Kolo fortuny **1.25** Kabaret. Super Show Dwójki

**Planete+**

**10.20** 360° – świat bez granic **12.30** Świat z góry **13.40** Najmniejsze cuda świata **14.40** Motyle. Superbohaterowie przyrody **15.50** Portugalia na dziko **16.55** Planeta Kalifornia **18.00** Świat z góry **18.40** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **19.45** Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda **20.50** Premiera: Jimmy Smimmerville. I Feel Love **22.00** Tajemnice Picassa **22.55** Catherine Deneuve. W centrum kadru **0.00** Henry Ford. XX-wieczny zyciorys

**BBC Earth**

**8.10** W okowach mrozu **10.10** Wyspy. Laboratoria natury **11.00** Malownicze trasy kolejowe **12.00** W okowach mrozu **13.00** Pewnego razu w kosmosie **14.10** Attenborough i jurajski potwór morski **15.15** Imperium brytyjskie **16.30** David Attenborough i cuda natury **16.55** Alaska z Sue Perkins **17.55** Planeta doskonała **19.55** Planeta doskonała: kulisy **21.00** Pewnego razu w kosmosie **22.15** W okowach mrozu **23.15** Wyspy. Laboratoria natury **0.15** Zabójcza pogoda

**Discovery Channel**

**8.00** Bimbrownicy **9.00** Gorączka złota **10.00** Łowcy opali **11.00** Od samochodu do domu **12.00** Celnicy na straży Turcji **13.00** Złomowisko PL **15.00** Nic do zgłoszenia **16.00** Lotnisko **17.00** Nagi instynkt przetrwania **18.55** Celnicy na straży Turcji **20.00** Bimbrownicy **21.00** Mike Brewer: przerobić i sprzedać **22.00** Łowcy opali **23.00** Morze złota (1) **0.00** Skok na Luwr: jak skradziono klejnoty za 102 miliony dolarów **1.00** Potwór z Alaski **2.00** Łowcy staroci

**TVN Turbo**

**5.50** Wyburzacz **6.30** Sport **6.35** Fani czterech kółek **7.30** Fani czterech kółek. Francja **8.45** Samochód marzeń – kup i zrób **9.45** Naprawy nie do naprawy **10.30** Moto kombi **11.15** Ciężarówką przez Chile **12.15** Moto Fachury **13.00** Z drugiej reki **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Ciężarówką przez Malezję **23.00** Jeździć, obserwować **1.15** Zawodowi handlarze **2.00** Wypad z kraju **2.35** Co Ty wiesz o broni? **3.00** Będzie pan zadowolony

**TVN Style**

**6.20** Co za tydzień **6.50** Niezwykłe Stany Prokopa **7.45** Dzień Dobry TVN **11.25** Dzieci świata **12.00** Jestem z Polski **15.05** Babski biznes **16.05** Ostre cięcie **17.05** Zgłosz remont **18.05** Bitwa o gości **19.05** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Cafe Filizanka”, Żyrardów / Czeladź – Dobre Jadlo **21.05** Królowa przetrwania **22.25** Skok na głęboką wodę **23.30** Słub od pierwszego wejścia **1.35** Zawodowa Anka **2.15** Stylowe taxi Agaty **3.05** Wiem, co kupuję

## Romance TV

**12.25** ★★★ Karla, Rosalie i dziura w ścianie – kom. Niemcy 2021  
**14.20** Rejs ku szczęściu **16.15** ★★★ Lato nad jeziorem Garda – romans Niemcy 2022 **18.05** ★★★ Rosamunde Pilcher: Zakochana w kamerdynerze – film obyczaj. Niemcy 2024 **20.00** Kryminalne zagadki Mazur **21.50** Krawcowa z Madrytu (7, 8) **23.50** ★★★ Rzeźba życia – dramat Niemcy 2014  
**1.45** Kryminalne zagadki Mazur **3.40** ★★ Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obycz. Niemcy

## TTV

DVB

**8.45** Gogglebox. Przed telewizorem **9.45** Express **10.05** Nic do zgłoszenia **12.05** Zakup w ciemno Extra **12.35** Zakup w ciemno **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.05** Zakup w ciemno Extra **17.45** Express **18.05** Knapowczyńnię **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.00** Idź na całość **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** 99 – Gra o wszystko **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **1.00** Diabełnie boskie **1.55** Zapukaj do moich drzwi

## National Geographic

**6.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy **7.55** Inżynieryjne tragedie **10.10** Katastrofa w przestworzach **12.00** Czarnobyl: świadkowie tragedii (1-4): Pierwsze 24 godziny / Próba tuszowania / Poświęcenie / Prawda – serial dok. W. Brytania/USA 2025 **16.00** Euroinżynieria **18.00** Złapać przemytnika **20.00** Megametro **21.05** Bitwa o Księżyć: od Sputnika po Apolla **23.15** Państwa Osi: droga ku porażce: Bunt pokonanych **0.20** Strzegąc granic **1.15** Alarm na lotnisku

## TVP Historia

DVB

**8.25** Było, nie minęło... **9.00** Crimen (5) **10.10** Odnaleźć zaginionie **10.40** Skarb Jagiellonów. Polskie dzieje arrasami tkane **11.45** Wszystkie kolory świata **12.50** Skarb przeszłości i ich tajemnice **14.00** Ex libris **14.30** ★★★ Miś – kom. Polska 1980 **16.30** Święte miejsca pięciu religii **17.35** Kalba (9) **19.05** Starożytne mocarstwa **20.05** Największe tajemnice monarchii **21.10** ★★★ Peggy Sue wyszła za mąż – kom. USA 1986 **23.00** ★★★ Mecz w piekle – dramat Węgry 1961

## TLC

**8.00** AmeryGhana **9.00** Włoski salon piękności **10.00** Mój chłopak jest maminsynkiem **11.00** Kiedy dzieci mają dzieci **12.00** Schudnąć i zmienić płeć **13.00** Siostry wielkiej wagi **14.00** Klinika bez tajemnic **16.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania **17.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Niepokonani **21.00** Twarz od nowa **22.00** Skórze na ratunek **23.00** Pogromcy guzów **0.00** Dr Przyszczyla **1.00** Niepokonani **2.00** Twarz od nowa

## TVN Fabuła

**6.00** Seriale **7.05** Kryminalni (9-11) **10.10** ★★★ Igrając z ogniem – komedia USA 2019 **12.15** ★★★ Bella i Sebastian II – film przygod. Fr. 2015 **14.25** ★★★ Książę w Nowym Jorku – kom. USA 1988 **16.55** ★★★ Wonder Woman 1984 – film fant. USA 2020 **20.00** Starcie Tytanów **22.25** ★★ Coś jest nie tak z dziećmiakami – horror USA 2023 **0.20** ★★★ Smetarz dla zwierzków – horror USA/Kan. 2019 **2.20** Szkoła (698) **3.10** Ukryta prawda (1272, 1273)

## Fokus TV

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (15) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Niezwykłe pociągi **11.00** Świat z góry. Jedwabny Szlak **13.00** Rolnicy. Podlasie **16.00** Wioski wiosieczki **17.00** Wielkie wycieczkowie **18.00** Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły **19.00** Jak to wyjaśnić **19.25** TOP 10 Największe tajemnice świata **20.00** Sekrety Biblii **21.00** Ścisłe tajne akta UFO **23.00** Poza kontrolą **0.00** Przepis poczę podziemie **1.00** Rolnicy. Podlasie

## Nat Geo Wild

**10.00** Olśniewająca Ameryka **11.00** Królowe świata zwierząt **12.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **14.00** Dziką Północ Europy **15.00** Sekretne życie pingwinów **16.00** Sekretne życie ośmiornic **17.00** Wilki z Yellowstone: dziedzictwo **18.30** Dzikie oblicza Ameryki **19.00** Drapieżcy z raf koralowych **20.00** Europa z powietrza **21.00** Najgroźniejsze zwierzęta Afryki **22.00** Węże w mieście **23.00** Europa z powietrza: Wyspy Brytyjskie

## TVP Dokument

DVB

**11.05** Stolarz **11.30** Szlakiem Kolberga **12.00** FilMOTEKA Małopolska **12.50** Podróże Małej i Dużej **13.20** Tacy byliśmy **13.50** Ukryte piękno Europy **14.50** Hawaje – zrodzone z ognia **15.50** Ziemia i jej sąsiedzi **16.55** Tajemnice królewskiej posiadłości **17.45** Jim Carrey. Ameryka bez maski **18.50** Zbyt ciasny system **20.00** Dni wrzawy – droga Rolling Stonesów do Altamont **21.55** 35 dni w Czarnobylu (s.2) **23.05** Zderzenie czołowe **23.15** Sprawdzamy **23.45** Isaac Asimov. List do przyszłości

## TVS

**5.00** Telesprzedaż **7.00** Pogoda **7.05** Klachy i Lachy **7.40** Koncert życzeń – magazyn muzyczny **9.25** Muzyczne dzień dobry **10.05** Przy muzyce po śląsku **10.45** Klachy i Lachy – program rozrywkowy **11.10** Spotkanie z balladą **12.25** Przy muzyce po śląsku **13.30** Klachy i Lachy **14.00** Szlagierowa lista **16.00** Koncert życzeń – magazyn **17.45** Przy muzyce po śląsku **18.25** Śląska karuzela **20.00** Koncert w TVS **23.45** Szlagierowa lista **1.20** Pasma ciekawostek

## AMC

**8.35** ★★ Wymarzony facet – kom. rom. USA 2002 **10.35** ★★★ Kopalnie króla Salomona (1) – film przygod. Niemcy/USA/RPA 2004 **14.10** ★★★ Strażnik – thriller USA 2006 **16.15** ★★ Nasza niania jest agentem – kom. USA 2010 **18.00** ★★★ Sekcja 8. – film sens. USA/Niemcy 2003 **20.00** ★★★ Mistrz Z: W cieniu Ip mana – film sensacyjny Hongk./Chiny 2018 **22.15** ★★ Nieśmiertelny IV: Ostatnia rozgrywka – film fantasy USA/W. Bryt./Luksemburg 2000

## Nowa TV

DVB

**6.00** Wehikuł czasu (425, 426) **6.20** TV Okazje (64, 65) **6.55** Wehikuł czasu (425, 426) **7.30** Interwencja – taka jest Polska (564) **8.20** Frieren. U kresu drogi (25, 26) **9.30** Dragon Ball Z Kai (80-86) **13.00** One-Punch Man 7, 8) **14.00** Co ludzie powiedzą? (19-21) **16.00** Miodowe lata **19.45** Poirot (5-8) **0.00** Ślad (64) **1.00** Łowca pedofilów (151-154) **3.00** TV Okazje (65, 66) **3.50** Wehikuł czasu (425, 424) **4.00** Sala operacyjna (4, 6) **5.00** Pod lupą (10, 11)

## Metro

**6.00** Gorączka złota **7.50** Klan z Alaski **9.50** The Floor **11.00** Złomowisko PL **13.00** Gwiazdy lumpsów **13.50** Kryminalni (8, 7) **16.00** Niezwykłe Stany Prokopa **17.00** Mam Talent! **19.25** Magda gotuje Internet **20.00** ★★★ Dusza towarzystwa – komedia USA 2018 **22.10** ★★★ Zabójcza broń III – kom. sens. USA 1992, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson **0.25** Kuba Wojewódzki **1.35** Szpital (677) **2.30** Pani Gadzet **3.00** Dieta czy cud? **3.35** Szkoła (786, 780)

## Zoom TV

DVB

**6.00** Bliżej! Magazyn reporterów **7.50** Bolek i Lolek **8.15** To leci w sieci **9.35** Kabaretowe przeboje **10.45** Wojciech Ceirowski – boso przez świat **14.15** Stawka większa niż życie (11, 12) **17.00** Strażnik Teksasu (4, 5) **19.00** Jaś Fasola (13, 14) **20.05** Jaś Fasola w najlepszym wydaniu **21.10** ★★★ Zaginiona – thriller USA 2012, reż. Heitor Dhalia, wyk. Amanda Seyfried, Daniel Sunjata **23.10** Adam szuka Ewy. Niemcy **0.10** Magia nagości. Finlandia

# TOLEK®

## Rehabilitacyjne Rowery Trójkołowe



Napęd  
nożny

Najtańszy polski  
rower elektryczny



## Rowery mogą być z napędem elektrycznym

Rower jako wyrób medyczny  
jest częściowo refundowany przez Centrum Pomocy Rodzinie  
oraz serwis gwarancyjny i pogwarancyjny

## ROWERY POLECANE SĄ:

- ▶ Osobom z niedowładem nóg z napędem ręcznym
- ▶ Nieumiejącym jeździć na rowerze dwukołowym
- ▶ Osobom Starszym mniej sprawnym ruchowo
- ▶ Dzieciom
- ▶ Osobom z zachwianiem równowagi

Więcej informacji: [www.rowertolek.pl](http://www.rowertolek.pl)

e-mail: [biuro@rowertolek.pl](mailto:biuro@rowertolek.pl)

adres: ul. 3 Maja 2A, 87-850 Chocień k. Włocławka

tel. 54 284 65 40 Emilia | kom. 723 881 675 Michał  
kom. 600 790 138 Teofil | kom. 600 467 513 Anna

To jest wyrób medyczny.  
Używaj go zgodnie z instrukcją używania lub etykietą

## TVP1

DVB-T

## SERIAL 20:25



## Wojna zastępcza

**7.00** Msza św. w Krakowie Łagiewnikach **8.00** Tydzień **8.30** Życie po „Sanatorium miłości” **8.55** Alternatywy 4 (3): Pierwsza noc **10.00** Ojciec Mateusz (446) **10.55** Komisarz Alex (314) **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Regina Coeli **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** Nowe życie **13.05** Ssaki (5) **14.05** Cis. Historia zapisana w drzewie **14.35** Dom (13)

**16.05** Dziedzictwo (901)

– serial obyczaj. Turcja

**17.00** Telexpress**17.35** Daję słowo – Maciej

Orłoś: Tomasz Stockinger

**18.40** Jaka to melodia?**19.30** 19.30**19.55** Pytanie dnia**20.25** Wojna zastępcza (9)

Nastia odnajduje głowice w warszawskim kościele i przekazuje Arturowi tajne dokumenty, które mają zacząć aferę Ołina. W Kijowie misja Zuzy i „Budynia” kończy się powodzeniem.

**21.25** Sanatorium miłości**22.15** „Sanatorium miłości”

– kulisy programu

**22.25** Życie po „Sanatorium miłości”

– cykl reportaży

**22.50** Tulipanowa gorączka

\*\*\* – melodramat

W. Bryt./USA 2017

Reż. Justin Chadwick, wyk. Alicia Vikander, Dane DeHaan, Christoph Waltz

**0.45** Nie czas umierać

\*\*\*\* – film sensacyjny

W. Bryt./USA 2021

**3.30** Mechanik: Czas zemsty

\*\*\* – film sensacyjny

Niemcy/USA 2005

## TVP Polonia

**7.30** Makłowicz w podróży**8.00** Życie lasu. Ptaki **8.50** 30. FestiwalKultury Kresowej w Miragowie **9.50**Słowo na niedzielę **10.00** Msza św.

z bazyliki prymasowskiej pw. Wnie-

bowzięcia NMP w Gnieźnie **11.55**Między ziemią a niebem **12.00**Regina Coeli **12.15** Między ziemiąa niebem **12.55** \*\*\* ABC miłości– kom. Polska 1935 (s.3) **14.15**Studio Betclic 1. Ligi **14.25** (L) Pił-

ka nożna: Wiczyńska Kraków – GKS

Tychy **17.00** Telexpress **17.25**M jak miłość (1919) **18.15** Kaba-retomaniazy **19.05** Muzyczne naj**19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia**20.20** Komisarz Alex (274) **21.15**Gabi Drzewiecka zaprasza **22.10**

\*\*\* Kurier – film sens. Polska

2019 (s.13) **0.05** Młoda kultura

## TVP2

DVB-T

## FILM 22:25



## Hit Man

**5.10** Barwy szczęścia (3365, 3366) – serial Polska 2025 **6.25** M jak miłość (1927) – serial Polska 2026 **7.30** Pytanie na śniadanie – prog. informacyjno-publicystyczny **11.10** Domowe patenty **11.15** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – prog. edukacyjny **11.50** The Voice Kids (14): Bitwa – program rozrywkowy **14.00** Fami-liada **14.35** Koło fortuny – teleturniej

**15.15** Szansa na sukces. Opole

2026: Finał – show (s.2)

**17.05** Wstęp do meczu**17.25** (L) Piłka nożna: PKO BP

Ekstraklasa: Lech Poznań

– Legia Warszawa

**19.25** Studio po meczu**19.50** Pan Mama (52)

– serial komediowy

Polska 2026

**20.20** Postaw na milion**21.20** Kwiatki polskie duże**22.25** Hit Man – komedia

\*\*\* sensacyjna USA 2023  
Reż. Richard Linklater, wyk. Glen Powell, Adria Arjona, Austin Amelio  
Współpracujący z nowo-orleańską policją profesor Johnson podszywa się pod płatnego zabójcę. Zako-chuje się w kobiecie, którą ma pomóc aresztować.

**0.30** Krucjata. Prawo serii (6)

– serial krym. Polska 2024

**1.30** Szpieg, który mnie

\*\*\* rzucił – komedia sens.

Kanada/USA/Niemcy 2018

Reż. Susanna Fogel, wyk. Mila Kunis, Kate

McKinnon, Justin Theroux

**3.40** Rodzinka.pl

– serial kom. Polska 2026

## TV Trwam

DVB-T

**9.30** Msza święta z Jasnej Góry**10.30** Sokolnik **11.00** Głos ser-ca (115) **11.45** Muzyczne chwile**12.00** XXV Ogólnopolska Piel-grzymka NSZZ Solidarność **14.00**Papież Polak do rodaków **14.30**

Zapiski ze świętości Prymasa

Tysiąclecia **15.00** Wiesz to też Pol-ska **16.10** Koncert zyczeń **17.00**Żyłem blisko świętego **17.30** SólZiemi **18.15** Rozmowy niedokoń-czone **19.30** Baśniowy teatr lalek**20.00** Informacje **20.20** Różniec**21.00** Apel Jasnogórski **22.00**Mocni Jego mocą **22.30** Muzycz-ne chwile **22.45** Jak wygrać mał-żeństwo? **23.00** Jak my to widzi-my... **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze**0.10** Informacje **0.30** Sól Ziemi**1.00** Msza święta z Jasnej Góry

## TVP Kultura

DVB-T

**8.00** Liturgia prawosławna**9.00** Przysłań nad Biblią **9.15** Wspólnydom **9.50** Krawiec Niteczka **11.10**Pan wzywał, Milordzie? (3) **12.10**Niepokorny Alain Resnais **13.20**

W poszukiwaniu dobrego filmu

**14.00** \*\*\* Respect – film bio-graf. USA/Kan. 2021 **16.30** Dobrytytuł **17.15** Studio Kultura – nie-dziela z... **18.05** Teatr TV: Depra-

wator – Polska 2024, reż. Maciej

Wojtyśko, wyk. Andrzej Seweryn

(s.2) **20.00** \*\*\* Trzej muskietie-

rowie: D'Artagnan – film przygod.

Fr./Niemcy/Hiszp./Belg. 2023, reż.

Martin Bourboulon, wyk. François

Civil, Vincent Cassel (s.13) **22.10**Kulturalni **23.05** Jurassic Punk**0.40** I coś jeszcze **0.45** Uderzenie**1.20** Klub Jazzowy (8): Strjyo

## Polsat

DVB-T

## FILM 22:45



## Jeszcze dłuższe zarczynny

**5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00**

Nowy dzień – magazyn inf. **8.00** Halo

Polsat – program informacyjno-pu-

blicystyczny **11.45** Księga smoków– film animowany USA 2011 **12.10**

Shrek – film animowany USA 2001,

reż. Andrew Adamson, Vicky Jen-

son, dub. Zbigniew Zamachowski,

Agnieszka Kunikowska, Jerzy Stuhr

**14.00** Must Be The Music – show**16.10** Nasz nowy dom**17.30** Awantura o kasę**18.50** Wydarzenia**19.35** Państwo w państwie**19.55** Dancing with the Stars.

## Taniec z gwiazdami

**22.45** Jeszcze dłuższe

\*\*\* zarczynny – komedia rom.

USA/Japonia 2012

Reż. Nicholas Stoller, wyk.

Emily Blunt, Jason Segel

Tom i Violet zarczynają się

w pierwszą rocznicę zna-

jomości. Przygotowania do

ślubu się przeciągają. Violet

otrzymuje wymarzoną pro-

pozycję stażu na uniwersy-

tecie w Michigan.

**1.20** Sąsiedzi

\*\*\*\* – komedia USA 2014

Reż. Nicholas Stoller, wyk.

Seth Rogen, Zac Efron

Dom w sąsiedztwie Maca

i Kelly zajmuje bractwo

studenckie. Wydaje się, że

para będzie mogła połączyć

rodzicielstwo z imprezowa-

niem. Wkrótce okazuje się,

że nie jest to możliwe.

**3.35** Świat według Kiepskich

(559, 560): Wewnętrzny

ogród / Ciasteczka wujka

Booble'a – serial kom.

## TVN

DVB-T

## FILM 23:30



## John Wick 2

**5.15** Jak to jest zrobione? **5.40** Uwa-

ga! **5.55** Ukryta prawda (1619) – se-

rialu fabularno-dokum. Polska 2024

**6.50** Kuchenne rewolucje: Koronowo– Nasze smaki **7.45** Dzień Dobry

TVN – magazyn informacyjno-pu-

blicystyczny **11.30** Niezwykłe Stany

Prokopa (8) – serial dok. Polska 2026

**12.35** Co za tydzień **13.15** Mam Ta-

lent! – prog. rozrywkowy Polska 2026

**15.45** Bitwa o gości**16.50** Galimatias, czyli kogel-

\*\*\* -mogel II – komedia

Polska 1988

Reż. Roman Zaluski,

wyk. Grażyna Błęcka-Kol-

ska, Dariusz Siatkowski

**19.00** Fakty**19.45** The Traitors. Zdrajcy**21.25** Koniec świata, czyli

\*\*\* Kogel Mogel 4

– komedia Polska 2022 (s.3)

Reż. Anna Wierzbicka-Bluszcz,

wyk. Grażyna Błęcka-Kol-

ska, Katarzyna Łaniewska,

Paweł Nowisz

**23.30** John Wick 2

\*\*\*\* – thriller USA 2017

Reż. Chad Stahelski, wyk.

Keanu Reeves, Riccardo

Scamarcio, Ian McShane

John Wick musi porzucić

emeryturę. Dawny wspólnik

potrzebuje pomocy w walce

z organizacją włoskich zabój-

ców. Jego pojawienie się bę-

dzie dla mafii wydarzeniem

o dramatycznych skutkach.

**2.00** Superwizjer**2.40** Szpital św. Anny (78)**3.30** Uwaga! – magazyn**3.45** CSI: Kryminalne zagadki

Las Vegas (7): Ostra jazda

## TVN7

DVB-T

## FILM 17:50



## Lara Croft: Tomb Raider

**6.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie

(5) **6.55** Bugs Bunny Builders (30-32)**7.40** \*\*\* Pimi z Krainy Tygrysów – filmprzygod. Wł. 2022 **9.35** Ukryta prawda(1190, 1186, 1187) **14.50** Detektywi(293, 294) **17.50** \*\*\* Lara Croft: Tomb

Raider – film przygod. USA/Wł./Jap./

Niemcy 2001, reż. Simon West, wyk. Ange-

lina Jolie **20.00** \*\*\* Tenet – film akcji

USA/Wł. Bryt. 2020, reż. Christopher Nolan,

wyk. John David Washington (s.13) **23.15**

\*\*\* Zabójcza broń IV – komedia sens.

USA 1998, reż. Richard Donner, wyk. Mel

Gibson **1.55** \*\*\* Małe rzeczy – thriller

USA 2021, reż. John Lee Hancock

**TV Puls**

DVB-T

**5.30** Dyzur (39) **6.05** Taki jest świat**6.40** Nash Bridges (119, 120) **8.30** Don Matteo:Boski detektyw (12-14) **11.45** Ranczo(129, 130) **13.50** \*\*\* Robin Hood: Fa-

cetti w rajstwach – komedia USA/Fr. 1993

**16.20** \*\*\* Pies i kot – komedia Fr./Kan.2024 **18.00** \*\*\* Pies – komedia USA2022 **20.00** \*\*\* Człowiek w ogniu –thriller Szwajc./Wł. Bryt./USA 2004 **23.05**

\*\*\* Mob Land – film sens. USA/Kan. 2023

**1.20** \*\*\* Agent MR-9 – film sens. USA/Bangladesz 2023 **3.50** Taki jest świat

## Puls 2

DVB-T

**7.00** Taki jest świat **7.25** Aukcja w ciem-ności **8.55** Wojciech Cejrowski. Bosco – Eti-opia **10.45** \*\*\* Żandarm się żeni – ko-media Fr./Wł. 1968 **12.40** \*\*\* Żandarm

na emeryturze – komedia Fr./Wł. 1970

**14.45** \*\*\* Zakłęte jabłko – film fanta-

zyj Słowacja/Czechy 2024 &lt;



# Volta

*Komedia z sensacyjnymi zwrotami akcji  
i doskonale poprowadzoną intrygą*

**SUPER POLSAT 22:55 ★★★**

Bruno Volta nie ma sobie równych w rozwiązywaniu zagadek i odgadywaniu motywacji ludzi. Pewnego dnia jego zmysł kombinowania i robienia interesów zostaje postawiony w stan gotowości. Jego młodsza partnerka Aga poznaje dziewczynę o imieniu Wiki. W ścianie starej kamienicy nowa znajoma znajduje tajemniczy, drogocenny przedmiot. Volta nie może przepuścić okazji. Razem z ochroniarzem Dychą postanawiają wejść w posiadanie niezwyklej rzeczy. Niewinnie wyglądająca Wiki okazuje się jednak trudnym rywalem. A Volta do tej pory zadzierał tylko z facetami.

Komedia kryminalna Polska 2017, reż. Juliusz Machulski,  
występują: Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska

## Tenet

*W świecie szpiegów  
toczy się walka  
o olbrzymią stawkę*

**TVN 7 20:00 ★★★★★**

Uzbrojony tylko  
w jedno słowo – Tenet  
– bohater (John David  
Washington) wkracza  
w świat szpiegów  
i toczy walkę o oca-  
lenie ludzkości.  
Jego zadanie, jak się  
okazuje, nie mieści  
się w czasie rzeczy-  
wistym i konieczne  
jest skorzystanie ze  
zjawiska inwersji...  
Reżyserem jest  
wizjoner współcze-  
snej kinematografii,  
Christopher Nolan.  
Film dostała Oscara  
za efekty specjalne.



## Trzej muszkietierowie: D'Artagnan

## Ekranizacja słynnej trylogii Aleksandra Dumasa

**TVP KULTURA 20:00** ★★★

Akcja filmu dzieje się od Luwru po Pałac Buckingham, od slumsów Paryża po obłężenie La Rochelle. W królestwie podzielonym wojnami religijnymi i zagrożonym inwazją Anglii, garstka mężczyzn i kobiet skrzyżuje miecze, by ratować Francję. Głównym bohaterem jest D'Artagnan, który marzy

**Kurier**

## Misja, która miała zadecydować o losach Polski

**TVP POLONIA 22:10** ★★★

Latem 1944 roku, gdy waży się losy wojny, Jan Nowak-Jeziorański zmierza z tajną misją z Londynu do Warszawy, by przekazać informacje o walkach AK i dowiedzieć się, czy Brytyjczycy udzielą pomocy walczącej Warszawie. Jednak problemy zaczynają się już w brytyjskiej stolicy. Alianci nie kwapią się do spełnienia obietnic



o tym, by zostać muszkietierem. W realizacji tego pragnienia będą próbowali mu pomóc jego nowi przyjaciele: Atos, Portos i Aramis. To u ich boku będzie toczył walki.



i wysłania do Polski posiłków, dzięki którym powstanie miałoby realne szanse powodzenia. Na dodatek Nowak otrzymuje sprzeczne rozkazy od Polaków...

## KRZYŻÓWKA PANORAMICZNA

|                                         |                                              |                               |                                   |                                          |                                       |                                   |                          |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| mięso<br>na<br>kotłety                  | modlitwa<br>islamska<br>pułapka,<br>potrzask | nad-<br>zorcza<br>w<br>firmie | turecka<br>metro-<br>polia        | tymcza-<br>sowy dla<br>podej-<br>rzanego | widli-<br>szek<br>udziela<br>kredytów | parów,<br>wawóz<br>kolej-<br>ność | 7                        |
| ciężka,<br>zła<br>płatna<br>praca       |                                              |                               |                                   |                                          |                                       |                                   |                          |
| wiszące<br>łóżko<br>front<br>budynku    | 9                                            | 12                            | wykrywa<br>obiekty<br>pod<br>wodą | 6                                        | kuzyn<br>karpia                       |                                   |                          |
|                                         |                                              |                               |                                   |                                          |                                       | 2                                 | kuzyn<br>bielaka         |
| plac<br>targowy                         |                                              | 5                             | 4                                 | konzercja<br>myśli                       | erozja<br>skał<br>wapień-<br>nych     |                                   |                          |
| trawa<br>dla<br>ptaszków                | czarna<br>choroba                            | jeden<br>u dro-<br>madera     | np. Fiat<br>Panda                 |                                          | pasza<br>dla koni<br>ssak<br>z Andów  | Małysz<br>lub<br>Ferency          | węże<br>i kro-<br>kodyle |
|                                         |                                              |                               | biblijny<br>statek                | pospo-<br>lite<br>kłam-<br>stwo          |                                       |                                   |                          |
| pre-<br>tensja<br>zaża-<br>lenia        |                                              | 11                            |                                   | „broń”<br>dro-<br>gówki                  |                                       | 3                                 |                          |
| Tatrzań-<br>ski<br>...<br>Narodo-<br>wy |                                              |                               | liczna<br>grupa<br>ludzi          |                                          |                                       |                                   |                          |
|                                         | sze-<br>fu-<br>juszów                        |                               | 8                                 | oczko<br>w<br>piers-<br>cionku           |                                       | 1                                 | 10                       |

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

Litery z pól ponumerowanych  
od 1 do 12 tworzą rozwiązanie

## SUDOKU

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

## SUDOKU

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

## Ale Kino+

**7.30** ★★★ Panie Dulskie – komediodr. Polska 2015 **9.25** ★★★ Hororia – dramat Fr./Belg. 2022 **11.25** The Office PL (10-12) **13.15** ★★★ W 80 dni dookoła świata – film przygod. USA/Irl./W. Bryt. 2004 **15.35** Sprawa nierozwiązana (6-10) **18.00** ★★★ Sekret Madeleine Collins – thriller Fr./Belg./Szwajc. 2021 **20.10** Nora Sand: Fatalna pomyłka (5, 6) **22.10** ★★★ Bracia ze stali – film biograf. USA/W. Bryt. 2023 **0.40** ★★★ Wszystkie imiona Boga – film sens. Hiszp. 2023

## Polsat 2

**6.30** Sekrety rodziny **7.30** Z kimatem i z pasją **8.00** Sekrety rodziny **9.00** Trudne sprawy **14.00** Sekrety rodziny **15.05** Wzięcie kobiet **17.00** Nasz nowy dom **18.10** ★★★ Alfa – film przygod. USA/Chiny/Kan. 2018 **20.20** ★★★ Sisu – film woj. Finlandia/W. Bryt./USA 2022, reż. Jalmari Helander **22.05** ★ Cudzoziemiec – film sens. USA/Polska 2003, reż. Michael Oblowitz, wyk. Steven Seagal **0.05** Komisarz Karma (32) **1.10** Wydarzenia **1.50** Interwencja

## Eurosport 1

**6.30** Snooker: MŚ w Sheffield **8.30** Triathlon: T100 Triathlon WT w Singapurze **9.30** Cycling Show **10.00** Snooker: MŚ w Sheffield **11.00** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **14.00** Maraton Bostoński **15.15** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **18.30** Snooker: MŚ w Sheffield **19.30** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **23.00** Maraton Londyński **1.00** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **1.30** Snooker: MŚ w Sheffield **2.30** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **4.30** Snooker: MŚ w Sheffield

## Eleven Sports 1

**8.00** Piłka nożna: 1. FSV Mainz 05 – Bayern Monachium **10.00** Piłka nożna: Atlético Madryt – Athletic Club **12.00** Udinese – najbardziej polski klub we Włoszech **12.25** (L) Piłka nożna: ACF Fiorentina – US Sassuolo Calcio **14.30** Magazyn **14.55** (L) Piłka nożna: Genoa CFC – Como 1907 **17.00** Magazyn **17.55** (L) Piłka nożna: Torino FC – Inter Mediolan **20.40** (L) Piłka nożna: AC Milan – Juventus FC **23.00** Eleven Gol Live **0.10** Piłka nożna: Borussia Dortmund – SC Freiburg

## TVP Rozrywka

**8.50** Kiedyś to było **9.30** Kolo fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.40** Szansa na sukces. Opole 2026 **11.50** Postaw na milion **13.40** Prywatne życie zwierząt **14.10** Super Gary. Gotuj z Bosacką! **14.40** Program rozrywkowy **14.50** Tak to leciało! **15.45** Va banque **17.00** Kolo fortuny **17.45** Szansa na sukces. Opole 2026 **18.50** Do śmiechu! **19.50** Moje przeboje **20.30** Kocham Cię, Polsko! **22.00** Postaw na milion **0.00** Kolo fortuny **1.30** Kabaret. Super Show Dwójki

## Kino Polska

**9.00** Tego się nie robi kotu **9.10** Ranking Naj Polskiego Kina **9.55** ★★★ Złoty pociąg (1) – film sens. Polska/Rum. 1986 **13.15** ★★★ Rozmowy kontrolowane – komedia **15.35** ★★★ Halo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – kom. Polska 1978 **17.45** ★★★ 1920 Bitwa Warszawska – dramat Polska 2011 **20.00** ★★★ Waleśa. Człowiek z nadziei – film biograf. Polska 2013 **22.45** ★★★ Zabawa, zabawa – dramat Polska **0.20** ★★★ Kroll – film sen. Polska 1991

## TVP Seriele

**5.10** Rodzinka.pl (127) **5.55** Czwadziestolatek (5, 6) **8.00** Janosik (9, 10) **10.00** Ranczo (49) **11.05** ★★★ Miś – kom. Polska 1980 **13.10** Ojciec Mateusz (329, 330) **15.10** Komisarz Alex (314) **16.10** Ranczo (50) **17.15** Janosik (11) **18.05** Na sygnale (886-888) **19.40** Ojciec Mateusz (446, 331-332) **22.30** Ranczo (51, 52) **0.30** Rodzinka.pl (312, 313) **1.40** Korona królów (389, 390) **2.40** Falszerze. Powrót słoń (30) **3.40** Ratownicy (5) **4.35** Matylda (7)

## Eurosport 2

**8.30** Snooker: MŚ w Sheffield **10.00** Kolarstwo górskie: Race Bikes **10.30** Kolarstwo: Strzala Walońska kobiet **11.00** Kolarstwo: Strzala Walońska **11.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **13.30** (L) Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **16.30** Cycling Show **16.40** (L) Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège kobiet **18.15** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **19.00** (L) Golf: PGA Tour – Zurich Classic of New Orleans **0.00** Wyścigi Endurance: MŚ Endurance FIA – 6 godz. Imoli

## Polsat Sport 3

**6.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga **8.30** Piłka nożna z archiwum **11.00** Piłka nożna z archiwum **12.30** (L) Piłka ręczna: ORLEN Superliga – transmisja **15.00** Piłka nożna z archiwum **17.25** (L) Koszykówka: ORLEN Basket Liga: PGE Start Lublin – Tauron GTK Gliwice – transmisja **20.00** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **22.30** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **1.00** MMA: Babilon MMA

## Planete+

**8.10** Niezwykłe podróże koleją **10.20** 360° – świat bez granic **12.30** Zielony łódz biegunów **13.35** Najmniejsze cuda świata **14.40** Motyle. Superbohaterowie przyrody **15.50** Portugalia na dziko **16.55** Planeta Kalifornia **18.00** Świat z góry **18.40** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **19.45** Catherine Deneuve. W centrum kadru **20.50** Tajemnice Picassa **22.00** Życia i śmierci Christophera Lee **0.00** Morderca zostawia kartę **2.00** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace

## Polsat Film

**8.05** Byli sobie odkrywcy **9.45** Była sobie Ziemia **10.20** Jeżdżący smoków: Na końcu świata **11.20** Pingwiny z Madagaskaru – film anim. **13.15** ★ Gruby Albert – komedia USA 2004 **15.00** ★★★ Rodzina na wakacjach – komedia USA 2004 **17.05** ★★★ Niepostrzyżymy – film sens. USA 2010 **19.15** ★★ Park Jurajski III – film sf USA 2001 **21.00** ★★ Transporter II – film sens. USA/Fr./Niemcy 2005 **22.50** ★★ Ted – kom. USA 2012 **1.00** Ślad (102, 103)

## AXN

**6.20** ★★ Duże Dzieci – kom. USA 2010 **8.05** Zabójcza broń (14, 15) **10.05** Detektyw Monk (9-13) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (12-16) **20.00** ★★ John Wick 4 – film sensacyjny USA/Niemcy 2023, reż. Chad Stahelski, wyk. Keanu Reeves **23.30** ★★ W 80 dni dookoła świata – film przygodowy USA/Niemcy/Irl./W. Bryt. 2004 **1.55** ★★ Snajper: Niezłaznialny zabójca – thriller USA 2016 **3.55** ★★ Zabójca – film sensacyjny USA/Kanada 2007

## Polsat Sport 1

**6.00** Siatkówka: PlusLiga **8.00** Siatkówka: PlusLiga **11.00** Cafe Futbol **12.30** (L) Koszykówka: ORLEN Basket Liga: Legia Warszawa – AMW Arkada Gdynia **14.45** (L) Siatkówka: TAURON Liga: Finał – ewentualny 4. mecz: PGE Budowlani Łódź – KS Gwardia Rzeszów – transmisja **17.30** (L) Siatkówka: PLS 1. Liga: Półfinał – ewentualny 3. mecz: GKS Katowice – KKS Mickiewicz Kluczbork **20.00** Siatkówka: PlusLiga **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego

## TVN 24

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.45** Kawa na lawę **11.55** Łoza prasowa **12.50** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **15.45** Kadri na kino **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.35** Ranking Mazura **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** W kuluarach **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.00** Fakty po Faktach **0.50** Kawa na lawę **2.05** Nowa Maja w ogrodzie

## BBC Earth

**8.55** W okowach mrozu **9.55** Życie na pustkowiu: powroty **11.00** Wyspy. Laboratoria natury **11.55** David Attenborough i cuda natury **12.25** W okowach mrozu **13.25** Alaski z Sue Perkins **14.25** Wielka kanadyjska przygoda **15.25** Fenomeny współczesnego życia **16.30** Pewnego razu w kosmosie **17.50** W okowach mrozu: Kanada **18.50** Malownicze trasy kolejowe **19.55** Wyspy Atlantyku **21.00** Wyspy. Laboratoria natury **22.00** W okowach mrozu **23.00** Planeta zmian

## Stopklatka

DV3

**6.00** Komisarz Rex (6-9) **10.00** Hudson i Rex (17-19) **13.00** ★★ Flintstonowie: Niech żyje Rock Vegas! – kom. USA 2000 **14.55** ★★ Jutro będziemy szczęśliwi – komediodramat Fr./W. Bryt. 2016 **17.30** ★★ Seksmisja – kom. Polska 1984 **20.00** ★★ Suma wszystkich strachów – film sens. USA/Kan. 2002 **22.40** ★★ Gliniarz z metropolii – film akcji USA 1997 **1.00** ★★ Kamienie na szaniec – dramat Polska 2014 **3.40** ★★ Wielka wyspa – kom.

## 13 Ulica

**5.00** Falszerstwo (4, 5) **6.50** Kapitan Marleau (4) **8.50** Mentalista (4-13) **18.00** Metoda Wagnera (12) – serial krym. Fr. **20.00** ★★ Zabójstwo w Meaux – film krym. Fr. 2023, reż. Adeline Darraux, wyk. Carole Bianci, Julie Debazac **22.00** ★★ Zabójstwo w Chateau-Thierry – film krym. Fr. 2024, reż. Delphine Lemoine, wyk. Elsa Lunghini **0.00** ★★ Morderstwo w Kermadec – film krym. Fr. 2022, reż. Bruno Garcia, wyk. Claire Keim **2.00** Falszerstwo (3-5)

## TVP Sport

DV3

**8.35** Piłka nożna: Betclig 1. Liga: Multi1 Liga: FKS Stal Mielec – Śląsk Wrocław **10.45** Futbol totalny **11.55** (L) Piłka nożna: Betclig 2. Liga: Podhale Nowy Targ – Świt Szczecin **14.10** Hokej na lodzie NHL: 1. runda **15.55** (L) Piłka nożna: Puchar Anglii: Chelsea FC – Leeds United **17.55** Studio **20.15** NBA Action **20.45** Sportowy wieczór **21.30** (L) Koszykówka NBA: Portland Trail Blazers – San Antonio Spurs **0.15** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa

## Polsat News

**9.00** Msza święta z Świątyni Opatrzności Bożej **9.55** Śniadanie Rymanowski **11.00** Polityczny wf z gościem **12.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** W rytmie dnia **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debaty polityczne **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.30** Państwo w państwie **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia

## Discovery Channel

**7.00** Morze złota (1) **8.00** Ciężarówka przez Indonezję **9.00** Złomowisko PL **11.00** Czarnobyl – wstęp wzbroniony **12.15** Powrót do Czarnobyla **13.30** Porty: Hiszpania **14.00** Gorączka złota **15.00** Łowcy opali **16.00** Specjalistki **17.00** Nic do zgłoszenia **18.00** Od samochodu do domu **19.00** Brudne skarby **20.00** Morze złota (1) **21.00** Gorączka złota **22.00** Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (1) **0.00** Nagi instykt przetrwania **2.00** Królowie asfaltu

## Canal+ Premium

**10.00** Mikołaj i ekipa – film anim. Hiszp./Kan. 2024 **11.30** Bałtyk **12.35** ★★ Mamma Mia! Here We Go Again – musical W. Bryt./USA 2018 **14.25** Premierowa jazda **14.40** ★★ Kaskader – film sens. USA/Kan./Australia 2024 **16.45** Making of C+ **17.25** (L) Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa **19.35** Liga+ Extra **21.30** ★★ Najpierw strzelaj, potem zwiędzaj – komedia sens. W. Bryt./USA 2008 **23.20** ★★ Kill Bill – film sens. USA 2003

## FX

**6.10** FBI (10, 11) **8.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4-6) **10.45** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (23, 1-2) **13.30** Agenci NCIS (5-7) **16.15** Grey's Anatomy: Chirurdzy (8) **17.10** 9-1-1 (7) **18.05** ★★ Spider-Man – film sf USA 2002 **20.25** ★★ Anakonda – thriller USA/Brazylia/Peru 1997, reż. Luis Llosa, wyk. Jennifer Lopez **22.05** ★★ Uciec, ale dokąd? – film sens. USA 1993, reż. Robert Harmon, wyk. Jean-Claude Van Damme **0.15** ★★ Rambo III

## Canal+ Sport

**8.05** Liga+ **9.30** Wysoki pressing **11.00** The Big Pete – dyskusja W. Bryt. 2026 **11.45** Piłka nożna: Getafe CF – FC Barcelona; Valencia CF – Girona FC **16.10** Premier League Stories **16.45** (L) Żużel: FOGO Italia Leszno – Gezet Stal Gorzów; Bayersystem GKM Grudziądz – Beitar Sparta Wrocław **21.30** Magazyn PGE Ekstraliga **23.00** Sport+ **0.15** Wysoki pressing **2.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Legia Warszawa **4.20** Magazyn PGE Ekstraliga

## TVP Info

DV3

**11.00** Wydarzy się **12.00** Serwis info dzień **14.30** Reportery extra **15.00** Serwis info dzień **15.05** Polska. Co dalej? **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Portfel Kowalskiego **19.00** Serwis info wieczór **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Raport specjalny **21.00** Serwis info **21.15** Rozmowy (nie)wygodne **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat

## TVN Turbo

**10.45** Wojny samochodowe **11.45** Z drugiej ręki **12.30** Jeździć, obserwować **13.15** Moto kombat **14.00** Zawodowi handlarze **14.45** Duda kontra Szafranski **15.30** Naprawy nie do naprawy **16.15** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **17.00** Ciężarówką przez Chile **18.00** Mobilni mechanicy **18.45** Raport końcowy **19.15** Nic do ukrycia **21.15** Jeździć, obserwować **22.00** Moto kombat **22.45** Uwaga! Oszust: Scieżka z ogłoszenia **23.15** Moto Fachu

## HBO

**9.55** ★★ Zegnaj Christopher Robin – film biograf. W. Bryt./USA 2017 **11.40** ★★ Eddie zwany Orlem – film biograf. W. Bryt./Niemcy/USA 2016 **13.25** ★★ W ogniu pasji – film biograf. USA 2025 **15.15** ★★ Królowa ringu – film biograf. USA 2024 **17.20** ★★ Diana: Część druga – film przygod. USA/Kan. 2023 **20.00** ★★ Anakonda – horror USA 2025 **21.40** ★★ Rodzaje zyciowości – kom. Irl./W. Bryt./USA 2024 **0.25** ★★ Le Mans '66 – film biograf.

## BBC First

**6.00** Ojciec Brown (11, 12) **7.35** Zabójcze arcydzieła (6) **8.40** Śmierć pod palmami (6) **9.45** Lewis (5, 6) **11.45** Co ludzie powiedzą? (7, 1-2) **13.45** Śmierć pod palmami (2) **14.55** Ojciec Brown (2) **15.50** Tajemnice Brokenwood (3) **17.50** Z pamiętnika polonijnej (6) **18.55** Zabójcze arcydzieła (6) **19.55** Śmierć pod palmami (3) **21.00** Tajemnice Brokenwood (4) **22.55** Dyplomaty (2) **23.55** Milczący świadek (5, 6) **2.10** Tajemnice Brokenwood (4)

## Canal+ Sport 5

**8.20** Premier League Stories **8.55** Premier League: The Big Interview **9.30** Wysoki pressing **11.15** Sporty ekstremalne: MS Stihl Timbersports **13.30** Ligi mistrzów historii **14.45** (L) Żużel: Pronergy Polonia Piła – Moonfin Magnus Ostrów Wielkopolski **17.30** Sporty ekstremalne: MS Stihl Timbersports **19.45** Piłka nożna: Real Oviedo – Elche CF **22.00** Boks: Jared Warren – Conor Cooke **23.15** Magazyn PGE Ekstraliga **0.55** Ligi mistrzów historii

## TVP 3

DV3

**9.25** ROK w ogrodzie **9.55** Wiosna na RODOS **10.30** Tydzień **11.00** Msza święta na Jasnej Górze **11.55** Całkiem niezła historia **12.20** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.55** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **19.25** (L) Piłka nożna: Olimpia Grudziądz – Warta Poznań **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **23.00** Ksiądz z bliska **23.30** Całkiem niezła historia **23.55** Panorama **0.25** Serwis info

## Romance TV

**8.40** Górski lekarz (80-83) **12.25** **\*\*\*** Bella Casa – kom. Niemcy 2014 **14.20** **\*\*\*** Lost w Fusecie – Ślad cieni (2) – krym. Niemcy 2024 **16.15** **\*\*\*** Inga Lindström: Szalone czasy – film obyczaj. Niemcy/Szwecja 2021 **18.05** Rejs ku szczęściu **20.00** **\*\*\*** Szkoła nad morzem – dr. Niemcy 2025 **21.55** **\*\*\*** Mężczyzna robi, co może – kom. Niemcy 2012 **0.05** **\*\*\*** Pokój ze stajni – kom. Niemcy 2022 **2.00** **\*\*\*** Szkoła nad morzem – dramat Niemcy 2025

## TVN Fabuła

**7.25** Kryminalni (12, 26, 1) **10.35** Absolwenci **11.10** **\*\*\*** Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – kom. USA/Kan. 1986 **13.00** **\*\*\*\*** Glupi i głupszy – kom. USA 1994 **15.25** **\*\*\*** Córka prezydenta – kom. rom. USA/W. Bryt./Czechy/Wł. 2004 **17.45** **\*\*\*\*** Super 8 – film sf USA 2011 **20.00** **\*\*\*** Gniew Tytanów – film przygod. USA/Hiszp. 2012 **22.10** **\*\*\*** Człowiek demokla – film sens. USA 1993 **0.40** **\*\*\*** Wcielenie – horror USA/Chiny 2021 **2.45** Szkoła

## AMC

**13.35** **\*\*\*** Mistrz Z: W cieniu Impa – film sens. Hongk./Chiny 2018 **15.40** **\*\*\*\*** Star Trek: W nieznanie – film sf USA/Chiny/Kan. 2016 **17.55** **\*\*\*** Lara Croft: Tomb Raider – film przygod. USA/W. Bryt./Jap./Niemcy 2001 **19.50** **\*\*\*\*** Włoska robota – film sens. USA/Fr./Wł./W. Bryt. 2003 **22.00** **\*\*\*** Protektor – film sens. USA/Hongk. 1985 **23.55** **\*\*\*** Savage Hunt – film przyg. USA 2025 **1.45** **\*\*\*** Tragedia na przełęczy Diatowa – horror Rosja/Fin./USA 2013

## TTV

DVB

**9.45** Express **10.05** Idź na całość **11.05** Zakup w ciemno **12.05** Zakup w ciemno Extra **12.35** Gogglebox. Przed telewizorem **13.35** 99 – Gra o wszystko **14.35** Kanapowczyni **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.05** Życie na kredytcie **17.45** Express **18.05** Życie na kredytcie **18.40** Damy i wiesniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox **22.00** Żony Podlasia **23.00** Nic do zgłoszenia **0.00** Damy i wiesniaczki. PL **1.00** Back to school. Prawdziwy...

## Fokus TV

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginięni (16) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Wioski wioseczki **10.00** Podglądacz przyrody **11.00** Z klimatem i z pasją – magazyn **11.30** Wojny magazynowe **14.00** Gwiazdy lombardu **15.00** Megakonstrukcje przeszłości **16.00** Architektura z odzysku **17.00** Rolnicy. Podlasie **21.00** Wioski wioseczki **21.30** Górale **22.00** Miłość i seks w Ameryce **23.00** Największe śledztwa CBSP **0.00** Pogromcy mafii **1.00** Rolnicy. Podlasie

## Nowa TV

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Z Kai **13.00** One-Punch Man **14.00** Kabaret na żywo – Klinika Skeczów Męczących **16.00** Kabaretowa Dynastia **18.00** Kabaret na żywo. Przystanek Radość **20.00** Nowa rewia kabaretowa **21.00** Zdrady (40-43) **1.00** Łowca pedofili (155-158) **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Sala operacyjna **5.00** Pod lupą

## National Geographic

**5.15** Car S.O.S. **6.00** Niszczycielskie żywioły **8.00** Największe katastrofy budowlane **10.00** Pogodowe anomalie **11.00** Porzucone konstrukcje **12.00** Ikony lotnictwa **13.00** Megametro **14.00** Kosmiczne horyzonty **15.00** Zaginionie skarby Biblii **16.00** Koloseum **17.00** Zakazana historia **18.00** Czarnobyl: świadkowie tragedii **22.00** Logistyka na wielką skalę **23.00** Kosmiczne horyzonty **0.00** Katastrofa w przestworzach **2.00** Alaska: następne pokolenie

## Nat Geo Wild

**10.00** Olsniewająca Ameryka **11.00** Ratownicy z Alaski **12.00** Nadciągająca wielka woda **14.00** Kalahari: podziemne życie pustyni **15.00** Pustynne lwy z Wybrzeża Szkieletowego **16.00** Zimowe królestwo **17.00** Zwierzęcy geniusz **17.30** Stworzone, by przetrwać **18.00** Geniusze afrykańskiej dzikizy **19.00** Weterynarze z Nebraski **20.00** Europa z powietrza **21.00** Mashatu: ziemia lampartów **22.00** Olsniewająca Ameryka: Tajemnica zaskadnia: W cieniu wulkanów

## Metro

**6.00** Gorączka złota **7.50** Klan z Alaski **9.55** The Floor **11.20** **\*\*\*\*** Goonies – film przygodowy USA 1985, reż. Richard Donner **13.45** Magda gotuje Internet **14.20** Milionerzy **15.30** Kryminalni (1, 5-6) **18.55** Milionerzy **20.00** **\*\*\*** Nowy Jork, czwarta rano – komedia Polska 1988, reż. Krzysztof Krauze, wyk. Anna Wójcik, Janusz Józefowicz **21.55** Spartakus: Zemsta (2, 3) **0.00** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.05** Szpital (678) **2.00** Pani Gadżet

## TVP Historia

DVB

**9.15** Crimen (6) **10.20** Historia kuchni polskiej **11.10** Rezydencje królewskie **12.05** Wszystkie kolory świata **13.05** Góry: życie nad chmurami **14.05** Flesz historii **14.30** **\*\*\*** Peggy Sue wyszła za mąż – kom. USA 1986 **16.20** Tutanchamon **17.15** Rodzina Poanieckich (1) **19.00** Kroniki Hitlera **20.00** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa **20.55** 35 dni w Czarnobylu **21.55** **\*\*\*** Śmuga cienia – dramat Polska/W. Bryt. 1976 **23.50** **\*\*\*\*** Miś – komedia Polska 1980

## TVP Dokument

DVB

**11.15** Nowe życie **11.50** Zbyt ciastny system **13.00** Podróż Malej i Dużej **13.25** Tacy byliśmy **14.00** Ukryte piękno Europy **14.55** Hawaje – zrodzone z ognia **16.00** Ziemia i jej sąsiedzi **17.00** Tajemnice królewskiej posiadłości **17.50** Cegła i inne nagrody filmowe. Opowiada Andrzej Wajda **18.55** Jordania – niezwykle królestwo **20.00** Był sobie Luwr **21.45** Mel Brooks, genialny komik – film dok. **22.55** Tamte lata, tamte dni **23.30** Dni wrzawy – droga Rolling Stonesów do Altamont – film dok.

## Zoom TV

**7.55** To leci w sieci **9.15** Pułapki umysłu **10.45** Wojciech Cejrowski – bosy przez świat **13.00** Czerwonej pancerni i pies (1, 2) **(s.2)** **15.40** Strażnik Teksasu (6, 7) **17.45** **\*\*\*\*** Gang Olsena (1) – komedia Dania 1968, reż. Erik Balling, wyk. Ove Sprogøe, Morten Grunwald **19.25** I love kabaret Extra **20.00** Hity polskiego kabaretu **21.00** **\*\*\*** Książę i ja – kom. rom. USA/Czechy 2004 **23.10** Magia nagości. Polska **0.20** Adam szuka Ewy. Niemcy **1.25** I love kabaret

## TLC

**7.00** Salon sukien ślubnych Goka **8.00** AmeryGhana **9.00** Włoski salon piękności **10.00** Wiza na miłość: Romans na Karaibach **11.00** Nałogowe panny młode **12.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **14.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Ciało obce **19.00** Młodość na zamówienie **19.30** Wiza na miłość: Wielka Brytania **21.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **23.00** Kilogramy zbędnej skóry **0.00** Dr Przyszczyła **1.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania

## TVS

**5.00** Telesprzedaż **7.05** Pogoda **7.15** Klachy i Lachy **8.05** Przy muzyce po śląsku **8.30** Muzyczne dzień dobry **9.35** Przy muzyce po śląsku **11.00** Klachy i Lachy **11.30** Spotkanie z balladą **12.35** Kino TVS – film fabularny Polska 2026 **14.30** Śląska karuzela **16.00** Koncert życzeń **17.50** Szlagierowa lista **19.45** Koncert w TVS **21.45** Kino TVS – film fabularny Polska 2026 **23.35** Śląska karuzela **1.20** Program kulinarny **2.50** Pasma ciekawostek

## WP

DVB

**6.00** Makłowicz w podróży **7.05** Morderstwa w Midsomer (1, 2) **11.00** II wojna światowa: wyścig do zwycięstwa **13.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **15.00** Strażacy z sąsiedztwa **16.00** Policjanci z sąsiedztwa – serial dok. **18.00** Policjanci w akcji – serial dok. Polska 2026 **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Moralnego Niepokoju **22.55** Przebojowe kabarety **0.00** Mistrzowie kabaretu



## LECZENIE I REHABILITACJA

- Zdrowy Kręgosłup • Neurologiczny
- Dla Aktywnych • Biodra • Kolana • Bark
- Antystresowy • Kardiologiczny z diagnostyką

### 15 albo 20 zabiegów na 7 dni pobytu

- Wstęp na basen do 90 minut dziennie
- Oferujemy z możliwością dopłaty:
- Diagnostykę fizjoterapeutyczną i laboratoryjną
- Specjalistyczne konsultacje lekarskie

**Pobyty w terminach 26.04 - 28.06.2026 r. oraz 28.06 - 27.09.2026 r.**

**tel. 54 416 70 00**  
**www.podtezniami.pl**

Klinika Uzdrowiskowa „Pod Tężniami” im. Jana Pawła II,  
ul. Warzelnińska 7, 87-720 Ciechocinek

**TVP1**

DVB-T

**SERIAL 18:20**



**Zaraz wracam**

**7.00** Msza święta na Jasnej Górze  
**7.30** Studio Raban **8.00** Serwis Info  
**8.25** Zaraz wracam (117) **9.00** Ranczo (14): Sztuka i władza **10.05** Komisarz Alex (23): Zabójcza dawka **11.00** Ojciec Mateusz (127): Dzień papieski **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.35** Rok w ogrodzie extra **12.50** Ssaki (5): Upał – serial dok. W. Bryt. 2024 **14.00** Złoty chłopak (277)

**15.00** Serwis Info – magazyn  
**15.15** Reporteryz – magazyn  
**15.35** Gra słów. Krzyżówka  
**16.05** Dziedzictwo (902)  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Jaka to melodia?  
**17.55** Klan (4703)  
**18.20** Zaraz wracam (118)

Wyjazd Anny sprawia, że opieka nad Julką spada na zapracowaną Marię, co prowadzi do konfliktu. Filar przekracza granice w relacji z Karoliną, a Walczak wyprasza Eligiusza z domu.

**18.55** Akacja 38 (855)  
**19.30** 19.30  
**19.55** Pytanie dnia  
**20.30** Teatr TV: Herbatka u Stalina – Polska 1999 (s.2)

Reż. Janusz Morgenstern, wyk. Gustaw Holoubek, Janusz Gajos, Jan Englert  
**22.05** Życie i śmierci Maxa Lindera – film dok. Polska/Francja 2024, wyk. Rémi Bichet, Paulo Anid

**23.55** Balans bieli – magazyn  
**0.40** Kto ratuje jedno życie.  
\*\*\* Cudak

– dramat Polska 2021  
**2.25** Tulipanowa gorączka  
\*\*\* – melodr. W. Bryt./USA 2017

**TVP Polonia**

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Polskie opowieści **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Blondynka (31, 32) **13.50** Ci cholerni Polacy. Lotnictwo polskie 1939-45  
**14.10** Kulturalni **15.00** Serwis Info **15.10** Kiedyś to było **15.40** Hity i historie gwiazd **16.00** Zaraz wracam (75) **16.30** Barwy szczęścia (3297) **17.00** Teleexpress  
**17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Słownik polsko-polski **18.45** Panorama **19.20** Polacy światu **19.30** **19.55** Pytanie dnia **20.25** Czas honoru (76) **21.20** Stawka większa niż życie (12) **22.25** Muzyka na dobry wieczór **23.15** Panorama **23.45** Kod bezpieczeństwa **0.15** Moda na język polski

**TVP2**

DVB-T

**SERIAL 22:25**



**Na sygnale**

**5.30** M jak miłość (1743) **6.25** Rodzina (nie od) święta – program religijny  
**6.55** Barwy szczęścia (3366) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Okrasa łamie przepisy **12.15** Kolekcja **12.30** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (80) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (888): Wszystko z miłości – serial obyczaj. Polska 2026

**15.00** Koło fortuny – extra  
**15.05** La Promesa – pałac tajemnic (378)  
**16.00** Koło fortuny – teleturniej  
**16.35** Familiada – teleturniej  
**17.20** Panna młoda (81)  
Melih urządza dla Mine biwak. Derya jest zaniepokojona znikaniem Cemila na całe dnie. Cihan znajduje w torebce Hancer środek przeciwciały. Mukadder próbuje zastraszyć Hancer.

**18.15** Va banque – teleturniej  
**18.50** Jeden z dziesięciu  
**19.25** Barwy szczęścia (3366)  
**19.50** Domowe patenty – felieton  
**20.05** Barwy szczęścia (3367) – serial Polska 2026 (s.18)

**20.40** Kulisy „M jak miłość”  
**20.55** M jak miłość (1928) (s.18)  
**21.55** Na sygnale (889, 890-opis)  
Piotr z Martyną próbują ocalić mężczyznę potrąconego przez auto. Gdy Strzelecki podaje rannemu lek przeciwbólowy, stan pacjenta się pogarsza.

**22.55** Na przekór losowi (8)  
**0.05** Komedianci debiutanci  
\*\*\* – komediodr. Francja 2020  
**2.00** Cztery pory roku w Hawanie (3) – serial krym.

**TV Trwam**

DVB-T

**10.15** Rozmowy niedokończone **11.20** Stan bezpieczeństwa państwa **11.30** Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.20** Skazani na Sybir **13.00** Spór o Morskie Oko **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Ukryci w łonie Matki **15.00** Wygrana **16.10** Sanktuarium polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z telefontem udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **22.30** Starowiejski Profesor Józef Bielawski **0.10** Informacje

**Polsat**

DVB-T

**SERIAL 16:30**



**Na ratunek 112**

**5.40** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn informacyjny  
**8.30** Malanowski i Partnerzy (240, 241): Niebezpieczna matka / Upiór w hotelu **9.30** Trudne sprawy (1046, 1047) **11.35** Gliniarze (739-741): Szalona miłość / Lekcja dojrzwania / Nieodwracalne **14.40** Dlaczego ja? (1555): Tajemnice mojego ojca – serial fabularno-dokumentalny Polska

**15.50** Wydarzenia  
**16.15** Pogoda  
**16.20** Interwencja – magazyn  
**16.30** Na ratunek 112 (1152)  
Karolina jest wdową po Krzysztofie, który lata temu zaginął w Afryce. Związuje się z Mateuszem, przyjaacielem Krzyszka. Ale okazuje się, że jej mąż żyje i niebawem wróci do domu.

**17.00** Gliniarze (1192)  
– serial fab.-dokumentalny  
**18.00** Pierwsza miłość (4204)  
– serial Polska 2026 (s.18)

**18.50** Wydarzenia  
**19.15** Gość „Wydarzeń”  
**19.55** Milionerzy – teleturniej  
**20.30** Farma – reality show  
**21.40** Psy 3. W imię zasad

\*\*\* – film sensacyjny  
Polska 2020 (s.3)  
Reż. Władysław Pasikowski, wyk. Bogusław Linda, Marcin Dorociński, Cezary Pazura

**0.15** Góra Dantego – film  
\*\*\* katastroficzny USA 1997  
Reż. Roger Donaldson, wyk. Pierce Brosnan, Linda Hamilton, Charles Hallahan

**2.30** Escape room  
\*\*\* – horror USA/RPA 2019

**TVN**

DVB-T

**FILM 22:40**



**John Wick 3**

**5.05** Kto was tak urządził? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1620)  
**6.50** Kuchenne rewolucje: Sierpów – Bistro Zalewajka **7.45** Dzień Dobry TVN – magazyn informacyjny **11.20** Doradca smaku **11.25** Kuchenne rewolucje: Koszalin – karczmia Tymianek / Kraków, restauracja „Voila” **13.40** Ukryta prawda (1742-1743, 1672) – serial fab.-dokumentalny

**16.50** Szpital św. Anny (115)  
– serial obycz. Polska 2026  
**17.55** Detektywi (309)  
**19.00** Fakty  
**19.55** Uwaga! – magazyn  
**20.15** Na Wspólnej (4201)  
– serial Polska 2026 (s.18)

**20.50** The Floor – teleturniej  
**21.30** Bitwa o gości – reality show  
**22.40** John Wick 3 – film  
\*\*\* ensacyjny USA 2019  
Reż. Chad Stahelski, wyk. Keanu Reeves, Halle Berry, Ian McShane  
John Wick złamał zasady obowiązujące płatnych zabójców. Musi uciekać, ponieważ Rada Najwyższa wyznaczyła za jego głowę nagrodę w wysokości 14 milionów dolarów.

**1.15** Wojna domowa  
\*\*\* – film sensacyjny USA/W. Bryt./Finlandia 2024  
Reż. Alex Garland, wyk. Kirsten Dunst, Wagner Moura, Cailee Spaeny

**3.20** Co za tydzień – magazyn  
**3.50** Uwaga! – magazyn  
**4.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (8): Zatrute źródło – serial kryminalny USA/Kanada 2010

**TVN7**

DVB-T

**FILM 21:00**



**Mroczny rycerz powstaje**

**6.50** Szkoła (605, 606) **8.45** Ukryta prawda (1283, 1192, 1193) **11.55** W-11 Wydział Śledczy (939, 940) **14.00** Detektywi (68) **15.00** Szpital św. Anny (106) **16.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (607, 608) **18.00** Sekrety życia (6) **19.00** Ukryta prawda (1477) **20.00** Hotel Paradise (33) **21.00** \*\*\* Mroczny rycerz powstaje – film sensacyjny W. Bryt./USA 2012, reż. Christopher Nolan, wyk. Christian Bale, Gary Oldman, Tom Hardy **0.25** \*\*\* Ciche miejsce II – horror USA 2020, reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski **2.25** Skok na głęboką wodę (7) **3.15** Mówię Wam (11) **4.10** Usterka (22)

**TV Puls**

DVB-T

**8.00** Kobra – oddział specjalny (7, 8) **10.00** Triumf miłości (123, 124) **12.00** Nie igraj z aniołem (62) **13.00** Wspaniałe stulecie (87) **14.00** Przepis na zbrodnię (25) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (699, 700) **17.00** Dzielnica strachu (460) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (990, 991) **20.00** \*\*\* Osaczony – film akcji USA/Niemcy 2005 **22.20** \*\*\* Jeden strzał – thriller USA/W. Bryt. 2021 **0.35** \*\*\* Król zabójców – film sens. USA/Kan. 2023 **2.20** Lombard. Życie pod zastaw (986)

**Puls 2**

DVB-T

**6.35** Język i przyjaciele **7.00** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Gumisie **14.00** Kacze opowieści **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **16.00** Superthings: Kazon Power **16.15** Fineasz i Ferb **16.50** Marta mówi! **17.10** Superkoty **17.45** Świnka Peppa **17.50** Bing **18.20** Masza i niedźwiedź **18.35** Myszka Miki **19.00** Don Matteo: Boski detektyw (15) **20.00** Przepis na zbrodnię (28) **21.00** Dzielnica strachu (464, 465) **23.00** Wydzielone choroby: XXL **1.00** Dzielnica strachu (462)

**Super Polsat**

DVB-T

**6.05** Wydarzenia (169, 170) **6.55** SuperLudzie Extra **6.55** Na ratunek 112 (607, 608) **7.55** Doktor Martin (31, 32) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie **11.30** Świat według Kiepskich (363-366) **13.30** Bitwa o palety (24) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (29) **16.00** Top chef (78) **17.30** Świat według Kiepskich (455-457, 544-545) **20.00** Złomiarze **21.00** \*\*\* Volta – komedia krym. Polska 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź **23.10** \*\*\* Siedmiu wspaniałych – western USA/Australia 2016, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Ethan Hawke **2.00** Świat według Kiepskich (330-333) **4.00** Nasz nowy dom (229, 230)

**TV 6**

DVB-T

**6.00** Więzienie (169, 170) **6.55** Policjantki i policjanci (604, 605) **8.55** Kobra – oddział specjalny (147, 148) **10.55** 48h. Zaginięni (192-194) **13.55** Policjantki i policjanci (1146) **14.55** Kobra – oddział specjalny (149, 150): Bez odwrotu / Retrospekcja – serial sens. Niemcy 2006 **17.00** Magnum: Detektyw z Hawajów (91): Odkrycie – serial sens. USA 2023 **18.00** Strażnik Teksasu (7, 8): Kukulcze gniazdo / Manhattańskie przesilenie / Dom śmierci – serial krym. USA/Kanada 2009 **22.55** Łowca pedofiliów (145-148) **0.55** Więzienie (179, 180) **1.55** Septagon (8-10)

**TV 4**

DVB-T

**6.00** Strażnik Teksasu (5, 6) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (99) **8.55** Policjantki i policjanci (406, 407) **10.55** Na ratunek 112 (1153, 452) **11.55** Dlaczego ja? (1557) **12.55** Trudne sprawy (1055-1057) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (72) **18.00** Policjantki i policjanci (1410, 1411) **20.00** Uroczysko (241) **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1020) **21.30** Sprawiedliwi. Trójkątność (137) **22.40** \*\*\* Artur i Merlin: rycerze Kamelotu – film przygod. W. Bryt. 2020, reż. Giles Alderson, wyk. Richard Short, Richard Brake, Stella Stocker **0.25** Love Island. Wypła miłości (29) **1.30** Hardcoreowy Lombard (145) **2.40** Interwencja (5882) **2.50** SuperLudzie

**Ale Kino+**

**9.40** Wyraj – film krótkometr.  
**10.15** Grantchester (3, 4) **12.20** Vera (2) **14.10** \*\*\* Porwanie Heinekena – film sens. Hol./Belg./W. Bryt./USA 2015 **16.05** \*\*\* Czwarta władza – film biograf. USA 2017 **18.20** Vera (3) – serial krym.  
**20.10** \*\*\* Kamdesh. Afgańskie piekło – film sens. USA/Bulg. 2019 **22.40** \*\*\* Kochanica króla. Jeanne du Barry – film biograf. Fr./W. Bryt./Belg./USA/Rosja/Arab. Saud. 2023 **0.55** \*\*\* Na własnych warunkach – dramat Fr./Tajwan 2025

**Kino Polska**

**8.45** PKF 52AB/68 **9.05** \*\*\* Podróż za jeden uśmiech – film przygod. Polska 1972 **11.00** \*\*\* Basia sama w domu – kom. Polska 2021 **13.00** \*\*\* Komedialna małżeńska – kom. Polska 1993 **15.10** \*\*\* Paragon, gola – kom. Polska 1969 **17.20** Pogranicze w ogniu (24) **18.50** Czterej pancerni i pies (1) **20.00** \*\*\* Kamienie na szaniec – dramat Polska 2014 **22.25** \*\*\* W nich cała nadzieja – film sf Polska 2023 **0.00** \*\*\* Drogówka – film krym. Polska 2012

**Polsat Film**

**7.05** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi **7.30** Doktor Martin (64) **8.30** Przyjaciółki (223, 224) **10.25** Świat według Kiepskich (166-167, 193-194, 77, 83, 50) **14.25** \*\*\* Rodzina na wakacjach – kom. USA 2004 **16.30** \*\*\* Niepamięć – film sf USA 2013 **19.00** \*\*\* Mroczna Wieża – film fantasy USA 2017 **21.00** Lista dźwięków – film obyczajowy USA 2021 **23.05** \*\*\* Wszystkie stare noże – thriller USA/Kanada 2022 **1.10** Gliniarze **3.10** Fala zbrodni (34, 35)

**Stopklatka**

DV3

**6.50** Wielkie wynalazki **7.55** Wojciech Cejrowski – bosko przez świat **9.00** Robert Makłowicz **10.50** Wojny magazynowe: Kanada **11.55** Wojny kontenerowe **13.00** Katastrofy w przestworzach **16.00** MacGyver (21, 22) **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.15** Wojny kontenerowe **20.00** \*\*\* Prawo do zemsty – film sens. USA 2019 **21.50** Bez litości (3) **23.40** \*\*\* Predator 2 – film sf USA 1990 **1.55** \*\*\* Zamknąć za sobą drzwi – film kryminalny Polska 1987

**Canal+ Premium**

**10.35** Balony **11.05** Riefenstahl **13.00** Making of C+ **13.10** \*\*\* W kogo ja się wrodziłem? – film obyczaj. Polska 2001 **14.10** The Office PL (6, 7) **15.05** Hannah Arendt: Myślenie jest niebezpieczne **16.25** \*\*\* Ida – dramat Polska/Dania/Fr./W. Bryt. 2013 **17.50** \*\*\* Saga „Zmierzch” – Księżyc w nowiu – melodramat USA 2009 **20.00** Emigracja XD **20.55** Making of C+ **21.00** Czarnowice Mayfair (5, 6) **22.30** \*\*\* Polowanie – film sens. USA 2025

**HBO**

**9.20** Noc przed Świętami w Kramie Czarów – film anim. W. Bryt. 2024 **10.45** Księga życia – film anim. USA/Meksyk/Kan. 2014 **12.20** \*\*\* Alita: Battle Angel – film sens. USA/Jap./Kan. 2019 **14.20** \*\*\* Lista – kom. USA 2023 **15.55** \*\*\* Spider-Man: Homecoming – film sf USA 2017 **18.05** \*\*\* Na rauszu – komediodramat Dania 2020 **20.00** Euforia (3) **21.05** Rooster (8) **21.40** Wielki powrót (6) **22.15** \*\*\* Vinci 2 – kom. krym. Polska 2025

**Polsat 2**

**6.30** Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Przyjaciółki (299) **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (261-265) **17.00** 48 h. Zaginię (251, 252) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (19) – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze (1048) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.05** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi **23.00** Świat według Kiepskich (273, 274) **0.00** Ślad (103) **1.00** Zdrady II **2.00** Wydarzenia

**TVP Seriele**

**6.20** Na sygnale (432, 433) **7.30** Ojciec Mateusz (428) **8.30** Komisarz Alex (280) **9.20** Rodzinka.pl (51) **9.55** Klan (1401) **10.30** Ranczo (50) **11.25** M jak miłość (1927) **12.25** Komisarz Alex (314) **13.25** Kulisy „Ojciec Mateusz” **13.35** Ojciec Mateusz (333, 334) **15.30** Komisarz Alex (281) **16.15** Na sygnale (434, 435) **17.25** Ranczo (51, 52) **19.30** Ojciec Mateusz (335, 429) **21.30** Ranczo (53, 54) **23.25** Ojciec Mateusz (336) **0.20** Na sygnale (884-888)

**AXN**

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (7, 8) **7.30** Dr House (9, 10) **9.25** Castle (23, 24) **11.20** Detektyw Monk (14, 15) **13.20** Dr House (11, 12) **15.20** Agenci NCIS (11, 12): Kolowrotek / Miasto partnerskie, część 1. **17.20** Castle (1, 2): Walkiria / Kryptonim „Dreamworld” **19.10** FBI (20, 21) **21.05** FBI: International (2): Ta druga trudna część **21.55** FBI: Most Wanted (5) **22.55** Castle (1, 2) **0.40** FBI (20, 21) **2.25** FBI: International (2) **3.20** FBI: Most Wanted (5)

**13 Ulica**

**5.00** Falszerstwo (6) **6.00** Astrid i Raphaëlle (5, 6) **8.15** Kapitan Marleau (3) **10.15** Mentalista (12, 13) **12.05** Bez śladu (23, 24) **13.55** Astrid i Raphaëlle (7, 8) **16.15** Kapitan Marleau (4, 18, 20) Agenci NCIS: Los Angeles (1, 2) – serial krym. USA **20.10** Motyw (1, 2): Przyczajkowy / Zbrodnie namietności – serial kryminalny Kanada 2013 **22.00** Blanca (10) – serial krym. Wł. **23.05** Metoda Wagnera (12) **1.05** Kapitan Marleau (4) **3.10** Astrid i Raphaëlle (5, 6)

**FX**

**7.20** Kości (3, 4) **9.10** CSI: Kryminalne zagadki Miami (9, 10) **11.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6) **13.45** Agenci NCIS (7, 8) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (11, 12) **18.20** FBI (11, 12) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) **22.00** Tropiciele (11) **22.55** \*\*\* Londyn w ogniu – film sens. USA/W. Bryt./Bulg. 2016 **0.55** 9-1-1 (7)

**BBC First**

**6.00** Zagadki doktora Blake'a (1) **6.55** My Life is Murder (6, 7) **8.40** Lewis (7) **9.40** Ojciec Brown (1) **10.40** Śmierć pod palmami (6) **11.45** Zagadki doktora Blake'a (1) **12.55** Koroner (1, 2) **14.55** Ojciec Brown (5) **15.50** Lewis (7) **16.55** My Life is Murder (7) **17.50** Morderstwa w Midsomer (11, 12) **19.50** Śmierć pod palmami (4, 7) **22.05** \*\*\* Komisarz Magiret (1/2) – dramat W. Bryt. 2017 **0.00** Zabójcze arcydzieła (6) **1.05** Śmierć pod palmami (5)

**Eurosport 1**

**8.30** Maraton Londyński **10.00** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **11.00** Snooker: MS w Sheffield **14.00** (L) Snooker: MS w Sheffield **17.00** Snooker: MS w Sheffield **18.45** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **19.30** (L) Snooker: MS w Sheffield **23.00** Snooker: MS w Sheffield **0.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **1.30** Snooker: MS w Sheffield **2.30** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **3.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **4.30** Snooker: MS w Sheffield

**Eurosport 2**

**8.30** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **10.00** Snooker: MS w Sheffield **11.00** Maraton Londyński **12.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **13.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **15.30** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **17.00** Maraton Londyński **19.00** Kolarstwo górskie: Podsumowanie sezonu PS **21.00** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **22.00** Kolarstwo: Liège-Bastogne-Liège **22.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **0.00** Wyścigi Endurance: MS Endurance FIM – 24 Heures Motos

**Polsat Sport 1**

**6.00** Siatkówka: PlusLiga **9.00** Polsat Sport Talk **10.00** Siatkówka: PlusLiga **11.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **13.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **15.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **17.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open **20.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja **23.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego

**TVP Sport**

DV3

**10.30** Hokej na lodzie (tow.): Polska – Słowenia **11.30** Hokej na lodzie: NHL **12.45** NBA: Portland Trail Blazers – San Antonio Spurs **14.15** Piłka nożna: Olimpia Grudziądz – Warta Poznań **16.45** Magazyn Betlic 2. Ligi **17.25** Magazyn Betlic 1. Ligi **17.55** (L) Piłka nożna: Ruch Chorzów – Pogoń Grodzisk Mazowiecki **20.05** Magazyn Betlic 1. Ligi **21.30** Gol **22.55** Sportowy wieczór **23.20** Piłka nożna (k): RCD Espanyol Femeni – FC Barcelona Femeni

**Canal+ Sport**

**6.00** Liga+ Extra – magazyn **8.00** Sport+ **9.00** Piłka nożna: Villarreal CF – RC Celta; Real Oviedo – Elche CF **13.30** Sport+ **14.40** Liga+ Extra – magazyn **16.45** Wysoki pressing – magazyn **18.30** Sport+ **19.30** Jej Wysokość Premier League – magazyn piłkarski **20.55** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Getafe CF – FC Barcelona **23.05** Ekstraklasa po godzinach – magazyn **0.15** Sport+ **1.30** Piłka nożna: Cracovia – Pogoń Szczecin; Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze

**Canal+ Sport 5**

**8.30** Żużel: Proneury Polonia Piła – Moonfin Magnus Ostrów Wielkopolski **11.15** Żużel: Bayersystem GKM Grudziądz – Betard Sparta Wrocław; FOGO Unia Leszno – Gezet Stal Gorzów **16.45** Magazyn PGE Ekstraliga **18.25** Studio **18.55** (L) Piłka nożna: Piast Gliwice – Arka Gdynia **21.00** Ekstraklasa po godzinach **22.05** Magazyn Metalikas 2. Ekstraliga **23.35** Boks: Jared Warren – Conor Cooke **0.45** Ekstraklasa **2.00** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa

**Eleven Sports 1**

**8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports **12.00** Piłka nożna: Serie A Enilive **14.00** Piłka nożna: Bundesliga **16.00** Magazyn sportowy **17.00** Magazyn sportowy **17.30** Magazyn sportowy **18.00** Magazyn sportowy **18.40** Magazyn sportowy **19.20** Magazyn sportowy **20.00** Magazyn sportowy **20.40** (L) Piłka nożna: Serie A Enilive **22.40** Magazyn sportowy **23.20** Magazyn sportowy **0.00** Piłka nożna: Bundesliga

**Polsat Sport 3**

**6.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **8.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **11.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **13.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **16.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **18.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **20.00** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **22.30** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **1.00** MMA: Babilon MMA

**TVN 24**

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarne na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

**Polsat News**

**10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania **1.25** Punkt widzenia Jankowskiego

**TVP Info**

DV3

**10.00** Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** **14.30** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **18.55** Serwis info wieczór **19.00** Kontrapunkt – Ring wolny **19.30** **19.30** **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez retuszu **20.57** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

**TVP 3**

DV3

**11.30** Wiosna na RODOS **12.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogo **13.40** Rozmowy (nie)wygodne **14.15** Szkoła Mistrzów **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Kryminalna Siódemka Extra **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (138)

**TVP Rozrywka**

**7.10** Okrasa łamie przepisy **8.15** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Kolo fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.20** Rodzinka.pl **15.25** Program rozrywkowy **15.50** Kocham Cię, Polsko! **17.25** Va banque **18.00** Kolo fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Makłowicz w podróży **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.50** The Voice Kids **1.10** Kolo fortuny **2.35** Kabaret. Super Show Dwójki

**Planete+**

**9.20** Polska z góry **10.20** Afryka z góry **11.20** Dokąd dzisiaj? **12.35** Najpiękniejsze rzeki świata **13.40** Materiały przyszłości **14.50** Stormborn – Zrodzone w burzy **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Dokąd dzisiaj? **18.15** Mam zamek **19.10** Na targach świata **19.45** Prywatne życie nazistów **20.50** Niezwykłe podróże koleją **22.00** Komenski. Edukacja tworzy człowieka **23.10** Mężczyźni nienawidzący kobiet **0.20** Niezwykłe podróże koleją

**BBC Earth**

**9.20** W okowach mrozu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Planeta Ziemia **13.25** Układ Słoneczny **14.30** W okowach mrozu **15.30** Życie na pustkowiu **16.35** Alaska z Sue Perkins **17.35** Skarby przeszłości i ich tajemnice **18.35** Planeta Ziemia II **19.45** Pewnego razu w kosmosie **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **22.55** Amerykańskie Południe **23.55** Wielka kanadyjska przygoda **1.00** Skarby przeszłości i ich tajemnice

**Discovery Channel**

**7.30** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **9.00** Gorączka złota **10.00** Klan z Alaski **11.00** Ed Stafford: Inicjacja **12.00** Od samochodu do domu **13.00** Nagi instynkt przetrwania **15.00** Złomowisko PL **16.00** Złoto drwali **17.00** Włoska kontrola celna **18.00** Truckerci **19.00** Złomowisko PL **21.00** Nic do zgłoszenia **22.00** Od samochodu do domu **23.00** Celniccy na straży Turcji **0.00** Gorączka złota **1.00** Zoom na architekturę **2.00** Militaria na warsztatach

**TVN Turbo**

**8.20** DeFacto **9.15** Fani czterech kółek **10.15** Złomowisko PL **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Wojny samochodowe **19.15** Gadżet **4.0** **19.45** Ciężarówka przez Chile **20.45** Naprawy nie do naprawy **21.30** Uwaga! Oszust: Sciema z ogłoszenia **22.00** Raport Turbo **22.20** Zawodowi handlarze **23.05** Z drugiej ręki **23.50** Jeździć, obserwować

**TVN Style**

**7.45** Złoty remont **8.45** Gwiazdy lumpsów **9.50** I nie opuszczajcie się aż do ślubu **11.25** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: Bartoszyce – Gościnną/Piwem Podlane / Restauracja „Ajax”, Janki **15.35** Jestem z Polski **17.45** Kuchenne rewolucje: Myszeć – „Gościniec” / Restauracja-pizzeria „Irlandia”, Czechowice-Dziedzice / Szczecin – „Cafe Eleganko” **20.50** Babski biznes **21.50** Jestem z Polski **23.45** Hotel Paradise **0.45** 40 kontra 20 **2.30** Wiem, co jem

## SERIELE

### Pierwsza miłość

POLSAT 18:00

Julitę dręczą wyrzuty sumienia z powodu sytuacji z Florianem, a on celowo ją prowokuje. Gdy Julita ostro się mu stawia, nieświadomie ściąga na siebie jego zemstę. Po przypadkowym spotkaniu z Szymonem Marta odkrywa, że mogłaby się otworzyć na nową relację. Na budowie Kaliny trwa dramatyczna walka z czasem. Życie zasypanych jest zagrożone, a ich szanse maleją z każdą chwilą.

### Na Wspólnej

TVN 20:15



Ola odwiedza Alana, a Czerski lądje... na komisariacie! Mariusz jest kompletnie bezradny w sprawie pozwu Nowińskiego, który żąda 5 mln odszkodowania. Ola podpowiada, by przekonał klienta, że to przecież przez córkę stracił firmę.

## Barwy szczęścia

*Lukasz posuwa się do śledzenia Ksawerego. Czy to zwykły bunt nastolatka?*

TVP 2 20:05

Brak pierścionka zaręczynowego na palcu Ewy budzi wyraźny niepokój Romeo. Problemy wychowawcze sprawiają, że zdesperowany Łukasz zaczyna śledzić Ksawerego. Jego zachowanie wywołuje sprzeczkę z Celiną, która normalnie traktuje bunt nastolatka.



## M jak miłość

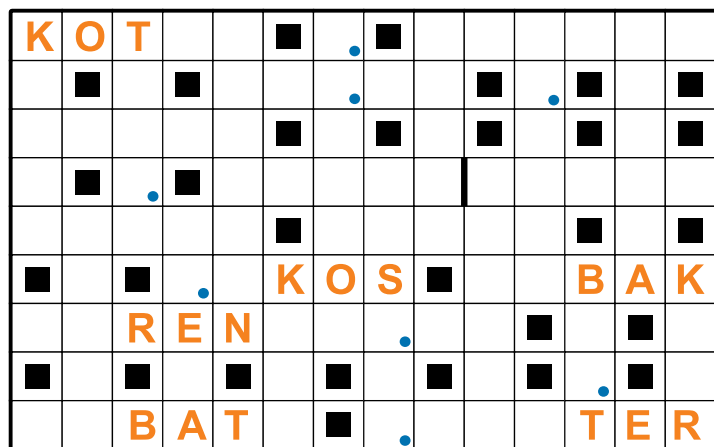
*Czy konflikt Mateusza i Tomka przerodzi się w bójkę?*

TVP 2 20:55

Konflikt Mateusza z Tomkiem przybiera na sile do tego stopnia, że Janek musi powstrzymać kolegów przed bójką w akademiku. Później studenci WAT-u biorą udział w poszukiwaniach chłopca, który zaginął w lesie. Podczas akcji poważnie ranna zostaje Majka.



## JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie.

Ujawniono niektóre litery.

W kolejności przypadkowej:

- częsta taśma filmowej
- ostry wiraż górskiej drogi
- makatka na ścianie
- łódź z jednego pnia drzewa
- np. Buster Keaton
- polskie auto elektryczne
- gwarancja pieniężna
- hormon emocji
- biegnie pod kanałem La Manche
- „... na Bounty”, film USA
- pracuje w rozrywce
- parzona w ekspresie
- egzotyczny owoc
- machina burząca mury
- kraj z New Delhi
- przynęta na haczyku
- spokrewniona z kuną
- machina do wbijania pali
- Ryszard, grał Mariana Paździucha
- cyranka lub krzyżówka
- klub sportowy z miasta „nafciarzy”
- gruby, sztywny papier
- instrument strunowy szarpany
- skrócony podpis
- sejmowa dyskusja
- odtwarzacz płyt winylowych

## Romance TV

**12.25** ★★ Rosamunde Pilcher: Letnie marzenie – romans Austria/Niemcy 2004 **14.15** ★★★ Szkoła nad morzem – dr. Niemcy 2025 **16.05** ★★★ Rosamunde Pilcher: Ścieżki miłości – romans Austria/Niemcy 2004 **18.00** Śledztwo prowadzi Watzmann (33) **19.00** Górski lekarz (84) **20.00** ★★★ Dwa osły na Sardynii – kom. Niemcy 2015 **21.50** ★★ Kto nakarmi króliką? – kom. Niemcy 2023 **23.45** Górski lekarz (84) **0.45** ★★★ Dwa osły na Sardynii – kom. Niemcy

## TVN Fabuła

**8.45** Detektywi (424, 425) **9.50** Przepis na życie (1) **10.50** Szpital św. Anny (40) **11.50** Magda M. (7, 8) **13.55** Układ warszawski (1) **14.55** Detektywi **15.55** Seriala: Rozmowy **16.45** Magia kina **17.20** ★★★ Akademia policyjna III: Ponowne szkolenie – kom. USA/Kanada 1986 **19.00** Szpital św. Anny (20) **20.00** ★★★ Droga powrotna – film sport. USA/Kan. 2020 **22.30** ★★★ Gran Torino – dramat USA 2008 **0.45** ★★★ Wyspa – film sens. USA 2005

## AMC

**6.15** Blżej gwiazd **6.50** ★★ Wy-marzony facet – kom. rom. USA 2002 **8.45** ★★★ Czarnobrody (1) – film przygod. USA 2006 **12.15** ★★ Palący problem – kom. krym. W. Bryt. 2011 **14.15** ★★ Kopalnie króla Salomona (1) – film przygod. Niemcy/USA/RPA 2004 **17.45** ★★ Equilibrium – film sf USA 2002 **19.50** ★★ Lara Croft: Tomb Raider: Kolebka życia – film przygod. USA/Niemcy/Jap./W. Bryt./Hongk. 2003 **22.00** ★★★ Gorączka – film sens. USA 1995

## TTV

D3

**6.20** DeFacto **6.50** Diabelnie boskie **7.20** Ukryta prawda **8.20** Kartoteka **10.30** Detektywi **12.30** Zakup w ciemno **14.30** Kartoteka **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Idź na całość **18.05** Damy i wieśniaczki. PL **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.20** Kanapowczyźnie **1.20** 99 – Gra o wszystko **2.20** Sędzia Anna Maria Wesołowska

## Fokus TV

D3

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginięni (10) **7.10** Byli sobie podróżnicy **8.50** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Niezwykłe osiągnięcia starożytności **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Ostatni bastion Hitlera: Plan Himmlera / Łowcy czołgów **16.00** Dorwać tureczki **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Maszyny bojowe: Nowoczesna broń **22.00** Polowanie na Hitlera **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

## Nowa TV

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (490-493) **9.30** Calkiem nowe lata miodowe (16) **10.00** Miodowe lata **10.30** Wziewienie **12.00** Poirot (5, 6) **14.00** Świat według Kiepskich (554, 555) **15.00** Świat według Bunch (217-222) **18.00** Calkiem nowe lata miodowe (13) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (79) **22.00** Ślad (74-75, 107) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

## National Geographic

**9.00** Tajemnicze wyspy **10.00** Lotnisko: biuro rzeczy znalezionych **11.00** Lotnisko w Toronto **12.00** Wcielenia zła **14.00** Łzapa przemysłowa **15.00** Morski patrol: Hiszpania **16.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **17.00** Imperium Mongołów: historia Czyngis-chana **18.00** Żelazna kurtyna: życie pod radziecką okupacją **19.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy – best of **20.00** Katastrofa w przestworzach **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny

## Nat Geo Wild

**11.00** Przedziwna planeta Ziemia **12.00** Królestwo drapieżników **13.00** Humorzaste zwierzęta **14.00** Królestwo białego wilka **15.00** Najdziwniejsze cuda ewolucji **16.00** Dzikie miejsca Europy **17.00** Niezwykłe wędrówki zwierząt **18.00** Katavi – utracony raj Afryki **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Ryzyko zawodowe / Mali weterynarze / Zaufajcie ekspertom / Szybka reakcja / Niesamowita doktor Brenda

## Metro

**6.50** J.A.G. – Wojskowe Biuro Śledcze (21) **7.45** Sekrety życia (23) **8.40** Szpital (680, 681) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (625) **11.40** Magda gotuje Internet **12.04** Szkoła (674) **13.41** Anatomia piękna **14.40** Zapukaj do moich drzwi (125) **15.40** The Floor **17.00** Ciężarówka przez Indonezję **18.00** Prawo Agaty (4) **19.00** Kartoteka (1, 2) **21.05** Kryminalni (9, 10) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (21) **0.15** The Traitors. UK **1.35** Szpital (679)

## TVP Historia

D3

**6.45** Było, nie minęło... **8.20** Czterej pancerni i pies (21) **9.45** Jaszowiec. Zapomniana nowoczesność **10.45** Fake czy historia? **11.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.25** Starożytne mocarstwa **13.25** Królowie (2) **14.00** Polskie drogi (1) (s.2) **15.40** Sensacje XX w. **17.30** Czas honoru (41) **18.30** Kapitan Myszkowski **19.40** Królowie (41) **20.20** Zatoka szpiegów (11) **21.15** Upadek nazizmu – obława **22.15** Kroniki Hitlera **23.25** Sensacje XX w. **1.30** Encyklopedia II wojny światowej

## TVP Dokument

D3

**11.40** Londyn – stolica kontrastów **12.50** Dzikie życie poza szlakiem **13.50** Krainy cudów natury **14.50** Camargue. Raj delty Rodanu **15.55** Przyszłość z góry (1) **16.55** Podróżnicy – odkrywcy **18.00** Gregory Peck – aktor dzentelmen – film dok. **18.55** Arktyczna przyroda Laponii **19.05** Magia irańskiego jedwabiu **19.55** Arktyczna przyroda Laponii **20.10** Belize: Raj w sercu Karaibów **21.15** Pakistan, nasz najlepszy wróg **22.15** Barbara Włodarczyk zaprasza **22.20** Wiadomości od Saszy

## Zoom TV

**6.00** Blżej! Magazyn reporterów **6.55** Gadzet show **7.25** Tomasz Pagowski. Remont u ciebie **7.55** To leci w sieci **9.15** Bolek i Lolek **9.55** Reksio **10.45** To leci w sieci **11.40** Pupałki umysłu **12.20** Zoologia ekstremalna **13.25** Niewyjaśnione tajemnice świata **14.25** Sensacje XX w. **16.45** Wojciech Ciejrowski – boso przez świat **19.00** Strażnik Teksasu (14, 15) **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Magia nagości **0.05** Striptiz – tak to się robi w Vegas

## TLC

**9.00** Rodzice na szóstkę **10.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **11.00** Mój mąż jest w ciąży **12.00** Kiedy dzieci mają dzieci **13.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Kilogramy zbędnej skóry **19.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **20.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania **21.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **23.00** Toksyczne związki

## TVS

**10.00** Dzisiaj w regionie **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS **23.35** Doktor z alpejskiej wioski **0.30** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **1.35** Wydział kryminalny Kitzbühel **2.35** Emeryci na tropie

## WP

**9.00** WP News **9.20** Tłit **10.00** W bunkrze Hitlera: ostatnie dokumenty **11.00** Mityczne bestie **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.05** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach (1) – serial krym. Fr. **19.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Il wojna światowa: wyścig do zwycięstwa **22.00** Mistrzowie kabaretu: Paranienor-malni, Łukasz Rybarski, KMN Zdobni i skromni / Kabaret Chyba

**TVP1**

DVB-T

**Oddział Delta**

**7.00** Msza święta na Jasnej Górze  
**7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info  
**8.25** Zaraz wracam (118) **9.00** Ranczo (15): Gmina to ja **10.05** Komisarz Alex (24): Prawdziwa śmierć  
**11.05** Ojciec Mateusz (128): Celebryta **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Program rolny **12.55** Dziką Argentyną (1): Niebezpieczne wody **14.00** Złoty chłopak (278)

**15.00** Serwis Info – magazyn  
**15.15** Reporterzy – magazyn  
**15.35** Gra słów. Krzyżówka  
**16.05** Dziedzictwo (903)  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Jaka to melodia?  
**17.55** Klan (4704)  
**18.20** Zaraz wracam (119)  
**18.55** Akacjaowa 38 (856)  
**19.30** 19.30  
**19.55** Pytanie dnia  
**20.30** Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej  
**21.20** System – film krym. USA/\*\*\*\* W. Bryt./Czechy/Rum. 2014  
 Reż. Daniel Espinosa, wyk. Tom Hardy, Gary Oldman  
**23.50** Oddział Delta  
 \*\*\* – film akcji USA/Izrael 1986  
 Reż. Menahem Golan, wyk. Chuck Norris, Lee Marvin, Martin Balsam  
 Pięć lat po tym, gdy oddział Delta uwolnił zakładników w Teheranie, palestyńscy terroryści porwują samolot pasażerski lecący z Aten do Nowego Jorku. Na pokładzie jest 144 Amerykanów.  
**2.05** Kto ratuje jedno życie.  
 \*\*\* Cudak – dram. Polska 2021  
**3.50** To działa. Polskie innowacje bez granic

**TVP2**

DVB-T

**Familiada**

**5.30** M jak miłość (1744) **6.20** Przysięga nad Biblią **6.55** Barwy szczęścia (3367) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn informacyjno-publicystyczny **11.40** Rosół polski **12.15** Którędy po sztukę **12.30** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (81) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (889): Demolka – serial obyczaj. Polska 2026

**15.05** La Promesa – pałac tajemnic (379)  
**16.00** Koło fortuny – teleturniej  
**16.35** Familiada – teleturniej  
**17.20** Panna młoda (82)  
 Yasemin wyjawia Cihanowi, że Beyza jest w ciąży. Derya znajduje klucze do sklepu i zaczyna podejrzewać Cemila. Cihan nadal nie wyjaśnia Hancer swojej przeszłości z Beyzą.  
**18.15** Va banque – teleturniej  
**18.50** Jeden z dziesięciu  
**19.25** Barwy szczęścia (3367)  
**19.55** Domowe patenty – felieton  
**20.05** Barwy szczęścia (3368) – serial Polska 2026 (s.21)  
**20.40** Kulisy „M jak miłość”  
**20.55** M jak miłość (1929) (s.21)  
**21.55** Na sygnale (891)  
**22.25** Magazyn Ekspresu Reporterów  
**23.25** Fucking Bornholm  
 \*\*\* – dramat obyczajowy Polska 2022 (s.21)  
 Reż. Anna Kazejak, wyk. Agnieszka Grochowska, Maciej Stuh, Poul Storm  
**1.15** Hit Man – komedia  
 \*\*\* sensacyjna USA 2023  
**3.20** Wydojeni – film dokumentalny Nowa Zelandia 2021

**Polsat**

DVB-T

**Everest**

**5.40** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.30** Malanowski i Partnerzy (242, 243): Zły zięć / Chłopak z sieci **9.30** Trudne sprawy (1048, 1049) – serial fabularno-dokumentalny **11.35** Gliniarze (742-744): Kodeks / Złecenie / Podnośnik – serial fabularno-dokumentalny **14.40** Dlaczego ja? (1556): Nietrafiona miłość – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026

**15.50** Wydarzenia  
**16.15** Pogoda  
**16.20** Interwencja – magazyn  
**16.30** Na ratunek 112 (1153)  
**17.00** Gliniarze (1193)  
 Osłepiony podczas napaści właścicieli sklepu sportowego oskarża o atak swojego konkurenta. Śledztwo ujawnia, że podejrzany handluje sterydami.  
**18.00** Pierwsza miłość (4205) – serial Polska 2026 (s.21)  
**18.50** Wydarzenia  
**19.15** Gość „Wydarzeń”  
**19.55** Milionerzy – teleturniej  
**20.30** Farma – reality show  
**21.30** Ninja vs Ninja – show  
**23.30** Everest – thriller USA/\*\*\*\* Islandia/W. Bryt. 2015  
 Reż. Baltasar Kormákur, wyk. Jason Clarke, Josh Brolin, Jake Gyllenhaal  
 Historia tragicznej wyprawy, która pod przewodnictwem doświadczonego wspinacza próbowała w 1996 roku dotrzeć na szczyt Everestu.  
**2.10** Plan lotu  
 \*\*\* – thriller USA 2005  
 Reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, Peter Sarsgaard, Sean Bean

**TVN**

DVB-T

**Operacja „Deszcz”**

**5.00** Jak to jest zrobione? **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1621) **6.50** Kuchenne rewolucje: Gdynia – Worek maki **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Doradca smaku **11.25** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Karuzela smaku”, Warszawa / Biedrusko, Restauracja „Czterej Pancerni” **13.40** Ukryta prawda (1744-1745, 1673) – serial fab. dokumentalny Polska

**16.50** Szpital św. Anny (116) – serial obyczaj. Polska  
**17.55** Detektywi (310) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026  
**19.00** Fakty  
**19.55** Uwaga! – magazyn  
**20.15** Na Wspólnej (4202) – serial Polska 2026 (s.21)  
**20.50** The Floor – teleturniej  
**21.30** Skok na głęboką wodę – reality show Polska 2026  
**22.40** Kuba Wojewódzki – talk show Polska 2025  
**23.40** Superwizjer – magazyn  
**0.20** Operacja „Deszcz”  
 \*\*\* – film sf Australia 2020  
 Reż. Luke Sparke, wyk. Dan Ewing, Temuera Morrison, Lawrence Makoare  
 Dwa lata po inwazji obcych na Ziemię, ocaleni prowadzą desperacką wojnę. Ruch oporu z kilkoma sojusznikami odkrywa spisek, który może doprowadzić do zakończenia wojny.  
**2.55** The Traitors. Zdraycy – reality show Polska 2026  
**4.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (9): Życie na krawędzi – serial krym. USA/Kanada 2010

**TVN7**

DVB-T

**Zabójcza broń IV**

**6.50** Szkoła (608, 609) **8.45** Ukryta prawda (1284, 1194, 1195) **11.55** W-11 Wydział Śledczy (942, 943) **14.00** Detektywi (69) **15.00** Szpital św. Anny (107) **16.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (609, 610) **18.00** Sekrety życia (7) **19.00** Ukryta prawda (1478) **20.00** Hotel Paradise (34) **21.00** \*\*\* Zabójcza broń IV – komedia sens. USA 1998, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Rene Russo **23.40** \*\*\*\* Tenet – film akcji USA/W. Bryt. 2020, reż. Christopher Nolan, wyk. John David Washington, Michael Caine **2.40** Hotel Paradise (33) **3.25** SOS. Ekipy w akcji (37) **4.15** Usterka (23)

**TV Puls**

DVB-T

**6.00** Policjanci z Miami (1, 2) **8.00** Kobra – oddział specjalny (8, 9) **10.00** Triumf miłości (125, 126) **12.00** Nie igraj z aniołem (63) **13.00** Wspaniałe stulecie (8) **14.00** Przepis na zbrodnię (26) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (700, 701) **17.00** Dzielnica strachu (461) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (991, 992) **20.00** Badn – film sens. Fr. 2025 **21.55** \*\*\* Bronx – film sens. Fr. 2020 **0.10** \*\*\* Płonąca pułapka – dramat USA 2004 **2.25** Lombard. Życie pod zastaw (987) **3.25** Dyżur (41, 42)

**Puls 2**

DVB-T

**7.00** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Gumisie **14.00** Kacze opowieści **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **16.00** Superheroes: Kazoom Power **16.15** Fineasz i Ferb **16.50** Marta mówi! **17.10** Superkoty **17.45** Świnka Peppa **17.55** Bing **18.10** Masza i niedźwiedź **18.25** Myska **18.50** Frajdomek **18.55** Don Matteo: Boski detektyw (16) **20.00** Przepis na zbrodnię (29) **21.00** Dzielnica strachu (465, 466) **23.00** \*\*\* Intruz – film sens. Kan./USA 2010 **1.00** Dzielnica strachu (463)

**TVP Polonia**

**7.00** Rączka gotuje **7.30** Pytanie na śniadanie **11.55** Opowieści z Greenpointu **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Komisarz Alex (274) **13.05** Ranczo (16) **14.00** Kod bezpieczeństwa **14.30** Moda na język polski **15.00** Serwis Info **15.10** Fajna Polska **16.00** Zaraz wracam (76) **16.30** Barwy szczęścia (3298) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówki **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Oko na Wschód **18.45** Panorama **19.20** Polacy światu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Strażacy (16) **21.20** Ojciec Mateusz (16) **22.20** Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru **23.15** Panorama **23.45** Sekielski wieczorową porą **0.40** Zaraz wracam (76)

**TV Trwam**

DVB-T

**12.03** Informacje **12.20** Sumienie Hioba – rzecz o ks. Bolesławie Stefańskim **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Gdy kwitną kasztany. Nasz Nazaret **15.25** Świat widziany sercem **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z Ewangelią w Krainie Rajskiego Ptaka **23.00** Kto ratuje jedno życie **0.10** Informacje **0.30** Burza w okręgu krakowskim

**TVP Kultura**

DVB-T

**8.15** WTEM **8.25** Dobry tytuł **9.00** Hala odlotów **10.00** Na kłopoty Bednarski (4) **11.05** \*\*\* Złote koło – film krym. Polska 1971 **12.45** \*\*\* Zeniac – komedia Polska 1983 **14.05** Poszukiwacze zaginionych arcydzieł **14.45** \*\*\* Dom moich synów – dramat Polska 1975 **15.50** Dlaczego nie Evans? (2) **16.40** Na kłopoty Bednarski (5) **17.50** Mody Polskie **18.35** Pastor. Cztery akty **20.00** Teatr TV: „Symfonia tańca/ Ssss...” – spektakl Polska 2026, reż. Edward Clug **20.25** Rozmowa po teatrze **21.10** \*\*\*\* Sześć roku – komedia Hiszp. 2021 **23.20** Film noir **0.20** W poszukiwaniu dobrego filmu **1.00** \*\*\*\* Moonraker – film sens. W. Bryt./Fr. 1979

**Super Polsat**

DVB-T

**6.45** SuperLudzie Extra (55) **7.00** Na ratunek 112 (609, 610) **7.55** Doktor Martin (33, 34) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (15, 16) **11.30** Świat według Kiepskich (367-370) **13.25** Bitwa o palety (1) **14.25** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (30) **16.05** Top chef (1) **17.35** Świat według Kiepskich (458-460, 546-547) **20.05** Złomiarze (14) **21.10** \*\*\* Salon piękności – komedia USA 2005, reż. Bille Woodruff, wyk. Queen Latifah, Alicia Silverstone, Andie MacDowell **23.15** \*\*\* Zia kobieta – komedia USA 2011, reż. Jake Kasdan, wyk. Cameron Diaz, Justin Timberlake **1.05** Świat według Kiepskich (38, 41, 337-340) **4.05** Nasz nowy dom (231, 232)

**TV 6**

DVB-T

**6.00** Więzienie (171, 172) **6.55** Policjantki i policjanci (606, 607) **8.55** Kobra – oddział specjalny (149, 150) **10.55** 48h. Zaginięni (195-197) **13.55** Policjantki i policjanci (1147) **14.55** Kobra – oddział specjalny (151, 152) **17.00** Magnum: Detektyw z Hawajów (92): Cierpiące dzieci – serial sens. USA 2023 **18.00** Strażnik Teksasu (9, 10): Whitewater, część 1-2 – serial sens. US 1995A **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (128-130): Drugie szanse / Wymiar niesprawiedliwości / Niebrydki faul – serial krym. USA/Kan. 2010 **22.55** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (647, 648) – serial krym. Polska 2022 **0.55** Kości (45, 46) **2.55** Septagon (11, 12)

**TV 4**

DVB-T

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (7, 8) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (100) **8.55** Policjantki i policjanci (408, 409) **10.55** Na ratunek 112 (1154, 453) **11.55** Dlaczego ja? (1558) **12.55** Trudne sprawy (1058-1060) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (34, 35) **18.00** Policjantki i policjanci (1411, 1412) **20.00** Uroczysko (242) **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1021) **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (138) **22.40** \*\*\*\* Nieśmiertelny – film fantasy W. Bryt./USA 1986, reż. Russell Mulcahy, wyk. Christopher Lambert, Sean Connery, Roxanne Hart **1.00** Love Island. WySPA miłości (30) **2.05** Hardcorowy Lombard (146) **2.40** Interwencja

## Ale Kino+

**6.30** Polska z góry **7.00** Wyraj – film krótkometr. **7.35** \*\*\* Pieniądze to nie wszystko – kom. Polska 2001 **9.45** Problem **10.15** Grantchester (5, 6) **12.20** Vera (3) **14.10** \*\*\* Moi synowie – dramat Fr./Belg. 2024 **16.30** \*\*\* Storm – dramat Norwegia 2022 **18.20** Vera (4) **20.10** \*\*\* Godzina prawdy – thriller USA 2020 **22.35** \*\*\* Niesłusznie oskarżona – dramat USA 2013 **0.25** \*\*\* Porwany – film historyczny Wł./Fr./Niemcy 2023 **2.50** Sortownia (8)

## Polsat 2

**6.30** Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Przyjaciółki (300) **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (266-270) **17.00** 48 h. Zaginięci (235, 254) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (20) – serial kryminalny Polska 2018 **21.00** Gliniarze (1049) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.05** Łowca pedofilów (173, 174) **23.00** Świat według Kiepskich (275, 276) **0.00** Ślad (104) **1.00** Zdrady II (32) **2.05** Wydarzenia

## Eurosport 1

**8.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **10.00** Snooker: MS w Sheffield: **11.00** (L) Snooker: MS w Sheffield: **14.00** Snooker: MS w Sheffield: **15.15** (L) Snooker: MS w Sheffield: **18.30** Snooker: MS w Sheffield: **19.30** (L) Snooker: MS w Sheffield: **23.00** Snooker: MS w Sheffield **0.00** Cycling Show **0.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **1.30** Snooker: MS w Sheffield **2.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Romandii

## Eleven Sports 1

**6.00** Magazyn sportowy **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports **12.00** Piłka nożna: Serie A Enilive **14.00** Piłka nożna: Bundesliga – transmisja **16.00** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **18.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports – transmisja **20.00** Magazyn sportowy **20.40** (L) Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **22.40** Magazyn sportowy **0.00** Piłka nożna: Bundesliga **2.00** Piłka nożna: Serie A Enilive **4.00** Magazyn sportowy

## TVP Rozrywka

**8.20** Familiada **8.55** Va banque **9.25** Kolo fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmiennicy **14.25** Rodzinka. pl **15.05** Program rozrywkowy **16.30** Sanatorium miłości **16.35** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Kolo fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Makłowicz w podróży **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka. pl **22.50** Tak to leciało! **23.45** Kabaretomania-cy **0.50** Kolo fortuny

## Kino Polska

**9.00** Syn szczęścia **9.35** \*\*\* W pustyni i w puszczy – film przyg. Polska 2001 **12.00** \*\*\* Mała wielka miłość – kom. Polska/USA 2008 **14.40** \*\*\* Janosik – film przyg. Polska 1974 **17.20** Cztery pancerni i pies (1, 2) **20.00** \*\*\* Na układy nie ma rady – kom. Polska 2017 **21.50** \*\*\* Kochanie, chyba Cię zabiłem – film akcji Polska 2014, reż. Jakub Nieścierow, wyk. Zbigniew Zamachowski, Arkadiusz Jakubik **(s.21)** **23.40** \*\*\* Enen – thriller Polska 2009

## TVP Seriele

**6.25** Na sygnale (433, 434) **7.35** Ojciec Mateusz (429) **8.35** Komisarz Alex (281) **9.25** Rodzinka. pl (52) **10.00** Klan (1402) **10.35** Ranczo (51) **11.25** M jak miłość (1928) **12.20** Pan Mama (35) **13.00** Zaraz wracam (115) **13.35** Ojciec Mateusz (334, 335) **15.30** Komisarz Alex (282) **16.20** Na sygnale (435, 436) **17.30** Ranczo (52, 53) **19.30** Ojciec Mateusz (336, 430) **21.30** Ranczo (54, 55) **23.30** Ojciec Mateusz (337) **0.25** Na dobre i na złe (990)

## Eurosport 2

**13.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **15.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dookoła Romandii **17.45** Kolarstwo górskie: Race Bikes **18.15** Cycling Show **18.45** Podsumowanie wyścigu T100 Triathlon World Tour **19.15** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **20.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Romandii **20.30** Maraton Londyński **22.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **23.30** Kolarstwo górskie: Race Bikes **0.00** Motocross: MS w Pietramuracie w Trydencie

## Polsat Sport 3

**6.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **8.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **11.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **13.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga – transmisja **15.00** Cafe Futbol – magazyn **17.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **19.00** Magazyn sportowy **20.00** Tennis: ATP 1000 – Monte-Carlo Masters – transmisja **23.00** Magazyn koszykarski **0.00** Tennis: ATP 1000 – Monte-Carlo Masters – transmisja **2.00** MMA: Babilon MMA

## Planete+

**8.10** Niezwykłe podróże koleją **9.20** Polska z góry **10.20** Afryka z góry **11.20** Dokąd dzisiaj? **12.35** Najpiękniejsze rzeki świata **13.40** Materiały przyszłości **14.50** Stormborn – Zrodzone w burzy **16.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Dokąd dzisiaj? **18.15** Świat z góry **18.50** Czego nam nie mówią o odchudzaniu **(s.21)** **20.10** Niezwykłe podróże koleją **22.00** CERN. Podróż w głąb atomu **23.10** TikTok. Chińska superbroń **0.20** Niezwykłe podróże koleją

## Polsat Film

**6.05** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi **7.30** Doktor Martin (65) **8.30** Przyjaciółki (225, 226) **10.25** Świat według Kiepskich (168-169, 195-196, 28, 81, 83) **14.25** \*\*\* Wygrać marzenia – dramat Polska/Węgry 2022 **17.00** \*\*\* Park Jurański III – film sf USA 2001 **18.55** \*\* Jeszcze większe dzieci – kom. USA 2013 **21.00** \*\*\* Ted – kom. USA 2012 **23.05** \*\*\* Wyjdź za mnie – kom. rom. USA/Chiny/Jap. 2022, wyk. Jennifer Lopez **1.30** Fala zbrodni (34-37)

## AXN

**5.05** Agenci NCIS (11) **6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (9, 10) **7.30** Dr House (11, 12) **9.25** Castle (1, 2) **11.20** Detektyw Monk (16, 1) **13.15** Dr House (13, 14) **15.10** Agenci NCIS (13, 14): Déjà Vu / Dekompresja **17.05** Castle (3, 4): Dziecięca gwiazda / Największy fan **19.05** FBI (22, 1) **21.05** Rekrut (1) **22.05** Walker: Strażnik Teksasu (12) **4.25** Zaginiony symbol (10)

## Polsat Sport 1

**6.00** Siatkówka: PlusLiga **9.00** Polsat SiatCast **10.00** Siatkówka: PlusLiga **11.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **13.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **15.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **17.00** (L) Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **20.00** Siatkówka: PlusLiga **23.00** Siatkówka: PlusLiga **1.00** Gala boksu zawodowego

## TVN 24

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes 10.00 Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes 11.00 Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes 12.00 Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes 14.00 Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes 15.00 15 na żywo **16.50** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

## BBC Earth

**9.00** W okowach mrozu **10.55** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.00** Planeta Ziemia II **13.10** Układ Słoneczny **14.15** W okowach mrozu **15.15** Życie na pustkowiu **16.15** Imperium brytyjskie **17.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **18.30** Planeta Ziemia II **19.45** Wyspy. Laboratoria natury **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **22.55** Chirurg: kwestia życia i śmierci **23.55** Ciało w 24 godziny **1.00** Skarby przeszłości i ich tajemnice

## Stopklatka

DV3

**6.00** Kabaretowe hity **6.50** Wielkie wynalazki **7.55** Wojciech Czerwowski – boso przez świat **9.00** Robert Makłowicz **10.50** Wojny magazynowe: Kanada **11.55** Wojny kontenerowe **13.00** Katastrofy w przestworzach **16.00** MacGyver (22, 1) **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Wojny kontenerowe **20.00** \*\*\* Sędzia Dredd – film sf USA/Holandia/W. Brytania 1995 **21.55** \*\*\* Więzień Brubaker – dramat USA 1980 **0.40** \*\*\* Kret – thriller Polska/Francja 2010

## 13 Ulica

**6.00** Astrid i Raphaëlle (7, 8) **8.20** Kapitan Marleau (4) **10.25** Agenci NCIS: Los Angeles (1, 2) **12.15** Motyw (1, 2) **14.05** Astrid i Raphaëlle (1, 2) **16.20** Kapitan Marleau (5) **18.20** Agenci NCIS: Los Angeles (3, 4): Wredne babisko / Przemyłw – serial krym. USA 2020 **2 0.10** Motyw (3, 4): Falszywy krok / Bez szans – serial krym. Kan. 2013 **22.00** Chicago P.D. (17) – serial krym. USA **23.00** Blue Ridge (5, 6) **1.00** Kapitan Marleau (5) **3.00** Astrid i Raphaëlle (7, 8)

## TVP Sport

DV3

**8.15** Piłka nożna: Ruch Chorzów – Pogoń Grodzisk Mazowiecki **10.15** Magazyn Betolic 1. Ligi **11.35** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa **13.40** Gol **15.00** Podsumowanie Pucharu Anglii: Półfinały **16.30** Piłka kobiet **17.25** (L) Boks: Imperium Boxing Wąbrzych – CKB Potężni **20.20** Podsumowanie Pucharu Portugalii: Półfinały **21.05** Retransmisja sportowa **23.00** Sportowy wieczór **23.30** MMA: Gala w Liberu **1.45** Boks: Xander Zayas – Jorge Garcia

## Polsat News

**8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debata Gozdry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

## Discovery Channel

**8.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **9.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **10.00** Klan z Alaski **11.00** Ed Stafford: inicjacja **12.00** Fani czterech kółek **13.00** Nagi instynkt przetrwania **15.00** Złomowisko PL **16.00** Złoto drwali **17.00** Porty: Hiszpania **18.00** Truckerki **19.00** Złomowisko PL **20.00** Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (1) **22.00** Brudne skarby **23.00** Bimbrownicy **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

## Canal+ Premium

**9.15** \*\*\* Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **11.00** Piesni wielorybów **12.20** Hollywood Buzz **12.50** Larp **14.25** The Office PL (7, 8) **15.20** Ostatni bój. Legenda 300 Spartan **16.15** Premierowa jazda **16.20** \*\*\* Peacock – dramat USA 2010 **17.50** Łapu-Capu **18.00** \*\*\* Saga „Zmierzch” – Zaćmienie – film fant. USA 2010 **20.00** Spartakus: Dom Aszura (5) **21.00** \*\*\* Stiller. Oblicza prawdy – dramat Niemcy 2025 **22.40** \*\*\* Dirty Dancing – film muz.

## FX

**5.30** Dr House (12, 13) **7.20** Kości (5, 6) **9.10** CSI: Kryminalne zagadki Miami (11, 12) **11.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) **13.45** Agenci NCIS (8, 9) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (19) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (13, 14) **18.20** FBI (12, 13) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **22.00** 9-1-1 (8) **22.55** \*\*\* Rambo III – film sens. USA 1988 **1.00** Matlock (3) **1.55** FBI (13)

## Canal+ Sport

**9.00** Piłka nożna: Getafe CF – FC Barcelona **11.15** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa **13.30** Ekstrapaka **14.40** Sport+ **15.45** Piłka nożna: Valencia CF – Girona FC **18.00** Turbokozak **19.00** Premier League Stories **19.30** Premier League Netbustars **20.00** Premier League Review **21.00** Sporty ekstremalne: MS Stihl Timbersports **1.30** Premier League Netbustars **2.00** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa **4.20** Magazyn Ligi Mistrzów UEFA

## TVP Info

DV3

**13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **15.00** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Telexpress **17.15** Telexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywczy kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **18.55** Serwis info wieczór **19.00** Kontrapunkt **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Trójkąt polityczny **20.57** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat **22.30** Prog. informacyjny

## TVN Turbo

**9.15** Fani czterech kółek **10.15** Złomowisko PL **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Z drugiej ręki **19.00** Duda kontra Szafranski **19.45** Moto Fachury **20.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **21.15** Jeździć, obserwować **22.00** Raport Turbo **22.20** Zawodowi handlarze **23.50** Uwaga! Oszust: Siema z ogłoszenia **0.20** Naprawy nie do naprawy

## HBO

**10.55** \*\*\* Okiem Oscara – dramat USA 2024 **12.45** Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem **13.50** \*\*\* Czarne bractwo – film biograf. USA/Chiny 2018 **16.05** \*\*\* Spider-Man: Daleko od domu – film sens. USA 2019 **18.15** \*\*\* Focus – kom. USA/Argent. 2015 **20.00** Gorąca rywalizacja (5) **20.55** Półbrat (1) **21.45** Ród smoka (1) **22.45** \*\*\* Babygirl – thriller USA/Hol. 2024 **0.35** \*\*\* The Order: Ciche braterstwo – thriller USA/W. Bryt./Kan. 2024

## BBC First

**5.10** Ojciec Brown (5) **6.00** Zagadki doktora Blake'a (2) **6.55** My Life is Murder (7, 8) **8.40** Lewis (8) **9.40** Ojciec Brown (2) **10.40** Śmierć pod palmami (4) **11.45** Zagadki doktora Blake'a (2) **12.55** Koroner (3, 4) **14.55** Ojciec Brown (6) **15.55** Lewis (8) **16.55** My Life is Murder (8) **17.50** Morderstwa w Midsomer (13, 14) **19.55** Śmierć pod palmami (5) **21.00** Ludwigi (1) **22.10** Komisarz Maigret (2) **0.00** My Life is Murder (4) **0.55** Śmierć pod palmami (6)

## Canal+ Sport 5

**8.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga **8.45** Żużel: Bayersystem GKM Grudziądz – Betard Sparta Wrocław **11.45** Żużel: Pronergy Polonia Pila – Moonfin Magnus Ostrów Wielkopolski; Tecom Stal Rzeszów – Cellfast Wilki Krosno **17.15** Magazyn LM UEFA **17.50** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga **18.30** (L) Żużel: Hunters PSZ Poznań – ZKS Stal Rzeszów **21.00** Żużel: FOGO Unia Leszno – Gezet Stal Gorzów **23.45** Piłka nożna: Jagiellonia Białystok – Górnik Zabrze

## TVP 3

DV3

**9.30** Kobiety wywiadu **9.50** Antenowe remanenty **10.00** Złoty chłopak (138) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Wiek to tylko liczba **12.00** O milimetrze **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Prog. inform. **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bozego **15.20** Serwis info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionowy **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (139)

**Romance TV**

**10.25** ★★ Lato w Amalfi – film obyczaj. Niemcy 2013 **12.20** ★★ Tajne komando „Rodzina” – kom. Niemcy 2022 **14.15** ★★ Wiele krów i czarna owca – kom. Niemcy 2019 **16.05** Rodzina Andersów **18.00** Sledztwo prowadzi Wat- zmann (34) **19.00** Górski lekarz (85) **20.00** ★★ Rosamunde Pilcher: Kimkolwiek jesteś – film obyczaj. Niemcy 2025 **21.55** ★★ Rosamunde Pilcher: Decyzja z mi- łości – film obyczaj. Niemcy 2010 **23.50** Górski lekarz (85)

**TTV**

DVB

**6.50** Diabelnie boskie **7.20** Ukry- ta prawda **8.20** Kartoteka **10.30** Detektywi **12.30** Zakup w ciemno **14.30** Kartoteka **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Idź na ca- łość **18.05** Damy i wieśniaczki. PL **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Ka- napowczynie **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** 99 – Gra o wszystko **1.00** Żony Podlasia **2.00** Niebezpieczne dzielnice

**National Geographic**

**10.00** Lotnisko w Melbourne 24/7 **11.00** Lotnisko w Toronto **12.00** Wcielenia zła **14.00** Złapać przemytnika **15.00** Morski patrol: Hiszpania **16.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **17.00** Rzym: po- czątki imperium **18.00** Żelazna kurtyna: życie pod radziecką oku- pacją **19.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy – best of **20.00** Katastrofy w przestworzach **21.00** Kosmiczne horyzonty **22.00** Czarnobyl: świadkowie tragedii (3, 4) **0.00** Ostatni lot: anatomia katastrofy

**TVP Historia**

DVB

**8.10** Polskie drogi (1) **9.50** Święte miejsca pięciu religii **10.50** Kapitan Myszowski **11.55** Góry: życie nad chmurami **12.55** Upadek nazizmu – oblawa **13.55** Królowie (3) **14.25** Polskie drogi (2) **16.00** Sensacje XX w. **18.05** Czas honoru (42) **19.00** W cieniu Czarnobyla **19.30** Czerop **20.00** Królowie (42) **20.40** Zato- ka szpiegów (12) **21.35** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycię- stwa **22.40** Nieznana wojna na Północy **23.40** Sensacje XX w. **1.55** Encyklopedia II wojny światowej

**TLC**

**8.00** Kupić sobie plażę **9.00** Ro- dzice na szóstkę **10.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **11.00** Wiza na miłość: pierwsze spotka- nie **13.00** Chiropraktyka – chrup- niecia kontrolowane **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Kilogramy zbędnej skóry **19.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **21.00** Rodzina 10+ **22.00** Kiedy dzieci mają dzieci **23.00** Twarz od nowa **0.00** Dr Przyszczyła

**TVN Fabuła**

**6.30** Po pierwsze kino **6.35** Le- karze (7) **7.35** Kryminalni (7) **8.45** Detektywi **9.50** Przepis na życie (2) **10.50** Szpital św. Anny (41) **11.50** Magda M. (9, 10) **13.55** Układ warszawski (2) **14.55** Detektywi **15.55** Artystki – talk show Polska 2025 **16.55** ★★ Igrając z ogniem – kom. USA 2019 **19.00** Szpital św. Anny (21) **20.00** ★★ Strażnicy – film akcji USA 2009 **23.25** ★★ Ocaleni – film sens. Tajland./Ir. 2019 **1.40** ★★ Super 8 – film sf USA 2011

**Fokus TV**

DVB

**5.30** Kolowrotek **6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (11) **7.10** Byli sobie podróżnicy **8.50** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Niezwykłe osiągnięcia sta- rożytności **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Ostatni bastion Hi- tlera: Odwet / Pojedynek artyleri- ski **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Maszyny bojowe **22.00** Po- lowanie na Hitlera **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

**Nat Geo Wild**

**11.00** Przedziwna planeta Ziemia **12.00** Królestwo drapieżników **13.00** Humorzyste zwierzęta **14.00** Królestwo białego wilka **15.00** Naj- dziwniejsze cuda ewolucji **16.00** Dzikie miejsca Europy **17.00** Nie- zwykłe wędrówki zwierząt **18.00** Katawi – utracony raj Afryki **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczyciel- skie żywioły **21.00** Niezwykły dr. Pol: Wbrew przeciwnościom / Psy w potrzebie / Szczenięca miłość **2.00** Tajemnice dzikiej Azji

**TVP Dokument**

DVB

**11.15** Szlakiem Kolberga **11.50** Magia irańskiego jedwabiu **12.40** Belize: Raj w sercu Karaibów **13.45** Krainy cudów natury **14.45** Ca- margue. Raj delty Rodanu **15.50** Przyszłość z góry (2) **16.50** Podróż- nicy – odkrywcy **17.55** Anna Karina, ikona Nowej Fali **19.00** Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? **20.05** Niezwykłe pojazdy ratownictwa i ochrony **21.10** Pakistan, nasz naj- lepszy wróg **22.10** Barbara Włodar- czyk zaprasza **22.20** Sagrada Fami- lia – wyzwanie dla Gaudiego (s.21)

**TVS**

**10.00** Dzisiaj w regionie **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogo- da **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kit- zbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS **23.35** Doktor z alpejskiej wioski **0.30** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **1.35** Wydział kryminalny Kitzbühel

**AMC**

**9.20** ★★ Mead – kom. 2022 **11.20** ★★ Globalna zagłada – film sens. Kan. 2017 **13.05** ★★ Mistrz Z: W cieniu Ip mana – film sens. Hongk./Chiny 2018 **15.00** Nowy świat (1-4) **18.05** ★★ I uderzył grom – film sens. USA/ Czechy/W. Bryt./Niemcy 2005 **20.00** ★★ Policja – film krym. W. Bryt./Niemcy/USA 2002 **22.20** ★★ Pod ciśnieniem – thriller USA/ Kan. 1997 **0.15** ★★ Tragedia na przełęczy Diatłowa – horror Rosja/ Finlandia/W. Bryt./USA 2013

**Nowa TV**

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobjudki **7.30** Świat według Kiepskich (494-497) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (17) **10.00** Miodo- we lata **10.30** Więzienie **12.00** Poirot (6, 7) **14.00** Świat według Kiepskich (556, 557) **15.00** Świat według Bundych (220-225) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (14) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (80) **22.00** Ślad (75-76, 108) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

**Metro**

**6.50** J.A.G. – Wojskowe Biuro Śledcze (1) **7.45** Sekrety życia (24) **8.40** Szpital (683, 684) **10.40** Sę- dzia Anna Maria Wesołowska (626, 627) **12.40** Szkoła (675) **13.40** Przepis na życie (12) **14.40** Za- pukaj do moich drzwi (126) **15.40** The Floor **17.00** Ciężarówka przez Indonezję **18.00** Prawo Agaty (5) **19.00** Kartoteka (3, 4) **21.05** Kry- minalni (11, 12) **23.15** CSI: Krymi- nalne zagadki Las Vegas (22) **0.10** The Traitors. UK (11) **1.30** Szpital (680) **2.25** Pani Gadzet (2)

**Zoom TV**

**7.25** Tomasz Pagowski. Remont u ciebie **7.55** To leci w sieci **9.15** Bolek i Lolek **10.00** Rekisio **10.45** To leci w sieci **11.40** Pułapki umy- słu **12.20** Zoologia ekstremalna **13.25** Niewyjaśnione tajemnice świata **14.25** Sensacje XX w. **16.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **19.05** Strażnik Teksa- su (16, 17) **21.05** Hity polskiego kabaretu **22.00** Kabaretowe prze- boje **23.00** Magia nagości. Polska **0.05** Magia nagości **1.10** Striptiz – tak to się robi w Vegas

**WP**

DVB

**6.00** Mistrzowie kabaretu **8.00** 1, 2, 3... Kabaret! **9.00** WP News **9.20** Tłit **10.00** Czarnobyl: minu- ta po minucie **11.00** Mityczne bestie **12.00** Wariaci za kierow- nicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **17.00** Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach **18.50** Policjanci z sąsiedztwa **21.00** Policjanci w akcji **22.00** Mistrzowie kabaretu: Kabaret Ske- czów Męczących/ Kabaret Jurki **0.00** Przebojowe kabarety

**Kochanie, chyba Cię zabiłem**

*Pechowy zabójca niewiernej żony i jej kochanka jest szantażowany*

**KINO POLSKA 21:50 ★★**

Księgowy Jan Pokojki przyłapuje małżonkę z kochankiem. W wyniku szamotaniny, Pokoj- ski staje się podwójnym mordercą. Zajście zostaje sfilmowane. Nagranie trafia w ręce pracownika wypoży- czalni filmów, który zaczyna szantażować księgowego.

**Fucking Bornholm**

*Dwie pary sprawiają wrażenie szczęśliwych. Czy to prawda, czy może tylko pozory?*

**TVP 2 23:25 ★★**

Kemping na duńskiej wyspie Bornholm. To właśnie w tym miejscu, wśród wspaniałej przy- rody, majówkę spędzają dwie pary z dziećmi. Każda z par sprawia wrażenie szczęśliwej. Jeden incydent między dziećmi uruchomi prawdziwą lawinę nie- oczekiwanych zdarzeń.

**Czego nam nie mówią o odchudzaniu**

*Jakie produkty wybierać, żeby rzeczywiście gubić zbędne kilogramy?*

**PLANETE+ 18:50**

Ten dokument pokazuje, w jaki sposób branża



spożywcza, farma- ceutyczna i medyczna oszukują klientów, proponując im artykuły, które wbrew etykietkom wcale nie wspomagają odchudzania, a jedynie uszczuplają portfele.

**Sagrada Familia – wyzwanie dla Gaudiego**

*Bazylika w Barcelonie miała być spełnieniem marzenia Antoniego Gaudiego*

**TVP DOKUMENT 22:20**

Bazylika Sagrada Familia stanowi architek- toniczny wyjątek, porównywalny do średnio- wiecznych katedr. Od



wstępujących szkieł do trwającej do dziś budo- wy – dzieje bazyliki są opowieścią o upartym dążeniu do ukończenia budowli, która przeczy prawom architektury.

**SERIE**

**Pierwsza miłość**  
**POLSAT 18:00**



Olek wciąga Różę w prace koła gospodyń, by zyskać czas z Wiktorią. Dręczona wyrzutami sumienia Julita wyznaje Radkowi prawdę. Gdy matka Kostka pojawia się, by go zabrać, Alan jest gotowy na walkę o dziecko.

**Barwy szczęścia**  
**TVP 2 20:05**



W szpitalu dochodzi do ataku na Szczepkę. Na szczęście, dzięki błyskawicznej interwencji Daniela, lekarka unika niebezpieczeństwa. Bohaterska postawa ochronia- rza robi ogromne wrażenie na rejestratorce Julii i przyciąga uwagę Weroniki.

**Na Wspólnej**  
**TVN 20:15**



Eliza chce znowu spotkać się z Bartkiem – jednak nie dociera na randkę, bo dopada ją Sylwia. Rozsierdzona partnerka Wichrowskiego ostro uświadamia Elizie, że jej romans z Bartkiem zniszczy szczęście Juniora i Hani! Bergowa się załamuje...

**M jak miłość**  
**TVP 2 20:55**



Anka w obecności Anety wypowiada się dwuznacznie o Kasi. Chodakowska podejrzewa, że jej przyjaciółka ma poważny sekret. Marcin w nowym miejscu pracy wpada w oko szefowej. Elżbieta składa mu atrakcyjną ofertę.

## TVP1

DV3

FILM 23:10



## Bez znieczulenia

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Rodzina (nie od) święta **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (119) **9.05** Ranczo (16): Lokalna rewolucja **10.05** Komisarz Alex (25): Trzy sekundy **11.05** Ojciec Mateusz (129): Układ **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes, **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Dziką Argentyną (2): Kraina mistrzów przetrwania **14.00** Złoty chłopak (279)

**15.00** Serwis Info – magazyn  
**15.15** Reporterzy – magazyn  
**15.35** Gra słów. Krzyżówka  
**16.05** Dziedzictwo (904)  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Jaka to melodia?  
**17.55** Klan (4705)  
**18.20** Zaraz wracam (120)  
**18.55** Akacja 38 (857)  
**19.30** 19.30  
**19.55** Pytanie dnia  
**20.30** Studio Ligi Mistrzów UEFA – magazyn  
**20.55** **(L)** Piłka nożna: Liga Mistrzów UEFA: Atlético Madryt – Arsenal FC  
**23.10** **Bez znieczulenia**  
\*\*\*\*\* – dramat psychologiczny Francja/Polska 1978  
Reż. Andrzej Wajda, wyk. Zbigniew Zapasiewicz, Ewa Dalkowska, Andrzej Seweryn  
Kariera zawodowa Jerzego to pasmo sukcesów. Życie rodzinne układa się bez zarzutu. Ale pewnego dnia przestaje mu się wiesić.  
**1.15** **Oddział Delta** – film akcji  
\*\*\* USA/Izrael 1986  
Reż. Menahem Golan, wyk. Chuck Norris, Lee Marvin, Martin Balsam

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Wynalazki na media **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Strażacy (17) **13.05** Tajemnica Enigmy (3) **13.50** Wileński wybawiciel **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce **15.35** Zaginione? Ocalone? Historie zawodów **16.00** Zaraz wracam **17.10** Barwy szczęścia (3299) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Kawalek Polski na Haiti **18.45** Panorama **19.20** Polacy świata **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** U Pana Boga w Królowym Moście (11, 12) **22.15** Rozmowy (nie)wygodne **23.00** Słowo daję! **23.15** Panorama **23.45** Magazyn Ekspresu Reporterów

## TVP2

DV3

SERIAL 22:55



## Lina

**5.30** M jak miłość (1745) **6.25** Pozyteczni.pl **6.55** Barwy szczęścia (3368) **7.30** Pytanie na śniadanie **11.40** Gwiazdorska kuchnia Ani **12.10** Rzecznik Polska **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (82) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.00** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (890): Czytajcie ulotki – serial obyczajowy Polska 2026

**15.05** La Promesa – pałac tajemnic (380)  
**15.50** Domowe patenty – felieton  
**16.00** Koło fortuny – teleturniej  
**16.35** Familiada – teleturniej  
**17.20** Panna młoda (83)  
**18.15** Va banque – teleturniej  
**18.50** Jeden z dziesięciu  
**19.25** Barwy szczęścia (3368, 3369) – serial Polska **(s.24)**  
**20.40** Przepis dnia – magazyn  
**20.55** Na dobre i na złe (991) – serial obycz. Polska **(s.24)**  
**21.55** Na sygnale (892, 893)  
**22.55** Lina (3) – miniserial  
W trakcie wędrówki ekipa dokonuje makabrycznego odkrycia. Dochodzi do starć, a liczba uczestników zaczyna się zmniejszać. Pozostali podążają za liną.  
**23.55** Szansa na miłość  
\*\*\* – komedia romantyczna USA 2023  
Reż. Brittany Goodwin, wyk. Francesca Barker McCormick, Michael Joseph Nelson, Lucy Capri  
**1.35** Na przekór losowi (8)  
**2.40** Znakomity rocznik – film dokumentalny USA/Francja 2021  
**4.30** Na dobre i na złe

## TV Trwam

DV3

**11.10** Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **12.20** Władysław hr. Zamoyski. Pan z Wielkopolski. Władca Tatr **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Ona nigdy nie była sama – Czcigodna Sługa Boża Matka Teresa Kierocińska **15.00** Za kołem podbiegunowym – reportaż o pracy misjonarzy Świętej Rodziny w Norwegii **16.10** Na zdrowie **16.30** Poznać bez serca **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Bóg z nami **20.00** Informacja **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrawiliśmy **22.30** Weiss **23.25** Nabieja – kawalek Polski w Ugandzie **0.10** Informacja **0.30** Sanktuarium polskie

## Polsat

DV3

FILM 22:50



## Nie zadzieraj z fryzjerem

**5.25** Teleszkupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.30** Malanowski i Partnerzy (244, 245): 17.11 / Zażarony **9.30** Trudne sprawy (1050, 1051) **11.35** Gliniarze (745-747): Ostatnie śledztwo / Naga prawda / Przemoc domowa – serial fabularno-dokumentalny Polska 2022 **14.40** Dlaczego ja? (1557): To wszystko z miłości – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026

**15.50** Wydarzenia  
**16.15** Pogoda  
**16.20** Intervencja – magazyn  
**16.30** Na ratunek 112 (1154)  
**17.00** Gliniarze (1194) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026  
**18.00** Pierwsza miłość (4206) – serial Polska 2026 **(s.24)**  
**18.50** Wydarzenia  
**19.15** Gość „Wydarzeń”  
**19.55** Milionerzy – teleturniej  
**20.30** Farma – reality show  
**21.30** Bez pudru, czyli Kabaret plus... – prog. rozrywkowy  
**22.50** Nie zadzieraj z fryzjerem  
\*\*\* – komedia USA 2008  
Reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, John Turturro, Emmanuelle Chriqui  
Izraelski komandos Zohan marzy, by zostać fryzjerem. Uporowawszy własną śmierć, ucieka do Nowego Jorku, by tam oddać się profesji, która ma przynieść mu satysfakcję.  
**1.10** Ostrożnie z dziewczynami  
\*\*\* – komedia rom. USA 2002  
Reż. Roger Kumble, wyk. Cameron Diaz, Thomas Jane, Christina Applegate  
**3.00** Nasz nowy dom (344)

## TVN

DV3

FILM 22:55



## Jaka boss

**5.00** Uwaga! **5.15** Jak to jest zrobione? (1) **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1622) **6.50** Kuchenne rewolucje: Tychy, Restauracja „Zorba” / Mielec, Restauracja „Vis a Vis” **13.40** Ukryta prawda (1746-1747, 1674) – serial fab.-dokumentalny Polska 2025

**16.50** Szpital św. Anny (117)  
**17.55** Detektywi (311)  
**19.00** Fakty  
**19.55** Uwaga! – magazyn  
**20.15** Na Wspólnej (4203) – serial Polska 2026 **(s.24)**  
**20.50** The Floor – teleturniej  
**21.30** Królowa przetrwania  
**22.55** Jaka boss  
\*\*\* – komedia USA 2020  
Reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek  
Dwie przyjaciółki, prowadzące własną firmę kosmetyczną, mają problemy finansowe. Gdy dostają ofertę od królowej branży, ich przyjaźń zostaje wystawiona na poważną próbę.  
**0.35** Co wiecie o swoich dziadkach?  
\*\*\* – komedia USA 2017  
Reż. Sean Anders, wyk. Will Ferrell, Mark Wahlberg, Mel Gibson  
**2.35** Uwaga! – magazyn  
**2.50** Największe polskie katastrofy: Zawałenie się dachu hali w Katowicach – serial dok. Polska 2020  
**3.40** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (10)

## TVN7

DV3

FILM 21:00



## Seksja rytmiczna

**6.50** Szkoła (611, 612) **8.45** Ukryta prawda (1285, 1196, 1197) **11.55** W-11 Wydział Śledczy (946, 947) **14.00** Detektywi (70) **15.00** Szpital św. Anny (108) **16.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (611, 612) **18.00** Sekrety życia (8) **19.00** Ukryta prawda (1479) **20.00** Hotel Paradise (35) **21.00** \*\*\* Sekcja rytmiczna – thriller W. Bryt./Hiszp./Ir./USA 2020, reż. Reed Morano, wyk. Blake Lively, Jude Law **23.25** \*\*\* Małe rzeczy – thriller USA 2021, reż. John Lee Hancock, wyk. Denzel Washington **2.05** Hotel Paradise (34) **2.55** Żyjąc z potworem (12) **3.45** SOS. Ekipy w akcji (38) **4.30** Dorota was urządzi (2)

## TV Puls

DV3

**6.00** Policjanci z Miami (2, 3) **8.00** Kobra – oddział specjalny (9, 10) **10.00** Triumf miłości (127, 128) **12.00** Nie igraj z aniołem (64) **13.00** Wspaniałe stulecie (89) **14.00** Przepis na zbrodnię (27) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (701, 702) **17.00** Dzielnica strachu (462) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (992, 993) **20.00** \*\*\* Raport Pelikana – thriller USA 1993 **23.00** \*\*\* Rzeka tajemnic – dramat USA/Australia 2003 **(s.24)** **1.50** Lombard. Życie pod zastaw (988)

## Puls 2

DV3

**7.00** Seriale anim. dla dzieci **13.00** Gummi Straznik Teksasu (9, 10) **8.00** Biedronka i Czarny Kot **16.00** Superheroes: Kazoom Power **16.15** Fineasz i Ferb **16.50** Marta mówi! **17.10** Superkoty **17.45** Świnka Peppa **17.55** Bing **18.10** Masza i niedźwiedź **18.25** Myszką Miki **18.55** Don Matteo: Boski detektyw (17) **20.00** Przepis na zbrodnię (30) **21.00** Dzielnica strachu (466, 467) **23.00** \*\*\* Różowa Pantera 2 – komedia krym. USA 2009 **1.00** Dzielnica strachu (464)

## TVP Polonia

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Wynalazki na media **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Strażacy (17) **13.05** Tajemnica Enigmy (3) **13.50** Wileński wybawiciel **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce **15.35** Zaginione? Ocalone? Historie zawodów **16.00** Zaraz wracam **17.10** Barwy szczęścia (3299) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Kawalek Polski na Haiti **18.45** Panorama **19.20** Polacy świata **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** U Pana Boga w Królowym Moście (11, 12) **22.15** Rozmowy (nie)wygodne **23.00** Słowo daję! **23.15** Panorama **23.45** Magazyn Ekspresu Reporterów

## TV Trwam

DV3

**11.10** Mateczniki polskości **11.25** Jestem mamą **12.20** Władysław hr. Zamoyski. Pan z Wielkopolski. Władca Tatr **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Ona nigdy nie była sama – Czcigodna Sługa Boża Matka Teresa Kierocińska **15.00** Za kołem podbiegunowym – reportaż o pracy misjonarzy Świętej Rodziny w Norwegii **16.10** Na zdrowie **16.30** Poznać bez serca **17.00** Po stronie prawdy **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Bóg z nami **20.00** Informacja **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrawiliśmy **22.30** Weiss **23.25** Nabieja – kawalek Polski w Ugandzie **0.10** Informacja **0.30** Sanktuarium polskie

## TVP Kultura

DV3

**8.10** WTEM **8.50** Porozmawiajmy szczerze **8.55** Tygodnik kulturalny **9.50** Na kłopoty Bednarski (5) **11.00** \*\*\* Dom moich synów – dramat Polska 1975 **12.10** \*\*\* Zawrócono – film obyczaj. Polska 1994 **13.45** Pastor. Cztery akty **15.05** Emil Karewicz – portret aktora **16.00** Dlaczego nie Evans? **17.00** Na kłopoty Bednarski (6) **18.00** Dobre strony **18.30** Informacja kulturalna **18.50** Reżyserzy **19.35** WTEM **19.42** Andrzej Wajda – Notatki **20.00** \*\*\* Filip – dramat Polska 2022, reż. Michał Kwieciński, wyk. Eryk Kulm **22.15** Przygody Sherlocka Holmesa (9) **23.20** Hala odlotów **0.25** Scena muzyczna **1.20** \*\*\* Sześć roku – komedia Hiszpania 2021

## Super Polsat

DV3

**6.05** Wydarzenia **21.50** **6.45** SuperLudzie Extra (56) **6.55** Na ratunek 112 (611, 612) **7.55** Doktor Martin (35, 36) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (17, 18) **11.30** Świat według Kiepskich (371-374) **13.30** Bitwa o palety (2) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (31) **15.55** Top chef (2) **17.30** Świat według Kiepskich (461-463, 548-549) **20.00** Złomiarze (15) **21.00** \*\*\* Uncharted – film przygod. USA/Hiszp. 2022, reż. Ruben Fleischer, wyk. Tom Holland, Mark Wahlberg **23.20** \*\*\* Azył – thriller USA 2002, reż. David Fincher, wyk. Jodie Foster, Kristen Stewart **1.45** Świat według Kiepskich (79, 125, 342-343) **3.55** Nasz nowy dom (233, 234)

## TV 6

DV3

**6.00** Więzienie (173, 174) **6.55** Policjantki i policjanci (608, 609) **8.55** Kobra – oddział specjalny (151, 152) **11.00** 48h. Zaginięni (198-200) **13.55** Policjantki i policjanci (1148) **15.00** Kobra – oddział specjalny (153, 154) **17.05** Magnum: Detektyw z Hawajów (93): Świadomość winy – serial sens. USA 2023 **18.00** Straznik Teksasu (11, 12): Pakt / Rodeo – serial sens. USA 1995 **20.00** Agenci NCIS: Los Angeles (3-5): Kontrakt / Wielka strata / Podzieleni przegrany – serial krym. USA 2021 **22.55** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (649, 650) – serial krym. Polska 2022 **1.00** Kości (47, 48): Tajemnica w glebie / Mumia w labiryncie **3.00** Septagon (13)

## TV 4

DV3

**5.30** Teleszkupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (9, 10) **8.00** Bogaty dom – biedny dom (101) **8.55** Policjantki i policjanci (410, 411) **10.55** Na ratunek 112 (1155, 454) **11.55** Dlaczego ja? (1559) **12.55** Trudne sprawy (1061-1063) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (35, 36) **18.00** Policjantki i policjanci (1412, 1413) **20.00** Uroczysko (243) **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1022) **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (139) **22.40** \*\*\* Babilon A.D. – film sf W. Bryt./Fr./USA 2008, reż. Mathieu Kassovitz, wyk. Vin Diesel, Mélanie Thierry, Charlotte Rampling **0.45** interwencja **0.55** Love Island. Wyspa miłości (31) **2.10** Hardcorowy Lombard (147)

**Ale Kino+**

**6.30** Polska z góry (2) **7.00** Wolna krowa **7.45** ★★★ Bracia – dramat Polska 2021 **9.35** The Hero **10.15** Grantchester (1, 2) **12.20** Vera (4) **14.00** ★★★ W imię dziecka – dramat USA/W. Bryt. 2017, reż. Richard Eyre, wyk. Emma Thompson, Stanley Tucci, Ben Chaplin **16.10** ★★★ Ziemia ma – dramat Jap. 2023 **18.20** Vera (1) **20.10** Crossfire (3, 4) **22.10** Nora Sand: Fatalna pomyłka (5, 6) **0.00** Icebreaker. Każdy ma swój sekret (1, 6) **2.00** Kryptonim Polska (1)

**Polsat 2**

**6.30** Nasz nowy dom (240) **7.30** Na ratunek 112 (825, 826) **8.30** Sekrety rodziny (231-233) **11.30** Przypięci (301) **12.30** Dlaczego ja? (1428, 1429) **14.30** Świat według Kiepskich (271-275) **17.00** 48 h. Zaginięci (255, 256) **19.00** Gliniarze (1118) **20.00** Ślad (21) – serial kryminalny Polska 2018 **21.00** Gliniarze (1050) **20.00** Tajemnicze zaginięcia kobiet (1) **23.00** Świat według Kiepskich (277, 278) **0.00** Ślad (105) **1.00** Zdrady II (33) **2.00** Wydarzenia

**Eurosport 1**

**8.00** Cycling Show **8.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Romandii **9.30** Snooker: MŚ w Sheffield **11.00** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **14.00** Tennis: Australian Open: Aryna Sabalenka – Jelena Rybakina **15.15** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **18.30** Tennis: Australian Open: Carlos Alcaraz – Novak Đoković **19.30** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **23.00** Snooker: MŚ w Sheffield **0.00** Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **1.30** Snooker: MŚ w Sheffield **2.30** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji

**Eleven Sports 1**

**7.00** Magazyn sportowy **8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports – transmisja **12.00** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja meczu **14.00** Piłka nożna: Bundesliga – transmisja **16.00** Piłka nożna: Serie A Enilive – transmisja **18.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports – transmisja **20.00** Magazyn sportowy **20.40** Formuła 1: Wyścig **22.00** Magazyn sportowy **0.00** Piłka nożna: Bundesliga **2.00** Piłka nożna: Serie A Enilive **4.00** Magazyn sportowy

**TVP Rozrywka**

**6.40** Gra słów. Krzyżówka **7.10** Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.55** Va banque **9.25** Kolo fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Zmienińcy **14.20** Rodzinka.pl **14.55** Program rozrywkowy **15.15** The Voice Kids **17.25** Va banque **18.00** Kolo fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Makłowicz w podróży **20.25** Postaw na milion **22.10** Rodzinka.pl **22.50** Sanatorium miłości **23.50** Kabaretomania **0.50** Kolo fortuny

**Kino Polska**

**7.15** Och! Kabaret **8.05** Zwierzęta Wajraka **8.40** PKF 024/68 **8.50** Faleńicka Atlantyda **10.00** ★★ Stara baśń – film historyczny Polska 2003 **12.25** ★★★★★ Potop (1) – film hist. Polska 1974 **15.00** ★★★★★ Pan Anatol szuka miliona – kom. Polska 1959 (s.24) **17.20** Cztery pancerni i pies (2, 3) **20.00** ★★★★★ Rozmowy kontrolowane – komedia Polska 1991 **22.00** ★★ Zgorszenie publiczne – kom. rom. Pol. Polska 2009 **23.50** ★★★★★ Waleśa. Człowiek z nadziei – film biograf. Polska 2013

**TVP Seriale**

**7.30** Ojciec Mateusz (430) **8.30** Komisarz Alex (282) **9.25** Rodzinka.pl (53) **9.55** Klan (1403) **10.30** Ranczo (52) **11.25** Na dobre i na złe (990) **12.25** Pan Mama (36) **13.00** Zaraz wracam (116) **13.35** Ojciec Mateusz (335, 336) **15.35** Komisarz Alex (283) **16.25** Na sygnale (436, 437) **17.35** Ranczo (53, 54) **19.30** Ojciec Mateusz (337, 431) **21.30** Ranczo (55, 56) **23.25** Ojciec Mateusz (338) **0.20** Pan Mama (51, 52) **1.30** Falszerze. Powrót sfory (10, 11)

**Eurosport 2**

**10.30** Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **11.30** Kolarstwo: Wyścig d. Turcji **13.00** Kolarstwo górskie: Race Bikes **13.30** (L) Kolarstwo: Wyścig d. Turcji **15.30** (L) Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **17.45** Cycling Show **18.15** Kolarstwo: Wyścig d. Turcji **19.30** Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **20.30** Wyścigi Endurance: MŚ Endurance FIM – 24 Heures Motos **22.00** Discovery Golf **22.30** Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **0.00** Stermierka: GP Series w Budapeszcie

**Polsat Sport 3**

**6.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn piłkarski **8.30** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja meczu **11.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga – transmisja **13.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **16.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **18.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **20.30** (L) Piłka ręczna: ORLEN Superliga – transmisja **22.30** Tennis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **1.00** MMA: Babilon MMA – transmisja

**Planete+**

**10.20** Afryka z góry **11.20** Dokąd dzisiaj? **12.35** Najpiękniejsze rzeki świata **13.40** Materiały przyszłości **14.50** Stormborn – Zrodzone w burzy **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Dokąd dzisiaj? **18.15** Świat z góry **18.50** Eksplozja w Lac Megantic. To nie był wypadek **19.45** Ernst Degner. Motocyklem po wolności **20.50** Niezwykłe podróże koleją **22.00** Seks chrześcizańczy chityny **23.10** Sterylizacja po amerykańsku **0.20** Niezwykłe podróże koleją

**Polsat Film**

**7.05** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi **7.30** Doktor Martin (66) **8.30** Przyjaciółki (227, 228) **10.25** Świat według Kiepskich (170-171, 197-198, 92) **13.20** ★★★★★ Niepamięć – film sf. USA 2013 **15.55** ★★★★★ Mroczna Wieża – film fantasy USA 2017 **17.55** ★★★★★ Spider-Man: Bez drogi do domu – film sf USA 2021 **21.00** ★★★★★ Wszystkie stare noże – thriller USA/Kan. 2022 (s.24) **23.15** ★★★★★ Pitbull. Niebezpieczne kobiety – film sens. Polska 2016 **1.55** Fala zbrodni (37)

**AXN**

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (11, 12) **7.30** Dr House (13, 14) **9.25** Castle (3, 4) **11.20** Detektyw Monk (2, 3): Pan Monk i kryjówka / Pan Monk i przerwa w dostawie prądu **13.20** Dr House (15, 16): W kropce / Pod dobrą opieką **15.20** Agenci NCIS (15, 16): Reakcja / Kule w plot **17.10** Castle (5, 6): Wehikuł czasu / Kod śmierci **19.10** FBI (2, 3): Miłość jest ślepa / Ofiara **21.05** Zabójcza broń (16, 17) **23.00** Castle (5, 6) **0.45** FBI (2, 3) **2.40** Zabójcza broń (16, 17)

**Polsat Sport 1**

**6.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja meczu **9.00** Polsat Futbol Cast – magazyn piłkarski **10.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja meczu **13.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja meczu **15.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja meczu **17.30** (L) Siatkówka: PlusLiga: Finał – 2. mecz – transmisja meczu **20.00** (L) Siatkówka: PlusLiga: Mecz o 3. miejsce – 2. mecz – transmisja meczu **23.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego

**TVN 24**

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

**BBC Earth**

**8.10** Planeta Ziemia II **9.15** W okowach mrozu **11.15** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.15** Planeta Ziemia II **13.20** Układ Słoneczny **14.25** W okowach mrozu **15.25** Życie na pustkowiu **16.25** Brytyjskie fabryki **17.30** Skarby przeszłości i ich tajemnice **18.30** Planeta Ziemia III **19.45** Imperium brytyjskie **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **22.55** Brytyjskie fabryki **0.05** Jak budowano imperia **1.10** Skarby przeszłości i ich tajemnice

**Stopklatka**

DV3

**6.50** Wielkie wynalazki **7.55** Wojciech Cejrowski – bosko przez świat **9.00** Robert Makłowicz **10.50** Wojny magazynowe: Kanada **11.55** Wojny kontenerowe **13.00** Katastrofy w przestworzach **16.00** MacGyver (1, 2) **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Wojny kontenerowe **20.00** ★★★★★ Alex Cross – thriller USA/Fr. 2012 **22.05** ★★★★★ Nawiedzony – horror USA/W. Bryt. 1999, reż. Jan de Bont, wyk. Liam Neeson **0.30** ★★★★★ Lokatorka – dramat Polska 2021

**13 Ulica**

**6.10** Astrid i Raphaëlle (1, 2) **8.25** Kapitan Marleau (5) **10.25** Agenci NCIS: Los Angeles (3, 4) **12.15** Motyw (3, 4) **14.05** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **16.20** Kapitan Marleau (1) **18.20** Agenci NCIS: Los Angeles (5, 6): Zmarłych wstawianie / Jak Bóg da – serial krym. USA 2020 **20.10** Motyw (5, 6): Wróg publiczny / Bezdroże – serial krym. Kan. **22.00** Metoda Wagnera (13): Do końca – serial krym. Fr. 2025 **0.00** Blanca (10) **1.05** Kapitan Marleau (1) **3.05** Astrid i Raphaëlle (1, 2)

**TVP Sport**

DV3

**8.15** Piłka nożna: Lech Poznań – Legia Warszawa **10.15** Piłka nożna (K): GKS Katowice – Pogoń Szczecin **12.15** Reportaż **12.45** Żużel: Finał Turnieju o Złoty Kask w Opolu **14.45** Retransmisja sportowa **16.45** Pełnosprawni **17.15** Studio **17.40** (L) Hokej na lodzie (tow.): Polska – Francja **20.55** (L) Piłka nożna: LM UEFA: Atlético Madryt – Arsenal FC **23.20** Magazyn skrótów LM UEFA: Półfinały – 1. mecze **0.40** Boks: Imperium Boxing Walbrzych – CKB Potężni

**Polsat News**

**8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debata Gozdry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

**Discovery Channel**

**6.00** Fani czterech kółek **7.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **9.00** Gorączka złota: rzeka skarbow **10.00** Klan z Alaski **11.00** Złoto drwali **12.00** Fani czterech kółek **13.00** Nagi instykt przetrwania **14.30** Strażacy **15.00** Złomowisko PL (1) **16.00** Złoto drwali **17.00** Porty: Hiszpania **18.00** Truckerk **19.00** Złomowisko PL (1) **22.00** Nagi instykt przetrwania **0.00** Czarnobyl: dni, które wstrząsnęły światem (1, 2) **2.00** Militaria na warsztat

**Canal+ Premium**

**10.50** ★★★★★ Jutro będzie nasze – komediodr. Wł. 2023 **12.45** ★★★★★ Benek – komediodr. Polska/Austria 2007 **14.25** The Office PL (8, 9) **15.20** Joseph i jego dzieci **16.15** Dalajlama. Przez mądrość do szczęścia **17.55** ★★★★★ Franz Kafka – film biograf. Czechy/Polska/Niemcy/Turcja/Fr. 2025 **20.00** Para z sąsiedztwa (1) **20.50** Making of C+ **21.00** Projekt Fighter **21.50** ★★★★★ Afterburn – kom. USA 2025 **23.35** ★★★★★ Syn przynależenia – horror W. Bryt./Fr. 2025

**FX**

**9.10** CSI: Kryminalne zagadki Miami (13, 14) **11.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (19) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **13.45** Agenci NCIS (9, 10) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (15, 16) **18.20** FBI (13, 14) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **22.00** Matlock (4) **22.55** ★★★★★ Rambo II – film sens. USA/Meksyk 1985 **1.00** The Hunting Party (6) **1.55** FBI (14)

**Canal+ Sport**

**9.00** Piłka nożna: Villarreal CF – RC Celta **11.15** Piłka nożna: Jagiellonia Biał. – Górnik Zabrze **13.30** Ekstraklasa po godzinach **14.40** Premier League Review **15.45** Sporty ekstremalne: MŚ Stihl Timbersports **18.00** Premier League Netbusters **18.30** Jej Wysokość: Premier League **20.00** Premier League Stories **20.35** Wysoki pressing **23.20** MMA: Gala w Bangkoku **23.20** Premier League Netbusters **0.00** Premier League Stories **0.30** Piłka nożna: Piast Gliwice – Arka Gdynia

**TVP Info**

DV3

**11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** **14.30** **15.00** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **18.55** Serwis info wieczór **19.00** Kontrapunkt – Ring wolny **19.30** **19.30** **19.58** Pytanie dnia **20.18** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **20.57** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

**TVN Turbo**

**9.15** Fani czterech kółek **10.15** Złomowisko PL **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze **19.00** Naprawy nie do naprawy **19.45** Uwaga! Oszust: Sciema z ogłoszenia **20.15** Jeździć, obserwować **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.20** Zawodowi handlarze **23.05** Duda kontra Szafranski **23.50** Z drugiej ręki **0.35** Moto kombat

**HBO**

**11.15** Spider-Man Uniwersum – film anim. USA 2018 **13.10** ★★★★★ Człowiek z bieguna – komediodramat USA 2014 **14.40** ★★★★★ Letnia szkoła, 2001 – dramat Czechy/Wietnam 2025 **16.25** ★★★★★ W skrócie – komediodramat Niemcy 2024 **18.10** ★★★★★ Wielka Odważna Piękna Podróż – film przygod. USA/Irl. 2025 **20.00** ★★★★★ Anakonda – horror USA 2025 **21.40** Euforia (3) **22.45** Peacemaker (5) **23.25** ★★★★★ Twój potwór – komedia W. Bryt./USA 2024

**BBC First**

**5.15** Ojciec Brown (6) **6.00** Zagadki doktora Blake'a (3) **6.55** My Life is Murder (8, 9) **8.35** Lewis (1) **9.35** Ojciec Brown (3) **10.35** Śmierć pod palmami (5) **11.45** Zagadki doktora Blake'a (3) **12.55** Koroner (5, 6) **14.55** Ojciec Brown (7) **15.55** Lewis (1) **16.55** My Life is Murder (9) **17.50** Morderstwa w Midlands (15, 16) **19.50** Śmierć pod palmami (6) **21.00** My Life is Murder (5) **22.00** Milczący świadek (5, 6) **0.10** Koroner (5) **1.10** Śmierć pod palmami (6)

**Canal+ Sport 5**

**9.30** Liga+ Extra **11.30** Żużel: Metalas 2. Ekstraliga: Hunters PSZ Poznań – ZKS Stal Rzeszów **14.20** Premier League: The Big Interview **15.00** Ekstraklasa: 30. kolejka **16.15** Magazyn PGE Ekstraliga **18.00** Żużel: Krono-Plast Włókniarz Częstochowa – PRES Grupa Deweloperska Toruń; ORLEN Oil Motor Lublin – Stelmet Falubaz Zielona Góra **23.30** Boks: Jared Warren – Conor Cooke **0.50** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Legia Warszawa

**TVP 3**

DV3

**9.30** Prywatne życie zwierząt **10.00** Złoty chłopak (139) **11.00** Zielnik regionalny **11.30** Wiosna na RODOŚ **12.00** Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Ciekawie nieza historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (140)

## SERIALE

**Pierwsza miłość**  
POLSAT 18:00

Paweł dąży do odzyskania Marysi. Bartek staje w obronie Emilki podczas jej sprzeczki z Fryderykiem, co prowadzi do bójki. Załamana ostatnimi wydarzeniami Kalina dostaje wezwanie do prokuratury.

**Barwy szczęścia**  
TVP 2 20:05

Kolejne incydenty z udziałem Krystyny skłaniają Jaworskiego do rozważenia umieszczenia żony w specjalistycznym ośrodku. Ewa z pomocą Eweliny i Madzi szuka kreacji na studiówkę.

**Na Wspólnej**  
TVN 20:15

Junior świadkiem zdrady Eliza chce rzucić Bartka i uratować swoją rodzinę! Wyznaje Jarkowi, że się pogubiła i zainteresowała kimś – ale kłamie, że nie spała z tym facetem... Kiedy Bergowa przywozi syna na trening, chce ostatecznie rozmówić się z Bartkiem.

**Na dobre i na złe**  
TVP 2 20:55

Na SOR trafia wokalistka, która zasłabła po ciężkim dniu w studiu nagrań i rozbiła sobie głowę. Oliwia diagnozuje u niej poważną chorobę autoimmunologiczną i przy okazji poznaje jej największy zawodowy sekret. Iga nadal ma poważne problemy z mówieniem.

**Pan Anatol szuka miliona**

*Dalszy ciąg zabawnych losów pocziwego pana Anatola*

KINO POLSKA 15:50 ★★★★★

Iwona, śliczna studentka ASP, wygrywa milion złotych na loterii. Uradowana dziewczyna nieopatrznie dzieli się szczęśliwą wiadomością z ludźmi na ulicy i akonto przysięgłej fortuny postanawia zrobić pierwsze zakupy. Za „milionerką” ruszają tłumy ciekawskich, którzy na jej rachunek pustoszą sklepy. Wygranym przez Iwonę milionem bardzo interesuje się też zorganizowana na wzór amerykański szajka złodziei-dżentelmenów. Ale do akcji wkracza pan Anatol.



Komedia Polska 1959, reż. Jan Rybkowski, występują: Tadeusz Fijewski, Barbara Lass, Helena Makowska

**Wszystkie stare noże**

*Romantyczne spotkanie byłych kochanków czy wyrafinowana gra pozorów?*

POLSAT FILM 21:00 ★★★

Lot 127 Turkish Alliance w 2012 roku na wiedeńskim lotnisku został przejęty przez islamskich terrorystów. Niepowodzenie akcji ratunkowej mogło być spowodowane wyciekiem tajnych informacji. CIA deleguje agenta Pelhama do zbadania tej sprawy. Henry spotyka się z byłą współpracowniczką i zarazem kochanką Celią Harrison, podejrzaną o współpracę z wrogiem. Podczas kolacji w restauracji Henry i Celia wydają się szukać odpowiedzi na pytanie: Kto zdradził?

Thriller USA/Kanada 2022, reż. Janus Metz, występują: Chris Pine, Thandie Newton, Laurence Fishburne

**Rzeka tajemnic**

*Reżyserowany przez Clintę Eastwooda mroczny i niezwykle emocjonalny dramat*

TVPULS 23:00 ★★★★★

Jimmy, Sean i Dave znają się od dzieciństwa. Ich przyjaźń została nagle przerwana przez tragiczne wydarzenie. Dave został porwany. Był przez kilka dni więziony i wykorzystywany seksualnie. To doświadczenie zaważyło na jego życiu. Przyjaciele spotykają się po 25 latach, znowu w tragicznych okolicznościach.

**Romance TV**

**10.20** ★★★★★ Jak wygrać wojnę rozwodową – film obyczaj. Niemcy 2015 **12.15** Rejs ku szczęściu **14.15** ★★ Rosamunde Pilcher: Niechciana miłość – film obyczaj. Niemcy 2025 **16.05** Rodzina Andersów **18.00** Śledztwo prowadzi Watzmann (35) **19.00** Górski lekarz (86) **20.00** ★★ Terapia pod palmami – romans USA 2020 **21.50** ★★ Ojcowski radości – kom. Niemcy 2022 **23.45** Górski lekarz (86) **0.40** ★★ Terapia pod palmami – romans USA 2020

**TTV**

D3

**6.00** Express **6.20** DeFacto **6.50** Diabelnie boskie **7.20** Ukryta prawda **8.20** Kartoteka **10.30** Detektywi **12.30** Zakup w ciemno **14.30** Kartoteka **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Idź na całość **18.05** Damy i wieśniaczki. PL **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Idź na całość **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Nic do zgłoszenia **1.00** Życie na kredycie

**National Geographic**

**10.00** Lotnisko w Melbourne 24/7 **11.00** Lotnisko w Toronto **12.00** Wcielenia zła **14.00** Złapać przemytnika **15.00** Morski patrol: Hiszpania **16.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **17.00** Rzym: początki imperium **18.00** Il wojna światowa: ukryta prawda **19.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy – best of **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Uwaga, katastrofa! **22.00** Porzucone konstrukcje **23.00** Tajemnice rzymskich podziemi **0.00** Katastrofa w przestworzach

**TVP Historia**

D3

**8.05** Polskie drogi (2) **9.35** My trzymamy z Bogiem **10.40** Było, nie minęło... **11.15** Wszystkie kolory świata **12.15** Nieznana wojna na Północy **13.15** Królowie (4) **13.50** Polskie drogi (3) **15.30** Sensacje XX w. **17.30** Czas honoru (43) **18.25** Encyklopedia II wojny światowej **19.00** Fake czy historia? **19.40** Królowie (43) **20.15** Zatoka śpiegów (13) **21.10** Islandia: na granicy zimnej wojny **22.10** Pakistan, nasz najlepszy wróg **23.15** Sensacje XX w. **1.15** Encyklopedia II wojny św.

**TLC**

**9.00** Rodzice na szóstkę **10.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **11.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **12.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **13.00** Dr Przyszczyla **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Kilogramy zbędne skóry **19.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **20.00** Skórze na ratunek **21.00** Twarz od nowa **22.00** Transplantacja: drugie życie **23.00** Klinika koszarnej stopy

**TVN Fabuła**

**6.35** Lekarze (8) **7.35** Kryminalni (8) **8.45** Detektywi **9.50** Przepis na życie (3) **10.50** Szpital św. Anny (42) **11.50** Druga szansa (1, 2) **13.55** Układ warszawski (3) **14.55** Detektywi **15.55** Superbohaterowie **16.30** Motywy filmowe **16.45** ★★★★★ Glupi i głupszy – kom. USA 1994 **19.00** Szpital św. Anny (22) **20.00** ★★ Dom nad jeziorem – melodramat USA 2006 **22.15** Starcie Tytanów **0.20** ★★ Droga powrotna – film sportowy USA/Kan. 2020

**Fokus TV**

D3

**6.05** 48 h. Zaginięni (12) **7.10** Byli sobie podróżnicy **8.50** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Niezwykłe osiągnięcia starożytności **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Ostatni bastion Hitlera: Zdobyć fortu / Walki nad Renem **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Maszyny bojowe: Pojazdy, które wyzwoliły Europę **22.00** Polewanie na Hitlera **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

**Nat Geo Wild**

**11.00** Przedziwna planeta Ziemia **12.00** Królestwo drapieżników: Rebelia **13.00** Humorzyste zwierzęta **14.00** Wilki z Yellowstone **15.00** Najdziwniejsze cuda ewolucji **16.00** Olsniwająca Ameryka **17.00** Niezwykłe wędrówki zwierząt **18.00** Katawi – utracony raj Afryki **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Kochane łobuzy / Trudne przypadki / Owczy pęd / Nowy członek rodziny / Wizyta wuja z Holandii **2.00** Dzikie Wietnam

**TVP Dokument**

D3

**11.40** Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? **12.40** Niezwykłe pojazdy ratownictwa i ochrony **13.40** Krainy cudów natury **14.40** Karpaty – królestwo niedźwiedzia **15.45** Przyszłość z góry (3) **16.45** Podróżnicy – odkrywcy **17.45** Marian Dziędziel – aktor odnaleziony **18.55** Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? **20.05** Prawdziwa historia piratów **21.10** Mosty, drogi i tory – Stany Zjednoczone w ruinie **22.15** Barbara Włodarczyk zaprasza **22.25** Wanda. Ostatnia z oddziału

**TVS**

**6.00** Telesprzedaż **10.00** Dzisiaj w regionie **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emercy na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny. Kit-zbühl **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS **23.35** Doktor z alpejskiej wioski **0.30** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **1.35** Wydział kryminalny. Kit-zbühl

**AMC**

**9.55** ★★ Wymarzony facet – kom. USA 2002 **11.50** ★★ Kopalnie króla Salomona (1) – film przygod. Niemcy/USA/RPA 2004 **15.25** ★★ Lara Croft: Tomb Raider: Kolebka życia – film przygod. USA/Niemcy/Jap./Hongk. 2003 **17.40** ★★★★★ Star Trek: W nieznanie – film sf USA/Chiny/Emir. Arab./Kan. 2016 **20.00** ★★ Miasto śmierci – thriller Meksyk/USA 2007 **22.10** ★★ Sekslista 101 – kom. USA 2007 **0.35** ★★★★★ Droga smoka – film sens. Hongk. 1972

**Nowa TV**

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do podbuki **7.30** Świat według Kiepskich (498-501) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (1) **10.00** Miodowe lata **10.30** Węgieńskie **12.00** Poirot (7, 8) **14.00** Świat według Kiepskich (558, 559) **15.00** Świat według Bundy (223-228) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (15) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (81) **22.00** Ślad (76-77, 109) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

**Metro**

**6.50** J.A.G. – Wojskowe Biuro Śledcze (3) **7.45** Sekrety życia (25) **8.40** Szpital (685, 686) **10.40** Se-dzia Anna Maria Wesołowska (628, 629) **12.40** Szkoła (676) **13.40** Przepis na życie (13) **14.40** Zapukaj do moich drzwi (127) **15.40** The Floor **17.00** Ciepłota przez Indonezję **18.00** Prawo Agaty (6) **19.00** Kartoteka (5, 6) **21.05** Kryminalni (13, 1) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **0.10** The Traitors. UK **1.35** Szpital (681) **2.25** Dieta czy cud?

**Zoom TV**

**6.00** Blżej! Magazyn reporterów **6.55** Gadzet show **7.25** Tomasz Pagowski. Remont u ciebie **7.55** To leci w sieci **9.15** Bolek i Lolek **9.55** Reksio **10.45** To leci w sieci **11.40** Pułapki umysłu **12.20** Zoologia ekstremalna **13.25** Niewyjaśnione tajemnice świata **15.25** Sensacje XX w. **16.45** Wojciech Ciejrowski – boso przez świat **19.00** Strażnik Teksasu (18, 19) **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Adam szuka Ewy VIP. Holandia **0.05** Magia nagości. Polska

**WP**

**6.00** Kabaretowy śmiech grupowy **7.00** Mistrzowie kabaretu **9.00** WP News **9.20** Tłit **10.00** 11 wzięsien: kontrolerzy nieba **11.00** Mityczne bestie **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **17.00** Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach (3) **19.00** Strażnicy z sąsiedztwa **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.00** Policjanci w akcji **22.00** Mistrzowie kabaretu: Czesuaf! Kabaret Smile **0.00** Kabaret na żądanie

**TVP1**

DVB-T

**SERIAL 21:20****Ojciec Mateusz**

**7.00** Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Dobre historie **8.00** Serwis Info **8.25** Zaraz wracam (120) **9.05** Ranczo (17): Honor parafii **10.05** Komisarz Alex (26): Ostatnia sprawa Lucyny **11.00** Ojciec Mateusz (130): Zakładniczka **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Dziką Argentyną (3): Kraina wód **14.00** Złoty chłopak (280)

**15.00** Serwis Info – magazyn  
**15.15** Reporterzy – magazyn  
**15.35** Gra słów. Krzyżówka  
**16.05** Dziedzictwo (905)  
**17.00** Teleexpress  
**17.25** Jaka to melodia?  
**17.55** Klan (4706)  
**18.20** Zaraz wracam (121)  
**18.55** Akacja 38 (858)  
**19.30** 19.30  
**19.55** Pytanie dnia  
**20.30** Omnibus – szybcy i mądrzy – teleturniej  
**21.20** Ojciec Mateusz (447) Dwóch nastolatków wyrusza na poszukiwania meteorytu w okolicach Sandomierza. Chłopców zaciekawia obecność niezidentyfikowanych osób w skafandrach ochronnych.  
**22.20** Sprawa dla reportera  
**23.20** Księżę William. Życie w fotografiach – film dok. W. Bryt. 2025  
**0.20** Powrót (1) – dramat Polska 2021  
**1.25** System – film kryminalny  
\*\*\*\* USA/W. Bryt./Czechy/Rumunia 2014  
**3.50** Sprawa dla reportera  
**4.45** Notacje: Dorota Sumińska. Chciałam być jak mój ojciec

**TVP2**

DVB-T

**SERIAL 22:15****Syn**

**5.30** M jak miłość (1746) **6.20** Operacja zdrowie **6.55** Barwy szczęścia (3369) **7.30** Pytanie na śniadanie – magazyn informacyjny **11.40** Dzień z życia artysty **12.15** Którędy po sztukę **12.30** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (83) – serial obycz. Turcja 2024 **14.05** Va banque **14.35** Na sygnale (891): Druga twarz – serial obyczajowy Polska 2026

**15.05** La Promesa – pałac tajemnic (381)  
**16.00** Koło fortuny – teleturniej  
**16.35** Familiada – teleturniej  
**17.20** Panna młoda (84) – serial obyczaj. Turcja  
**18.15** Va banque – teleturniej  
**18.50** Jeden z dziesięciu  
**19.25** Barwy szczęścia (3369)  
**19.55** Domowe patenty – felieton  
**20.05** Barwy szczęścia (3370) – serial Polska 2026 (s.27)  
**20.40** Tak to leciało! – teleturniej  
**21.40** Niepewne sytuacje – program rozrywkowy  
**22.15** Syn (17, 18) – serial USA Rok 1852. Przyparci do muru Komancze postanawiają ruszyć na wojnę. Rok 1916. W rozgrywce między rodziną McCulloughów a koncernem Standard Oil dochodzi do przełomu.  
**23.55** Rodzinka.pl (313) – serial kom. Polska 2026  
**0.30** Fucking Bornholm \*\*\* – dramat obyczaj. Polska 2022  
Reż. Anna Kazejak, wyk. Agnieszka Grochowska, Maciej Stuhr, Poul Storm  
**2.20** Akacja 38 – serial obyczaj. Hiszpania

**Polsat**

DVB-T

**FILM 22:55****Miasto aniołów**

**5.25** Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.30** Malanowski i Partnerzy (246, 247): Przyjaciółki na dobre i na złe / Kobieta w czarnych okularach **9.30** Trudne sprawy (1052, 1053) – serial fab.-dokument. Polska 2021 **11.35** Gliniarze (748-750): Pomysł na życie / Sekrety parafii / Lepsze jutro **14.40** Dlaczego ja? (1558): Lepszy start – serial fab.-dok. Polska

**15.50** Wydarzenia  
**16.15** Pogoda  
**16.20** Interwencja – magazyn  
**16.30** Na ratunek 112 (1155)  
**17.00** Gliniarze (1195)  
Odnaleziony plecak z narkotykami prowadzi detektywów do 13-latk, który zeznaje, że wpłatał go w to kolega przetrzymywany teraz przez gangsterów. Policja rozpoczyna akcję.  
**18.00** Pierwsza miłość (4207) – serial Polska 2026 (s.27)  
**18.50** Wydarzenia  
**19.15** Gość „Wydarzeń”  
**19.55** Milionerzy – teleturniej  
**20.30** Farma – reality show  
**21.30** Nasz nowy dom (368)  
**22.55** Miasto aniołów – dramat \*\*\* obyczaj. USA/Niemcy 1998  
Reż. Brad Silberling, wyk. Nicolas Cage, Meg Ryan, Dennis Franz  
Po nieudanej operacji kardiolog Maggie Rice traci wiarę w sens pracy. Anioł Seth, który jest świadkiem zjawiska, zachowuje się w pragmatycznej kobiecie.  
**1.25** Sortownia (8)  
**2.30** Zostań, jeśli kochasz \*\*\* – melodramat USA 2014

**TVN**

DVB-T

**FILM 22:40****Ocean's 8**

**5.00** Nauka jazdy **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1623) **6.50** Kuchenne rewolucje: Turek – Piwnica Smaku **7.45** Dzień Dobry TVN **11.20** Doradca smaku **11.25** Kuchenne rewolucje: Trzebinia, Restauracja „Porto di mare” / Wrocław, „Centrum Gastronomiczne Margaret” **13.40** Ukryta prawda (1748, 1584, 1675) – serial fab.-dokument. Polska 2025

**16.50** Szpital św. Anny (118) – serial obycz. Polska 2026  
**17.55** Detektywi (312) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026  
**19.00** Fakty  
**19.55** Uwaga! – magazyn  
**20.15** Na Wspólnej (4204) – serial Polska 2026 (s.27)  
**20.50** The Floor – teleturniej  
**21.30** Kuchenne rewolucje: Poznań – Bistro Brejk  
**22.40** Ocean's 8 – komedia \*\*\* sensacyjna USA 2018  
Reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway  
Debbie Ocean pięć lat planowała kradzież wartego 150 mln dolarów naszyjnika, który podczas Gali Met będzie miała na sobie aktorka Daphne Kluger. Ale będzie potrzebna pomoc.  
**0.50** Skok na głęboką wodę  
**1.55** Szpital św. Anny (79) – serial obycz. Polska 2026  
**2.45** Uwaga! – magazyn  
**3.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (11, 12): Obława / Pocałunek śmierci  
**4.45** Jak to jest zrobione? – serial dok. Kanada 2014

**TVN7**

DVB-T

**FILM 21:00****Grunt to rodzinka**

**6.50** Szkoła (614, 615) **8.45** Ukryta prawda (1286, 1198, 1199) **11.55** W-11 Wydział Śledczy (948-950) **14.00** Detektywi (71) **15.00** Szpital św. Anny (109) **16.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (613, 614) **18.00** Sekrety życia (9) **19.00** Ukryta prawda (1480) **20.00** Hotel Paradise (36) **21.00** \*\*\* Grunt to rodzinka – komedia Fr. 2004, reż. Alain Berberian, wyk. Christian Clavier, Jean Reno **23.00** \*\*\* Larry Crowne. Uśmiech losu – komediodramat USA/Fr. 2011, reż. Tom Hanks, wyk. Tom Hanks, Julia Roberts, Pam Grier **1.15** Hotel Paradise (35) **2.10** Żyjąc z potworem (13) **3.00** SOS. Ekipy w akcji (39)

**TV Puls**

DVB-T

**6.00** Policjanci z Miami (3, 4) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Triumf miłości (129, 130) **12.00** Nie igraj z aniołem (65) **13.00** Wspaniałe stulecie (90) **14.00** Przepis na zbrodnię (28) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (702, 703) **17.00** Dzielnica strachu (463) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (993, 994) **20.00** \*\*\* Planeta singli 3 – komedia rom. Polska 2019 **22.05** \*\*\* Ślub doskonały – komedia Polska 2023 **0.00** \*\*\* Nasze małe wielkie wesele – komedia Fr. 2023

**Puls 2**

DVB-T

**7.00** Serial anim. dla dzieci **13.00** Gumisie **14.00** Kacze opowieści **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot **16.00** Superthings: Kazoom Power **16.15** Fineasz i Ferb **16.50** Marta mówi! **17.10** Superkoty **17.45** Świnka Peppa **17.50** Bing **18.20** Maszka i niedźwiedź **18.35** Myszką Miki: Frajdomek **19.00** Don Matteo: Boski detektyw (18) **20.00** Przepis na zbrodnię (31) **21.00** Dzielnica strachu (467, 468) **23.00** \*\*\* Zawód gangster 4 – thriller W. Bryt. 2019 **1.00** Dzielnica strachu (465)

**TVP Polonia**

**7.30** Pytanie na śniadanie **11.35** Stacja. innowacja **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** U Pana Boga w Królowym Moście (11, 12) **13.50** Giganci nauki **14.45** Słowo daje! **15.00** Serwis Info **15.10** Dzień z życia artysty **15.40** Słownik polsko@polski **16.10** Życie po „Sanatorium miłości” **16.30** Barwy szczęścia (3300) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Gwiazdorska kuchnia Ani **18.45** Panorama **19.20** Polacy świata **19.30** **19.55** Pytanie dnia **20.25** Ranczo (17) **21.20** By coś zostało z tych dni. Irena Jarcoka **22.25** Profilakcja (2) **23.15** Panorama **23.45** Polska w Unii Europejskiej – film dok.

**TV Trwam**

DVB-T

**11.35** Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady z kongresu **13.00** Poronin – Parafia Św. Marii Magdaleny **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Wszystkim i wszędzie **15.00** Po stronie prawdy **16.10** Z wędką nad wodę w Polsce i świat **16.35** Sól Ziemi **17.15** Muzyczne chwile **17.30** Odpowiedzialni za Kościół **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacja **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (116) **22.45** Zniewolenie **23.00** Telewizyjny Uniwersytet Biblijny **0.10** Informacje **0.30** Odpowiedzialni za Kościół

**TVP Kultura**

DVB-T

**8.15** WTEM **8.20** Przysłań nad Biblią **8.35** Informacje kulturalne **9.00** Kolekcja **9.15** Studio Kultura – niedziela z... **10.10** Na kłopoty Bednarski (6) **11.10** \*\*\* Respect – film biograf. USA/Kan. 2021 **13.40** Reżyserzy **14.35** \*\*\* Klucznik – film obyczaj. Polska 1980 **16.10** Dlaczego nie Evans? (4) **17.05** Na kłopoty Bednarski (7) **18.10** Wydarzenie aktualne **18.40** Którędy po sztukę **18.50** Enzo Ferrari. Czerwony i czarny **20.00** Wstęp do filmu **20.10** \*\*\* Popioły (2) – dramat Polska 1965 **22.25** Hala odlotów **23.25** Dzień, w którym umarła gwiazda rocka **0.00** Video Killed the Radio Star **0.40** \*\*\* Filip – dramat Polska 2022 **2.40** Scena muzyczna

**Super Polsat**

DVB-T

**6.05** Wydarzenia **21.50** **6.45** SuperLudzie Extra (57) **6.55** Na ratunek 112 (613, 614) **7.55** Doktor Martin (37, 38) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (9, 10) **11.30** Świat według Kiepskich (375-378) **13.30** Bitwa o palety (3) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (32) **15.55** Top chef (3) **17.30** Świat według Kiepskich (464-466, 550-551) **20.00** Złomiarze (16) **21.00** \*\*\* Patriota – dramat USA/Niemcy 2000, reż. Roland Emmerich, wyk. Mel Gibson, Heath Ledger **0.20** \*\*\* Searching – thriller USA/Rosja 2018, reż. Aneesh Chaganty, wyk. John Cho, Debra Messing **2.35** Świat według Kiepskich (106, 344-345) **4.05** Nasz nowy dom (235, 236)

**TV 6**

DVB-T

**6.00** Więzienie (175, 176) **6.55** Policjanci i policjanci (610, 611) **8.55** Kobra – oddział specjalny (153, 154) **10.55** 48h. Zaginięni (201-203) **13.55** Policjanci i policjanci (1149) **14.55** Kobra – oddział specjalny (155, 156) **17.00** Magnum: Detektyw z Hawajów (94): Zająca pozalekcyjne – serial sens. USA 2023 **18.00** Strażnik Teksasu (13, 14): Punkt zapalny / Za murami – serial sens. USA 1996 **20.00** Agenci NCIS: Los Angeles (6-8): Zachód słońca / Ostatni żołnierz / Kraina wilków – serial kryminalny USA 2022 **22.55** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (651, 652) – serial krym. Polska 2023 **0.55** Kości (49, 50): Stażysta w piecu / Chłopak w kapsule czasu

**TV 4**

DVB-T

**5.30** Telezakupy TV Okazje **6.00** Strzażnik Teksasu (11, 12) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (102) **8.55** Policjanci i policjanci (412, 413) **10.55** Na ratunek 112 (1156, 455) **11.55** Dlaczego ja? (1560) **12.55** Trudne sprawy (1064, 1065) **15.55** Łowcy skarbów. Kto da więcej (36, 37) **18.00** Policjanci i policjanci (1413, 1414) **20.00** Uroczysko (244) **20.30** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1023) **21.30** Sprawiedliwi. Trójmiasto (140) **22.40** \*\*\* Purpurowe rzeki II: Aniołowie apokalipsy – thriller Francja/Włochy/W. Bryt. 2004, reż. Olivier Dahan, wyk. Jean Reno **0.45** Interwencja (5885) **1.10** Love Island. Wyspa miłości (32) **2.15** Hardcorowy Lombard (148)

## Ale Kino+

**7.00** Pogrzeb panierstwa **7.50** \*\*\* Ciotka Hitlera – dramat **10.15** Grantchester (3, 4) **12.20** Vera (1) **14.10** \*\*\* Szare sniegi Syberii – dramat USA/Litwa 2018 **16.10** \*\*\*\* Strefa interesów – dramat W. Bryt./Polska/USA 2023 **18.20** Vera (2) **20.10** \*\*\*\* Perfect Days – kom. Niemcy/Jap. 2023 **22.35** \*\*\* Na fali ryzyka – thriller USA 2023 **0.40** \*\*\* Morderstwo na basenie – thriller USA 2024 **2.20** Kryptonim Polska (2)

## Kino Polska

**7.10** Och! Kabaret **8.05** Zwierzęta Wajraka **8.40** Polska Kronika Filmowa 01/55 **9.00** \*\*\* Paragon, gola – kom. Polska 1969 **11.05** Ranking Naj Polskiego Kina **11.55** Diabeł **12.30** \*\*\*\* Potop (2) – film hist. Polska 1974 **15.35** \*\*\*\* Krzyż Walecznych – dramat Polska 1958 **17.15** Cztery pancerni i pies (3, 4) **20.00** \*\*\* Lokatorka – dramat Polska 2021 **22.20** \*\*\* Skrzydlate świnię – film obycz. Polska 2010 **0.40** \*\*\*\* IO – film przyg. Polska/Wł. 2022

## Polsat Film

**7.30** Doktor Martin (67) **8.30** Przyjaciółki (229, 230) **10.25** Świat według Kiepskich (172-173, 199-200, 93-94, 215) **14.45** \*\*\* Park Jurski III – film sf USA 2001 **16.40** \*\*\* Jeszcze większe dzieci – kom. USA 2013 **18.45** \*\*\*\* Zanim się pojawił – dramat W. Bryt./USA 2016 **21.00** \*\*\*\* Wyjdz za mnie – kom. rom. USA/Chiny/Jap. 2022, reż. Kat Coiro, wyk. Jennifer Lopez **23.25** \*\*\*\* Znachor – melodramat Polska 2023, reż. Michał Gazda, wyk. Leszek Lichota

## Stopklatka

DV3

**6.50** Wielkie wynalazki **7.55** Wojciech Cejrowski – bosko przez świat **9.00** Robert Makłowicz **10.50** Wojny magazynowe: Kanada **11.55** Wojny kontenerowe **13.00** Katastrofy w przestworzach **16.00** MacGyver (2, 3) **18.00** Wojny magazynowe: Kanada **19.05** Wojny kontenerowe **20.00** \*\*\*\* Seksmisja – kom. Polska 1984 **22.35** \*\*\*\* Złap mnie, jeśli potrafisz – film biograf. USA/Kan. 2002 **1.35** \*\*\*\* Ostatnia rodzina – film biograficzny Polska 2016

## Canal+ Premium

**12.25** \*\*\* Kiler-ów 2-óch – kom. krym. Polska 1999 **14.20** The Office PL (9, 10) **15.20** Iran: Pokolenie Z – między wolnością a represją **16.15** Hollywood Buzz **16.40** \*\*\* Mamma Mia! Here We Go Again – musical W. Bryt./USA 2018 **18.35** \*\*\* Morderstwo w ambasadzie – film sens. W. Bryt. 2025 **20.00** Król i zdobywca (4) **20.50** Making of C+ **21.00** \*\* Balkańska vendetta 2 – film sens. USA/Wł. 2024 **22.25** \*\* Skarbek – film sens. Polska/Wł. Bryt./USA 2024

## HBO

**11.10** \*\*\*\* Eddie zwany Orłem – film biograf. W. Bryt./Niemcy/USA 2016 **12.55** \*\*\* Tripped Up – kom. USA 2023 **14.30** \*\*\* Twój potwór – kom. W. Bryt./USA 2024 **16.10** \*\*\* Lato w grudniu – dramat Hiszp. 2024 **17.45** \*\*\*\* Wciąż tu jestem – dramat Brazylia/Fr. 2024 **20.00** \*\*\* Boska Sarah Bernhardt – film biograf. Fr/Belg. 2024 **(s.27)** **21.35** Między mrokiem a geniuszem **22.40** \*\*\* Rodzaje zyczliwości – komedia Irlandia/Wł. Bryt./USA/Grecja 2024

## Polsat 2

**6.30** Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Przyjaciółki (302) **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (276-278, 280-281) **17.00** 48 h. Zaginięci (257, 258) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (22) – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze (1051) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** Komisarz mama (33) **23.00** Świat według Kiepskich (280, 281) **0.00** Ślad (106) **1.00** Zdrady I **2.05** Wydarzenia **2.45** Ewa gotuje

## TVP Seriele

**6.25** Na sygnale (435, 436) **7.35** Ojciec Mateusz (431) **8.35** Komisarz Alex (283) **9.25** Rodzinka.pl (54) **9.55** Klan (1404) **10.30** Ranczo (53) **11.20** Ojciec Mateusz (446) **12.15** Pan Mama (37) **12.55** Zazwracam (117) **13.30** Ojciec Mateusz (336, 337) **15.25** Komisarz Alex (284) **16.20** Na sygnale (437, 438) **17.25** Ranczo (54, 55) **19.25** Ojciec Mateusz (338) **20.25** Komisarz Alex (314) **21.25** Ranczo (56, 57) **23.20** Ojciec Mateusz (339) **0.15** Wojna zastępcza (9)

## AXN

**6.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (13, 14) **7.30** Dr House (15, 16) **9.25** Castle (5, 6) **11.20** Detektyw Monk (4, 5) **13.20** Dr House (17, 18): Na całość / Sen sprawiedliwej **15.15** Agenci NCIS (17, 18): Po godzinach / Zakres operacji **17.10** Castle (7, 8): Jaki ojciec, taka córka / Żądza pieniądza **19.10** FBI (4, 5): Upadły gлина / Dwukrotnie ślepi **21.05** Agenci NCIS (11) **22.05** Agenci NCIS: Hawaje (22) **23.00** Castle (7, 8) **0.45** FBI (4, 5) **2.40** Agenci NCIS (11)

## 13 Ulica

**6.05** Astrid i Raphaëlle (3, 4) **8.20** Kapitan Marleau (1) **10.20** Agenci NCIS: Los Angeles (5, 6) **12.10** Motyw (5, 6) **14.05** Astrid i Raphaëlle (5, 6) **16.20** Kapitan Marleau (2): Nigdy więcej nie umrzesz **18.20** Agenci NCIS: Los Angeles (7, 8) – serial krym. USA **20.10** Motyw (7, 8): Człowiek z przeszłością / Mroczne dziedzictwo – serial krym. Kan. 2013 **22.00** Blue Ridge (7, 8) – serial krym. USA **0.00** Chicago PD (17) **1.00** Kapitan Marleau (2) **3.00** Astrid i Raphaëlle (3, 4)

## FX

**7.20** Kości (9, 10) **9.10** CSI: Kryminalne zagadki Miami (15, 16) **11.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **13.45** Agenci NCIS (10, 11) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (21) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17, 18) **18.20** FBI (14, 15) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) **22.00** \*\*\* Kolekcjoner kości – thriller USA/Kanada 1999 **(s.27)** **0.25** Tropiciele (11) **1.25** FBI (15)

## BBC First

**6.00** Zagadki doktora Blake'a (4) **6.55** My Life is Murder (9, 10) **8.35** Lewis (2) **9.35** Ojciec Brown (4) **10.35** Śmierć pod palmami (6) **11.45** Zagadki doktora Blake'a (4) **12.55** Koroner (7, 8) **14.50** Ojciec Brown (8) **15.50** Lewis (2) **16.50** My Life is Murder (10) **17.50** Morderstwa w Midsomer (1, 2) **19.50** Śmierć pod palmami (7) **21.00** Milczący świadek (7, 8) **23.10** Ojciec Brown (2) **0.15** Koroner (7) **1.15** Śmierć pod palmami (7) **2.20** Morderstwa w Midsomer (1, 2)

## Eurosport 1

**8.30** Discovery Golf **9.00** Snooker: MŚ w Sheffield **10.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Turcji **11.00** Triathlon: T100 Triathlon World Tour w Singapurze **11.30** Snooker: MŚ w Sheffield **13.45** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **17.00** Wyścigi Endurance: MŚ Endurance FIM – 24 Heures Motos **18.30** Snooker: MŚ w Sheffield **19.30** (L) Snooker: MŚ w Sheffield **23.00** Snooker: MŚ w Sheffield **0.00** Kolarstwo: Wyścig dookoła Romandii **1.30** Snooker: MŚ w Sheffield

## Eurosport 2

**11.00** Maraton Londyński **12.00** Kolarstwo: Wyścig d. Turcji **13.00** Cycling Show **13.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dook. Turcji **15.30** (L) Kolarstwo: Wyścig dook. Romandii **17.30** Kolarstwo górskie: Race Bikes **18.00** Podsumowanie wyścigu T100 Triathlon World Tour: Singapur **18.30** Kolarstwo: Wyścig d. Turcji **19.30** Kolarstwo: Wyścig d. Romandii **20.30** Discovery Golf **21.00** (L) Golf: PGA Tour – Miami Championship **1.00** Maraton Bostoński **2.30** Snooker

## Polsat Sport 1

**7.00** Siatkówka: PlusLiga **9.00** Polsat Futbol Cast **10.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja **13.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open: Czwierćfinał – transmisja meczu **15.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja meczu **17.30** (L) Siatkówka (ew.): UNI Opole – BKS BOSTIK ZGO Bielsko-Biała **20.00** (L) Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open: Czwierćfinał **23.00** Siatkówka: PlusLiga – transmisja **1.00** Boks: Gala boksu zawodowego

## TVP Sport

DV3

**8.15** Magazyn skrótów LM UEFA **9.35** Podsumowanie Pucharu Portugalii **10.10** Reportaż **10.50** Podsumowanie STS Pucharu Polski **14.10** Hokej na lodzie (tow.): Polska – Francja **16.00** Boks: Imperium Boxing Walbrzych – CKB Potężni **18.35** Piłka nożna: LM UEFA: Atlético Madryt – Arsenal FC **20.45** Ring TVP Sport **21.45** Magazyn skrótów LM UEFA **23.00** Sportowy wieczór **23.35** Podsumowanie Pucharu Anglii: Półfinały **1.00** Boks: Xander Zayas – Abass Barau

## Canal+ Sport

**9.00** Piłka nożna: Valencia CF – Girona FC **11.15** Piłka nożna: Cragovia – Pogór Szczecin **13.30** Jej Wysokość Premier League **15.10** Premier League Netbusters **15.45** Piłka nożna: Getafé CF – FC Barcelona **18.00** Premier League Stories **18.30** Ekstraklasa po godzinach **19.30** Premier League Netbusters **20.00** Premier League: The Big Interview **20.30** Speedway+ **21.15** Sporty ekstremalne: MŚ Stihl Timbersports **23.30** Premier League: The Big Interview **0.10** Liga+ Extra

## Canal+ Sport 5

**8.15** Żużel: FOGO Unia Leszno – Gezet Stal Gorzów **11.00** Magazyn PGE Ekstraliga **12.45** Piłka nożna: Widzew Łódź – Motor Lublin **15.00** Sporty ekstremalne: MŚ Stihl Timbersports **17.15** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Hunters PSŻ Poznań – ZKS Stal Rzeszów **20.00** (L) Rzutki: BetMGM Premier League Darts w Aberdeen **23.45** Speedway+ **0.20** Piłka nożna: Lechia Gdańsk – Raków Częstochowa **2.35** Premier League: The Big Interview

## Eleven Sports 1

**8.00** Piłka nożna: Bundesliga **10.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports **12.00** Piłka nożna: Serie A Enlive – transmisja meczu **14.00** Piłka nożna: Bundesliga – transmisja meczu **16.00** Piłka nożna: Serie A Enlive – transmisja **18.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports – transmisja **20.00** Magazyn sportowy **20.40** Formuła 1: Wyścig **22.40** Magazyn sportowy **0.00** Piłka nożna: Bundesliga – transmisja **2.00** Piłka nożna: Serie A Enlive – transmisja **4.00** Magazyn sportowy

## Polsat Sport 3

**6.00** Piłka ręczna: ORLEN Superliga – transmisja **8.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn piłkarski **11.00** Koszykówka: ORLEN Basket Liga – transmisja **13.30** Piłka nożna z archiwum – magazyn **16.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **18.00** Piłka nożna z archiwum – magazyn **20.00** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **22.30** Tenis: ATP Tour Masters 1000 – Mutua Madrid Open – transmisja **1.00** MMA: Babylon MMA – transmisja

## TVN 24

**8.00** Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.30** Czarno na białym **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

## Polsat News

**8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.10** Więcej „Wydarzeń” **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń” **19.50** Debaty Gozdry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

## TVP Info

DV3

**11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** **14.30** **15.00** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinie **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **18.55** Serwis info wieczór **19.00** Kontrapunkt – Ring wolny **19.30** **19.30** **19.58** Pytanie dnia **20.18** Niebezpieczne związki **20.57** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama

## TVP 3

DV3

**11.00** Działka na balkonie **11.30** Szkoła Mistrzów **11.45** Turystyczna jazda **12.00** Telekurier **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda **13.30** Bez trybu Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów **22.30** Złoty chłopak (141)

## TVP Rozrywka

**8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Kolo fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Noce i dnie (1) **14.15** Pan Mama **15.20** Program rozrywkowy **15.30** Tak to leciało! **16.30** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Kolo fortuny **18.40** Okrasa łamie przepisy **19.45** Makłowicz w podróży **20.20** Postaw na milion **22.15** Historia literatury według Kabaretu Moralnego Niepokoju **0.20** Kabaret. Super Show Dwójki

## Planete+

**8.10** Niezwykłe podróże koleją **9.20** Polska z góry **10.20** Afrika z góry **11.20** Dokąd dzisiaj? **12.35** Czego nam nie mówią o odchudzaniu **14.35** Czy warto pościć? **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Dokąd dzisiaj? **18.15** Świat z góry **19.00** Nelly i Nadine. Zakazana miłość **20.50** Niezwykłe podróże koleją **20.20** Ludwik XIV, król tajnych agentów **0.20** Niezwykłe podróże koleją **1.25** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **2.00** Zwierzęta Wajraka

## BBC Earth

**8.20** Planeta Ziemia II **9.25** W okowach mrozu **11.20** Skarby przeszłości i ich tajemnice **12.20** Planeta Ziemia II **13.25** Układ Słoneczny **14.30** W okowach mrozu **15.25** Życie na pustkowiu **16.25** Pewnego razu w kosmosie **17.40** Skarby przeszłości i ich tajemnice **18.35** Planeta Ziemia II **19.45** Planeta zmian **20.55** Życie na pustkowiu **21.55** W okowach mrozu **22.55** Bezszałkosa: australijska rewolucja **Michaela Mosleya** **0.00** Chirurgi: kwestia życia i śmierci

## Discovery Channel

**7.00** Na krańcu Alaski **8.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **9.00** Gorączka złota: rzeka skarbów **10.00** Klan z Alaski **11.00** Złoto drwali **12.00** Fani czterech kółek **13.00** Nagi instynkt przetrwania **14.30** Strażacy **15.00** Złomowisko PL **16.00** Złoto drwali **17.00** Porty: Hiszpania **18.00** Truckery **19.00** Złomowisko PL **21.00** Gorączka złota **22.00** Łowcy opali **23.00** Morze złota **0.00** Fani czterech kółek: w trasie **1.00** Zoom na architekturę

## TVN Turbo

**8.15** Nic do ukrycia **9.15** Fani czterech kółek **10.15** Złomowisko PL **12.15** Naprawy nie do naprawy **13.00** Zawodowi handlarze **14.30** Wojny samochodowe **16.30** Jeździć, obserwować **18.00** Raport Turbo **18.15** Duda kontra Szarafranki **19.00** Mobilni mechanicy **19.45** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **20.30** Zawodowi handlarze **21.15** Z drugiej ręki **22.00** Raport Turbo **22.20** Zawodowi handlarze **23.05** Wojny samochodowe **0.05** Ciężarówką przez Chile

## TVN Style

**7.45** Zgłoś remont **8.45** Gwiazdy lumpesków **9.50** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **11.15** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: Krzeszyce – Pizzeria Davioli/Bar Wurst / Restauracja „Polski Nie-Rząd”, Sosnowiec **15.35** Jestem z Polski **17.45** Kuchenne rewolucje: Suwalki – „Fresco” / Barlinek – „Limba” / Chorzów – bistro „AF” **20.50** Zgłoś remont **21.50** Jestem z Polski **23.45** Hotel Paradise **0.45** 40 kontra **20** **1.45** 40 kontra **20** **2.30** Wiem, co jem

**Romance TV**

**10.20** Statek marzeń **12.20** ★★ Pulchna jak ja – kom. rom. Niemcy 2007 **14.15** ★★ Piękna i miliarder – komediodramat USA/Kan. 2022 **16.05** ★★ Dora Heldt: Ani słowa tacie! – kom. Niemcy 2012 **18.00** Sledztwo prowadzi Wat- zmann (36) **19.00** Górski lekarz (87) **20.00** ★★ Inga Lindström: Emma Svensson i miłość – film obyczaj. Niemcy 2007 **21.55** ★★ Lilly Schönauer: Na zawsze i jeden dzień – dramat Austria/Niemcy 2008 **23.50** Górski lekarz (87)

**TTV**

DVB

**6.00** Express **6.20** DeFacto **6.50** Diabelnie boskie **7.20** Ukryta prawda **8.20** Kartoteka **10.30** Detektywi **12.30** Zakup w ciemno **14.30** Kartoteka **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Idź na całość **18.05** Damsy i wieśniaczki. PL **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Życie na kredyt **23.05** Kanapowiczynie **0.05** Żony Podlasia **1.05** Wakacje dla bogaczy **2.15** Dobra robota

**National Geographic**

**10.00** Lotnisko w Melbourne 24/7 **11.00** Podniebne cargo **12.00** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **14.00** Łzapać przemysł **15.00** Morski patrol: Hiszpania **16.00** Egipt: miejsce pełne tajemnic **17.00** Rzym: początki imperium **18.00** II wojna światowa: ukryta prawda **19.00** Wielkie konstrukcje III Rzeszy **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Euroinżynieria **22.00** Megametro **23.00** Uwaga, katastrofa! **0.00** Katastrofa w przestworzach

**TVP Historia**

DVB

**8.15** Polskie drogi (3) **9.50** „Polskie drogi” – jak powstawał serial **10.10** Odnalazł zaginiono **10.45** Pakistan, nasz najlepszy wróg **11.40** Islandia: na granicy zimnej wojny **12.40** Américo Vespucci, zapomniany odkrywca **13.40** Królowie (5) **14.15** Polskie drogi (4) **15.40** Sensacje XX w. **17.35** Czas honoru (4) **18.30** Encyklopedia II wojny światowej **19.10** Flesz historii **19.35** Królowie (44) **20.10** Zatkota śpiewgów (14) **21.00** Lucy Worsley i zagadki historii **22.05** Białe Autobusy **23.05** Sensacje XX w.

**TLC**

**10.00** Wiza na miłość: pościelowe rozmowy **11.00** Wiza na miłość: Wielka Brytania **12.00** Miłość bez tłumaczenia **13.00** Wspólne życie XXL **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi – dalsze losy **18.00** Kilogramy zbędnej skóry **19.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **20.00** Rodzina 10+ **21.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **22.00** Wiza na miłość: single na polowaniu **23.00** Skórę na ratunek **0.00** Dr Pryszczylla

**TVN Fabuła**

**8.45** Detektywi **9.50** Przepis na życie (4) **10.50** Szpital św. Anny (43) **11.50** Druga szansa (3, 4) **13.55** Układ warszawski (4) **14.55** Detektywi **15.55** Absolwenci **16.35** Seriale Top 5 **16.45** ★★ Córka prezydenta – kom. rom. USA-NW. Bryt./Czechy/Wł. 2004 (**S.27**) **19.00** Szpital św. Anny (23) **20.00** ★★ xXx: Reaktywacja – film sens. USA 2017 **22.25** ★★ Gniew Tytánów – film przyg. USA/Hiszp. 2012 **0.30** ★★ Strażnicy – film akcji USA 2009 **3.25** Szkoła (703)

**Fokus TV**

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginięni (13) **7.10** Byli sobie podróżnicy **8.50** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Niezwykłe osiągnięcia starożytności **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Ostatni bastion Hitlera: Piekło w lesie / Odwaga Murphy'ego **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Poszukiwacze historii **23.00** Bitwa o Okinawę – film dok. Fr. 2021 **0.00** Starożytni kosmici **1.00** Rolnicy. Podlasie

**Nat Geo Wild**

**10.00** Weterynarz do zadań specjalnych **11.00** Przedziwna planeta Ziemia **12.00** Królestwo drapieżników: Rebella **13.00** Rzeki Afryki: życie lub śmierć **14.00** Wilki z Yellowstone **15.00** Zabójcze szerszenie Azji **16.00** Olsnięta jęca Ameryka **17.00** Niezwykłe wędrowniki zwierząt **19.00** Walki zwierząt **20.00** Niszczycielskie żywioły **21.00** Niezwykły dr Pol: Nocna zmiana / Nasze zwierzęta / Z chirurgiczną precyzją / Szczęście nowicjuszy / Krowie sprawy

**TVP Dokument**

DVB

**11.00** Szlakiem Kolberga **11.30** Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? **12.35** Prawdziwa historia piratów **13.40** Zwierzęta miejskie **14.40** Król sawanny **15.50** Przy- szłość z góry (4) **16.50** Podróżnicy – odkrywcy **17.50** Król Karol III **19.00** Gwałtowna pogoda. Jak ją przetrwać? **20.10** Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd **21.20** Salaryman – japoński pracownik **22.25** Barbara Włodarczyk zaprasza **22.35** Rakka, cień ISIS **23.40** Królowie mafii **0.35** Notacje

**TVS**

**10.00** Dzisiaj w regionie **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS **23.35** Doktor z alpejskiej wioski **0.30** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **1.35** Wydział kryminalny Kitzbühel **2.35** Emeryci na tropie

**AMC**

**7.20** ★★ Kobieta muszkietier (1) – film przyg. Niemcy/USA/Chorwacja 2004 **10.50** ★★ I uderzył grom – film sens. USA/Czechy/W. Bryt./ Niemcy 2005 **12.45** Nowy świat (1-4) **15.50** ★★ Equilibrium – film sf USA 2002 **17.50** ★★ Włoska robota – film sens. USA/Fr./ Wł./W. Bryt./Niemcy 2003 **20.00** ★★ Transformers 3 – film sf USA 2011 **23.00** ★★ Resident Evil: Witajcie w Raccoon City – horror USA/Kan./Niemcy 2021 **0.55** ★★ Pod ciśnieniem – thriller USA/Kan. 1997

**Nowa TV**

DVB

**6.00** Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobjudki **7.30** Świat według Kiepskich (502-505) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (2) **10.00** Miodowe lata **10.30** Wieżenie (32-34) **12.00** Poirat (8) **14.00** Świat według Kiepskich (560, 561) **15.00** Świat według Bundych (226-231) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (16) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (82) **22.00** Ślad (77-78, 110) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

**Metro**

**6.50** J.A.G. – Wojskowe Biuro Śledcze (5) **7.45** Sekrety życia (26) **8.40** Szpital (687, 688) **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska (630, 631) **12.41** Anatomia piękna **13.40** Przepis na życie (1) **14.40** Zapukaj do moich drzwi (128) **15.40** The Floor **17.00** Ciężarówka przez Afrykę **18.00** Prawo Agaty (7) **19.00** Kartoteka (7, 8) **21.05** Kryminalni (2, 3) **23.15** Kuba Wojewódzki **0.30** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.30** Szpital (683) **2.25** Dieta czy cud?

**Zoom TV**

**6.00** Bliżej! Magazyn reporterów **6.25** Gadzet show **7.30** Tomasz Pagowski. Remont u ciebie **8.00** To leci w sieci **9.15** Bolek i Lolek **9.55** Reksio **10.45** To leci w sieci **11.40** Pułapki umysłu **12.20** Zoologia ekstremalna **13.25** Nowyjaśniejsze tajemnice świata **14.25** Sensacje XX w. **16.45** Wojciech Ciejrowski – bosko przez świat **19.00** Strażnik Teksasu (19, 20) **21.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Magia nagości. Norwegia **23.50** Magia nagości

**WP**

DVB

**8.00** 1, 2, 3... Kabaret! **9.00** WP News **9.20** Tit **10.00** Hiszpańska grypa: niewidzialny zabójca **11.00** Mityczne bestie **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver (7) **17.00** Komisarz Cassandra: Zbrodnie w Alpach (4) **19.00** Policjanci z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji – serial dokumentalny Polska 2026 **21.00** Strażacy z sąsiedztwa **22.00** Kabaretowa noc pod gwiazdami **0.00** Mistrzowie kabaretu

**Córka prezydenta**

Twórców scenariusza zainspirowała córka Clintona, próbująca normalnego życia

TVN FABUŁA 16:45 ★★

Anna Foster wie, że w Białym Domu życie w luksusie. Bycie córką prezydenta łączy się jednak z ciągłym towarzystwem agentów służb specjalnych. Anna postanawia zakosztować niezależności. Na własną rękę rusza na podbój Europy. Kiedy poznaje przystojnego Brytyjczyka Bena, nie zdradza mu prawdziwej tożsamości, bojąc się, że wtedy przysięgnie czar zwykłej znajomości. Nie przypuszcza tylko, że i on skrywa pewną tajemnicę...

Komedia romantyczna USA/W. Bryt./Czechy/Włochy 2004, reż. Andy Cadiff, występują: Mandy Moore, Matthew Goode, Mark Harmon

**Boska Sarah Bernhardt**

Film opowiada o dwóch kluczowych, choć mało znanych epizodach z życia aktorki

HBO 20:00 ★★

Sarah Bernhardt (w tej roli Sandrine Kiberlain) uchodziła za jedną z najważniejszych artystek swoich czasów. Nazywana była Boską Sarah, królową teatru, świętym potworem. W równej mierze podziw wzbudzała jej talent i niezwykła charyzma, co niecodziennie upodobań.

**Kolekcjoner kości**

Angelina Jolie i Denzel Washington rolach policjantów, szukających seryjnego mordercy

FX 22:00 ★★

Sparaliżowany policjant chce popełnić samobójstwo, ale zmienia decyzję, gdy dowiaduje się o serii okrutnych morderstw. Postanawia zająć się sprawą. Pomaga mu policjantka, która odwiedza miejsca zbrodni i szuka wskazówek, mogących doprowadzić do zabójcy.

**TELEMAGAZYN**

Redakcja: Ingrid Hintz-Nowosad, Magdalena Bohdanowicz **Dyrektor artystyczny:** Tomasz Bocheński **Grafik i fotodyspozytor:** Jacek Mosiński **Foto:** Sylwia Dąbrowa **Wydawca:** Polska Press Sp. z o.o. **Redakcja:** ul. Domaniewska 43, 02-672 Warszawa, tel. 451 172 430, telemagazyn@polskappress.pl **Reklama:** Luiza Zimna, tel. 448 514 800 822, luiza.zimna@polskappress.pl

**Menedżer produktu:** Izabela Marciniak, tel. 502 499 380, izabela.marciniak@polskappress.pl **Druk:** Eurodruk Poznań **Serwis tv i foto:** media-press.tv **Reklama:** strony 5, 8, 9, 11, 15, 28 **Zdjęcie na okładce:** Materiały prasowe **Telefony dla widzów:** **TVP** 22 547 44 50; **Polsat** 22 514 52 50; **TVN** 22 856 61 61

**SERIALE**

**Pierwsza miłość**  
POLSAT 18:00



Ignorując ostrzeżenia Janka, Paweł umawia się z Marysią. Oskar ryzykuje utratę pracy, by wspierać Kalinę podczas przesłuchania w prokuraturze. Jego nieobecność w firmie wykorzystuje Ewa, która knuje za jego plecami. Sytuacja Kaliny staje się poważna, gdyż nikt jej nie wierzy, że to Sandra bez jej wiedzy i zgody przyspieszała prace na budowie, a potem zniknęła.

**Barwy szczęścia**  
TVP 2 20:05



Przepraszy Lucyny nie łagodzi napięcia w jej relacjach z Asią. Kością niezgody staje się pomysł zakupu broni jako świątecznego prezentu dla ojca. Kornel proponuje Sokalskiemu prowadzenie podcastu. Jaworski zmagając się z bólem kręgosłupa, a Krystyna zaskakuje rodzinę, zarabiając spore pieniądze na grach online. Romeo, obawiając się Aleksa, namawia Ewę na potajemną randkę.

**Na Wspólnej**  
TVN 20:15



Po tym jak Czernski pobit na cmentarzu Alana, Ola nie wraca do domu. Zostaje z synkiem u rodziców. Niespodziewanie pojawia się Novak. Prosi, by chronić ich synka przed Mariuszem! Wkrótce Czernski pojawia się u Zimińskich. Błaga żonę, żeby wróciła do niego. Obiecuje, że się zmieni. Ola odmawia. Boi się go tak, jak kiedyś bała się Alana! Kalina zdaje egzamin adwokacki. Z kwiatami czeka na nią Łukasz! Kobieta przegania kochanka w ostatniej chwili, bo pojawia się przejęty Tadeusz.

JUŻ TERAZ ZRÓB **ZAPASY OPAŁU NA ZIMĘ!**

TANIEJ O 20ZŁ Z KODEM:  
**BARTEX2026**

[www.BARTEX-WEGIEL.pl](http://www.BARTEX-WEGIEL.pl)

ZADZWOŃ! **666 102 222**

**ORYGINALNE PRODUKTY**



**Z DOSTAWĄ PROSTO DO TWOJEGO DOMU!**

**SERDECZNIE ZAPRASZAMY  
DO WSPÓŁPRACY HURTOWEJ OD 24 TON!  
W OFERCIE:**

**GROSZKI, MIAŁY, ORZECHY, KOSTKI**

ZADZWOŃ! **795 437 619**