

PIĄTEK-NIEDZIELA
105-07112|2025|

GAZETA WEEKEND OLSZTYŃSKA

GAZETA WARMII I MAZUR

cena 5,99 zł (w tym 8% VAT)

ISSN 0137-9127



4 9

9 770137 912057



Forum Liderów
wsparto Arkę |3



Wyjście z bezdomności
nie jest łatwe |4



Są chętni do zasypania
dziury |5



Żeby nie dzwonić
do mamy,
bo zabrakło picia |8



GDZIE JEST OLSZTYŃSKI SUFIT?

Fot. materiały prasowe

PROMOCJA

anty-DEFAMATION.pl

Oficjalny Partner



POLSKA
FUNDACJA
NARODOWA

STRONA INTERNETOWA SŁUŻĄCA
PRZECIWDZIAŁANIU DEZINFORMACJI
ORAZ FILM PROMUJĄCY POLSKĘ
SPRAWDŹ NA PORTALU <https://anty-defamation.pl/>

Artykuł na str. 7 został zrealizowany w ramach projektu dofinansowanego przez „Polską Fundację Narodową”

40250TBP-c-K



TEST

Napisałem ostatnio, że warto uważnie obserwować, co przyniosą rozmowy w Moskwie, i dziś przyglądam się temu z nieco większym sceptycyzmem. W ubiegłym tygodniu wspominałem o wysłannikach Stevie Witkoffie i Jaredzie Kushnerze lecących do Moskwy. Dziś wiemy,

że spotkali się tam z Władimirem Putinem. Po rozmowach prezydent Donald Trump stwierdził: „To było całkiem dobre spotkanie. Wiem, że Putin chce pokój” i dodał, że nie może ujawnić szczegółów, bo „do tanga trzeba dwojga”.

Z jednej strony deklaracje brzmią obiecująco. Z drugiej strony milczenie i brak

konkretów budzą wątpliwości. Według oficjalnych informacji kilka postulatów zawartych w amerykańskim planie pokojowym zostało zaakceptowanych przez stronę rosyjską, inne odrzucono. Rozmowy zakończyły się bez formalnego porozumienia.

To skłania mnie do ostrożności. Jeśli Moskwa

rzeczywiście zaakceptowała tylko część propozycji, a kluczowe kwestie pozostały otwarte, cała ta gra może okazać się niczym więcej niż PR-owym gestem. Rosja przez lata pokazała, że traktuje pokój jako narzędzie taktyczne, a nie stały cel.

Sam odnoszę wrażenie, że to nie tyle próba

zakończenia wojny, co test, test dla Zachodu, dla Ukrainy, a także dla opinii publicznej. Dopóki nie zobaczymy realnych działań, wycofania wojsk, zapewnienia bezpieczeństwa, konkretnych gwarancji, żadne deklaracje nie mają wartości.

MARCIN KULASEK, MINISTER NAUKI
I SZKOLNICTWA WYŻSZEGO



LEGALNI IMIGRANCY W POLSCE. NOWE KIERUNKI, NOWE WYZWANIA

że Ukraińcy pozostają numerem jeden, jeśli chodzi o cudzoziemców zatrudnionych na terytorium Rzeczypospolitej Polskiej. Stanowią oni aż niemal 2/3 ogółu zatrudnionych, a dokładnie 798 tysięcy wśród nieco ponad 1,2 miliona pracujących niepolskich obywateli. Oczywiście mówimy o ludziach zatrudnionych legalnie, oficjalnie. Liczba zatrudnionych u nas obywateli naszego wschodniego sąsiada do niedawna powoli spadała. Używam tu bardzo świad-

omie czasu przeszłego. Oto bowiem wszystkie statystyki dotyczące rynku pracy w Polsce, szczególnie te robione pod kątem Ukraińców, zupełnie nie uwzględniają dziesiątków tysięcy młodych ludzi, którzy przyjechali na terytorium Rzeczypospolitej w ostatnich tygodniach po taktycznym, bo przed wyborami prezydenckimi, otwarciu granic Ukrainy, czego wcześniej nie robiono we względu na pobór do armii. Jednak już w ubiegłym

roku po raz pierwszy od agresji Rosji na naszego wschodniego sąsiada liczba ukraińskich obywateli wyjeżdżających do Polski była... niższa od liczby tych Ukraińców, którzy postanowili wyjechać do Niemiec! Nie sądzę zresztą, aby ta sytuacja diametralnie zmieniła się po ustaniu działań wojennych (raczej będzie to zawieszenie broni niż traktat pokojowy). Zdecydowana większość imigrantów z Ukrainy pozostanie w krajach dotychczasowego osiedlenia.

To szansa dla naszego rynku pracy, choć na pewno współgrająca z wyzwaniami, ale i też, powiedzmy to wprost, z obawami i wątpliwościami.

To, co zarysowało się w ostatnich latach, to tendencja przyjazdu do Polski legalnych imigrantów zarobkowych z zupełnie innych niż dotąd kierunków. Już nie tylko postsowiecka Azja Środkowa, Kaukaz Południowy z Gruzją na czele, Indie czy Bangladesz. To np. również Ameryka Łacińska, skąd dotąd przyjeź-

dali pracownicy w ilościach zupełnie śladowych. I tak np. nastąpił w ostatnich latach aż 3-krotny wzrost liczby legalnych imigrantów z Kolumbii, kojarzonej w Polsce z narkobiznesem. A co przyniosą najbliższe lata? Oto jest pytanie. Zwłaszcza po wejściu w życie od 2026 roku nowego unijnego paktu migracyjnego, który wszak dotyczyć ma nielegalnych imigrantów. To dopiero będzie wyzwanie. Ale czy zmieni to sytuację na polskim rynku pracy? Wątpię.

RYSZARD CZARNECKI

KONDOLENCJE

Panu

Waldemarowi Królikowskiemu

Dyrektorowi Zarządu Dróg Wojewódzkich w Olsztynie

z powodu śmierci

Siostry

wyrazy najgłębszego współczucia składają

w imieniu Zarządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego Marszałek Marcin Kuchciński

w imieniu Radnych Województwa Warmińsko-Mazurskiego Przewodniczący Bogdan Bartnicki

1376250pb1-a-m



W poniedziałek, 1 grudnia 2025 roku, w Olsztynie zmarła Maria „Maryna” Skurpska – polonistka, współzałożycielka „Solidarności” w WSP w Olsztynie, twórczyni Wojewódzkiego Urzędu Pracy i wieloletnia szefowa Stowarzyszenia „Pojezierze”. Bliscy nazywali ją Maryną. Była jedną z tych osób, które cicho, ale konsekwentnie

Odeszła Maria „Maryna” Skurpska
POTRAFIŁA ŁĄCZYĆ LUDZI

zmieniały rzeczywistość Warmii i Mazur. Polonistka i nauczycielka akademicka Wyższej Szkoły Pedagogicznej, w 1980 roku współtworzyła struktury NSZZ „Solidarność” na uczelni, a w stanie wojennym angażowała się w kolportaż niezależnych wydawnictw, w tym „Tygodnika Mazowsze”. Po upadku komunizmu współorganizowała Wojewódzki Urząd Pracy w Olsztynie i przez ponad

dwie dekady kierowała nim jako pierwszy dyrektor. Współpracownicy wspominali ją jako wymagającą, ale życzliwą szefową, która zawsze pytała, co decyzje urzędników znaczą dla ludzi pozostających bez pracy. Jej nazwisko na trwałe zapisało się w historii regionalnych służb zatrudnienia. Silnie związana była również ze środowiskiem kultury. Przez wiele lat działała w Stowarzyszeniu Społecz-

no-Kulturalnym „Pojezierze”, w latach 2012-2016 pełniąc funkcję prezeski. Kontynuowała w ten sposób dzieło swego teścia, Hieronima Skurpskiego – znanego artysty plastyka i wieloletniego dyrektora muzeum w Olsztynie. Współpracownicy podkreślają, że Maryna potrafiła łączyć ludzi wokół dobrych inicjatyw, była osobą empatyczną, pełną energii i wiary w sens pracy dla innych.

JAN BERDYCKI

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Madera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR
ZARZĄDZAJĄCY
Agnieszka
Weder-Gryglewicz

ZASTĘPCY REDAKTORA
NACZELNEGO
Michał Podolak,
Igor Hrywna

REDAKTORZY WYDANIA
Michał Podolak
Zuzanna Leszczyńska
wydawca@gazetaolsztynska.pl

sport@gazetaolsztynska.pl

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl
514 800 549

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

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

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W WELBŁĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl
gazeta@dziennikelblaski.pl

REKLAMA W ELBŁĄGU
ul. Rybacka 35
82-300 Elbląg
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikelblaski.pl
PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikelblaski.pl
502 499 531

DRUK
Drukarnia Prasowa
GRUPY WM Sp. z o.o.
Olsztyn, ul. Tracka 7b
tel. 502 499 539



Bal Andrzejkowy Forum Liderów miał być przede wszystkim spotkaniem ludzi biznesu, którzy na co dzień budują gospodarkę Warmii i Mazur. Szybko okazało się jednak, że tego wieczoru ważniejsze od kontraktów i wizytówek są otwarte serca. Między muzyką a rozmowami o inwestycjach przeprowadzona została licytacja, która zamieniła elegancki bal w bardzo konkretną lekcję solidarności z dziećmi doświadczonymi przemocą i krzywdą.

Przedsiębiorcy, którzy widzą więcej

Stowarzyszenie Forum Liderów istnieje dopiero od początku 2025 roku, ale jego twórcy od pierwszego dnia mieli pewność, że nie chcą być tylko klubem biznesu. W statucie i w praktyce zapisali sobie coś więcej niż networking – odpowiedzialność społeczną i realną pomoc tam, gdzie sam rynek nie wystarcza.

— Uważamy, że pomaganie jest częścią naszej odpowiedzialności. Każdy z nas coś już w życiu osiągnął i to bardzo cieszy, ale właśnie dlatego powinniśmy patrzeć szerzej, na tych, którzy są dziś w trudniejszej sytuacji — podkreśla Tomasz Żukowski, prezes stowarzyszenia Forum Liderów.

Pomysł, by podczas pierwszego w historii andrzejkowego balu przeprowadzić licytację na rzecz konkretnej organizacji, pojawił się bardzo szybko. W rozmowie z prezydentem Olsztyna Robertem Szewczykiem padła nazwa stowarzyszenia Arka i prowadzonego przez nie Centrum Pomocy Dzieciom. Potem była już tylko wizyta w Arce, poznanie historii jej podopiecznych i decyzja, która – jak przyznaje Żukowski – zapadła błyskawicznie.

Andrzejki, które zamieniły się w dobro
Forum Liderów obiecało Arce 20 tysięcy złotych. Założenie było takie, że

FORUM LIDERÓW WSPARŁO ARKĘ

Ponad 26 tysięcy złotych i dzień pełen wyścigowych emocji na torze kartingowym – tak przedsiębiorcy z Forum Liderów wsparli dzieci ze stowarzyszenia Arka podczas andrzejkowego balu w Olsztynie.



Fot. Forum Liderów

licytacja pokryje część tej kwoty, a resztę stowarzyszenie dołoży z własnych środków. Życie napisało jednak dużo piękniejszy scenariusz.

— Założyliśmy, że przekażemy Arce 20 tysięcy złotych, a licytacja miała pokryć tylko część tej kwoty. Tymczasem to, co się wydarzyło, przerosło wszelkie oczekiwania. Kwota 26 720 złotych pokazuje, jak wielkie serca mają członkowie Forum Liderów. Jestem niezwykle dumny z tego, że mogę być częścią takiej społeczności — mówi prezes Forum.

Wieczór mijał przy muzyce i rozmowach, ale gdy na scenę wjechała tablica z numerami i przedmiotami wystawionymi na licytację, atmosfera zmieniła się w sekundę. Zsalonowego gwaru wyrósł żywioł rywalizacji o to, kto da więcej – nie dla własnego prestiżu, ale dla dzieci Arki. Jedni przebijali się małymi krokami, inni od razu podbijali stawkę o tysiące. Kolejni przedsiębiorcy dołączali z własnymi darami, a prowadzący licytację z taktem i humorem podkreślali emocje.

— To nie był suchy akt zakupu. To była wspólna

ta ludzi, którzy pokazali, że potrafią się zjednoczyć wokół konkretnego dobra — przyznają organizatorzy.

Tu dzieci odzyskują bezpieczeństwo

Pieniądze zebrane podczas Balu Andrzejkowego trafią do prowadzonego przez Arkę Centrum Pomocy Dzieciom. To miejsce wyjątkowe w skali kraju – jeden z 13 takich ośrodków w Polsce. Rocznie trafia tu ponad 200 dzieci, które doświadczyły przemocy fizycznej, psychicznej czy seksualnej, były świadkami przemocy domowej albo winny sposób zostały skrzywdzone przez dorosłych.

— Każde zgłoszenie to konkretna historia, konkretne cierpienie. Dzięki takim środkom możemy po prostu dalej pracować: finansować terapię, konsultacje z psychiatrą, wszystko to, co składa się na profesjonalną pomoc terapeutyczną — tłumaczy Tomasz Sztechelski, prezes Arki.

Centrum Pomocy Dzieciom to nie tylko gabinety psychoterapeutów. To także miejsce, gdzie krzyżują się ścieżki wielu instytucji: sądu, policji, prokuratury, szkół, poradni i służby zdrowia. Specjaliści z Arki szkolą nauczycieli, pedagogów i lekarzy, by potrafili rozpoznać pierwsze sygnały krzywdzenia i wiedzieli, jak zareagować. Bo często to właśnie oni jako pierwsi widzą, że z dzieckiem dzieje się coś złego.

— Naszym celem jest to, by dziecko jak najszybciej przestało żyć w lęku i poczuciu winy, a znowu po-

czuło, że świat może być bezpieczny — mówią pracownicy Centrum.

Gokarty zamiast strachu

Historia Balu Andrzejkowego ma jeszcze jeden ważny wątek. Kiedy okazało się, że zebrana kwota przekroczyła 26 tysięcy złotych, jeden z członków Forum Liderów, kierowca wyścigowy i właściciel toru kartingowego, zabrał głos.

— Te pieniądze pójdą na psychologów i potrzeby Arki, ale dzieci realnie tego nie zobaczą. Ja zapraszam podopiecznych Arki na tor. Kupimy im jedzenie, niech się bawią — zadeklarował Maciej Marcinkiewicz, olsztyński przedsiębiorca, kierowca wyścigowy z doświadczeniem od Formuły 3 po supermocne auta klasy GT i wielokrotny mistrz Polski oraz zwycięzca Pucharu Europy.

Za tym spontanicznym gestem kryje się coś więcej niż tylko atrakcyjna wycieczka. Dla dzieci, które przez lata żyły w lęku, dzień spędzony na torze kartingowym, w hałasie silników i wśród śmiechu rówieśników, może stać

się pierwszym od dawna doświadczeniem czystej radości.

— Emocje na torze gokartowym to coś, co bardzo spodoba się dzieciakom. To adrenalina, wyścigowa zabawa, ale też doświadczenie, które uczy. Dzieci zobaczą, jak wyglądają gokarty, poznają ich budowę, pracę na torze. Oczywiście nie zabraknie jazdy i szkolenia, tak żeby mogły przeżyć prawdziwe wyścigowe emocje, które zapamiętają na długo — zapowiedział kierowca.

Dobro, które wraca

Bal Andrzejkowy Forum Liderów pokazał, że przedsiębiorcy, którzy na co dzień liczą koszty, analizują ryzyko i planują rozwój firm, tego wieczoru postanowili policzyć coś jeszcze: ile dobra można wspólnie zrobić, kiedy każdy dołoży swoją cegiełkę.

— Liderzy powinni być przykładem nie tylko w biznesie, ale również w pomaganiu. Staramy się mniej mówić, a więcej działać. Ta licytacja pokazała, że jesteśmy na dobrej drodze — podsumowuje Tomasz Żukowski.

JAN BERDYCKI

REKLAMA

PREZYDENT OLSZTYNA

informuje o rozpoczęciu naboru do programu
„Visit Olsztyn. Nocujesz – zyskujesz” 2026

Jesteś właścicielem hotelu, może prowadzisz
inny obiekt noclegowy? Masz restaurację, sklep, punkt usługowy?
Chcesz, żeby to właśnie do Ciebie trafiali turyści
nocujący w Olsztynie?

Dołącz do programu

„Visit Olsztyn. Nocujesz – zyskujesz”.

Zyskaj pakiet promocyjny dla swojej firmy w zamian za zniżki,
które zaoferujesz turystom.

Szczegóły i regulamin na visit.olsztyn.eu.

Więcej informacji możesz uzyskać w Wydziale Sportu i Turystyki,
pod numerem telefonu (89) 506 09 50.

Na Twoje zgłoszenie czekamy do 22 grudnia 2025 r.

Razem rozwijamy potencjał turystyczny i markę naszego miasta.

Prezydent Olsztyna
Robert Szewczyk



WYJŚCIE Z BEZDOMNOŚCI NIE JEST ŁATWE

Kilka tygodni temu w „Gazecie Olsztyńskiej” opisaliśmy historię trzech bezdomnych mężczyzn, którym fundacja Pomoc Patrioty wynajęła pokoje na zimę. Dziś wracamy do ich losów. Niestety dwóch z trzech podopiecznych nie poradziło sobie z nałogiem. Trzeci trzyma się postanowienia zmiany życia.



Pan Andrzej (z lewej), Prezes fundacji Mariusz Kowalski (w środku), pan Marek (z prawej)

możliwy powrót do dotychczasowego lokalu. Właściciele nie godzą się na kontynuowanie najmu. Jeśli leczenie przyniesie efekty, trzeba będzie szukać dla pana Andrzeja nowego miejsca. I to takiego, które zapewni bezpieczeństwo jemu samemu oraz innym lokatorom.

— Jeżeli ktoś dwa razy radykalnie złamie podstawowe zasady, musimy przerwać współpracę. Dlatego teraz robimy wszystko, by ten pierwszy raz nie przesądził o jego dalszym losie. Dajemy drugą szansę, ale stawiamy twarde warunki abstynencji — zaznacza prezes fundacji.

Skomplikowana okazała się także sytuacja drugiego z mężczyzn, pana Marka,

w naszym punkcie przyjęć potrzebujących — relacjonuje prezes fundacji Pomoc Patrioty. — Pięknie się to wszystko zaczęło, była ogromna nadzieja. Teraz przyszedł czas na trudniejszą część: zderzenie z nałogiem, chorobą, ograniczeniami. Nie mamy na to pełnego wpływu, ale możemy zrobić jedno: nie odwracać się plecami. Taki jest sens działania naszej fundacji — podsumowuje Mariusz Kowalski.

Najbardziej stabilna sytuacja jest obecnie u trzeciego bohatera naszych wcześniejszych tekstów, pana Mariana. Przez lata mieszkał w prowizorycznym domku z palet nad jeziorem Ukiel, w zalewanym wodą, rozpadającym się baraku. Dzięki zbiórce i wsparciu darczyńców fundacja Pomoc Patrioty znalazła dla niego pokój i opłaciła pierwsze miesiące najmu.

— Pan Marian jest zupełnie innym typem człowieka. Spokojny, lubi czytać książki, nie szuka towarzystwa alkoholu. Od 1 grudnia mieszka w nowym miejscu i wierzymy, że nic złego się nie wydarzy. Oczywiście cały czas jesteśmy czujni, ale ta historia na razie układa się najlepiej — mówi prezes.

JAN BERDYCKI

DOJECHAĆ TAM, GDZIE NIE DOCIERA NIKT

Ludzie, którzy najbardziej potrzebują pomocy, nie przyjdą po nią sami — musimy do nich dojechać. Dzieło Miriam zbiera na busa — mobilne centrum pomocy. Do dziś zebrano około jednego procenta środków. Apel do dużych firm: pomóżcie uruchomić auto!

Zima nie pyta o adres. W Olsztynie są ludzie żyjący w altankach, kanałach, pustostanach — poza światłem latarni i zasięgiem instytucji. Tam docierają wolontariusze fundacji Dzieło Miriam, znani z sobotnich wydań posiłków pod młynem o godzinie 14. — Na dzień dzisiejszy wydajemy posiłki 30-70 osobom, a bywa, że i więcej. A na granicach Olsztyna i poza miastem jest mnóstwo ludzi żyjących w skrajnym ubóstwie — mówi prezes fundacji Kamil Piotrowski.

Właśnie tym osobom ma służyć samochód do zadań specjalnych. Ma wozić garnki z zupą, termosy, stół, paczki z odzieżą i butami, a przede wszystkim — ludzi. — Ludzie, którzy najbardziej potrzebują pomocy, często nie proszą o nią wcale. Nie mają siły wstać. Dlatego my musimy dojechać do nich — podkreśla Kamil Piotrowski.

Dla wielu z nich, zwłaszcza aktywnie uzależnionych, nie ma miejsca w noclegowniach. Koczują, marzną, chorują. Bus pozwoli reagować szybciej i bezpieczniej.

Pojazd nie będzie zwykłym środkiem transportu. — To ma być mobilne centrum

medyczne: opatrzymy rany, odkazi-

my, damy ciepło

i herbatę na

miejsu — tłumaczy prezes.

Samochód ma

mieć napęd

na cztery koła,

podgrzewane

siedzenia

i podłogę, prze-

twornicę 230 V

do czajnika i kocio-

elektrycznych, dużo

przestrzeni ładunkowej

i przesuwne drzwi. — Czę-

sto będziemy zjeżdżać z asfaltu,

w pobliże kanałów i pustostanów, na działki. Po-

trebujemy auta do ciężkich warunków — dodaje.

Dzięki busowi fundacja zawiezie też chętnych do

ośrodków terapii w kraju — do sprawdzonych pla-

cówek, z którymi współpracuje. Azbierka trwa.

— Na dziś mamy około jednego procenta, ale coś się

ruszyło. Zrobimy przed świętami coś dobrego dla wielu,

nie dla jednej osoby — apeluje Kamil Piotrowski. — Po-

trebujemy też bożych szaleńców: właścicieli dużych

firm, którzy po prostu kupią ten samochód. Auto czeka

w Ford Plichta Olsztyn. Dostaliśmy 20 tysięcy rabatu.

Wystarczy decyzja — dodaje.

JAN BERDYCKI

Jak wpłacić na busa?

Wejdź na stronę zrzutki: zrutka.pl/cmgnkc

(Mobilne centrum pomocy dla osób bezdomnych).

Każda wpłata — nawet symboliczna — przyspiesza

wyjazd busa w teren.



Sprawa dziury pod Wysoką Bramą sięga 2012 roku. Wówczas zespół kierowany przez archeologa Adama Mackiewicza odsłonił fundamenty pochodzącej z II połowy XIV wieku rondeli, czyli wieży obronnej usytuowanej w okolicach Wysokiej Bramy w Olsztynie. Z czasem obiekt zaczął niszczyć. Najbardziej rzuciły się w oczy drzewa, które stopniowo z różnych stron murów wyrastały ponad powierzchnię. Wewnątrz przechodnie zrobili sobie śmietnisko. Zmianę tej sytuacji zapowiedział prezydent Olsztyna Robert Szewczyk, który postanowił, że dziura zostanie zasypana. Jak przekonują ratuszowi urzędnicy, rewitalizacja terenu przed Wysoką Bramą to nie tylko przywrócenie porządku w obrębie historycznego

SĄ CHĘTNI DO ZASYPANIA DZIURY

Wiadomo już, ile firm stara się o zlecenie na uporządkowanie terenu przed Wysoką Bramą. W ratuszu otwarto złożone oferty.

wykopu, ale przede wszystkim stworzenie miejsca, w którym „mieszkańcy i turyści mogą poczuć historię Olsztyna i jednocześnie spędzać tu czas w komfortowej przestrzeni”. Ratusz otrzymał na ten cel ponad 2,4 miliona złotych dofinansowania, a całkowita wartość inwestycji wynosi ponad 2,8 miliona złotych. Projekt „Rondela – ochrona dziedzictwa kulturalnego poprzez uczynienie historycznego terenu przed

Wysoką Bramą” zakłada, że wykop zostanie nie tylko zasypany, ale także uczyniony zgodnie z konserwatorskimi zaleceniami. Mają powstać ceglane siedziska symbolizujące dawną zabudowę, nowe chodniki, ma być zainstalowane energooszczędne oświetlenie LED, a teren zielony między ulicami Staromiejską a Nowowiejskiego na zyskać nowe nasadzenia i ścieżki spacerowe. Na początku listopada władze

Olsztyna rozpięły przetarg na wykonanie tego projektu. Termin składania ofert właśnie minął. Okazało się, że zgłosiły się dwie firmy, obie z Olsztyna. Jedna oferta opiewa na około 2,35 miliona złotych, a druga na około 2,5 miliona złotych. A to oznacza, że ratusz nie będzie miał problemów, co często zdarzało się do tej pory, z wyborem wykonawcy. Na dodatek zaoszczędzi co najmniej około pół miliona złotych.

Działania miasta popiera Sławomir Malinowski, olsztyński przewodnik PTTK. – Osoby po raz pierwszy odwiedzające Olsztyn pytają, co to jest za dziura i po co ona jest. Biorą też pod uwagę ewentualność, że być może jakieś prace archeologiczne są prowadzone. Obecna sytuacja do niczego nie prowadzi. Dlatego należy to miejsce od-



Fot. Zbigniew Woźniak

Teren pod Wysoką Bramą zmieni swój wygląd

powiednio zagospodarować – stwierdza.

To niejedyna duża inwestycja planowana przez miasto. Ratusz rozpiął właśnie przetarg na remont Pałacu Młodzieży. Wartość inwestycji to około 10 mln zł, z czego miasto pozyskało 8,5 miliona złotych dofinansowania

z unijnych środków. Dofinansowanie pozwoli na kompleksową modernizację zabytkowego obiektu przy ulicy Emilii Plater 3, który powstał w 1913 roku i od dekad jest miejscem bezpłatnych zajęć dla tysięcy dzieci i młodzieży.

GRZEGORZ SZYDŁOWSKI

g.szydowski@gazetaolsztynska.pl

PROMOCJA

WWW.MOTOFURY.PL

NOWY PORTAL

MOTORYZACYJNY

SPRZEDAŻ | KUPNO | WYNAJEM

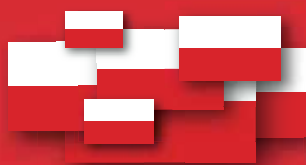
anty-DEFAMATION.pl

**STRONA INTERNETOWA
SŁUŻĄCA PRZECIWDZIAŁANIU
DEZINFORMACJI
ORAZ
FILM PROMUJĄCY POLSKĘ**



SPRAWDŹ NA PORTALU
<https://anty-defamation.pl/>

Oficjalny Partner



**POLSKA
FUNDACJA
NARODOWA**

Projekt dofinansowany przez „Polską Fundację Narodową”

Ma 100 lat i nadal walczy z „polskimi obozami koncentracyjnymi”

Stanisław Zalewski ma 100 lat. Pamięta Pawiak, Auschwitz i Mauthausen. Dziś znów musi walczyć – tym razem z niemieckimi mediami i europejskimi sądami o jedno, proste zdanie: że obozy, w których przeżył piekło, były niemieckie, a nie polskie.

Stuletni prezes Polskiego Związku Byłych Więźniów Politycznych Hitlerowskich Więzień i Obozów Koncentracyjnych domaga się od bawarskiego wydawcy nie tylko pieniędzy, lecz przede wszystkim przyznania prawdy. Sprawa, o której latem pisaliśmy w „Gazecie Olsztyńskiej”, po najnowszym orzeczeniu Sądu Apelacyjnego w Warszawie znów nabiera tempa. Jeszcze kilka miesięcy temu wydawało się, że po wyroku Sądu Najwyższego Polacy zyskali realne narzędzie obrony przed kłamstwem o „polskich obozach zagłady”. Dziś okazuje się, że ta droga została tylko uchylona – i to z istotnymi ograniczeniami. O tym, co to w praktyce oznacza, opowiada mecenas Lech Obara z olsztyńskiego stowarzyszenia Patria Nostra, które od lat prowadzi tę batalię.

Stuletni świadek historii

Stanisław Zalewski urodził się w 1925 roku. Jako młody konspirator trafił do Pawiaka, potem do Auschwitz-Birkenau, a następnie do obozu Mauthausen-Gusen. Dziś jako prezes Polskiego Związku Byłych Więźniów Politycznych Hitlerowskich Więzień i Obozów Koncentracyjnych przypomina, że w obozach ginęli ludzie z całej Europy, ale obozy były niemieckie. Kilka lat temu pan Stanisław trafił na materiał w regionalnej prasie bawarskiej, w którym pojawiło się sformułowanie „polskie obozy zagłady”. Jako człowiek, który ten system widział od środka, uznał to za cios w godność własną i wszystkich byłych więźniów. Z pomocą prawników z Patria Nostry pozwał wydawcę „Mittelbayerische Zeitung”, domagając się przeprosin oraz wpłaty 50 tysięcy złotych na rzecz organizacji zrzeszającej byłych więźniów. — Chodzi o elementarną prawdę historyczną i dobre imię Polski, a nie o pieniądze — podkreśla mecenas Lech Obara. — Dla wielu odbiorców to, co ukazuje się w niemieckich mediach, staje się jedyną wersją wydarzeń.

Wyrok TSUE

W tle tej historii jest orzeczenie Trybunału Sprawiedliwości Unii Europejskiej z 2021 roku, które, jak mówią prawnicy, praktycznie zamknęło drogę do pozywania w Polsce niemieckich wydawców za sformułowania o „polskich obozach”. TSUE uznał, że w tego typu sporach właściwe są zasadniczo sądy państwa, w którym ma siedzibę wydawca. W praktyce oznacza to konieczność przenoszenia sporów do Niemiec, czyli, jak zauważa mecenas Obara, sytuację, w której Niemcy stają się sędziami we własnej sprawie. — Odebrano nam prawo dochodzenia przed polskimi sądami ochrony dóbr

osobistych naruszonych kłamstwem o „polskich obozach” — mówi mecenas. — Musieliśmy znaleźć drogę, która pozwoli choć częściowo tę blokadę obejść. Pozew pana Zalewskiego trafił do Sądu Okręgowego w Warszawie, który powołując się na wykładnię TSUE, odrzucił go, uznając brak jurysdykcji polskiego sądu. Prawnicy z Patria Nostry wnieśli zażalenie, a następnie skargę kasacyjną do Sądu Najwyższego, wspartą opinią rzecznika praw obywatelskich.

Nadzieja po wyroku

W lutym 2025 roku zapadł wyrok Sądu Najwyższego w sprawie o sygnaturze II CSKP 1586/22. SN uchylił wcześniejsze odrzucenie pozwu i nakazał sądowi II instancji ponownie zbadać, czy były więzień Auschwitz może dochodzić przed polskim sądem roszczeń z tytułu krzywdy wyrządzonej przez niemieckie media. Jednocześnie wskazał na możliwość stosowania tzw. reguły mozaiki – zasady znanej z unijnego orzecznictwa, pozwalającej pozywać tam, gdzie występują skutki naruszenia.

— Dla nas był to sygnał, że Sąd Najwyższy dostrzega, iż skutki takiego kłamstwa rozlewają się po Polsce — tłumaczy mecenas Obara. — To tutaj mieszka pan Zalewski, tutaj działa związek byłych więźniów, a obraźliwy materiał jest dostępny w polskim internecie. Wtedy wydawało się, że powstaje linia orzecznicza, dzięki której Polacy mogą domagać się przed własnymi sądami nie tylko zadośćuczynienia, ale i przeprosin za kłamliwe określenia „polskie obozy”. Najnowsze rozstrzygnięcie Sądu Apelacyjnego pokazuje jednak, że granice tej ochrony wyznaczono bardzo wąsko.

Najnowsze postanowienie

26 listopada 2025 roku Sąd Apelacyjny w Warszawie częściowo zmienił wcześniejsze postanowienie sądu



Stanisław Zalewski

okręgowego. Uznał, że pozew pana Zalewskiego należy odrzucić w części dotyczącej roszczeń niemajątkowych: żądania opublikowania przeprosin oraz zakazania dalszego posługiwania się sformulowaniem „polskie obozy zagłady”. Jednocześnie oddalił zażalenie pozwanego wydawcy w pozostałym zakresie, czyli tam, gdzie chodzi o zapłatę 50 tysięcy złotych na cel społeczny. W praktyce oznacza to, że zdaniem Sądu Apelacyjnego polskie sądy nie mają jurysdykcji, by nakazywać niemieckim mediom publikację przeprosin czy zakazywać im określonych sformułowań. Mogą natomiast rozpoznawać żądania zadośćuczynienia finansowego za krzywdę wyrządzoną polskiemu obywatelowi na terenie Polski przez dostępność obraźliwych treści.

— Dostaliśmy kompromis tylko

częściowy — ocenia mecenas Obara. — Z jednej strony otwarto drogę do roszczeń majątkowych, z drugiej zamknięto możliwość domagania się w Polsce tego, co dla pana Zalewskiego było najważniejsze: jasnych przeprosin i zobowiązania do zaprzestania kłamliwych sformułowań. Pełnomocnicy stuletniego byłego więźnia wystąpią teraz o pisemne uzasadnienie postanowienia. Od niego zależy decyzja, czy składać kolejną skargę kasacyjną, czy skupić się na doprowadzeniu do procesu w Warszawie przynajmniej w zakresie żądania zadośćuczynienia.

Prawnicy od prawdy o obozach

Stowarzyszenie Patria Nostra, którego jednym z liderów jest mecenas

Lech Obara, od lat prowadzi sprawę byłych więźniów i ich rodzin przeciw zagranicznym mediom używającym sformułowań „polskie obozy śmierci” czy „polskie obozy zagłady”. To ta organizacja stała za pierwszym głośnym wyrokiem przeciw niemieckiej telewizji publicznej, a później za kolejnymi pozwami wobec wydawców prasy. — Nie bronimy abstrakcyjnego hasła, tylko konkretnego człowieka i konkretnego narodu — mówi mecenas. — W każdym z tych procesów w tle jest doświadczenie więźniów, którzy pamiętają, że na obozowych bramach widniały niemieckie napisy, ale nigdy „polskie obozy”. Patria Nostra angażuje się nie tylko w procesy sądowe, lecz także w działania na forum Unii Europejskiej. Składa skargi do Komisji Europejskiej, zabiega o wykonanie polskich wyroków przez władze Niemiec i uczestniczy w debacie o tym, jak chronić dobre imię narodów w przestrzeni medialnej. Sprawa Zalewskiego stała się jednym z ważnych testów skuteczności tych działań.

Wyścig z czasem

Najbliższe tygodnie przesądzą, czy pełnomocnicy pana Stanisława podejmą kolejną batalię przed Sądem Najwyższym, czy też pozostaną przy prowadzeniu sprawy tylko w zakresie roszczenia pieniężnego. W obu wariantach wyrok będzie miał znaczenie wykraczające poza salę sądową. Stuletni były więzień Pawiaka, Auschwitz i Mauthausen nie walczy dziś o siebie, lecz o to, by po jego pokoleniu pozostał w Europie jasny ślad: obozy, w których ginęli Polacy, Żydzi i więźniowie z całego kontynentu, były niemieckie. Od tego, jak polskie i europejskie sądy odpowiedzą na ten spór, zależy, czy przyszłe pokolenia będą miały w ręku skuteczne narzędzia obrony prawdy.

Jan Berdycki

Wydawca „Gazety Olsztyńskiej” Grupa WM Sp. z o.o. realizuje projekt dofinansowany przez „Polską Fundację Narodową”, którego celem jest przeciwdziałanie dezinformacji, przez lata utrwalającej zniekształcony wizerunek Polski poprzez rozpowszechnianie zmanipulowanych lub nieprawdziwych faktów historycznych, negatywnie wpływających na dobre imię Polski i Polaków na świecie. W najbliższym czasie będziemy prezentować artykuły, ale także audycje, w których poruszymy ważne kwestie dotyczące tuszowania i fałszowania prawdy historycznej. Zapraszamy do lektury, ale też do czynnego udziału w naszej akcji! Na zgłoszenia od wolontariuszy czekamy pod adresem kontakt@wm.pl.

OFICJALNY PARTNER



PATRONATY MEDIALNE





ŻEBY NIE DZWONIĆ DO MAMY, BO ZABRAKŁO PICIA

To, że nasze dzieci potrzebują dobrego, zdrowego śniadania, wie praktycznie każdy. Bo dostarcza im ono niezbędnego paliwa do prawidłowego funkcjonowania mózgu, bo zapewnia prawidłowy rozwój fizyczny, nastrój i dobre wyniki w nauce. A jednak polskie dzieci z pierwszym i drugim śniadaniem wciąż miewają problemy. Stąd akcja „Gazety Olsztyńskiej” i Urzędu Gminy w Gietrzwałdzie „Pamiętaj o drugim śniadanku”.



Zespół Szkolno-Przedszkolny w Biesalu

zbędnych składników odżywczych, takich jak błonnik, wapń, żelazo i białko, których dzieci mogłyby nie mieć wystarczająco dużo w innych porach dnia. Pominięcie tego posiłku oznacza utratę tych niezbędnych dla wzrostu i rozwoju elementów budulcowych. To także zdrowa kontrola masy ciała: dzieci, które regularnie jedzą śniadanie, mają większe szanse na utrzymanie prawidłowej wagi. Jedzenie rano pobudza metabolizm i pomaga regulować apetyt oraz poziom hormonów, zapobiegając przejadaniu się lub niezdrowemu podjadaniu w późniejszych godzinach.

To także większa aktywność fizyczna. Osoby, któ-

re zjadły zdrowe, pożywne śniadanie, mają zazwyczaj więcej energii i chętniej podejmują aktywność fizyczną. I w ogóle dobre śniadanie to długoterminowe korzyści zdrowotne. Wyrobienie w sobie nawyku spożywania wartościowego śniadania może prowadzić do nabycia zdrowych odruchów żywieniowych w ogóle i zmniejszyć ryzyko pojawienia się poważnych problemów zdrowotnych, takich jak cukrzyca typu 2 i choroby serca w późniejszym wieku. Czyli czym skorupka za młodu nasiąknie... I im wcześniej, tym lepiej!

Wedle specjalistów od zdrowego żywienia dzieci zbilansowane śniadanie

powinno zawierać mieszankę produktów pełnoziarnistych, chudego białka oraz owoców lub warzyw, aby dostarczyć organizmowi energię i niezbędne składniki odżywcze. Wiele pomysłów na szybkie i zdrowe śniadanie można znaleźć w różnych źródłach, w tym w programach uniwersyteckich, takich jak SDSU Extension, oraz na stronach internetowych poświęconych zdrowiu naszych dzieci.

Słowami dziecka

Dlaczego śniadanie jest ważne? Bo wtedy mamy więcej energii. Bo lepiej nam się uczy. Bo mamy więcej siły na WF-ie. Bo mamy lepszy humor i lepiej nam się bawi. I wreszcie najkonkretniej: żeby nie dzwonić do mamy, bo zabrakło picia!

A co dzieci mają w swoich pudełeczkach, piśszczotliwie zwanych śniadanownikami lub śniadaniówkami? Kanapkę z szynką, kanapkę z serem — kanapkę z nutellą nie polecamy... Mają marchewkę, ogórka, pomidorka. Mają naleśnika i tościka. Mają też jabłuszko, borówki, gruszkę i banana — choć pierwszaki doskonale wiedzą, że warzywa są znacznie zdrowsze od owoców, bo mają mniej cukru. Niektóre dzieci — i to pochwalamy bardzo! — mają nawet orzechy i migdały.

Awododatkę parę do śniadaniówki stanowi bidonik, a w bidoniku jest woda...!

Bardzo ważna woda

Picie wody w kontekście prawidłowego rozwoju dzieci jest niezbędne, ponieważ jest ona podstawowym składnikiem odżywczym w przypadku niemal wszystkich funkcji organizmu.

Woda jest niezbędna do wzrostu i funkcjonowania organizmu. To wynika z naszej budowy komórek i tkanek — woda stanowi znaczną część masy ciała dziecka (około 75 procent masy ciała niemowlęcia) i jest podstawowym budulcem wszystkich komórek i tkanek. Odpowiada też

Śniadanie to pierwszy, bardzo ważny posiłek dnia. To ono tak naprawdę przerywa post po długiej nocy i po śnie, uzupełniając w naszym organizmie zapasy glukozy, którą mózg od kolacji zdążył wykorzystać jako źródło energii. I w zasadzie poranny posiłek ustawia organizm dziecka na cały dzień, przynosząc natychmiastowe korzyści poznawcze. Zapewnia lepszą koncentrację i pamięć dzięki stałemu dopływowi energii (glukozy) do mózgu, który u dzieci zużywa znaczną jej część. A wiadomo, że lepsza koncentracja, uwaga i pamięć bezpośrednio przekładają się na wyniki w nauce w szkole.

Badania konsekwentnie łączą regularne spożywanie śniadań z sukcesami w nauce: wyższymi ocenami i wynikami w standaryzowanych testach. A to z kolei wpływa na rozwój umiejętności rozwiązywania problemów. Naukowo udowodniono, że dobrze odżywione dzieci lepiej radzą sobie z problemami i mają lepszą koordynację wzrokowo-ruchową.

Ale zdrowe, pożywne śniadanie to także mniej problemów behawioralnych. Głód może powodować u dzieci zmęczenie, niespokojność lub drażliwość. Jedzenie śniadania pomaga ustabilizować poziom cukru we krwi, co poprawia nastrój, zachowanie i interakcje społeczne w klasie, a to z kolei prowadzi do mniejszej liczby problemów dyscyplinarnych i wizyt u pielęgniarki lub szkolnego psychologa.

Zdrowie fizyczne i dobre samopoczucie

Śniadanie to wymieniona okazja do dostarczenia nie-





za transport składników odżywczych i tlenu: działa jako uniwersalny rozpuszczalnik i nośnik, transportując niezbędne składniki odżywcze, elektrolity i tlen do poszczególnych komórek, wspomagając wzrost i rozwój.

Woda to też regulacja temperatury, co u dzieci jest szczególnie ważne, bo są bardziej niż dorośli wrażliwe na zmiany temperatury. Odpowiednie nawodnienie pomaga więc utrzymać stabilną temperaturę ciała poprzez procesy takie jak pocenie się, co jest szczególnie ważne podczas

aktywności fizycznej lub w upały.

Woda wspiera trawienie i usuwanie produktów przemiany materii — jest niezbędna do prawidłowego trawienia, wchłaniania składników odżywczych i zapobiegania problemom takim jak zaparcia. Pomaga również wydalac produkty przemiany materii i toksyny z organizmu wraz z moczem. Odpowiada też za zdrowie stawów i mięśni: pomaga nawilżać stawy i utrzymywać mięśnie w dobrej kondycji, co jest niezbędne do aktywnej zabawy i sprawności fizycznej.

Klucz do rozwoju i funkcji mózgu

Woda odpowiada za funkcje poznawcze dziecka. Nawet łagodne odwodnienie może upośledzać koncentrację, pamięć i uwagę, bezpośrednio wpływając na zdolność dziecka do nauki i osiągnięcia dobrych wyników w szkole. Dobrze nawodnione dzieci łatwiej się koncentrują i lepiej rozwiązują problemy.

Picie wody wpływa także na zachowanie. Prawidłowe nawodnienie zwiększa poziom energii, a przez to poprawia nastrój i ogólne samopoczucie psychiczne. Odwodnienie może prowadzić do zmęczenia, drażliwości i wahań nastroju.

No i wzmacnia funkcje małego mózgu — jest niezbędna do prawidłowego przepływu krwi w mózgu i utrzymania optymalnego środowiska do przewodzenia impulsów nerwowych, zapewniając mózgowi efektywne przetwarzanie bodźców na kluczowych etapach rozwoju. Badania

wykazały, że spożywanie wody może znacząco poprawić wyniki testów neuropsychicznych.

Podatność i profilaktyka

Pamiętajmy! Dzieci są bardziej narażone na odwodnienie niż dorośli, ponieważ ich mechanizmy odczuwania pragnienia są mniej wydajne, co oznacza, że często odżywa się ono u nich dopiero wtedy, gdy są już odwodnione. Dlatego ważne jest to, aby rodzice i opiekunowie zachęcali dzieci do regularnego spożywania wody w ciągu dnia, a nie tylko wtedy, gdy chce im się pić.

Dlatego „Gazeta Olsztyńska” wspólnie z Urzędem Gminy w Gietrzwałdzie zachęca i do jedzenia zdrowych śniadań, i do regularnego nawadniania. Takie będą Rzeczypospolite, jakie ich młodzieży chowanie!

MAGDALENA MARIA BUKOWIECKA
m.bukowiecka@gazetaolsztynska.pl

Korzystałam z materiałów na stronach ministerstw zdrowia Wielkiej Brytanii i Polski.



Akcja „Pamiętaj o drugim śniadanku” skierowana jest do uczniów pierwszych klas szkół z naszego regionu. Partnerami akcji są Urząd Gminy w Gietrzwałdzie i wydawca „Gazety Olsztyńskiej”. W akcji udział wzięli pierwszoklasiści z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Biesalu, Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Gietrzwałdzie i Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Sząbruku.



MIKOŁAJKOWY SPEKTAKL TEATRALNY DLA DZIECI I DOROSŁYCH

„Co to za święty rozdaje prezenty?”

To cudowna opowieść o Mikołaju z różnych zakątków kuli ziemskiej, okraszona wspaniałymi piosenkami o świątecznych zwyczajach, uczuciach, pragnieniach i marzeniach w wykonaniu Teatru Lalola.

13 grudnia 2025 r.

**Pałac Mortęgi
Hotel & SPA
Mortęgi 3
(Owczarnia)
godz. 16.00**



PAŁAC MORTĘGI
HOTEL & SPA
★★★★

**To jedyny objazdowy teatr
w okolicy!**

**Spraw swojemu dziecku
wyjątkowy prezent.**



Rezerwacja miejsc
i zakup biletów

do 8 grudnia 2025 r.

pod numerami telefonów:
89 644 94 60, 665 340 083

Bilety wstępu:

- 30 zł – osoba dorosła
- 10 zł – dziecko

**Dla dzieci gwarantowany
DROBNY UPOMINEK OD MIKOŁAJA**

Uwaga: Przy niewystarczającej frekwencji organizator zastrzega możliwość odwołania teatryku o czym poinformuje na facebooku.

5 - 11 grudnia 2025



dodatek
TELEWIZYJNY DO TWOJEJ GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura

INFORMUJEMY, ŻE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV

Wydawca: Dodatek sp. z o.o., ul. Wiatrakowa 11/3, 85-115 Bydgoszcz, tel. 516-018-821, e-mail: iwona@magraf.pl. Redaktor naczelny: Sławomir Grzmieł ISSN 1643-2460 • Skład komputerowy: Magraf sp.j.

Poniedziałek



00:45

Czarny Czwartek. Janek Wiśniewski padł

Dramat, Polska, 2011

W grudniu 1970 roku w Gdańsku i Gdyni rozegrały się dramatyczne sceny, wojsko i milicja otworzyły ogień do bezbronnych ludzi. Jest to jedna z najciemniejszych kart z historii PRL - u. Ten film porusza do głębi i trzyma widza w napięciu. Sami twórcy zapewniają, że zadbał o wierną rekonstrukcję tamtych wydarzeń. Przejmująca jest również ballada śpiewana przez Kazika Staszewskiego. Wśród licznych ofiar brutalnej pacyfikacji był Brunon Drywa, który zginął 17 grudnia 1970 r. od strzału w plecy. Miał zaledwie 34 lata.

Piątek



22:40

Batman: Początek

Przygodowy, USA, 2005

Przewodnikiem Bruce'a na drodze poznania jak funkcjonuje umysł przestępcy jest tajemniczy Ducard, który ćwiczy go w uzyskaniu fizycznej i umysłowej dyscypliny, które da mu siłę do walki ze złem, które ślubował zniszczyć. Tymczasem bliska przyjaciółka Bruce'a z dzieciństwa, Rachel Dawes, obecnie Zastępca Prokuratora Okręgowego, nie może uzyskać skazania najbardziej notorycznych przestępców, ponieważ wymiar sprawiedliwości jest tak głęboko skażony przez szumowiny takie jak boss przestępczego świata.

INNE DATY EMISJI: CZWARTEK, 01:00

Wtorek



20:00

Mąż i żona

Teatr Telewizji, 1997

Kontrowersyjna sztuka Aleksandra Fredry, która po raz pierwszy trafiła na deski teatru już w 1821 roku. Odważny sposób przedstawienia relacji erotycznych wzbudził oburzenie wśród części krytyków. Uchodząca za jedną z najlepszych komedii w dorobku autora, doczekała się wielu adaptacji teatralnych.

Znudzony swą żoną Elwirą Wacław zaleca się do pokojówki Justysi. Nie wie, że jego przyjaciel adoruje w tym czasie Elwirę.

Sobota



23:00

Interstellar

SF, USA, Wlk. Bryt., Kan., Islandia, 2014

W oparciu o naukowe teorie Kipa Thorne'a twórca „Incepcji” zrealizował imponujące dzieło o międzygwiezdnej podróży do granic kosmosu. Gwiazdorska obsada filmu wcieliła się w rolę zespołu naukowców, którzy dokonują niemożliwego, podróżując nowo odkrytym tunelem czasoprzestrzennym, przekraczając tym samym granice wyznaczone wcześniej przez podróż kosmiczną i docierając do innego wymiaru.

Środa



20:00

Prawdziwe kłamstwa

Komedia sensacyjna, USA, 1994

Harry Tasker jest asem wśród szpiegów: włada biegle sześcioma językami, doskonale prezentuje się w smokingu, ma nienaganne maniery. Ale też potrafi unieszkodliwić każdego przeciwnika i zlikwidować każdą przeszkodę. Ponadto, doktoryzował się z fizyki jądrowej i potrafi pilotować samolot odrzutowy najnowszej generacji. Ma też swoje słabości: uwielbia tańczyć tango i nic nie jest go w stanie powstrzymać. Jest międzynarodowym agentem do zadań specjalnych i pracuje dla organizacji, zajmującej się rozpracowywaniem terroryzmu nuklearnego.

INNE DATY EMISJI: CZWARTEK, 00:40

Niedziela



20:00

Incepcja

Przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2010

Dom Cobb jest zdolnym złodziejem, najlepszym w niebezpiecznej dziedzinie ekstrakcji, czyli wykradania cennych sekretów z głębokiej podświadomości podczas fazy marzeń sennych, kiedy umysł jest najbardziej wrażliwy. Rzadkie umiejętności Cobb'a uczyniły go pożądanym graczem w nowym zdradzieckim świecie korporacyjnego szpiegostwa, ale również międzynarodowym zbiegiem i kosztują go wszystko co kiedykolwiek kochał. Teraz Cobb dostaje szansę odkupienia. Jedno ostatnie zadanie może przywrócić mu jego dawne życie, ale tylko jeśli uda mu się dokonać niemożliwego - incepcji.

Czwartek



22:05

Jak upolować faceta

Komedia, USA, 2012

Stephanie Plum to 30 letnia rozwódka bez grosza przy duszy. Szukając nowej pracy, prosi kuzyna Vinniego, by dał jej szansę zarobić szybką gotówkę jako łowca nagród. Jej pierwszym zleceniem jest schwytanie lokalnego policjanta Joe Morelli, poszukiwanego za morderstwo. To dokładnie ten sam facet, który uwiódł ją porzucił w szkole średniej. Dziewczyna chce odnaleźć przestępcę nie tylko dla pieniędzy, ale też dla zemsty. W przygotowaniach do pierwszej misji pomaga jej łowca nagród - Ranger.

PIĄTEK • 5 grudnia

TVP 1

05:25 **Wichrowe wzgórze** - serial
06:10 **Akacja 38** - serial, 2017
07:00 **Transmisja Mszy Świętej**
07:30 **Agape Blisko Ciebie** - mag.
08:00 **Serwis Info**
08:10 **Pogoda Info**
08:20 **Okrasa łamie przepisy** - magazyn kulinarny
09:00 **Ranczo** - serial obycz., 2007
10:00 **Komisarz Alex** - serial krym.
11:00 **Oficiec Mateusz** - serial
12:00 **Serwis Info**
12:10 **Agrobiznes**
12:30 **Agropogoda** - magazyn
12:40 **Magazyn Rolniczy**
12:55 **Świat dzikiej przyrody** - **Dzik. Nieznośny intruz** - dok., Franc., 2024
14:00 **Wichrowe wzgórze** - serial
15:00 **Serwis Info**
15:15 **Reporteryz** - magazyn
15:35 **Gra słów. Krzyżówka** - teleturniej
16:05 **Dziedzictwo** - serial, Turcja

TVP 2

04:35 **Na dobre i na złe** - serial obyczajowy
05:30 **M jak miłość** - serial obyczajowy, 2022
06:25 **Anna Dymna** - spotkajmy się
06:55 **Dla niesłyszących** - magazyn poranny
07:30 **Pytanie na śniadanie** - serial obycz., 2025
11:00 **Barwy szczęścia** - serial obycz., Turcja, 2022
14:05 **Va Banque** - teleturniej
14:35 **Na sygnale** - serial fabularzowany
15:05 **La Promesa - pałac tajemnic** - serial, Hiszp., 2023
16:00 **Koło fortuny** - teleturniej
16:35 **Familiada** - teleturniej



17:00 **Teleexpress**
17:20 **Pogoda**
17:30 **Jaka to melodia?** - teleturniej muzyczny
18:10 **Klan** - telenowela TVP
18:45 **Akacja 38** - serial kostiumowy, 2017
19:30 **Program inform.** 19.30
19:55 **Pytanie dnia**
20:10 **Sport**
20:15 **Pogoda**
20:30 **Zaraz wracam** - serial, 2025
21:10 **Komisarz Alex** - serial krym.
22:10 **Po prostu przyjaźń** - kom. obyczajowa, 2016
00:30 **Czarna śmierć** - serial, 2025
01:25 **Wykrywacz kłamstw** - magazyn
01:50 **Sztuka kłamania** - kom., Belgia, Franc., 2018
03:30 **Sekielski wieczorową porą** - talk-show

TVN

05:40 **Uwaga!** - program interwencyjny
05:55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
06:50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
07:45 **Dzień Dobry TVN** - magazyn poranny
11:40 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
13:55 **The Floor** - teleturniej
14:35 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
16:50 **Szpital św. Anny** - program obycz.
17:55 **Detektywi** - Oskar Wilkowski prowadzi warsztaty z cyberbezpieczeństwa dla licealistów. Niespodziewanie w jednej z klas padają strzały. Detektyw wraz z dyrektorką szkoły odkrywają, że sprawca zastrzelił nauczyciela oraz ranił ucznia.

19:00 **Fakty**
19:30 **Sport**
19:40 **Pogoda**
19:50 **Uwaga!** - program interwencyjny
20:00 **Strzelec** - sens., USA, 2007
22:40 **Batman: Początek** - przygod., USA, 2005
01:40 **Kuba Wojewódzki** - talk-show
02:40 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno-rozrywkowy
03:30 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska
04:20 **Uwaga!** - program interwencyjny
04:35 **Nauka jazdy** - reality show
05:00 **Jak to jest zrobione** - serial popularnonaukowy, Kanada



17:00 **Gliniarze** - serial paradokumentalny
18:00 **Pierwsza miłość** - serial obyczajowy
18:50 **Wydarzenia** - program informacyjny
19:15 **Gość Wydarzeń** - rozmowa dnia
19:30 **Sport**
19:45 **Pogoda**
19:55 **Uwierz w Mikołaja** - kom., Polska, 2023
22:00 **Nowy początek** - sensacyjny, USA, Kan., Indie, 2016
00:40 **Dłaczego nie** - kom., Polska, 2007
02:50 **Nasz Nowy Dom** - program rozrywkowy
04:40 **Disco Gramy** - program muzyczny
05:25 **Telezakupy TV Okazje**

TVP Kultura

07:00 **Tamte lata, tamte dni** - **Jerzy Bończak** - magazyn
07:40 **Śląsk nieoczywisty** - dokument, Polska, 2017
08:20 **Wstęp Wolny** - felieton
08:45 **Którędy po sztukę** - **Sara Lucas - Rzymianie** - mag.
09:00 **Pan wzywał, Milordzie?** - **Miłość i pieniądze** - serial kom., Wlk. Bryt., 1988
10:05 **Cykl adwentowy** - **Nadzieja** - prog. religijny
10:25 **Recital Martin Garcia** - koncert, 2025
11:30 **Skutki noszenia kapelusza w maju** - obycz., Polska, 1995
13:05 **Życie moje skrętami bieży - opowieść o życiu i twórczości Władysława St. Reymonta** - dok., Polska
14:15 **Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka** - mag.
14:55 **Światła wielkiego miasta** - komediodram., USA, 1931

16:35 **Pamiętnik z za kulis sceny** - **Barbara Krafftówna**
17:35 **Mielśmy wtedy po szesnaście lat** - program rozrywkowy, 1961
18:35 **Kolekcja** - **Andrzej Wróblewski** - felieton
19:00 **Legendy opery** - **Enrico Caruso** - dok., Wlk. Bryt.
20:00 **Wieczór kinomana** - **Kos** - dram. hist., Polska, 2023
22:20 **Tygodnik Kulturalny**
23:15 **Zegnął przyjacielu** - fab., Franc., 1968
01:30 **Noc krótkich filmów** - **Wander to Wonder** - **Tego nie robi się kotu**
02:10 **Kino nocne** - **Dziewczyna z tatuażem** - thriller, USA, 2011
04:55 **Porozmawiajmy szczerze** - **Michał Czernecki**



16:35 **Lombard** - **Życie pod zastaw** - paradokument
15:50 **Ranczo** - serial, Polska
18:00 **Lombard** - **Życie pod zastaw** - paradokument
20:00 **Kickboxer** - akcja, USA, 1989
22:05 **Transporter: Nowa moc** - akcja, Belgia, Chiny, Franc., 2015. Były agent specjalny i najszybszy kurier na świecie - Frank Martin powraca! Ponownie otrzymuje niezwykle ważne zlecenie.
00:00 **Miasto bezprawia** - akcja, USA, 2019
01:35 **Lombard** - **Życie pod zastaw** - paradokument
03:35 **Menu na miarę** - program kulinarny
05:00 **Dyżur** - serial medyczny

TVN 7

05:30 **Szkola** - **Michał Dominiak** z 1c jest nieustannie kontrolowany przez swojego tatę. Nastolatek ma dość nadopiekuńczości ojca i pomimo jego zakazu bierze udział w treningu boks.
08:20 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
11:25 **W-11 Wydział Śledczy** - Na osiedlu zostaje napadnięta młoda kobieta. W ciężkim stanie trafia do szpitala.
12:55 **Detektywi** - 60-letni biznesmen Bolesław Gandor często zasięga porady swojej sekretarki - tarociarki, która twierdzi, że karty do niej przemawiają. Mężczyzna prosi detektywów o sprawdzenie swojego pracownika, który...
14:55 **Szpital św. Anny** - serial obycz., Polska

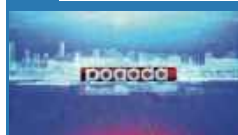
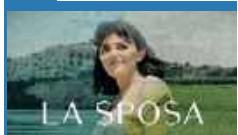
15:55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
16:55 **Tajemnice miłości** - serial paradokumentalny
17:55 **Zagadki losu** - program obycz.
19:00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
20:00 **Z ust do ust** - kom., USA, Australia, 2005
22:10 **Ślub od pierwszego wejrzenia** - reality show
23:15 **Sherlock Holmes: Gra cieni** - sens., USA, 2011. Genialny Holmes nigdy nie miał sobie równych... aż do tej pory...
01:50 **Kryminalni: Misja Śląska** - film kryminalny, Polska, 2006
03:40 **SOS Ekipy w akcji** - program policyjny



09:35 **Św. na każdy dzień** 09:45 **Jestem Mamą** 10:00 **Inf. dnia** 10:15 **Rozmowy niedok.** 11:25 **Głos Polski** 11:35 **Natura et Homo** 12:00 **Anioł Pański** 12:03 **Inf. dnia** 12:20 **Głos serca** 13:00 **Perła krakowskiego kapłaństwa** 13:30 **Msza św.** 14:30 **Drzwi do lasu** 14:55 **Słowo życia** 15:00 **Modlitwa do Bożego Miłosierdzia** 15:20 **Mocni w Wierze** 15:50 **Ma się rozumieć** 16:00 **Inf. dnia** 16:10 **Natura Obiektywnie** 16:40 **Katolicy a tożsamość Europy** 17:15 **Jej misja trwa** 17:30 **Łączy Nas Historia** 17:55 **Poczet Wlk. Polaków** 18:00 **Anioł Pański** 18:05 **Inf. dnia** 18:15 **Westerplatte** 18:40 **Młodych** 19:00 **Warto zauważyć...** 19:30 **Cyrla** 20:00 **Inf. dnia** 20:20 **Różaniec** 20:50 **Mysłąc Ojczyzna** 21:00 **Apel Jasnog.** 21:20 **Inf. dnia** 21:40 **Polski Punkt Widzenia** 22:00 **Stella** 23:00 **Przegląd Tyg.** „Niedziela” 23:05 **Dar powołania** 23:30 **Regał**

eprasa.pl 18eb244ac2

SOBOTA • 6 grudnia	
TVP 1	TVP 2
04:45 Miłość pod choinkę – obycz., USA, Kan., 2022 06:20 Balans bieli – magazyn 06:55 Msza Święta – czołówka 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Msza Święta – tyłówka 07:40 Rok w ogrodzie 08:05 Rok w ogrodzie Extra – magazyn 08:20 Pełnosprawni – magazyn dla niepełnosprawnych 08:55 Ranczo – serial obycz. TVP, 2008 09:55 Komisarz Alex – serial krym. 10:55 Okieci Mateusz – serial krym. 11:55 Gwiazdy w południe – Hondo – western, USA, 1953 13:25 Dobre strony – Andrzej Stasiuk i Serhij Żadan – rep. 13:50 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny	05:15 Dla niesłyszących – Barwy szczęścia – serial obycz., 2025 06:25 Dla niesłyszących – M jak miłość – serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie – magazyn poranny 11:15 Domowe patenty – felieton 11:30 Góra półka smaku – cykl kulinarno- -detektywistyczny 12:10 Postaw na milion – teleturniej 13:05 Miłość i nadzieja – serial obyczajowy, Turcja, 2022 14:00 Familiada – teleturniej 14:35 Koło fortuny – teleturniej 15:15 Szansa na sukces. Opole 2026 – widowisko muzyczne 16:20 Na dobre i na złe – serial 17:20 Miłość i nadzieja – serial obycz., Turcja, 2022
	
14:30 Skoki Narciarskie – Puchar Świata, Wisła – konkurs mężczyzn 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:35 Ojciec Mateusz – serial 18:40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Sport 20:15 Pogoda 20:25 Filoterka Jastrzę – serial 21:25 Hit na sobotę – Hit Man – fab., USA, 2023 23:30 Tylko dla odważnych – akcja, USA, 2017 01:45 Sprawdzamy – magazyn 02:10 Po prostu przyjaźń – kom. obyczajowa, 2016 04:25 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny	18:15 Va Banque – teleturniej 18:50 Dla niesłyszących – Słowo na niedzielę 19:00 Informacje kulturalne 19:25 Rodzinka.pl – serial kom. 20:00 62. KFPP w Opolu – Zróbmy więc prywatkę... – 2025 22:05 Za jakie grzechy – kom., Kan., USA, 2008. Lucy prosto ze słonecznej Florydy w samym zakęcie, krótkiej spódnicy i w szpilkach trafia do niewielkiego New Ulm w Minnesocie, gdzie zaskakują ją zasypane śnieżne i siarczysty mróz... 23:55 Diabelski Most – dram., Franc., 2018 01:45 Akacjaowa 38 – serial kostiumowy, 2016

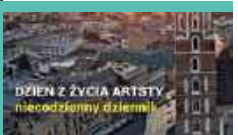
NIEDZIELA • 7 grudnia	
TVP 1	TVP 2
05:25 Sprawa dla reportera 06:20 Słownik polsko@polski – talk-show prof. J. Miodka 06:55 Słowo na niedzielę 07:00 Transmisja Mszy Świętej 08:00 Tydzień 08:30 Daleko od szosy – serial obycz., 1976 10:05 Ojciec Mateusz – serial krym. 11:00 Komisarz Alex – serial krym. 11:55 Między ziemią a niebem 12:00 Anioł Pański, Watykan 12:15 Między ziemią a niebem 12:45 Pierłgrymi Nadziei – Samotny Ojciec – rep. 13:10 BBC w Jedyńce – Planeta 14:10 Skoki Narciarskie – Puchar Świata, Wisła – konkurs mężczyzn 17:00 Teleexpress	04:00 Dla niesłyszących – Barwy szczęścia – serial obycz., 2025 05:45 Dla niesłyszących – M jak miłość – serial, 2025 06:45 Operacja zdrowie – magazyn medyczny 07:30 Pytanie na śniadanie 11:05 Domowe patenty – felieton 11:15 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka – magazyn 11:50 62. KFPP w Opolu – Zróbmy więc prywatkę... – 2025 14:00 Familiada – teleturniej 14:35 Koło fortuny – teleturniej 15:10 Szansa na sukces. Opole 2026 – widowisko muzyczne 16:15 Tak to leciało – teleturniej muzyczny
	
17:20 Pogoda 17:35 Daję słowo – Maciej Orłós – Michał Bajor – talk-show 18:40 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:05 Sport 20:25 Czarna śmierć – serial, 2025 21:25 Rolnik szuka żony – reality show 22:30 Zakochana Jedynka – Paryż może poczekać – kom. obyczajowa, Jap., USA, 2016 00:15 Hit Man – fab., USA, 2023 02:10 Sprawdzamy – magazyn 02:35 Hondo – western, USA, 1953 04:10 Jaka to melodia? – teleturniej muzyczny	17:15 Zaslubiona – serial, Włochy, 2022 18:25 Rodzinka.pl – serial komediowy 18:55 Niepewne sytuacje – program rozrywkowy, 2025 19:10 James Bond – Nigdy nie mów nigdy – sensacyjny, USA, 1983 21:35 Elektryczne gitary na dobry wieczór – widowisko muzyczne 22:45 Jestem Bogiem – SF, thriller, USA, 2011 00:40 Będziemy mieszkać razem – serial obycz. TVP, 2023 01:40 Za jakie grzechy – kom., Kan., USA, 2008 03:30 Akacjaowa 38 – serial kostiumowy, 2016

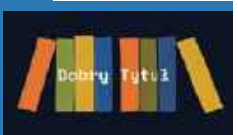
TVN
05:40 Uwaga! – program interw. 05:55 Ukryta prawda – program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje – program kulinarno- -rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn poranny 11:30 Na Wspólnej Omnibus – serial obycz., Polska 13:20 Monster Trucks – przygod., USA, 2016 15:35 Vabank – kom., Polska, 1981. Henryk Kwinto, doświadczony kaszlarz, mści się na właścicielu banku – Kramercze – który przed laty podpuścił go na skok, a następnie zawiadomił policję. 17:55 Kuchenne rewolucje – program kulinarno- -rozrywkowy 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda

19:45 Jeszcze przed świętami – kom., Polska, 2022 22:00 La La Land – musical, USA, 2016. Mia jest początkującą aktorką, która pracuje jako kelnerka. Sebastian to muzyk jazzowy, który gra do kotleta w podrzędnej knajpcie. Drogi tych dwojga przecinają się... 00:30 Pan i pani Smith – sens., USA, 2005 02:55 Szpital św. Anny – serial obycz., Polska 03:40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas – serial, USA 04:35 Uwaga! – program interwencyjny 04:50 Nauka jazdy – reality show 05:15 Jak to jest zrobione – serial popularnonaukowy

TVN
05:45 Uwaga! – program interwencyjny 06:00 Batwheels I – animowany serial komediowy 06:15 Ukryta prawda – program obyczajowy 07:10 Magda gotuje internet – program kulinarno- -rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN – magazyn poranny 11:30 Co za tydzień – magazyn rozrywkowy 12:10 Kobieta na krańcu świata – program Martyny Wojciechowskiej 12:50 Kosmiczny mecz – film rodzinny, USA, 1996 14:35 Podróż do wnętrza Ziemi – przygod., USA, 2008 16:40 Green Lantern – przygod., USA, 2011 19:00 Fakty 19:30 Sport 19:40 Pogoda

19:45 Lego Masters – program rozrywkowy 20:50 Vabank II czyli riposta – kom., Polska, 1984 23:00 Gran Torino – obycz., USA, Niemcy, 2008 01:25 Superwizjer – magazyn reportażowy 02:00 Kuchenne rewolucje – program kulinarno- -rozrywkowy 02:50 Szpital św. Anny – serial obycz., Polska 03:40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas – serial, USA 04:35 Uwaga! – program interwencyjny 04:50 Nauka jazdy – reality show 05:15 Jak to jest zrobione – serial popularnonaukowy, Kanada

TVP Kultura
06:05 Panna z mokrą głową – obycz., Polska, 1994 07:45 Prawdziwie magiczny sklep – film TVP, 1969 08:20 Informacje kulturalne 08:50 Nie-Wielkie Orkiestra. TV – koncert, 2019 10:15 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku - 1834-1848 – serial dok., Franc., 2024 11:15 Operacja Święty Mikołaj – anim., Franc., 2021 11:55 Lola i pianino hałasów, Polska, Franc., 2023 12:35 Mała księżniczka – fab., USA, 1939 14:20 Legendy opery – Enrico Caruso – dok., Wlk. Bryt. 15:15 Wydarzenie aktualne 15:50 Niespotykane spokojny człowiek – film TVP, 1975 17:00 Tamte lata, tamte dni – Grzegorz Turnau – mag. 17:40 Światła wielkiego miasta – kom., dram., USA, 1931

19:20 Dzień z życia artysty – magazyn 20:00 Bilet do kina - 0 północy w Paryżu – komediodramat, USA, Hiszp., Franc., 2011 21:45 Energia Ladies Jazz Festival – Katie Melua – koncert, 2025 23:05 Wieczór kinomana – Wstęp do filmu - Kos 23:10 Wieczór kinomana - Kos – dram. hist., Polska, 2023 01:25 Dobry tytuł – magazyn literacki 02:05 Kino nocne – Wszyscy – fab., Hiszp., Franc., Włochy, 2018 04:30 Ingmar Bergman i demony podświadomości – dokument, Niemcy, 2018

TVP Kultura
05:50 Niech żyje bal – przeboje Maryli Rodowicz, 2002 06:50 Rozmowy (nie)wygodne – Krzysztof Materna 07:45 Marcelli Szpak dziwi się światu – serial anim., 1985 08:00 Nabożeństwo metodystyczne w Kraplewie 09:00 Cykl adwentowy - Pokój 09:15 Wnuczka Świętego – dok., Polska, 2025 09:55 Wielki mistrzowie malarstwa - Renoir – serial dok., Franc., 2015 11:05 Wstęp Wolny – felieton 11:20 Pan wyzwał, Milordzie? – Miłość i pieniądze – serial 12:25 Lola i pianino hałasów – fab., Polska, Franc., 2023 13:05 Muzyka w zabytkach: Muzyka Mantui – dok., Franc., 2022 14:05 W poszukiwaniu dobrego filmu – magazyn 14:45 Artysta – obycz., Belgia, Franc., 2011

16:35 Dobry tytuł – mag. literacki 17:15 Niedziela z... Katarzyną Figurą 18:05 Zemsta – kom., Polska, 2002 20:00 Mary Reilly – fab., USA, 1995 22:00 The Doors, za kulisami – Wlk. Bryt., 1970 22:55 Noc krótkich filmów – Zasoby ludzkie – Piękni mężczyźni 23:30 Katie Melua – koncert, 2025 00:50 O północy w Paryżu – kom., dram., USA, Hiszp., 2011 02:40 Niedziela z... Katarzyną Figurą 03:35 Legendy Paryża – opowieść o sztuce XIX wieku - 1834-1848, W życiu jak w powieści – serial dok., Franc., 2024 04:35 7 różnych rzeźb – rzec o Augustynie Zamoyskim

TVN 7
05:45 Wiza na miłość – serial paradokumentalny 06:40 New Looney Tunes III – animacja 06:55 Interkosmos – kom., USA, 1987. Porzucony przez dziewczynę, zespedowany porucznik Tuck Pendelton postanawia wziąć udział w eksperymencie miniaturyzacji dokonywanym przez doktora Ozzie Wexlera... 09:25 Bez kompleksów – program rozrywkowy 10:25 Ukryta prawda – program obyczajowy 11:25 Mówię Wam – talk-show 12:35 Ukryta prawda – program obyczajowy 13:40 Zróbmy sobie dom – program rozrywkowy 14:50 Detektywi – Detektywi pomagają 70-latce odnaleźć młodą kobietę, która zniknęła z jej mieszkania.

18:00 Bez kompleksów – program rozrywkowy 19:00 Idź na całość – program rozrywkowy 20:00 Niezgoda – przygod., USA, 2014. W metropolii wzniesionej na ruinach Chicago każdy nastolatek musi przejść test predyspozycji określający jego przynależność do jednej z pięciu grup. 23:00 Interstellar – SF, USA, Wlk. Bryt., Kan., Islandia, 2014 02:25 Małe rzeczy – sens., USA, 2021. Zastępca szeryfa hrabstwa Kern, Joe Deacon zostaje uwikłany w poszukiwanie seryjnego mordercy, który terrorizuje miasto. 04:35 Druga strona medalu – talk-show

TVN 7
05:10 Szkoła – Mikołaj Brończak z gimnazjalnej 2a jest zakochany w pięć lat starszej licealistce, Amelii Wojdzie. Mimo różnicy wieku, nastolatek zamierza zaprosić dziewczynę na randkę. 06:55 Kobra - oddział specjalny – Semir zostaje poręczycielem Dubińskiego. Wraz z Paulem chcą mu pomóc zacząć nowe życie w innym mieście. 08:55 Ranczo – serial kom., Polska 14:20 Johnny English: Nokaut – kom., Wlk. Bryt., 2018. Cyberatak ujawnia tożsamość wszystkich aktywnych tajnych agentów w Wielkiej Brytanii. Johnny English staje się ostatnią nadzieją służb specjalnych. Wezwany z emerytury, English rzuca się w wir akcji, by odnaleźć sprawcę ataku.

20:00 Incepcja – przygod., USA, Wlk. Bryt., 2010 23:10 Gang Story – sens., Franc., Belgia, 2011. Dwóch przyjaciół spotyka się po latach – jeden z nich dawno porucił przestępcze życie, drugi nigdy się nie zmienił. Podczas spotkania ożywają wspomnienia... 01:20 Morderstwo w Białym Domu – sens., USA, 1997. W apartamentach Prezydenta zostaje zamordowana młoda kobieta, sprawa jest poważna i grozi nie tylko skandalem. 03:15 Usterka – program poradnikowy 03:50 Fachowcy – paradokument 04:25 Druga strona medalu – talk-show

TV 4
06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? 07:00 Galileo – ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 11:05 Jesteśmy!DlaDzieci – program edukacyjny 11:30 Miodowe Łata – serial komediowy 12:10 Galileo – ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 13:05 Święteczny domek fab. USA, 2017 15:00 Policjantki i Policjanci – serial paradok. 20:00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny – serial policyjny 00:00 Gwiazdy Kabaretu – program rozrywkowy 02:05 STOP Drogowka – serial policyjny 03:15 Interwencja – magazyn reporterów 03:25 Lubie disco! 04:25 Top 10 – Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam
05:50 Więźniarki 07:25 Sól ziemi 07:55 Adwent na serio 08:00 Inf. dnia 08:15 Westerplatte Młodych 09:00 Żółw błotny. Osobliwy relikw polskiej przyrody 10:00 Inf. dnia 10:15 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 12:00 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 12:30 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 13:00 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 15:00 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 15:30 XXXIV Rocznic powstania Radia Maryja 18:30 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Manna z Nieba 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Wzduenia 22:00 Warto być ojcem 22:15 Głos serca 23:00 Odpowiedzialni za Kościół 23:30 Żywa nie tradycji

TV 4
06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? – reality show 07:00 Wielkie tajemnice historii – dokument, USA, 2023 08:50 Galileo – ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki 10:50 Nowy początek – sensacyjny, USA, Kan., Indie, 2016 13:10 Men in Black: International – sensacyjny, Chiny, USA, 2019 15:40 Agent i pół – komedia, USA, 2016 17:55 Uroczysko – serial kryminalny 20:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto – serial kryminalny 00:00 STOP Drogowka – serial policyjny 01:10 Powrót do przeszłości – serial SF, USA, 2022 02:55 Interwencja – magazyn reporterów 03:25 Lubie disco! 04:25 Top 10 – Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam
09:25 Przegląd Tyg., "Niedziela" 09:30 Msza św. 10:30 Brygada Świętokrzyska 11:00 Głos serca 11:45 II niedziela Adwentu 12:00 Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV 12:15 Papież Polak do Rodaków 12:40 Promień z Fatimy 14:40 Kościół w Palczy, wspólnota Pana Jezusa 15:00 Wies to też Polska 16:00 Inf. dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:50 Mateczniki Polskości 17:00 Natura et Homo 17:30 Sól ziemi 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Moja Katolicka Rodzina 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Retrospekcja 21:45 Stan Bezp. Państwa 21:55 Św. na każdy dzień 22:00 Mocni Jego mocą 22:45 Jak wygrał małżeństwo? 23:00 Jak my to widzimy

PONIEDZIAŁEK • 8 grudnia	
TVP 1	TVP 2
05:25 Wichrowe wzgórze - serial 06:15 Akacja 38 - serial, 2017 07:00 Transmisja Mszy Świętej 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Zaraz wracam - serial, 2025 09:00 Ranczo - serial obycz., 2008 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:40 To się oplaca - magazyn 12:55 Planeta Ziemia III - Lasy - dok., Wlk. Bryt., 2023 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reportery - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedziectwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny	04:40 Na dobre i na złe - serial 05:40 M jak miłość - serial, 2022 06:30 Rodzina (nie od) święta - Jak rozmawiać z dziećmi o miłości, małżeństwie i powołaniu? - magazyn 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz 11:50 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
	
18:10 Klan - telenowela TVP 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:30 Teatr Telewizji - Wycinka - cz. II, spektakl teatralny, 2025 22:00 Postscriptum - Wycinka - dyskusja 22:30 Tętno 3 - dokument, Polska, 2024 23:40 Balans bieli - magazyn 00:15 Wykrywacz kłamstw - magazyn 00:45 Czarny Czwartek. Janek Wiśniewski padł - dram., Polska, 2011 ● 02:45 Tylko dla odważnych - akcja, USA, 2017	16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial, 2025 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 23:00 Cztery pory roku w Hawanie - serial krym., Hiszp., 2017 23:55 Wojna o prąd - fab., USA, 2017 01:55 Stulecie Winnych - serial, 2022 02:50 Akacja 38 - serial

TVN
05:40 Uwaga! - program interwencyjny 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:55 The Floor - teleturniej 14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:50 Szpital św. Anny - program obycz. 17:55 Detektywi - program kryminalny 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny

20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Mafia Mamma - film, Wlk. Bryt., Włochy, USA, 2023. Kristin dowiaduje się, że została spadkobierczynią mafijnego imperium. 23:45 Strzelec - sensacyjny, USA, 2007 02:20 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy 02:50 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 03:40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 04:30 Uwaga! - program interwencyjny 04:45 Nauka jazdy - reality show 05:10 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy

POLSAT
06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - Zaginął chory na cukrzycę syn Lucyny Noszczyk. Jeśli szybko się nie znajdzie i nie przyjmie insuliny, może umrzeć. Detektywi wyruszają na poszukiwania. 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:30 Gliniarze - Młoda księgowa zostaje porwana. Szybko wychodzi na jaw, że kobieta miała romans, o którym wiedział jej mąż. 14:40 Dlaczego ja? - Marta Bielska jest w związku z dwadzieścia lat starszym Tomaszem. Podczas obiadu z rodzicami Marty Tomasz oświadcza jej się. 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Intervencja - magazyn reporterów

16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - paradokument 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Mega hit - Szybcy i wściekły 9 - sens., USA, 2021 23:00 Nikt - sens., USA, Jap., Chiny, 2021 01:00 Piąta fala - sens., USA, Wlk. Bryt., 2016 03:30 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy 05:25 Teleshowsy TV Okazje

TVP Kultura
06:05 Afisz kulturalny 06:10 Muzyczne poranki 06:25 Od ucha do ucha - Operacja Święty Mikołaj - anim., Franc., 2021 07:05 Tamte lata, tamte dni - Andrzej Grabowski - mag. 07:40 Podróż z historią - Baśń o wodzie - dok., Polska, 2017 08:25 Dobry tytuł - magazyn literacki 09:00 Noce i dnie - serial, 1977 10:10 Za ścianą - dram., Polska, 1971 11:20 Mała księżniczka - fab., USA, 1939 13:05 John i Yoko: nad nami już tylko niebo - dok., Wlk. Bryt., 2018 14:45 Wstęp wolny - felieton 15:00 Tamte lata, tamte dni - Grzegorz Turnau - mag. 15:40 Personel - obycz., Polska, 1975 17:00 Noce i dnie - serial, 1977

18:05 Tygodnik Kulturalny 19:00 Muzyka w zabytkach: Muzyka Mantui - dok., Franc., 2022 20:00 La Gomera - kom., Niemcy, Rum., Franc., Szwecja, Szwajc., 2019 21:45 Porozmawiajmy szczerze 22:25 Mary Reilly - fab., USA, 1995 00:25 Łódź Kultury - Robert Górski, 2025 01:10 Artysta - obycz., Belgia, Franc., 2011 03:00 Więcej niż fikcja - The Doors, za kulisami - Wlk. Bryt., 1970 03:55 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn 04:35 Jak namalować Monę Lisę - dok., Wlk. Bryt., 2021 05:35 Teledyski

TV Puls
06:00 Nash Bridges - Nash za wszelką cenę próbuje powstrzymać publikację nieprzychylnych zdjęć Cassidy. Dodatkowo funkcjonariusz jest na tropie pary, która odpowiada za serię przestępstw. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir i Paul są świadkami morderstwa młodego policjanta. Mężczyzna został śmiertelnie dźgnięty nożem. Sprawcami zabójstwa okazują się członkowie przestępczego klanu rodziny Sonny'ego Badu. 09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym. 10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy

13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 20:00 Komornik - akcja, USA, 2018 22:05 Kickboxer - akcja, USA, 1989 00:00 Akt odwagi - przygod., USA, 2012 02:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 04:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7
05:30 Szkoła - Licealista Daniel Młynarczyk rozpuścił w szkole plotkę o tym, że jego kolega jest gejem. Chłopak zrobił to, ponieważ po tym, jak przyznał się do swojej homoseksualnej orientacji, Wojtek stał się jego głównym prześladowcą. 08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:25 W-11 Wydział Śledczy - Na obrzeżach miasta komisarze znajdują porzuconą taksówkę, a w niej zwłoki właściciela. Świadkowie mówią, że przed śmiercią pokłócił się z jakimś mężczyzną. 12:55 Detektywi - W szpitalu umiera kobieta, która wraz z dzieckiem miała wypadek. Jej były mąż wzywa detektywów, bo 14:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska

15:55 Sąd rodzinny - program sądowy 16:55 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 17:55 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Sekcja rytmiczna - sens., USA, Wlk. Bryt., Hiszp., Irlandia, 2020 22:25 Fokus - sens., USA, 2015 00:30 Mówię wam - talk-show 01:50 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabiobą 02:40 SOS Ekipy w akcji - program policyjny 03:30 Fachowcy - program paradokumentalny 04:10 Druga strona medalu - talk-show

TV 4
06:00 Łowcy skarbów . Kto da więcej - reality show 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów . Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi . Trójmiasto 23:05 Hanna - sens., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, 2011 01:25 Love Island . Wyspa miłości - reality show 02:35 Intervencja - magazyn reporterów 02:55 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Teleshowsy TV Okazje

09:15 Słowo życia 09:20 Mateczniki Polskości 09:30 Moja Katolicka Rodzina 09:55 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:20 Stan Bezp. Państwa 11:30 Warto być ojcem 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Miłość większa niż strach 13:30 Msza św. 14:30 Ze Swojcian do wolności 15:25 Kolor Boga 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Uroczysko Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Maryi Panny 17:30 Moja parafia 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 XXIV rocznica powstania Radia Maryja 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia 22:00 Z wędką nad wodę 22:30 Moja wyspa wiary 23:15 Zapomniany Sprawiedliwy - Tadeusz Modelski

WTOREK • 9 grudnia	
TVP 1	TVP 2
05:25 Wichrowe wzgórze - serial 06:15 Akacja 38 - serial, 2017 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Kościół z bliska 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Zaraz wracam - serial, 2025 09:00 Ranczo - serial obycz., 2008 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:40 Magazyn Rolniczy 13:00 Niesamowite wyspy Australii - dok., 2017 14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024 15:00 Serwis Info 15:15 Reportery - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedziectwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda	04:40 Na dobre i na złe - serial 05:40 M jak miłość - serial, 2022 06:50 Jankin - reportaż 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz 11:50 Rosół polski - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularyzowany 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022
	
17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:10 Klan - telenowela TVP 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:30 Zaraz wracam - serial, 2025 21:10 November Man - fab., USA, 2014 23:05 Zmowa pierwszych żon - kom., USA, 1996 00:50 Wykrywacz kłamstw - magazyn 01:15 Paryż może poczekać - kom. obyczajowa, Jap., USA, 2016 03:00 Czarny Czwartek. Janek Wiśniewski padł - dram., Polska, 2011	18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:40 Kulisy serialu „M jak miłość” 20:55 M jak miłość - serial, obyczajowy, 2025 21:55 Na sygnale - serial fabularyzowany 22:25 Magazyn Ekspresu Reporterów 23:30 Człowiek z magicznym pudełkiem - SF, romans, Polska, 2017 01:25 Jestem Bogiem - SF, thriller, USA, 2011 03:20 Wojny przyszłości. Autonomiczna broń i sztuczna inteligencja - dokument, Franc., 2022

TVN
05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:55 The Floor - teleturniej 14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:50 Szpital św. Anny - program obycz. 17:55 Detektywi - Bo biura zgłasza się kobieta, która prosi o odnalezienie córki. 18-latka zaginęła poprzedniego wieczoru po treningu w klubie tenisowym. Z nagrań monitoringu klubu wynika, że poszukiwana po wyjściu pokłóciła się z chłopakiem.

19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interw. 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Wojna światów - SF, USA, 2005 00:00 Gliniarz z Beverly Hills - kom., USA, 1984 02:15 Kuba Wojewódzki - talk-show 03:10 Nastolatki rządzą... kasą - program obyczajowy 03:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 04:45 Uwaga! - program interwencyjny 05:00 Nauka jazdy - reality show

POLSAT
06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - Julita Szczesniak martwi się o przyrodnią siostrę, Ewę. Dwa dni temu dziewczyna zniknęła i nie można z nią nawiązać kontaktu. 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - W klubie nocnym dochodzi do zabójstwa jednego z właścicieli. Detektywi szybko orientują się, że lokal to coś więcej niż tylko miejsce z tańcem erotycznym. 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Intervencja - magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy

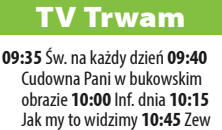
17:00 Gliniarze - serial paradokumentalny 18:00 Pierwsza miłość - serial obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda 20:00 Samarytanin - sens., USA, 2022 22:10 Granice wytrzymałości - sens., USA, Niemcy, 2000 00:55 Battleship: Bitwa o Ziemię - sens., USA, Jap., 2012 03:40 Ewa gotuje - program kulinarny 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Teleshowsy TV Okazje

TVP Kultura
06:05 Afisz kulturalny 06:10 Muzyczne poranki 06:55 Tamte lata, tamte dni - Wojciech Mann - magazyn 07:35 Jak powstały nasze nazwiska? - dok., Polska, 2017 08:20 Dzień z życia artysty - magazyn 09:00 Noce i dnie - serial, 1977 10:05 Pestka - melodramat, Polska, 1995 11:50 Isaac Asimov. List do przyszłości - dok., Franc., 2022 13:00 Historia mistrza: Jeff Beck. Wiecznie w trasie - dok., Wlk. Bryt., 2018 14:40 Hala odlotów - talk-show 15:45 C.K. Dezerterzy - cz. I - kom., Polska, Węgry, 1985 17:20 Noce i dnie - serial, 1977 18:25 Łódź Kultury - Lidia Popiel - 2025 19:05 Filmoteka Małopolska - Ania. Rzecz o Annie Dymnej - dok., Polska, 2017

20:00 Teatr Telewizji - Mąż i żona - spektakl teatralny, 1997 ● 21:15 Lekkie obyczaje - Kobiety i XX wiek - fab., USA, 2016 23:25 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn 00:05 Nocny dokument - Ingram Bergman i demony podświadomości - dok., Niemcy, 2018 01:20 La Gomera - kom., Niemcy, Rum., Franc., Szwecja, Szwajc., 2019 03:10 Którędy po sztuce - Sara Lucas - Rzymianie - magazyn 03:25 Tygodnik Kulturalny 04:20 Piano - dok., Polska, 2015 05:15 Teledyski

TV Puls
06:00 Nash Bridges - Podczas śledztwa Nash i Karen zbliżają się do siebie. Wkrótce Nash poznaje prawdę o swojej policyjnej partnerce. 08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym. 10:00 Zbuntowany anioł - Milagros jest zszokowana wyznaniem Rosi, ale decyduje się zachować je w sekrecie. Marina zostawia Pablo na zawsze. Bobby u Lina wyznacza datę ślubu. Milagros ma zaskakującą prośbę do Federico. 11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny

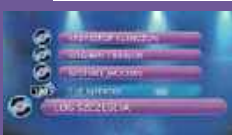
15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 20:00 Bóg zemsty - akcja, USA, 2011. Kiedy żona Willa staje się ofiarą brutalnego napadu, mężczyzna dostaje zaskakującą ofertę od nieznanego... 22:10 Czas rozliczenia - akcja, Kan., USA, 2019 00:15 Batalion Donbas - przygod., Ukraina, 2019 02:25 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 03:25 Menu na miarę - program kulinarny 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7
05:30 Szkoła - Gimnazjalistka z trzeciej klasy, Patrycja Mularz, burzliwie przechodzi okres dorastania i buntuje się przeciwko wszystkiemu. Chce być dorosła i dlatego postanawia sięgnąć po używki w postaci alkoholu i papierosów. 08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:25 W-11 Wydział Śledczy - program kryminalny 12:55 Detektywi - program kryminalny 14:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 15:55 Sąd rodzinny - program sądowy 16:55 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 17:55 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy

20:00 Przemysłownik - sens., USA, Kan., 2018. 80-letni Earl Stone dostaje propozycję pracy jako kurier narkoty-kowy dla meksykańskiego kartelu. Dobrze sobie radzi i udaje mu się wyjść z finansowych kłopotów, jednak do mężczyzny powracają błędy z przeszłości 22:35 To - horror, USA, Kan., 2017. Grupa dzieciaków musi stawić czoła swoim największym lękom. Na ich drodze staje niekiszenny kłau o imieniu Pennywise. 01:15 Interkosmos - kom., USA, 1987 03:25 SOS Ekipy w akcji - program policyjny 04:15 Druga strona medalu - talk-show

TV 4
06:00 Łowcy skarbów . Kto da więcej - reality show 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów . Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi . Trójmiasto 23:00 Dom zły - obycz., Polska, 2009 01:20 Love Island . Wyspa miłości - reality show 02:25 Hardkorowy lombard 02:55 SuperLudzie - serial o osobach z niepełno-sprawnościami 05:30 Teleshowsy TV Okazje

09:35 Św. na każdy dzień 09:40 Cudowna Pani w bukowski obrazie 10:00 Inf. dnia 10:15 Jak my to widzimy 10:45 Zew natury 11:00 Mocni w Wierze 11:35 Słowo życia 11:40 Ma się rozumieć 11:50 Św. na każdy dzień 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Historia Obrazu Matka Boska AK 13:00 Jeden Kościół , wielu Świętych 13:30 Msza św. 14:30 Z Zaczisa na Syberię 15:00 Kuźnia Redemptorystów 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Jestem mamą 16:40 Zdrowie z Bożej Apłeki 17:00 Wierzę w Boga 17:30 Rajd Kataryński 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Każdy małuch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Mysząc Ojczyzna 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia

ŚRODA • 10 grudnia	
TVP 1	TVP 2
05:25 Wichrowe wzgórze - serial 06:15 Akacja 38 - serial, 2017 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Rodzina (nie od) święta - magazyn 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Zaraz wracam - serial, 2025 09:00 Ranczo - serial obycz., 2008 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:35 Rok w ogrodzie Extra 13:00 Niesamowite wyspy Australii - dok., 2017 14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedziectwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress  17:20 Pogoda 17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:10 Klan - telenowela TVP 18:45 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:25 Zaraz wracam - serial, 2025 20:55 Piąk Nożna: Liga Mistrzów: Real Madryt-Manchester City 23:05 Mechanik: Czas zemsty - akcja, USA, 2005 00:45 Wykrywacz kłamstw - magazyn 01:10 November Man - fab., USA, 2014 03:10 Magazyn Ekspresu Reporterów 04:10 Tacy byliśmy - reportaż	04:35 Na dobre i na złe - serial 05:35 M jak miłość - serial, 2022 06:25 Pożyteczni.pl - magazyn 06:50 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz 11:50 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022  18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - telet. 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 19:55 Przepis dnia 20:00 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:40 Przepis dnia 20:55 Na dobre i na złe - serial 21:55 Na sygnale - serial fabularny 22:55 Peaky Blinders - serial, Wlk. Bryt., 2017 00:10 Rodziny się nie wybiera - kom., Franc., 2018 02:05 Cztery pory roku w Hawanie - serial krym., Hiszp., 2017 03:00 Z góry widać lepiej. Wandę Rutkiewicz. Opowieść o kobiecie niezwykle - dok., 2022

CZWARTEK • 11 grudnia	
TVP 1	TVP 2
05:25 Wichrowe wzgórze - serial 06:15 Akacja 38 - serial, 2017 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Pelnia Wiary - magazyn 08:00 Serwis Info 08:10 Pogoda Info 08:20 Zaraz wracam - serial, 2025 09:00 Ranczo - serial obycz., 2008 10:00 Komisarz Alex - serial krym. 11:00 Ojciec Mateusz - serial 12:00 Serwis Info 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:40 To się oplaca - magazyn 13:00 Niesamowite wyspy Australii - dok., 2017 14:00 Wichrowe wzgórze - serial 15:00 Serwis Info 15:15 Reporterzy - magazyn 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedziectwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:20 Pogoda  17:30 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:10 Klan - telenowela TVP 18:45 Akacja 38 - serial, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:30 Zaraz wracam - serial, 2025 21:10 Ojciec Mateusz - serial 22:10 Sprawa dla reportera 23:10 Wojenny stan - dok., Polska, 2024 00:15 Wykrywacz kłamstw - magazyn 00:40 Profilierka Jastrzę - serial, 2025 01:40 Zmowa pierwszych żon - kom., USA, 1996 03:30 Sprawa dla reportera 04:25 Odrodzenie Katedry Notre-Dame - dok., Franc., 2024	04:30 Na dobre i na złe - serial 05:30 M jak miłość - serial, 2022 06:20 Operacja zdrowie - magazyn medyczny 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Serwis Info i Pogoda Flesz 11:50 Pytanie na jeden uśmiech - rep. 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023 15:50 Przepis dnia 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej  17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 19:55 Przepis dnia 20:05 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:45 Berlin Ku'damm - 63 - serial, Niemcy, 2016 21:45 Morderstwa w Granville - dram., Franc., Belgia, 2020 23:35 Złe psy - sens., USA, 2017 01:20 Lepsza połowa - serial, 2020 02:00 Kruk - Szepty słycać po zmroku - serial krym., Polska, 2018 03:00 Akacja 38 - serial

TVN
05:40 Uwaga! - program interwencyjny 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:55 The Floor - teleturniej 14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:50 Szpital św. Anny - program obycz. 17:55 Detektywi - 24-letnia Iza Piaskowska, która prowadzi bar kanapkowy oraz kanał kulinarny w sieci, od jakiegoś czasu jest prześladowana i śledzona. Ktoś podrzuca jej niepokojące zdjęcia oraz przedmioty.  19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 21:35 Gliniarz z Beverly Hills II - kom., USA, 1987 23:45 Mafia Mamma - film, Wlk. Bryt., Włochy, USA, 2023 01:55 Green Lantern - przygod., USA, 2011 03:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 04:50 Uwaga! - program interwencyjny 05:05 Nauka jazdy - reality show

TVN
05:40 Uwaga! - program interw. 05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy 06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 07:45 Dzień Dobry TVN - magazyn poranny 11:40 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 13:55 The Floor - teleturniej 14:35 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:50 Szpital św. Anny - program obycz. 17:55 Detektywi - Bogdan Biedrzycki budzi się ze śladami krwi na rękach, chwilę potem znajduje ciało swojej żony Marty. Jest podejrzany o morderstwo.  19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interw. 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 The Floor - teleturniej 22:10 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 23:20 Mamuski mają wychodne - kom., USA, 2017 01:00 Batman: Początek - przygod., USA, 2005 03:35 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 04:30 Uwaga! - program interwencyjny 04:45 Jak to jest zrobione - serial popularnonaukowy, Kanada 05:10 Nauka jazdy - reality show

POLSAT
06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - Detektywi ochraniają Sylwię Rogalewicz, która jest prześladowana przez zamaskowanego napastnika. Mężczyzna próbuje ją zgwałcić. 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:30 Gliniarze - Troje sprawców łapie i okalecza mężczyznę. Poszkodowany nieprzytomny trafia do szpitala. Szybko wychodzi na jaw, że ofiara to skazany pedofil, który niedawno wyszedł na wolność po odsiedzeniu wyroku. 14:40 Dzień Dobry - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Intervencja - magazyn reporterów  16:30 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 17:00 Gliniarze - paradokument 18:00 Pierwsza miłość - serial 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda 20:00 Komediowa środa - Prawdziwe kłamstwa - kom. sens., USA, 1994 23:00 Cały ten seks - obycz., Polska, 2023 01:15 Złodziej tożsamości - kom., USA, 2013 03:40 Ewa gotuje - program kulinarny 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje

POLSAT
06:00 Nowy dzień 08:30 Malanowski i Partnerzy - Badania DNA wykazały, że klient detektywów - Grzegorz Chyżyński nie jest biologicznym ojcem swego syna, Mateusza. Żona klienta zginęła w wypadku samochodowym. 09:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:30 Gliniarze - Młoda kobieta zostaje napadnięta i wyciągnięta z samochodu, który zabierają napastnicy. Samochód zostaje szybko znaleziony. Ale sprawa natychmiast się komplikuje. 14:40 Dlaczego ja? - serial paradokumentalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Intervencja - magazyn reporterów 16:30 Na ratunek 112 - serial  17:00 Gliniarze - paradokument 18:00 Pierwsza miłość - serial 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:45 Pogoda 20:00 Tylko nie ty - kom., USA, Australia, 2023. Studentka prawa poznaje pracownika Goldman Sachs - Bena, gdy on... udaje jej męża, aby jej pomóc... 22:10 Sztuka zrywania - kom., USA, 2006 00:40 Prawdziwe kłamstwa - kom. sens., USA, 1994 03:35 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura
06:05 Afisz kulturalny 06:10 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Grazyna Barszczewska - magazyn 07:35 Podróże z historią - Z życia wyższych sfer - dokument, Polska, 2017 08:20 W poszukiwaniu dobrego filmu - magazyn 09:00 Noce i dnie - serial, Polska, 1977 10:05 C.K. Dezerterzy - cz. I - komedia, Polska, Węgry, 1985 11:45 Szyfrowe prace - obycz., Polska, 2000 13:35 Krąg Kantora - dok., Polska, 2015 14:50 Tygodnik Kulturalny 15:45 C.K. Dezerterzy - cz. II - kom., Polska, Węgry, 1985 17:05 Noce i dnie - serial, 1977 18:10 Ktośedy po sztukę - Archiwum Kwiekulik - magazyn  18:30 Informacje kulturalne 18:50 Reżyserzy - Alan J. Pakula - dok., Wlk. Bryt., 2018 19:45 Cykl adwentowy - Pokój - program religijny, 2025 20:00 Panorama kina polskiego - Figurant - obycz., Polska, 2023 22:10 Na wodach północy - Ludzie to nędzne istoty - serial, Wlk. Bryt., 2021 23:20 Hala odlotów - talk-show 00:20 100. rocznica urodzin Franka Sinatry - 2015 01:35 Lekkie obyczaje - Kobiety i XX wiek - fab., USA, 2016 03:45 Informacje kulturalne 04:20 Historia mistrza: Jeff Beck. Wiecznie w trasie - dok., Wlk. Bryt., 2018

TVP Kultura
06:05 Afisz kulturalny 06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Stanisława Celińska - magazyn 07:40 Podróże z historią - Polskie cuda natury - dok., Polska, 2017 08:15 Porozmawiajmy szczerze 09:00 Noce i dnie - serial, 1977 10:05 C.K. Dezerterzy - cz. II - kom., Polska, Węgry, 1985 11:25 Za ścianą - dram., Polska, 1971 12:35 Reżyserzy - Alan J. Pakula - dok., Wlk. Bryt., 2018 13:35 Kolekcja - Andrzej Wróblewski - felieton 13:50 Niedziela z... Katarzyną Figurą 14:45 Bodo - dram., Polska, 2016 16:45 Noce i dnie - serial, 1977 17:55 Dzień z życia artysty - magazyn  18:30 Wstęp wolny - felieton 18:50 Portrety - Anna Karina, ikona Nowej Fali - dok., Franc., 2017 20:00 Hala odlotów - talk-show 21:00 Czwartkowy klub filmowy - Borsalino i spółka - dram., Franc., Włochy, 1974 23:00 Łódź Kultury - Lidia Popiel - 2025 23:35 Panorama kina polskiego - Figurant - obycz., Polska, 2023 01:45 Na wodach północy - Ludzie to nędzne istoty - serial, Wlk. Bryt., 2021 03:00 100. rocznica urodzin Franka Sinatry - 2015 04:10 Hala odlotów - talk-show 05:15 TV bardzie - dok., Polska, 1996

TV Puls
06:00 Nash Bridges - Nash tropi podejrzanego o napad i pobicie w Las Vegas. Wkrótce okazuje się, że dawny znajomy policjanta poluje na tego samego przestępcę. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir ucieka przed policją, ponieważ jest głównym podejrzanym w sprawie morderstwa celnika Wintera. W drodze do więzienia ucieka i za wszelką cenę próbuje udowodnić swoją niewinność. 09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym. 10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny  15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 20:00 Rytuał śmierci - thriller, USA, 2023 22:00 Człowiek pies - akcja, Franc., Wlk. Bryt., USA, 2005. Danny jest od małego więziony przez przestępcę Barta, który traktuje go jak psa - na szyi Danny'ego widnieje oboża. Kiedy Bart ją zdejmuję, Danny rzuca się na przeciwnika niczym rozwścieczony czworonóg. 23:55 Zobowiązanie - thriller, Wlk. Bryt., 2012 01:35 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument 02:35 Dzielnica strachu - serial 03:30 Dziur - serial medyczny 05:00 Dzielnica strachu - serial

TV Puls
06:00 Nash Bridges - Nash prowadzi śledztwo w sprawie morderstwa w Chinatown. W międzyczasie do detektywa zgłasza się jego stary przyjaciel, który prosi go o pomoc w spłaceniu długów hazardowych. 08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir zostaje zaatakowany przez trzy tajemnicze samochody na autostradzie. Policjant zostaje porwany nim udaje mu się jednak skontaktować z Paulem za pomocą kamerek w telefonie. 09:00 Unforgettable: Zapisane w pamięci - serial krym. 10:00 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 11:55 Wspaniałe stulecie - serial kostiumowy 13:50 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument  15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 20:00 Pan i Pani Kiler - kom., USA, 2010 22:05 Jak upolować faceta - kom., USA, 2012 23:50 Jeszcze raz - kom., Polska, 2008 01:45 Lombard. Życie pod zastaw - paradokument fabularny 02:45 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:35 Menu na miarę - program kulinarny 04:05 Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7
05:30 Szkoła - Gimnazjaliści z 3c muszą wybrać przewodniczącego klasy. Swoje kandydatury zgłaszają dwaj klasowi rywale. Janek, bardzo dobry uczeń ma nadzieję, że to na niego wszyscy zagłosują. 08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:25 W-11 Wydział Śledczy - Na zapleczu klubu znaleziono ciało młodego chłopaka. Wygląda na to, że przed śmiercią z kimś się szałpał. Pierwszym podejrzanym jest jego kolega - haker. 12:55 Detektywi - Oskar Wilkowski jest świadkiem porwania młodego chłopaka. Okazuje się, że to żart, a sprawcą kawału jest brat porwanego. 14:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska  15:55 Sąd rodzinny - program sądowy 16:55 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 17:55 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Zielona granica - obycz., Polska, USA, Franc., Czechy, Belgia, Niemcy, Turcja, 2023 23:15 Showtime - kom., USA, 2002 01:15 Z ust do ust - kom., USA, Australia, 2005 03:00 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabolą 03:50 Usterka - poradnik 04:25 Druga strona medalu - talk-show

TVN 7
05:30 Szkoła - Błażej Rydlewicz wykrada odpowiedzi do testu na inteligencję, dzięki czemu zajmuje pierwsze miejsce wśród uczniów. Jest zadowolony, ponieważ chciał w ten sposób udowodnić, że jest lepszy od siostry, która ciągle się wywyższa. 08:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:25 W-11 Wydział Śledczy - Z okna bursy wypadła siedemnastolatka. Ślady wskazują, że została wypchnięta. W trakcie śledztwa okazuje się, że była zakochana w nauczycielu i to on staje się pierwszym podejrzanym. 12:55 Detektywi - Klientka detektywów odkrywa, że porwano jej 3-tygodniową wnuczkę...  14:55 Szpital św. Anny - serial obycz., Polska 15:55 Sąd rodzinny - program sądowy 16:55 Tajemnice miłości - serial paradokumentalny 17:55 Zagadki losu - program obycz. 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Starsky i Hutch - film, USA, 2004 22:15 Wyścig o złoto - film wojenny, Nor., 2022 00:45 Wojownicze żółwie ninja - przygod., USA, 2014 02:45 Żyjąc z potworem - historie ludzi dzielących dom z zabolą 03:35 Usterka - poradnik 04:10 Druga strona medalu - talk-show

TV 4
06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradokumentalny 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial kryminalny 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:00 Kontakt - sens., USA, 1997 02:10 Love Island. Wyspa miłości - reality show 03:10 Intervencja - magazyn reporterów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV 4
06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 14:55 Ktoś tu kłamie? 15:55 Łowcy skarbów. Kto da więcej 18:00 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 20:00 Uroczysko - serial kryminalny 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto - serial policyjny 23:00 Nagi instynkt - sensacyjny, USA, Franc., 1992 01:40 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:55 Śmierć na 1000 sposobów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje

TV Trwam
09:20 Historie animowane z Nowego Testamentu 09:45 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 10:55 Powołanie w powołaniu 11:25 Mysiąc Ojczyzna 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Katolicy a tożsamość Europy 13:05 Mateczniki Polski 13:20 Przegląd Tyg., "Niedziela" 13:30 Msza św. 14:35 Tam Ktoś jest! 15:00 Po stronie prawdy 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Z wędką nad wodę 16:35 Sól ziemi 17:05 Akademia pro-life 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Każdy maluch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Głos Polski 21:00 Apel Jasnog.



ŚWIĄTECZNE GWIAZDECZKI. Zobaczcie wyjątkowe uśmiechy, które wprowadzają w magię świąt i wspierajcie swoich faworytów!

Katarzyna Adamczyk
katarzyna.adamczyk@polskapress.pl

Przed nami Mikołajki - dzień pełen magii, radości i niespodzianek, który rozświetla zimowy czas wyjątkowym blaskiem. To właśnie w tak niezwyklej atmosferze prezentujemy Państwu Świąteczne Gwiazdeczki.

Wśród migoczących światełek, zapachu cynamonu i pierwszych prezentów pojawiają się Oni: mali bohaterowie świątecznego nastroju. To idealny moment, by wspólnie odkryć wyjątkowe dziecięce Gwiazdeczki, które już teraz podbijają serca naszych Czytelników i wprowadzają nas w najpiękniejszy czas w roku.

To także doskonała chwila, by oddać głos na swoich faworytów, tym bardziej, że na uczestników czekają naprawdę wyjątkowe nagrody: m.in. rodzinne sesje fotograficzne, vouchery na zakupy w sklepach SMYK, a w wielkim finale: wyjazdy do największego w Europie parku wodnego Suttgart, vouchery

do biura podróży i aż dwie nagrody główne po 40 000 zł każda!

Dzisiaj, z ogromną radością, przedstawiamy Państwu kolejnych uczestników naszej akcji. Poznajcie małe Gwiazdeczki, które wysunęły się na prowadzenie i już teraz zachwycają świątecznym urokiem oraz niezwykłym wdziękiem.

Głosowanie trwa, emocje rosną, a każdy oddany głos może odmienić układ tabeli i sprawić, że to właśnie Wasz faworyt zabłyśnie jeszcze mocniej.

Z okazji zbliżających się Mikołajek życzymy Państwu dużo radości, uśmiechu oraz magii, która sprawia, że ten czas staje się naprawdę wyjątkowym.

Niech ten dzień będzie pełen drobnych dobroci, ciepła i niespodzianek, takich, jakie potrafią przynieść tylko święta i... nasze uroczyste Świąteczne Gwiazdeczki!

Aktualne wyniki głosowania można znaleźć na:
www.gazeta.olsztynska.pl/gwiazdeczki

MALUSZKI do lat 2



Julia Cebula,
Elbląg



Alicja Szulc,
powiat ostródzki



Henryk Wiejak,
powiat nidzicki



Ignacy Kamiński,
powiat węgorzewski



Liliana Kulińska,
powiat iławski



Liliana Wasilewska,
Olsztyn



Lilianna Łajkowska,
powiat bartoszycki



Aram Shahbazyan,
powiat działdowski



Aurelia Mazurek,
powiat ełcki



Eliza Peterson, powiat
giżycki

DZIEWCZYNKI i CHŁOPCY od lat 2



Jagoda Kundzicz,
Olsztyn



Marcelina Tymosiak,
powiat ostródzki



Małgorzata Stasiuk,
powiat lidzbarski



Pola Behrendt,
powiat olsztyński



Kacper Pieloch,
powiat piski



Mikołaj Pomiński,
powiat szczycieński



Oliwia Filipowicz,
powiat iławski



Sandra Pryciak,
powiat kętrzyński



Marcelina Kasprzak,
powiat elbląski

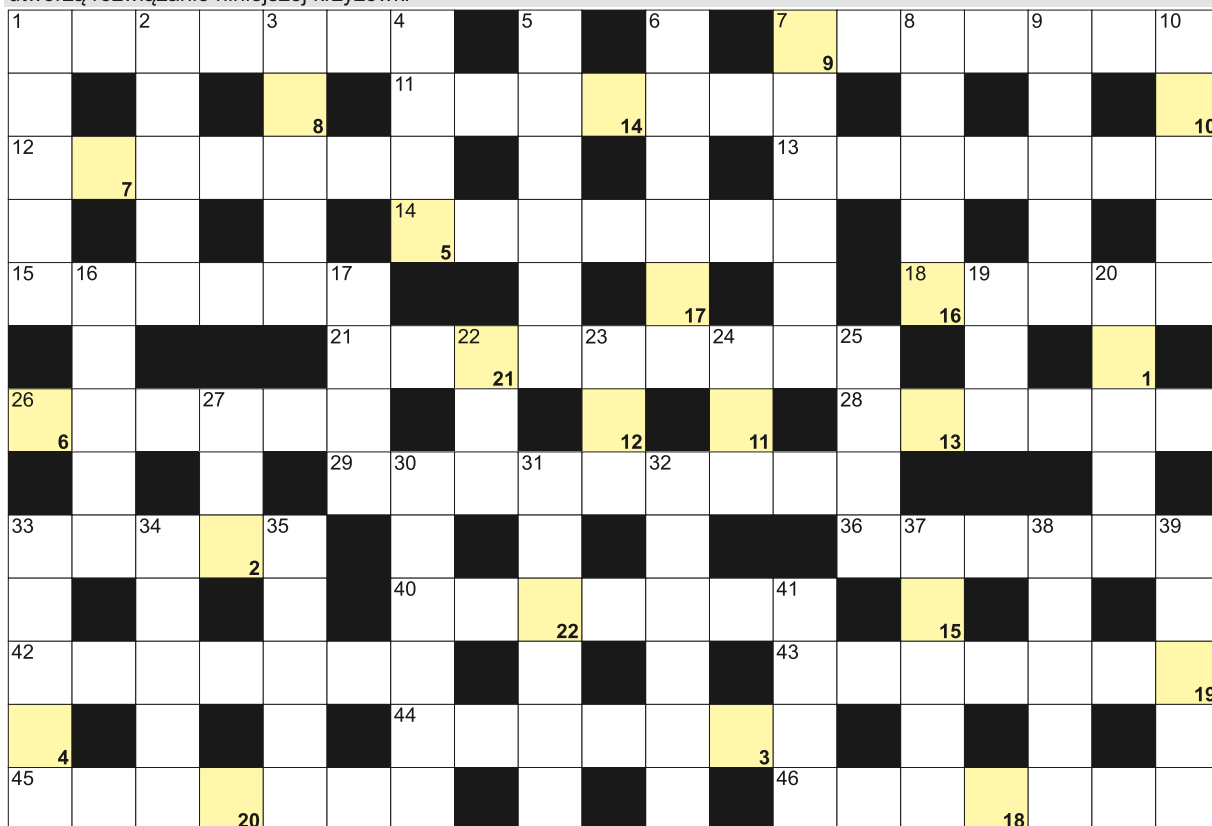


Tymon Ryszkiewicz,
powiat olecki



KRZYŻÓWKA z HASŁEM

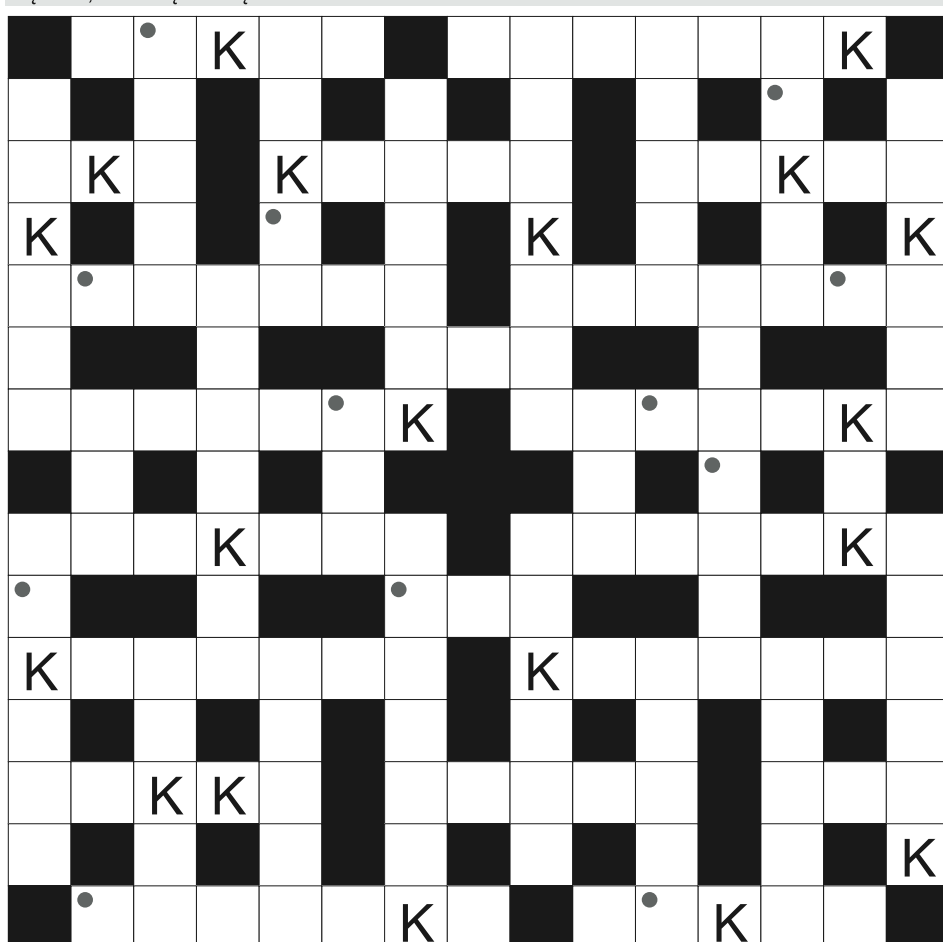
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) co rok dominikański w Gdańsku; 7) matka mitycznego Cerbera; 11) III Grimaldi, były książę Monako; 12) pieniądze wynagrodzenie za pracę; 13) arabska stolica Izraela; 14) zaburzenie płynności mowy; 15) wiązany do koszuli; 18) psi paznokieć; 21) inaczej skutki, wyniki; 26) nocna w pracy; 28) szklivo na garnku; 29) stolica Mauretanii; 33) cysterna za lokomotywą; 36) antonim eksportu; 40) wiśnia z Barbados krócej; 42) chłodny przed nocą; 43) pod oknem z doniczkami; 44) wąska i kręta na starówce; 45) murarska spaja mur; 46) odcinek mostu z podporami. **PIONOWO:** 1) polski w szkole; 2) indyjska waluta; 3) zespół Marka Grechuty; 4) Egipt lub Holandia; 5) wyspy z Okinawą; 6) inaczej ksyli, składnik węgla; 7) Hemingway, amerykański pisarz; 8) lekarski to józefek; 9) ryba do obiadu; 10) pracuje w teatrze; 16) taniec z Kuby; 17) lek z wieloryba; 19) mała Alicja; 20) "... w operze", powieść Gastona Leroux; 22) "... krwi", książka Jacka Londona; 23) kupowany w aptece; 24) Szalom, autor "Miasteczka"; 25) słynny człowiek śniegu; 27) "tak" po Czesku; 30) stolica Wysp Cooka; 31) niedokrwistość, choroba; 32) Bona ..., polska królowa; 33) "... Somosierry", pieśń Marii Konopnickiej; 34) Józef, były prymas Polski; 35) płaskowyż w Peru z rysunkami; 37) weselny Mendelssohna; 38) kopia aktu urodzenia; 39) inaczej o pulsie; 41) lek na ból.

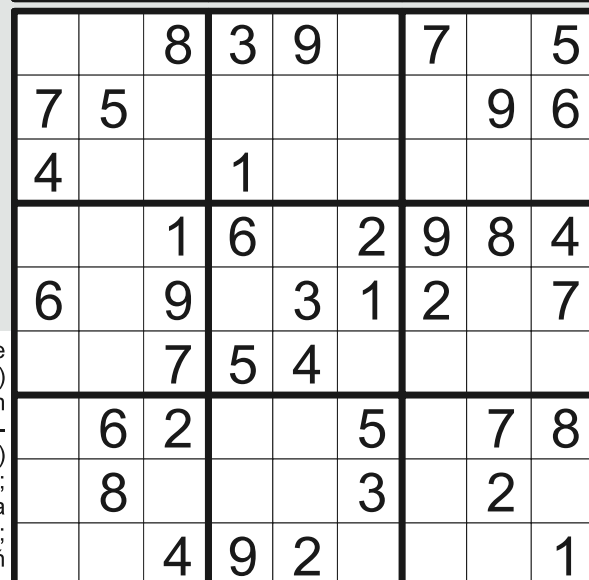
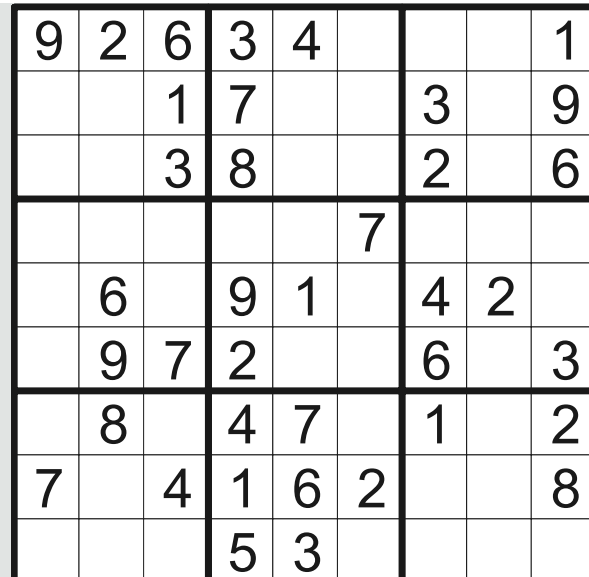
JOLKA z HASŁEM

Litery z pól z kropką czytane rzędami, utworzą rozwiązanie:



W diagramie po lewej ujawniliśmy wszystkie spółgłoski "K". Miejsce wpisu hasel do odgadnięcia. Litery z pól z kropką czytane rzędami utworzą rozwiązanie krzyżówki.

papierowy w portfelu; płynie w Mandala; japońska waluta; amerykański stan z Indianapolis; mały statek rybacki; konwersacja telefoniczna; kupisz je u pszczelarza; policjant udający cywila; szpicel; strofa wiersza; polski producent jogurtów; mazgaj, płaczek; pierwiastek Rb; w parze z brutto; rękojeść młotka, siekiery; inaczej palmojad, ptak; najwyższy szczyt Filipin; z niego słoik i butelka; ubrana kukła na wystawie; Beenhakker, były selekcjoner Polski; zakończony mankietem; kara zadawana przy konfesjonale; wiszą na nim firanki i zasłony; ... Faso ze stolicą Wagadugu; gnój, nawóz; śledcza w Sejmie lub smoleńska; w hektarze; choroba szalonych krów w skrócie; mała leśna łąka otoczona drzewami; domek na działce; Rzecznik Praw Obywatelskich; złot czarownic; włosy upięte w węzeł; przegrody w stajni; protest głodowy lub okupacyjny; ostry na drodze; Alma-..., była stolica Kazachstanu; płyta z fornirów, sklejką; TS-11, samolot treningowy; niejeden wisi w muzeum; święte miasto muzułmanów; dorosła postać motyla; były Polski bokser nazywany "Góralem".

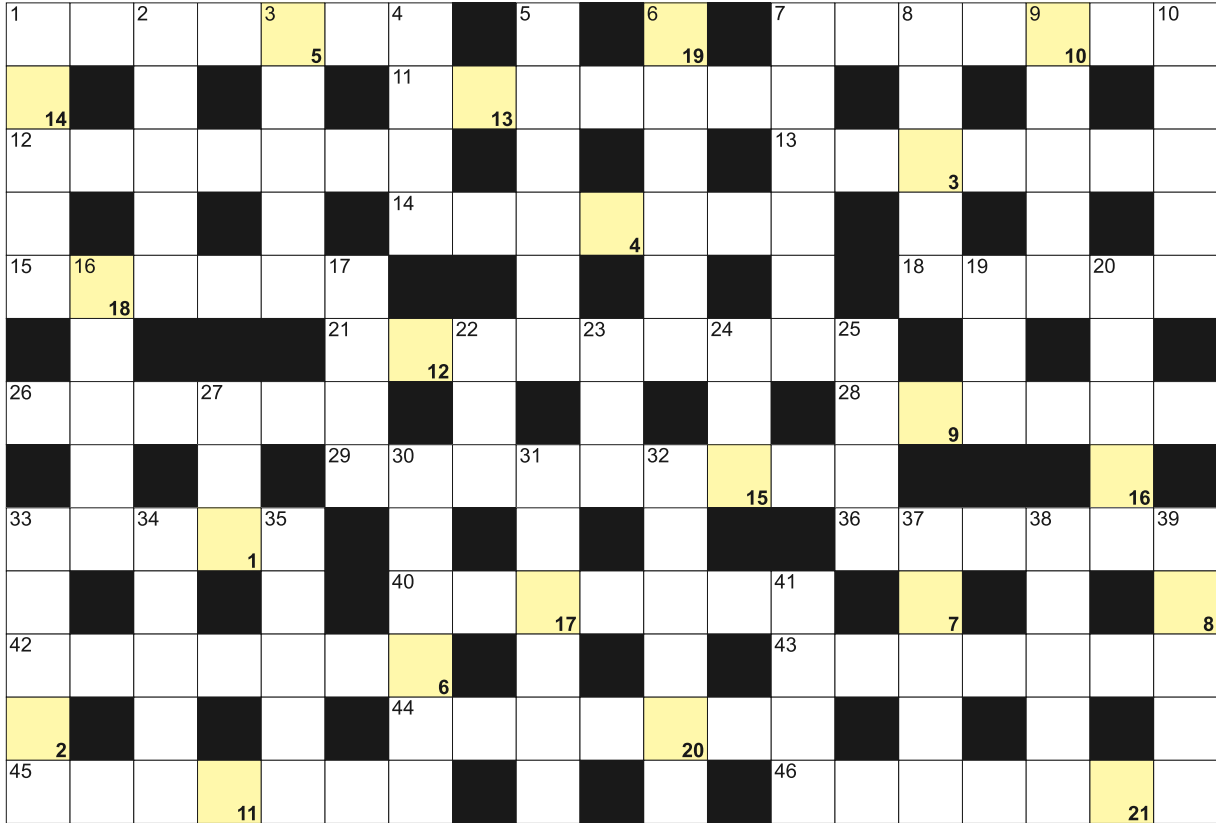


WYKREŚLANKA: znajdź 20 wyrazów luźno związanych z powietrzem. Wykreślisz je od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos. Znajdź wyrazy: wiatr, balon, lotka, ptak, samolot, dętka, pompka, gaz, tłok, wdech, eter, pogoda, okno, luft, smog, płuca, azot, jod, filtr, fale.



KRZYŻÓWKA z HASŁEM

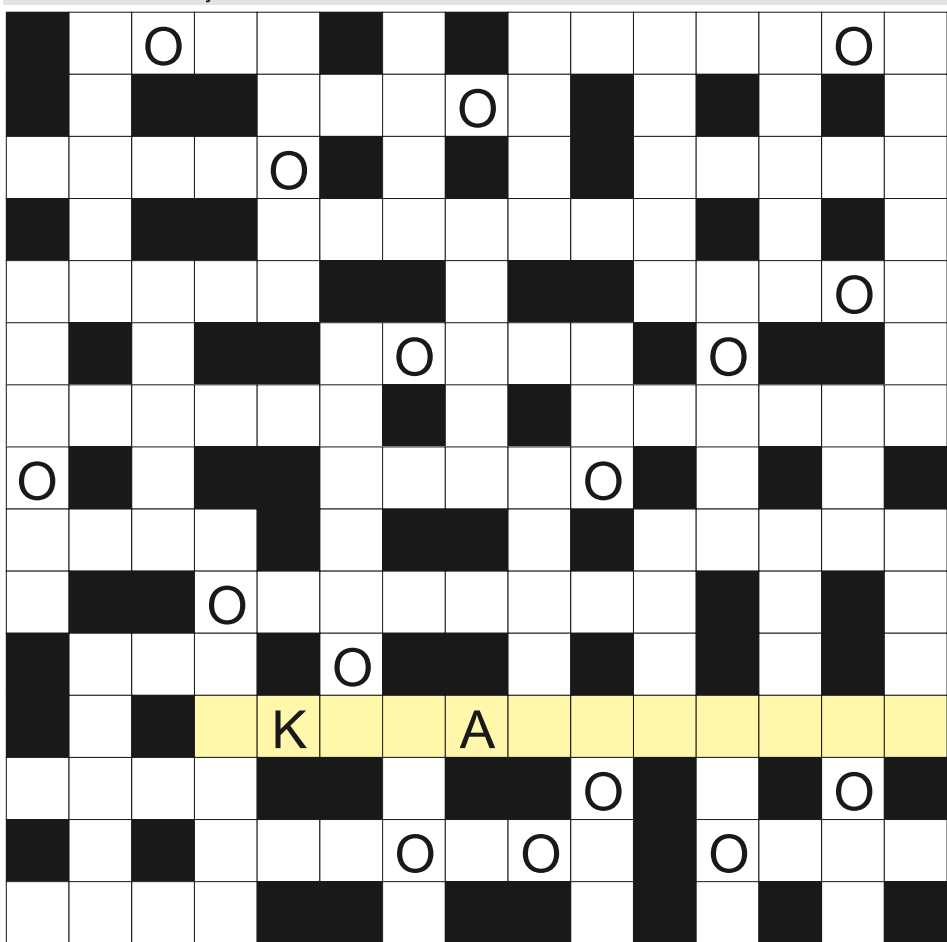
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 21 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) balustrady wzdłuż schodów; 7) stolica Dolnej Saksonii; 11) i łańcuchowa, i chemiczna; 12) zapusty w karnawale; 13) Arthur, autor "Statku pijanego"; 14) płynie przez Paryż; 15) naczynie do karmienia w chlewie; 18) William Butler, irlandzki poeta; 21) olej z kaszalota; 26) surowce do ponownego użycia; 28) mszalny opłatek; 29) "... z Bagombo", powieść Kurta Vonneguta; 33) wilcza wataha; 36) z niego olej; 40) cebula morska inaczej; 42) Kusznerewicz, żeglarz sportowy; 43) paluch koślawy, schorzenie; 44) Ewelina, postać z "Lalki" Prusa; 45) skrzynka wynajmowana na pocztę; 46) ze stolicą w Monachium. **PIONOWO:** 1) miasto Tadeusza Mazowieckiego; 2) mówca, orator; 3) przytoczony fragment tekstu; 4) grecka bogini chaosu; 5) Johnnie ..., whisky; 6) oddziela pokoje lub sąsiadów; 7) stolica Zimbabwe; 8) świtezianki inaczej; 9) przystankowa bez ścian; 10) największa z wysp Dodekanazu; 16) zespół ośmiu muzyków; 17) carduus dla botanika; 19) były mąż lub żona; 20) herbaciana kofeina; 22) pierwiastek Er; 23) czerwony kwiat polny; 24) Guevara, sławny rewolucjonista z Kuby; 25) Wielka Pustynia Indyjska; 27) pierwiastek Skłodowskiej-Curie; 30) złośliwa przymówka, przytyk; 31) zapalenie migdałków krócej; 32) Loyola, święty; 33) wyspa Pitagorasa; 34) legendarny król od Okrągłego Stołu; 35) rabat, zniżka dla hurtownika; 37) sztuczne jezioro; 38) hazardowa gra karciana; 39) więzienny pseudonim; 41) ścigał Moby Dicka w książce Hermana Melville'a.

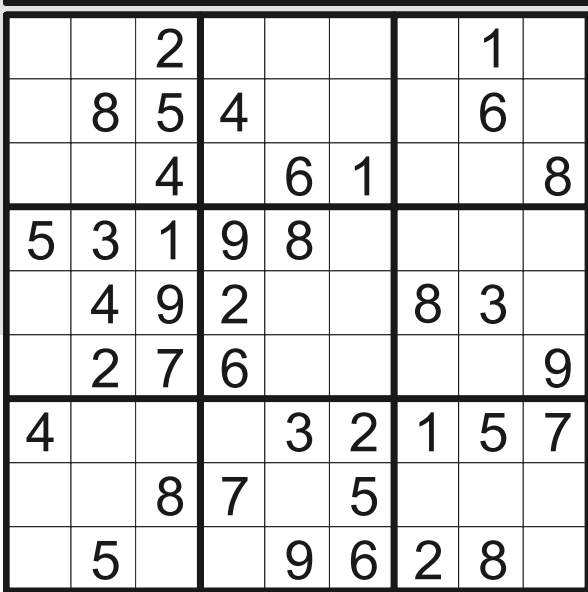
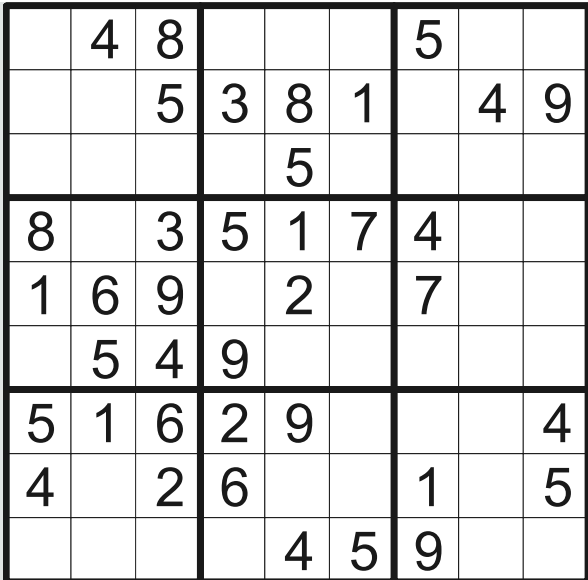
BAŚKA z HASŁEM

Hasło z kolorowych pól z literami "K" i "A" utworzy hasło:



Na diagramie ujawniliśmy wszystkie samogłoski "O". Miejsce wpisu hasła do odgadnięcia. Rozwiązaniem jest hasło z kolorowych pól czytanych poziomo.

atmosfera spotkania; śnieżna pantera; stolica amerykańskiego stanu Wisconsin; dziewiąta litera alfabetu greckiego; ostre na głowie byka; słodki ziemniak; bywa bezchmurne; jacht Leonida Teligi; pieczenie w przelęty; ptak nad kutrem rybackim; specjalista od języka i kultury Indii; Agca, strzelał do papieża; dobija do niego łódź; N dla chemika; odprowadzana przez księdza; wystaje z czołgu; twardy w komputerze; brat Prometeusza; mazidło w łóżysku; mityczny grecki bóg śmierci; ogrodzenie, parkan; niejedna wiosną na wierzbie; funt lub euro; zarabia przed kamerą; James, filmowy agent 007; Stanisław, napisał "Cyberiade"; Schröder, były kanclerz Niemiec; najwyższy szczyt Filipin; Chagall, francuski malarz; polna, wyłotowa lub mleczna; materiał na szyby; góry ze szczytem Sarametu; jej owoc to persymona; rzeka w Paderborn; śmieszny film; ulepiła Plastusia u Marii Kownackiej; złot czarownic; antidotum; Fidel Valdez, były prezydent Filipin; i Baczyński, i Norwid; dno beczki, słoika; zmagania sportowe; Herman, autor "Wilka stepowego"; włócznia, pika.



WYKREŚLANKA: znajdź 20 wyrazów związanych z żeglarskim. Wykreśl je od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos: zalew, akwen, jacht, pomost, kajuta, rzeka, szanty, kapok, wiosło, wyspa, bandera, bosman, bułaj, burta, fordek, kambuz, kurs, rejsy, marina, stanica.





Wikipedia

To, co głosi św. Jan Chrzciciel w tym fragmencie Ewangelii św. Mateusza, nie pozostawia żadnych nieudomówień. Z charakterystyczną dla siebie twardością i konkretnością, niedającą miejsca na niedopowiedzenia, staje na pustyni i woła wprost: „Nawracajcie się, bo bliskie jest królestwo niebieskie”. Jan wie, co mówi, ponieważ zna Chrystusa dobrze, wie, kim jest i czego oczekuje. Jan zdaje sobie sprawę z tego, że życie to zbyt poważna kwestia, aby je marnować na byle co, gdy stawka jest wysoka, a jest nią królestwo niebieskie. Za jego wezwaniem stoi własny wybór i styl życia, który potwierdza każde jego wypowiedziane słowo. Jan wybiera pustynię, czyli miejsce, gdzie

nie zasłania mu spraw zasadniczych. Ubiera się prosto, je to, co daje natura, nie szuka wygody, uznania, poklasku, bycia mistrzem, bo wie, że jeden jest tylko Mistrz, któremu nawet „nie jest godzien nosić sandałów”. Jan sam w sobie jest świadectwem tego, że aby żyć prawdziwie, naprawdę nie trzeba bardzo wiele. Trzeba jednak jednego – nawrócenia.

Przygotować drogę Panu

To Janowe wezwanie do nawrócenia można odczytać, interpretując je w dwóch wymiarach. Czego zatem uczy nas Jan swoją postawą i słowami? Najpierw najbardziej rzuca się to, co nazwałabym porządkiem zewnętrznym. Ewangelia pokazuje nam człowieka, który zupełnie zrezygnował z tego,

co zbędne. Nie przywiązuje się do pięknej szaty, wybornego jedzenia, wygodnego zamieszkania, nie buduje dla siebie bezpiecznej przystani ani nie szuka miejsca, gdzie mógłby żyć w bezproblemowym komforcie. Taka postawa jest z pewnością trudna pod wieloma względami, ale za to jest roztropna. Człowiek, który otacza się wciąż nowymi rzeczami, bo go na to stać, który żyje w przeładowanym domu i żyje z przeładowanym kalendarzem, łatwo gubi właściwy cel i kierunek. Cała energia idzie na utrzymanie i ochronę tego, co zgromadził. Ileż bowiem czasu trzeba poświęcić na zadbanie o rozmaite dobra materialne, ile trzeba się napracować, aby móc to utrzymać, ile wysiłku włożyć w to, aby wszystko

PROSTUJMY ŚCIEŻKI ŻYCIA

W owym czasie pojawił się Jan Chrzciciel i głosił na Pustyni Judzkiej te słowa: „Nawracajcie się, bo bliskie jest królestwo niebieskie”. Do niego to odnosi się słowo proroka Izajasza, gdy mówi: „Głos wołającego na pustyni: »Przygotujcie drogę Panu, dla Niego prostujcie ścieżki!«”. Sam zaś Jan nosił odzienie z sierści wielbłądziej i pas skórzany około bioder, a jego pokarmem były szarańcza i miód leśny. Wówczas ciągnęły do niego Jerozolima oraz cała Judea i cała okolica nad Jordanem. Przyjmowano od niego chrzest w rzece Jordan, wyznając swoje grzechy. A gdy widział, że przychodziło do chrztu wielu spośród faryzeuszów i saduceuszów, mówił im: „Plemię żmijowe, kto wam pokazał, jak uciec przed nadchodzącym gniewem? Wydadcie więc godny owoc nawrócenia, a nie myślcie, że możecie sobie mówić: »Abrahama mamy za ojca«, bo powiadam wam, że z tych kamieni może Bóg wzbudzić dzieci Abrahamowi. Już siekiera jest przyłożona do korzenia drzew. Każde więc drzewo, które nie wydaje dobrego owocu, zostaje wycięte i wrzucone w ogień. Ja was chrzczę wodą dla nawrócenia; lecz Ten, który idzie za mną, mocniejszy jest ode mnie; ja nie jestem godzien nosić Mu sandałów. On was chrzcić będzie Duchem Świętym i ogniem. Ma on wiejadło w ręku i oczyści swój omlot: pszenicę zbierze do spichlerza, a plewy spali w ogniu nieugaszonym”. **Mt 3, 1-12**

się spinało, ile zabiegów poczynić, aby utrzymać wszystkie kontakty. A Jan pokazuje, że można przecieżyć inaczej. Można nasze życie uprościć. Można zrezygnować z nadmiaru, systematycznie pozbywając się tego, co zbędne, co jest naszą kulą u nogi, nieznosnym balastem, do którego sami przed sobą nie chcemy się przyznać, gdyż bogactwo i przepych mają nam przydać ważności, lepszości i znaczenia. A czyż jednak nie jest tak, że to, co konieczne, mieści się w bardzo prostych ramach? Dlatego pierwszym krokiem w trakcie Adwentu powinno być odwrócenie się od przesady, nadmiaru, chaosu, konsumpcyjnego stylu życia, który zapełnia człowiekowi czas i głowę, a nie daje głębszego sensu, lecz tylko, jak pisze autor poczytnej książki James Wallman, przynosi „rzezaczemienie” (polecam tę książkę pod tym właśnie tytułem). Jan, człowiek prostoty, zachęca nas

właśnie do prostowania swoich ścieżek, aby przygotować drogę Panu, aby na niej Jezus nie potknął się o kolejny nasz gadżet, a może człowieka, który Go zasłania, nasze wydumane pragnienia i sztucznie wykreowane potrzeby.

Wydadcie owoc godny nawrócenia

Drugi wymiar to porządek wewnętrzny. Słowo „metanoja”, które znajdujemy w Ewangelii, nie oznacza tylko żalu za grzechy, ale oznacza również zawrót, zmianę myślenia, zmianę kierunku, głębszą przemianę. Nawrócenie to po prostu odwrócenie się od tego, co nieistotne, niekonieczne, akcydentalne, bez znaczenia, pozbawione waloru dobra. Jan nie jest czułościowy i nie nawołuje do jakiegoś przelotnego wzruszenia, pobożnościowej emocji czy wręcz dewocji, ale do decyzji, na mocy której dokonamy przemiany nas samych siłą woli, rozumu i samo-

dyscypliny, ale przede wszystkim łaski, jeśli tylko będziemy na nią otwarci. Dlatego Jan powie: „Wydadcie więc godny owoc nawrócenia”. Jan jest w tym względzie bezkompromisowy i wymagający. Owoce są widoczne, jeśli człowiek uczciwie się nawraca. To przecież widać w jego słowach, w sposobie reagowania, w relacjach, w wyborach, w tym, jak traktuje innych.

Porządek wewnętrzny nie rodzi się jednak sam. Ponieważ, jak uczy nas choćby współczesna psychologia, najpierw trzeba nazwać po imieniu to, co w nas słabe i byle jakie, co niszczy, co odbiera pokój, co rani innych. W Adwencie szczególnym narzędziem takiej pracy nad sobą jest spowiedź święta. Czytamy bowiem, że ci, którzy do Jana ciągnęli nad Jordan, wyznawali mu swoje grzechy. Spowiedź jednak nie ma rangi jednego z punktów do odhaczenia na świątecznej liście zadań, lecz jest naj-



ważniejszym momentem Adwentu, w którym warto się zatrzymać, spojrzeć uważnie na swoje życie, wyjawić swoje winy, grzechy, niedomagania i przyznać się otwarcie przed sobą i Bogiem, że faktycznie za daleko się zabrnęło. Potrzebne jest do tego i uczciwe przygotowanie, nazywane rachunkiem sumienia, i gotowość do tego, by to coś zostawić, porzucić, odwrócić się od tego i naprawić wyrządzone zło.

Jan nie owija w bawełnę

Pomagają nam w tym także rekolekcje adwentowe. Jeśli potraktujemy je serio, jako czas, w którym rzeczywiście słuchamy, a nie tylko jesteśmy pasywnie obecni, mogą stać się przestrzenią bardzo realnego nawrócenia. Uczestnicząc w nich z otwartością, jeśli tylko są dobrze przygotowane i poprowadzone, odkrywamy, gdzie są te nasze najsłabsze i najgorsze punkty, których na ogół nie chcemy ruszać, a które od dawna nas blokują.

Jan przypomina również o czujności. Nie wystarczy raz coś zmienić i potem żyć tak jak dawniej. Zwłaszcza że zło rzadko zaczyna się od jakiegoś wielkiego, spektakularnego grzechu. Najczęściej raczej od małych zgód: na obelżywe słowo, niby-niewinne kłamstwo, na toksyczne towarzystwo, na relacje, które ciągną w dół, na sytuacje, o których dobrze wiemy, że źle wróżą, na pokusy, które przeradzają się w grzech, na nawyki, które stają się nałogami. Nawrócenie to także odwrócenie się od takich okoliczności i ludzi, którzy wprowadzają w nasze życie zamęt, chaos, niejednoznaczność, agresję, która może finalnie stać się przemocą. Czasem oznacza to podjęcie bardzo konkretnych decyzji, jak na przykład ograniczenie lub zerwanie kontaktu, zaprzestanie wchodzenia w te same rozmowy, powracanie do

tych samych miejsc, które kończą się upadkiem lub wstydem. Jan nie owija w bawełnę. „Plemię zmiłowe, kto wam pokazał, jak uciec przed nadchodzącym gniewem” – tymi słowami Jan demaskuje postawę tych z nas, którzy chcieliby zachować pozory zmiany i pobożności, ale nie są gotowi na realną metanoję. Nie chcą tak naprawdę, aby nawrócenie oznaczało odwrócenie.

Pokój zakwitnie

Adwent, a szczególnie jego druga niedziela, ma też wyraźne znamie pokoju. Śpiewamy za psalmistą „Pokój zakwitnie, kiedy Pan przybędzie”. W naszej tradycji zapalona druga świeca adwentowa, zwana świecą pokoju lub betlejemską, wiąże się właśnie z pokojem. Pokój nie jest jednak uczuciem, które, jak każde uczucie, mija. Pokój to konkret, to konsekwencja porządku, o którym wspominałam. Kiedy człowiek żyje w przepelnionym domu, nawet gdy pozornie nie wygląda to na wynik zamożności, w zaniedbanych, pokaleczonych relacjach, w ciągłym napięciu, to trudno oczekiwać, że nagle poczuje spokój tylko dlatego, że zbliżają się święta. Poczuje raczej frustrację, zmęczenie, znużenie i zniechęcenie. Natomiast może doświadczyć pokoju, jeśli zrobi to, o czym mówi Jan: uprości ścieżki swojego życia na zewnątrz i zacznie porządkować swoje wnętrze. Wyrzuci to, co zbędne, oddzieli sprawy ważne od nieistotnych, przeprosi tam, gdzie trzeba, odetnie się od tego, co prowadzi do grzechu, skorzysta ze spowiedzi i rekolekcji, przygotuje się duchowo. Taki proces, choć zawsze jest bolesny i wymagający, daje w efekcie spokojniejsze sumienie, klarowniejsze myślenie, większą zgodę na siebie i akceptację bliźnich. I z tego zrodzi się prawdziwy pokój.

Pokój, trzeba nam pamiętać, nie dotyczy tylko indywidualnego wnętrza

człowieka. Ma on bowiem swoje konsekwencje społeczne, a przede wszystkim rodzinne. Gdy jeden domownik zaczyna żyć bardziej uważnie, mówi mniej raniących słów, ma odwagę przyznać się do błędu, jest mniej nerwowy, ogranicza wybuchy gniewu, to atmosfera w domu zaczyna się zmieniać. A to przed świętami i w czasie świąt jest każdemu potrzebne (po świętach też). Uporządkowane wnętrze przekłada się na cierpliwość, wyrozumiałość, łagodniejsze reakcje, większą uważność. Uproszczone życie zewnętrzne ułatwia wspólne bycie razem bez nerwów i pośpiechu, który poniża. Można powiedzieć, że tam, gdzie człowiek na serio odpowie na wezwanie Jana Chrzciciela, tam krok po kroku będzie rodzić się pokój w sercu i między ludźmi.

Tak, te dwa wymiary, na które zwraca uwagę Jan, są bardzo mocno związane z przeżyciem Bożego Narodzenia. Tam, gdzie ma się narodzić dziecko, potrzeba pokoju. Tym bardziej tam, gdzie ma się narodzić Bóg. Jeżeli Adwent minie nam tylko na zakupach, odwiedzaniu galerii handlowych, sprzątaniu, załatwianiu spraw, bez zatrzymania, bez wyciszenia, to święta będą jedynie zimowym świętem, jak to czytam w wielu życzeniach. Będzie choinka, będą prezenty, będzie nawet wigilijny stół, ale nie będzie Tego, który ma się narodzić. Nie będzie Solenizanta, którego przy tym stole mamy oczekiwać. Jeżeli natomiast na serio potraktujemy słowa Jana, jeśli odwrócimy się od tego, co nas „spycha z nieba”, wtedy naprawdę zacznie w nas dojrzewać pokój. I dopiero z takim pokojem, jakiego nie da nam świat, można stanąć przed tajemnicą Bożego Narodzenia, można spotkać się z Bogiem, który przychodzi właśnie tam, gdzie człowiek zrobił Mu miejsce.

ZDZISŁAWA KOBYLŃSKA

Relikwie św. Andrzeja do tej pory przechowywane były w Muzeum Archidiecezji Warmińskiej im. biskupa Jana Obląka. Spoczywają w relikwiarzu z końca XVII wieku, wykonanym w formie figury apostoła z atrybutem krzyża w kształcie litery X i na hebanowej podstawie. Relikwiarz ufundował biskup warmiński Michał Stefan Radziejowski, brat cioteczny króla Jana III Sobieskiego, późniejszy prymas Polski.

— Biskup Radziejowski, fundując relikwiarz, wykazał się nie tylko niezaprzeczanym smakiem estetycznym, ale przede wszystkim troską o dobro diecezji. Zagwarantować je mógł tylko święty patron, apostoł, który wypraszał łaskę dla warmińskiego ludu. To były lata niepokoju i dziejowej zawieruchy — przypomina ksiądz Marek Jodkowski, diecezjalny konserwator zabytków.

Dziś relikwie wracają do muzealnej ekspozycji do codziennego życia parafii. To właśnie proboszcz katedry ksiądz Artur Oględzki, poproszony o kilka słów komentarza, podkreśla, że nie chodzi o jednorazową uroczystość, ale o stałą obecność patrona w sercu diecezji.

— W uroczystość św. Andrzeja Apostoła relikwie zostały wystawione do publicznego kultu. Aktualnie są umieszczone w Kaplicy Adoracji, gdzie możemy modlić się przy nich każdego dnia. Jednocześnie przygotowujemy dla nich stałe, godne miejsce w naszej świątyni — mówi ksiądz Artur Oględzki, proboszcz katedry św. Jakuba w Olsztynie.

Święty Andrzej od 1243 roku patronuje diecezji warmińskiej. Z przekazu ewangelicznego wiemy, że pochodził z Betsaidy, był rybakiem i bratem Szymona Piotra. Jako pierwszy usłyszał wezwanie Jezusa, dlatego nazywany jest Protoklerosem („pierwszym powołanym”). Wcześniej był uczniem Jana Chrzciciela, to on przyprowadził do Jezusa Szymona Piotra.

RELIKWIE ŚW. ANDRZEJA APOSTOŁA JUŻ NA STAŁE W KATEDRZE

Bazylika mniejsza – konkatedra św. Jakuba Apostoła, najstarszy kościół Olsztyna, stała się w ostatnich dniach miejscem wyjątkowej modlitwy.

Po raz pierwszy w historii świątyni wystawiono jednocześnie relikwie św. Andrzeja Apostoła, głównego patrona archidiecezji warmińskiej, oraz św. Wojciecha, biskupa męczennika i patrona Polski.



Relikwie św. Andrzeja Apostoła na stałe trafiły do olsztyńskiej katedry

Po Zmartwychwstaniu głosił Ewangelię m.in. w Azji Mniejszej, Tracji i Grecji, a około 65 roku poniósł męczeńską śmierć w Patras, na krzyżu w kształcie litery X, uznając, że nie jest godzien umrzeć tak jak jego Mistrz.

Obok relikwii św. Andrzeja wystawione są w katedrze relikwie św. Wojciecha. Częstka kości męczennika spoczywa w relikwiarzu po prawej stronie prezbiterium i przypomina o związkach Warmii z początkami chrześcijaństwa w Polsce. Teraz wierni mogą modlić się jednocześnie przy relikwiach dwóch wielkich orędowników: apostoła i biskupa męczennika.

Trzecim szczególnym znakiem obecnym w katedrze jest krzyż jubileuszowy z relikwiami Krzyża Świętego, wprowadzony na rozpoczęcie roku jubileuszowego. Krzyż umiesz-

czony jest w Kaplicy Adoracji, gdzie pozostanie przez cały rok święty, a do końca grudnia relikwie męczeńską śmierć w Patras, na krzyżu w kształcie litery X, uznając, że nie jest godzien umrzeć tak jak jego Mistrz.

Na Warmii imię św. Andrzeja nosi wiele kościołów i parafii, m.in. w Barczewie, Ramsowie czy Wapniku, jednak w tych dniach sercem archidiecezji staje się olsztyńska bazylika św. Jakuba. To tutaj przed relikwiami patronów i krzyżem zawierającym część drzewa Męki Pańskiej wierni mogą powierzyć Bogu swoje sprawy osobiste, rodzinne i całą naszą ziemię warmińską.

JAN BERDYCKI

Co, gdzie, kiedy?

Olsztyńskie kina, Olsztyn

REPERTUAR HELIOS

Piątek, 5 grudnia

André Rieu. Wesolych Świąt! – 11:00
Zwierzogród 2 – mikotajkowe seanse z konkursami HDD – 15:30, 18:00
Święta z Astrid Lindgren – mikotajkowe seanse z konkursami HDD – 16:00
Mysz-Masz na święta – mikotajkowe seanse z konkursami HDD – 17:00
Mikotaj i Ekipa – mikotajkowe seanse z konkursami HDD – 17:30, 13:50
Pięć koszmarnych nocy 2 – 09:00, 13:00, 16:00, 18:30, 20:30, 21:00
Mysz-Masz na Święta – 09:00, 10:00, 11:50, 14:00
Powrót Świętego Mikołaja – 09:15
Eleanor Wspaniała – 16:00, 19:15
Brat – 20:15
Uwierz w Mikołaja 2 – 08:30, 11:30, 14:40, 20:40
Święta z Astrid Lindgren – 10:15, 11:20, 14:20
Wicked: Na dobre – 11:40
Zwierzogród 2 – 12:00, 14:10, 16:45
Dom dobry – 12:10, 19:00, 21:30
Eternity. Wybieram ciebie – 14:20
Sisu: droga do zemsty – 15:30
Norymberga – 17:15, 19:45
Piernikowe serce – 17:45, 20:50
Ministranci – 18:15
Syn przeznaczenia – 21:30
Święta z Astrid Lindgren – KNTJ – 08:45
Zwierzogród 2 – KNTJ – 11:30

Niesamowite przygody skarpetek 2. Skarpetki górą! – KNTJ – 13:30
Opowieść świąteczna – KNT – 08:45
Mysz-Masz na Święta – KNT – 10:00

REPERTUAR AWANGARDA

Piątek, 5 grudnia

„W innym świecie” - prod. Włochy : godz. 17.45 sala studyjna
„Być kochaną” - prod. Norwegia : godz. 17.45 sala klubowa
„Eleanor wspaniała” - prod. USA : godz. 18.00 sala arte
„Norymberga” - prod. USA : godz. 19.45 sala studyjna
„Dom dobry” - prod. Polska : godz. 19.45 sala klubowa
„Brat” - prod. Polska, Czechy : godz. 19.45 sala arte

REPERTUAR MULTIKINO

Piątek, 5 grudnia

Pięć koszmarnych nocy 2 – 12:30, 14:44, 15:00, 16:30, 17:30, 18:15, 19:00, 20:00, 20:45, 21:30, 22:30
Zwierzogród 2 – 14:00, 15:15, 16:15, 17:45, 18:45, 20:15, 21:15
Mysz-masz na Święta – 16:25
Mikotaj i ekipa – 10:35, 16:00
Dom dobry – 15:40, 18:05, 20:30
Norymberga – 20:15
Ministranci – 15:40, 20:35

Piernikowe serce – 12:45, 17:50
Wicked: Na dobre – 12:45, 15:29, 18:25
Brat – 18:15
Psi patrol. Pieski ratują święta – 13:15
Iluzja 3 – 21:20
Eternity. Wybieram ciebie – 13:05
Syn przeznaczenia – 15:35

5 GRUDNIA

Spektakl „Dziadek do orzechów”

Olsztyn

W Wigilię Bożego Narodzenia 7-letnia Klara otrzymuje nietypowy prezent od swojego ojca chrzestnego. Dostaje Dziadka do orzechów! Jak się tym bawić? W wyobraźni 7-letniej dziewczynki uruchamiają się kolejne przygody i bitwy, które stoczą Dziadek do orzechów z Królem Myszy a nagrodą będzie pobyt w Cukrowym Królestwie. Zadaniem Klary będzie odczarowanie swojej zabawki, by mogła stać - tak jak ona - człowiekiem z krwi i kości.
Godz. 10.45, Olsztyński Teatr Lalek, ul. Głowackiego 17.

5 GRUDNIA

Magic Christmas Concert

Olsztyn

Uwielbiane zimowe utwory wykonają wybitni, utalentowani artyści. Usłyszmy i zobaczymy na scenie Kasię Moś, Kasię Cerekwicką,

Ewelinę Lisowską, Mietka Szczecińskiego oraz Staszka Plewniaka. Wystąpi również wyjątkowo energetyczny zespół Sound and Grace oraz Orkiestra Symfoniczna CoOperate Orchestra pod batutą maestro Adama Domurata. Wydarzenie poprowadzi Basia Kurdej-Szatan, znana i lubiana aktorka oraz prezenterka telewizyjna, która wprowadzi nas w świąteczny nastrój i poprowadzi przez niezapomniane muzyczne doświadczenia, a jej charyzma i ciepło dodadzą wieczorowi wyjątkowego uroku.
Godz. 19.00, Hala Urania, Piłsudskiego 44.

6 GRUDNIA

X Warmińsko-Mazurski Festiwal Chórów i Zespołów Wokalnych

Olsztyn

X Warmińsko-Mazurski Festiwal Chórów i Zespołów Wokalnych Uniwersytetów i Akademii Trzeciego Wieku „Hej kołęda”. Celem imprezy jest pielęgnowanie tradycji śpiewania kolęd, a także prezentowanie również mniej znanych utworów związanych ze świętami Bożego Narodzenia. Festiwal cieszy się dużym zainteresowaniem wśród chórów i zespołów wokalnych uniwersytetów trzeciego wieku. W imprezie corocznie uczestniczy od kilku do kilkunastu zespołów, w tym roku akces zgłosiło 11 zespołów.
Godz. 11.00, Centrum Konferencyjno-Szkoleniowe UWM, ul. Dybrowskiego 11.

ZWIERZĘTA

sprzedam

3-miesięczne rodowodowe owczarki belgijskie groenendael tel. 509 088 678

NIERUCHOMOŚCI

sprzedam

WWW.DOMKIHOLENDER-SKIE.EU, 503-103-703

kupię

KUPIĘ mieszkanie, najlepiej do remontu. Szybka płatność gotówką, może być z problemami prawnymi lub zadłużone, POMOGĘ spłacić długi, ZAPŁACĘ 5000 zł za informację o takiej nieruchomości (jeżeli dojdzie do zakupu), tel. 514510900

PRACA

dam pracę

PRZYCHODNIA lekarska zatrudni od stycznia 2026 rejestratorkę. Zapraszam do składania CV Olsztyn ul. Dworcowa 4A tel. 89 533-56-63

ZATRUDNIĘ w gospodarstwie rolnym, 601-772-124

USŁUGI

inne

SZCIE kotder i kotdry puchowe, 665-434-450

Szukasz Klientów?
tel. 885 998 201
GAZETA OLSZTYŃSKA.

Z głębokim żalem zawiadamiamy o śmierci naszej ukochanej Mamy, Babci i Teściowej

ś. † p.

Maryny Skurpskiej

Ceremonia pogrzebowa rozpocznie się 10 grudnia 2025 r. o godz. 12.00 mszą św. żałobną w parafii ewangelicko-augsburskiej przy ul. Stare Miasto 1 w Olsztynie, po której nastąpi wyprowadzenie na cmentarz komunalny przy ul. Poprzecznej w Olsztynie.

Zamiast kwiatów prosimy o datki na wsparcie leczenia przyjaciela rodziny (numer konta parafii ewangelicko-augsburskiej PL: 33 1020 3541 0000 5002 0090 6149).

W imieniu pogrążonej w żalobie rodziny córka, wnuczka i zięć

1375250pb1-a-M

Krzysztofowi Wasilewskiemu

wyrazy współczucia z powodu śmierci Mamy

składają członkowie klubu Bursztyn

18250tb1-a-M

Dyrektorowi

Waldemarowi Królikowskiemu

oraz

Rodzinie i Najbliższym

wyrazy głębokiego współczucia z powodu śmierci

Siostry

składają koledzy i koleżanki z Zarządu Dróg Wojewódzkich w Olsztynie

1373250pb1-a-M



JUŻ OTWARTE!

DOM POGRZEBOWY OLSZTYN-DYWITY

USŁUGI POGRZEBOWE • pogrzeby urnowe od 4800 zł

OFERUJEMY:

- * kremację w naszym krematorium
- * salę pożegnań z możliwością organizacji mszy pogrzebowej
- * nowoczesną chłodnię
- * trumny, urny
- * limuzynę pogrzebową marki Mercedes

Dom Pogrzebowy i Krematorium Drejka, Olsztyn, ul. Wadąska 50, tel. 48 731 108 108, e-mail: dompogrzebowy.olsztyn@gmail.com



312250tr-d-G



GDZIE JEST OLSZTYŃSKI SUFIT?

SIATKÓWKA Po środowym zwycięstwie nad Treflem LUK zepchnął Indykpol AZS z drugiego miejsca w tabeli, a terminarz się tak ułożył, że w sobotę oba te zespoły zmierzą się w Lublinie. Jeśli olsztynianie nie zapunktują, mogą spaść nawet na 6. miejsce.

W 9. kolejce Skra przegrała 0:3 w Rzeszowie, w efekcie Indykpol AZS jest jedynym klubem w PlusLidze, który zapunktował w każdym meczu obecnego sezonu. Jeśli w sobotę podopieczni Daniela Plińskiego zrobią to znowu, wtedy stanie się jasne, że są w stanie powalczyć o wielkie cele w obecnych rozgrywkach. Jeśli natomiast przegrają 0:3 lub 1:3, wtedy mogą spaść - w najgorszym wypadku - nawet na szóste miejsce. Ważne, by nie spaść niżej, bo czołowa szóstka (po pierwszej rundzie) zagra w turnieju finałowym Pucharu Polski (10-11 stycznia w Tauron Arenie w Krakowie).

Przed wyjazdem do Lublina ogłoszono, że Jakub Ciunajtis zostaje w Indykpolu AZS Olsztyn do 2028 roku! Ciunajtis urodził się 6 sierpnia 1998 roku w Ornece, a pierwsze siat-

karskie kroki stawiał pod okiem trenera Sergiusza Salskiego. Wychowanek olsztyńskiego klubu, który właśnie zalicza szósty rok w PlusLidze, wielokrotnie udawał, że można na niego liczyć w trudnych sytuacjach. Obecny sezon jest jednak dla niego wyjątkowy, bo wywalczył miejsce w podstawowym składzie i przewodzi ligowemu rankingowi broniących - ma na swoim koncie 114 obron, co daje średnio 3,08 obrony na set. - O pozostaniu na kolejne dwa lata zdecydowało kilka czynników: przede wszystkim bardzo dobry sztab trenerski oraz coraz lepsi zawodnicy. Coraz lepiej wygląda również cała otoczka wokół klubu - nie tylko to, co dzieje się wewnątrz, ale również to, co na zewnątrz. Panuje tu świetna atmosfera, a kibice są wspaniali. Mamy jedną z najlepszych frekwencji w lidze. Olsztyn jest jednym



Fot. materiały prasowe

Jakub Ciunajtis zostaje w Indykpolu AZS Olsztyn do 2028 roku

z najlepszych miejsc w Polsce do gry w siatkówkę - nie ma wątpliwości Ciunajtisa. - Poza tym wierzę, że jesteśmy w stanie utrzymać obecny poziom i sprawiać kolejne niespodzianki. Agdzie jest nasz sufit? Przekonamy się po sezonie.

Natomiast w Lublinie wszyscy są pewni, że ich sufit jest zawieszony bardzo wysoko - w poprzednim sezonie LUK sięgnął przecież po mistrzostwo Polski i triumfował w Challenge Cup. Szefowie klubu przy-

znają, że takich sukcesów w tak krótkim czasie nie zakładali, ale teraz muszą sprostać kolejnym wyzwaniom, m.in. grze w Lidze Mistrzów.

Po odejściu włoskiego trenera Massimo Bottiego, który miał znaczący wpływ na postępy drużyny w dwóch ostatnich latach, do Lublina przyszedł Stephane Antiga. Francuz przyznał, że istotny wpływ na jego decyzję o podjęciu tej pracy miał fakt, że kadra w dużej mierze pozostała bez zmian. - Ważne jest, aby zespół miał dobre fundamenty. Na pewno motorem napędowym jest Wilfredo Leon, który jest kluczową postacią nie tylko pod względem poziomu gry, ale też wszystkich aspektów związanych z marketingiem. Dzięki niemu klub bił rekordy frekwencji na trybunach, bo praktycznie wszystkie mecze Bogdanka LUK rozgrywała przy

pełnych trybunach - powiedział francuski szkoleniowiec.

BOGDANKA LUK LUBLIN

>>> **rozgrywający:** Marcin Komenda, Rafał Prokopczuk
>>> **przyjmujący:** Hilir Henno (Francja), Wilfredo Leon, Jakub Wachnik, Jackson Young (Kanada)
>>> **atakujący:** Mateusz Malinowski, Kewin Sasak
>>> **środkowi:** Aleks Grozdnow (Bułgaria), Daenan Gyimah (Kanada), Fynnian McCarthy (Kanada), Maciej Zając
>>> **libero:** Maciej Czyrek, Thales Hoss (Brazylia)
>>> **trener:** Stephane Antiga

• **Wyniki meczów zaległych:**
PGE GiEK Skra Bełchatów - Aluron CMC Warta Zawiercie 3:1 (28:26, 27:29, 28:26, 25:18), Bogdanka LUK Lublin - Energa Trefl Gdańsk 3:1 (25:17, 25:18, 27:29, 25:20)
• **10. kolejka, piątek:** InPost ChKS Chełm - Energa Trefl Gdańsk (20); Aluron CMC Warta

Zawiercie - Ślepsk Małow Suwałki (12.30), Steam Hemarpol Politechnika Częstochowa - PGE Projekt Warszawa (14.45), JSW Jastrzębski Węgiel - Asseco Resovia Rzeszów (17.30), Bogdanka LUK Lublin - Indykpol AZS Olsztyn (20); niedziela: ZAKSA Kędzierzyn-Koźle - Cuprum Stilon Gorzów (14.45), PGE GiEK Skra Bełchatów - Barkom Każany Lwów (20).

ARTUR DRYHNYCZ

PLUSLIGA

1. Warta	12*	24	29:17
2. LUK	10	22	26:14
3. Indykpol AZS	10	22	27:15
4. Skra	9	21	23:12
5. Resovia	9	20	23:11
6. Projekt	9	19	21:10
7. Trefl	9	12	19:20
8. Jastrzębski	9	12	17:19
9. ZAKSA	8	11	18:19
10. Barkom	9	10	17:22
11. Stilon	10	7	12:28
12. Chełm	9	6	9:24
13. Częstochowa	9	5	11:26
14. Ślepsk	8	4	8:23

* liczba rozegranych meczów

BRAK KOMFORTU RÓWNA SIĘ LEPSZE WYNIKI...



W Polsce powoli żegnamy się z piłką nożną w ligowym wydaniu. Zawsze przerwa w rozgrywkach ekstraklasy czy innych lig była dla mnie, człowieka urodzonego w Londynie, czymś więcej niż dziwnym. W Anglii bowiem rozgrywki trwają świętek, piątek, czyli nawet w drugi dzień świąt Bożego Narodzenia i w... sylwestra! Ja akurat jestem przeciwnikiem gry w święta Narodzenia Chrystusa, bo co boskie, to Bogu, a co cesarskie, to cesarzowi. Chodzi mi jednak o to, że Wielka Bryta-

nia to nie Włochy, Hiszpania czy Portugalia z ich ciepłym klimatem - jest tam zimno jak w Polsce, a do tego znacznie bardziej deszczowo (Londyn, obok Brukseli, ma największą liczbę dni deszczowych wśród europejskich aglomeracji, choć stolica Królestwa Belgii jednak więcej, bo około 250 w ciągu roku). Zatem angielscy futboliści grają mecze, podobnie jak Niemcy, mający bardzo zbliżone warunki atmosferyczne do naszych, w trakcie pełni kalendarzowej zimy. A Polacy nie. Dobrze to czy źle? Nie brakuje głosów, że niedobrze, bo polska piłka nożna traci zbyt wiele dni meczowo-treningowych w roku, a sezon jest de facto krótszy niż w wielu innych ligach. Nie będę tu pisał rozprawki o wpływie „ocieplenia klimatycznego na sezon piłkarski”, ale będąc daleki od

ideologizowania tego tematu, choć to teraz modne i wręcz nachalnie promowane, stwierdzę tylko, że za mojej i części z Państwa młodości zimy były rzeczywiście dłuższe i dużo bardziej siarczyste niż obecnie. Teraz pogoda bardziej niż parę dekad temu sprzyja piłkarzom. Rzecz dotyczy jednak nie tylko futbolu, ale także chociażby żużla. Nie chodzi tu jednak oczywiście o zimę, bo wtedy żużlowcy, rzecz jasna, nie jeżdżą. Chodzi o fakt, że w Polsce odwołuje się szereg meczów, bo... spadł deszcz. Zawodnicy nie chcą jeździć, bo jest bardziej niebezpiecznie, a na pewno mniej komfortowo. Tyle że w tych samych warunkach, a często jeszcze gorszych (i to znacznie!), speedway „odjeżdża” mecze w Anglii. To, co przeszkadza w Polsce, nie przeszkadza

w Wielkiej Brytanii. Później efekty są takie, że Anglicy czy Australijczycy radzą sobie w każdych warunkach i na każdych torach (także, uwaga, tych jednorazowych) niezależnie od pogody. To właśnie dlatego między innymi Biało-Czerwoni nigdy w historii nie zdobyli złotego medalu w Speedway of Nations. Bartosz Zmarzlik jeszcze w tym roku wyrwał Brady'emu Kurtzowi z Australii (trzeci był Dan Bewley z Anglii) tytuł mistrza świata, wygrywając po raz szósty w historii i wyrównując osiągnięcie Nowozelandczyka Ivana Maugera i aroganckiego Szweda Tony'ego Rickardsona, ale Polacy przegrali w tym sezonie, i to wyraźnie, rywalizację drużynową. To pokazuje, że warto grać i jeździć w trudnych warunkach, skoro robią to inni...

RYSZARD CZARNECKI

REKLAMA

Największa Hurtownia Odzieży w Olsztynie

Olsztyn, ul. Wyszyńskiego 7
tel. 89 534 63 52

www.gracjaolsztyn.pl



**Z tym
kuponem kupisz
bez marży***
Oferta ważna
do 20 grudnia 2025 r.

Hurtownia
wprowadziła
na stałe

sprzedaż detaliczną

Serdecznie zapraszamy
• pon.-pt. 9.00-17.00
• sob. 9.00-15.00

* Do zakupu bez marży uprawniona tylko kupon z papierowego wydania gazety.



3XW: WYCIĄĆ, WYPEŁNIĆ, WYSŁAĆ

PLEBISCYT Kończy się kolejny tydzień głosowania na sportowych bohaterów mijającego roku. 31 stycznia na tradycyjnym balu w hotelu Omega ogłosimy nazwiska złotej dziesiątki, zwycięzców kategorii sms-owych oraz Trenera, Działacza i Sponsora Roku.

1. Na kuponach wpisujemy TYLKO sportowców umieszczonych na liście kandydatów (publikujemy ją powyżej).

2. Koniecznie trzeba wpisać 10 sportowców - kupony z mniejszą liczbą nazwisk lub ze sportowcami spoza listy nie będą uwzględniane przy liczeniu. Oczywiście na jednym kuponie nie można jednego kandydata wpisywać więcej niż raz. Można natomiast wypełnić nieograniczoną liczbę kuponów!

3. W jednej kopercie można nadsyłać wiele kuponów! Jest to nawet wskazane, bo nie ma sensu każdego kuponu wysłać winnej kopercie, bo to tylko oznacza niepotrzebne koszty.

4. Po zakończeniu głosowania kuponowego do dalszego etapu plebiscytu awansuje czołowa dwudziestka. Zwycięzca tego głosowania otrzyma 20 punktów, a następni kolejno 19, 18, 17... I tak do 20. miejsca, za które kandydat otrzyma 1 punkt.

5. Na najpopularniejszych sportowców województwa głosujemy także sms-owo (oczywiście obowiązuje ta sama lista). W treść sms-a trzeba jedynie wpisać specjalny kod przydzielony wybranemu przez nas kandydatowi. Po zakończeniu głosowania SMS-owego do dalszego etapu także awansuje czołowa dwudziestka. Tu także zwycięzca także otrzyma 20 punktów, a następni kolejno 19, 18, 17... Sms-y wysyłamy na numer 73601 (3,69 zł brutto).

6. Sportowcy - wybrani w głosowaniu kuponowym i SMS-owym - utworzą nową - krótszą listę kandydatów, z której swoją dwudziestkę wybierze z kolei Kapituła Plebiscytu. Zasady punktacji są takie same, jak w dwóch poprzednich przypadkach, tzn. zwycięzca dostanie 20 punktów, a każdy kolejny jeden punkt mniej.

7. Skład „złotej” dziesiątki poznamy po zsumowaniu wyników głosowania kuponowego, SMS-owego i Kapituły. Czyli zwycięzca plebiscytu może maksymalnie zdobyć 60 punktów (3x20).

>>> Uwaga, w razie takiej samej liczby punktów wyższe miejsce zajmie ten kandydat, który osiągnie lepszy wynik w głosowaniu kuponowym.

Głosowanie zakończy się 11 stycznia o północy, natomiast złotą plebiscytową dziesiątkę oraz zwycięzców kategorii sms-owych ogłosimy 31 stycznia na Balu Sportowca w Hotelu Omega.

PLEBISCYTOWI KANDYDACI

Abramowski Tymoteusz (rajdy samochodowe, Abram Racing) **go.nsr.1**

Augusto Joao (piłka nożna, Concordia Elbląg) **go.nsr.2**

Banasiewicz Magdalena (lekka atletyka, Sokół Węgorzewo) **go.nsr.3**

Barwińska Agata (żeglarsstwo, MOS SSW Iława) **go.nsr.4**

Binięda Adam (rajdy samochodowe, AF Motorsport) **go.nsr.5**

Bukowiecki Konrad (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.6**

Bulik Grażyna (lekka atletyka, Iława Biega) **go.nsr.7**

Burczyński Michał (bojery, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.8**

Ciborowski Mateusz (koszykówka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.9**

Cichocki Karol (piłka ręczna, Aqua-Instal Jeziorak Iława/Jedynka Kodo Morąg) **go.nsr.10**

Cichocki Piotr (żeglarsstwo, AKS OSW Olsztyn) **go.nsr.11**

Ciesielski Kacper (podnoszenie ciężarów, Nida Nidzica) **go.nsr.12**

Cytlak Artur (lekka atletyka, Polonia Pastek) **go.nsr.13**

Dolecki Marcin (kick boxing, Gładus Ostróda) **go.nsr.14**

Durma Adrian (kick boxing, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.15**

Durma Adrian (kick boxing, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.15**

Durma Adrian (kick boxing, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.15**

Durma Adrian (kick boxing, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.15**



Fot. PAP/Grzegorz Michałowski

W tym roku Szymon Piątkowski (z prawej) stanął na podium mistrzostw Polski, Europy, świata i uniwersjady!

Dyjas Jakub (tenis stołowy, Dekorglass Działdowo) **go.nsr.16**

Dzido Piotr (piłka ręczna, Warmia Energa Olsztyn) **go.nsr.17**

Engel Beata (kung-fu, Olsztyńska Szkoła Chińskich Sztuk Walki Shaolin) **go.nsr.18**

Fiedorowicz Marcin (piłka nożna, Znicz Biała Piska/Stomil Olsztyn) **go.nsr.19**

Fryc Oskar (wioślarstwo, Wir Iława) **go.nsr.20**

Głab Aleksander-Kuleszo (żeglarsstwo, Nauticus Olsztyn) **go.nsr.21**

Głogowski Adam (żeglarsstwo, Nauticus Olsztyn) **go.nsr.22**

Golks Wojciech (piłka ręczna, Jedynka Kodo Morąg) **go.nsr.23**

Górnaś-Grudzień Olga (żeglarsstwo, AKS OSW Olsztyn) **go.nsr.24**

Górczyński Kacper (rugby, Rugby Team Olsztyn) **go.nsr.25**

Grabińska Klaudia (piłka ręczna, Start Elbląg) **go.nsr.26**

Graczyk Robert (bojery, Mazurski Klub Żeglarski Mikołajki) **go.nsr.27**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzebski Dariusz (biegi ekstremalne, Nidzica) **go.nsr.28**

Grzyb Marek (lekka atletyka, Masters Olsztyn) **go.nsr.29**

Hadrava Jan (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn) **go.nsr.30**

Hawryluk Kuba (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn) **go.nsr.31**

Hotowczyc Krzysztof (samochodowe rajdy terenowe, FosfoPower) **go.nsr.32**

Jabłońska Paulina (kick boxing, Olimpia Nowe Miasto Lubawskie) **go.nsr.33**

Jabłoński Karol (bojery, Olsztyński Klub Żeglarski) **go.nsr.34**

Jarkowska Aleksandra (tenis stołowy, English Perfect AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.35**

Jastrzębowska Monika (gimnastyka sportowa, UKS SMS Olsztyn) **go.nsr.36**

Kapała Bartosz (pływanie, Kormoran Olsztyn) **go.nsr.37**

Karlitzek Moritz (siatkówka, Indykpol AZS Olsztyn) **go.nsr.38**

Kawczyński Przemysław (sporty siłowe, Olsztyn) **go.nsr.39**

Kijewski Karol (lekka atletyka, Jurand Szczytyno) **go.nsr.40**

Klein Samanta (kick boxing, Zamek Expom Kurzętnik) **go.nsr.41**

Kotakowski Piotr (kick boxing, Zamek Expom Kurzętnik) **go.nsr.42**

Komorowski Igor (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.43**

Kowalewicz Maciej (strzelectwo sportowe, Gwardia Olsztyn) **go.nsr.44**

Kowzan Mateusz (kick boxing, Elbląski Klub Karate) **go.nsr.45**

Kryński Andrzej (piłka ręczna, Jedynka KODO Morąg) **go.nsr.46**

Kuś Anastazja (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.47**

Kuś Anastazja (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.47**

Kotakowski Piotr (kick boxing, Zamek Expom Kurzętnik) **go.nsr.42**

Komorowski Igor (kajakarstwo, Silvant Kajak Elbląg) **go.nsr.43**

Kowalewicz Maciej (strzelectwo sportowe, Gwardia Olsztyn) **go.nsr.44**

Kowzan Mateusz (kick boxing, Elbląski Klub Karate) **go.nsr.45**

Kryński Andrzej (piłka ręczna, Jedynka KODO Morąg) **go.nsr.46**

Kuś Anastazja (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.47**

Lewalski Kacper (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.48**

Lichacz Roman (kung-fu, Olsztyńska Szkoła Chińskich Sztuk Walki Shaolin) **go.nsr.49**

Lisowska Aleksandra (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.50**

Makowski Łukasz (mieszane sztuki walki, Arrachion Iława) **go.nsr.51**

Marcinkiewicz Maciej (wyścigi samochodowe, M Action) **go.nsr.52**

Marszelewska Joanna (lekka atletyka, Jurand Szczytyno) **go.nsr.53**

Maruszak Lena (jeździectwo, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.54**

Mederski Albert (kick boxing, Olimpia Nowe Miasto Lubawskie) **go.nsr.55**

Michałowska Julia (lekka atletyka, Jurand Szczytyno) **go.nsr.56**

Mielczarek Alicja (lekka atletyka, Schulo Team Działdowo) **go.nsr.57**

Milewski Wojciech (koszykówka, Roś Pisz) **go.nsr.58**

Mróz Krystian (sporty siłowe, Olsztyn) **go.nsr.84**

Nowakowski Adam (piłka ręczna, Silvant Handball Elbląg) **go.nsr.59**

Olszewski Łukasz (triathlon, Działdowo) **go.nsr.60**

Pelak Jan (Muay Thai, Jinchuuriki Gym Olsztyn) **go.nsr.61**

Piątkowski Szymon (taekwondo olimpijskie, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.62**

Pieczkowski Olaf (tenis, LOTTO PZT Team/KT Jakubowo Olsztyn) **go.nsr.63**

Piekarski Szymon (wioślarstwo, MOS Elłk) **go.nsr.87**

Pietrzak Hubert (podnoszenie ciężarów, Nida Nidzica) **go.nsr.64**

Prawdź Karol (sporty siłowe, KPP Gołdap) **go.nsr.65**

Pszczółkowski Paweł (biegi, Pszczółkowski Team) **go.nsr.66**

Ruciński Kacper (lekka atletyka, Jurand Szczytyno) **go.nsr.67**

Semik Jakub (piłka ręczna, Aqua-Instal Jeziorak Iława) **go.nsr.68**

Sendlewski Kacper (futsal, Constract Lubawa) **go.nsr.85**

Siatkowski Daniel (rajdy samochodowe, TVN Turbo Rally Team) **go.nsr.69**

Skórnoń Magdalena (żeglarsstwo, Nauticus Olsztyn) **go.nsr.70**

Skrzyński Piotr (lekka atletyka, Masters Olsztyn) **go.nsr.71**

Staniszewski Zbigniew (rallycross, Staniszewski Team) **go.nsr.72**

Stawiak Mateusz (koszykówka, Energa Basketball Elbląg) **go.nsr.73**

Strączek Krystian (piłka ręczna, Szczypiorniak Olsztyn) **go.nsr.74**

Tyrolski Grzegorz (lekka atletyka, Truso Elbląg) **go.nsr.75**

Wikłacz Jakub (mieszane sztuki walki, UFC) **go.nsr.76**
Wysoczańska Iga (lekka atletyka, Jurand Szczytno) **go.nsr.77**
Zakrzewski Łukasz (bojery, Mazurski Klub Żeglarski Mikołajki) **go.nsr.78**
Zakrzewski Tomasz (bojery, Mazurski Klub Żeglarski Mikołajki) **go.nsr.79**
Zalewski Karol (lekka atletyka, AZS UWM Olsztyn) **go.nsr.80**
Zaluska Nadia (karate, Olsztyński Klub Kyokushin Karate) **go.nsr.81**
Zawada Sławomir (lekka atletyka, Dobre Miasto) **go.nsr.82**
Zduniak Jakub (wioślarstwo, MOS Ełk) **go.nsr.86**
Żachowski Tymoteusz (podnoszenie ciężarów, Meyer Elbląg) **go.nsr.83**

Plebiscytowi tradycyjnie towarzyszy kilkanaście kategorii sms-owych. Jak sama nazwa mówi, głosujemy w nich tylko sms-owo, więc na przykład kandydata do tytułu Piłkarz Roku prosimy nie wpisywać na plebiscytowych kuponach. Sms-y wysyłamy na numer 73601 (3,69 zł brutto), w treść wpisując jedynie specjalny kod przydzielony każdej kandydaturze, a głosowanie zakończy się 11 stycznia o północy. Uwaga! Wszystkie listy są otwarte, więc jeśli uznacie, że kogoś na nich brakuje, piszcie śmiało na sport@gazetaolsztynska (mile widziane krótkie uzasadnienie, tyle że bierzemy pod uwagę jedynie sukcesy odniesione w 2025 roku).

PIŁKARZ ROKU

Arthur Alisa (Stomilanki Olsztyn) **go.plr.1**
Augusto Joao (Concordia Elbląg/GKS Wiekielec) **go.plr.2**
Bogacka Maja (AZS UWM High Heels Olsztyn) **go.plr.3**
Dymiński Paweł (Rominta Gołdap) **go.plr.4**
Dziadosz Dawid (Mamry II Giżycko) **go.plr.5**
Dzikowski Bartosz (DKS Dobre Miasto) **go.plr.6**
Fiedorowicz Marcin (Znicz Biała Piska/Stomil Olsztyn) **go.plr.7**
Graczyk Kamil (Wąsza Pieniężno) **go.plr.8**
Jajkowski Mateusz (GKS Wiekielec) **go.plr.9**

Kaplewski Dawid (Victoria Bartoszyce) **go.plr.10**
Karłowicz Piotr (Tęcza Biskupiec) **go.plr.11**
Kleczkowski Patryk (Mamry Giżycko) **go.plr.12**
Klimek Alan (Drwęca Nowe Miasto Lubawskie) **go.plr.13**
Koć Igor (Pisa Barczewo) **go.plr.14**
Kompanowski Patryk (Mazur Wydminy) **go.plr.15**
Kordykiewicz Oskar (Olimpia Elbląg) **go.plr.16**
Kozicki Grzegorz (Gwardia Szczytno) **go.plr.17**
Libudzki Mariusz (Pogoń Ryn) **go.plr.18**
Małanowski Patrycjusz (Błękitni Pasym) **go.plr.19**
Maruszak Dawid (Naki Olsztyn) **go.plr.20**
Masiak Szymon (Start Nidzica) **go.plr.21**
Miliszewski Andrzej (Czarni Olecko) **go.plr.22**
Molski Hubert (Mazur Ełk) **go.plr.23**
Nowicki Kacper (Sokół Ostróda) **go.plr.24**
Ptak Rafał (Mazur Pisz) **go.plr.25**
Radzikowski Konrad (Mazur Ełk) **go.plr.26**
Radzki Hubert (DKS Dobre Miasto) **go.plr.27**
Różowicz Mateusz (GKS Stawiguda) **go.plr.28**
Sęk Sebastian (MKS Ruciane-Nida) **go.plr.29**
Skonieczka Mateusz (Mamry Giżycko) **go.plr.30**
Stowicki Krystian (Rominta Gołdap) **go.plr.31**
Sobolewski Cezary (Polonia Lidzbark Warmiński) **go.plr.32**
Sut Wojciech (Pojezierze Prostki) **go.plr.33**
Swacha-Sock Marcin (Grani-ca Kętrzyn) **go.plr.34**
Szenfeld Mateusz (Mrągowia Mrągowo) **go.plr.35**
Szypulski Sebastian (Tęcza Biskupiec) **go.plr.36**
Świderski Michał (Znicz Biała Piska) **go.plr.37**
Talaga Piotr (Śniardwy Orzysz) **go.plr.38**
Wierzbowski Daniel (Cresovia Górowo Iławeckie) **go.plr.39**
Wolak Łukasz (Zatoka Braniewo) **go.plr.40**
Wołowik Michał (MKS Kor-sze) **go.plr.41**
Żwir Karol (Stomil Olsztyn) **go.plr.42**

BIEGACZ ROKU

Adamczyk Aleksandra (Wrzesina, Pszczółkowski Team) **go.br.1**
Adasiewicz Julia (Giżycko) **go.br.2**
Ambroziak Marcin (Ryn) **go.br.3**
Baranowska-Jacewicz Wanda (BBL Olsztyn) **go.br.4**

Bartczak Marcin (Bisztyniek, Drużyna ML) **go.br.5**
Bartnicka Celina (Nikielkowo, MJ Run Team/Nikielkowo Team) **go.br.6**
Bernaciak Dominik (Lidzbark Warmiński, Góral Z Mazur Running Team) **go.br.7**
Białousz Izabela (Olsztyn, Pszczółkowski Team) **go.br.8**
Błaut Damian (Ostróda, Run Goku Team) **go.br.9**
Bronakowski Piotr (Olsztyn, PersonalTriathlon.pl) **go.br.10**
Bukowska-Ptak Beata (Biskupiec, Sparta) **go.br.11**
Bystrzycki Radosław (Dobre Miasto, Pszczółkowski Team) **go.br.12**
Chodara Roman (Runners Team Kętrzyn) **go.br.13**
Cyganski Tomasz (Olsztyn, CSiR Susz) **go.br.14**
Czarzasty Patryk (Olsztyn) **go.br.15**
Daniluk Stanisław (AKM Olsztyn) **go.br.16**
Dylak Grzegorz (Mrągowo) **go.br.17**
Ferszt Piotr (AKM Olimp Olsztyn) **go.br.18**
Fiedorowicz Joanna (Olsztyn, Sklep Biegacza Running Team) **go.br.19**
Flaga Przemysław (Olsztyn, Urwis Biega) **go.br.20**
Górski Radosław (Lubawa, Run Goku Team) **go.br.21**
Jacyszyn Monika (Olsztyn, MJ Run Team) **go.br.22**
Jakacki Sylwester (Bartoszyce, Góral z Mazur Running Team) **go.br.23**
Kaliski Sławomir (Olsztyn, 4 W-MBOT) **go.br.24**
Kasperski Arkadiusz (Olsztyn, Urwis Biega) **go.br.25**
Kasprzyk Ludwik (Ostrzesze-wo) **go.br.26**
Kosacka Emilia (Skajboty, AKM Olsztyn/Skajbiegacze) **go.br.27**
Kot Rafał (Szczytno, Góral Z Mazur Running Team) **go.br.28**
Kowalczyk Andrzej (Pszczółkowski Team, Olsztyn) **go.br.29**
Kozak Monika (Giżycko) **go.br.30**
Krupiński Bogumił (Olsztyn, Departament Biegów/SKS) **go.br.31**
Kubicki Sebastian (Olsztyn, Kuropatwa Team) **go.br.32**
Kulesza Anna (Olsztyn, Personal Triathlon) **go.br.33**
Kurp Marcin (Dobre Miasto, Kuropatwa Team) **go.br.34**
Lingo-Napiwodzka Anna (Dywyty, Urwis Biega) **go.br.35**
Lipnicka Katarzyna (Ostróda, Pszczółkowski Team) **go.br.36**
Maczan Robert (Kętrzyn, Robson EM) **go.br.37**
Maliszewski Jerzy (AKM Olsztyn) **go.br.38**

Mierzejewska Diana (Bartoszyce, Team Prawie/_Pro) **go.br.39**
Mikielska Danuta (Olsztyn) **go.br.40**
Mikielski Daniel (Olsztyn) **go.br.41**
Nagorski Robert (Olsztyn, Departament Biegów/SKS) **go.br.42**
Najda Ewa (Olsztyn, Sąd Wolniejszy) **go.br.43**
Okuniewska Jolanta (Biskupiec) **go.br.44**
Olkowski Rafał (Kłobuk Lidzbark Warmiński) **go.br.45**
Osieczko Tomasz (Giżycko) **go.br.46**
Osior Bartłomiej (Wydminy, Wioska Biegaczy) **go.br.47**
Paduszyńska Dorota (Olsztyn, Pszczółkowski Team) **go.br.48**
Parszczyńska Izabela (Wil-kasy, Team Parszczyńskich) **go.br.49**
Pastuszek Henryk (Olsztyn) **go.br.50**
Piasecki Andrzej (Mrągowo, Piasecki Concept) **go.br.51**
Podpirkko Patryk (Olsztyn, Warmia Aktywnie) **go.br.52**
Pokrzywińska-Osior Beata (Wydminy, Wioska Biegaczy) **go.br.53**
Prusik Andrzej (Olsztyn, Prusik Runs) **go.br.54**
Prusik Dominik (Olsztyn, Kuropatwa Team) **go.br.55**
Pryszmant Krzysztof (Olecko) **go.br.56**
Radomski Kamil (Olsztyn, Urwis Biega) **go.br.57**
Radzki Daniel (Wójtowo, Nikielkowo Team) **go.br.58**
Rybak Ewa (Miłakowo) **go.br.59**
Sawicki Szymon (Olsztyn, Kuropatwa Team) **go.br.60**
Sawicz Kacper (Dobre Miasto, Pszczółkowski Team) **go.br.61**
Stotwiński Adam (Ełk, Wio-ska Biegaczy) **go.br.62**
Staszkun Patryk (Kruklanki, Wioska Biegaczy) **go.br.63**
Stępień Edyta (Kętrzyn, Drużyna ML) **go.br.64**
Stramek Marta (Olsztyn (Sąd wolniejszy) **go.br.65**
Szysler Andrzej (CSiR Susz) **go.br.66**
Trzebiński Ryszard (Ełk, Godzina Zero) **go.br.67**
Wajzer Zofia (Olsztyn, Pszczółkowski Team) **go.br.68**
Warcaba Waldemar (Ostróda, onemanclub) **go.br.69**
Wilk Anna (Klub Biegacza Lidzbark Warmiński) **go.br.70**
Wojciechowski Maciej (Akademia Policji w Szczytnie) **go.br.71**
Worobiec Dawid (Lidzbark Warmiński, Bieganie Pod Sokolim Okiem) **go.br.72**
Woźniak Tomasz (Olsztyn, Urwis Biega) **go.br.73**

GAZETA OLSZTYŃSKA

DZIENNIK ELBLĄSKI

65.

PLEBISCYT
NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH
SPORTOWCÓW
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO

GŁOSUJĘ NA:

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

6.....

7.....

8.....

9.....

10.....

Pełna lista kandydatów dostępna na <https://gazetaolsztynska.pl/sport/plebiscyt-sportowy/>. Kupon należy dostarczyć do 11 stycznia 2026 r. na adres: **Galindia Sp. z o.o., 10-364 Olsztyn, ul. Tracka 7b, z dopiskiem „Plebiscyt”**.

Imię i nazwisko

Adres

Tel. Email:

Oświadczam, że zapoznałem się i akceptuję regulamin plebiscytu, który jest dostępny w siedzibie spółki i na stronie internetowej <https://gazetaolsztynska.pl/sport/plebiscyt>.

Administratorem danych osobowych podanych na kuponie jest Galindia Sp. z o.o. z siedzibą w Olsztynie przy ul. Trackiej 5. Podane dane będą przetwarzane wyłącznie w celu przeprowadzenia plebiscytu. Uczestnikom przysługuje prawo dostępu do treści swoich danych oraz ich poprawiania. Podanie danych osobowych jest dobrowolne, lecz niezbędne do przeprowadzenia plebiscytu.

Data i podpis

☐ Wyrażam dobrowolną zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celach marketingowych realizowanych przez Galindia Sp. z o.o.

☐ Wyrażam dobrowolną zgodę na otrzymywanie od Galindia Sp. z o.o. informacji handlowych drogą elektroniczną na podany adres poczty e-mail i numer telefonu.

Wyrażenie powyższych zgód jest dobrowolne.

Data

Podpis

BA

SPORTU
i BIZNESU

2026

38250TBP-c -K

eprasa.pl 18eb244ac2



PLEBISCYT

NA 10 NAJPOPULARNIEJSZYCH
SPORTOWCÓW
WOJ. WARMIŃSKO-MAZURSKIEGO



WYBIERZ Z NAMI NAJLEPSZYCH SPORTOWCÓW!

GAZETA
OLSZTYŃSKA

DZIENNIK
ELBLĄSKI

BA SPORTU
i BIZNESU
2026