MAGAZYN

POLSKA
METROPOLIA WARSZAWSKA

19 lat

Nr 67 (2578)
Cena **7,00 zł**
(w tym 8% VAT)
Nr ISSN 1898-3081
Nr indeksu 349-682

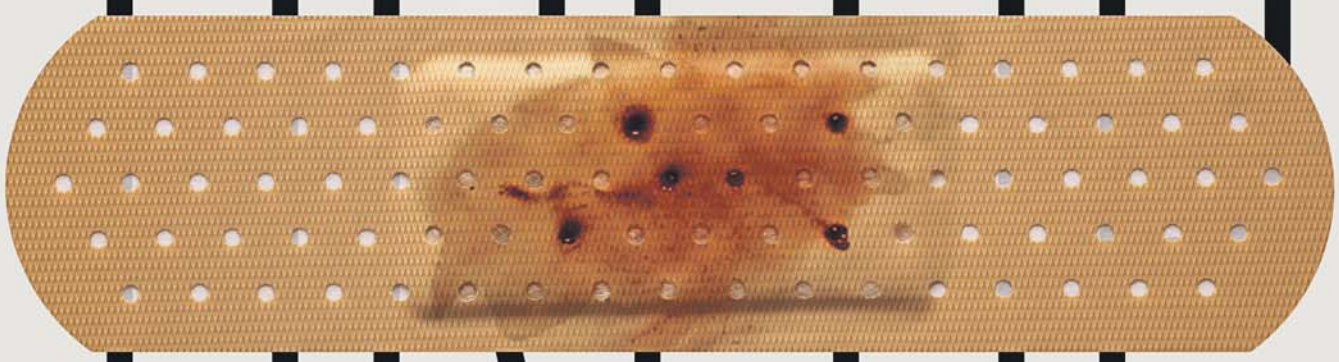
Piątek–niedziela, 21–23.08.2026

www.i.pl

Wakacje mocno podwyższonego ryzyka

– Str. 12-13

URLOP



FOT. BIT/GETTY

Krzyżówka / Sport / Z życia Warszawy

9 771898 308059 34

POLITYKA
Zmiana stawek podatkowych to wyraźny sygnał polityczny: kampania wyborcza coraz bliżej – **Str. 6-7**

POLITYKA
Czy Karol Nawrocki buduje swój obóz polityczny?
Prawica wcale nie musi być tym zainteresowana – **Str. 8-9**

TELEMAGAZYN
- Przegląd najlepszych filmów i seriali tygodnia
- Jakie turnieje oglądać?

REKLAMA 0011548513

eprasa.pl 1eda4ab262

Na okładce

BT

Wakacje podwyższonego ryzyka. Wypadek polskiego autokaru na Węgrzech przypomniał, że w czasie urlopu bardzo często dochodzi do różnego rodzaju tragedii

s. 6

Widać kolejne elementy przedwyborczych puzzli. I rząd, i opozycja zaczynają się pozycjonować

s. 8-9

– Konfederacja wcale nie będzie zainteresowana patronatem Karola Nawrockiego – uważa politolog Tomasz Słupik

s. 14-15

Życiowe wzloty i upadki. Jak sobie radzić po tym, gdy doświadczymy traumatycznego wydarzenia? Doświadczona psychoterapeutka opowiada, w jaki sposób można wyjść z największej nawet życiowej tragedii

s. 18-19

Andrzej Bargiel opowiada o swoim stosunku do gór, a także o tym, jaki wpływ ma na niego rodzinny dom

s. 21

Fenomen „Dekalogu” Krzysztofa Kieślowskiego. Dlaczego ta seria filmowa do dziś przyciąga uwagę?

NIEZBĘDNIK CZYTELNICZY STR. 26
WARSZAWA STR. 30 **SPORT** STR. 31

Sławomir Mentzen jest przymierzany do różnych formatów prawicowych koalicji, jednak – jak twierdzi nasz rozmówca – on wcale nie jest tym zainteresowany

Andrzej Bargiel jest narciarzem wysokogórskim i himalaistą. Jako pierwszy w historii zjechał na nartach z wierzchołków K2 oraz Mount Everestu

FOT. BARTŁOMIEJ PAWLIKOWSKI / RED BULL., PAP/ŁUKASZ GAGULSKI

POLECAMY

PONIEDZIAŁEK: Jak wyglądają ekshumacje na Ukrainie?

POLSKA METROPOLIA WARSZAWSKA

Redaktor naczelny Arlena Sokalska
Z-ca redaktora naczelnego Agaton Koziński
Redaktorzy Anita Czupryn, Dorota Kowalska, Mariusz Grabowski

www.i.pl

Polska Press Makroregion Wschód
Redakcja ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa
tel.: 22 201 42 00
e-mail: redakcja@polskatimes.pl
Prezes Makroregionu Aureliusz Mikos
Dyrektor reklamy Witold Trzciński
Biuro reklamy oddziału tel. 698 635 707
Druk Drukarnia ZPR Media S.A., 04-190 Warszawa, ul. Jubilerska 10

POLSKA PRESS GRUPA

Wydawca Polska Press Sp. z o.o. ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 22 201 44 00, fax: 22 201 44 10
p.o. Prezes Zarządu Polska Press Grupy Elżbieta Żuraw
Redaktor naczelny Polska Press Grupy Marek Twaróg
Projekt graficzny, dyrektor artystyczny PPG Tomasz Bocheński
Dyrektor kolportażu PPG Tomasz Osoliński
Biuro Konsumenta PPG biurokonsumenta@polskapress.pl, tel. 12 688 85 10

©℗ - umieszczenie takich dwóch znaków przy Artykule, w szczególności przy Aktualnym Artykule, oznacza możliwość jego dalszego rozpowszechniania tylko i wyłącznie po uiszczeniu opłaty zgodnie z cennikiem zamieszczonym na stronie www.i.pl/tresci i w zgodzie z postanowieniami niniejszego regulaminu.

21.08.2026. Dzień dobry

Witajcie w politycznej fabryce słów. Im grubsze, mocniejsze, tym lepsze

Czasami mam wrażenie, że takie ustawy jak tzw. lex szarlatan powstają tylko po to, żeby mieć pretekst do używania jakiegoś sformułowania w przestrzeni publicznej. Projekt zmian w przepisach o prawach pacjenta nie wszedł do obiegu prawnego, gdyż Karol Nawrocki odesłał go do Trybunału Konstytucyjnego. Jednocześnie prezydent niemal natychmiast przedstawił własny zestaw paragrafów i artykułów, które miałyby regulować te kwestie. Ale to bez znaczenia - z obu stron politycznej barykady w kierunku przeciwników poleciały oskarżenia o to, że są politycznymi szarlatanami. Jakby właśnie o to chodziło, jakby właśnie do tego była potrzebna ta nowelizacja - żeby zalegalizować ten termin w przestrzeni publicznej i dołożyć go do - grubo już przecież rozbudowanych - arsenałów inwektyw używanych wobec politycznych adwersarzy.

Bo tak naprawdę tyle z tego zapamiętamy. Racje merytoryczne tych propozycji prawnych jak zwykle znalazły się w głębokim cieniu atrakcyjnie brzmiącego, świeżego, mocnego słowa. Tyle z tej regulacji zostanie.

Produkcja słów teraz będzie tylko przyspieszać - w końcu do wyborów coraz bliżej, najwyższa pora, by szlifować przymiotniki i przecinki w hasłach wyborczych, żeby we właściwym momencie właściwie zabrzmiały (pamiętacie „Dobra zmiana” kontra „Dobra, zmiana”?).

Choć też gra nie o hasła się rozchodzi. Od kilku już kadencji kampanie rozgrywają się przede wszystkim wokół haseł negatywnych. Najkrócej rzecz ujmując: wygrywa ten, który skuteczniej zgruzuje politycznego rywala. Ten, kto mocniej walnie swoim zestawem słów, haseł, inwektyw, ten wychodzi zwycięsko z wyborów. Reguła aktualna od 2011 r. Wcześniej politycy jeszcze się hamowali, starali się przynajmniej zachowywać pozory merytoryki. W 2011 r. (pamiętacie filmik „Oni pójdą na wybory. A ty?”) zdjęli rękawiczki. Dziś ograniczeniem właściwie jest już tylko fantazja sztabowców i ludzi od PR. Tak będzie też za rok.

Dużo się mówi o tym, że polska polityka się zmienia. Mamy nowe formacje, mamy formacje starsze, ale które jeszcze nie miały okazji sprawować władzy. Każda z nich regularnie próbuje zaistnieć w przestrzeni publicznej z czymś własnym. Kolejne polityczne sytuacje pokazują, że Polacy też szukają nowych rozwiązań - przykład niedawnego referendum w Krakowie i przygotowania do przedterminowych wyborów w tym mieście zdają się to potwierdzać. Wybór Nawrockiego - człowieka wcześniej będącego obok polityki - też to do pewnego stopnia zasugerował. Choć on sam został wskazany przez PiS, to jednak nie wygrał dlatego, że potencjał w nim dostrzegł Jarosław Kaczyński, tylko dlatego, że chciały tego miliony Polaków na co dzień będących z dala od polityki.

Ale im więcej sygnałów o tym, że Polacy szukają nowego politycznego rozdania, tym trudniej jest mi uwolnić się od przekonania, że starzy wyjadacze znowu najbliższe wybory rozegrają po swojemu. Że ta plejada młodych (choć coraz starszych) będzie musiała poczekać kolejne cztery lata. Właśnie ta lekkość, z jaką błyskawicznie wciągnięto słowo „szarlatan” na listę politycznych inwektyw, mnie uderzyła. Kolejne potwierdzenie, że wszystko się zmienia - ale jednocześnie wszystko zostaje po staremu.

AGATON KOZIŃSKI
zastępca redaktora naczelnego

ZESKANUJ KOD

- Wiadomości z kraju i ze świata znajdziesz na **i.pl**
- Jesteśmy obecni w 20 największych polskich miastach
- Treści regionalne łączymy z publicystyką, a także materiałami wideo

AUTOPROMOCJA

Prenumeruj „Polską Metropolię Warszawską”

tel. 12 312 53 88
bok.prenumerata@polskapress.pl
prenumerata.polskatimes.pl

eprasa.pl 1eda4ab262

Z CZEGO JUTRO ...?

Andrzej Sadowski
Centrum im. Adama Smitha

Kto nakarmi AI aferami, aby pomogła rozbić przestępczość polityczną?

Klasyczna kampania wyborcza, w której wybierało się nie tylko urodę i wiek kandydata, ale system wartości i konkretne propozycje zmian, przepoczwarzyła się w paradę Świętych Mikołajów roztaczających iluzję życia z gwarantowanego dochodu. Iluzjonista Gregory Wilson, występujący jako The Golf Magician, publicznie tłumaczył, na czym polega trik oparty na oszustwie wzroku i oszustwie oczekiwań, w którym wykorzystuje się iluzję perspektywy, czyli to, co widać, zależy od kąta i okluzji, oraz oczekiwania widza, którego mózg w tej sytuacji „dopowiada" sobie pozostałą część, że skoro czegoś nie widzi, to po prostu tego nie ma. Podobnie trik ten wykorzystuje się przy zwiększaniu długu publicznego.

Parający się polityką mają w sobie coraz więcej z odpustowych prestidigitatorów niż z mężów stanu, których nie od dziś dramatycznie potrzebują obywatele Polski w obliczu niezaprzeczalnie narastających zagrożeń. Jednak w tej grupie „zawodowej" nieprzystającej do powagi sytuacji poprawia się przede wszystkim umiejętność sprawiania, że znikają coraz większe sumy publicznych pieniędzy. Utrwala się modus operandi, w którym proceder „naruszenia dyscypliny finansów publicznych" czy „niecelowego wydatkowania środków" trwa w najlepsze nawet wtedy, gdy nie ma pieniędzy, bowiem sprzeniewierzanie można lewarować coraz większym długiem. Politycy przez lata popularyzowali termin „przestępczości gospodarczej" czy „vatowskiej", jakby przestępczość sama w sobie nie była już działaniem kryminalnym niezależnie od obszaru, w którym prowadzi swój proceder. W sytuacji, kiedy nie ma tygodnia bez malwersacji środków publicznych, należy zacząć używać terminu „przestępczość polityczna" i „przestępczość aparatu państwa".

Wzbierający wraz z rosnącym długiem proceder przechwytywania pieniędzy podatników na prywatną konsumpcję aparatu władzy można bardzo prosto ukrócić. Nagromadzone przez dekady tomy akt spraw o defraudacje środków publicznych w każdej chwili mogłyby posłużyć do zbudowania modelu AI do wykrywania przestępczości politycznej. Na zastosowanie tej prostej jak kradzież „na rympał" metody wskazuje niedawny zakup archiwów zbankrutowanej Spirit Airlines przez koncern Alphabet, który wygrał sądową licytację, płacąc 10 milionów dolarów za dostęp do jej archiwum operacyjnego i komunikacyjnego. W czasach rewolucji cyfrowej przedmiotem transakcji nie były nieruchomości czy flota samolotów, lecz cyfrowe zaplecze upadłej linii z ponad 100 milionami wewnętrznych e-maili, 500 milionami wpisów na Teamsach, z zanonimizowanymi rekordami transakcyjnymi pasażerów, a także z historią wycen biletów obejmującą loty konkurencji, czy dokumentacją procedur wykrywania nadużyć finansowych. Nic nie stoi na przeszkodzie, aby na początek „nakarmić" modele AI wszystkimi aferami i malwersacjami, które miały miejsce w Rzeczypospolitej Polskiej, w celu ochrony jej finansów oraz wykrywania ich na etapie in statu nascendi.

Adam Smith formułując swoje cztery kanony podatkowe, zakładał, że władza publiczna działa jawnie, przewidywalnie i rozliczalnie wobec obywateli, którzy ją finansują, bo rządy nie mają innych źródeł pieniędzy, ale które bez zgody samego suwerena rozszerzają o permanentne pożyczki. Współczesny aparat państwa wytwarzający nieustannie przepisy z niekończącymi się nowelizacjami i namnażanymi procedurami, które Franz Kafka określił jako kajdany z papieru kancelaryjnego, tworzy „naturalne" środowisko do malwersacji oraz bezkarnego przekierowywania pożyczonych pieniędzy, jak w przypadku KPO, z inwestycji na ich chilloutową konsumpcję na jachtach i w saunach.

Skoro Estonia zbudowała system podatkowy i administrację publiczną na maksymalnej transparentności cyfrowej i bezpieczeństwie, stosując technologię blockchain, dzięki którym obywatel widzi, kto i kiedy sięgnął po jego dane, a państwo rozlicza się z każdej transakcji niemal w czasie rzeczywistym, to co stoi na przeszkodzie, aby zaimplementować rozwiązania tego państwa, a nie tylko kopiować tzw. estońskim CIT? Model AI trenowany na archiwach afer mógłby być dla obywateli tym, czym estoński e-state jest dla podatnika, czyli nie kolejnym narzędziem kontroli obywatela przez państwo, lecz również narzędziem kontroli państwa przez obywatela. Estonia jest na kolejnym etapie e-państwa, czyli Personal State – Personaalne riik, w którym AI oferuje tzw. usługi proaktywne, jak np. automatycznie przyznawany zasiłek po narodzinach dziecka bez składania jakichkolwiek wniosków, jak to ma miejsce w państwie polskim. Rozwiązania wdrażane w ramach Personaalne riik radykalnie ograniczają korupcję, bowiem eliminują czynnik urzędniczy oraz jego uznaniowość w procedurach administracyjnych.

Kto zatem w Polsce zacznie karmić AI aferami, aby zatrzymać kradzieże pieniędzy podatników?

Andrzej Sadowski, założyciel i prezydent Centrum im. Adama Smitha – pierwszego w Polsce think tanku, działającego od 16 września 1989 roku

MATERIAŁ INFORMACYJNY T-MOBILE 0011568144

Rewolucja w polskim wideo. 75 kanałów bez umowy, bez dekodera i dla każdego internauty

Polski rynek telewizyjny doczekał się rozwiązania, które może zmienić dotychczasowe zasady gry. T-Mobile jako pierwszy operator w kraju udostępnia 75 kanałów telewizyjnych za 0 zł miesięcznie po uwzględnieniu rabatów – bez umowy, konieczności korzystania z usług sieci czy posiadania dekodera. Magenta TV stawia na swobodę wyboru i możliwość oglądania na dowolnym urządzeniu – od smartfona po Smart TV. Oferta jest dostępna dla abonentów wszystkich sieci po rejestracji na stronie t-mobile.pl oraz wyrażeniu wymaganych zgód. Cena 0 zł miesięcznie uwzględnia rabaty w wysokości 5 zł za zgody marketingowe oraz 5 zł za obsługę elektroniczną.

Telewizja wciąż pozostaje ważną częścią codzienności Polaków, ale zmienił się sposób, w jaki z niej korzystamy. Duży ekran nie jest już jedynym centrum domowej rozrywki – wiadomości, transmisje na żywo czy programy możemy oglądać także na smartfonach, tabletach i laptopach.
Jednocześnie rosnące koszty życia sprawiają, że uważniej podchodzimy do kolejnych subskrypcji i pakietów. Tradycyjny model z długoterminową umową, dekoderem i stałą opłatą coraz mniej odpowiada widzom, którzy oczekują przede wszystkim swobodnego dostępu do treści – bez zbędnych formalności i kosztów.

Koniec z dyktatem abonamentu!
Odpowiedzią na te potrzeby jest rozwiązanie, na które dotąd nie zdecydował się żaden operator infrastrukturalny w Polsce. T-Mobile odchodzi od tradycyjnego modelu i udostępnia platformę MagentaTV bez barier ograniczających dostęp do telewizji. Użytkownicy mogą bezpłatnie korzystać z pakietu 75 kanałów telewizyjnych. Oferta nie wymaga podpisywania umowy, terminowych zobowiązań ani korzystania z innych usług T-Mobile. Z MagentaTV może korzystać każdy internauta, niezależnie od operatora internetu czy sieci komórkowej. Aplikacja działa na smartfonach, tabletach, laptopach oraz telewizorach Smart TV, dzięki czemu nie ma potrzeby instalowania dodatkowego dekodera. Użytkownik sam decyduje, co i gdzie chce oglądać.
– Klienci mają dziś dość ofert, które narzucają im sztywne ramy i zmuszają do płacenia za treści, z których nie korzystają. Chcemy maksymalnie uprościć kontakt z naszą technologią i dać ludziom pełną kontrolę. MagentaTV daje dostęp każdemu, na jego własnych zasadach, bez względu na to, w jakiej sieci ma telefon czy internet – podkreśla Maximiliano Bellassai, członek zarządu T-Mobile Polska ds. rynku prywatnego.

Technologia dostępna bez wyjątku
Otwarcie telewizji na wszystkich użytkowników internetu jest kolejnym etapem zmian, które T-Mobile wprowadza od lat. Firma stopniowo odchodzi od zamkniętych ekosystemów i usuwa bariery ograniczające dostęp do nowych technologii. Wcześniej w ofercie pojawiły się smartfony z serii T Phone oraz Magenta AI. Teraz do tego zestawu dołącza telewizja, uzupełniając portfolio usług obejmujące m.in. sieć 5G Bardziej i internet światłowodowy.

Telewizja dla każdego za 0 zł/mies. po rabatach (5 zł za zgody marketingowe i 5 zł za obsługę elektroniczną) dostępna dla abonentów wszystkich sieci po zarejestrowaniu się na stronie www.t-mobile.pl oraz po wyrażeniu zgód.

– Trzydzieści lat temu uruchamialiśmy pierwszą w Polsce cyfrową sieć komórkową, udowadniając, że nowoczesna łączność może trafić do każdego. Dziś stoimy w zupełnie innym punkcie rozwoju technologii, ale nasz cel pozostaje ten sam: usuwanie sztucznych barier. Otwarcie dostępu do telewizji bez względu na sieć, z której ktoś korzysta, to naturalna konsekwencja myślenia o technologii jako narzędziu, które ma ułatwiać codzienne życie, a nie komplikować je kolejnymi formalnościami – mówi Andreas Maierhofer, prezes zarządu T-Mobile Polska.

Zero kabli, zero technicznych barier
Jedną z największych barier związanych z tradycyjną telewizją pozostaje konieczność organizowania dodatkowego sprzętu i jego instalacji. Oczekiwanie na dekoder, prowadzenie kabli, montaż anteny czy konfiguracja urządzeń mogą zniechęcać do korzystania z usługi. MagentaTV odchodzi od tego modelu. Całość działa w formie aplikacji, którą można zainstalować na kompatybilnym urządzeniu. Nie trzeba więc ponosić opłat aktywacyjnych ani kosztów dzierżawy sprzętu.

Nowy wymiar wspólnego oglądania
Mimo rozwoju streamingu kanały linearne nadal odgrywają ważną rolę. Uzupełniają serwisy VoD, oferując dostęp do wydarzeń na żywo, transmisji sportowych czy programów informacyjnych, które pozwalają widzom wspólnie przeżywać najważniejsze momenty w czasie rzeczywistym.
Telewizję można dziś oglądać na wielu urządzeniach – nie tylko przed dużym ekranem, ale także na smartfonie, tablecie czy laptopie. Dzięki temu staje się bardziej mobilna i lepiej dopasowana do codziennego stylu życia.

eprasa.pl 1eda4ab262

CO ZA TYDZIEŃ

Przygotował **AGATON KOZIŃSKI**
zastępca redaktora naczelnego
„Polski Metropolii Warszawskiej”

17.08 PONIEDZIAŁEK

Zaczął obowiązywać rządowy program „Ceny Paliw Niżej” (CPN), zgodnie z którym na stacjach benzynowych będą obowiązywały niższe ceny paliw do aut. Obniżenie stawki VAT sprawia, że koszty zatankowania samochodu są niższe o ok. 1 zł na litrze.

Ten program będzie obowiązywał do końca sierpnia.

18.08 WTOREK

Rosja zagroziła Wielkiej Brytanii wojną. - Mamy prawo postrzegać dumnie ogłoszony bezpośredni udział brytyjskich sił rakietowych w atakach na Federację Rosyjską jako udział w wojnie, ze wszystkimi wynikającymi z tego konsekwencjami - powiedział Siergiej Ławrow, minister spraw zagranicznych Rosji.

21.08 PIĄTEK

38 lat kończy Robert Lewandowski. Najwybitniejszy polski piłkarz uczcił swoją rocznicę w sposób, jaki zna najlepiej: strzelając zwycięskiego gola. Jego bramka dała wygraną drużynie Chicago Fire w spotkaniu przeciwko Orlando City.

Lewandowski od początku tego sezonu gra w Stanach Zjednoczonych, dokąd przeprowadził się po czterech latach spędzonych w barwach FC Barcelona. W nowym klubie Polak odnalazł się bardzo dobrze. Na swoim koncie zanotował już cztery trafienia, a jego drużyna odniosła sześć zwycięstw z rzędu. Choć trzeba pamiętać, że sezon zasadniczy w USA trwa do listopada, a później jeszcze drużyny grają serię play off. Lewandowski będzie jeszcze miał wiele okazji, by poprawić swój dorobek strzelecki.

20.08 CZWARTEK

Dron zestrzelony 14 sierpnia nad Łotwą został zidentyfikowany jako maszyna ukraińska.

Według łotewskiej armii, dron wleciał nad Łotwę najprawdopodobniej pod wpływem środków walki elektromagnetycznej, stosowanych przez Rosję. Bezzałogowiec został zniszczony przez włoskie siły powietrzne, patrolujące przestrzeń krajów bałtyckich.

17.08 PONIEDZIAŁEK

Maciej Berek już nie jest ministrem - oficjalnie stał się kandydatem na sędziego Trybunału Konstytucyjnego. Propozycję jego wyboru zgłosiła grupa posłów klubu KO. Teraz kandydaturę zaopiniuje Komisja Sprawiedliwości i Praw Człowieka.

Wszystko wskazuje na to, że głosowanie w sprawie tej kandydatury w Sejmie odbędzie się na początku września.

PAP, ADAM JANKOWSKI

19.08 ŚRODA

To Andrzej Domański, minister finansów i gospodarki, jest autorem projektu zmian w systemie podatkowym. Zgodnie z jego propozycją w górę pójdzie drugi próg podatkowy, pojawi się także pośrednia stawka podatku PIT. „To jest zmiana, na której w przyszłym roku skorzysta 3,5 miliona podatników” - mówił minister podczas konferencji. Jednocześnie Domański chwalił stan krajowej gospodarki. „Mocne wejście polskiej gospodarki w drugie półrocze. Produkcja przemysłowa +5,1 proc., płace +6,8 proc. Oba wyniki powyżej prognoz” - napisał.

19.08 ŚRODA

Zmarła Wanda Traczyk-Stawska. Walczyła w Powstaniu Warszawskim jako łączniczka i strzelec Szarych Szeregów oraz Armii Krajowej pod pseudonimami „Atma” i „Pączek”. Po upadku powstania trafiła do niemieckich obozów jenieckich. Po wojnie ukończyła studia psychologiczne na Uniwersytecie Warszawskim. Do późnych lat 70. pracowała jako nauczycielka w szkołach specjalnych dla dzieci z niepełnosprawnościami. Zmarła w wieku 99 lat.

20.08 CZWARTEK

Prezydent Karol Nawrocki odesłał do Trybunału Konstytucyjnego w trybie kontroli prewencyjnej nowelizację ustawy o prawach pacjenta i Rzeczniku Praw Pacjenta, tzw. lex szarlatan.

Prezydent w specjalnym nagraniu podkreślił, że choć cel, jaki miała osiągnąć ta ustawa, jest właściwy, to wiele wątpliwości budzą zapisy nowelizacji, mogące zaszkodzić polskim firmom zajmującym się zielarstwem, zdrowym odżywianiem czy medycyną komplementarną. Jednocześnie Nawrocki zapowiedział, że już przygotował własny projekt ustawy w tej sprawie.

eprasa.pl 1eda4ab262

BEZPIECZEŃSTWO

Ukrainiec podejrzany o wysadzenie Nord Stream zatrzymany podczas kręcenia filmu z Seanem Pennem

Ukrainiec Wołodymyr Ż., podejrzany o udział w sabotażu gazociągów Nord Stream, został zatrzymany w Chorwacji bezpośrednio na planie hollywoodzkiego filmu o podwodnych sabotażystach. Prawdopodobnie chodzi o osobę, którą wcześniej aresztowano w Polsce. Wtedy polski sąd nie zgodził się jej wydać Niemcom

Grzegorz Kuczyński

Informuje o tym niemiecki serwis Legal Tribune Online. Jak zauważają dziennikarze, aresztowanie miało miejsce w dziwnych okolicznościach. LTO pisze, że na początku sierpnia w Chorwacji rozpoczęły się zdjęcia do thrillera „Wyspa węży", w którym występują hollywoodzkie gwiazdy Sean Penn i Adrien Brody. Reżyserem filmu jest Amerykanin Doug Liman.

Film jest rzekomo inspirowany wydarzeniami związanymi z wysadzeniem rurociągów Nord Stream w 2022 roku u wybrzeży Niemiec. Według doniesień mediów fabuła skupia się na grupie ukraińskich nurków działających pod przykrywką, którzy wyruszają na niebezpieczną podwodną misję na tle eskalacji konfliktu między Rosją a Ukrainą.

Początkowo zdjęcia kręcono w Zagrzebiu, po czym ekipa przeniosła się do nadmorskiego miasta Pula, aby nakręcić sceny podwodne. Zatrzymanie Wołodymyra Ż. w środę nastąpiło na podstawie europejskiego nakazu aresztowania wydanego latem 2024 roku. W nakazie tym Ukrainiec jest oskarżony o współudział w zorganizowaniu wybuchu, antykonstytucyjny sabotaż, a także zniszczenie obiektów.

To już była trzecia próba zatrzymania Ukraińca. Po raz pierwszy niemieccy śledczy próbowali aresztować Ż. na podstawie europejskiego nakazu aresztowania latem 2024 roku w Polsce, gdzie wówczas mieszkał. Mężczyzna zdołał jednak uciec na Ukrainę.

Jesienią 2025 roku pojawiła się kolejna okazja: Wołodymyr Ż., jak się wydaje, powrócił z Ukrainy do Warszawy. Tym razem polskiej policji

FOT. CZAREK SOKOLOWSKI/ASSOCIATED PRESS/EAST NEWS

Wołodymyr Ż. był wcześniej aresztowany w Polsce

udało się go zatrzymać. Jednak do ekstradycji do Niemiec ponownie nie doszło, ponieważ sąd przystąpił do rozpatrywania sprawy co do meritum. Sąd doszedł do wniosku, że rurociągi stanowiły uzasadniony cel w ramach konfliktu zbrojnego.

W nocy z 25 na 26 września 2022 r. trzy z czterech nitek gazociągów Nord Stream i Nord Stream 2 zostały zniszczone w wyniku wybuchów na dnie Morza Bałtyckiego. Oba gazociągi nie działały w tym czasie, ale były wypełnione gazem technicznym. Polska i Ukraina oskarżyły Rosję o wybuchy, a Moskwa ze swojej strony obwiniała „Anglosasów" i zaprzeczała swojemu udziałowi.

W lutym 2024 roku duńskie organy ścigania zamknęły śledztwo w sprawie wybuchów na gazociągach „z powodu braku podstaw do wszczęcia postępowania karnego". Podobną decyzję podjęła również Szwecja. 27 sierpnia 2025 roku niemieckie media Die Zeit, ARD i Süddeutsche Zeitung opublikowały reportaż, w którym zaznaczono, że w Niemczech ustalono tożsamość wszystkich osób podejrzanych o wysadzenie gazociągów. Wydano nakazy aresztowania sześciu obywateli Ukrainy.

30 września 2025 r. poinformowano, że w mieście Pruszków zatrzymano Ukraińca Wołodymyra Żurawlewa, którego Niemcy podejrzewają o udział w wybuchu na gazociągu Nord Stream. Mężczyzna był poszukiwany na podstawie europejskiego nakazu aresztowania wydanego przez niemiecki sąd. Siergieja Kuzniecowa, którego również podejrzewa się o ten zamach, zatrzymano we Włoszech latem 2025 roku, a jesienią tego samego roku ekstradowano do Niemiec. 1 lipca 2026 roku niemiecka prokuratura federalna oficjalnie postawiła zarzuty Ukraińcowi Siergiejowi Kuzniecowowi. Według wersji śledczej kierował on siedmioosobową grupą, która we wrześniu 2022 roku wysadziła rurociągi na dnie Morza Bałtyckiego.

REKLAMA 0011559355

eprasa.pl 1eda4ab262

POLITYKA

Przedwyborcze przymiarki, czyli puzzle, które trzeba poukładać

Dzisiaj widać już, jak w kampanii wyborczej będzie przebiegać oś sporu między koalicją rządzącą a opozycją. Będzie dyskusja o Unii Europejskiej, Ukrainie, bezpieczeństwie, ale też o dorobku obecnego rządu. Po niej przyjdzie czas na ewentualne przedwyborcze koalicje, bo kształt list wyborczych może tu mieć decydujące znaczenie

Dorota Kowalska

FOT. ADAM JANKOWSKI

Sondaż przeprowadzony wśród wyborców obecnej koalicji rządzącej wykazał, że zdecydowana większość z nich chciałaby, by partie ją tworzące wystartowały w kolejnych wyborach z jednej listy

Przymiarki do kampanii wyborczej ruszyły na dobre, widać walkę o narzucenie narracji na najbliższe miesiące, rysują się też wyraźne linie podziału między koalicją rządzącą a opozycją. Rząd zapowiedział właśnie pakiet zmian w podatkach, który ma zacząć obowiązywać od 2027 roku. Propozycje obejmują podniesienie drugiego progu PIT ze 120 tys. do 130 tys. zł, wprowadzenie nowej stawki 24 proc. dla zarobków w przedziale 130–150 tys. zł oraz podwyżkę CIT do 22 proc. dla największych firm.

Premier Donald Tusk i wicepremier, szef MON Władysław Kosiniak-Kamysz przy każdej nadarzającej się okazji zachwalają program SAFE i podkreślają, że to ten rząd potrafi najlepiej zadbać o bezpieczeństwo Polaków. W tle padają stwierdzenia o Unii Europejskiej, która też jest jego gwarantem.

I tu widać pierwszą oś sporu między dwiema stronami sceny politycznej.

Na warszawskich Bulwarach Wiślanych posłowie klubu Rozwój Plus z Mateuszem Morawieckim na czele przedstawili założenia swojej polityki migracyjnej. Morawiecki wspomniał też o referendum dotyczącym zawieszenia czasowego udziału Polski w strefie Schengen. Według polityków Rozwoju Plus krok w tę stronę miałby zwiększyć poczucie bezpieczeństwa wśród Polaków.

- Czy więcej wygody, czy więcej bezpieczeństwa? Jeżeli więcej bezpieczeństwa, to być może trzeba zrobić referendum, zawiesić czasowo nawet nasz udział w strefie Schengen, przynajmniej w tym lądowym wymiarze - mówił podczas konferencji Łukasz Schreiber.

Do tego pomysłu odniósł się premier Donald Tusk. W swoim stylu: dosadnie.

- Nie, nie wierzę. To znaczy, że mu się coś stało? Coś mu się stało? Nie, na pewno nie będzie żadnego referendum w sprawie Schengen. (...) Stracił rozum - skomentował Donald Tusk.

Propozycja przeprowadzenia referendum dotyczącego zawieszenia czasowego udziału Polski w strefie Schengen nie uszła również uwadze Radosława Sikorskiego. Przy okazji minister spraw zagranicznych wbił szpilę Przemysławowi Czarnkowi, który swego czasu skrytykował odnawialne źródła energii, nazywając je „OZE-sroze".

„Jeden pisowski premier bredzi o „Oze-sroze", drugi chce nas wyprowadzić ze strefy Schengen. Czyli przywrócić kontrole paszportowe na granicach" - napisał na platformie X Radosław Sikorski. I dodał: „Jeszcze raz: jeśli nacjonaliści chcą opuszczać UE, to niech sami jadą na Białoruś lub do Naddniestrza. Większość Polaków zostaje".

To z kolei przytyk do Marcina Romanowskiego, byłego wiceministra sprawiedliwości w rządzie Zjednoczonej Prawicy, który przebywa ponoć w Naddniestrzu, separatystycznym regionie będącym w świetle prawa międzynarodowego częścią Mołdawii, ale pozostającym de facto pod kontrolą Rosji. Tak na marginesie, z Romanowskim Prawo i Sprawiedliwość ma spory problem, bo - jak przyznają w kuluarach politycy tej partii - ucieczki pod skrzydła Putina nie da się obronić. Nawet stwierdzenia, że „Romanowski w Polsce nie może liczyć na sprawiedliwy proces, bo wymiar sprawiedliwości działa pod dyktando Tuska" są w tym kontekście mało przekonujące.

Ale wracając do propozycji Mateusza Morawieckiego, trudno nie odnieść wrażenia, że także on - podobnie jak Prawo i Sprawiedliwość - ściga się z Konfederacją, ale też chce się jej przypodobać. Morawiecki podczas spotkania w parku na Jagodnie mówił, że jest otwarty na współpracę z całą Konfederacją.

Sławomir Mentzen, jeden z jej liderów, szybko odpowiedział. W opublikowanym nagraniu stwierdził, że nie widzi możliwości współpracy z Morawieckim w zakresie zwiększania wydatków socjalnych oraz „marnotrawienia środków publicznych".

- Tu nie bardzo jest miejsce na kompromis. Wy chcecie doprowadzić do katastrofy, a ja próbuję jakoś tę katastrofę powstrzymać, więc dopóki nie zmienicie swojego nastawienia, do czego chcecie doprowadzić nasz kraj, to żadnej współpracy nie ma i nie będzie - powiedział.

W tym tygodniu, podczas grilla z sympatykami przy Rondzie Mogilskim w Krakowie, Mentzen też był dopytywany o Morawieckiego.

- Facet, który sześć lat był premierem, wdrażał te wszystkie złe rzeczy, teraz przedstawia się jako nowa jakość - ocenił, komentując odłączenie frakcji Morawieckiego od Prawa i Sprawiedliwości. - Tym razem będzie inaczej, tym razem się uda. Tym razem jednak nie będzie komplikował podatków i wydawał pieniędzy na głupoty. Ludzie mają mu w to wierzyć. Państwo w to wierzycie? - zapytał, ale nie uzyskał odpowiedzi. - Wierzycie Morawieckiemu? Wierzycie! To ja nie wiem, czy będę wam rozdawał te kiełbaski - zażartował.

PiS „w buty" Konfederacji próbuje wejść od miesięcy. Już jakiś czas temu Przemysław Czarnek zaapelował, aby przestać pomagać Ukrainie, a na ostatniej konwencji PiS zorganizowanej w Warszawie zaproponował, aby deportować z Polski Ukraińców w wieku poborowym, którzy nie pracują.

Krzysztof Bosak, obok Mentzena lider Konfederacji, uznał ten pomysł za „absolutny populizm".

Cóż, zarówno Morawiecki, jak i PiS próbują walczyć o wyborców Mentzena i Bosaka, ale też Grzegorza Brauna, zwłaszcza tych, którzy w ostatnim czasie przeszli do nich z Prawa i Sprawiedliwości.

Widać też wyraźnie, że tematy Unii Europejskiej, wojny w Ukrainie, obecności Ukraińców w Polsce - mogą być kluczowe w czasie kampanii wyborczej, na pewno zaś będą osią sporu między koalicją rządzącą a opozycją, podobnie jak ocena dotychczasowych rządów ekipy Donalda Tuska, kwestia realizacji obietnic wyborczych, rozliczenia poprzedniej ekipy czy spraw związanych z bezpieczeństwem i kondycją gospodarczą kraju.

Wciąż też otwarte pozostaje pytanie, w jakich konfiguracjach pójdzie do wyborów opozycja i koalicja rządząca. Według doniesień Onetu z ostatniego spotkania liderów koalicji Donald Tusk nalegał na wspólny start całego obozu rządzącego w wyborach parlamentarnych. Premier przekonywał Władysława Kosiniaka-Kamysza i Włodzimierza Czarzastego, że przy obecnym układzie sił jedna lista jest najbezpieczniejszą drogą do utrzymania władzy.

„Super Express" sprawdził, co myślą o tym wyborcy KO oraz PSL-u. Wśród zwolenników partii Donalda Tuska 85 proc. uczestników sondażu opowiedziało się za takim rozwiązaniem. W przypadku sympatyków ludowców za wspólną listą jest 72 proc. - wynika z sondażu Instytutu Badań Pollster.

Te wyniki sondażu mogą dawać obu liderom do myślenia. Wspólne listy wyborcze ludowców i Koalicji Obywatelskiej wydają się możliwe, mało jednak prawdopodobne, aby znalazła się na nich Nowa Lewica, która pewnie będzie chciała pójść do wyborów sama.

Pytanie o kształt list wyborczych dotyczy także drugiej strony sceny politycznej. Tu dość dużo mówi się ostatnio o Pakcie Senackim, który miałby być zawarty między wszystkimi czterema prawicowymi ugrupowaniami, czyli PiS-em, Rozwojem Plus i obiema Konfederacjami. Wydaje się jednak, że do wyborów wszystkie te ugrupowania pójdą osobno, chociaż nie można wykluczyć jakiejś naprędce stworzonej koalicji.

Dobrze, wybory i co po nich? Tu języczkiem u wagi może być Konfederacja. Sławomir Mentzen stwierdził w tym tygodniu, że w sprawie ewentualnej koalicji po wyborach „niczego nie wyklucza".

- Nie wiem, co będzie. Mi zależy na tym, żeby zrealizować nasze postulaty systemowe. Kto będzie głosował w Sejmie za dobrymi rzeczami, to jest sprawą drugorzędną - ocenił podczas grillowania w Krakowie. - Jak będzie miał pan niższy podatek, to potem będzie miał pan gdzieś, kto panu to przegłosował - zaznaczył.

I dodał, że „ma pewne postulaty".

- Dogadam się z tymi, którzy je zrealizują. Nie jestem zainteresowany żadną koalicją, która nie będzie realizowała naszych postulatów - powiedział.

Najbliższe miesiące będą w polskiej polityce bardzo intensywne. Trudno też nie oprzeć się wrażeniu, że kampania wyborcza trwa w najlepsze, a rozpoczęła się zaraz po wyborach prezydenckich.

eprasa.pl 1eda4ab262

GOSPODARKA

Wchodzi wyższy próg PIT i większy CIT

Rząd proponuje podniesienie drugiego progu podatkowego ze 120 tys. do 130 tys. zł oraz 24-proc. stawkę PIT dla osób zarabiających od 130 do 150 tys. zł. Premier Donald Tusk zapowiedział też podwyżki niektórych podatków

Marcin Koziestański

Zmiany w sposobie rozliczania z fiskusem od dawna wisiały w powietrzu. Obecna koalicja rządowa - jeszcze w kampanii wyborczej - dużo mówiła o reformie systemu podatkowego. W tym roku ten temat wracał bardzo często, i w propozycjach składanych przez obecną opozycję, i w dyskusjach między partiami tworzącymi obecną koalicję rządową.

Także eksperci nie mieli wątpliwości, że te zmiany to tylko kwestia czasu. „Trzeba pamiętać, że próg 120 tys. zł został ustalony w 2022 roku. Dzisiaj jego realna wartość odpowiada kwocie 168 tys. zł. Obecnie około 2,5 mln osób płaci podatek według drugiego progu. Właśnie dlatego nie mam wątpliwości, że drugi próg podatkowy zostanie podniesiony. Według mnie jest to po prostu nieuniknione" - mówił analityk finansowy Piotr Kuczyński w rozmowie z naszą gazetą pod koniec lipca.

FOT. PAP/ALBERT ZAWADA

Premier Donald Tusk na konferencji prasowej z ministrem finansów i gospodarki Andrzejem Domańskim o zmianach podatkowych

Te prognozy właśnie stały się rzeczywistością. Premier Tusk poinformował w środę na konferencji prasowej, że wraz z ministrem finansów i gospodarki Andrzejem Domańskim przygotował propozycje zmian podatkowych, które miałyby zacząć obowiązywać od 2027 r. Jak wynika z jego wypowiedzi, z tych propozycji w przyszłym roku miałoby skorzystać 3,5 mln podatników.

Chodzi przede wszystkim o podniesienie drugiego progu podatkowego do 130 tys. zł wobec obecnych 120 tys. zł. Ponadto, osoby zarabiające powyżej 130 tys. zł, ale mniej niż 150 tys. zł miałyby być objęte 24-proc. stawką podatku, a nie najwyższym 32-proc. podatkiem.

- Kiedy przekraczamy 130 tys. zł, to nie łapiemy się na ten najwyższy, 32-proc. próg, tylko będziemy mieli 24 proc. - powiedział Tusk.

Przyznał, że propozycje te to wielomiliardowe koszty, dlatego rząd proponuje podwyżki niektórych podatków. Premier zapewniał, że celem jest sprawienie, aby system podatkowy był „trochę bardziej sprawiedliwszy".

- Zaproponujemy podniesienie CIT-u z 19 do 22 proc. dla podmiotów osiągających roczne przychody przekraczające 50 mln euro, czyli 200 mln zł, oraz dla podatkowych grup kapitałowych, a więc tych osiągających największe przychody koncernów i dużych przedsiębiorstw - powiedział szef rządu.

Inne propozycje to: zwiększenie daniny solidarnościowej dla tych, którzy zarabiają ponad 1 mln zł rocznie do 5 proc. (czyli o 1 pkt proc.) oraz powrót do wcześniejszego limitu przychodów dla podatników ryczałtowych wynoszącego 250 tys. euro, czyli ok. 1 mln zł. Od 2021 r. obowiązuje wyższy niż dotychczas limit przychodów dla podatników ryczałtowych; wcześniej było to 250 tys. euro, a od 2021 r. jest to już 2 mln euro.

- To jest zmiana, na której w przyszłym roku skorzysta 3,5 miliona podatników. Roczny zysk, korzyść z tej reformy, może wynieść do 3600 zł. To są pieniądze, które zostaną w portfelach Polaków - wskazał minister finansów i gospodarki Andrzej Domański. Dodał, że rząd musi prowadzić „odpowiedzialną politykę" fiskalną i budżetową, dlatego od przyszłego roku przedsiębiorstwa, które osiągają przychód powyżej równowartości 50 mln euro mają płacić wyższy podatek CIT.

- To nadal ta stawka 22 proc. to jest mniej więcej średnia dla Unii Europejskiej - poinformował minister finansów i gospodarki. Dodał, że np. Słowacja niedawno podniosła podatek CIT do 24 proc. **PAP**

MATERIAŁ INFORMACYJNY ZCK 0011567625

Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem czas zacząć

Są wydarzenia, które wraz z upływem lat stają się nie tylko częścią kalendarza kulturalnego, ale także symbolem miejsca, jego tożsamości i wartości.
Do takich bez wątpienia należy Międzynarodowy Festiwal Folkloru Ziem Górskich w Zakopanem – najważniejsze wydarzenie folklorystyczne regionu, jeden z najbardziej prestiżowych góralskich festiwali w Polsce i Europie, a zarazem rozpoznawalna na całym świecie wizytówka Zakopanego.
Od 21 do 27 sierpnia zapraszamy na Dolną Rówień Krupową w Zakopanem. Tam poznamy „Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii".

Wyjątkowa muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara
Od dziesięcioleci festiwal pozostaje wierny swojej idei. Choć świat wokół zmienia się niezwykle dynamicznie, a współczesność przynosi nowe wyzwania i nowe formy komunikacji, Zakopane niezmiennie staje się miejscem spotkania kultur górskich z różnych stron globu. To wyjątkowa przestrzeń dialogu tradycji i współczesności, w której najważniejsze pozostają autentyczność, szacunek dla dziedzictwa oraz przekazywanie wartości kolejnym pokoleniom.
Dla Zakopanego kultura rodzima jest czymś więcej niż tylko elementem lokalnej tradycji. To fundament tożsamości miasta, jego rozpoznawalny znak i powód do dumy. Góralska muzyka, taniec, stroje, rzemiosło i gwara od pokoleń budują wyjątkowy charakter stolicy polskich Tatr.

Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii
Motywem przewodnim tegorocznej edycji festiwalu, który będzie trwał **od 21 do 27 sierpnia, stał się „Świat góralskich wierzeń – na styku sacrum i magii"**. To fascynująca podróż do świata dawnych wyobrażeń, rytuałów, symboli i wierzeń obecnych w kulturze ludowej od wieków. Góralska tradycja pełna jest opowieści o siłach natury, wierzeń związanych z cyklem życia człowieka, świętami dorocznymi, ochroną domostwa czy przekonaniami dotyczącymi szczęścia i pomyślności.
Nie zabraknie również wydarzeń, które od lat stanowią serce festiwalu. Publiczność będzie mogła uczestniczyć w koncertach konkursowych zespołów folklorystycznych z Polski i świata oraz kibicować uczestnikom Międzynarodowego Konkursu Kapel, Instrumentalistów i Śpiewaków Ludowych. Program wzbogacą koncerty gwiazd, wśród których znajdą się m.in. **Roby Lakatos** oraz **Štefan Štec**, artyści cenieni za niezwykłą umiejętność łączenia tradycji z nowoczesną interpretacją muzyki ludowej.

Serdecznie zapraszamy do Zakopanego od 21 do 27 sierpnia. Przyjdźcie, aby usłyszeć muzykę płynącą prosto z serca gór, odkryć tajemnice dawnych wierzeń i poczuć niezwykłą energię spotkania górali z całego świata.

Organizatorzy: ZAKOPANE
Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego
Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury - państwowego funduszu celowego
Partner Główny: MAŁOPOLSKA
Partner Strategiczny: TAURON

REKLAMA 0211461412

REKLAMA 0011568592

Zgodnie z art. 38 i art. 40 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami (tj. Dz.U. z 2026 r. poz. 399) oraz §3 ust. 1, §6 ust. 1 i 7 i §13 Rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 14 września 2004 roku w sprawie sposobu i trybu przeprowadzania przetargów oraz rokowań na zbycie nieruchomości (Dz.U. z 2021 roku, poz. 2213)

STAROSTA WĄGROWIECKI

informuje,

iż w dniu 21.08.2026 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Starostwa Powiatowego w Wągrowcu, na okres 2 miesięcy zostało wywieszone ogłoszenie o przetargu ustnym nieograniczonym na sprzedaż nieruchomości Skarbu Państwa, położonej w Wągrowcu, oznaczonej nr działki 2135/2 o pow. 0,6768 ha, zapisanej w księdze wieczystej KW numer PO1B/00025704/6. Ogłoszenie o przetargu zamieszczono również w Biuletynie Informacji Publicznej Starostwa Powiatowego w Wągrowcu. Cena wywoławcza została ustalona na kwotę 786.313, 00 zł (netto). Przetarg odbędzie się dnia 21.10.2026 r. o godzinie 10.00 w sali nr 110 w siedzibie Starostwa Powiatowego w Wągrowcu, przy ulicy Kościuszki 15. Warunkiem uczestnictwa w przetargu jest wpłata wadium w wysokości 78.683 zł. Informacji w sprawie przetargu udziela: Kierownik Wydziału Gospodarki Nieruchomościami Starostwa Powiatowego w Wągrowcu, ul. Kościuszki 15, pokój nr 6 (telefon: 67 26 80 545), nieruchomosci@wagrowiec.pl.

eprasa.pl 1eda4ab262

POLITYKA

Dr Tomasz Słupik: Konfederacja nie chce żadnego patronatu politycznego od Karola Nawrockiego

– Sławomir Mentzen i Krzysztof Bosak grają o dość wysoką stawkę i im patronat Karola Nawrockiego do niczego tak naprawdę nie jest potrzebny. Narracja Konfederacji jest taka, że PiS i PO to jedno zło. Dla nich nie ma różnicy. Dla części młodych ludzi, ich wyborców, to dziadersi. Więc obowiązuje narracja równego dystansu i klasycznego populizmu, to znaczy wszyscy już byli i wszyscy źle rządzą, zadłużają kraj. Ona dzisiaj trafia na podatny grunt – mówi dr Tomasz Słupik, politolog z Uniwersytetu Śląskiego

Dorota Kowalska

Nie ma pan wrażenia, że ostatnio w polskiej polityce nie ma tak zwanego sezonu ogórkowego?

Nie wiem, czy ostatnio. Zeszły rok też był obfity w różne wydarzenia polityczne, ale tak – od jakiegoś czasu nie ma sezonu ogórkowego w polskiej polityce.

Jak pan myśli, czemu służył ten atak na program SAFE Karola Nawrockiego podczas obchodów Święta Wojska Polskiego? On był chyba trochę niepotrzebny, nie uważa pan?

To zależy, jak na to patrzeć. Jeżeli patrzymy z perspektywy interesu państwowego czy racji stanu, to absolutnie nie był potrzebny. Natomiast, jeżeli spojrzymy na to z perspektywy logiki Karola Nawrockiego, to myślę, że tak, bo prezydent gra w ten sposób na polaryzację społeczeństwa. Mówi, że wszystko to, co robi Tusk i jego ekipa, jest złe. Krytyka Tuska umacnia jego stronników, zwolenników, buduje jego pozycję. Więc można na to wystąpienie prezydenta Nawrockiego patrzeć dwojako.

Ale prezydent dostał dość szybką i trafną ripostę od wicepremiera i szefa MON Kosiniaka-Kamysza. Poza tym, w tym wypadku prawie wszyscy są zgodni: i Polacy i wojskowi - SAFE jest polskiej armii potrzebny. Na tym polu Nawrocki z rządem przegrywa, więc po co w to brnąć?

To prawda. Nawrocki w to brnie, bo został tak naprawdę ograny przez Donalda Tuska dawno temu. Pierwszy jego błąd to była ta słynna już konferencja z Adamem Glapińskim. Ich pomysł na to, jak finansować polską armię okazał się zupełną hucpą, ekonomiści, od prawa do lewa, wypowiedzieli się na ten temat i mają podobne zdanie. Druga sprawa, rzeczywiście, patrząc z perspektywy racji stanu, to myślę, że nawet najbardziej zagorzali zwolennicy PiS-u zaciskają zęby i jednak przyznają, że te 180 miliardów to kwestia naszego bezpieczeństwa, to jeden procent polskiego PKB. Wiem, że przeciętny Kowalski nawet nie wie, jaka to jest kwota, ale to się przekłada na prosperity ekonomiczną. Tak, nastroje się rozjeżdżają, bo Tusk ma 60 procent przeciwników, natomiast wskaźniki gospodarcze są naprawdę dobre. Tyle że to nie wskaźniki wygrywają wybory, ale emocje u wyborców.

Też pan uważa, że Karol Nawrocki chce sprawować rząd dusz na prawicy?

No pewnie, że tak uważam, tylko w przeciwieństwie do wielu komentatorów jestem zdania, że jeszcze bardzo daleka droga do tego, aby on ów rząd dusz sprawował. To inna osobowość i dużo twardszy polityk od Andrzeja Dudy, który właściwie we własnym obozie nie miał autorytetu i był lekceważony chociażby przez Kaczyńskiego, ale na prawicy jest wiele podmiotów politycznych i pretendentów do tego, żeby być liderem tego środowiska. Wiemy, że na linii Nawrocki - Kaczyński iskrzy, ale to są politycy, więc kiedy mają się dogadywać, to się dogadują. Nie wiem, na ile teraz ta koncepcja jest jeszcze aktualna, chodzi o uderzenie w Brauna, koncepcja obu panów. Na razie zabiegi Kaczyńskiego i Nawrockiego nic w tym zakresie nie dają, bo jak widzimy sondaże, to Braun ociera się w nich o wynik dwucyfrowy.

FOT. ANNA KACZMARZ

Sławomir Mentzen i Konrad Berkowicz z Konfederacji podczas pikniku „Kiełbasa wyborcza" w lipcu

Mówi się, że Karol Nawrocki ma być takim patronem „paktu senackiego", że do Senatu prawica może pójść razem. Pan sobie wyobraża ludzi PiS-u, Morawieckiego i Brauna na wspólnych listach wyborczych?

Na tę chwilę sobie tego nie wyobrażam. Ale mam jeszcze jedno zastrzeżenie: Krzysztof Bosak, który, moim zdaniem, jest bardziej doświadczonym graczem politycznym od Mentzena, wyraźnie sygnalizuje, że Konfederacja nie chce żadnego patronatu Nawrockiego. Oni wspominają o Pakcie Senackim, twierdzą, że to rozsądne rozwiązanie, ale nie chcą żadnego patronatu. Mówią: „Umówmy się, co do okręgów, nie konkurujmy ze sobą, wystawiamy swoich kandydatów i tyle. Na tym koniec". Zresztą z perspektywy Mentzena, czy Bosaka rozumiem tę strategię, bo grają o dość wysoką stawkę i im patronat Nawrockiego do niczego tak naprawdę nie jest potrzebny. Narracja Konfederacji jest taka, że PiS i PO to jedno zło. Dla nich nie ma różnicy. Dla części młodych ludzi, ich wyborców, to dziadersi. Więc obowiązuje narracja równego dystansu i klasycznego populizmu, to znaczy wszyscy już byli i wszyscy źle rządzą, zadłużają kraj. Ona trafia na podatny grunt.

No dobrze, ale Konfederacja będzie musiała z kimś tę koalicję stworzyć, sama rządzić nie będzie.

Konfederacji jest wygodnie do wyborów utrzymywać tę narrację, o której mówię dlatego, że ona przynosi jej głosy wyborców. Mentzen z Bosakiem dobrze wiedzą i badania im to pokazują: sklejenie się z Nawrockim jest sklejeniem się z establishmentem, a skoro to partia antyestablishmentowa, to takie bratanie się z prezydentem nie ma sensu. A co będzie po wyborach? Tego nie wie chyba nikt. Najróżniejsze rzeczy się po nich dzieją, że znowuż wspomnę słynną koalicję PiS-u, Samoobrony i LPR-u.

Ciężko się będzie Kaczyńskiemu czy Morawieckiemu

AKCJA CHARYTATYWNA
0011544302

eprasa.pl 1eda4ab262

wytłumaczyć z koalicji z Braunem.

Zdecydowanie tak, mamy przecież jeszcze Amerykanów. Kiedy ambasadorem była pani Mosbacher i pogroziła paluszkiem Kaczyńskiemu, Dudzie, ci natychmiast wykonali polecenia z centrali. Czy tak będzie teraz? Trudno powiedzieć. Mamy tu przecież jeszcze cały gąszcz interesów, chociażby kwestię stałej obecności wojsk amerykańskich w Polsce, ale też sprzętu, rakiet Patriot. Więc powiem dosadnie, z tej perspektywy polski rząd, w szczególnie prawica, nie za bardzo może podskakiwać Amerykanom, bo wiemy, że Trump jest bardzo chimerycznym politykiem. Niestety to źle wygląda, bo takie relacje przypominają trochę relacje między metropolią, a nie chcę powiedzieć kolonią, ale dominium. To znaczy, jeśli ambasador obcego kraju grozi palcem i mówi, że są pewne granice, których ten czy inny rząd przekraczać nie może – to nie jest dobrze. Z drugiej strony, rozumiem też amerykańską postawę. Kwestia antysemityzmu jest dla nich absolutnie nie do przyjęcia, więc lobby jest tu bardzo silne. Zresztą słusznie, że Amerykanie wyznaczają taką czerwoną linię, bo Braun jest, moim zdaniem, na zupełnym marginesie. Jego poglądy są katastrofalne z wielu powodów, a dodajmy do tego jeszcze fakt, że Braun jest piewcą ruskiej propagandy. W jego otoczeniu jest też cała masa podejrzanych typów, są dziennikarze, którzy detalicznie zbadali tych ludzi. To wszystko wygląda dramatycznie źle.

Prawica będzie miała z Braunem problem, tak czy inaczej.

Tak, ale z drugiej strony bez Brauna mogą nie stworzyć rządu. Ważny jest Morawiecki, i tu też nie zgadzam się z częścią komentatorów, którzy mówią, że jeżeli on teraz nie ma dwucyfrowego wyniku w sondażach, to za rok będzie pod kreską. W momencie, kiedy rzeczywiście pójdzie sygnał od Amerykanów, że Braun w ogóle nie wchodzi w grę przy tworzeniu rządu, to prawica nie ma w tym momencie większości. I tutaj centroprawicowy Morawiecki może dokonać klasycznego odwrócenia sojuszu. Może zawrzeć koalicję z Tuskiem. Myślę, że nie ma żadnych ku temu przeszkód, ale do wyborów jeszcze daleko.

Morawiecki z Tuskiem? Wierzy pan w coś takiego?

Jest jeszcze rok i nie jesteśmy w stanie w tej chwili przewidzieć, co się w ciągu tego roku wydarzy. Niech pani zobaczy, co się dzieje w Iranie. Trump dużo mówi, mniej robi. Jego pomysł bombardowania Omanu, który jest sojusznikiem Ameryki, to już kompletna aberracja. A z drugiej strony ajatollahowie zaostrzają kurs. Szef Strażników Rewolucji powiedział, że to dopiero początek konfrontacji, więc oni idą na całość. Pojawiła się koncepcja, że właściwie do końca kadencji Trumpa, czyli jeszcze przez dwa lata, ten konflikt, w różnych odsłonach, będzie trwał. Patrzę na to nie z perspektywy Bliskiego Wschodu, który jest dla nas odległy, ale z perspektywy ekonomii. Jeśli baryłka ropy będzie kosztować 150 dolarów, to wystrzeli nam inflacja, a trudności gospodarcze będą biły przede wszystkim w rząd. Kolejny rząd też zresztą będzie miał ten pasztet czy tą żabę do zjedzenia. Jaki on będzie, to na razie nie do przewidzenia. Nie uprawiałbym też takiej prostej arytmetyki: dodamy sobie notowania sondażowe cztery partii prawicowych, wychodzi nam - nie wiem - dwieście trzydzieści parę mandatów i to znaczy, że oni mają większość. To w tej chwili jest, moim zdaniem, dość bezpodstawna spekulacja.

Też pan uważa, jak wielu polityków, ale też komentatorów, że wystawienie Macieja Berka jako kandydata do Trybunału Konstytucyjnego to był błąd Donalda Tuska?

Tak, to błąd Donalda Tuska. Też tak uważam. Czym się różni pan Piotrowicz i pani Pawłowicz od Macieja Berka w Trybunale Konstytucyjnym?

Różni się trochę, bo jednak Maciej Berek nie był w żadnej partii politycznej, a pani Pawłowicz i pan Piotrowicz byli aktywnymi członkami Prawa i Sprawiedliwości.

Pan Piotrowicz był także w PZPR. Tak, ale Maciej Berek to bardzo bliska i zaufana osoba premiera, o czym wielokrotnie mówił sam Donald Tusk. I wiemy, że to jest człowiek, o którym często mówiono „mały premier". On właściwie trzymał te wszystkie nici instytucjonalne, chociażby procesu legislacyjnego. To jest osoba, która ma gigantyczną wiedzę, jest blisko Donalda Tuska, co jego niezależność, niezawisłość stawia pod sporym znakiem zapytania. Tusk mówi, że Berek ma robić porządek w TK, ale wie pani, na tych zgliszczach czy ruinach Trybunału? Jaki on tam będzie robił porządek? To wygląda raczej tak, że jedna ekipa przejmie TK od drugiej. Poza tym, trudno robić porządek w czymś, co jest atrapą.

Powiem szczerze, dziwię się Donaldowi Tuskowi, bo jednak szedł do wyborów z hasłem odpolitycznienia wymiaru sprawiedliwości, a robi właściwie to, co zrobił PiS. Nie wiem, dlaczego.

Jest taka, można powiedzieć, żelazna logika, związana też pewnie z nastrojami wewnątrz obozu władzy, a w szczególnie wewnątrz KO. Nie chcę powiedzieć, że Donald Tusk jest zakładnikiem radykałów, ale niektórzy mówią: „No dobra, w porządku, Berek. Skoro tamta strona faulowała, to my też będziemy faulować". To jest tak trochę jak w meczu piłkarskim - jak tamci nas kopią, to my ich też kopać będziemy. Ale tu akurat, jeśli chodzi o wymiar sprawiedliwości, nie o to chodzi. Jeżeli mamy robić sanację tego obszaru życia, to nie tędy droga. Jeżeli przyjmiemy, że prawica za rok zdobędzie władzę, to nie wyobrażam sobie skali czystek nie tylko w wymiarze sprawiedliwości.

Mówi się, że Donald Tusk namawia koalicjantów, żeby poszli do wyborów z jedną listą, że skoro chce to zrobić prawica, to oni też powinni. Pan sobie taką sytuację wyobraża?

W przypadku ludowców i Kosiniaka-Kamysza - tak. On próbuje - co dla polityka jest absolutnie normalne - utrzymać podmiotowość, chociaż ona jest pod gigantycznym znakiem zapytania. W przypadku Lewicy - nie, bo Lewica z różnych powodów - myślę o Nowej Lewicy - straciłaby tożsamość. Lewica od czasów afery Rywina dostała kilka mocnych ciosów: wpierw Rywin przyszedł do Michnika, później nie weszli do Sejmu, był moment, że w ogóle nie wystawili kandydata na prezydenta lub Miller wystawił Magdalenę Ogórek, co było tak naprawdę kabaretowe. Więc teraz gdyby oni poszli za rydwanem Tuska, to część elektoratu na pewno by się od nich odwróciła. Spoiwem KO i Nowej Lewicy jest anty-PiS, natomiast programowo wielu ludzi Lewicy nie zgadza się z pewnymi rozwiązaniami, które Tusk proponuje chociażby w gospodarce. Widać, że Lewica chce pójść do wyborów sama. Pan Czarzasty, marszałek Sejmu robi w tej chwili takie tournee po Polsce, więc widać wyraźnie, że Lewica chce budować swoją podmiotowość. Sondaże jej dają taką możliwość. Oczywiście niewykluczone, że będą jakieś taktyczne sojusze czy Pakt Senacki, ale akurat nie wierzę, żeby Lewica poszła do wyborów razem z Tuskiem. Natomiast cała reszta, tak. Hołownia już został połknięty. PSL w pewnym sensie nie ma wyjścia i Kosiniak-Kamysz, myślę, znakomicie zdaje sobie z tego sprawę. Teraz się znowu zabawię w sposób trochę nieuprawniony, ale jeśli dodamy sobie ludowców do Koalicji Obywatelskiej to jest możliwość podkręcenia sondaży. Jeżeli, tak jak mówię, sytuacja międzynarodowa nam się nie pogorszy, to Platforma będzie miała mocne trzydzieści kilka procent poparcia plus Lewica, która na pewno nie popełni błędu i pójdzie do wyborów jako komitet, a nie koalicja. I znowu będzie „na żyletki", ponieważ nasze społeczeństwo przynajmniej od 2010 roku jest podzielone właśnie po równo. Tak naprawdę emocje i nastrój powodują, że część niezdecydowanych, a ona zawsze jest mniejsza lub większa przy polaryzacji, rozstrzyga o losie wyborów. Więc wszystko się może jeszcze zdarzyć: wyjdzie jakaś afera, wyskoczy z czymś Donald Trump, pogorszą się wskaźniki gospodarcze i rząd, który ma dzisiaj złe notowania, polegnie w wyborach. Ale może być tak, że spadają atrapy dronów czy jakaś rakieta i efekt flagi zadziała na korzyść obozu rządzącego.

Nawrocki ma ambicje, w miarę silną wolę. Może grać budżetem. Może też doprowadzić do rozwiązania Sejmu i przyspieszonych wyborów

TOMASZ SŁUPIK
politolog

Trzeba pamiętać też o tym, że to prezydent wyznacza człowieka, który tworzy rząd.

Nawrocki ma ambicje, w miarę silną wolę, ale przecież to jego zaplecze jest mózgiem tego, co robi. Nawrocki może grać budżetem. Może też doprowadzić do rozwiązania Sejmu i przyspieszonych wyborów. Ale, moim zdaniem, to najgorsze możliwe rozwiązanie. W obliczu międzynarodowych konfliktów i zawirowań ekonomicznych kolejna kampania, kolejne polaryzowanie, kolejne granie kartą antyukraińską, to pompowanie Grzegorza Brauna. Braun w kampanii będzie chciał na siebie zwrócić uwagę i będzie coraz radykalniejszy, będzie robił coraz paskudniejsze rzeczy. To jest, nie chcę powiedzieć, recepta na katastrofę, ale tak naprawdę te nastroje są już dzisiaj mocno rozchwiane i idą w bardzo niebezpiecznym kierunku. Demagogia wszelaka i populizm święcą dzisiaj triumfy. Politycy robią to, co robią bardzo sprawnie. Jeżeli widzą, że granie antyukraińską kartą jest skuteczne, to nią grają. Jeżeli widzą, że antyeuropejskie nastroje dla części elektoratu są na miejscu, to tym grają. Świadomie i cynicznie. Bo często zdają sobie sprawę, że to jest kompletnie samobójcze. Myślę, że znakomita większość doświadczonych polityków wie o tym, że bez Unii Europejskiej bylibyśmy w katastrofalnej sytuacji, bez kursu prozachodniego bylibyśmy po prostu na krawędzi. Wiedzą o tym, zdają sobie z tego sprawę, ale tym grają. Ale skoro część ludzi jest otumaniona, to oni ich tumanią dalej.

Strach pomyśleć, co my możemy usłyszeć z ust polityków przez najbliższe miesiące, trochę ponad rok.

Sięgnę do 2005 roku i premiera z Krakowa, bo przecież to był Wersal tak naprawdę. W ciągu dwóch dekad, polityka stoczyła się na poziom absolutnie niewyobrażalny. Ktoś, kto byłby zahibernowany w latach 90. albo z początkiem nowego wieku, kiedy wybuchła afera Rywina i zdekomponowała ten układ lewicowo-liberalny, i obudziłby się dzisiaj, doznałby absolutnego szoku poznawczego. Gdzie wtedy były poglądy antysemickie? To był jakiś absolutny margines. Gdzie antyukraińskość? Przecież Kaczyński był proukraiński, ta prometejska idea była ważna w jego środowisku, otoczeniu. Gdzie była antyeuropejskość? Wszyscy chcieliśmy do Unii.

Dobrze, to co się stało z Polakami, z wyborcami?

To dobre pytanie. Staramy się to badać. Tłumaczę studentom: część zachodnich społeczeństw, Francja na przykład, stoi w miejscu, nie rozwija się. Włochy są w katastrofalnej sytuacji gospodarczej, z ogromnym deficytem. Niemcy robią bokami, bo nie zmodernizowały się w porę, a wszystko oparły na tanim gazie, automotive i eksporcie do Chin. Wiem, że to brzmi dziwnie, ale Niemcy w jakimś stopniu są chorym członkiem Unii Europejskiej. Natomiast Polska z tej perspektywy, nie chcę powiedzieć, że jest zieloną czy kwitnącą wyspą, ale jak patrzymy na wskaźniki, choć wskaźniki nie wygrywają wyborów, to za chwilę przegonimy Hiszpanów, Włochów czy zrównamy się z Brytyjczykami. Gdyby mi ktoś powiedział, kiedy byłem w liceum czy na studiach, że tak będzie, to popukałbym się w czoło i powiedziałbym: „Nie za mojego życia".

No to o co chodzi?

Apetyt rośnie w miarę jedzenia. Niech pani zobaczy na presję płacową, ona jest olbrzymia. Bardzo dobrze, że tak jest, że kolejne rządy podnoszą płacę minimalną. Oczywiście ciągle są różnice i te różnice zaczęły się po upadku PRL-u. Myśmy się bardzo rozwarstwili, chociaż wszyscy zyskali w ciągu ostatnich lat. Redystrybucja pisowska dała bardzo dużo, ona nie była tylko rewolucją godności, ale też rewolucją ekonomiczną. A, jak mówiłem, apetyt rośnie w miarę jedzenia. Jak kiedyś powiedział mój mistrz, Alexis de Tocqueville: „Rewolucje nie wybuchają wtedy, kiedy jest źle. Rewolucje wybuchają wtedy, kiedy są rozdmuchane oczekiwania". I tak było de facto we Francji: mieszczaństwo dusiło się w systemie absolutystycznym i samo chciało rządzić. I tak jest, w różnych konfiguracjach i okolicznościach, do dziś.

eprasa.pl 1eda4ab262

MOIM ZDANIEM

MONIKA KACZYŃSKA
z-ca redaktora naczelnego „Głosu Wielkopolskiego”

Zabójcze wakacje, czyli latem ostrożnie z klasykami

Gdy latem śledzi się wiadomości, chciałoby się powtórzyć za Jasiem Fasolą: „Bezczynność gwarancją bezpieczeństwa”. Bo od lat wakacje są czasem niepotrzebnych urlopowych śmierci.

Bieżący tydzień zaczął się od doniesienia o wypadku polskiego autokaru, którym pielgrzymi z Podkarpacia podróżowali z Medjugorje. Na węgierskiej autostradzie autobus wypadł z trasy. Jak dotąd wypadek pochłonął 12 ofiar śmiertelnych.

I choć w Europie miejsc ściągających pielgrzymów nie brakuje (żeby wymienić tylko Fatimę, Lourdes, Santiago de Compostela czy Watykan), we wszystkich można spotkać licznie przybywających Polaków, ale żadne z nich nie ma aż tak tragicznego bilansu. W ciągu ostatniego ćwierćwiecza na tej trasie zginęło 45 osób, a liczba rannych przekroczyła setkę.

Mimo że wypadki pielgrzymkowych autokarów zdarzały się i na innych trasach (do najtragiczniejszego, który pochłonął 26 ofiar śmiertelnych, doszło w 2007 roku w okolicach Grenoble, w czasie podróży z La Salette), to w czasie powrotów z Medjugorje powtarzają się z przerażającą regularnością.

I nic do rzeczy nie mają tu kwestie nadprzyrodzone. W tych ziemskich jednak rysuje się pewien schemat. Program wszystkich tych pielgrzymek z tragicznym finałem był niemal jednakowy: wyjazd wieczorem, cała noc jazdy, by rano znaleźć się na miejscu, dzień modlitwy i zwiedzania, czasem nocleg, modlitwa i kolejna nocna podróż.

Dlaczego? Bo tak taniej (30-40 euro na dodatkowy nocleg oraz ewentualnie śniadanie to dla niejednego pielgrzyma kwota nieobojętna). Wszak z Rzeszowa do Mjedjugorie jest zaledwie około 200 kilometrów dalej niż z Przemyśla do Szczecina. Któż, podróżując po Polsce, zatrzymuje się na tranzytowy nocleg? Przy dwóch kierowcach kilkanaście godzin jazdy nie wydaje się szczególnym wyzwaniem. I faktycznie, w przytłaczającej większości przypadków się udaje. Tyle że te, w których coś pójdzie nie tak, rujnują życie całych rodzin.

A to przecież tylko znikoma część urlopowych tragedii. Już pierwszy ciepły weekend przynosi wieści o pierwszych utonięciach – według policyjnych statystyk w tym sezonie (od 1 czerwca do 18 lipca) w Polsce w ten sposób zginęło już 139 osób. Przyczyny? Co roku te same : brawura i alkohol. Zaś większość ofiar utonięć to młodzi mężczyźni, którym i z jednym, i z drugim często bywa po drodze.

Do tego dochodzą śmiertelne wypadki w górach – w jeden weekend na przełomie lipca i sierpnia straciły życie cztery osoby. Kolejne tygodnie podniosły liczbę ofiar do 17. A przecież sierpień, który na górskich szlakach zasłużenie uchodzi za czarny miesiąc, jeszcze się nie skończył. Nie, nie upadki z Orlej Perci (choć i takie były). Ot, potknięcie się na nie aż tak trudnym szlaku, które skończyło się upadkiem w przepaść czy zawały serca na niemal spacerowych trasach, które w upale okazały się wyzwaniem ponad siły.

Jeśli doliczymy 232 ofiary śmiertelne wypadków drogowych w całym kraju, bez żadnej przesady można powiedzieć, że wakacji nie przeżyła cała, wcale nie najmniejsza wieś.

I choć oszołomieni letnim słońcem i wszechogarniającą zielenią od wiosny niemal podśpiewujemy za klasykiem „mierz siły na zamiary, nie zamiar podług sił”, na lato zmieńmy zestaw lektur. Czego nie przeżyjemy w te wakacje, będziemy mogli przeżyć za rok. Bo najpewniej wciąż tu będziemy.

MONIKA.KACZYNSKA@POLSKAPRESS.PL

ZAPISKI FRAKCJI PRZYTOMNYCH

ADAM BUŁA
szef newsroomu centralnego

Obrona Monte del Presidente. O bolszewickim duchu buszującym w pałacu

Zaliczyłem ostatnio zmasowany nalot „prawdziwych Polaków” na konto w jednym z serwisów społecznościowych. Powód? – opinia, że prezydent Nawrocki powinien być wyśmiewany za swoją wpadkę z „obrońcami Monte Cassino” tak długo, aż jego otoczenie zachowa się przyzwoicie. Daremne nadzieje, próżny trud... Prawdziwy bolszewik nie przyznaje się do błędu nigdy i nigdzie.

Dlaczego od razu bolszewik? – spytacie. Może dlatego, że chwilę później pojawiła się informacja o śmierci Wandy Traczyk-Stawskiej i nikt z pałacu – od prezydenta, przez jego ministrów, po rzecznika rządu – nie zdobył się na słowo pożegnania. Bo to był „nie ich” powstaniec warszawski. A takie milczenie, równe w sumie wymazywaniu pamięci, zawsze najbardziej kojarzyć mi się będzie z bolszewickim duchem.

Wróćmy do wpadki prezydenta z przemówienia w Święto Wojska Polskiego. Jego przejęzyczenie było tak oczywiste, że po prostu nie ma o czym mówić. Niezręczne może dodatkowo, bo ostatecznie padło z ust historyka, ale to nadal nie jest żaden temat. Więc odstawmy na bok tych „patriotów”, którzy od kilku dni tłumaczą mi, że przecież Polacy po zdobyciu ruin klasztoru przez jakiś czas zabezpieczali teren i bronili się przed niemieckimi kontratakami – a więc... bronili Monte Cassino, ergo nieomylny Nawrocki miał rację.

Problemem bowiem nie jest to, za co ktoś skrytykuje prezydenta lub jego otoczenie, tylko sam fakt ośmielenia się na podniesienia ręki na Wodza prawdziwych patriotów, stalinowego – sorry, przejęzyczenie – stalowego Karola.

Bo w świecie prawego patrioty (i, dla porządku, równie zacietrzewionej części wyznawców drugiej strony barykady) nic nie dzieje się przypadkiem. Dlatego kiedy minister Barbara Nowacka zaliczała rok wcześniej słynną wpadkę z „polskimi nazistami” budującymi obozy śmierci, to nie było przejęzyczenie. To było świadome narzucanie lewicowej narracji o naszym współudziale w Holokauście, czego koronnym dowodem jest to, że swoje wystąpienie Nowacka miała spisane na kartce, a nie mówiła z głowy, jak Nawrocki.

Zostawmy i tych paranoików. Bo dla mnie ważniejszą różnicą między wpadkami tych polityków jest prosty fakt, że Nowacka na drugi dzień po wystąpieniu solennie swoją wypowiedź sprostowała i za nią przeprosiła, a u prezydenta śladu takiej reakcji nie ma.

No ale to nadal jest temat niewart w sumie zachodu – taki prezydencki styl i tyle. Dla mnie temat zrobił się dopiero wtedy, gdy na oficjalnej stronie Kancelarii Prezydenta RP pojawiła się oficjalna transkrypcja przemówienia prezydenta na państwowej uroczystości. A tam, bez żadnej adnotacji, po prostu poprawiono wypowiedź Karola Nawrockiego. „Obrona Monte Cassino” zniknęła, pan prezydent powiedział „o tych, którzy walczyli pod Monte Cassino”.

Dalej powiecie, że drobiazg. No już nie. Jeśli kancelaria za blisko 400 milionów złotych rocznie tak frywolnie sfałszuje oficjalny dokument, to dlaczego mam zakładać, że zachowa się profesjonalnie i uczciwie przy jakimkolwiek innym dokumencie?

Najbardziej jednak zatrważającym jest fakt, że nie mam pewności, czy oni tam w ogóle mają świadomość i kompetencje, żeby zrozumieć, co w istocie czynią. Może nie rozumieją, że brak w tej transkrypcji malutkiej gwiazdki, informującej o skorygowaniu oczywistego przejęzyczenia prezydenta, to nie jest jakaś tam malutka gwiazdka. To wielka i bijąca po oczach bolszewicka gwiazda ich mentalności.

ADAM.BUŁA@POLSKAPRESS.PL

Wołodymyr Zełenski, prezydent Ukrainy: „Niestety, podczas gdy Moskwa inwestuje w rakiety balistyczne i eskalację, świat nie zawsze reaguje na takie ataki w odpowiedni sposób”

FOT. PAP/EPA/MAXYM MARUSENKO

eprasa.pl 1eda4ab262

STOPKLATKA

FOT. AUTOR

↑

Wzruszające zdjęcia z kolejnej wymiany jeńców. Tym razem Ukraina i Rosja wymieniły 103 żołnierzy wziętych do niewoli w czasie walk. Ale w tym konflikcie takie chwile odprężenia zdarzają się bardzo rzadko. Cały czas Rosja prowadzi wojnę na wyniszczenie, konsekwentnie bombardując i ostrzeliwując kolejne części Ukrainy. Kijów odpowiada atakami dronowymi

PAP/PAWEŁ SUPERNAK

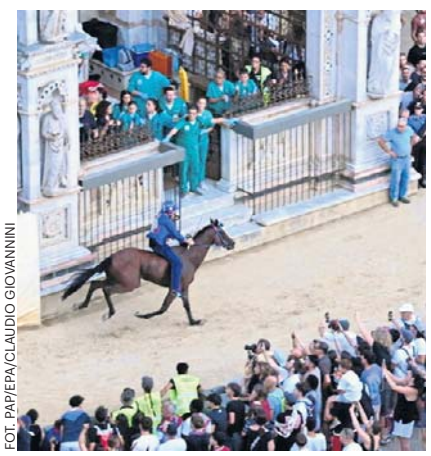
↑

W Płocku rozstawiono baterie systemu rakietowego MIM-104 Patriot. Władysław Kosiniak-Kamysz, wicepremier, szef MON, wskazał je jako przykład budowy wielowarstwowej ochrony kraju i zabezpieczenia najważniejszych obiektów infrastruktury krytycznej. W ten sposób Kosiniak-Kamysz demonstrował, że Polska jest chroniona przed atakami z powietrza

→

Tak wygląda gaszenie pożaru za pomocą drona na terenie Tatrzańskiego Parku Narodowego. Na szczęście pożar nie był wielki, wywołało go prawdopodobnie uderzenie pioruna. Strażacy do akcji zaangażowali śmigłowiec, gdyż teren był trudno dostępny. Ale najbardziej skuteczne w akcji okazały się drony. A przy okazji powstały też efektowne zdjęcia

FOT. PAP/GRZEGORZ MOMOT



FOT. PAP/EPA/CLAUDIO GIOVANNINI

←

W Sienie odbył się tradycyjnie wyścig konny po głównym rynku miasta Piazza del Campo. Jest organizowany dwa razy do roku od czasów średniowiecza. Tym razem zwyciężył widoczny na zdjęciu Giovanni Atzeni na koniu Anda e Bola

eprasa.pl 1eda4ab262

TEMAT TYGODNIA

FOT. PAP/EPA/GEORGE VITSARAS

Seria pożarów w Europie Południowo-Zachodniej okazała się dla wielu problemem przy planowaniu i spędzaniu wakacji (na zdjęciu pożar lasu na wyspie Salamina w Grecji)

Kiedy urlop zamienia się w koszmar

Wybuchy wulkanów paraliżujące ruch lotniczy, pożary lasów w turystycznych kurortach, wypadki autokarów pełnych ludzi – czasami wymarzone wakacje nie przebiegają tak, jakbyśmy tego chcieli. Bywa, że z powodów od nas niezależnych, ale często na nasze własne życzenie

Dorota Kowalska

To była zgrana paczka znajomych, wszyscy pochodzili z Podkarpacia. Już wcześniej jeździli ze sobą na pielgrzymki: znali się, lubili, zawsze było o czym pogadać, z kim się pośmiać. W niedzielę wracali do domów z Medjugorie. Byli na miejscu kilka dni, wypoczywali. Do przejechania zostało im około trzystu kilometrów. W środku nocy na węgierskiej autostradzie między Budapesztem a Miszkolcem ich autokar zjechał do rowu.

- Rozmawiałam przez telefon z Polską, z koleżanką, i nagle: „Bum". Autobus się przewrócił, przekoziołkował. Uderzyłam głową, ale byłam na tyle przytomna, że widziałam, co się stało. Wszystkie siedzenia były powyrywane, ludzie byli pod fotelami. Wszyscy krzyczeli: „ratunku" - powiedziała w rozmowie z dziennikarzami TVN24 pani Helena.

Ma pękniętą kość ramienia, połamane żebra, uszkodzony kręgosłup.

- Autobus przewrócił się raz, potem drugi. Zdążyłam się czegoś przytrzymać, ale siedzenie zostało wyrwane razem z całą konstrukcją, trzymałam się tej ramy. W środku było ciemno, nic nie było widać. To jest nie do wyobrażenia widzieć, jak ten autobus wyglądał od środka - relacjonowała.

Wszędzie szkło z powybijanych szyb, powyrywane siedzenia autokaru.

- Swoją siostrę wyciągnęłam za nogi. Powiedziałam jej: „Ty ratuj się rękami, a ja będę cię wyciągać za nogi". Pomogłam też wydostać jednego mężczyznę. Przeciągnęłam go za nogi, ale tylko kawałek. Później pomogli już strażacy - opowiadała ocalała z wypadku.

Ludzie byli poprzygniatani fotelami. Krzyki, jęki, wołanie o pomoc. Ci, którzy byli w stanie, pomagali ciężej rannym. Na miejscu szybko pojawili się strażacy, lekarze, policja, ale też mieszkający na Węgrzech Polacy.

Bilans wypadku – tragiczny. W pojeździe było 59 osób - 57 pasażerów i dwóch kierowców. Zginęło 12 osób, 10 w stanie ciężkim przewieziono do szpitali. Część z poszkodowanych wróciła już do Polski. Sprawę badają śledczy. Kierowca, który prowadził autobus, został tymczasowo aresztowany na 30 dni, prawdopodobnie zasnął za kierownicą. Ale on też jest ofiarą.

- Szkoda tego człowieka. Rozmawiałem z ludźmi, nikt nie ma do niego pretensji - mówił w rozmowie z TVN24 drugi z kierowców. I dodał, że mężczyzna był „nad podziw rzetelny, uczciwy, uczynny".

Nie pierwszy taki wypadek

Na drogach podczas wakacji giną turyści, pielgrzymi, uczestnicy kolonijnych wycieczek. W sierpniu 2022 roku na autostradzie A4 na północ od stolicy Chorwacji jadący w kierunku Zagrzebia autobus zjechał z drogi i wpadł do rowu przy autostradzie. W wypadku, podobnie jak teraz na Węgrzech, zginęło 12 osób, 32 zostały ranne. Wszystkimi ofiarami byli Polacy, którzy pielgrzymowali do Medjugorje.

Ksiądz Rafał Działak z parafii w Koninie był jednym z poszkodowanych.

Nie spał od godz. 3.15. Siedział w jednym z przedostatnich rzędów, obserwował wszystko, co dzieje się na drodze. Na granicy z Chorwacją czekali jakieś 20 minut, była kontrola paszportowa. Pan Paweł, z którym duchowny mieszkał w jednym pokoju, zauważył, że za przejściem granicznym kierowcy zatrzymali autokar i wymienili się miejscami. I potem to się stało.

– Autokar bez żadnego gwałtownego ruchu zjechał na prawą stronę. Ja, siedząc w przedostatnim rzędzie, byłem przerażony, że wjeżdżamy w pole. Nie widziałem, że w poprzek jest wybetonowany rów. Z prędkością 100 km/h na godzinę, bez hamowania, uderzyliśmy w ten betonowy bok rowu. Byłem gdzieś w dziurze, przygnieciony przez innego człowieka. On się wydostał i ja wtedy też się wydostałem. Zobaczyłem, że cały autokar jest zmasakrowany, wszyscy są pościskani, wszystkie fotele są praktycznie powyrywane, oprócz ostatniego rzędu. To było przerażające – opowiadał potem w mediach ksiądz Rafał Działak. - Pan Paweł mówił mi, że w pewnym momencie usłyszał coś jakby wystrzał koła. Powiedział: jakby autobus złapał kapcia. Dla mnie to byłoby jakieś wyjaśnienie tego, dlaczego autobus nagle zjechał z prostej drogi - relacjonował duchowny.

W autokarze w momencie wypadku wyrwane zostały wszystkie siedzenia. Telefony, torebki, podręczny bagaż „fruwały" w powietrzu.

Ksiądz zdążył udzielić rozgrzeszenia umierającym, pomagał udzielić pomocy osobom przygniecionym przez boczne drzwi.

– To było przedziwne, bo oni siedzieli w trzecim rzędzie od końca, a przesunęło ich o kilka metrów. Jak to się stało, to jest niepojęte – wspominał.

Inny uczestnik wypadku, Paweł Drozdowski miał złamaną nogę. Przeszedł operację. Pomyślał: kierowca złapał gumę. Słyszał stuki. Autobus nagle się zatrzymał, a on wyleciał na zewnątrz. Po chwili

eprasa.pl 1eda4ab262

obudził się i popatrzył, co się dzieje. Jak wspominał, na miejscu pojawiały się kolejno służby drogowe, karetki i straż pożarna. – To było straszne. Człowiek nigdy nie widział czegoś takiego. Przeżyć coś takiego i wylecieć przez szybę... Miałem całą twarz we krwi, było pełno krwi i szkła – opowiadał. – Tam były straszne jęki. Wszyscy przygnieceni przez fotele. Nie wszystkich dało się wyciągnąć, trzeba było rozcinać wrak – dodał.

W listopadzie 2021 roku na autostradzie Struma w południowo-zachodniej Bułgarii zapalił się autobus. W pożarze zginęło 45 osób — w tym 12 przewożonych dzieci. Ofiarami byli w większości turyści, którzy wracali do Skopje z wycieczki do Stambułu.

Najtragiczniejsza katastrofa polskiego autokaru wydarzyła się we Francji w niedzielę 22 lipca 2007 roku w Vizille. To też była pielgrzymka. W wypadku zginęło 26 osób. W tej sprawie prowadzono aż dwa śledztwa. Sprawę badała prokuratura w Grenoble, w Polsce Prokuratura Okręgowa w Szczecinie. W obu przypadkach umorzono postępowania. Uznano, że za wypadek odpowiada kierowca prowadzący autokar, który zginął w katastrofie. Polska prokuratura dodatkowo stwierdziła, że prowadzący pojazd miał krótki staż zawodowy (był zmiennikiem bardziej doświadczonego kierowcy), w związku z czym w krytycznym momencie użył niewłaściwego hamulca. Zamiast włączyć hydrauliczny retarder, skorzystał wyłącznie z hamulca głównego, co spowodowało jego uszkodzenie.

4 lipca 2019 roku autokar wiozący turystów do Włoch miał wypadek w Górnej Austrii. Zginęły dwie osoby, a pięć innych zostało poważnie rannych.

Kilka dni później, 14 lipca autobus jadący do Bułgarii z dziećmi na kolonie miał poważny wypadek w pobliżu rumuńskiej miejscowości Deva, ok. 400 km od Bukaresztu. Zginęło sześć osób, w tym pięcioro dzieci.

2003 roku w Egipcie podczas dachowania autokaru zginęło sześciu polskich turystów. Wracali do Hurghady z wycieczki do Kairu. Żaden z nich nie spodziewał się tragedii.

Płoną turystyczne kurorty

Nie tylko wypadki autobusów zamieniają nasze wakacje w piekło. Czerwiec i lipiec 2026 roku przyniosły najcieplejszy początek lata, jaki kiedykolwiek odnotowano w Europie Zachodniej. Rekordowym temperaturom towarzyszyły kolejne fale upałów, rozległa susza i poważne pożary. Płonęły lasy we Włoszech, Hiszpanii, Francji, Grecji, Chorwacji.

W piątek wieczorem 7 sierpnia, niebo nad Olzano, miejscowością należącą do gminy Tignale nad jeziorem Garda we Włoszech, było czerwone — potężny pożar wybuchł w dużym kompleksie leśnym powyżej brzegu jeziora.

W sobotę sytuacja wciąż była bardzo zła. Nad regionem unosiły się gęste kłęby dymu, widoczne z odległości wielu kilometrów nad jeziorem.

- Właśnie wracaliśmy z pizzerii i chcieliśmy wrócić do hotelu. Wtedy zobaczyliśmy, że po drugiej stronie jeziora, około 10 km od nas, płonie góra. Widok był groźny. Dziś rano nad wodą krążyły samoloty gaśnicze - opisywał reporter Alex Hermann z Berlina.

Burmistrz Tignale Daniele Bonassi mówił włoskim mediom o „przerażających scenach" - płomienie pochłaniały drzewa i poszycie leśne.

Setki turystów w pośpiechu pakowało swoje rzeczy i w środku nocy uciekało na ulice. Domy wakacyjne i hotele trzeba było ewakuować.

25 lipca na lotnisku Chopina w Warszawie wylądował samolot z pasażerami z greckiej wyspy Rodos. To byli turyści, którzy z wyspy uciekli przed pożarem. W tym czasie we wschodnich częściach Grecji temperatura sięgała nawet 45 stopni Celsjusza.

- Było tragicznie. Ludzie uciekali i szli po kilkanaście kilometrów na piechotę w pełnym słońcu, bez wody, całymi rodzinami, z dziećmi. Kiedy dotarli do hotelu, w którym przebywałem, to otrzymali pomoc. Potem zapaliła się kolejna wyspa Korfu i trzeba było uciekać – opowiadał dziennikarzom na lotnisku pan Tomasz, potem dodał, że osoby, które dotarły do hotelu, mówiły, że „nikt ich nie informował, co się dzieje, co mają robić i gdzie szukać pomocy".

- Jednak lokalni mieszkańcy bardzo pomagali. Były kremy na słońce, dla dzieci pieluchy, mleko. Podobnie było na lotnisku, gdzie nadal jest masa ludzi i mam nadzieję, że wrócą bezpiecznie do kraju – mówił.

Pan Michał na wakacje na Rodos pojechał z całą rodziną oraz znajomymi.

- Dzięki Bogu jesteśmy już w domu. Biuro podróży, które nas tam wysłało, nie odbierało telefonu, a kiedy w końcu udało nam się tam dodzwonić, to powiedzieli, że jesteśmy teraz pod opieką rządu greckiego – wspomniał w rozmowie z reporterem TVN24.

Trafili do centrum pomocy zorganizowanego w hali sportowej. Mieszkańcy wyspy przywozili im jedzenie, materace, zabawki dla dzieci.

- Bardzo bałem się paniki, która mogłaby wybuchnąć, ale nic takiego się nie stało. Najgorszy okazał się jednak dym, który nas przyduszał - mówił. I opowiadał, że ludzie, którzy szli kilkanaście kilometrów plażą do bezpieczniejszego miejsca, porzucali swoje walizki, aby było im lżej iść.

Pożar na Rodos doprowadził do największej ewakuacji w historii Grecji. Ludzie z wyspy uciekali samolotami i łodziami.

Uciekali też z kurortów we Francji, Hiszpanii, a ostatnio w Chorwacji. Podobnie było rok temu, wtedy też pożary trawiły Europę, a zwłaszcza jej południe – najbardziej latem oblegane przez turystów.

Etna sparaliżowała Sycylię

W sierpniu ekstremalne upały utrudniały życie mieszkańcom Sycylii i turystom, którzy postanowili właśnie tu spędzić swoje wakacje. Ale to wybuch Etny, jednego z najbardziej aktywnych wulkanów na świecie, sparaliżował życie tego regionu. Na lotnisku w Katanii wstrzymano wszystkie przyloty i odloty. Utknęli na nim turyści. Jednym z nich jest pan Dawid, który napisał na Kontakt24 i relacjonował, co dzieje się na miejscu.

- Lotnisko w Katanii jest cały czas zamknięte, wszystkie loty zostały odwołane. Nie ma na razie informacji, kiedy ruch zostanie wznowiony. Problemy dotyczą również transportu drogowego. W okolicy jest bardzo dużo pożarów, autostrady są poblokowane. Sytuacja jest dość ciężka - opowiadał.

Lot pana Dawida przekierowano do oddalonego o ponad 200 km Palermo. Trudno się było tam dostać, bo wszyscy ruszyli w tym kierunku.

- Pilot na nas nie poczekał, wyleciał praktycznie z pustym samolotem. Znajdowało się tam może z 10 do 15 osób. Reszta z nas koczowała pod bramkami i nie wiedzieliśmy, co mamy robić. Nie dało się połączyć z przewoźnikiem – podsumował Polak.

Lot pani Gabrieli również został odwołany, dopiero o godz. 22.00 dowiedziała się, że mają lecieć o 1.45 w nocy z Palermo. Jak opisywała w rozmowie z serwisem Fly4free, na lotnisku w Katanii usłyszała, że Wizz Air nie zapewni transportu zastępczego. Razem z innymi turystkami wzięły taksówkę, za którą zapłaciły 1000 euro, jednak na miejsce dotarły na 7 minut przed planowanym odlotem. Za późno. Musiała dalej koczować w Palermo.

Osiem dni zamknięcia lotniska w Katanii kosztowało sycylijską branżę turystyczną około 22 milionów euro. W tym czasie odwołano 684 loty, utrudnienia dotknęły 104 tysięcy pasażerów. Większość z nich to turyści, którzy pojechali na wymarzone wakacje.

Woda powinna budzić respekt

Nie trzeba wyruszyć za granicę, żeby urlop skończył się dla nas tragicznie. Statystyka utonięć stale rośnie - według najnowszych danych od początku czerwca w rzekach, jeziorach, nad morzem - zginęło w Polsce 114 osób.

Nie dalej jak w miniony poniedziałek, podczas kąpieli na plaży wschodniej w Darłówku dwoje plażowiczów zostało porwanych przez silny prąd wodny. Na miejsce natychmiast skierowano ratowników Brzegowej Stacji Ratowniczej w Darłowie.

„Śmiertelny finał kąpieli w Darłówku. Dziś w rejonie Darłówka prowadzono akcję ratowniczą dotyczącą dwóch plażowiczów, którzy podczas kąpieli w morzu zostali porwani przez prąd. Do działań skierowano ratowników Brzegowej Stacji Ratowniczej w Darłowie, jednostki ratownicze R-17 i R-26 oraz pojazd ratowniczy Land Rover BSR Darłowo. Obie osoby zostały odnalezione i wydobyte z wody. U jednej z nich nasi ratownicy rozpoczęli resuscytację krążeniowo-oddechową. O godz. 19:16 na miejsce przybył śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego, którego załoga przejęła prowadzenie RKO. Nasi ratownicy pozostali na miejscu, wspierając działania LPR. Niestety, pomimo prowadzonej resuscytacji, o godz. 20:04 lekarz LPR stwierdził zgon poszkodowanego" – podano w komunikacie zamieszczonym na Facebooku.

Dzisiaj wiadomo, że mężczyzna, który utonął w Bałtyku, to proboszcz parafii w Lęborku, ksiądz Rafał Cieszyński.

Na początku sierpnia trzech nastolatków postanowiło odpocząć na niestrzeżonej plaży nad Jeziorem Durowskim w Wągrowcu (woj. wielkopolskie). Jeden z nich stwierdził, że nie umie pływać i nie będzie wchodził do wody. Dwóch pozostałych weszło do jeziora. W pewnym momencie jeden z chłopców zniknął pod wodą. Drugi pospieszył mu na ratunek, ale również nie wypłynął na powierzchnię. Młodzi ludzie zostali wyłowieni przez zespół nurków. Nie dawali znaku życia, nie udało się ich uratować.

Takie historie zdarzają się na całym świecie. W tym tygodniu brytyjskie media żyją dramatem, jaki rozegrał się na plaży w Shoreham-by-Sea w południowej Anglii. Świadkowie relacjonowali, że najpierw w wodzie bawiła się dwójka dzieci. Możliwe, że zaplątały się w sieć rybacką, więc na pomoc ruszyli im rodzice, którzy bez wahania wskoczyli do wód Kanału La Manche. Rybacy zauważyli bezradną rodzinę, która nie potrafiła wyjść z wody i zaalarmowali służby. Te natychmiast pojawiły się na miejscu i rozpoczęli akcję ratunkową. Utonęli ojciec, matka i nastoletnia dziewczyna, drugie dziecko walczy o życie w szpitalu. Cała czwórka przyjechała do Shoreham-by-Sea na swój wakacyjny urlop.

Ważny zdrowy rozsądek

W czasie wakacji, podczas urlopów, mamy więcej czasu, chętniej korzystamy z rozrywek. Nie zawsze zachowujemy przy tym rozsądek.

Do końca lipca zginęło już tylu użytkowników hulajnóg elektrycznych, co przez cały ubiegły rok – w sumie 11 osób.

W sierpniu na warszawskiej Woli 15-latka wiozła na hulajnodze elektrycznej 13-letnią koleżankę. Obie jechały bez kasków, obie były pod wpływem alkoholu. Po uderzeniu w znak drogowy upadły na jezdnię, a młodsza trafiła do szpitala.

W minioną niedzielę na drodze wojewódzkiej nr 241 z Wągrowca w kierunku Bydgoszczy policjanci zauważył nastolatka na hulajnodze elektrycznej. Młodzieniec jechał bez kasku ochronnego po trasie, na której obowiązuje limit prędkości do 90 km/h. Podczas kontroli okazało się, że 15-latek nie posiadał również wymaganych dokumentów uprawniających go do kierowania tego typu pojazdem. Gdy na miejscu pojawiła się matka chłopaka, mundurowi zapytali ją, czy ten posiada zwykły rower.

- Nie po to syn dostał hulajnogę elektryczną, żeby jeździł rowerem – odparła zbulwersowana.

W tym przypadku zabrakło refleksji i wyobraźni. Brakuje ich również tym, którzy chcą zabłysnąć w sieci. „Journal of Travel Medicine" wyliczył, że w latach 2009-2022 doszło do 379 zgonów związanych z robieniem sobie zdjęć na potrzeby social mediów. Nie są to jednak kompletne dane. Wielu przypadków tego typu śmierci po prostu się nie odnotowuje. Ludzie spadają z klifów, skał, mostów, bo chcieli na Instagrama wrzucić wakacyjne „selfie".

Przykłady? Są ich setki. 23-letnia Polka zmarła w Sewilli po tym, jak spadła z wysokości siedmiu metrów z bulwaru nad rzeką Gwadalkiwir. Straciła równowagę, robiąc „selfie" z widocznym w tle pięknie oświetlonym mostem. W październiku 2021 roku 72-letni turysta, spacerując Doliną Chochołowską w Tatrach, napotkał niedźwiedzia, z którym chciał sobie zrobić zdjęcie. Podszedł zbyt blisko drapieżnika, został ugryziony w nogę. Na szczęście zwierzę na tym poprzestało.

Cóż, czasami wymarzone wakacje nie przebiegają tak, jakbyśmy tego chcieli. Zdarza się, że nie mamy na to wpływu. Trudno przecież przewidzieć pożar, powódź, czy erupcję wulkanu. W takich wypadkach najlepiej zachować zimną krew i zdrowy rozsądek. Zawsze, nawet wtedy, kiedy czujemy się bezpieczni, warto wykazać się odrobiną wyobraźni i liczyć siły na zamiary.

eprasa.pl 1eda4ab262

SPOŁECZEŃSTWO

Psychoterapeutka: Nie każda tragedia musi uczynić nas silniejszymi

– Zdania: „Bądź silna”, „Czas leczy rany”, „Masz dla kogo żyć”, choć wypowiadane w dobrej intencji, mogą jeszcze bardziej obciążyć człowieka pogrążonego w rozpaczy. Czasem bardziej leczą cisza, posiłek, spacer i najprostsze zapewnienie: „Jestem z tobą. Nie musisz teraz nic mówić” – psychoterapeutka Małgorzata Matuszewska o zdrowieniu po traumie

Anita Czupryn

FOT. PAP/EPA/ZOLTAN MATHE

Matuszewska: Jest coś takiego jak poczucie winy ocalałego. Paradoks polega na tym, że człowiek może cierpieć nie dlatego, że zrobił coś złego, lecz dlatego, że jemu się udało, a komuś innemu nie

Kiedy wydarza się coś tak dramatycznego, jak wypadek autokaru na Węgrzech, w którym zginęło 12 osób, co dzieje się z psychiką ludzi, którzy przeżyli, w pierwszych godzinach, w pierwszych dniach?

W pierwszych godzinach po tak mocnym przeżyciu człowiek nie jest w stanie w pełni zrozumieć, co się wydarzyło. Organizm przełącza się na tryb przetrwania. Może pojawić się szok, dezorientacja, niedowierzanie, zamrożenie, odrętwienie, automatyczne wykonywanie prostych, uspokajających czynności. Człowiek może na przykład siedzieć i kołysać się w przód i w tył. Ktoś po takim wydarzeniu płacze, ktoś inny zachowuje się bardzo spokojnie, jeszcze ktoś sprawia wrażenie, jakby w ogóle nic do niego nie docierało. W takiej sytuacji, z natury niezwyczajnej, nie ma jednej prawidłowej reakcji. Jeśli ktoś nie płacze, nie znaczy, że nie ma w sobie emocji. Jeśli reaguje histerycznie, nie oznacza, że ma słabą psychikę. Nie należy przykładać do tych zachowań miary właściwej codziennym sytuacjom. Układ nerwowy próbuje sobie poradzić z czymś, czego dotąd nie doświadczał w takiej skali i co przekracza jego zwykłe możliwości regulacji. Robi to po to, żeby człowiek się uratował, przetrwał. Dlatego nie powinniśmy od razu oceniać ani własnej reakcji, ani reakcji drugiej osoby. Dopiero w kolejnych dniach świadomość może stopniowo dopuszczać do siebie to, co się stało. Pojawiają się obrazy, wspomnienia, flash-backi, złość, lęk, rozpacz, poczucie nierealności. Człowiek budzi się i zastanawia, czy to był tylko zły sen, czy wydarzyło się naprawdę. W trudnych sytuacjach, na przykład po odejściu bliskiej osoby, spotykałam ludzi, którzy zajmowali się wyłącznie formalnościami, pogrzebem, rodziną. Skupiali się na zadaniach, a dopiero później zaczynali odczuwać własną tragedię. Najważniejsze jest to, że reakcja każdego człowieka może być inna. I to jest w porządku. Nie ma jednego przepisu na przeżywanie traumy.

Jak takie wydarzenie niesie później człowieka przez życie? Zostaje straumatyzowany. Co to znaczy dla jego dalszego funkcjonowania?

Trzeba rozdzielić dwa etapy. Pierwszym jest wydarzenie traumatyczne. Dochodzi do niego w chwili, gdy człowiek doświadcza sytuacji zagrażającej życiu, zdrowiu albo integralności jego samego lub osób znajdujących się wokół. Drugim etapem jest reakcja traumatyczna, która nie musi pojawić się od razu. To trochę jak z falą. Samo wydarzenie jest uderzeniem, ale organizm jeszcze przez jakiś czas funkcjonuje siłą rozpędu. Dopiero kiedy pojawia się względne bezpieczeństwo, psychika zaczyna przetwarzać doświadczenie. Jesteś już w miejscu, w którym niebezpieczeństwo ci nie zagraża, zostałaś od niego odseparowana, masz wokół siebie bliskich. Właśnie dlatego powrót do domu może być bardzo trudnym momentem. Jako korespondentka wojenna widziałaś żołnierzy na froncie. Oni nie przeżywają PTSD wtedy. Zespół stresu pourazowego może dać o sobie znać dopiero, kiedy wrócą do domu, poczują się bezpieczni, odseparują się od wydarzeń. Wcześniej skupiają się wyłącznie na tym, żeby przetrwać, znaleźć innych, wrócić, załatwić konkretne sprawy. A potem zapada cisza. I właśnie wtedy dociera do człowieka: mogłem umrzeć, ktoś, kto był obok mnie, nie żyje.

Można mówić o poczuciu winy tego, kto ocalał? Dlaczego pojawiają się wyrzuty sumienia z powodu tego, że ktoś obok mnie zginął, chociaż siedzieliśmy w tym samym autokarze?

Jest coś takiego jak poczucie winy ocalałego. Paradoks polega na tym, że człowiek może cierpieć nie dlatego, że zrobił coś złego, lecz dlatego, że jemu się udało, a komuś innemu nie. Nasza psychika nie lubi przypadkowości, za wszelką cenę próbuje znaleźć regułę. Skoro ja przeżyłem, a on nie, to może zrobiłem coś, co sprawiło, że bardziej zasłużyłem na życie? To oczywiście nie musi mieć nic wspólnego z rzeczywistością. Ponad 20 lat temu powstał hiszpański thriller „Intacto”. Opowiadał o ludziach, którzy przeżyli różne katastrofy, między innymi lotniczą, jeden z bohaterów ocalał z Holokaustu. „Intacto” oznacza po hiszpańsku „nietknięty”. Bohaterowie uważali, że otrzymali szczególny dar, że są niezwykle bezpieczni. Zaczęli ze sobą rywalizować o to, kto jest bardziej „intacto”, podejmując absurdalne ryzyko. Między innymi przebiegali przez autostradę pełną samochodów albo biegli z zasłoniętymi oczami przez las; wygrywał ten, kto najdłużej nie zderzył się z drzewem. Próbowali w ten sposób sprawdzić, kto z nich ma więcej szczęścia. To dobrze pokazuje, jak bardzo człowiek potrzebuje nadać przypadkowi jakąś regułę, nawet jeżeli jest ona całkowicie nieracjonalna. Czasem pojawia się też przekonanie: „Nie mam prawa cieszyć się życiem, skoro ktoś inny nie żyje”. Wtedy żałoba zaczyna obejmować własne prawo ocalałego do dalszego życia.

Osoby, które uległy wypadkowi na Węgrzech, wracały z pielgrzymki, z Bośni i Hercegowiny, z sanktuarium w Medjugorje. To może mieć znaczenie dla sposobu przeżywania tragedii?

To, że ktoś był na pielgrzymce, może mieć znaczenie dla sposobu, w jaki będzie przeżywał tragedię. Nie można jednak z góry założyć, że religijność obroni człowieka przed traumą albo przeciwnie, że ją pogłębi. To kwestia bardzo indywidualna. Dla jednej osoby wiara będzie ogromnym źródłem sensu i wspólnoty. Ktoś inny będzie pełen wątpliwości, zacznie pytać o Boga, sprawiedliwość, sens śmierci. Takie pytania również są częścią przeżywania kryzysu. Każdy z ocalałych powinien mieć dostęp do profesjonalnej pomocy psychologicznej. Nie oznacza to oczywiście, że każdy będzie wymagał długotrwałej terapii; to także jest indywidualne. Dla jednego człowieka wystarczające okażą się bliskość rodziny, poczucie wspólnoty i możliwość rozmowy. Ktoś inny będzie potrzebował regularnego wsparcia specjalisty. Istotne jest, jak długo utrzymują się objawy i w jakim stopniu utrudniają codzienne funkcjonowanie. Jeżeli ktoś nie może jeść, spać ani funkcjonować, nie potrafi nawiązać kontaktu z bliskimi, doświadcza silnego lęku, odrętwienia, koszmarów czy flashbacków, a nawet ma poczucie, że nie chce żyć, i ten stan trwa dłużej niż miesiąc, wtedy należy skorzystać z psychoterapii.

Jak bliscy mogą pomóc osobie po tak tragicznym wydarzeniu? Zachęcać ją, żeby opowiadała, co się stało, czy dać jej spokój? Czy słowa: „Czas leczy rany”, „Bądź silna”, „Masz dla kogo żyć” pomagają, czy bardziej irytują?

Najważniejsze, żeby nie zmuszać. Po przeżyciu traumatycznym człowiek potrzebuje bezpieczeństwa, przewidywalności, kontaktu, odzyskiwania sprawczości i poczucia wpływu. Jako psychoterapeutka nie powiedziałabym: „Musisz o tym opowiedzieć, bo inaczej tego nie przepracujesz”. To duże uproszczenie. Można powiedzieć: „Jeśli będziesz chciała o tym porozmawiać, jestem tutaj, ale nie musisz mówić teraz”. Tym, co leczy, jest kontakt, relacja. Czasem wystarczą cisza, obecność drugiego człowieka, sen, jedzenie, spacer. W pierwszym okresie nie trzeba niczego przyspieszać ani wydobywać z człowieka szczegółowej relacji z wydarzenia. Ważniejsze jest przywracanie poczucia, że jest bezpieczny i może decydować, kiedy oraz ile chce powiedzieć. Słowa takie jak: „Bądź silna”, „Czas leczy rany”, choć wynikają z dobrej intencji, mogą nieść dodatkowy ciężar. „Bądź silna” można odebrać jako: „Nie pokazuj, jak cierpisz”. „Czas leczy rany” jest tylko częściowo prawdziwe, bo sam czas nie wykona pracy terapeutycznej. „Masz dla kogo żyć” może być szczególnie trudne dla osoby pogrążonej w rozpaczy i żałobie. To tak, jakby usłyszała: „Powinnaś już funkcjonować”. Wystarczą proste słowa: „Jestem z tobą”, „Nie musisz być silna”, „Możesz przy mnie płakać”, „Będę przy tobie, kiedy będziesz przez to przechodzić”. Nie

eprasa.pl 1eda4ab262

potrzebujemy mądrego zdania – czasem wystarczy po prostu obecność.

Czy po takim zetknięciu się ze śmiercią ludzie rzeczywiście przewartościowują swoje życie?

Czasem tak, ale nie zawsze i nie od razu. Kontakt ze śmiercią może sprawić, że coś, co kiedyś wydawało się ważne, nagle traci znaczenie. Wiele zależy od relacji, bliskości i kontekstu. Ktoś może pomyśleć: „Nie chcę już pracować po kilkanaście godzin. Chcę spędzać więcej czasu z rodziną. Nie chcę odkładać życia na później". Jestem jednak bardzo ostrożna w romantyzowaniu traumy. Nie każda tragedia ma przynieść człowiekowi mądrość. Trauma jest cierpieniem, i to już wystarczająco dużo. Jeśli mądrość przyjdzie, to dobrze. Jeżeli jednak pojawi się zmiana, powinna wynikać z własnego procesu, z przepracowania tego, co się stało, a nie z oczekiwania otoczenia, że po czymś takim trzeba bardziej docenić życie.

Co zatem znaczy „pozbierać się"? Jak nauczyć się żyć na nowo? Czy po takim doświadczeniu możliwy jest powrót do starego życia?

„Pozbierać się" brzmi tak, jakby człowiek zbierał się z podłogi. Jakby rozpadł się na kawałki. W ludzkim znaczeniu wcale nie oznacza to powrotu do stanu sprzed katastrofy. Człowiek przeżył coś, czego nie można unieważnić. Nie jest urządzeniem ani komputerem, który można naprawić i przywrócić do ustawień fabrycznych. Po takim przeżyciu uczy się żyć z tym, co się wydarzyło. Pamięć pozostaje, ale nie musi już definiować całego życia. To się stało, ale jestem tu i teraz, żyję dalej z tym doświadczeniem. Początkowo pamięć o wydarzeniu traumatycznym organizuje całe życie: wpływa na sen, relacje, decyzje i poczucie bezpieczeństwa. Z czasem nie musi już tego robić. Służą temu przepracowanie doświadczenia i terapia. Trauma mówi: „Niebezpieczeństwo wciąż trwa", a zdrowienie pozwala powiedzieć: „To, co się wydarzyło, jest przeszłością. Teraz jestem tutaj". Człowiek nie zapomina, ale odzyskuje możliwość bycia kimś więcej niż tylko osobą, która przeżyła katastrofę. Powrót do dawnego życia jest w pewnym sensie możliwy, ale człowiek często wraca do niego trochę inny. Nie dokładnie taki, jaki był. Już bez tych samych, jak to nazywam, ustawień fabrycznych.

Można przygotować się na tragiczne wydarzenia tak jak odkłada się pieniądze na tak zwaną czarną godzinę? Jak ćwiczyć odporność psychiczną?

Osobiście uważam, że to dobrze, że nie możemy ćwiczyć odporności psychicznej w taki sposób, bo musielibyśmy żyć w stanie permanentnego zagrożenia. Nie da się przygotować tak, żeby tragedia nie bolała. Odporność psychiczna nie polega na tym, że nic nas nie łamie, nie boli ani nie rani. Możemy jednak uczyć się rzeczy, które pomagają przechodzić przez trudne doświadczenia, niekoniecznie aż tak dramatyczne, jak katastrofa. Możemy uczyć się prosić o pomoc i rozpoznawać własne emocje: czy czuję lęk, czy jestem roztrzęsiona, przerażona? Ważne jest także ich akceptowanie, tolerowanie napięcia, zamiast myślenia: „Nie powinnam tego czuć", wypierania i chowania wszystkiego w sobie. Możemy budować relacje z innymi ludźmi, odpoczywać, dbać o ciało, poznawać własne granice. To, że ludzie w różny sposób przeżywają trudne wydarzenia, zależy także od ich wcześniejszej kondycji. Czy ktoś był wyspany, czy ma problemy w pracy, ile obciążeń już dźwiga, czy może liczyć na innych. Im więcej trudnych sytuacji nakłada się na siebie, tym bardziej spada odporność. To trochę jak z wirusami: z trzema organizm może sobie poradzić, a czwarty wywoła infekcję. Nie świadczy to o słabości człowieka, tylko o tym, że każdy układ nerwowy ma określoną pojemność i potrzebuje regeneracji. Ważna jest elastyczność, bo człowiek odporny psychicznie nie zawsze mówi: „Dam radę, jestem dzielny". Czasem bardziej odporną i mądrą reakcją jest powiedzenie: „Teraz nie daję rady, potrzebuję kogoś obok". Naszą psychikę chronią relacje, obecność bliskiej osoby, na którą można liczyć i której można ufać. Nie pozorna samowystarczalność, nie umiejętność zaciskania zębów. Chronią nas bezpieczne więzi, poczucie przynależności i doświadczenie wspólnoty: w tej trudnej sytuacji nie jesteśmy sami. To samo pomaga nam także w mniejszych trudnościach.

Nie trzeba przeżyć katastrofy, żeby mieć poczucie, że świat się skończył. Człowieka mogą rozsypać różne rzeczy. W ostatnich tygodniach publicznie bardzo mocno oceniano stan psychiczny Igi Świątek. Później wygrała turniej. Czy mamy narzędzia, żeby z zewnątrz powiedzieć: „Ten człowiek jest psychicznie zdruzgotany"? Czy zawodowa porażka rzeczywiście świadczy o kryzysie psychicznym?

Byłabym bardzo ostrożna w diagnozowaniu kogoś. My, czyli osoby, które nie pracują bezpośrednio z Igą, ludzie z mediów albo jej fani, możemy snuć hipotezy i wyrażać opinie, ale na pewno nie jest to diagnoza. Diagnoza wymaga czasu, wywiadu, obserwacji, badań, czasem testów. Ważne, żeby prawidłowo nazywać to, co robimy. Pytasz, czy zawodowa porażka świadczy o kryzysie? Nie. Możemy obserwować zachowanie człowieka, ale nie mamy dostępu do jego wewnętrznego doświadczenia. Zwycięstwo nie dowodzi zdrowia psychicznego, tak samo jak porażka nie dowodzi kryzysu. Człowiek może przegrać i być psychicznie w dobrej formie. Może też wygrać, a jednocześnie przeżywać wewnętrzny kryzys. Psychika lubi reguły i drogi na skróty, współczesna kultura bardzo łatwo zamienia każde zachowanie w objaw. Jeśli ktoś płacze, to jest załamany. Nie płacze? Znaczy, że nie ma emocji. Wygrywa? O, to pokonał kryzys. Przegrywa – nie wytrzymał presji. Tymczasem człowiek jest znacznie bardziej skomplikowany niż jego wynik.

Czy kibice i fani nie tworzą oczekiwania: był kryzys, ale teraz nasza idolka już się podniosła, więc czekamy na zwycięstwa? Czy nie wyrządzamy jej tym krzywdy?

Pytanie, czy większej krzywdy nie wyrządzają sobie w ten sposób sami kibice. Profesjonalni sportowcy mają zespoły, które przygotowują ich na nierealne oczekiwania fanów. Umówmy się: kiedy ktoś występuje na mistrzostwach świata, spotyka tam mistrzów z każdego kraju. To nie jest tak, że jest nasza Iga Świątek, a po drugiej stronie przypadkowi tenisiści z małych miejscowości. To najlepsi ludzie. Ona też jest najlepszą z najlepszych; porażka nie zmienia faktu, że wciąż należy do najlepszych.

Mam wrażenie, że to fani przeżywają większą frustrację, czy złość, kiedy zawodnik nie spełnia ich oczekiwań.

Tylko czy sportowcy są po to, żeby te oczekiwania spełniać? Dostarczają nam emocji. Pytanie, czy kibice potrafią te emocje pomieścić. Oczywiście, kiedy fani cieszą się ze zwycięstwa, to jest wspaniałe. Ale nie byłoby zwycięstw, gdyby nie było porażek.

Czy po ciężkich doświadczeniach człowiek ma prawo po prostu dalej żyć? Nie ma obowiązku stać się silniejszą wersją siebie?

Ma prawo dalej żyć i powiedziałabym więcej: powinien mieć takie prawo. Nie jesteśmy winni światu posttraumatycznego rozwoju. Nie musimy stać się bardziej odporni, wdzięczni ani świadomi. Jeśli ktoś chce po tragedii odzyskać swoje zwyczajne życie, ma do tego prawo. Zdrowienie nie zawsze jest wielką przemianą. Czasami to po prostu powrót do zwyczajności, do prostych, banalnych rzeczy: spotkania z kimś, zakupów, pracy, gotowania, sprzątania, beztroskiego śmiechu. Po niezwyczajnym doświadczeniu właśnie zwyczajne życie może być ogromnym zwycięstwem.

Rozmawiam z ludźmi po pięćdziesiątce i sześćdziesiątce i dość często słyszę: „Dla mnie jest za późno. Pewnych rzeczy nie zrobię. Wszystko najważniejsze jest za mną. Nie ma sensu zaczynać od nowa". Co im mówić?

Nie odbierałabym im poczucia, że najważniejsze rzeczy już się wydarzyły. Zadałabym jednak pytanie i skierowała ich ku ciekawości: skąd wiadomo, że najlepsze rzeczy także są już za wami? Przecież tego jeszcze nie możemy wiedzieć. Myślę, że mamy w Europie bardzo silną kulturową obsesję początku: młodość, studia, kariera, sukces, budowanie. Faktycznie wiele ważnych rzeczy dzieje się na początku dorosłego życia. Kończymy studia, zaczynamy pracę, budujemy dom, zakładamy rodzinę. Ale życie nie kończy się wraz z pierwszą połową dorosłości. Po pięćdziesiątce czy sześćdziesiątce człowiek ma coś, czego wcześniej nie miał: wiedzę o sobie. Wie już więcej o tym, czego nie chce, co jest dla niego ważne, jakie relacje są dobre, a jakie go niszczą. Nie chodzi o to, żeby po pięćdziesiątce czy sześćdziesiątce zaczynać życie od nowa, od zera. Można zacząć od miejsca, do którego się doszło, i tworzyć kolejne rozdziały. Nie muszą oznaczać, że po raz pierwszy robimy coś spektakularnego; nie trzeba od razu skakać na bungee. Może polegać na tym, że po raz pierwszy robimy coś naprawdę swojego albo wracamy do czegoś, o czym kiedyś marzyliśmy, lecz nie było na to czasu czy możliwości. Piesze wycieczki, ćwiczenia z koleżanką na siłowni w plenerze, nauka obcego języka. Nawet finanse nie zawsze muszą nas ograniczać, bo mając telefon i internet, możemy się uczyć niemal wszędzie.

Sensu życia powinniśmy szukać czy raczej go budować? I jak to się robi?

Myślę, że przede wszystkim budować. Słowo „szukać" sugeruje, że gdzieś istnieje ukryty sens naszego życia, a naszym zadaniem jest go odnaleźć. To odbiera człowiekowi poczucie sprawczości. Uważam, że mamy możliwość nadawania znaczenia własnym doświadczeniom. Sens nie musi być wielki. Kiedy mówimy o jego szukaniu, brzmi to trochę jak poszukiwanie skarbu. Tymczasem dla jednej osoby sensem będzie rodzina, dla innej twórczość, dla kogoś relacja, natura, wiara, pomaganie innym czy praca. Ważne jest również to, że sens może się zmieniać. To, co było ważne w wieku 25 lat, nie musi być ważne, kiedy mamy 60 czy 80 lat. Dojrzałość polega między innymi na wewnętrznej zgodzie, by budować kolejne rozdziały życia, zamiast przez cały czas bronić pierwszego: „Muszę być zdobywcą, zakładać kolejne firmy, odnosić sukcesy". Czasem chodzi właśnie o odpuszczenie.

Jakie sygnały świadczą o tym, że poradziliśmy sobie z traumą, wstajemy z tej przysłowiowej podłogi i zaczynamy się odbudowywać? Co może nam w tym pomóc, a co będzie przeszkadzać?

Z mojego doświadczenia wynika, że pierwszym sygnałem niekoniecznie jest dobry humor; to przychodzi później. Wcześniej pojawia się odzyskiwanie ciekawości świata. Co dzisiaj zrobię? Z kim chcę się spotkać? Wolę zieloną herbatę czy czarną? Co założę? To maleństwa, drobiazgi, ale właśnie od nich się zaczyna. Człowiek zaczyna zauważać świat poza własnym cierpieniem. Jeżeli widzisz wyłącznie swoje cierpienie, nadal leżysz na tej podłodze. Kiedy wraca apetyt, sen zaczyna się regulować, odzyskujesz zdolność planowania, przestajesz działać wyłącznie w trybie przetrwania. Myślisz: „Chciałabym jeszcze zrobić to. Kiedy mogę to zrobić?". Pojawiają się drobne przyjemności, znowu smakują ci lody. Po żałobie zaczynasz się śmiać bez poczucia, że zdradzasz tych, którzy cierpieli albo zmarli. Ważnym sygnałem jest odzyskiwanie sprawczości: nie mam wpływu na to, co się wydarzyło, ale mam wpływ na to, co zrobię dzisiaj. To nie musi być wielka decyzja. Może nią być wyjście z domu, przygotowanie posiłku, powrót do małego rytuału. Pomagają relacje, możliwość porozmawiania o swoich przeżyciach również z profesjonalistą. A także ruch, sen i codzienna struktura. Przeszkadza presja, komunikaty: „Już powinieneś", „Musisz być silny", „Inni mają gorzej". Odbierają człowiekowi prawo do własnego tempa. To właśnie takie drobne kamyczki budują człowieka na nowo.

FOT. ARCHIWUM AUTORA

Małgorzata Matuszewska

Psychoterapeutka. Absolwentka Szkoły Psychoterapii Gestalt w Warszawie. Pracuje z parami i osobami w depresji. Ekspertka od relacji, PR-managerka. Ukończyła również dziennikarstwo na Uniwersytecie Warszawskim

eprasa.pl 1eda4ab262

PASJA

Naszywka po naszywce. Czesław Drąg kolekcjonuje mundurowe historie

Nie kupuje ich hurtowo, nie zamawia przez internet, nie zależy mu, by jak najszybciej zapełnić kolejne miejsce w kolekcji. Dla Czesława Drąga każda naszywka ma historię, a jej zdobycie jest częścią pasjonującej przygody

Wojciech Tatara

Emerytowany instruktor Wojewódzkiego Domu Kultury w Rzeszowie zgromadził już kilkaset naszywek strażackich z Podkarpacia, a także oznak formacji wojskowych.

– Kolekcjonerstwo mam w naturze od dziecka. Lubię coś ciułać, zdobywać, poszukiwać. Kolekcjoner to nie jest tylko ktoś, kto zbiera. To człowiek, który chce wiedzieć coś więcej o konkretnym egzemplarzu. W moich zainteresowaniach kolekcjonerskich wiodące jest bibliofilstwo, natomiast kolekcja naszywek jest niejako kolekcją uboczną. Z czasem jednak zaczęła żyć własnym życiem – mówi Czesław Drąg.

FOT. KRZYSZTOF KAPICA

Czesław Drąg ma duszę zbieracza. W jego kolekcji znajduje się kilkaset naszywek straży OSP z Podkarpacia

Zaczęło się od Turków

Początek pasji związany jest z wielkanocną tradycją Podkarpacia – paradami Turków. To przegląd straży wielkanocnych. W takich wydarzeniach uczestniczą strażacy ochotnicy z całego regionu i nie tylko. Podczas kolejnych przeglądów poznawał druhów.

– Zainaugurowałem tę imprezę. A że parad zrealizowaliśmy już ponad trzydzieści, miałem okazję prosić strażaków o naszywki. Tak moja kolekcja z roku na rok się zwiększała. Ponadto większość tych strażackich naszywek pochodzi z miejsc, gdzie pracowałem przy różnych wydarzeniach kulturalnych. Prosiłem: „Na pamiątkę macie mi dać". I stąd mam naszywki straży z wielu miejscowości – opowiada kolekcjoner.

Niektóre mają herby konkretnych miejscowości, inne charakterystyczne symbole związane z daną OSP. Inne ciekawe są ze względu na nazwę.

– Na Podkarpaciu są piękne nazwy miejscowości: Wielkie Oczy, Lisie Jamy, Zmysłówka, Boguchwała, Zabajka koło Głogowa. Te historie miejscowości mnie interesowały, czasami dociekałem, skąd się wzięła dana nazwa. Na mojej liście jest też Jata w gminie Jeżowe, już wkrótce będę miał od nich naszywkę. Kolekcja to rzecz, którą traktuję jako pamiątkę, może kiedyś dla wnuków – mówi pan Czesław.

Wśród szczególnie trudnych do zdobycia okazów wymienia Lutoryż, czyli miejscowość położoną niemal po sąsiedzku.

Bliskość nie zawsze ułatwia kolekcjonerowi zadanie.

– Na naszywkę z Lutowisk w Bieszczadach czekam już długo. Mam tam znajomych, dyrektora, leśniczego. Obiecują, więc wierzę, że w końcu przyjdzie. Za niektóre trzeba było dać coś w zamian, bo mam również naszywki zapasowe do wymiany – przyznaje.

Jedną z ostatnich naszywek, jaka za pośrednictwem „Nowin" trafiła do kolekcji pana Czesława, jest ta z symbolem OSP Bzianka, obchodzącej w tym roku jubileusz 100-lecia.

Nie liczba, ale historia

Czesław Drąg nie chce zdobywać naszywek w sposób masowy. W jego kolekcjonowaniu najważniejsza jest droga, którą pokonuje konkretny przedmiot.

– Gdyby mi ktoś dał naraz sto sztuk, to ja tak nie chcę. To ma kapać. Po trzy, cztery w miesiącu. Wtedy jest w tym urok. To musi być ciułane, musi być zbierane – podkreśla.

Kolekcjoner preferuje bezpośredni kontakt z jednostkami i ich przedstawicielami. Czasami pomaga znajomość z dawnych lat, wcześniejsza współpraca przy wydarzeniach kulturalnych.

– Nie chcę załatwiać tego masowo przez internet. To byłoby zaprzeczeniem istoty kolekcji i mojej przygody. Tym bardziej, że jest to przygoda nieszkodliwa, niekosztowna, przede wszystkim ma bawić. Jeżeli gdzieś znam byłych dyrektorów, kolegów czy znajomych, łatwiej ich zagadać. Za niektóre naszywki proponuję broszurę, książkę, jakieś wydawnictwo czy widokówki. I wtedy nie chodzi tylko o samą naszywkę. Jest spotkanie, rozmowa, wspomnienia – opowiada nasz bohater.

Kolekcja jest przede wszystkim podkarpacka. Drąg zdaje sobie sprawę, że próba zebrania wszystkich naszywek strażackich w Polsce byłaby praktycznie niemożliwa.

– Podkarpacie jest dla mnie naturalnym ograniczeniem. Gdybym chciał zbierać wszystko, to bym nie bardzo miał gdzie trzymać, ponieważ w kraju jednostek OSP są tysiące. Powiat rzeszowski ma dwanaście gmin i naszywki zebrałem prawie w komplecie. Tarnobrzeski powiat mam słabiej opanowany, więc jest jeszcze co robić – uśmiecha się kolekcjoner.

Mundurowe kolory

W kolekcji znajdują się nie tylko naszywki strażackie. Czesław Drąg interesuje się także odznakami formacji wojskowych. Potrafi rozpoznać ich przeznaczenie i powiedzieć, z jakim rodzajem wojsk są związane. Gdy go odwiedzamy, naszywki wojskowe są ułożone według formacji, zaś strażackie znajdują się w specjalnych gablotach, a część z nich ułożona jest na dużym stole.

Wśród wojskowych naszywek dominują polskie. Są znaki związane z lotnictwem, wojskami lądowymi i marynarką. Można również spotkać pojedynczą naszywkę ukraińską, kilka amerykańskich. Jak podkreśla, współczesne naszywki są przede wszystkim ozdobą munduru i praktycznym oznaczeniem formacji.

– W tej chwili technika rzepów sprawia, że naszywki można w jednej chwili przyczepić, nie trzeba ich już przyszywać. Dla mnie one są czymś więcej, bo można przy okazji dowiedzieć się, czego dotyczą i skąd pochodzą. Mają długą tradycję wojskową. Kojarzone są z oznaczeniami używanymi przez jednostki uczestniczące w działaniach podczas II wojny światowej. Były polskie naszywki, były oznaczenia lotników, armii Sikorskiego czy Andersa. W ten sposób żołnierze wyróżniali się podczas wojennych działań – tłumaczy.

Strażacy to także kultura

Zainteresowanie Czesława Drąga strażackimi naszywkami nie jest przypadkowe. Przez lata, pracując w Wojewódzkim Domu Kultury w Rzeszowie, związany był z kulturą. W działalności ochotniczych straży pożarnych dostrzega nie tylko ich podstawową rolę, ale także ogromny wkład w życie kulturalne miejscowości. Szczególne miejsce w jego opowieści zajmuje Grodzisko Dolne, które określa jako „matecznik Turków". To właśnie tam funkcjonuje kilka oddziałów straży wielkanocnych. – Strażacy, fajermani OSP są najstarszą organizacją na polskiej wsi. Znacznie później pojawiły się koła gospodyń wiejskich. Najpierw był sztandar, a dopiero później pojawiły się te naszywki. Strażacy są dla mnie szczególnie bliscy. Robią bardzo dużo dobrego dla kultury. Jest mnóstwo orkiestr dętych, chórów, zespołów kabaretowych, śpiewaczych, które mają swój organ założycielski w OSP. Żeby zebrać czterdziestu dwóch ludzi, w tym młodzież, ubrać ich w mundury, kupić instrumenty i zrobić próby, trzeba wykonać ogromną pracę. Orkiestry dęte są domeną straży pożarnych na naszym terenie, nie tylko GOK-ów, ale przede wszystkim remiz i OSP – opowiada emerytowany instruktor WDK.

Kolekcja wciąż rośnie

Mimo że zbiór liczy już kilkaset naszywek, Czesław Drąg nie zamierza kończyć kolekcjonerskiej przygody. Czeka na obiecane naszywki z Lutowisk, Jaty, Zabajki i z gminy Harasiuki. Każda nowa naszywka oznacza kolejną rozmowę, spotkanie i historię.

– Około sześciu naszywek lada dzień powinno do mnie spłynąć, po niektóre sam jadę. I to jest sympatyczne spotkanie. Można ze starymi druhami pogadać. To jest najważniejsze. Nie chodzi o to, żeby mieć wszystko natychmiast. Chodzi o przygodę, o ludzi, o rozmowę i o to, że za każdym małym kawałkiem materiału stoi konkretna miejscowość, jednostka i historia – podkreśla zbieracz z Boguchwały.

Dla niego naszywki są więc czymś znacznie więcej niż kawałkami materiału przyszytymi do munduru. To małe znaki wielkich lokalnych historii – jednostek, strażaków, żołnierzy i miejscowości, które dzięki kolekcjonerskiej pasji mogą zostać zachowane na dłużej.

Czesław Drąg ma również bogatą kolekcję widokówek z Ojcem Świętym Janem Pawłem II. Posiada chyba największy zbiór w Polsce, liczący kilkaset egzemplarzy „Pana Tadeusza", wydanych m.in. w języku hebrajskim, francuskim, koreańskim, łacińskim czy esperanto.

©℗

eprasa.pl 1eda4ab262

NASZE SPRAWY

Awantura w gabinecie! Lekarz wyrzucił pacjentkę z pokoju i z sanatorium

Zaczyna się spokojnie: pani Alicja prosi o zmianę terapii, bo obawia się zdrowotnych konsekwencji zaleconych zabiegów. Lekarz odmawia, informuje ją o usunięciu z sanatorium. Spór zaognia się, słychać krzyk medyka i płacz kuracjuszki

Andrzej Pięs

Pani Alicja z początkiem sierpnia trafiła do ośrodka Glorietta Centrum Odnowy i Wypoczynku w Iwoniczu-Zdroju na terapię krótko po wszczepieniu rozrusznika serca, ale z powodu poważnych dolegliwości po poważnym urazie kręgosłupa. Lekarz specjalista w zakresie rehabilitacji medycznej w ośrodku zlecił jej terapię laserem i falami ultradźwiękowymi. To u kobiety wzbudziło obawy, że oba zabiegi mogą mieć negatywny wpływ na jej stan zdrowia, właśnie ze względu na rozrusznik. Ordynatora ośrodka poprosiła o wykreślenie tych zabiegów z listy zleceń. Z tą informacją pojawiła się u lekarza, który jej oba zaordynował, prosząc o zmianę formy terapii, choćby na masaż. Od początku pięciominutowego nagrania z tego spotkania, jakie zamieścił Zbigniew Stonoga na swoim interwencyjnym portalu, słychać rosnącą irytację medyka w trakcie rozmowy z pacjentką.

– Ani laser, ani ultradźwięki nie są zabiegami prądowymi – próbuje z początku uspokajać kuracjuszkę, że mogą wpływać na rozrusznik. – Nie chce pani, jedzie pani do domu, tyle – medyk w końcu nie wytrzymuje.

Pacjentka protestuje, powołuje się na opinię swojej fizjoterapeutki, na decyzję ordynatora; takie argumenty lekarzowi „podnoszą ciśnienie". Oświadcza, że nie interesuje go, co powiedział ordynator, a jej obowiązkiem jest przyjąć i wykonać decyzje lekarza.

– Pani przedstawia jakieś swoje dziwne wydumki, o których nie ma zielonego pojęcia – podnosi głos medyk. – Dwadzieścia osiem lat leczę, nigdy nie miałem takiej sytuacji. Wypisuję panią do domu, ja nie mam możliwości pani leczenia. Ja nie widzę absolutnie możliwości pani pobytu tutaj, obawiam się o życie pani, a w dodatku brak kontaktu logicznego z panią – powód wystarczający, jedzie pani do domu.

Panią Alicję zaskoczyła opinia lekarza o „braku kontaktu". Raz jeszcze powołała się na stanowisko ordynatora.

- A g...no mnie obchodzi, co powiedział ordynator! – wypalił medyk. – I na tym kończymy.

Rozmowa na chwilę przybiera łagodniejsze tony, kiedy medyk pyta, czy pacjentce potrzebne jest zwolnienie lekarskie. Oboje uzgodnili, że tak, do następnego dnia. Łagodne tony kończą się, kiedy pani Alicja zwraca lekarzowi uwagę, że „jest naładowany".

FOT. PDOMENA PUBLICZNA

Niektórzy internauci twierdzą, że zamiarem pani Alicji była prowokacja i „ustawka" wymierzona w lekarza

– Niech mi pani tak nie mówi, koniec dyskusji – znów on podnosi ton.

Pacjentka raz jeszcze zgłasza zastrzeżenia co do zachowania medyka. Ten oświadcza, że musi wypisać jej dokumentację. – Proszę wyjść, proszę wyjść – zwraca się do pacjentki. – I jutro pani wyjeżdża.

Następuje kilkanaście sekund ciszy, po czym...

- Jeśli tak pan traktuje ludzi z rozrusznikiem... – zaczęła kuracjuszka.

– Wyjdź pani!!! – to już był krzyk lekarza. Pani Alicja próbowała raz jeszcze odnieść się do jego zachowania. Usłyszała: „Won!". Kiedy w tym momencie ostrzegła medyka, że „dowie się o tym Warszawa", ten zakpił, że nawet Górny Śląsk. Nagranie wyraźnie wskazuje, że w tym momencie lekarz wyszedł zza biurka i „pomógł" pacjentce opuścić gabinet, powtarzając: „Wyjść mi stąd". Dalej już tylko narastający płacz kobiety, epitety pod adresem medyka, zapowiedź zgłoszenia do policji, tłumaczenie, że „przecież ordynator"...

Fala hejtu i nieco wątpliwości. Glorietta oświadcza

Pod nagraniem pojawiło się mnóstwo wpisów internautów, którzy lekarzowi nie szczędzili wulgaryzmów, gróźb i zapowiedzi.

„Proszę podać nazwisko tego chama. A i twarz także. Tu już RODO nie obowiązuje. Natychmiast zwolnić i zakaz pracy dożywotnio". Wielu proponowało rozwiązania siłowe.

Tylko nieliczni mieli wątpliwości. Po co pani Alicja zrobiła to nagranie, dlaczego nie ujawnia początku tej rozmowy, dlaczego podczas rozmowy z lekarzem kuracjuszka zachowuje spokój i dopiero po opuszczeniu gabinetu „puszczają jej nerwy"? Nieco wątpliwości co do intencji pacjentki, sugestie, że to była prowokacja i „ustawka" wymierzona w medyka.

– Jadę właśnie do pana doktora, bo chciał zająć stanowisko w tej sprawie – przyznał piątkowego południa Zbigniew Stonoga. – Poprosił o spotkanie, chce wyjaśnić, jak to dla niego nagranie jest cząstkowe i krzywdzące. Ta pani będzie składała albo już złożyła oskarżenie prywatne popełnienia przestępstwa naruszenia nietykalności osobistej i powództwo odszkodowawcze przeciwko panu doktorowi.

„Do dnia opublikowanych informacji w mediach do spółki zarządzającej Glorietta nie wpłynęło jakiekolwiek zgłoszenie, skarga czy prośba o wyjaśnienie dotyczące opisywanego zdarzenia – zarówno ze strony naszej Pacjentki, jak i osób działających w Jej imieniu" – brzmi fragment oświadczenia kierownictwa Glorietty, w którym wskazuje się także na tryb i adresatów takich skarg.

„Niemniej jednak po zapoznaniu się z opisywaną sprawą podjęliśmy wewnętrzne działania wyjaśniające mające na celu ustalenie pełnego przebiegu zdarzenia. W to-ku tych działań powzięliśmy informację, że lekarz, którego dotyczy sprawa, podjął bezpośredni dialog z Przedstawicielami Pacjentki, co przyjmujemy z uznaniem jako krok w kierunku rozwiązania sprawy w sposób bezpośredni i konstruktywny. Jednocześnie z Pacjentką skontaktował się pracownik zarządzający obiektem Glorietta, w celu wyjaśnienia okoliczności zdarzenia oraz jej wątpliwości" – głosi oświadczenie.

– Pan doktor opowiadał, jak to wygląda z jego perspektywy. Relację z tego spotkania skończył refleksją, że mimo wszystko nie powinien tak się zachować i że jest mu przykro – dodaje Zbigniew Stonoga chwilę po spotkaniu z medykiem. Nagranie publikujemy za jego zgodą.

Lekarz bije się w piersi

Lekarz pamięta tę sytuację inaczej, a jego relacja wydaje się potwierdzać wątpliwości tych, którzy zwracali uwagę, że przecież nagranie pacjentki nie ujmuje początku wizyty w gabinecie.

Była pierwszą, którą tego dnia medyk przyjął. – Skarżyła się na kołatania serca z dusznościami, potwierdziła, że takie incydenty zdarzają się jej od kilku dni – opowiada lekarz. Sprawdził wyniki jej badań i okazało się, że ma napadowe migotanie przedsionków serca.

– To jest objaw nietolerancji klimatu. Iwonicz ma specyficzne warunki środowiskowe, które sprawiają, że ludzie, którzy mają do tego predyspozycje, mają migotania przedsionków – opowiada medyk. – A to jest stan zagrożenia życia, skutkiem może być udar mózgu, zawał serca, zatorowość płucna. Poinformowałem pacjentkę, że nie może tu pozostać, musi wracać do domu, bo tutaj jej stan będzie się pogarszał i może dojść do tragedii. Odczytała to jako zamacha na jej dobra.

Okazało się, że w międzyczasie ordynator w Glorietcie odstawił pani Alicji zabiegi, które mogły nasilić dolegliwości i – zdaniem lekarza – słusznie. Kiedy zalecił jej powrót do domu, pacjenta zaczęła być pobudzona, zażądała zmiany zabiegów. Medyk zapewnia, że zaczęła machać rękami, przez chwilę miał obawy, że to może być objaw padaczki Jacksona; myślał, czy w takiej sytuacji nie wysłać jej do szpitala. Kobieta wciąż domagała się zmiany zabiegów.

– Poinformowałem ją, że nie ma mowy o żadnej zmianie, bo to jest walka o jej życie – ciągnie relację medyk, dodając, iż nie miał pojęcia, że jest nagrywany, a przebieg rozmowy wyglądał na prowokację. – Zaczęła to negować, dziwnie się zachowywać, nawet zastanawiałem się, czy to nie jest efekt niedokrwienia mózgu. Kilkanaście razy prosiłem ją o opuszczenia gabinetu. Jakby tego nie słyszała, w kółko powtarzała jedno zdanie: „Ordynator odstawił zabiegi".

Lekarz przyznaje, że jest „nerwową osobą" i że rzeczywiście doszło do karczemnej awantury.

– Powiedziałem parę nieparlamentarnych słów, nie powinienem, to nie było profesjonalne, ale stało się – bije się w piersi. – I za to mogę przeprosić. A kiedy pacjentkę chciałem raz jeszcze wyprosić, nawet podniosłem się, żeby pomóc jej wyjść, ona wtedy wypadła przez drzwi, chyba nawet uderzając barkiem o futrynę. Nie było z mojej strony żadnego użycia siły. A siniaki, które pokazywała na nagraniu, nie wynikają z tego, że ją pobiłem: to efekt działania leków przeciwkrzepliwych, które wywołują siniaczenie.

Okazuje się, że kobieta spełniła swoje zapowiedzi i po incydencie wezwała policję. Nie mając o tym pojęcia, lekarz skończył przyjmować pacjentów i przeniósł się do innego budynku, w którym przyjmowanie kontynuował.

– Kiedy dowiedziałem się od personelu, że jestem poszukiwany przez policję, poszedłem na komendę, gdzie dowiedziałem się, że pacjentka mnie nagrywała – opowiada lekarz.

Zapewnia, że próbował „jak najlepiej jej wytłumaczyć, co niespecjalnie się udało". Nie było przemocy fizycznej, naruszenia nietykalności cielesnej. Na tym etapie wiadomo, że doniesienie na policję wpłynęło, a prywatny akt oskarżenia ma być.

©℗

eprasa.pl 1eda4ab262

PASJE

Bargiel: Nie chcę być ani bohaterem, ani ryzykantem. Kocham góry, ale umiem im powiedzieć „nie”

Kiedy wrócił po wejściu i zjeździe na nartach z K2, mówił o nim cały świat. Ojciec zapytał tylko, czy skończył już tę wycieczkę, bo trzeba zebrać słomę. Andrzej Bargiel mówi o domu, który chroni go przed ciężarem własnej legendy

Anita Czupryn

Co trzeba mieć w sobie, żeby stanąć na Mount Evereście – na dachu świata, a potem przypiąć narty i ruszyć w dół?

Trzeba mieć determinację, ale też ciekawość tego, czego chcemy spróbować. To ona motywowała mnie, żeby mimo nieudanych prób wracać. Jest w tym poznawanie siebie, obcowanie z przyrodą i próba jej zrozumienia. Wybrałem się w Himalaje jesienią, kiedy nie było tam nikogo. To zupełnie inny wymiar działalności niż ten, który znamy z zatłoczonych obrazków. Spadło dużo śniegu, nie było śladów po poprzednikach. Wszystko było czyste, dzikie. To wielki przywilej, że mogłem zobaczyć Everest właśnie taki wyjątkowy, niezniszczony przez tłum.

Teraz w czerwcu działał pan na Nanga Parbat. Czego nie widać na filmie, kiedy człowiek rusza na nartach ze szczytu ośmiotysięcznika?

Trzeba być świadomym tego, co się robi, i mieć precyzyjny plan. Na filmie nie widać zagrożeń. Problemem nie jest tylko stromizna i znalezienie linii, która przeprowadzi nas ze szczyty do bazy. Trzeba brać pod uwagę lawiny, jakość śniegu, pogodę. Nie widać też wieloletniej pracy, treningów i doświadczeń, dzięki którym stajemy się samodzielni. Nikt nie podejmuje tam za nas decyzji. Sami musimy rozumieć sytuację i na bieżąco rozwiązywać problemy.

Inni na szczycie Himalajów pomyśleliby: „Udało się”, a pan wtedy przypina narty. Co w takim momencie dzieje się w głowie?

Sam zjazd jest nagrodą za wielogodzinną wspinaczkę. Lubię to robić. To ogromna przyjemność. Jestem w wyjątkowym miejscu, bardzo wysoko, w trudnym środowisku, ale potrafię jeździć na nartach i to działa. Największa satysfakcja przychodzi po kilku godzinach, kiedy docieram do bazy i uświadamiam sobie, że jeszcze chwilę temu byłem tak wysoko.

Z Mount Everestu zjechał pan bez dodatkowego tlenu jako pierwszy człowiek na świecie. Z Nanga Parbat dokonał pan pierwszego pełnego zjazdu do końca warunków śniegowych. Który zjazd bardziej pana przestraszył?

FOT. BARTŁOMIEJ PAWLIKOWSKI / RED BULL

Andrzej Bargiel: Trzeba być bardzo świadomym tego, co się robi, i mieć precyzyjny plan. Na filmie nie widać zagrożeń

W górach ryzyko wyznaczają warunki, nie trudność techniczna. Ludziom może się wydawać, że na Kasprowym Wierchu zawsze jest bezpiecznie, a na pionowej ścianie zawsze niebezpiecznie. Tymczasem przy dobrych warunkach i odpowiednim poziomie sportowym działalność na trudnej ścianie może być relatywnie bezpieczna. Każda góra stawia inne wyzwania. Everest był trudny, bo pojechaliśmy jesienią, bez innych ekip, więc cała praca spadła na nasz zespół. Musieliśmy być samodzielni. Na Nanga Parbat wyzwaniem był zjazd drogą Messnera, której od lat siedemdziesiątych nie powtórzono. Ja pokonywałem ją na nartach. To lodowcowa, skomplikowana ściana, prawie cztery kilometry w pionie. Trzeba ją poznać, zrozumieć i na tyle, na ile to możliwe, wykluczyć zagrożenia. Na K2 z kolei powstała właściwie nowa linia. Te ściany są tak wielkie, że wymagają całkowitego zaangażowania. Za każdym razem to warunki rozdają karty.

Na szczycie jest czas, by się zachwycić? Czy myśli pan tylko: „Muszę zjechać”?

Jest czas na zachwyt. Bez niego to wszystko pewnie nie miałoby sensu. To przecież nie jest pójście na siłownię. Musi istnieć coś, co przykrywa wszystkie niedogodności. Wręcz trzeba zaprzyjaźnić się z przyrodą, zrozumieć ją, zbliżyć się do niej, umieć odnajdywać momenty, w których działanie staje się możliwe. To bezpośrednie połączenie z naturą jest jednym z największych walorów tego, co robimy. Ważny jest też spokój. W górach go odnajduję.

Człowiek, któremu w głowie bez przerwy gra radio, byłby w stanie znaleźć się w takiej sytuacji i przeżyć?

Nie wiem. Ja raczej jestem spokojny i w trudnych momentach nie panikuję. Odpala mi się naturalny mechanizm i od razu przechodzę do działania. Ten spokój mi pomaga. Nie boję się ciszy ani działania w pojedynkę.

Pamięta pan pierwszą myśl po bezpiecznym zjeździe z Nanga Parbat?

Po kilku tygodniach wyprawy człowiek chce wrócić do domu. Tęskni za rodziną i normalnym życiem, za tym, żeby zobaczyć najbliższych, zjeść coś zwyczajnego, wyspać się we własnym łóżku. Surowe miejsca uświadamiają mi wartość tego, co mamy tutaj. Po wyprawie bardziej doceniam proste rzeczy.

Za jakim jedzeniem pan tęskni?

W Zakopanem, pod Nosalem, jest restauracja U Ryśka. Mają tradycyjne polskie jedzenie, na przykład przepyszne schabowe. Zawsze mam ochotę na takie proste rzeczy. Wracając z lotniska, jedziemy też do rodzinnego domu w Łętowni, bo leży po drodze między Krakowem a Zakopanem.

Był pan dziewiątym z jedenaściorga dzieci. Jakim pan był dzieckiem?

Szukałem własnej przestrzeni i sport był właśnie taką przestrzenią tylko moją. Dobrze się czułem, trenując, biegając, jeżdżąc na nartach. Byłem aktywny, ale też niełatwy. Zawsze robiłem wszystko pod prąd. Pewnie dlatego zajmuję się tym, czym się zajmuję, bo gdybym podchodził do wszystkiego racjonalnie, nic z tego, co zrobiłem, by się nie wydarzyło. Byłem też wrażliwy i zawsze starałem się być pomocny. Środowisko, w którym dorastałem, duża rodzina i to, że w życiu bywało trudno, nauczyły mnie dzielić się swoim szczęściem. To ważna wartość.

W domu częściej słyszał pan: „Uważaj” czy „Idź, poradzisz sobie”?

Było nas tak dużo, że rodzice starali się eliminować wszystko, co mogło oznaczać zagrożenie albo kłopoty. Nie mieli też dla nas zbyt wiele czasu, więc trochę wychowywaliśmy się sami. O sport nie pytałem. Kiedy pojawiała się możliwość, po prostu to robiłem. Sportu nie traktowało się u nas w domu poważnie. Rodzice pchali nas raczej w stronę rzeczy racjonalnych, które pozwolą się utrzymać i bezpiecznie żyć. To, czym dzisiaj się zajmuję, z ich ówczesnego punktu widzenia było irracjonalne. Każde z nas musiało walczyć o swoje, bo rodzice bali się ryzyka i tego, czego nie znali.

Jakie było pana dzieciństwo w Łętowni?

Zawsze były zwierzęta. Wypasaliśmy krowy, graliśmy w karty, chodziliśmy na grzyby. Kiedy miałem parę lat, chodziłem na nie sam. Zbierałem tylko te z gąbką, nie z blaszkami, bo te zawsze były do wyrzucenia. Sami organizowaliśmy sobie czas. Praca była priorytetem, obowiązki trzeba było wykonać, bo nikt nie mógł zrobić ich za nas. Ale to było naturalne i harmonijne, połączone z przygodą. Życie miało swoje powtarzalne cykle. Dzisiaj wszystko pędzi, bez przerwy musimy decydować i działać pod presją. Dlatego lubiłem wracać na wieś, do miejsca, w którym nic się nie zmieniało. Do pewnego momentu mój operator telefoniczny nie miał tam nawet zasięgu.
W domu zawsze panował kult pracy. Kiedy wróciłem po udanym zjeździe z K2, o którym mówiły media na całym świecie, tata zapytał, czy skończyłem już tę wycieczkę, bo jest dużo roboty i potrzebuje pomocy. Prosto z lotniska pojechaliśmy na pole zbierać słomę. To jest fajne: możesz wrócić do domu i nie ma znaczenia, że czegoś dokonałeś. Nadal jesteś tą samą osobą. Lubię to, bo na koniec robimy różne rzeczy, ale pozostajemy tymi samymi ludźmi.

Pierwsze narty zdobył pan jako dziesięciolatek. Oddał za nie paletki do ping-ponga i scyzoryk. Co zobaczył pan w tych długich, drewnianych deskach?

Chciałem jeździć z kolegami, którzy mieli narty, a ja biegałem za nimi z sankami. W pewnym momencie poczułem, że muszę sobie zorganizować sprzęt. To były stare narty skokowe, miały chyba dwa i pół metra. Przyciąłem je ręczną piłą do drewna i przestawiłem wiązania. Buty, które zdobyłem, miały rozmiar 45 albo 46, a byłem małym dzieciakiem.

Ale to nie miało znaczenia. Nie interesowało nas, czy coś jest odpowiednie, modne, najnowsze. Liczyło się, że możemy to robić. Nie porównywaliśmy się. To była czysta, naturalna i autentyczna radość.

Jako dzieci budowaliście skocznie i szukaliście własnych tras. Zjazdy z ośmiotysięczników są kontynuacją tamtych zabaw?

W pewnym sensie wróciłem do korzeni, zajmując się skialpinizmem. Wtedy nie wiedziałem, że tak się to nazywa. Nosiliśmy narty, bo nie mieliśmy infrastruktury. Robiliśmy wszystko w analogowym stylu. Właśnie wtedy zaraziłem się pasją. Z dzisiejszej perspektywy

eprasa.pl 1eda4ab262

tamten okres okazał się bardzo ważny.

Kto pierwszy zrozumiał, że to nie jest dziecięca fanaberia?

Mój brat Grzegorz pokazał mi ten sport. Jest ratownikiem i przewodnikiem. Miałem dużo szczęścia, bo dzięki niemu dorastałem w środowisku górskim, wśród ratowników, mogłem się od nich uczyć i od razu wejść na wysoki poziom.

Kiedy pomyślał pan po raz pierwszy: „Naprawdę jestem w tym dobry"?

Kiedy jako dzieciak wygrałem z seniorami. Jako młodzik zgodnie z przepisami nie mogłem wystartować, ale stanąłem obok nich i po prostu to zrobiłem. Wygrałem. Drugim takim momentem było pierwsze podium Pucharu Świata. Poczułem wtedy, że jestem bardzo blisko czołówki.

A kiedy pojawiła się myśl, żeby zjechać na nartach z ośmiotysięcznika?

Kiedy miałem siedemnaście, osiemnaście lat i startowałem w zawodach. Myślałem, że po zakończeniu kariery zawodniczej wykorzystam swój potencjał w górach wysokich, bo wydawało mi się to możliwe. Niestety, karierę skończyłem za wcześnie.

Dlaczego niestety?

Byłem bardzo młody i mogłem się ścigać z najlepszymi, ale nie miałem możliwości finansowania startów. Przyszedł kryzys gospodarczy w 2007 roku. Wcześniej, po lawinie w 2006 roku, odsunęła się też perspektywa włączenia tej dyscypliny do programu olimpijskiego. Wszystko się posypało. Dlatego szybciej pojawiłem się w górach wysokich, choć to rywalizacja sportowa była wtedy dla mnie priorytetem i czułem, że mam w niej jeszcze dużo do zrobienia.

Samo wejście na szczyt panu nie wystarcza?

Można by równie dobrze zapytać o sens uprawiania narciarstwa. Narty są najbardziej efektywną i przyjazną formą przemieszczania się po śniegu w górach. Po co schodzić z góry, z której można zjechać? Zjazd jest przyjemniejszy.

Zwykły człowiek widzi przepaść, szczeliny i chaos. Pan mówi o „logicznej linii zjazdu". Co to znaczy?

Chodzi o znalezienie drogi pozwalającej płynnie zjechać ze szczytu do bazy, bez odpinania nart, podchodzenia, schodzenia po skałach czy zjazdów na linie. Czasem taka możliwość istnieje, ale jej znalezienie wymaga ogromnego wysiłku, eksplorowania i poruszania się w dzikim terenie. Rozwiązujesz problem i masz samodzielność w górskim działaniu.

Nanga Parbat nazywano „górą zabójcą". Poznał pan historie ludzi, którzy z niej nie wrócili, czy wolał je od siebie odsuwać?

Znam historię eksploracji miejsc, do których jadę. Przygotowując się, próbuję zrozumieć zagrożenia, które występują tam najczęściej. Każdy wypadek niesie naukę i wnioski, które trzeba uwzględnić we własnym planie. Warto też pamiętać, że ludzie przed nami dokonywali rzeczy przełomowych jak na swoje czasy. Nie lubię jednak etykiet, takich jak „Killer Mountain", które mają od razu wzbudzać lęk. Odsuwam legendę i próbuję na własny sposób zaprzyjaźnić się z miejscem: zrozumieć je i poznać. Nie chcę nastawiać się negatywnie pod wpływem literatury, filmów czy opowieści o wypadkach.

Co decyduje o wyborze kolejnej góry: ambicja, ciekawość, estetyka linii czy pragnienie zrobienia czegoś jako pierwszy?

Przede wszystkim inspiracja. Pewne rzeczy dostrzega się przy okazji innych wypraw. To, że nikt wcześniej czegoś nie zrobił, bywa ciekawe, bo trzeba wymyślić, jak rozwiązać problem. Nie chodzi mi jednak o zapisanie się w historii. Satysfakcję daje rozłożenie problemu na czynniki pierwsze i praca nad nim na wielu płaszczyznach. Jestem w górach od wielu lat i czuję, że potrafię to robić.

Po dokonaniu rzeczy niemożliwej czuje pan spełnienie czy natychmiast pojawia się brak i kolejne wyzwanie?

Przede wszystkim lubię być w górach. Z czasem poziom trudności tego, co robię, pewnie będzie spadał. Moje wyprawy staną się bardziej przyjazne, turystyczne i przygodowe. Jestem z tym pogodzony. Nie wyobrażam sobie jednak całkowitej rezygnacji, bo kocham przyrodę i góry.

Czego naprawdę boi się pan w górach?

Trzeba mieć duży dystans i pokorę, bo góry są niebezpieczne, a przyroda bywa surowa. Góry nie wiedzą, że jesteśmy fachowcami. Nie można dać się ponieść emocjom ani ambicji. Trzeba umieć zmienić plan, zrobić krok w tył i się wycofać. Zawsze możemy wrócić.

Mówił pan, że strach pojawia się w przestrzeni, której pan nie zna, albo kiedy nie wie pan, jak odpowiedzieć na zagrożenie. Co pan robi, gdy nie da się go kontrolować?

Trzeba mieć plan i narzędzia pozwalające go zmienić albo się wycofać. Nie można zakładać, że po prostu coś zrobimy, nie mając pomysłu na to, co będzie, jeśli sprawy pójdą źle. Żeby podjąć działanie, muszę dogłębnie zrozumieć sytuację i odpowiedzieć sobie na wiele pytań. Jeżeli nie mam takiego zrozumienia albo czuję, że jest zbyt niebezpiecznie i nie mam na to wpływu, odpuszczam.

Zdarza się panu udawać przed zespołem, że pan się nie boi?

Jestem osobą, która nie pokazuje emocji. Spokojnie analizuję sytuację, podejmuję decyzje i się ich nie boję. Może więc po mnie nie być widać, że czegoś się obawiam.

Którego słowa nie lubi pan bardziej: „bohater" czy „ryzykant"?

W odniesieniu do siebie nie lubię ani jednego, ani drugiego.

Co panu daje to, co pan robi?

W życiu potrzebne są emocje, bo bez nich byłoby nudno. Nie istnieje idealny plan ani lekarstwo na nieśmiertelność. Trzeba żyć, przeżywać i robić to, co się kocha. Bez tego życie miałoby inny smak, bylibyśmy innymi ludźmi, mielibyśmy inną energię i może mniej dawalibyśmy od siebie.

Co słychać na wysokości ośmiu tysięcy metrów?

Słychać wiatr, padający śnieg, pękające szczeliny, obrywające się seraki. Sporo się dzieje. Nie można założyć słuchawek i pójść pobiegać. Trzeba wsłuchać się w przyrodę, bo ona daje sygnały i ostrzega przed zagrożeniami. Te dźwięki są ważne, ale też niesamowite; pokazują, jak potężna i nieokiełznana jest natura.

Czego dowiedział się pan o sobie na szczycie, w absolutnej samotności, czego na dole nigdy by się pan nie dowiedział?

Ciągle uczę się cierpliwości. Nie jest tak, że wpadasz, robisz swoje i uciekasz. Musisz czekać na właściwy moment. Nauczyłem się też, że warto trzymać się swoich przekonań wbrew temu, co myślą inni. Konsekwencja może doprowadzić do wyjątkowych chwil. Trzeba szanować przygodę i dbać o to, by podczas naszych działań ingerencja w przyrodę była jak najmniejsza. Ważne jest też szanowanie ludzi i otwartość na nich. W górach poznałem mnóstwo fantastycznych osób, z którymi mam kontakt od wielu lat.

Ile z tego, co świat nazywa wyczynem Andrzeja Bargiela, należy również do pana brata, Bartka Bargiela?

Bartek jest bardzo ważnym elementem tej działalności. Stworzyliśmy model, który pozwala realizować zdjęcia i filmy bez podnoszenia fizycznego ryzyka ludzi. Dzięki temu ja mogłem uprawiać sport bez presji, że muszę coś zrobić ze względu na produkcję, a zarazem pokazywaliśmy miejsca, do których większość osób nigdy nie dotrze. Okazało się też, że drony podnoszą bezpieczeństwo: pomagają organizować akcje ratunkowe i transportować leki. Kiedy warunki są trudne i zagrożenie lawinowe uniemożliwia ludziom wyjście, technologia może pomagać bez narażania kolejnych osób. Kiedy zaczynaliśmy, były to nowatorskie rozwiązania. Dzisiaj nawet TOPR wykorzystuje drony przenoszące duże ładunki. Bartek niesamowicie rozwinął się też jako filmowiec i zajmuje się tym zawodowo.

Wystarczy jedno zdanie brata, żeby pan zawrócił?

Bartek nie ma takiego doświadczenia górskiego. Dron pozwala przyjrzeć się miejscu albo sprawdzić, gdzie znajdują się ludzie, gdy nie ma łączności. Rozwiązuje wiele problemów, bo poza utratą urządzenia nie ryzykujemy niczym. Nigdy jednak nie zdecydowałbym się na zjazd w terenie, którego nie znam, na który nie mam pomysłu i któremu wcześniej się nie przyjrzałem. Na obrazie nie widać wszystkich zagrożeń. Technologia podnosi bezpieczeństwo, ale nie podejmuje decyzji. Nie możemy oddać jej inicjatywy. Zdarza się, że zespół, obserwując obraz, pod wpływem stresu przekazuje mi wiele rad i ostrzeżeń, choć o nie nie proszę. Ja mam własny plan i z miejsca rozumiem sytuację inaczej. Powstaje zamieszanie, a ja potrzebuję spokoju. Nie jestem osobą, która dużo mówi. Odzywam się, kiedy czegoś potrzebuję.

Po powrocie potraficie być po prostu braćmi czy cały czas rozmawiacie o górach?

W ogóle nie rozmawiamy o górach. W rodzinie także o nich nie opowiadam. Po takich przedsięwzięciach mam przesyt i z przyjemnością zajmuję się czymś innym. Kiedy wracam do domu, chcę być otwarty na innych i ich słuchać. Teraz remontujemy dom, mamy dwoje małych dzieci, dużą rodzinę, więc cały czas coś się dzieje i komuś trzeba pomagać.

Jak pan odpoczywa?

Mamy chatkę w górach. Zajmuję się tam prostymi rzeczami, na przykład sadzę las. Interesuję się też motoryzacją i trochę muzyką.

Ojcostwo zmieniło pański stosunek do odwagi i ryzyka?

Zawsze dbałem o bezpieczeństwo i ceniłem swoje zdrowie oraz życie. Zmieniło się to, że chcę być częściej w domu. Rodzina odbiera pasji beztroskę. Nie można już wyjechać gdzieś na pół roku i niczym się nie przejmować. Staram się nie przesadzać z wyprawami, żeby nie odbywały się kosztem życia tutaj.

Po sukcesach na K2, Evereście i Nanga Parbat czuje pan presję, że Bargiel znowu powinien dokonać czegoś niemożliwego? Czuje ciężar własnej legendy?

Nie. Robię to, bo to lubię, nie po to, żeby komuś coś udowadniać. Dawno temu nabrałem dystansu do tych wszystkich rzeczy. Nie nakładam na siebie presji i nie pozwalam, żeby wpływała na moje decyzje. Dopóki czuję, że chcę to robić, robię to.

Po powrocie ma pan czas przeżyć to, co się wydarzyło, zanim zamieni się to w film, kampanię i artykuły?

Nie ma mnie zbyt wiele w mediach. O wyprawie informujemy dzień przed wyjazdem. Po powrocie jestem dostępny przez dwa dni, a potem znikam. Staram się złapać dystans i dać sobie przestrzeń oraz spokój.

Myśli pan czasem, że niektórych pańskich zjazdów za kilka czy kilkanaście lat nie będzie już można powtórzyć? Dokumentuje pan świat, który znika?

Pewnie przyjdzie moment, kiedy pewnych rzeczy nie da się już zrobić. Mam nadzieję, że następne pokolenia nadal będą mogły jeździć, ale możliwości będą coraz bardziej ograniczone. Zmiany klimatu drastycznie wpływają na przestrzeń, w której uprawiamy narciarstwo. W Europie odczujemy to szczególnie. Widzę to w Łętowni, gdzie się wychowałem. Kiedyś jeździliśmy tam na nartach przez kilka miesięcy w roku. Dzisiaj śnieg utrzymuje się najwyżej przez dwa, trzy tygodnie. To powtarzalny fakt.

Co powiedział pan żonie po powrocie z Nanga Parbat?

Nie rozmawiamy za dużo o górach. Przeszliśmy do codziennych obowiązków i cieszyliśmy się, że wreszcie jesteśmy razem.

Skąd pan będzie wiedział, kiedy przestać?

Poziom trudności tego, co robię, będzie spadał i jestem z tym pogodzony. Mam nadzieję, że jak najdłużej będę mógł pozostać aktywny, choćby już tylko rekreacyjnie.

Po czym pan poznaje, że naprawdę żyje?

Po chwilach, kiedy mogę wyjść w góry i znaleźć się w wyjątkowym miejscu. Czuję wtedy, że jestem szczęśliwy i że mam ogromne szczęście, skoro dostałem takie możliwości. Ważne, żeby znajdować takie momenty dla siebie, choć jest to coraz trudniejsze, bo wszystko pędzi.

eprasa.pl 1eda4ab262

HISTORIA

Jak rząd Bolesława Bieruta zrzekał się reparacji wojennych od Niemiec

23 sierpnia 1953 roku rząd Bolesława Bieruta oświadczył, że rezygnuje z reparacji wojennych od Niemiec. Konkretnie od NRD, bowiem z RFN nie utrzymywaliśmy relacji dyplomatycznych. Ta decyzja do dziś wzbudza emocje

Mariusz Grabowski

„Biorąc pod uwagę, że Niemcy zadośćuczyniły już w znacznym stopniu swoim zobowiązaniom z tytułu odszkodowań (...) rząd Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej powziął decyzję o zrzeczeniu się z dniem 1 stycznia 1954 roku spłaty odszkodowań na rzecz Polski" – głosi dokument. To wtedy zaczął się obecny polsko-niemiecki repatriacyjny galimatias.

FOT. NARODOWE ARCHIWUM CYFROWE

Od lewej prezydent Bolesław Bierut, premier Józef Cyrankiewiczi wicepremier Hilary Minc

Zamknięcie kwestii

Dlaczego w ogóle doszło do rezygnacji z reparacji? Większość historyków uważa, że stało się to za sprawą nacisków ZSRR. A te z kolei były skutkiem wydarzeń z czerwca 1953 r., gdy na ulicach największych miast Niemieckiej Republiki Demokratycznej – Berlina, Magdeburga, Lipska i Drezna – krwawo stłumiono społeczne protesty. Zginęło wówczas kilkuset protestujących, a tysiące aresztowano.

Niemiecki bunt przeciw trudnej sytuacji gospodarczej i okupacji radzieckiej uświadomiły najwyraźniej rządzącym na Kremlu, że trzeba uspokoić gorące nastroje w „bratnim państwie niemieckim". Sugestia o rezygnacji wyszła zapewne od Waltera Ulbrichta, przewodniczącego rady państwa NRD, a przedstawił ją Otton Grotewohl, premier, który akurat w sierpniu przebywał w Moskwie.

Rosjanie pomysł zaakceptowali i 22 sierpnia 1953 r. ZSRR zawarł z NRD umowę dotyczącą „zamknięcia kwestii reparacyjnych ze strony Niemiec". Oświadczenie polskiego rządu było naturalną konsekwencją decyzji Rosjan. Co tylko potwierdza tezę, że większość decyzji w kwestii polityki zagranicznej PRL zapadała w Moskwie.

Transakcja wiązana

Zgodnie z powojennymi porozumieniami Polska miała otrzymać 15 proc. z reparacji płaconych przez NRD ZSRR. Niemcy mieli spłacić Rosjan sumą 10 mld dolarów (według cen z 1939 r.), rozłożoną na 15 lat. Po drodze, w 1950 r., kwotę dla Polski zmniejszono o połowę – do 7,5 proc.

W praktyce jednak z sowieckiej strefy okupacyjnej Niemiec, a od 1949 r. z NRD, PRL otrzymała reparacje w produktach i towarach wartych ok. 230 mln dolarów. Dostaliśmy urządzenia, maszyny i wyposażenie techniczne, np., 2,5 tys. motocykli BMW 250, pewną liczba wagonów kolejowych czy chemikalia dla przemysłu. Czasami były to dobra dość wątpliwej wartości, np. w 1949 r. Polska otrzymała siedem mln wydrukowanych po polsku w niemieckich drukarniach luksusowych wydań dzieł Marksa, Engelsa, Lenina i Stalina.

Jednocześnie według polsko-radzieckiej umowy handlowej warunkiem dostarczania reparacji niemieckich była sprzedaż Związkowi Radzieckiemu polskiego węgla po cenach kilkakrotnie niższych od rynkowych. Oblicza się, że dostarczając Rosjanom ponad 50 mln ton węgla, straciliśmy w wyniku tej transakcji wiązanej ok. 700 mln dolarów, czyli trzy razy więcej niż wyniosła wartość otrzymanych reparacji.

„Bez skutków prawnych"

Pojawia się pytanie, czy w świetle pozycji Polski wobec ZSRR rezygnacja z reparacji w 1953 r. była w ogóle wiążąca. Przeciwnicy tej opinii, np. prof. Andrzej Zawistowski, specjalista od dziejów gospodarczych i społecznych Polski, podnoszą argument, że „Rząd Bieruta był jedynie ich wykonawcą i nie miał jakiejkolwiek samodzielności decyzyjnej", a co za tym idzie jego akty prawne nie niosły za sobą „skutków prawnych".

Podobnie uważał zmarły w 2018 roku prof. Jan Tadeusz Sandorski, spec od prawa międzynarodowego. „Oświadczenie jest nieważne ab initio – od samego początku. Nie było ważne wtedy, nie jest ważne teraz i nie będzie ważne w przyszłości" – pisał. Kwestią decydującą o nieważności aktu sprzed 73 lat, z prawnego punktu widzenia, byłby „przymus polityczny i ekonomiczny, pod którym znajdował się rząd PRL w momencie wydania tego oświadczenia".

Nie brak też głosów, że deklaracja została wydana po prostu niezgodnie z obowiązującym wówczas w Polsce prawem. Według konstytucji PRL-u z 1952 r. zawieranie i ratyfikacja umów międzynarodowych nie były kompetencją rządu, lecz Rady Państwa. Jest też bardzo prawdopodobne, że tego posiedzenia rządu, na którym miano przyjąć ten dokument, w ogóle nie było.

Co z tym węglem?

Problem w tym, że w 1953 r. decyzja pociągnęła za sobą realne i długoterminowe skutki prawne, dyplomatyczne i finansowe. Usuwając w cień np. takie kwestie, czy rząd PRL negocjował z Moskwą swoją decyzję, czy też nie. Wspomniany prof. Sandorski dowodził, że Polakom zapewne po prostu zakomunikowano, co mają zrobić.

Skutki tamtej decyzji zaistniały faktycznie, co doskonale widać na przykładzie wspomnianego już węgla. Po zrzeczeniu się reparacji od NRD ZSRR zwolnił PRL od płacenia tego przymusowego kontyngentu (co rząd polski przyjął „z wdzięcznością"), a ówczesny wicepremier Tadeusz Gede otrzymał pełnomocnictwo do negocjacji nowej umowy, która miała opierać się już na bardziej realnych zasadach.

Sprawę uregulowano jednak dopiero w 1957 r. podczas negocjacji moskiewskich, na których przyjęto tzw. opcję zerową. Uznano, że straty poniesione przez Polskę w związku z „nieekwiwalentnym" eksportem węgla zniwelowały jej zadłużenie z tytułu kredytów udzielonych przez ZSRR.

Bez porozumienia

Po 1953 r. kwestia reparacji ze strony NRD została niejako „zamrożona". W przeciwieństwie do reparacji ze strony Republiki Federalnej Niemiec, z którą PRL oficjalnie nawiązał relacje dyplomatyczne dopiero 14 września 1972 r. „Gdy dwa lata wcześniej kanclerz Willy Brandt przyjechał do Warszawy, przywiózł z sobą kilka propozycji rozwiązania kwestii reparacji wojennych dla Polski, lecz z żadnej z nich nie skorzystał" - twierdzi prof. Zawistowski. Co może świadczyć, że dla RFN sprawa była dość niewygodna politycznie.

Można więc zapytać: czy stosunki dyplomatyczne PRL utrzymywane w 1953 r. jedynie z NRD wystarczały, by rezygnacja z reparacji objęła mocą także drugie państwo niemieckie? Jeśli przyjąć ustalenia Wielkiej Trójki z 1945 r., wedle których „każda ze stron będzie egzekwować roszczenia reparacyjne tylko w swojej strefie okupacyjnej Niemiec", prawo Polski do reparacji od RFN są zasadne – nawet gdy ZSRR już nie istnieje, a Niemcy zostały zjednoczone.

Tłumaczyłoby to, dlaczego niemieccy dyplomaci w czasie podpisywania 7 grudnia 1970 r. układu między PRL a Republiką Federalną Niemiec „o podstawach normalizacji ich wzajemnych stosunków" tak usilnie życzyli sobie wpisania w tekst dokumentu deklaracji o rezygnacji Polski z reparacji wojennych, podobnie jak my kwestii nienaruszalności granic.

Odszkodowania

Sprawę komplikuje dodatkowo wątek tzw. odszkodowań indywidualnych. W rozmowie przeprowadzonej przez Władysława Gomułkę z kanclerzem RFN Willy Brandtem 7 grudnia 1970 r. I sekretarz KC PZPR stwierdził m.in., że „(...) rząd polski jeszcze w 1953 r. zrzekł się reparacji wobec Niemiec jako całości, a więc również wobec NRF. Do tej sprawy powracać nie będziemy niezależnie od tego, jak patrzelibyśmy na nią obecnie. Pozostał jednak nierozwiązany problem odszkodowań, który nie jest równoznaczny z reparacjami".

W ówczesnych wyliczeniach strony polskiej łączna suma odszkodowań opiewała na kwotę 180 mld marek. Nikt na serio nie sądził, że taka kwota byłaby możliwa do wyegzekwowania, dlatego Gomułka zaproponował, by zamiast niej rząd RFN udzielił Polsce kredytu w wysokości 10 mld marek na określony czas. Byłby to kredyt nieoprocentowany lub oprocentowany nie wyżej niż dwa procent, a różnicę między tą stopą procentową a stopą rynkową pokryłby rząd RFN.

Jak pisze Mieczysław Stolarczyk w tekście „Reparacje wojenne dla Polski od Niemiec w latach 1945-2020), dwa lata później, w 1972 roku, Polska faktycznie otrzymała 100 milionów marek „na rzecz ofiar pseudomedycznych eksperymentów dokonywanych na obywatelach polskich przez Niemców w czasie wojny światowej", ale kwestię reparacji pominięto.

eprasa.pl 1eda4ab262

KULTURA

„Dekalog". Historie o ludzkich wyborach

To bez dwóch zdań ukoronowanie twórczości Krzysztofa Kieślowskiego. Każdy z dziesięciu filmów cyklu opowiada o zwykłych ludziach, którzy stają przed trudnymi wyborami moralnymi, życiowymi i rodzinnymi, a każda z historii nawiązuje do jednego z Dziesięciu Przykazań, ukazując je jednak w sposób nieoczywisty i osadzony we współczesnych realiach. W tym roku minie 37 lat od premiery pierwszego odcinka z serii „Dekalog".

Wojciech Obremski

Na pomysł „Dekalogu" wpadł Krzysztof Piesiewicz, prawnik, polityk i scenarzysta, a było to jeszcze w 1983 roku, w czasie stanu wojennego. Podczas przechadzki z reżyserem Krzysztofem Kieślowskim powiedział: – Słuchaj, jest chaos, ludzie są zagubieni, nie wiedzą, w jakim kierunku iść. Tylu wierzących, a i niewierzących zbiera się w kościołach, jedynej przestrzeni, gdzie mogą się gromadzić publicznie i czują się wolni. Trzeba zrobić „Dekalog" – opowiadał Piesiewicz na łamach magazynu „Film".

Początkowo Kieślowski podchodził do tego projektu z rezerwą. Jednak po nieprzychylnym przyjęciu filmu „Bez końca" (ukazującego Polskę w okresie stanu wojennego), zarówno przez władze komunistyczne, jak i środowiska związane z opozycją solidarnościową, reżyser ostatecznie zdecydował się przyjąć propozycję Piesiewicza. Wspólnie z nim napisał scenariusz, a potem stanął za kamerą.

FOT. MARY EVANS/ALL FILM ARCHIVE/NEW YORKER/EAST NEWS

„Dekalog" stał się jednym z najważniejszych dzieł w karierze Krzysztofa Kieślowskiego. Zwłaszcza „Krótki film o zabijaniu" zdobył bardzo duży rozgłos – także w Europie Zachodniej

Z własnych doświadczeń i wspomnień

– Po „Bez końca" chcieliśmy radykalnie zerwać ze wszystkim, co ma związek z polityką, i skoncentrować się w scenariuszach na indywidualnych, uwarunkowanych psychologicznie zachowaniach ludzkich. I to nie bez przyczyny. Mieliśmy dość połajanek (...). Wiedziałem, że po roku od zamordowania księdza Jerzego Popiełuszki nadszedł odpowiedni moment – wspominał reżyser w książce Krzysztofa Piesiewicza i Mikołaja Jazdona „Kieślowski. Od »Bez końca« do końca".

Początkowo Kieślowski wraz z Piesiewiczem zamierzał stworzyć jedynie scenariusz, który następnie zostałby przekazany dziesięciu początkującym reżyserom. Jeszcze na wczesnym etapie prac ustalili, że wszystkie historie będą rozgrywać się na jednym z warszawskich osiedli z wielopiętrowymi blokami.

Nad scenariuszem pracowali wspólnie w mieszkaniu Piesiewicza przy ulicy Klaudyny. Adwokat czerpał pomysły z własnych doświadczeń zawodowych, obserwacji, anegdot, wyobraźni, a także wspomnień z dzieciństwa. Kieślowski i Piesiewicz przedstawili te uniwersalne problemy w taki sposób, by mogły zainteresować każdego widza – niezależnie od jego światopoglądu, wiary czy przekonań religijnych.

Tajemniczy facet w czerni

Cykl trudno jednoznacznie określić mianem klasycznego serialu – poszczególne, trwające mniej więcej godzinę opowieści nie tworzą jednej, ciągłej fabuły, a w każdym odcinku poznajemy innych bohaterów i ich problemy. Łączy je jednak miejsce akcji – wspomniane ogromne osiedle mieszkaniowe, pełne niemal identycznych bloków i niewielkich mieszkań. To właśnie w tych przestrzeniach rozgrywają się zarówno codzienne, pozornie błahe sytuacje, jak i poważne ludzkie dramaty.

Kieślowski unikał bezpośredniego pouczania i oceniania swoich bohaterów. Zamiast tego przedstawiał ich w trudnych sytuacjach, w których każda podjęta decyzja wiązała się z określonymi konsekwencjami. Ukazywał codzienne problemy i dramaty zwykłych ludzi – nauczyciela, lekarza czy dziecka – pozostawiając widzowi możliwość samodzielnej oceny ich postępowania.

Jednym z najbardziej charakterystycznych motywów „Dekalogu" jest tajemnicza postać grana przez Artura Barcisia, pojawiająca się znienacka w różnych wcieleniach – rowerzysty, motorniczego tramwaju, studenta na wykładzie czy robotnika. Mężczyzna jawi się jako obserwator wydarzeń, przyglądający się decyzjom i działaniom głównych bohaterów. Są oni często postawieni w sytuacjach, w których przekraczają moralne granice wyznaczone przez Dziesięć Przykazań i muszą zmierzyć się z konsekwencjami swoich wyborów.

Pomysł tej postaci podsunął pisarz i publicysta Witold Zalewski, który opowiedział Kieślowskiemu historię związaną z Wilhelmem Machem, prozaikiem, eseistą i krytykiem literackim. Mach, po obejrzeniu jednego z filmów, miał stwierdzić, że najbardziej zapadła mu w pamięć scena pogrzebu, w której, gdzieś w tle, zauważył mężczyznę ubranego w czarny garnitur. Co ciekawe, pozostali widzowie nie dostrzegli tej postaci. Historia ta zainspirowała Kieślowskiego do stworzenia bohatera, który pojawia się w różnych momentach „Dekalogu", pozostając niemal niezauważony przez innych.

A może również w kinach?

Prace nad scenariuszem trwały ponad rok. Jesienią 1986 roku gotowe teksty dziesięciu odcinków trafiły do Telewizji Polskiej, gdzie spotkały się w większości z pozytywnym odbiorem decydentów.

W styczniu 1987 roku Janusz Roszkowski, prezes Telewizji Polskiej i przewodniczący Komitetu do spraw Radia i Telewizji, wyraził zgodę na rozpoczęcie realizacji „Dekalogu". Twórcy dowiedzieli się jednak, że z powodu trudnej sytuacji telewizja jest w stanie dofinansować jedynie osiem z planowanych dziesięciu filmów.

Krzysztof Zanussi, dyrektor artystyczny Zespołu Filmowego „Tor", który miał cykl wyprodukować, zaproponował, aby część odcinków zrealizować w dwóch wersjach – telewizyjnej i kinowej. Filmy przeznaczone do dystrybucji kinowej miały trafić również za granicę, co mogłoby przyciągnąć zagranicznych inwestorów i pomóc w zdobyciu dodatkowych środków na produkcję całej serii.

Ostatecznie udało się uzyskać środki na powstanie dwóch obrazów: „Krótkiego filmu o zabijaniu" oraz „Krótkiego filmu o miłości" (były to nieco dłuższe wersje odpowiednio „Dekalogu V" oraz „Dekalogu VI", które weszły na ekrany kin w 1988 roku).

Międzynarodowe uznanie

W końcu Kieślowski podjął decyzję, że sam wyreżyseruje wszystkie dziesięć części „Dekalogu", jednak przy realizacji poszczególnych odcinków współpracował z różnymi operatorami. „Dekalog I" telewizja wyemitowała w grudniu 1989 roku, zaś na kolejne części przyszło czekać widzom do maja roku następnego.

Tworzenie całego cyklu odbywało się w trudnych i wymagających warunkach. Kieślowski poświęcał na pracę nad zdjęciami i montażem „Dekalogu" nawet 13–14 godzin dziennie. Tymczasem środki przeznaczone na produkcję zaczynały się wyczerpywać. Krzysztof Zanussi udał się więc do Europy Zachodniej w poszukiwaniu dodatkowego źródła finansowania, jednak kolejne osoby i instytucje, w tym mediolańska wytwórnia Sao Paolo, nie zdecydowały się wesprzeć projektu.

Ostatecznie pomoc finansową zaoferował berliński producent Manfred Durmiok z wytwórni Sender Freies. Dzięki jego wsparciu możliwe było ukończenie wszystkich dziesięciu części „Dekalogu". Całkowity budżet cyklu szacowano na około 100 tysięcy dolarów.

Muzykę do „Dekalogu" skomponował Zbigniew Preisner. Ścieżka dźwiękowa po raz pierwszy została wydana w 1991 roku we Francji pod tytułem „Les Dix Commandements. Le Décalogue". Rok później album ukazał się również w Polsce nakładem Kompanii Muzycznej Pomaton, tym razem jako „Dekalog. Muzyka filmowa". Płyta doczekała się także kolejnych wydań i wznowień, między innymi we Francji i Wielkiej Brytanii, gdzie cykl cieszył się ogromną popularnością. We wrześniu 1989 roku cykl był prezentowany w kinach poza konkursem głównym na Międzynarodowym Festiwalu Filmowym w Wenecji, gdzie spotkał się z wielkim uznaniem.

I nic dziwnego: „Dekalog" to nie tylko znakomity scenariusz, reżyseria i muzyka, ale i aktorstwo – na ekranie widzimy kwiat polskich wykonawców, zaś wśród najważniejszych można wymienić: Krystynę Jandę, Janusza Gajosa, Jerzego Stuhra, Zbigniewa Zamachowskiego, Bogusława Lindę, Daniela Olbrychskiego i wielu innych.

„Dekalog" stał się jednym z najważniejszych dzieł w karierze Krzysztofa Kieślowskiego. Sukces jego oryginalnego spojrzenia na temat Dziesięciu Przykazań umocnił pozycję reżysera na arenie międzynarodowej, szczególnie w Europie Zachodniej. Pokazom kinowym cyklu często towarzyszyły również retrospektywy wcześniejszych filmów Kieślowskiego, co dodatkowo przyczyniło się do wzrostu zainteresowania jego twórczością.

„Dekalog" nie mówi widzowi wprost, kto ma rację – skłania go raczej do samodzielnego zastanowienia się, co jest dobre, a co złe. To właśnie otwartość na różne interpretacje sprawia, że cykl pozostaje aktualny i poruszający mimo upływu lat.

eprasa.pl 1eda4ab262

GÓRSKIE BIEGI

Tylko dla orłów? Rekord Marcela Broja

Nie chodzi o rekordy, to jest dodatek do pasji – mówi nam Marcel Broj, 26-letni biegacz wysokogórski, który przebiegł Orlą Perć w godzinę. – To najtrudniejszy szlak znakowany Polsce. Czy jest to jakiś wartościowy sukces? Nie wiem. To kwestia indywidualna, jak ktoś to odbiera.

Jacek Żukowski

Przebiegł pan szlak Orlej Perci w Tatrach. Skąd pomysł? Biegi górskie to jest pana pasja?

To jest tylko pasja, hobby. Pomysł zrodził się dwa lata temu. Trochę się zainspirowałem moim kolegą, aktualnie już kolegą z teamu Dynafit – Marcinem Kunzem. On dwa lata temu próbował pobić rekord przebiegnięcia Orlej Perci i wówczas zabrakło mu 40-50 sekund do ustanowienia nowego. Marcin jest zawodnikiem na moim poziomie, więc wtedy doszedłem do wniosku, że spróbuję to zrobić. I rok temu była pierwsza próba. Wtedy mi brakło dwóch minut. Kolejne podejście było w czerwcu. Poszło troszkę gorzej. No i teraz za trzecim razem się udało.

Poprzedni rekord przetrwał osiem lat.

Tak. Czekam, aż ktoś pobije mój, wtedy podejmę kolejną próbę. Może uda się złamać barierę godziny (na razie rekordowy czas 1:01.30 godz).

Jak potwierdza się wiarygodność czasu?

Jest taka aplikacja – Strava i jest segment ustawiony od Zawratu do Krzyżnego. Biegnie się z zegarkiem z GPS-em, nie ma możliwości, by to oszukać. Nawet jakby człowiek zatrzymał zegar, to i tak czas tego segmentu liczy się.

A pan miał pan jakieś choćby kilkusekundowe przerwy?

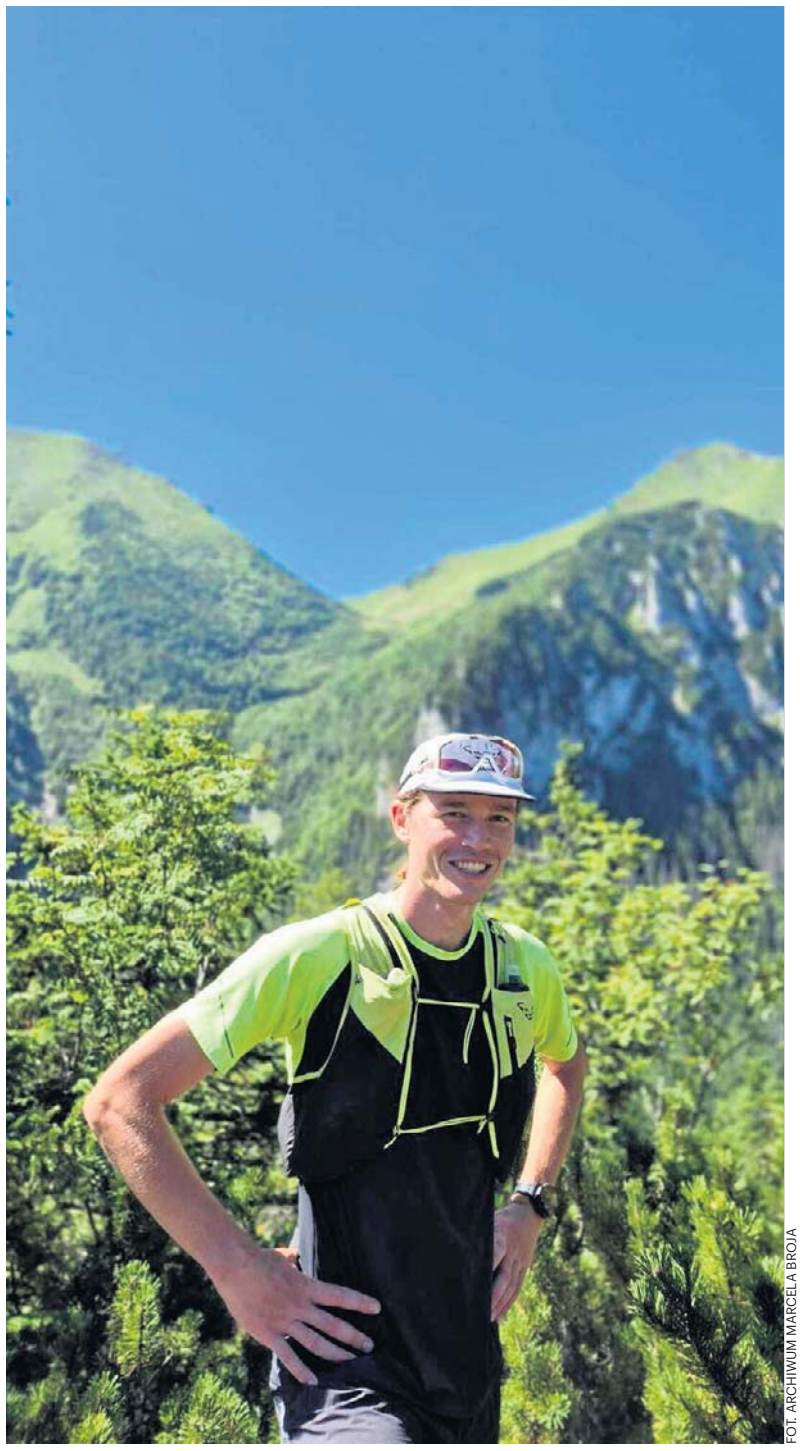
Nie, biegłem od początku do końca.

Dlaczego akurat ten szlak? Bo to jest najtrudniejsze wyzwanie, jeśli chodzi o górskie biegi w Polsce?

To jest to na pewno najtrudniejszy szlak znakowany Polsce. Czy jest to jakiś wartościowy sukces? Nie wiem. To kwestia indywidualna, jak ktoś to odbiera. Uprawiam biegi górskie od jedenastu lat. Natomiast sam skyrunning od 5 lat.

Głowa odgrywa bardzo dużą rolę, ale wiadomo, że bez treningu, bez przygotowania wytrzymałościowego, kondycyjnego wyniku nie będzie. Jest wiele składowych

Marcel Broj



FOT. ARCHIWUM MARCELA BROJA

Marcel: Staram się podchodzić do wszystkiego ze sporą dawką pokory

Jest słynny bieg granią Tatr, o wiele dłuższy (71 km) i pewnie bardziej wymagający. Nie myślał pan o nim?

Na razie takich długich dystansów nie biegam. Tak maksymalnie to dystanse maratońskie. Ale w przyszłości będę próbował. W biegu, o którym pan mówi, startował Marcin Kunz i ukończył go na piątym miejscu w ubiegłym roku. Wszystko przede mną.

O której pan zaczął bieg na zwykle zatłoczonej Orlej Perci? Nie ma możliwości, żeby biec pustym szlakiem.

Tak, to prawda. Wystartowałem z Zawratu o godz. 17.43. Przede mną biegła koleżanka Patrycja Stanek, mistrzyni Polski, robiła trening. Umówiliśmy się, że jak trafi na turystów, to powiadomi ich, że za jakiś czas pobiegnę ja i w razie czego będę wdzięczny za możliwość przepuszczenia mnie. I tak się złożyło, że minąłem dosłownie sześć, siedem osób.

Bardzo mało.

Tak naprawdę miałem całą Orlą pustą, dla siebie.

Robił pan przymiarki, kiedy najlepiej wystartować? Bo mi się wydawało, że lepiej wcześnie rano, np. o 4.

Jest też taka opcja, tylko że o czwartej, piątej rano to często ci turyści, którzy nocują w schroniskach, np. w Pięciu Stawach czy Murowańcu, są już na szlaku. Jest więc ryzyko, a wieczorem to jednak zostają osoby, które później wyszły.

Najtrudniejszy moment to Kozie Czuby?

Faktycznie, odcinek od Zawratu do Koziego Wierchu. Jest tam najwięcej odcinków eksponowanych, z łańcuchami. Jest sporo podciągania na łańcuchach.

Było mało ludzi na trasie, nikt na pana nie zwracał uwagi w sensie negatywnym? Gdyby było dużo ludzi, to pewnie nie byłoby to bezpieczne?

To prawda. Miałem to szczęście, że akurat ci ludzie wiedzieli o tym, że biegnę i zachowali się kulturalnie, nawet kibicowali, dopingowali.

Gdyby pan spotkał większą liczbę ludzi, to by pan zrezygnował?

Pewnie tak, bezpieczeństwo jest najważniejsze. Nie chodzi o rekordy, to jest dodatek do pasji.

Orla Perć to najtrudniejszy szlak w Polsce, dla wielu ludzi nawet trudny do przejścia, trzeba nim samym iść 7 godzin, doliczyć jeszcze wejście i zejście. Na pewno wielokrotnie słyszał pan o śmiertelnych ofiarach tego szlaku. I to nie odwiodło pana od pomysłu, by nim biec? Że to nie jest najlepsza trasa do biegów?

Na pewno ryzyko jest. Dwa dni później jechałem rowerem na Słowacji i wydaje mi się, że ryzyko wypadku na rowerze, jadąc po głównych drogach, jest zdecydowanie większe.

Cała trasa biegu była pokonywana w komforcie.

Nie było takiego momentu w którym bym czuł się niepewnie, że się potknę, czy upadnę i zsunę po ścianie. Nie było takiego miejsca.

W jakich butach pan biega? Sportowych czy górskich?

To są buty trailowe, specjalne do biegów górskich.

Mają więc podeszwę z wibramem.

Tak, ale wszystko jest ultra lekkie.

Biega pan już kilkanaście lat. Jak plasuje pan ten ostatni wyczyn? Jako największy, jak na razie, sukces?

Aż tak tego nie odbieram. To tylko rekord. Czy on jest znaczący w świecie biegowym? Nie powiedziałbym. Bardziej jednak trenuję pod zawody i to jest główny cel. Tak naprawdę najbardziej zależy mi po prostu na dalszym realizowaniu się w górach. Na możliwości przebywania w pięknych miejscach, poznawania nowych tras, podejmowania kolejnych wyzwań i przede wszystkim czerpania z tego wszystkiego radości. Wyniki, rekordy czy konkretne zawody są dla mnie ważne, ale nie są celem samym w sobie. W ostatnim czasie mam też szczęście trafiać na naprawdę dobrych ludzi i coraz bardziej doceniam samo to, gdzie obecnie jestem i co mogę robić. Dlatego chyba nie mam jednego wielkiego marzenia.

A co sobie pan ceni najbardziej z tych dotychczasowych rezultatów?

Myślę, że czwarte miejsce na mistrzostwach Polski w biegach wysokogórskich. Cenię sobie progres, jakiego dokonałem. Co roku jest poprawa wyników i ku temu zmierzam, żeby gdzieś w przyszłości moje bieganie było na coraz wyższym lepszym poziomie.

Czym się pan zajmuje na co dzień?

Jestem po studiach wychowania fizycznego na Politechnice Opolskiej i od września rozpoczynam pracę w szkole podstawowej jako wuefista.

eprasa.pl 1eda4ab262

Co jest najtrudniejszego w biegach górskich? Czy to jest ta fizyczna strona, trudności, czy jednak psychika, by nie mieć strachu, obaw.

Głowa odgrywa bardzo dużą rolę, ale wiadomo, że bez treningu, bez przygotowania wytrzymałościowego, kondycyjnego wyniku nie będzie. Jest wiele składowych potrzebnych do osiągnięcia sukcesu. Jest przede wszystkim monotonny trening, wiele godzin biegania, także jazdy na rowerze. A co się tyczy typowo wysokogórskiego treningu, to trzeba mieć głowę odblokowaną, mniejsze poczucie strachu. Ale podchodzić do wszystkiego ze sporą dawką pokory, że w każdej chwili może się coś stać. Wyobraźnia więc jest potrzebna.

Jak intensywnie pan trenuje?

Prawie codziennie. Czasami jest jeden dzień wolnego na regenerację, myślę, że jakieś piętnaście godzin tygodniowo. W okresie letnim trochę więcej, bo w górach przebywam sporo.

Biega pan w miejscu zamieszkania w województwie opolskim po płaskim terenie.

Na co dzień rzeczywiście tak, po wałach Odry, po takich polnych, szutrowych drogach. Natomiast w górach jestem około stu dni w roku.

Ma pan ulubione tereny?

Wiadomo, Alpy. A w Polsce są to Góry Opawskie, Biskupia Kopa, pasmo Jesioniki w Czechach z Pradziadem w roli głównej.

W Tatrach pan biega?

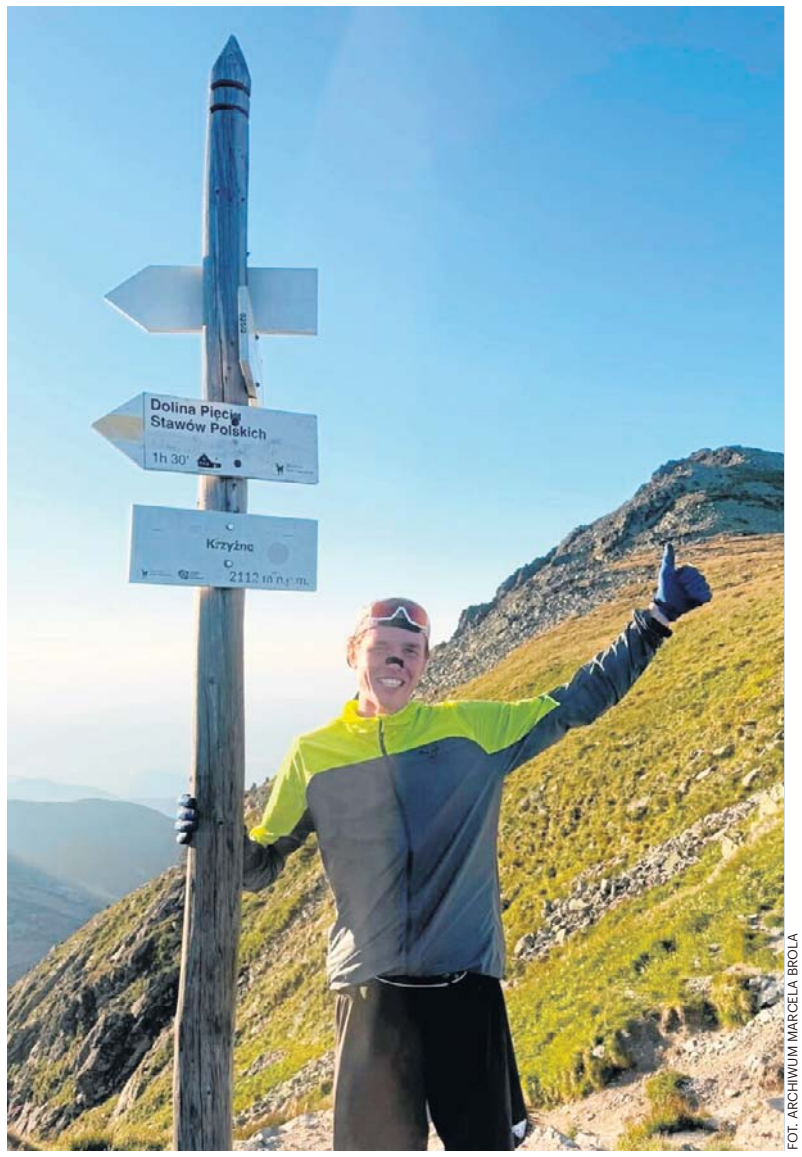
Tak, wzdłuż i wszerz je przebiegam. Tylko jest tu dużo ludzi. Polskich Tatr staram się więc unikać. Lubię słowackie. Można tam naprawdę znaleźć takie trasy, na których turystów spotyka się rzadko, dosłownie kilka osób, nawet w sierpniu. Taka jest Dolina Cichej Wody od strony Podbańskiego, w stronę Kasprowego Wierchu, Gładka Przełęcz.

Mówi pan o treningach na wałach Odry, ale może trzeba biegać po schodach?

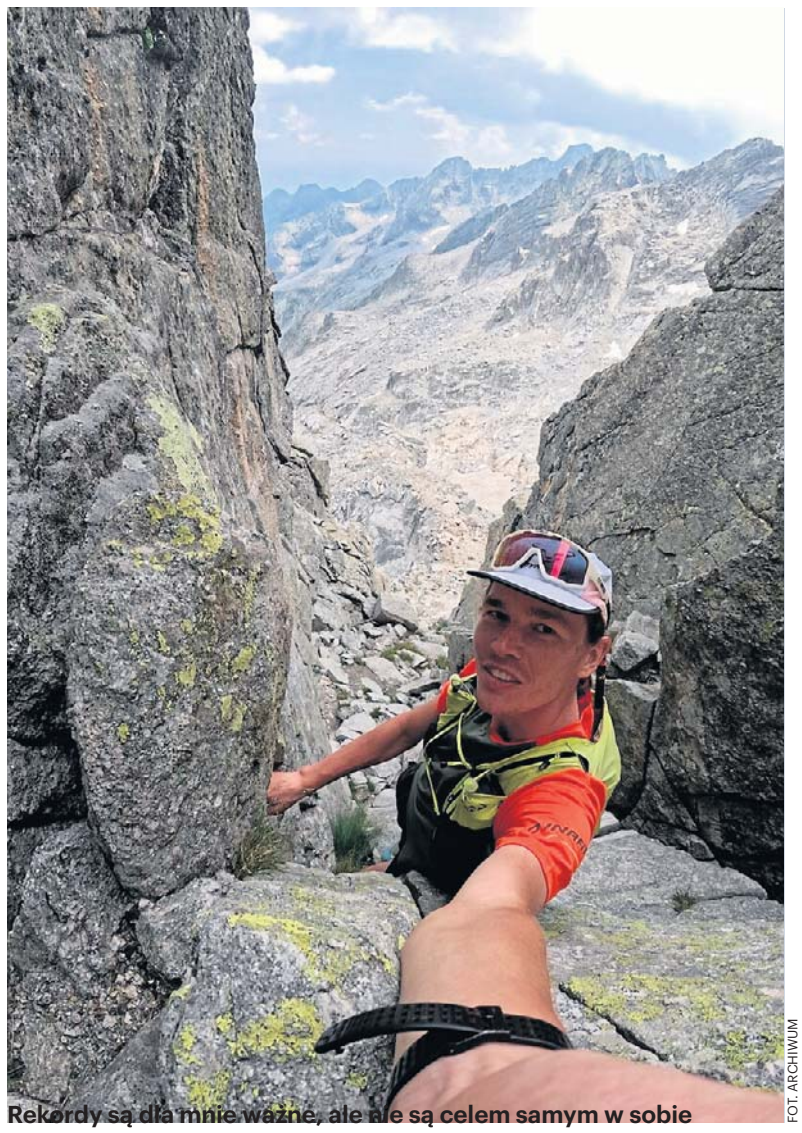
Schody mechaniczne – te z siłowni są teraz dosyć popularne wśród tych topowych biegaczy. Jeszcze z kamizelką obciążeniową.

A rower w tym treningu zajmuje jakąś część? Bo wtedy pracują inne partie mięśni.

Rower jest o tyle fajny, że on mało obciąża te mięśnie i stawy, które pracują podczas biegania, jest mniejszy nacisk i w okresie zimowym, w którym objętość treningowa powinna być dużo większa, żeby zbudować bazę pod sezon główny, to rower stacjonarny, trenażer to jest coś, z czego często korzystam.



FOT. ARCHIWUM MARCELA BROLA


FOT. ARCHIWUM

Rekordy są dla mnie ważne, ale nie są celem samym w sobie

Spotkał się pan kiedyś z jakąś nieprzyjemną sytuacją, że ktoś panu zwrócił uwagę w nieprzyjemny sposób kwestionując pańskie bieganie, że zakłóca pan spokój?

Była taka sytuacja w zeszłym roku, we wrześniu na zawodach podczas biegu na Kasprowy Wierch przez Myślenickie Turnie. Wtedy bardzo dużo ludzi zjechało w Tatry. Start z ronda w Kuźnicach był o 10 czy 11 i na trasie mijaliśmy tłumy. Większość osób była pozytywnie nastawiona, przepuszczała nas kulturalnie. Ale znalazła się grupa ludzi, wytatuowanych... I jak próbowałem kulturalnie przeprosić takiego jednego pana, to on oczywiście mnie nie przepuścił i jeszcze wepchał mnie gdzieś na bok w stronę rowu obok. Została mi ta sytuacja w głowie. W końcu wyprzedziłem go, ale samo to zachowanie było dziwne.

Uważa pan, że takie biegi są bezpieczne dla innych użytkowników szlaków?

W przypadku tego biegu myślę, że tak. No bo to jest bieg tylko pod górkę, więc tempo jest naprawdę bardzo wolne. Poruszamy się do góry, więc nie ma szans, żeby się zderzyć z turystami. Ale to, że trafiliśmy na spore tłumy było troszkę nieprzyjemne. Szczególnie dla tych pierwszych osób, które walczą bardziej o czas, o miejsce. Startowało nas około dwustu pięćdziesięciu osób. Przy ruchu turystycznym to trochę rzeczywiście może być dyskusyjne.

A pańskie marzenie związane z biegami?

Myślę, żeby rozwijać się w skyrunningu, startować w głównych biegach. I może w przyszłości pokusić się o jakiś dobry rezultat.

A jest taki bieg, o którym pan marzy szczególnie?

Myślę, że Matterhorn Ultra Extreme. Za rok spróbuję na pewno.

Jaki tam jest dystans?

Dosyć długi. 29 kilometrów i 3300 m przewyższenia.

W Chamonix jest słynny bieg UTMB.

Tak, to jest festiwal biegowy. Nasza dyscyplina dzieli się na trail, czyli takie biegi górskie, zwykłe, w takim terenie bardziej prostym i skyrunning – biegi wysokogórskie. A ja jednak jestem zwolennikiem tego drugiego, a festiwal biegowy jednak jest po łatwiejszych trasach i póki co nie ciągnie mnie tam.

A myślał pan o tym, co zrobił Roman Ficek – dziesięć razy wszedł (wbiegł) na Rysy i zbiegł. Myśli pan o tym?

O tym nie myślałem, natomiast wrażenie robi inny projekt Romana Ficka – wielka Korona Tatr. Zdobył czternaście najwyższych szczytów tatrzańskich na Słowacji. Zrobił to poniżej 30 godzin. Myślę o tym w przyszłości, gdy będę biegał ultradystanse. Ale póki co skupiam się na krótszych trasach.

Pański wynik na Orlej Perci na pewno działa na wyobraźnię ludzi, którzy nie zajmują się skyrunningiem. Natomiast nie myśli pan, że może pan znaleźć naśladowców, którzy nie do końca sobie zdają sprawę z ryzyka, z trudności i to może być troszeczkę niebezpieczne?

Zauważyłem to w komentarzach w sieci, sporo było negatywnych, wręcz hejtu, bym powiedział na moją osobę po tym rekordzie. Natomiast... Każdy odpowiedzialny jest za siebie.

Hejt odnosił się do tego, że może być pan przyczyną takich złych zachowań i jakichś tragedii?

Też było kilka właśnie tego typu komentarzy.

Mogą znaleźć się ambitni, którzy stwierdzą: „On przebiegł, to ja też spróbuję". A nie będą mieli przygotowania ani wyobraźni.

Jest takie ryzyko, ale nie mam wpływu na to.

Miał pan jakieś wzorce wśród rodziny, znajomych, że się pan w ogóle tymi biegami zainteresował?

Sport był w rodzinie od zawsze, taki amatorski. Ojciec najpierw mnie nosił na plecach w nosidełku. Jeździliśmy na Słowację, do Czech.

Od dziecka góry były ze mną. I pokochałem je dzięki rodzicom.

Rodzice nadal chodzą po górach?

Tak, mama chodzi, a tata nawet biega. Ja zacząłem, a on po kilku latach się w to wciągnął. I teraz startuje nawet w zawodach. Z kolei dwóch braci też chodzi po górach, ale nie biega.

Zacznie pan pracę w szkole, będzie czas na biegi?

Na pewno. Nauczyciel to taka praca, że jednak trochę wolnego jest – w weekendy i wakacje. Brałem to pod uwagę kilka lat temu przy wyborze studiów.

eprasa.pl 1eda4ab262

PASJE

Setki godzin pracy, trzy minuty na scenie. Tak wygrali finał cosplayu

Cosplay to ich hobby. Po pracy tworzą kostiumy od zera, co zajmuje im setki godzin. Efekt ich wytrwałej pracy docenili jurorzy podczas Japan Expo w Paryżu. Zdobyli złoto pokonując 21 innych reprezentantów z całego świata. Ich kostiumy okazały się najlepsze.

Maciej Szymkowiak

FOT. AXEL CLERGEAU

Dorian „Helper" Sobołtyński i Anna „Ayo" Stanik zwyciężyli w finale Extreme Cosplay Gathering w Paryżu

Zdobyliście pierwsze miejsce w finale mistrzostw świata w cosplayu – Extreme Cosplay Gathering (ECG) 2026 podczas Japan Expo w Paryżu, pokonując 21 krajów. Nad kostiumami pracowaliście od marca zeszłego roku?

Dorian „Helper" Sobołtyński: Nie bez przerwy. Praca nad tymi kostiumami była dla nas bardzo ważna i oczywiście priorytetowa. Jednocześnie życie toczy się dalej, pojawiają się inne obowiązki, projekty i konkursy. Musieliśmy więc odpowiednio żonglować grafikiem i znaleźć w nim miejsce na pracę nad kostiumami.

Anna „Ayo" Stanik: Zawsze jest tak, że na początku myślisz: „Mamy cały rok, zdążymy". Później okazuje się, że zostało pół roku, następnie cztery miesiące, a człowiek nadal powtarza sobie, że przecież spokojnie da się wszystko zrobić i najintensywniej pracuje przed samym konkursem.

Robicie to po godzinach. Nie zarabiacie na tym?

Anna „Ayo" Stanik: Cosplay jest dla nas przede wszystkim hobby. Jestem wykładowczynią na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza, gdzie uczę języka koreańskiego.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Ja jestem freelancerem i zajmuję się prowadzeniem szkoleń, przede wszystkim Business English dla korporacji. W praktyce oznacza to, że tak, cosplayem zajmujemy się po godzinach. Najpierw musimy wypełnić wszystkie obowiązki zawodowe, a dopiero po zakończeniu dnia pracy możemy poświęcić czas na przygotowywanie kostiumów.

Ile godzin pracy kryje się właściwie za takim kostiumem?

Dorian „Helper" Sobołtyński: Trudno podać konkretną liczbę godzin. Najprostsza odpowiedź brzmi: setki. Jeśli liczyć wyłącznie czas, kiedy fizycznie pracujemy z materiałami, będzie go bardzo dużo. Do tego dochodzą szkolenia, testy i próby, które są konieczne, żeby nauczyć się nowych technik i wykonać coś poprawnie. W efekcie rzeczywiście mówimy o setkach godzin pracy.

Czy jest jakiś szczególny element kostiumu, który zawsze okazuje się najtrudniejszy?

Anna „Ayo" Stanik: Myślę, że jednym z trudniejszych elementów była galwanizacja. Polega ona na pokryciu powierzchni przedmiotu warstwą metalu. Dzięki temu element, który nie jest wykonany z metalu, może uzyskać metaliczne wykończenie. Wykorzystaliśmy technikę, w której trzeba najpierw stworzyć odpowiednie warunki chemiczne, aby cząsteczki metalu osadzały się na powierzchni przedmiotu. Element umieszcza się w specjalnej kąpieli i podłącza do prądu.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Prąd przepływa przez obiekt, metal oraz znajdujący się w wannie roztwór, a po kilku godzinach powierzchnia zostaje pokryta metalem. To bardzo delikatny proces, w którym wiele rzeczy może pójść nie tak. Jeśli jednak wszystko przebiegnie prawidłowo, efekt końcowy przypomina produkt jubilerski: otrzymujemy błyszczącą, metalową i bardzo efektowną powierzchnię. Daje to efekt „wow", ponieważ trudno spodziewać się, że tak szczegółowy element można wykonać w ten sposób.

Brzmi to jak rzemiosło artystyczne.

Anna „Ayo" Stanik: To bardzo trafne określenie. Szczególnie dzisiaj, ponieważ w porównaniu z sytuacją sprzed 10 czy 15 lat mamy dostęp do zupełnie nowych technologii i materiałów. Pojawił się między innymi druk 3D, dzięki czemu poziom wykonania kostiumów bardzo się podniósł, więc żeby rywalizować konkursowo, trzeba pokazać coś ekstra. Kiedyś nie było tak dużo szczegółowych i trudnych do wykonania kostiumów. Teraz bardziej trzeba się napracować, aby się wyróżnić.

Czy z czegoś musieliście zrezygnować przy pracy nad kostiumem?

Dorian „Helper" Sobołtyński: Tak. Po przejrzeniu naszych kostiumów stworzyliśmy listę rzeczy, które chcieliśmy w nich zrobić, żeby wyciągnąć z projektu jak najwięcej. W trakcie pracy kolejne elementy musiały jednak znikać z tej listy, ponieważ widzieliśmy, że nie zdążymy wykonać ich przed terminem zgłoszenia. Myślę, że wiele osób startujących w konkursach zna to uczucie: zawsze ma się świadomość, że można było zrobić coś lepiej albo dodać jeszcze jakiś element.

A czy w drugą stronę mieliście jakiś detal, który kosztował was bardzo dużo pracy, ale publiczność może tego nie zauważyć?

Anna „Ayo" Stanik: Myślę, że w naszych kostiumach jest takich elementów bardzo dużo. Z daleka robią duże wrażenie, ale wiele pracy kryje się w detalach. Dobrym przykładem jest sweter, który mieliśmy na sobie. Został w całości wykonany na szydełku, od podstaw. Jeśli nie zna się szczegółów jego wykonania, można po prostu pomyśleć: „Zwykły sweter". Sam wygląd niekoniecznie zdradza, ile pracy wymagało jego stworzenie. To nie jest może wada, ale naturalna część konkursu. Wrażenie publiczności może być zupełnie inne niż wrażenie jurora. Oglądanie kostiumu z odległości 10–20 metrów, z perspektywy widowni, daje zupełnie inny efekt niż oglądanie go z bliska.

Dorian „Helper" Sobołtyński: I działa to w obie strony. Ten panel swetra, który zrobiłaś, sam w sobie jest bardzo efektowny, ponieważ wymagał nauczenia się nowej umiejętności i dostosowania ściegu do stroju postaci. Z odległości może jednak wyglądać jak zwykły sweter. Z drugiej strony bardzo efektowna zbroja z dużymi kolcami może świetnie wyglądać z 20 metrów, ale przy bliższej inspekcji mogą pojawić się niedopracowane detale. W przypadku ECG, czyli finałów, które udało nam się wygrać, ocena jurorów stanowiła 50 proc. całego wyniku. Była więc równie ważna jak to, co działo się na scenie.

A dlaczego wybraliście właśnie te postacie?

Dorian „Helper" Sobołtyński: W naszym przypadku wybór wynikał przede wszystkim z designu. Kiedy zdecydowaliśmy się na te postacie, gra nie była jeszcze wydana.

Anna „Ayo" Stanik: Wybieraliśmy je jeszcze przed premierą „Dragon Age: The Veilguard". Pojawił się zwiastun i czekaliśmy na kolejne ilustracje oraz informacje dotyczące postaci.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Sam design bardzo nam się podobał. Pod tym względem byliśmy bardzo zadowoleni, nawet jeśli później sama gra trochę nas rozczarowała. Pamiętam moment, kiedy Ania obejrzała zwiastun, zobaczyła Neve Gallus i stwierdziła: „Ja robię ten strój". Nie było już właściwie o czym dyskutować, miałem po prostu wybrać sobie inną postać z tej gry. Wybrałem Lucanisa Dellamorte. Tak została podjęta decyzja.

eprasa.pl 1eda4ab262

A ile macie lat doświadczenia z cosplayem?

Anna „Ayo" Stanik: Około czterech.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Ja dwóch.

Anna „Ayo" Stanik: Trzeba jednak dodać, że wcześniej przez około dziesięć lat zajmowałeś się rekonstrukcją historyczną.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Tak. Zajmowałem się rekonstrukcją wczesnego średniowiecza, przede wszystkim z okresu od IX do XI wieku i głównie na terenach Polski. W tym zakresie współpracuję również z Muzeum Początków Państwa Polskiego w Gnieźnie. Rekonstrukcja obejmowała zarówno research dotyczący strojów z tamtej epoki — tego, jak powstawały, z jakich materiałów je wykonywano i jakie stosowano techniki rzemieślnicze - jak i późniejsze odtwarzanie tych strojów od podstaw.

Co trzeba mieć, żeby zacząć przygodę z cosplayem? A co, żeby wejść na wyższy poziom?

Anna „Ayo" Stanik: Chęć nauczenia się nowych rzeczy. Można zacząć od jednej konkretnej umiejętności. Na przykład od szycia. Szycie jest bardzo dobrym początkiem, ponieważ większość postaci ma ubrania, które można samodzielnie uszyć. Nie trzeba jednak umieć szyć. Można zainteresować się na przykład pianką EVA, która jest jedną z podstawowych technik wykorzystywanych do tworzenia zbroi i innych elementów konstrukcyjnych. Można z niej zrobić również różnego rodzaju rekwizyty.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Na przykład elementy broni czy inne akcesoria. Można też zainteresować się drukiem 3D.

Anna „Ayo" Stanik: Można też skupić się na makijażu czy peruce, bo tworzenie i stylizacja peruk to osobna dziedzina. Jeżeli ktoś ma na przykład wykształcenie fryzjerskie, już na starcie posiada bardzo przydatne umiejętności. Warto więc wykorzystać to, co już potrafimy, a później stopniowo dodawać kolejne umiejętności.

Dorian „Helper" Sobołtyński: Warto przy tym wspomnieć o ważnej zasadzie konkursów cosplayowych. W Polsce i w Europie kostium konkursowy, w podstawowym rozumieniu, powinien być wykonany przez uczestnika. W praktyce oznacza to, że jeżeli chcemy stworzyć na przykład świecącą laskę rzucającą czary, musimy sami nauczyć się, jak ją wykonać.

Czy podczas konkursu zobaczyliście coś, na co spojrzeliście i pomyśleliście: „Tego też musimy się nauczyć"?

Anna „Ayo" Stanik: Zdecydowanie. To jest jedna z najlepszych rzeczy w konkursach, szczególnie na poziomie międzynarodowym. Oglądamy prace innych uczestników i myślimy: „To jest świetne, też chcielibyśmy kiedyś zrobić coś takiego". Inspiracji jest bardzo dużo, zarówno w zakresie samych kostiumów, jak i występów scenicznych. Można zobaczyć rozwiązania, których wcześniej się nie brało pod uwagę, i pomyśleć: „To byłoby świetne w naszym kolejnym projekcie"

FOT. ANTONY GOMES

Poznańska para wcieliła się w Neve Gallus i Lucanisa Dellamorte z gry „Dragon Age: The Vellguard". Kostiumy stworzyli od zera

Dorian „Helper" Sobołtyński: Dobrym przykładem była znowu galwanizacja. Kiedy usłyszałem, że reprezentacja Wielkiej Brytanii również ma w swoim kostiumie elementy galwanizowane, od razu podszedłem do nich i zapytałem, jak to wykonali. Jeden z uczestników pokazał mi ogromny minigun, którego lufy były galwanizowane i miały niemal metr długości. Moje pierwsze pytanie brzmiało: „Jak ty w ogóle zmieściłeś to w wannie?". Okazało się, że wcale nie korzystał z metody, którą znaliśmy. Wyjaśnił mi zupełnie inny sposób wykonania tak dużego elementu, dzięki któremu udało mu się uzyskać efekt przypominający metal. Byłem tym bardzo zafascynowany. Co ważne, nie było żadnego podejścia w stylu: „Jesteś moim konkurentem, więc nie zdradzę ci, jak to zrobiłem". Wręcz przeciwnie, chętnie podzielił się wiedzą i długo o tym rozmawialiśmy

W cosplayu nie tylko przygotowujecie kostiumy, ale też odgrywacie postacie. Jak przygotowujecie się do tej części występu?

Dorian „Helper" Sobołtyński: W konkursie mamy właściwie dwa równie ważne zadania. Poza przygotowaniem kostiumu musimy stworzyć prezentację sceniczną, która stanowi drugie 50 proc. oceny.

Anna „Ayo" Stanik: Jeżeli wszyscy uczestnicy mają już bardzo dobrze wykonane kostiumy, to właśnie występ może zdecydować o wyniku. Nie wystarczy wyjść na scenę i zrobić kilka póz. Musimy stworzyć pełne show. I mamy na to bardzo mało czasu: zazwyczaj około trzech minut w przypadku duetu. W tym czasie trzeba wejść w rolę postaci, sprawić, żeby była ona czytelna dla widza, nawet jeśli nie zna on źródła, a następnie przekazać mu konkretną historię czy emocje.

Dorian „Helper" Sobołtyński: W naszym przypadku, jeśli czytelnicy będą mieli okazję zobaczyć występ, który przygotowaliśmy na ECG, można zauważyć, że pozwoliliśmy sobie uprościć nasze postacie do bardzo czytelnych archetypów. W grze mają oczywiście własne charaktery i cechy, ale na potrzeby występu skondensowaliśmy je do stereotypowego arystokratycznego maga i pewnego siebie złodziejaszka.

Czy zawsze tak jest w konkursach?

Anna „Ayo" Stanik: Jeżeli mamy 40 uczestników i każdy wybiera inną postać, trudno oczekiwać, że jurorzy będą doskonale znali wszystkie 40 źródeł. Dlatego często większe znaczenie ma po prostu wartość rozrywkowa występu. Poza tym nie każdą postać łatwo jest przenieść na scenę. Możemy mieć bohatera bardzo charyzmatycznego, ale możemy też mieć postać, która prawie się nie odzywa albo ma bardzo stonowaną osobowość. Trudno wtedy stworzyć z niej widowiskowy występ. Możemy nawet mieć dinozaura - tutaj pozdrawiamy reprezentację Danii.

Co dzieje się z kostiumami po konkursach? Gdzie je przechowujecie?

Anna „Ayo" Stanik: Większość przechowujemy po prostu w pudłach i w szafie. Trzeba tylko uważać, żeby niczego nie uszkodzić. Kostiumy, które już wykorzystaliśmy podczas konkursów, staramy się zachować tak, żeby można było jeszcze założyć je na inne wydarzenia. Przecież nadal można w nich chodzić. Oczywiście z czasem, zależnie od materiałów, kostiumy się zużywają. Niektórzy cosplayerzy decydują się więc później na sprzedaż swoich strojów, również tych przygotowanych na duże konkursy. Dzięki temu, ktoś inny może jeszcze z nich skorzystać.

FOT. EUGENE ART

Cosplay to nie tylko sztuka stworzenia kostiumu, ale też sztuka odtworzenia i prezentacji postaci przed publicznością i jury

eprasa.pl 1eda4ab262

NIEZBĘDNIK CZYTELNICZY

HISTORIA POLSKI

Z Piastami nie warto było zadzierać...

Piastowie – dowodzi dr Mariusz Samp – byli najkrwawszą z dynastii w polskiej historii. Co jest prawdą choćby z tej racji, że tych dynastii nie było przecież aż tak wiele.

Okaleczony Czech

Piastowskie panowanie to nieustanne pasmo bratobójczych walk, spisków, otwartych morderstw i skrytych eliminacji. Okrutników było wśród Piastów co niemiara, ale Samp nawet wśród nich znalazł przodownika – Bolesława Chrobrego, którego charakter dał się poznać nie po tym, że wybijał obżartuchom zęby w poście, ale jak potraktował Bolesława III Rudego z dynastii Przemyślidów.

Bolesław Rudy, drugi syn Bolesława II Pobożnego, sam nie należał do ludzi łagodnych. Z uciechą prześladował swoich braci Jaromira i Oldrzycha, a gdy pierwszy z nich objął władzę, poprosił o pomoc Chrobrego. Ten pomógł mu odzyskać tron, ale widząc, jak okrutnie kuzyn mści się na wrogach, podstępnie zaprosił go do Krakowa, oślepił i osadził w lochu. Niejako profilaktycznie.

Jeszcze Paweł Jasienica przytaczał legendę, że do roku 1034 na Wawelu zamieszkiwał brodaty ślepiec ubrany w książęce szaty. Prawdopodobnie był to ów nieszczęsny Bolesław Rudy – ofiara piastowskiej polityki zagranicznej.

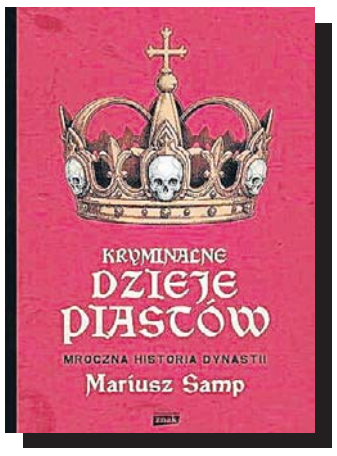
Jak to w rodzinie bywa

W Sampowej hierarchii okrutników wysokie miejsce zajmuje także Henryk III Głogowski. Głównie za to jak, będąc krewnym, potraktował Henryka V Brzuchatego. Najpierw kazał porwać go z łaźni, a gdy gołego przywieziono przed jego oblicze, wymyślił mu straszne tortury. Po to, aby ten oddał mu posiadłości.

Nakazał go wpakować do specjalnie zbudowanej skrzyni z żelazną kratą. Była ona na tyle mała, że Brzuchaty ledwo się do niej zmieścił i nie mógł w niej ani stać, ani siedzieć. Miał leżeć skulony. Skrzynia miała tylko dwie dziury, jedną do sięgania po jadło, drugą – wiadomo... W tej pozycji trzymano Brzuchatego pół roku. Już nigdy nie wrócił do sił...

Co ciekawe, Henryk był władcą dobrze ocenianym przez współczesnych. W „Roczniku kapituły poznańskiej" napisano o nim: „Był bardzo surowy dla złodziei, łupieżców i gwałcicieli, ale sam był wielkim wyciągaczem, a także nieprzyjazny Polakom. Ale za jego czasów był w Polsce i wszystkich jego ziemiach powszechny pokój".

Bożydar Brakoniecki



Mariusz Samp, „Kryminalne dzieje Piastów. Mroczna historia dynastii", wyd. Znak 2026, 59,90 zł

HISTORIA II WOJNY ŚWIATOWEJ

Pięć miesięcy walk, ponad 75 tysięcy ofiar

Wydawałoby się, że o bitwie pod Monte Cassino napisano już wszystko, ale opasłe dzieło (750 stronic) Jamesa Hollanda to dowód, że ten epizod z okresu tzw. kampanii włoskiej wciąż kryje tajemnice. Pozwalające zrozumieć, dlaczego sprzymierzeni, przekonani o szybkim marszu na Rzym, musieli zderzyć się z potężnymi umocnieniami Linii Gustawa. W wyniku osobistego rozkazu Adolfa Hitlera o obronie każdego skrawka włoskiej ziemi zacięte walki trwały tam pięć miesięcy, pochłaniając ponad 75 tysięcy ofiar.

To było piekło na ziemi

Jest kilka powodów, dla których warto sięgnąć po ten tom. Holland przedstawia wydarzenia z Monte Cassino w sposób, który wykracza poza suchą analizę militarną. Jego lata badań, skrupulatne analizy dziesiątek pamiętników, listów i relacji świadków pozwalają na odtworzenie obrazu wojny z niezwykłą precyzją i wrażliwością. Autor ukazuje to wojenne piekło na ziemi, odając przede wszystkim głos kombatantom.

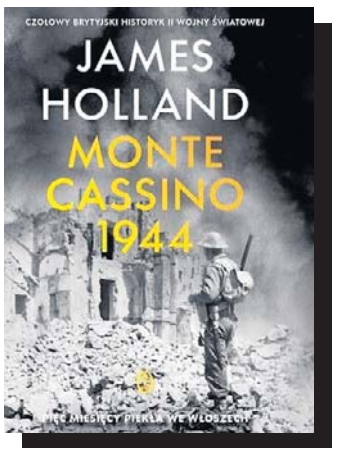
„Monte Cassino" to ponadto rodzaj głębokiej antropologicznej refleksji nad ludzkim losem w obliczu wojny. Holland, w odróżnieniu od sporej grupy kolegów po fachu, nie boi się odsłaniać najbardziej poruszających ludzkich historii skrytych za wielką historią, pozwalając czytelnikowi spojrzeć na to starcie z zupełnie nowej perspektywy. Pozwala to zrozumieć motywacje, strach i heroizm tych, którzy tam walczyli.

Z całego świata

Co ważne, książka przedstawia ciąg wydarzeń z 1944 roku z perspektywy wszystkich stron, nie tylko walczących tam Polaków. Z wojskami niemieckimi walczyli wówczas alianci reprezentujący aż dziesięć narodowości, czasem dość egzotycznych: Marokańczycy, Algierczycy, Nowozelandczycy czy Hindusi.

Skoro wszystkich, to także Niemców. Walczyła tam m.in. 1. Dywizja Strzelców Spadochronowych, bezpośrednio broniąca ruin klasztoru i odpierająca m.in. szturmy 2. Korpusu Polskiego, 5. Dywizja Górska czy Dywizja Pancerno-Spadochronowa „Hermann Göring". W tomie znajdziemy zarówno relacje zwykłych alianckich czy niemieckich żołnierzy i ich dowódców, jak też dotkniętych głodem włoskich cywilów i partyzantów.

Lucjan Strzyga



James Holland, „Monte Cassino. Pięć miesięcy piekła we Włoszech", Wydawnictwo Literackie 2026, 139,90 zł

HISTORIA POLSKI

Kim był „dobroduszny" kard. Cosimo de Torres?

Pośród armii duchownych dyplomatów, którzy zapełniają karty rozprawy Henryka Litwina „Chwała Północy. Rzeczpospolita w polityce Stolicy Apostolskiej 1598-1648", jest też Cosimo de Torres (1584-1642), który przeszedł do historii jako kardynał-protektor Królestwa Polskiego (Litwin ze swej strony nazywa go „dobrodusznym"). Czym rzymski hierarcha zasłużył się w dziejach Rzeczypospolitej?

Kwestia wojny z Turcją

Kard. de Torres spędził nad Wisłą kilkanaście miesięcy, poczynając od 1621 roku. Zyskał przychylność Króla Zygmunta III, choć różniła ich polityka względem Turcji. Stolica Apostolska, zmierzając w XVI i XVII w. do realizacji idei przymierza państw chrześcijańskich skierowanego przeciwko Turcji, wielokrotnie nakłaniała Zygmunta do przystąpienia do projektowanej ligi i zawiązania przymierza polsko-cesarskiego.

To głównie w tym celu pojawił się w Rzeczypospolitej. Tymczasem król, mimo początkowego zainteresowania sprawą ligi, nie zamierzał zrywać pokoju z Turcją zawartego pod Chocimiem. Henryk Litwin pokazuje cierpliwe dyplomatyczne prohabsburskie zabiegi de Torresa i de facto ich fiasko.

Ciekawostką jest fakt, że to kardynał de Torres uzyskał od papieża Urbana VIII dyspensę umożliwiającą 10-letniemu królewiczowi Karolowi Ferdynandowi zasiadanie w kapitule wrocławskiej. Dla Zygmunta kwestia duchownej kariery syna była dość prestiżowa.

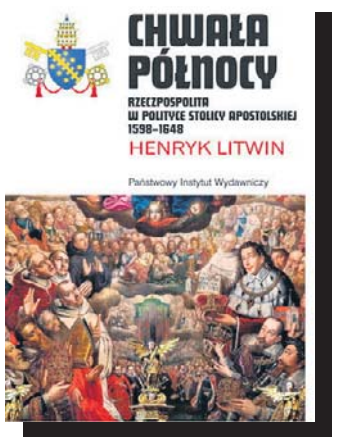
Suty stół, dobre wino

Kard. Cosimo de Torres był zapewne najważniejszą figurą duchowną w ówczesnej Rzeczypospolitej, bowiem Kuria Rzymska, nadając kardynałom-protektorom prawo sądzenia we wszystkich instancjach spraw podlegających jurysdykcji kościelnej oraz przyjmowania apelacji zanoszonych do Stolicy Apostolskiej, zrównała ich w uprawnieniach z nuncjuszami.

Kardynałowi-protektorowi zawdzięczamy m.in. to, że zdając sobie sprawę z jego możliwości, Zygmunt III zobowiązał go 19 lutego 1625 r. do wznowienia procesu beatyfikacyjnego bernardyna Jana z Dukli. Sto lat potem pobożny bernardyn został beatyfikowany przez papieża Klemensa XII.

Dlaczego „dobroduszny"? Bo potrafił zjednywać sobie ludzi, lubił uciechy stołu, co Polacy potrafili docenić. Miał wygląd pyzatego, uśmiechniętego sybaryty. W 1624 roku z wielką pompą witał w Rzymie królewicza Władysława. Zmarł 1 maja 1624 r., spoczywa w kościele San Pancrazio na Zatybrzu.

Mariusz Grabowski



Henryk Litwin, „Chwała Północy. Rzeczpospolita w polityce Stolicy Apostolskiej 1598-1648", wyd. PIW 2026, 79 zł

eprasa.pl 1eda4ab262

PUPIL ROKU 2026

Dzięki nim pupile są zdrowe, zadbane i szczęśliwe!

(ka)

Każdy opiekun słodkiego czworonoga, przyjaznego gada, małego płaza czy kolorowego ptaka wie, że troska o pupila nie kończy się na codziennym karmieniu, spacerze czy sprzątaniu klatki. Czasem potrzebna jest pomoc specjalisty - gdy zwierzak choruje, gdy sierść zakrywa mu oczy albo zaczyna być niesforny. W takich sytuacjach z pomocą przychodzą ludzie, którzy na co dzień pracują ze zwierzętami - ludzie, który rozumieją ich potrzeby. Pies nagle zaczyna szczekać bez powodu. Kot drapie meble i nie daje się dotknąć. Papuga przestaje śpiewać, a długowłosy pupil nie pozwala rozczesać swojej sierści. W takich sytuacjach sama miłość do zwierzęcia czasem nie wystarcza. Potrzebny jest ktoś, kto potrafi zrozumieć problem i wie, jak pomóc.

Weterynarz dba o zdrowie, behawiorysta pomaga zrozumieć zachowanie, trener uczy zwierzę i jego opiekuna lepszej komunikacji, a groomer troszczy się o komfort i wygląd pupila. Choć każdy z tych zawodów wymaga innych umiejętności, łączy je jedno - praca z żywymi, czującymi stworzeniami, które nie potrafią powiedzieć, co im dolega. Weterynarz niejednokrotnie musi działać szybko, by uratować zdrowie, a nawet życie zwierzęcia. Behawiorysta pomaga wtedy, gdy za trudnym zachowaniem kryje się lęk, stres albo niezaspokojone potrzeby. Dobry trener nie tylko uczy psa komend, ale przede wszystkim pomaga opiekunowi lepiej się z nim porozumieć. Groomer z kolei wie, że pielęgnacja to coś więcej niż lśniąca sierść czy krótkie pazury. To także wygoda, bezpieczeństwo i spokój podczas każdego zabiegu.

W poprzednich publikacjach poznawaliśmy historie wyjątkowej więzi między zwierzętami a ich opiekunami. Tym razem chcemy spojrzeć na tę relację z drugiej strony. - Bo za chwilą, w której pies znów spokojnie wychodzi na spacer, kot przychodzi się łasić, papuga zaczyna śpiewać, a pupil bez lęku pozwala się pielęgnować, często stoi ktoś, kto wiedział, jak mu pomóc. Czasem wystarczy właściwa diagnoza. Innym razem potrzebna jest praca nad zachowaniem, cierpliwość podczas treningu albo odpowiednia pielęgnacja. Niezależnie od tego, z jakim problemem przychodzi opiekun, najważniejsze jest jedno - żeby jego zwierzę czuło się dobrze i bezpiecznie - mówi Katarzyna Adamczyk, która od strony redakcyjnej opiekuje się akcją Pupil Roku. Dlatego dziś chcemy przedstawić ludzi, którzy każdego dnia robią coś ważnego dla naszych zwierząt.

Poznajmy więc specjalistów, których wiedza i doświadczenie mają realny wpływ na zdrowie, zachowanie i komfort pupili. To opowieści o ludziach, którzy troską pomagają zwierzętom wracać do zdrowia, odzyskiwać spokój i znów cieszyć się tym, co najprostsze.

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT

Beata Węgrzyn
B-Happy Tails, Warszawa

- Ze zwierzętami pracuję od 2022 roku jako behawiorystka, ale moja przygoda z nimi zaczęła się dużo wcześniej - od 8 lat jestem wolontariuszką w schronisku. Można więc powiedzieć, że najpierw zwierzęta „wyszkoliły" mnie, a dopiero później zaczęłam szkolić się ja - śmieje się Beata Węgrzyn. Wybrała ten zawód, bo fascynuje ją to, jak wiele można powiedzieć bez ani jednego słowa. Zwierzęta nauczyły ją cierpliwości, uważności i tego, że czasem najlepszym rozwiązaniem problemu jest... usiąść, poczekać i dać komuś przestrzeń. - A jeśli po drodze uda się pomóc człowiekowi lepiej zrozumieć jego psa czy kota - wiem, że jestem dokładnie tam, gdzie powinnam być - mówi. Najbardziej lubi moment, kiedy po kilku spotkaniach człowiek przestaje mówić „mój pies jest niemożliwy", a zaczyna mówić „aaa, to on po prostu...". - Największą satysfakcję daje mi właśnie to „aaa". Bo wtedy wiem, że udało się przetłumaczyć psa z psiego na ludzkie - podkreśla.

BEHAWIORYSTA/TRENER ZWIERZĄT

Agata Wąsowska
Pies na uniwerku, Warszawa

Agata Wąsowska, zoopsycholożka, trenerka psów i instruktorka fitness dog, prowadzi szkołę Pies na Uniwerku na warszawskiej Zielonej Białołęce. Skupia się przede wszystkim na zrozumieniu przyczyn zachowania psa i znalezieniu odpowiedniej motywacji do treningu. Jak podkreśla, każdy pies i każdy opiekun są inni, dlatego nie ma jednego gotowego przepisu na skuteczne szkolenie. Ogromną satysfakcję daje jej możliwość poznawania kolejnych psio-ludzkich zespołów i wspierania ich w lepszym rozumieniu siebie nawzajem. Zwraca szczególną uwagę na relację między opiekunem a behawiorystą. Jej zdaniem skuteczny trening zaczyna się od dobrego porozumienia z człowiekiem - dopiero wtedy można zbudować jego zaangażowanie i pomóc mu stać się najlepszym przewodnikiem dla własnego psa. W ofercie Pies na Uniwerku znajdują się m.in. konsultacje behawioralne, kursy dla szczeniąt i psów dorosłych, treningi fitness dog oraz spacery socjalizacyjne w duetach i grupach.

WETERYNARZ

Dorota Morawska
Przychodnia Weterynaryjna Morawscy, Podkowa Leśna

Lek. wet. Dorota Morawska od ponad 14 lat leczy psy i koty. Dorastała w rodzinnej przychodni weterynaryjnej, co od najmłodszych lat ukształtowało jej podejście do pracy ze zwierzętami. Jest absolwentką SGGW w Warszawie i specjalistką chorób psów i kotów. Doświadczenie zdobywała także w Szwecji (2017–2023), pracując w szpitalach i klinikach specjalistycznych. Jej główną dziedziną jest kardiologia weterynaryjna – wykonuje badania ECHO serca, diagnozuje choroby układu krążenia i prowadzi pacjentów kardiologicznych. Ukończyła cztery stopnie European School of Veterinary Cardiology i rozwija specjalizację w tym kierunku. Zajmuje się również anestezjologią, dbając o bezpieczeństwo pacjentów podczas zabiegów, także tych z chorobami przewlekłymi. W pracy najważniejsze są dla niej empatia, uważność i zapewnienie zwierzętom jak najdłuższego, zdrowego życia u boku ich opiekunów.

Groomer Roku

1. **Agnieszka Olczak,** My Dog Groom&Collection, Warszawa
2. **Joanna Kostka,** Salon PSYTNIJ, Łomianki
3. **Katarzyna Sinicyn,** Wyczesany Pies, Izabelin

Sklep Zoologiczny Roku

1. **Koliberek,** Warszawa, Płowiecka 27

Weterynarz Roku

1. **Magdalena Szyrmer,** ŻKW Przychodnia Weterynaryjna Grupa EDINA, Warszawa
2. **Dorota Morawska,** Przychodnia Weterynaryjna Morawscy, Podkowa Leśna
3. **Ewa Kautz-Wasilewska,** VetDoktor & Instytut Profilaktyki i Leczenia Nowotworów Zwierząt, Warszawa

Behawiorysta/Trener Zwierząt Roku

1. **Agata Wąsowska,** Pies na uniwerku, Warszawa
2. **Beata Węgrzyn,** B-Happy Tails, Warszawa
3. **Justyna Sikorska-Krupowicz,** HAU do you do? Zoopsycholog - behawiorysta - terapia psów, Warszawa

Czytaj więcej o akcji na polskanews.pl/pupil

eprasa.pl 1eda4ab262

Prezentujemy listę 100 Wpływowych Kobiet Mazowsza.

100 wpływowych KOBIET

Na liście 100 najbardziej wpływowych kobiet utworzonej przez naszą redakcję znalazły się zarówno panie, które odnoszą sukcesy w biznesie, jak i kobiety, które prowadzą fundacje i stowarzyszenia, działaczki społeczne, polityczki, panie realizujące się w samorządach, wybitne lekarki czy prawniczki, znane artystki a także przedstawicielki świata kultury, nauki czy sportu.

Poprzez naszą akcję pragniemy docenić i wyróżnić wyjątkowe panie, które mają bardzo silny wpływ na życie mieszkańców naszego województwa. To pełne energii i pasji kobiety, które mogą inspirować, być wzorem do naśladowania. Niektóre z nich wielokrotnie były bohaterkami naszych artykułów, prezentowaliśmy ich osiągnięcia i sukcesy.

Wszystkie panie z naszej listy łączy jeszcze jedno - zaangażowanie w sprawy naszego regionu, energia i skuteczność w działaniu, dążenie do sukcesu nie tylko osobistego, ale także społeczności, w której działają. Każda z tych pań ma na swoim koncie osiągnięcia i zasługi, obok których nie można przejść obojętnie. Wszystkie panie są autorytetami w swoich dziedzinach, są szanowane i podziwiane, ich głos jest bardzo ważny - mają wiec ogromny wpływ na życie naszego regionu.

Obecność na liście to forma docenienia działalności. Spośród pań, które znalazły się na ułożonej przez naszą redakcję liście, głosami Czytelników zostaną wybrane najbardziej wpływowe kobiety naszego regionu oraz główna laureatka.

Podsumowaniem akcji będzie książka prezentująca 10 laureatek z każdego województwa oraz zawierająca wywiady z laureatkami, które zajęły miejsca 1-3.

Więcej informacji o akcji na www.polska-news.pl/100-kobiet

Agnieszka Jastrzębska

Agnieszka Kozuń

Agnieszka Sikora

Alicja Szemplińska

Anna Szczygielska

Anna Wendzikowska

Beata Drozdowska

Dorota Łoboda

Edyta Dawiskiba

Elżbieta Romanowska

Ewa Markowska-Bzducha

Joanna Keszka

100 WPŁYWOWYCH KOBIET MAZOWSZA

Joanna Banasiak
dyrektorka Książnicy Płockiej im. Władysława Broniewskiego, Płock

Anita Bartosik
dziennikarka, menadżerka muzyczna związana z Sony Music Entertainment Poland, Warszawa

Nina Józefina Bąk
dyrektorka Clean Cities Campaign w Polsce, Warszawa

Agata Bednarek
prezeska Zarządu Fundacji Dr Clown, Warszawa

Magdalena Biejat
polityczka, Warszawa

Joanna Biernacka
właścicielka sklepu Baza Vintage, Warszawa

Magdalena Bigaj
medioznawczyni, badaczka, prezeska Fundacji Instytut Cyfrowego Obywatelstwa, Warszawa

Iwona Borawska
founderka i CEO The Process, interim managerka i doradczyni biznesowa, Warszawa

Magdalena Borek
rzecznik prasowy dzielnicy Bielany, Warszawa

Agnieszka Bot
muzyk, Warszawa

Paulina Braun
twórczyni Dancingu Międzypokoleniowego, Warszawa

Sylwia Brzezińska
stołeczna Konserwator Zabytków, Warszawa

Katarzyna Bukowska
przedsiębiorczyni, założycielka marki Warsaw Free Spirits, Warszawa

Julia Chojnacka
twórca treści internetowych, Warszawa

Dorota Czekaj
prezeska Fundacji Przedsiębiorczości Kobiet, założycielka Sieci Przedsiębiorczych Kobiet i funduszu VC Black Swan, Warszawa

Edyta Dawiskiba
mentorka i instruktorka Witalna Forever, Warszawa

Beata Drozdowska
dyrektor Łaźni Radomskiego Klubu Środowisk Twórczych i Galerii, Radom

Izabela Fręchowicz
menedżerka i specjalistka PR, Pracownia Artystyczna, Warszawa

Karolina Gałecka
rzecznik MSWiA, Warszawa

Agnieszka Gniotek
historyk sztuki, krytyk, właścicielka Xanadu Galeria i Dom Aukcyjny, Warszawa

Martyna Guba
twórczyni projektu Odcienie Kobiecości, Warszawa

Karolina Henriksson
właścicielka sklepów Karamell, Oh Sweet Sweden, Milanówek

Agnieszka Jastrzębska
wójt, Wierzbica

Dorota Kasprzak-Sabik
właścicielka marki odzieżowej Dorota Goldpoint, Warszawa

Joanna Keszka
ekspertka w dziedzinie kobiecej seksualności i niezależności, Warszawa

Malwina Konopacka
artystka, Warszawa

Justyna Kosmala
restauratorka i przedsiębiorczyni, Warszawa

Izabela Kossowska
projektantka, twórczyni marki BEZ ALE, Radom

Wioletta Kotkowska
dyrektor Mazowieckiego Centrum Sztuki Współczesnej Elektrownia, wiceprzewodnicząca Rady Miejskiej, Radom

Olga Kozierowska
przedsiębiorczyni, dziennikarka, założycielka Fundacji Sukces Pisany Szminką, Warszawa

Agnieszka Kozuń
wójt, Tczów

Edyta Krześniak
dziennikarka, autorka książek, Warszawa

Iwona Kublik
burmistrz, Sokołów Podlaski

Anna Kupiecka
prezes Fundacji OnkoCafe Razem Lepiej, Warszawa

Maja Kuzińska
muzyk, Warszawa

Sylwia Lacek
zastępczyni burmistrza dzielnicy Bielany, Warszawa

Aleksandra Laudańska
dziennikarka, redaktorka naczelna miesięcznika POKOLENIA, edukatorka zdrowotna i menopauzalna, Warszawa

Dorota Lisicka
burmistrz, Tarczyn

Dorota Łoboda
poseł na Sejm, aktywistka edukacyjna, Warszawa

Roma Łojewska
prezes Stowarzyszenia Społeczników ARIADNA, Warszawa

Albina Łubian
burmistrz miasta, Pilawa

Marta Maciejak
wójt, Lesznowola

Anna Majchrzak
burmistrzyni dzielnicy Białołęka, Warszawa

Anna Maliszewska
wójt, Czosnów

Karolina Marczewska
założycielka i twórczyni Stowarzyszenia oraz punktu Podzielnia WoW - Weź, Oddaj, Wymień, Warszawa

Ewa Markowska-Bzducha
wójt, Wolanów

Omenaa Mensah
przedsiębiorczyni, filantropka, założycielka Omenaa Foundation, Warszawa

Magdalena Młochowska
zastępca Prezydenta Miasta, Warszawa

Sylwia Mróz
przewodnicząca rady dzielnicy Ochota, Warszawa

Joanna Mytkowska
dyrektorka Muzeum Sztuki Nowoczesnej, Warszawa

eprasa.pl 1eda4ab262

Joanna Mytkowska

Justyna Sieńczyłło

Karolina Henriksson

Magdalena Biejat

Magdalena Młochowska

Maja Staśko

Maria Świerczyńska

Martyna Guba

Marzena Rudnicka

Małgorzata Ohme

Małgorzata Szymańska

Natalia Panczenko

Omenaa Mensah

Paulina Piechna-Więckiewicz

Teresa Pancerz-Pyrka

Wioletta Kotkowska

dr hab. inż. Elżbieta Sałata

100 wpływowych KOBIET

100 WPŁYWOWYCH KOBIET MAZOWSZA

Katarzyna Nicewicz
pedagożka, arteterapeutka, prezeska Fundacji Daj Herbatę, Warszawa

Małgorzata Ohme
psycholożka, dziennikarka, podcasterka, Warszawa

Agnieszka Okońska
wiceprezeska zarządu Polskich Sieci Elektroenergetycznych, Konstancin-Jeziorna

Beata Olejarz
prezes zarządu Głównego Polskiego Związku Wędkarskiego, Warszawa

Małgorzata Pachecka
wójt, Michałowice

Teresa Pancerz-Pyrka
burmistrz, Kazanów

Natalia Panczenko
prezeska fundacji Stand with Ukraine, Warszawa

Paulina Piechna-Więckiewicz
polityczka, Warszawa

Edyta Plich
prezes fundacji Edico, dyrektor Towarzystwa Inteligentnej Młodzieży (TIM), Warszawa

Beata Płoska
wychowawczyni Placówki Opiekuńczo-Wychowawczej Nasze Dzieci, Czernice Borowe

Ilona Popławska
zastępczyni burmistrza dzielnicy Bielany, Warszawa

Agnieszka Przepiórska
aktorka, Warszawa

Anna Raciborska
lekarka, onkolożka i hematolożka dziecięca, Warszawa

dr n. med. Elżbieta Radkowska
prezes Fundacji Rozszczepowe Marzenia, Warszawa

Marta Rodzik
ekspertka ds. wizerunku i public relations oraz szefowa Rodzik Agency PR, Warszawa

Elżbieta Romanowska
współwłaścicielka firmy Toyota Romanowski, Radom

Justyna Roszkowska
właścicielka piekarni DEJ, Warszawa

Marzena Rudnicka
prezes zarządu SilverHUB, Warszawa

Wiesława Rybicka-Bogusz
prezeska Regionu Mazowsze Stowarzyszenia Kobiety w Centrum, zastępca Dyrektora Wydziału Państwowego Ratownictwa Medycznego w Mazowieckim Urzędzie Wojewódzkim, Płock

dr hab. inż. Elżbieta Sałata
prorektor do spraw dydaktycznych i studenckich Uniwersytetu Radomskiego, Radom

Justyna Sieńczyłło
aktorka, dyrektorka artystyczna Teatru Kamienica, Warszawa

Agnieszka Sikora
założycielka i prezeska Fundacji PO DRUGIE, Warszawa

Karolina Skowron-Baka
działaczka społeczna, autorka, prezeska organizacji Animal Advocacy Careers, Warszawa

Małgorzata Socha
influencerka, Warszawa

Małgorzata Sokołowska
policjantka i negocjatorka, Warszawa

Apolonia Stasiuk
wójt, Repki

Maja Staśko
dziennikarka, Warszawa

Kira Sukhoboichenko
działaczka społeczna, prezeska Fundacji Latających Plecaczków, Warszawa

Marta Sylwestrzak
radna dzielnicy Bemowo, Warszawa

Dominika Szaciłło
założycielka i prezeska Fundacji Uwaga, śmieciarka jedzie, Warszawa

Anna Szczygielska
członek Zarządu do spraw rozwoju biznesu Kombud Group, Radom

Alicja Szemplińska
wokalistka, Ciechanów

Małgorzata Szymańska
burmistrz, Solec nad Wisłą

Maria Świerczyńska
dyrektor Zespołu Szkół Budowlanych, prezes Olimpijczyka Radom, Radom

Maja Święcicka
restauratorka, Warszawa

Agata Trzop-Szczypiorska
wójt, Baranów

Barbara Walento
restauratorka, Warszawa

Anna Wendzikowska
podróżniczka, dziennikarka, podcasterka, Warszawa

Klaudia Węcłaś
policjantka, Warszawa

Justyna Wiącek
promotion Specialist w Warner Music Poland, Warszawa

Ona Winogrodzka
architektka i projektantka, Warszawa

Halszka Witkowska
społeczniczka i konsultant kryzysowy, Warszawa

Joanna Wróblewska
założycielka pracowni Tatarak Ceramika, Warszawa

Jolanta Zamoyska-Markiewicz
edukatorka, liderka zmiany i ekspertka nowoczesnej edukacji, Warszawa

Anita Zarzycka
architektka wnętrz i założycielka AZ Design Studio, Płock

Karolina Zowczak
burmistrz, Osieck

Małgorzata Zyśk
burmistrz, Ząbki

Zenobia Żaczek
działaczka społeczna, współzałożycielka Komitetu Obrony Praw Lokatorów, Warszawa

Magdalena Ludwika Żagałkowicz
założycielka fundacji Serce Miasta, Warszawa

Hanna Żelichowska
fotograf-amator, Warszawa

eprasa.pl 1eda4ab262

WARSZAWA

Rosyjski opozycjonista nie żyje. Jego ciało znaleziono w mieszkaniu w Warszawie

Mateusz Łuba

Rosyjski opozycjonista Siergiej Własienko został znaleziony martwy w mieszkaniu na warszawskim Mokotowie. „Na tym etapie nic nie wskazuje na to, by do zgonu mężczyzny przyczyniło się działanie lub zaniechanie innych osób" – mówi rzecznik Prokuratury Okręgowej w Warszawie

Prok. Piotr Antoni Skiba, rzecznik Prokuratury Okręgowej w Warszawie dodał, że oględziny mieszkania, w którym znaleziono zwłoki Rosjanina, trwają od około godz. pierwszej w nocy.

– Sekcję zwłok zaplanowano na środę po południu. Na miejscu ujawnienia zwłok znajdowała się dokumentacja lekarska mężczyzny. Jutro planowane jest przeprowadzenie specjalistycznych badań, nie tylko sekcji zwłok, ale również badań toksykologicznych. Na tym etapie nic nie wskazuje, by do zgonu mężczyzny przyczyniło się działanie lub zaniechanie innych osób – powiedział prok. Skiba.

Według niezależnego rosyjskiego portalu SOTA w latach 80. Siergiej Własienko był deputowanym do lokalnych władz na Dalekim Wschodzie. Później mieszkał w Anapie na południu Rosji, gdzie pozostała jego żona. Po rozpoczęciu pełnoskalowej wojny przeciwko Ukrainie wyjechał z Rosji do Polski – początkowo na wizie turystycznej, a następnie uzyskał azyl polityczny.

Własienko był także członkiem Kongresu Deputowanych Ludowych, opozycyjnej organizacji skupiającej byłych rosyjskich deputowanych. Społecznym inicjatorem kongresu był mieszkający na Ukrainie były poseł do Dumy Państwowej Ilja Ponomariew. **PAP**

Ruszy odcinkowy pomiar prędkości na Moście Poniatowskiego

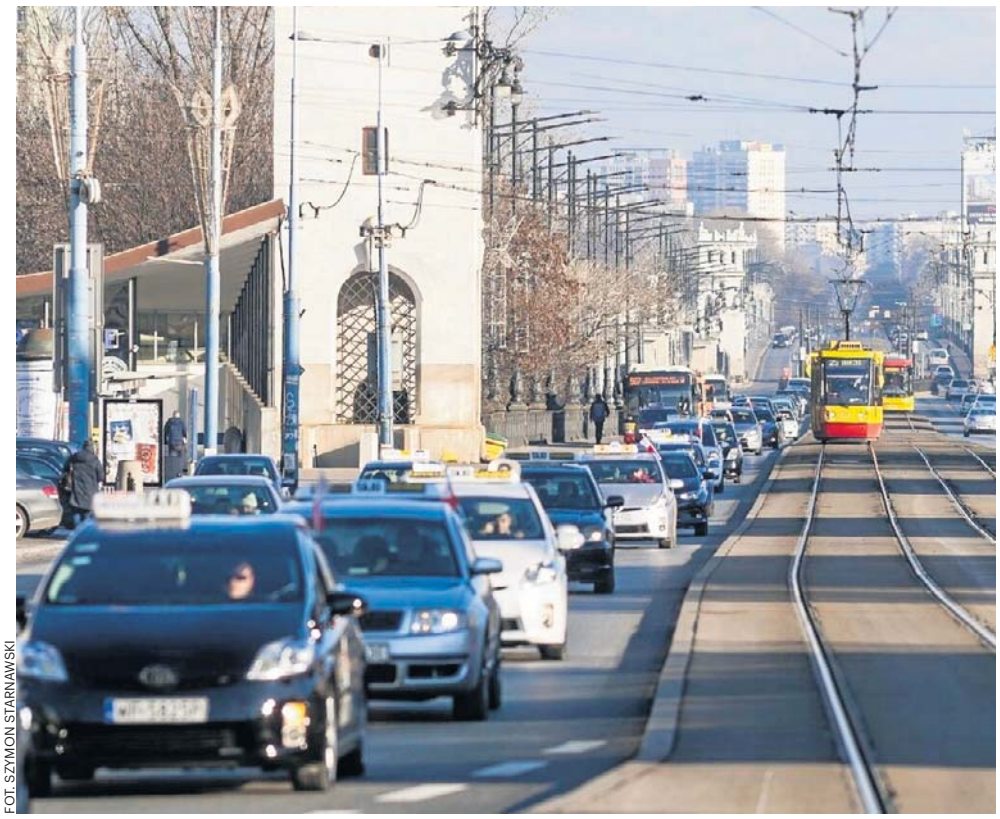
Odcinkowy pomiar prędkości na warszawskim Moście Poniatowskiego staje się faktem. Dwie firmy są zainteresowane dostawą i montażem systemu, który będzie monitorował prędkość poruszających się na przeprawie aut.

Mateusz Łuba

Do przetargu zgłosiły się dwie firmy: SPRINT S.A. z Olsztyna oraz Lifor Sp. z o.o. z Bytomia. Dostawę, montaż oraz integrację urządzenia z Systemem CANARD wyceniły odpowiednio na blisko 1,7 mln zł i prawie 1,5 mln zł. Oferty mieszczą się w budżecie zaplanowanym przez Zarząd Dróg Miejskich.

System zapewni pomiar na wiaduktach i Moście Poniatowskiego. Obejmie także łącznice, w tym węzeł z Wisłostradą. – Będzie to pierwszy taki odcinkowy pomiar prędkości w Polsce. Kierowcy przekraczający Wisłę w tym miejscu nie będą w stanie go uniknąć – przekazali drogowcy.

Teraz warszawski ZDM przyjrzy się ofertom i wybierze najlepszą. Po podpisaniu umowy wykonawca będzie miał 300 dni na uruchomienie nowego systemu.



FOT. SZYMON STARNAWSKI

Odcinkowy pomiar prędkości powstanie na Moście Poniatowskiego

Drugi odcinkowy pomiar prędkości

To kolejne podejście do montażu odcinkowego pomiaru prędkości na Moście Poniatowskiego. Za pierwszym razem nie wpłynęła żadna oferta. Za drugim razem zgłosiła się jedna firma, która realizację inwestycji wyceniła na blisko 5 mln zł, czyli prawie trzykrotnie więcej, niż zakładał budżet ZDM na tę inwestycję.

Warto także przypomnieć, że drogowcy podpisali już jedną umowę na montaż odcinkowego pomiaru prędkości, tym razem w tunelu Wisłostrady. W związku z tym fotoradar, który do cały czas stoi przy wylocie z tunelu, zostanie przeniesiony na ulicę Wóycickiego.

Co z pozostałymi fotoradarami?

Z sześciu urządzeń, które znajdowały się na Moście Poniatowskiego, jedno zostało już zdemontowane i w kwietniu umieszczono je na skrzyżowaniu ulic Grochowskiej i Zamienieckiej. Pozostałych pięć fotoradarów z Mostu Poniatowskiego stanie na: Trasie Łazienkowskiej przy Torwarze, Alei Solidarności przy ulicy Szwedzkiej, ulicy Starzyńskiego przy Moście Gdańskim, Alei Niepodległości przy ulicy Woronicza, Alei Wilanowskiej przy ulicy Domaniewskiej.

Rondo Wiatraczna z utrudnieniami

Od poniedziałku 17 sierpnia nie można przejechać ulicą Zakole. W ramach prac drogowcy remontują jezdnię, przystanek i chodniki. Na skrzyżowaniu Zakole z Wiatraczną powstaje również wyspa, a piesi zyskają nowe przejścia przez Zakole i Wiatraczną. W rejonie inwestycji pojawi się więcej zieleni.

Kierowcy jadący od strony Grochowskiej mogą korzystać z dwóch objazdów. Pierwszy prowadzi przez Podskarbińską i Dwernickiego do Wiatracznej, a drugi przez Międzyborską i al. Waszyngtona do ronda. W związku z pracami obowiązują również zakazy parkowania, także na wyznaczonych miejscach postojowych. **PAP**

DROBNE

Nieruchomości

MIESZKANIA - KUPIĘ

INNE

Kupię mieszkanie zadłużone, z trudnym lokatorem, komornikiem, udziały. Gotówka, 883-402-202

Handlowe

MASZYNY URZĄDZENIA

KUPIMY maszyny do obróbki metalu i drewna. Tel.: 782-592-790.

Praca

ZATRUDNIĘ

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

Zdrowie

ZABIEGI

BUSKO-ZDRÓJ, Pensjonat Sanato Pobyty lecznicze i wypoczynkowe w promocyjnych cenach. Zadzwoń już dziś: 41-378-19-48 lub 696 -958- 319 www.santo.com.pl

Turystyka

KRAJ - GÓRY

Beskidy, turnus 7dniowy od 1250zł. Ful opcja, cisza, spokój, natura, miodowyraj.pl 501642492.

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

KRAJ - MORZE

DANA - USTRONIE MORSKIE. Tanie wczasy z wyżywieniem dla Seniorów. 601-585-510 www.danaustronie.pl

Karwia, - wczasy i pokoje nad morzem, 602-474-929

ŁEBA - tanie pokoje z łaz. 603-471-715.

Różne

KASA za stare książki 609-643-399

Rolnicze

INNE

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

REKLAMA 0111562220

FIRMA SPRZEDA budynek przemysłowy w Poznaniu przy ul. Malwowej 158.

Powierzchnia użytkowa budynku – 3202,80 m², powierzchnia gruntu – 0,8701 ha.

Tel. kontaktowy 603 920 399

eprasa.pl 1eda4ab262

LEKKOATLETYKA

„Kocioł Czarownic" z kosmicznymi wypłatami

Na dwa dni, do Polski przylatują największe gwiazdy światowej lekkoatletyki. Najpierw sobotę na katowicki rynek, a w niedzielę zapraszamy na „Stadion Śląski w Chorzowie". Obok takich zawodów nie przejdziesz obojętnie...

Paweł Wiśniewski

Przed nami ostatni odcinek tegorocznego serialu lekkoatletycznego „Wanda Diamond League". Dzisiaj rywalizujemy w Lozannie (m.in. Pia Skrzyszowska na 100 metrów przez płotki, Agnieszka Chorzępa w biegu na 3000 metrów z przeszkodami i Patryk Sieradzki, który będzie nadawał tempo biegu na 800 metrów), w sobotę i w niedzielę na Górnym Śląsku, 27 sierpnia w Zurychu, a cały cykl zakończymy dwudniowym finałem (Memorial van Damme") w Brukseli (4-5 września).

W tym roku, „Diamentowa Liga" gwarantuje wypłaty w formie nagród finansowych na poziomie aż 9 240 000 dolarów. Na każdym z czternastu mityngów, zawodnicy mogą liczyć na premie w wysokości 500 000 dolarów (w tym oczywiście „Silesia Memoriał Kamili Skolimowskiej"), a w wielkim finale, nawet na 2 240 000 USD!

Mityng pamięci najmłodszej w historii polskiego sportu złotej medalistki olimpijskiej i najmłodszej mistrzyni olimpijskiej w rzucie młotem pań, organizowany jest od 2009 roku, a więc wkrótce po tragicznej, nikomu niepotrzebnej śmierci „Kamy". Początkowo, skromnie, na bocznym boisku stołecznej Skry („Mityng ku czci Kamili"). Potem był stadion warszawskiego Orła, a w 2014 roku, po raz pierwszy zagościł na PGE Narodowy.

FOT. PAP/ADAM WARZAWA

Henriette Jæger z Norwegii, nasza Natalia Bukowiecka i Holenderka Lieke Klaver, czyli wielki rewanż za ME

Od 2018 roku „Memoriał Kamili Skolimowskiej" organizowany jest na Stadionie Śląskim.

Cztery lata później, zawody znalazły się już w programie cyklu „Diamentowej Ligi".

15. edycja mityngu została uznana przez World Athletics za najlepszy jednodniowy mityng lekkoatletyczny w historii! W 2024 roku, podczas zawodów w „Kotle Czarownic" ustanowiono 30 rekordów, w tym dwa rekordy świata. Armand „Mondo" Duplantis, skacząc 6.26 m, pobił swój dziesiąty rekord w skoku o tyczce.

Oprócz niego, aż trzech zawodników przekroczyło barierę 6 metrów, co uczyniło konkurs wyjątkowym. Szwed zdobył także tytuł MVP (oraz symboliczny pierścień).

Tegoroczna rywalizacja rozpocznie się już w sobotę, 22 sierpnia na rynku w Katowicach. W programie znajdują się skok wzwyż panów oraz skok w dal i pchnięcie kulą pań. ©℗

Konkurencje „Diamond+":
Kobiety: 100 m (Ewa Swoboda), 400 m (Natalia Bukowiecka), 1500 m (Klaudia Kazimierska i Weronika Lizakowska), 5000 m (Elżbieta Glinka), wzwyż (Maria Żodzik), w dal (Adrianna Sułek-Schubert), trójskok

Mężczyźni: 100 m (Dominik Kopeć), 400 m (Maksymilian Szwed), 1500 m (Filip Ostrowski i Patryk Sieradzki - pacemaker), 3000 m z przeszkod. (Maciej Megier), 110 m pł. (Jakub Szymański), 400 m pł., wzwyż (Mateusz Kołodziejski), dysk.

Ponadto zobaczymy m.in. na płotkach Pię Skrzyszowską i w rzucie młotem Pawła Fajdka z Wojciechem Nowickim.

Kasa wypłaci - konkurencje „Diamond+":
* 1. miejsce = 20 000
* 2. miejsce = 6000
* 3. miejsce = 4000
* 4. miejsce = 3000
* 5. miejsce = 2500
* 6. miejsce = 2000
* 7. miejsce = 1500
* 8. miejsce = 1000
* 9. miejsce = 500

Kasa wypłaci - konkurencje nie „Diamond":
* 1. miejsce = 10 000 dolarów
* 2. miejsce = 6000 dolarów
* 3. miejsce = 4000 dolarów
* 4. miejsce = 3000 dolarów
* 5. miejsce = 2500 dolarów
* 6. miejsce = 2000 dolarów
* 7. miejsce = 1500 dolarów
* 8. miejsce = 1000 dolarów
* 9. miejsce = 500 dolarów

PIŁKA NOŻNA

Urodzinowy gol Lewandowskiego. Wyjazdowy sukces Chicago Fire

Jacek Czaplewski

Robert Lewandowski obchodzi właśnie 38. urodziny. W przeddzień swojego święta sam sprawił sobie prezent. W hicie amerykańskiej Major Soccer League strzelił bowiem gola decydującego o wygranej Chicago Fire.

- Kocham Lewandowskiego! Dla mnie to kompletny napastnik - mówił przed rozpoczęciem meczu Antoine Griezmann. Francuz tak jak Polak tego lata zamienił Hiszpanię na USA, decydując się na transfer z Atletico Madryt do Orlando City, które w nocy polskiego czasu z środy na czwartek podjęło Chicago Fire.

To był mecz z przygodami. Z powodu burzy panującej na Florydzie pod koniec pierwszej połowy sędzia przerwał zawody. Piłkarze zeszli do szatni, zaś kibice ewakuowali się ze stadionu. Grę wznowiono dopiero po około dwóch godzinach. Chicago Fire prowadziło wówczas 1:0 dzięki akcji z 4. minuty, w której asystował drugi z naszych rodaków, David Poreba. Orlando City odpowiedziało zaraz na początku drugiej odsłony. I gdy wydawało się, że padnie remis, wtedy objawił się Lewandowski. Dzisiejszy solenizant nie tylko wywalczył rzut karny, ale jeszcze go wykorzystał. Dokonał tego inaczej niż zazwyczaj, czyli bez charakterystycznego zatrzymania podczas nabiegu. Samo uderzenie okazało się niezwykle precyzyjne. Futbolówka wpadła tuż przy prawym słupku, gdy bramkarz lądował przy lewym.

Po ostatnim gwizdku fani osaczyli Lewandowskiego. Polak cierpliwie pozował do zdjęć i rozdawał autografy, także licznie przybyłym rodakom, między innymi z Krakowa. Co ciekawe, podpisywał się nie tylko na koszulkach „Strażaków", ale i FC Barcelony czy Bayernu Monachium.

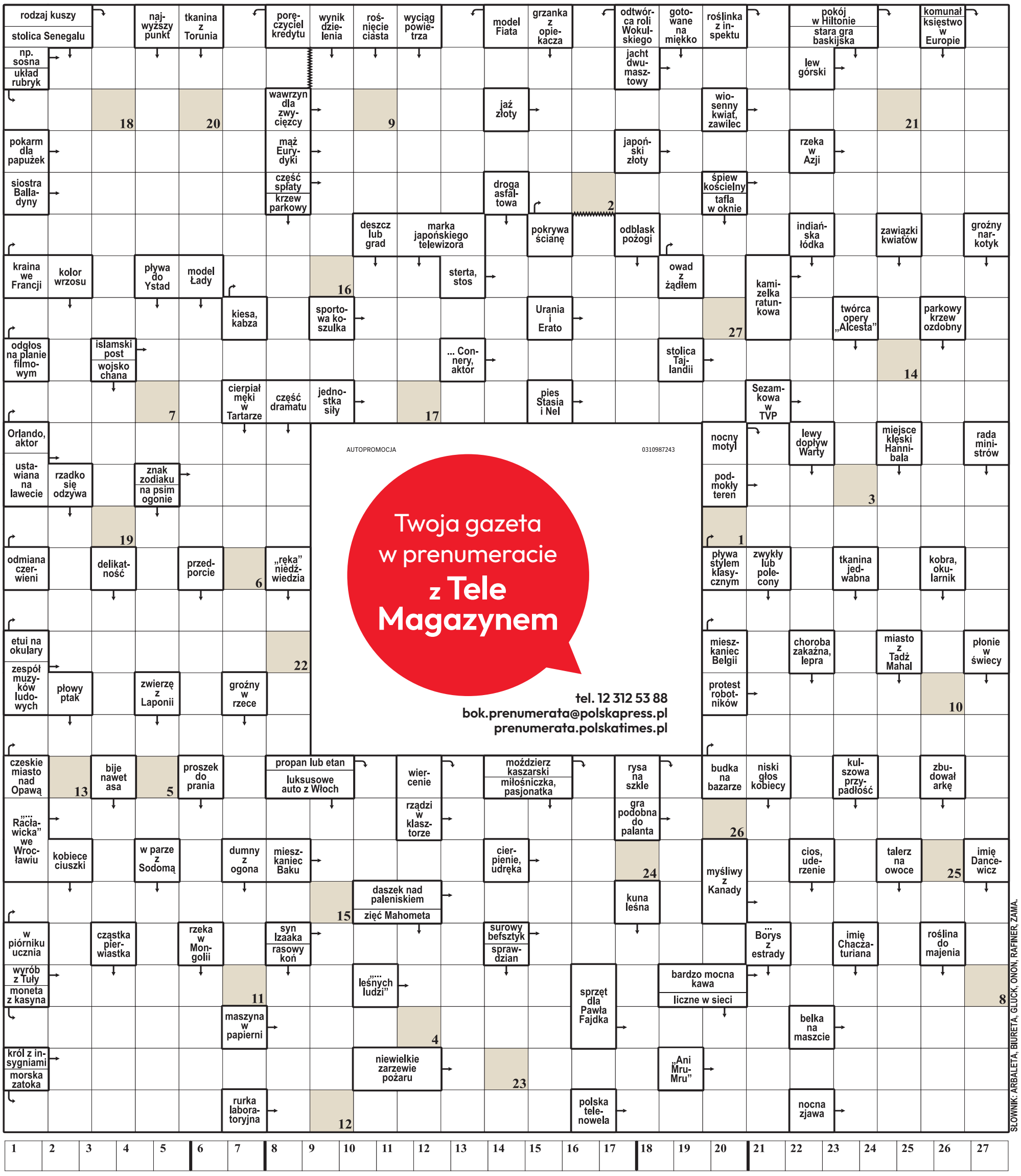
FOT. ZUMA PRESS WIRE/SHUTTERSTOCK

Lewandowski bohaterem hitowego meczu amerykańskiej MLS. Dzięki niemu Chicago Fire pokonało na wyjeździe Orlando City

To trzecia bramka Lewandowskiego w piątym występie w Major Soccer League. Dwie poprzednie zdobył przeciwko Charlotte. Po 19 kolejkach Chicago Fire w konferencji wschodniej zajmuje trzecie miejsce. Następny mecz rozegra w niedzielę o 1:30 w nocy naszego czasu przeciwko New York Red Bulls.

W klasyfikacji strzelców rozgrywek liderem z szesnastoma trafieniami pozostaje Chorwat Petar Musa (FC Dallas). Wyprzedza między innymi Argentyńczyka Leo Messiego (Inter Miami). W zespole Lewandowskiego wszyscy równają do Hugo Cuypera. Belga, co ciekawe, w klubie już nie ma, bo odszedł do meksykańskiego Monterrey. Tak jak Messi trafił trzynaście razy.

eprasa.pl 1eda4ab262



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 27 utworzą rozwiązanie: myśl Jana Grossa.

SŁOWNIK: ARBALETA, BIURETA, GLUCK, ONON, RAFINER, ZAMA.

ROZWIĄZANIE: ŻYCIE TO NAJWIĘKSZY BAL MASKOWY.

eprasa.pl 1eda4ab262

BEZPŁATNY DODATEK DO DZIENNIKÓW REGIONALNYCH POLSKA PRESS GRUPY ISSN 1231-6830 | nr 34

CICHE MIEJSCE
PIĄTEK, TVN 22:30

WIELORYB
SOBOTA, TVP KULTURA 20:00

POKUSA
NIEDZIELA, TV 6 23:55

ZŁOTA DAMA
WTOREK, ALE KINO 20:10

TELEMAGAZYN

POD PATRONATEM
TELEMAGAZYN

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ
SOBOTA, TVP 2, 20:00

+

ROZRYWKA

TOP OF THE TOP FESTIVAL
PONIEDZIAŁEK – CZWARTEK, TVN 20:00

GDY ZIEMIA MA ULEC ZAGŁADZIE, ONI DOSTAJĄ SZANSĘ. O ILE ZDOŁAJĄ DOTRZEĆ NA CZAS...
SOBOTA, TVP 1 21:20

Greenland

+ VOD

MOIRA. Niezwykły portret argentyńskiej artystki, *SERIAL, NETFLIX*
OSTATNI ZACHÓD SŁOŃCA. Pierwsza miłość budzi chęć życia, *FILM, PRIME VIDEO*
JOSÉ MURINHO. Historia człowieka, który zmienił świat i piłkę, *DOKUMENT, NETFLIX*

PROGRAMY OD 21 DO 27 SIERPNIA 2026

w internecie i aplikacji TELEMAGAZYN.PL

eprasa.pl 1eda4ab262

Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Kogo tu nie było!

Trzy części pysznej zabawy

PIĄTEK TVP POLONIA 20:00

Jubileusz 50-lecia powstania Lidzbarskich Wieczorów Humoru i Satyry to powrót do tradycji stylowych, kultowych Kabaretonów, które w wakacyjne wieczory gromadziły miliony widzów. Wystąpią prawdziwi giganci polskiej estrady – aktorzy i wokaliści, a piosenka kabaretowa zyska festiwalową oprawę muzyczną.

Lato z Radiem i Telewizją Polską

Artyści porwą do tańca ze sceny w Tarnowie

SOBOTA TVP 2 20:00

„Lato z Radiem i Telewizją Polską" gra w Tarnowie! Wystąpi m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz, Piersi, Papa D, Halina Mlynkova, Carla Fernandes, Kasia Moś, Dawid Kwiatkowski, Majka Jeżowska, Zakopower oraz Kuba i Kuba. **Telemagazyn.pl jest patronem medialnym „Lata z Radiem i Telewizją Polską".**

Teatr Kobra – Dzień słodkiej śmierci

Akcja rozgrywa się w półświatku Warszawy z lat 70.

WTOREK TVP KULTURA 20:00

Scenariusz spektaklu powstał na podstawie powieści sensacyjnej Janusza Głowackiego, którą wydano w serii „Ewa wzywa 07...". Porucznik Goraj szuka zaginionego niejakiego Rękasa Stanisława, który odnajduje się po pewnym czasie. Niestety – w charakterze denata.

Top of the Top Sopot Festival

Cztery wieczory wspaniałej zabawy z topowymi artystami i gwiazdami

PONIEDZIAŁEK TVN 20:00

Top of the Top Sopot Festival to cztery wieczory wypełnione przebojami topowych artystów! Od 24 do 27 sierpnia na scenie Opery Leśnej w Sopocie wystąpią największe polskie gwiazdy, m.in.: Artur Rojek, Natalia Szroeder, Agnieszka Chylińska, Nosowska, Zalewski, Maryla Rodowicz, Zalia, Dawid Kwiatkowski, Oskar Cyms, Margaret, Lady Pank, Smolik/Kev Fox, Błażej Król, Alicja Majewska i Włodzimierz Korcz, Piotr Kupicha, Mikromusic, Igor Herbut, Małgorzata Ostrowska i wielu innych! Festiwal otworzy koncert „Stanisław Soyka. Absolutnie", zbudowany z utworów w interpretacji artystów, dla których Stanisław Soyka był mistrzem, inspiracją i przyjacielem. Koncert poprowadzą Marcin Prokop i Dorota Wellman.

1312. Afryka odkrywa Amerykę

Czyżby Kolumb nie był pierwszy?

PIĄTEK PLANETE+ 19:45

Czy to możliwe, że malijski władca Abu Bakr II zorganizował wielką wyprawę i to właśnie on, już 180 lat przed Kolumbem, odkrył Amerykę? Dokument podejmuje próbę przeanalizowania artefaktów kultury, takich jak olmeckie rzeźby czy islamskie kroniki, by znaleźć odpowiedź na to intrygujące pytanie.

Inwigilacja. Dla dobra ogółu

Niepokojąca opowieść o technologii, (auto)cenzurze i nadużyciach władzy

SOBOTA TVP DOKUMENT 20:00

Film ukazuje realia chińskiego państwa inwigilacyjnego, w którym technologia i dane służą do absolutnej kontroli obywateli. Twórcy pokazują życie obywateli, których codzienne wybory są oceniane przez system. To przestroga dotycząca technologii w rękach niekontrolowanej władzy.

Emisjonariusze

70 lat temu Telewizja Polska wkroczyła w nowy etap rozwoju

NIEDZIELA TVP 1 17:35

30 kwietnia 1956 roku otwarcie Warszawskiego Ośrodka Telewizyjnego zapoczątkowało nowy etap w historii Telewizji Polskiej. Autorzy dokumentu przypominają tamten przełomowy moment, pokazując kulisy rozwoju telewizji i wyjaśniając, jak obraz oraz dźwięk trafiały do polskich domów. Film wzbogacają unikatowe materiały archiwalne TVP.

Polskie zabójczynie

Historie kobiet, które posunęły się o jeden krok za daleko...

WTOREK CI POLSAT 18:00

Program przedstawia historie Polek, oskarżonych i skazanych za zabójstwa. W Polsce ok. 3 procent więźniów to kobiety. Około jedna trzecia odsiaduje wyrok za morderstwo. Policjanci, psycholodzy, śledczy i świadkowie analizują najbardziej szokujące zbrodnie.

Reżyserzy

Cykl poświęcony najwybitniejszym twórcom

CZWARTEK TVP KULTURA 12:50

Opowieść o legendarnych reżyserach filmowych XX wieku, prawdziwych innowatorach, których sposób reżyserowania przekształcił przemysł filmowy w sztukę. Często uciekając przed wojną lub biedą, znaleźli swój wyraz w teatrze, a potem w filmie, kładąc podwaliny pod nową sztukę – filmową.

SERIALE ZAGRANICZNE

Splątane losy
TVP 1 14:00

Plotka o sprzedaży domu Halila szybko się rozchodzi. Mine przypadkiem słyszy rozmowę Münevver z Yasemin i czuje się odrzucona przez siostrę. Babcia próbuje uspokoić wnuczkę i wraca myślami do konfliktu z Pakize.

La Promesa - pałac tajemnic
TVP 2 15:05

Maria zdradza Salvadorowi, że wraca do pisania opowieści. Catalina przekazuje Adrianowi list z przeprosinami. Służba organizuje spotkanie, żeby uczcić pamięć zmarłej Pii. Petra chce oddać dziecko Pii Gregoriowi.

Dziedzictwo
TVP 1 16:00

Aynur nie potrafi zrozumieć zachowania Sinana. Nie kryje rozczarowania i zarzuca mu brak konsekwencji. Zdenerwowana odchodzi, lecz traci równowagę, przewraca się i uderza w głowę. Sinan natychmiast zawozi ją do szpitala. Ezgi chce wycofać się z walki o Sinana, ale Isil jej nie pozwala.

Panna młoda
TVP 2 17:20

Hancer wsiada do samochodu Cihana. W trakcie jazdy dochodzi do wypadku; pojazd potrąca młodą dziewczynę. Cihan i Hancer zajmują się ofiarą wypadku. Z kolei Derya i Yonca chcą zastraszyć Mukadder.

Akacjowa 38
TVP 1 18:25

Lekarz przekupiony przez Samuela odmawia współpracy i przekazuje Moisesa swojemu koledze. Samuel jest wściekły, bo to oznacza niepowodzenie jego planu. Antonito spóźnia się o kilka minut i nie zostaje dopuszczony do konkursu.

Greenland

W obliczu końca świata tylko nieliczni mają szansę walczyć o przetrwanie

SOBOTA TVP 1 21:20 ★★★

Naukowcy biją na alarm: nadchodzi koniec świata, tej katastrofy nie da się już powstrzymać. W kierunku Ziemi zbliża się potężna kometa, co spowoduje globalny kataklizm. Gdy fragmenty rozpadającej się komety niszczą miasta i zabijają tysiące ludzi, świat pogrąża się w chaosie. John Garrity (Gerard Butler) wraz z rodziną jest wśród wybrańców, którym władze zapewniły schronienie w tajnym rządowym bunkrze, dokąd dotrą samolotami. Pozostali nie mają żadnych szans na przeżycie. John musi przedrzeć się przez spanikowany tłum, a także pokonać wszelkie przeszkody. Czy uda mu się zapewnić bezpieczeństwo żonie i synowi?

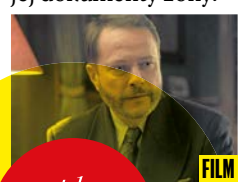
Film sensacyjny USA/W. Bryt. 2020, reż. Ric Roman Waugh, występują: Gerard Butler, Morena Baccarin, Scott Glenn

Czarny mercedes

Kryminał z wielką historią w tle

PIĄTEK
TVP HISTORIA 20:00 ★★★

Warszawa, rok 1939, mecenas Karol Holzer prowadzi świetnie prosperującą kancelarię adwokacką. Jest również wykładowcą. Wśród studentów Karola jest para zakochanych ludzi Aneta i Jędrek. Wybucha wojna, zaczyna się okupacja niemiecka. Pewnego dnia w kancelarii Karola pojawia się Aneta – ponieważ jest Żydówką – i prosi o pomoc. Karol daje jej dokumenty żony.



Ciche miejsce

Nawet szept może być zabójczo groźny

PIĄTEK TVN 22:30 ★★★★

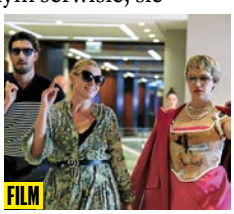
Świat pogrąża się w chaosie, kiedy opanowują go tajemnicze, żądne krwi istoty, które są niezwykle wyczulone na dźwięk. Evelyn (Emily Blunt) oraz Lee Abbot (John Krasinski) starają się przetrwać w nowych okolicznościach i za wszelką cenę pragną uchronić swoją rodzinę przed śmiercią. Mimo to, dochodzi do tragedii.

Pokusa

Marzenia mają swoją cenę

NIEDZIELA TV 6 23:55 ★★

Atrakcyjna i ambitna Inez (Helena Englert) od zawsze marzy o karierze dziennikarki. Gdy dostaje pracę w popularnym serwisie, śledzącym życie gwiazd, wydaje jej się, że wielki świat ma na wyciągnięcie ręki. Nie spodziewa się, jak dalece różni się on od jej wyobrażeń i jak bardzo może być niebezpieczny.



plus VOD

Siatkówka: Mistrzostwa Europy kobiet

16 najlepszych awansuje do fazy pucharowej

SOBOTA POLSAT 17:55

To już 34. edycja ME siatkarek. Zespoły są podzielone na 4 grupy 24 reprezentacje: Polska, Turcja, Łotwa, Niemcy, Słowenia i Węgry (A), Czechy, Austria, Serbia, Ukraina, Bułgaria i Grecja (B), Azerbejdżan, Portugalia, Holandia, Belgia, Rumunia i Hiszpania (C) oraz Szwecja, Czarnogóra, Włochy, Francja, Słowacja i Chorwacja (D).

Birdman

Aby znów być sobą, musi stoczyć walkę ze swoim ego

PONIEDZIAŁEK HBO 18:00 ★★★★

Riggan Thomson (Michael Keaton) stał się sławny dzięki roli Birdmana. Po 20 latach próbuje odzyskać popularność. Planuje wystawić na Broadwayu sztukę, której jest reżyserem i gra główną rolę. Podczas przygotowań ma problemy z rozróżnieniem rzeczywistości i iluzji.

Tłumaczka

Ostatni film w reżyserii Sidneya Pollacka

CZWARTEK SUPER POLSAT 22:55 ★★★

Silvia Broome (Nicole Kidman) jest tłumaczką pracującą w siedzibie ONZ. Pewnego dnia przypadkowo słyszy rozmowę dotyczącą zamachu na życie przywódcy afrykańskiego kraju. Zgłasza sprawę przełożonym. Uruchamia to drobiazgowe śledztwo, w centrum którego nieoczekiwanie znajdzie się sama tłumaczka.

MOIRA

Netflix, Serial

Moria Casán obchodzi 80. urodziny, przedstawiając fikcyjną wersję siebie jako lalkarki pociągającej za sznurki we własnej historii. Trzy wspaniałe aktorki — Sofía Gala Castiglione, Griselda Siciliani i Cecilia Roth — wcielają się w nią na różnych etapach życia. Serial nie jest zwykłym portretem gwiazdy, która odniosła sukces w kinie, teatrze i telewizji. To historia kobiety, która przekształciła transgresję w sposób na przetrwanie, i zarazem hołd dla argentyńskiej popkultury.

OSTATNI WSCHÓD SŁOŃCA

PRIME VIDEO, Film

„Ostatni wschód słońca", oparty na uwielbianej przez czytelników powieści Anny Todd, opowiada historię Ry (Maia Reficco) – zmagającej się z przewlekłą chorobą studentki, która spędza lato na Majorce wraz ze swoją matką (Eva Longoria). Niespodziewane uczucie do Juliána (Fernando Lindez) sprawia, że po raz pierwszy zaczyna żyć chwilą. Jednak pogarszający się stan zdrowia Ry oraz długo skrywane rodzinne tajemnice mogą sprawić, że wszystko rozsypie się, zanim lato dobiegnie końca.

JOSÉ MOURINHO

NETFLIX, Serial dokumentalny

Kręcony przez dwa lata serial „José Mourinho" to historia człowieka, który zrewolucjonizował postrzeganie roli menedżera piłkarskiego. Ten trzyczęściowy serial dokumentalny, którego twórcy uzyskali na wyłączność dostęp do samego Mourinho, dzięki wywiadom z takimi sławami jak sir Alex Ferguson, John Terry, Iker Casillas, Zlatan Ibrahimović, Didier Drogba, Marcelo, Samuel Eto'o, Javier Zanetti, Frank Lampard, Petr Čech i inne wielkie nazwiska ze świata piłki nożnej, pokazuje o wiele więcej niż krzykliwe nagłówki czy boiskowe popisy. Możemy zajrzeć pod podszewkę życia naprawdę wyjątkowego człowieka.

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB T

Drelich

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Welon, fura i brawura **8.00** Serwis Info **8.15** Noce i dnie (1): Bogumił i Barbara **9.15** Ranczo (114): Zamrożony kapitał **10.10** Komisarz Alex (297): Podglądaczka **11.05** Ojciec Mateusz (238): Cud **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.00** Supermoce fluorescencji – **14.00** Splątane losy (28) (s.2)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1008) (s.2)
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Reporterzy – magazyn
18.25 Akacjowa 38 (939) (s.2)
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Ojciec Mateusz (448)
21.25 Drelich (5)
Drelich trafia w ręce Stryja, gangstera i dawnego znajomego, który stawia mu ultimatum: zdradź Kracha, a pomożemy ci w walce z Wójcikiem. Iza zmaga się z wyrzutami sumienia i popada w paranoję.
22.25 Fucking Bornholm
★★★ – dram. obycz. Polska 2022
Reż. Anna Kazejak, wyk. Agnieszka Grochowska, Maciej Stuhr, Grzegorz Damięcki
0.15 Szyfry wojny – dramat
★★★ wojenny USA 2002
2.35 Morderstwa w Arbois:
★★★ Morderstwa w Arbois – film krym. Francja 2023
4.10 Wykrywacz kłamstw
4.30 Pytanie dnia

TVP 2

DVB T

Kung-fu joga

5.30 M jak miłość (1821) **6.20** Anna Dymna – spotkajmy się (442) **6.55** Barwy szczęścia (3380) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.35** Operacja zdrowie (79): Cukrzyca **12.10** Msza święta Kościoła starokatolickiego mariawitów w Płocku – transmisja **13.15** Panna młoda (176) **14.05** Va banque **14.35** Na sygnale (903): Co robisz, Janku?

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (460) (s.2)
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (177) (s.2)
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3381) (odcinek powtórkowy)
20.00 Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Kogo tu nie było! – transmisja z Lidzbarka Warmińskiego
23.05 To jest grane: Wakacyjnie – prog. Marka Sierockiego
23.45 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Radom (powt.)
0.50 Kung-fu joga – film
★★ przygodowy Chiny/Indie/USA/Nepal/Hongkong/Emiraty Arabskie/Islandia/Korea Południowa/Arabia Saudyjska 2017
Jack, chiński profesor archeologii, i jego koleżanka po fachu z Indii, Ashmita, wyruszają na poszukiwania zaginionego tybetańskiego skarbu. Jednak nie tylko oni chcą go odnaleźć.
2.50 Szukając cudów
★★★ – dramat obyczaj. W. Bryt./Australia 2020

Polsat

DVB T

Morbius

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – program inform.-publicystyczny **9.15** Malanowski i Partnerzy (399, 401): Miłość bez zasad / Tajemnicza klepsydra **10.20** Trudne sprawy (963): Kinga myśli, że szef ją podrywa **11.20** Dlaczego ja? (1562, 1563): Wynocha / Popularna dziewczyna **13.20** Gliniarze (932, 933): Zbuntowane anioły / Towar z drugiej ręki

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1131, 1132): Nieszczęśliwy los / Ostra jazda – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
20.00 Predator: Prey
★★★★ – horror USA 2022
Reż. Dan Trachtenberg, wyk. Amber Midthunder, Dakota Beavers, Dane DiLiegro
22.10 Morbius
★★★ – film akcji USA 2022
Reż. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, Matt Smith, Adria Arjona
Morbius jest chory na rzadką chorobę krwi i zdeterminowany, by pomagać innym. Zyskuje nadludzkie zdolności i musi zmierzyć się ze swoją nową naturą.
0.20 Dlaczego on? – komedia
★★★ USA/Kambodża 2016
Reż John Hamburg, wyk. James Franco, Bryan Cranston, Zoey Deutch
2.55 Nasz nowy dom
4.00 Ewa gotuje

TVN

DVB T

Szpital św. Anny

5.05 Nauka jazdy (13) **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1736) **6.50** Kuchenne rewolucje: Biedrusko, Restauracja „Czterej Pancerni" **7.45** Dzień dobry wakacje – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Babski biznes (3) **12.35** Kuchenne rewolucje: Bistro „Tarta poducha", Wrocław **13.40** Ukryta prawda (1537-1538, 1590) – serial fab.-dokum. Polska 2023

16.50 Szpital św. Anny (95)
Maciek Bilewicz otrzymuje wezwanie do szkoły w sprawie zachowania Olka. Okazuje się, że chłopiec jest agresywny wobec kolegów i przeszkadza w trakcie zajęć. Maćkowi trudno jest w to uwierzyć.
17.55 Detektywi (266)
19.00 Fakty
19.50 Uwaga! – magazyn
20.00 Assassin's Creed
★★★ – film przygodowy USA/Francja/Wielka Brytania/Hongkong/Tajwan/Malta/Hiszpania/Kanada 2016
Reż. Justin Kurzel, wyk. Michael Fassbender, Marion Cotillard, Jeremy Irons
22.30 Ciche miejsce
★★★★ – horror USA 2018 (s.3)
Reż. John Krasinski, wyk. Emily Blunt, John Krasinski, Millicent Simmonds
0.15 Bumblebee
★★★ – film sf USA/Chiny 2018
Reż. Travis Knight, wyk. Hailee Steinfeld, John Cena, Jorge Lendeborg Jr.
2.40 Kuba Wojewódzki
3.55 Uwaga! – magazyn
4.10 Detektywi (143)

TVN 7

DVB T

After IV: Bez siebie nie przetrwamy

6.50 Szkoł (391, 292) **8.45** Ukryta prawda (1368, 1505, 1506) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (631-633) **13.55** Kryminalni (9) **15.00** Szpital (842, 843) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (537) **18.00** SOS. Ekipy w akcji (48) **19.00** Młode gliny (5) **20.00** ★★ After IV: Bez siebie nie przetrwamy – melodr. USA 2022, reż. Castille Landon, wyk. Josephine Langford **22.10** ★★★★ Głupi i głupszy – kom. USA 1994, reż. Peter Farrelly, Bobby Farrelly, wyk. Jim Carrey **0.25** ★★ Zaufanie – dramat USA 2021, reż. Brian DeCubellis, wyk. Victoria Justice **2.30** Miasta, w których straszy (3) **3.25** Fachowcy (10) **4.00** Usterka (28)

TV Puls

DVB T

6.00 Policjanci z Miami (12, 13) **8.00** Kobra – oddział specjalny (10, 11) **10.00** Zaklinaczka duchów (74) **11.00** Kotka (13) **12.00** Nie igraj z aniołem (144) **13.00** Wspaniałe stulecie (78) **14.00** Kurierzy (63) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (598, 599) **17.00** Kurierzy (64) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1003, 1004) **20.00** ★★★ Krwawa zemsta – film akcji W. Bryt. 2019 **21.55** ★★★★ Champion IV: Walka o honor – film sens. USA/Bułg. 2016 **23.45** ★★★ American Fighter – film sens. USA 2019

Puls 2

DVB T

7.00 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Smerfy (29, 30) **14.00** Baranek Shaun (8-10) **14.35** My Little Pony: Przyjaźń to magia (20) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (5, 6) **16.00** Fineasz i Ferb (28) **17.00** Smerfy (31, 32) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (21, 22) **19.00** Kacze opowieści (36, 37) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (991) **21.00** ★★★ Planeta singli 3 – kom. rom. Polska 2019 **23.05** ★ W szczękach rekina – horror Australia/Sing./Chiny 2012 **1.00** ★★★ Piła 3 – horror USA/Kan. 2006

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Kresy (nie)znane **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Chichot losu (6, 7) **13.50** Polonia 24. Tygodnik **15.00** Serwis Info **15.10** Polskie parki narodowe **15.40** Słowo daję! **15.50** Dlaczego krowa... **16.00** By coś zostało z tych dni. Irena Jarocka **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Stacja Arktyka **18.45** Panorama **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **20.00** Kabaretowa Noc pod Gwiazdami – Kogo tu nie było! (s.2) **23.00** 63. KFPP w Opolu **23.15** Panorama **23.45** Parada oszustów (1) **0.40** Rodzinka.pl (280) **1.10** Szlakiem miejsc niezwykłych – pomniki historii

TV Trwam

DVB T

11.25 Kartka z kalendarza – Powstanie Warszawskie **11.35** Natura et Homo **12.20** Głos serca (87) **13.05** Bazylika Bożego Ciała w Krakowie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Drzwi do lasu **15.00** Modlitwa w Godzinie Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **16.10** Natura obiektywnie **16.35** Kapłani zesłanych **17.30** Łączy nas historia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Będziesz miłował **23.05** Europejska perła baroku **23.30** Regał

TVP Kultura

DVB T

8.35 Kolekcja **8.55** Gruby (1) **9.35** ★★★★ Cyrk – komedia USA 1928 **11.00** ★★★★ Konnica – film przygod. USA 1959 **13.05** Enzo Ferrari. Czerwony i czarny **14.10** Soyka Kolektyw – W hołdzie mistrzowi **15.15** ★★★★ Pies Baskerville'ów – film W. Bryt. 1988 **17.10** Gruby (2, 3) **18.25** Mistrzowie wideo **18.55** Rawhide (42) **20.00** ★★★★ Cały ten zgiełk – musical USA 1979, reż. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider **22.15** ★★★★ Sprawa Kramerów – dramat USA 1979, reż. Robert Benton, wyk. Dustin Hoffman **0.10** ★★★ Ella i John – film przygod. Wł./Fr. 2017, reż. Paolo Virzì, wyk. Helen Mirren **2.10** Ewa – film anim. **2.30** Prymitywne czasy – film anim. **2.50** Michel Gondry: zrób to sam

Super Polsat

DVB T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (58) **7.00** Na ratunek 112 (773, 774) **8.00** Doktor Martin (39, 40) **10.00** Wydarzenia **10.30** Świat według Kiepskich (374, 375) **11.40** Twoja twarz brzmi znajomo (170) **13.30** Bitwa o palety (11) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (11) **16.05** Ninja Warrior Polska (39) **18.00** Świat według Kiepskich (476, 477) **19.00** Rolniczki (19) **20.00** Kolacja w ciemno (53) **21.00** ★★★ Łzy słońca – film akcji USA 2003, reż. Antoine Fuqua, wyk. Bruce Willis, Monica Bellucci **23.35** ★★★ Zamiana ciał – komedia USA 2011, reż. David Dobkin, wyk. Ryan Reynolds **1.55** Backdoor – Wyjście awaryjne (10) **2.25** Świat według Kiepskich (425-427)

TV 6

DVB T

6.00 Więzienie (127, 128) **6.55** Policjantki i policjanci (769, 770) **8.55** Kobra – oddział specjalny (88, 89) **10.55** 48h. Zaginieni (238-240) **13.55** Policjantki i policjanci (1230) **14.55** Uroczysko (105, 106) **16.00** Kobra – oddział specjalny (90, 91) **18.05** Strażnik Teksasu (21, 22): Napad / Śmiertelne spotkanie – serial sens. USA 1994 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (97, 98): Szał / Jeden z nas – serial krym. USA 2006 **22.00** Kości (147, 148): Metoda w szaleństwie / Patriota w czyśćcu – serial krym. USA2012 **23.55** ★★★ Bez litości 2 – horror USA/Bułgaria 2013, reż. Steven R. Monroe, wyk. Jemma Dallender, Yavor Baharov **2.05** Krejzi Patrol (7-11) **4.35** Kochane pieniądze (51)

TV 4

DVB T

6.00 Strażnik Teksasu (19, 20) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (117) **8.55** Policjantki i policjanci (570, 571) **10.55** Na ratunek 112 (1168, 1169) **11.55** Policjantki i policjanci (11, 12) **13.55** Trudne sprawy (848-850) **16.55** Policjantki i policjanci (1429) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (547) **19.00** Policjantki i policjanci (1430) **20.00** Gwiazdy kabaretu (181, 88) **22.05** ★★★ Rycerz króla Artura – film przyg. USA /W. Bryt. 1995, reż. Jerry Zucker, wyk. Sean Connery, Richard Gere, Julia Ormond **0.55** STOP Drogówka (333) **1.55** Hardkorowy lombard (45) **2,25** Interwencja (5943, 5944) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (6) **3.25** Lubię Disco! (306) **4.25** Top 10 lista przebojów (2904)

fielmann
twój optyk

BEZPŁATNE OPRAWKI
W PAKIECIE OPRAWKA+

Kup okulary korekcyjne
i zapłać tylko za soczewki.

Program dla pełnoletnich osób fizycznych. Szczegóły oraz wyłączenia w regulaminie na www.fielmann.pl

---

To jest wyrób medyczny. Używaj go
zgodnie z instrukcją używania lub etykietą.

Okulary korekcyjne są wyrobem medycznym służącym do korygowania wad wzroku. Podmiotem prowadzącym reklamę jest Fielmann Sp. z o.o. Producentem okularów przedstawionych na grafice jest Fielmann Group AG. Lista producentów produktów objętych ofertą znajduje się pod adresem www.fielmann.pl/info-producenci

eprasa.pl 1eda4ab262

Ale Kino+

7.00 Przybieżeli **7.40** ★★★ Miss mokrego podkoszulka – kom. Polska 2002 **8.55** The Office PL (5, 6): Wywiad / Widzenie **10.00** Bestia (1, 2) – serial obyczaj. Kan.2023 **12.05** Vera (1) **13.55** Problem **14.15** ★★★★ Sny o miłości – kom.dram. Norwegia 2024 **16.30** ★★★ Mój synek – thriller Fr./Belg. 2017 **18.15** Vera (2) **20.10** ★★ Jej twarz – dramat USA 2016 **22.45** ★★★ Ocalona – film sens. USA 2015 **0.45** ★★★ Czarna rzeka – dramat Fr./Belg. 2018

Kino Polska

7.05 Polska Kronika Filmowa 18B/69 **7.20** Przygody Myszki **7.40** Reksio **8.00** Miś Kudłatek **8.25** Bolek i Lolek **8.45** Do przerwy 0:1 (5, 6) **9.55** Szumy i fonie **10.10** Wracając do Marka **11.10** ★★★ Agent nr 1 – dramat Polska 1971 **13.35** ★★★ Nad Niemnem (1) – film obyczaj. Polska 1986 **17.35** Stawka większa niż życie (12) **18.45** Pogranicze w ogniu (1) **20.00** ★★★★ Seksmisja – kom. Polska 1984, **22.25** ★★★ Demony wojny wg Goi – dram. Polska 1998

Polsat Film

6.55 Na ratunek 112 **7.25** Doktor Martin (66) **8.30** Przyjaciółki (195, 196) **10.25** Świat według Kiepskich (52-53, 143-144, 207) **13.30** ★★★ Whitney Houston: I Wanna Dance with Somebody – film biograf. USA 2022 **16.35** ★★★ Inwazja: Bitwa o Los Angeles – film sf USA 2011 **18.55** ★★★ Aniołki Charliego – film sens. USA/Niemcy 2000 **21.00** ★★★★ Krucjata Bourne'a – thriller USA/Niemcy 2004 **23.10** ★★★ 60 sekund – film sens. USA 2000

Stopklatka

DVB T

6.00 Kabaretowe hity **6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **7.55** Robert Makłowicz: Dalmacja: Sekrety Orebića / Polska: Śladami dawnej Warszawy **9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (4) **10.55** Górski lekarz (14, 15) **12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (5) **14.05** Hudson i Rex (10) **15.05** Zajazd. Będzie się działo **17.00** Katastrofy w przestworzach **20.00** ★★ Młode wilki 1/2 – kom. Polska 1998 **22.05** ★★★ November Man – thriller USA/W. Bryt. 2014

Canal+ Premium

9.50 ★★★ Peacock – dramat USA 2010 **11.20** ★★★ Nadzieja – dramat Niemcy/Polska 2006 **13.00** Maria Callas. Nieznane lata **14.45** ★★★★ Krucjata Bourne'a – thriller USA/Niemcy 2004 **16.35** Kawałek po kawałku – film anim. USA 2024 **18.15** ★★★★ Wicked – musical USA/W. Bryt./Kan. 2024 **21.00** The Walking Dead: Dead City (4) **21.50** ★★★★ Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – film sens. USA/Węgry 2025 **23.50** ★★ Wojna o przetrwanie – film sf Australia 2025

HBO

9.20 ★★★ Moja wina: Londyn – kom. W. Bryt./Hiszp. 2024 **11.20** ★★★ Drażen – film biograf. Chorwacja/Serbia/Słowenia 2024 **13.00** Na planie **13.30** ★★★★ Mroczny Rycerz – film sens. USA-/W. Bryt. 2008 **16.00** The Pitt (5) **16.45** ★★★★ Bliżej – melodramat USA/W. Bryt. 2004 **18.25** ★★★ No hej! – kom. USA 2025 **20.00** ★★★ Nie oddychaj 2 – thriller USA 2021 **21.35** ★★★ Sprzedawcy 3 – kom. USA 2022 **23.15** ★★★ W dzikim galopie – dramat USA 2024

Polsat 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112: Osaczona / Rodzina zastępcza **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (262-266) **17.00** 48 h. Zaginieni (219, 220) **19.00** Gliniarze (1027): Złoto **20.00** Ślad (19) : Przerwany lot – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2023 **22.00** ★★★★ Captain Fantastic – komediodramat USA 2016 **0.20** ★★★★ Ted – kom. USA 2012

TVP Seriale

5.25 Rodzinka.pl (133, 134) **6.25** Na sygnale (516, 517) **7.35** Ojciec Mateusz (66) **8.30** Komisarz Alex (55): Przegrany **9.25** Rodzinka.pl (135) **10.00** Klan (1482) **10.35** Ranczo (3, 4) **12.25** Komisarz Alex (56) **13.20** Ojciec Mateusz (417, 418) **15.25** Komisarz Alex (57) **16.15** Na sygnale (518, 519) **17.25** Ranczo (5, 6) **19.30** Ojciec Mateusz (419) **20.30** Komisarz Alex (317) **21.30** Ranczo (7, 8) **23.30** Ojciec Mateusz (420): Pieskie życie

AXN

6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (17) **7.15** Ostry dyżur (17, 18): Plemiona / Zakład o życie **9.10** Castle (18, 19) **11.10** Rekrut (11, 12) **13.10** Dowody zbrodni (21, 22): Kurnik / Rzeka **15.10** FBI (8, 9) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (14, 15) **19.10** Castle (20, 21) **21.05** ★★★ Uprowadzona II – film sens. Francja 2012 **22.55** ★★ Legion – horror USA 2010 **0.50** Castle (20, 21) **2.45** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (14-15, 20) - powtórka

13 Ulica

6.50 ★★★ Różę na jej grób: Historia Randy'ego Rotha – thriller USA 2023 **8.45** ★★★ Morderstwo w Kraju Basków – dramat Fr. 2020 **10.45** Mentalista (17-20) **14.25** ★★ 12 godzin strachu – thriller USA 2023 **16.20** ★★★ Zabójstwo w Arcachon – film krym. Fr./Belg. 2019 **18.20** Mentalista (21-22, 1-2) – serial krym. USA **22.00** ★★★★ Zagadki Hailey Dean: Śmierć na receptę – dramat USA/ Kan. 2019 **23.50** ★★★ Zginąć dla męża – film krym. Kan. 2025

FX

5.00 9-1-1 (3) **6.00** Grey's Anatomy: Chirurdzy (3) **7.00** Kości (16, 17) **9.00** SkyMed (1) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) **13.45** Agenci NCIS (9, 10) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) **17.25** Z Archiwum X (3, 4) **19.15** Agenci NCIS: Sydney (19) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **22.00** ★★★ Uciec, ale dokąd? – film sens. USA 1993 **0.00** Z Archiwum X (4)

BBC First

6.00 Z pamiętnika położnej (6) **6.50** Ulica nadziei (8, 1) **8.45** Lewis (5) **9.45** Ojciec Brown (8) **10.40** Śmierć pod palmami (7) **11.50** Z pamiętnika położnej (6) **12.55** Ulica nadziei (2, 3) **15.00** Ojciec Brown (9) **16.00** Lewis (5) **17.00** My Life is Murder (5) **18.00** Morderstwa w Midsomer (6) **19.55** Śmierć pod palmami (8) **21.00** Po powodzi (1) **22.00** W cieniu podejrzeń (2) **23.00** Annika (2) **0.10** Ulica nadziei (2) **1.10** Po powodzi (1) - powtórka

Eurosport 1

10.30 Kolarstwo: Renewi Tour **11.30** Snooker: HNS Welsh Open **13.00** Kolarstwo górskie w Vallnord-Pal Arinsal **14.00** Kolarstwo górskie: Podsumowanie **14.30** Kolarstwo: Renewi Tour **15.15** (L) Kolarstwo: Renewi Tour **17.15** (L) Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets **17.50** (L) Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **19.00** Kolarstwo górskie: Podsumowanie **19.30** Podsumowanie T100 Triathlon World Tour **20.00** Snooker: HNS Welsh Open **22.00** Kolarstwo

Eurosport 2

8.00 Motocross: MŚ w Uddevalli **9.00** Kolarstwo: Renewi Tour **10.30** Snooker: HNS Welsh Open **11.30** T100 Triathlon World Tour **12.30** Wspinaczka: Seria w Chamonix **13.30** Wyścigi samochodowe – Formuła E **15.30** Snooker: HNS Welsh Open **17.30** Wyścigi samochodowe – Formuła E **19.30** Kolarstwo: Renewi Tour **20.30** Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets **21.00** (L) Golf: PGA Tour – BMW Championship: 2. dzień **1.00** Kolarstwo: Renewi Tour

Polsat Sport 1

9.00 Polsat Futbol Cast **10.00** Siatkówka: Memoriał Agaty Mróz-Olszewskiej o Puchar Prezydenta Koszalina **12.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Francja – Słowacja; Chorwacja – Włochy; Turcja – Łotwa **20.00** (L) Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Athletissima w Lozannie **22.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji - powtórka **1.00** (L) Tenis: ATP Masters 1000 – Cincinnati Open

TVP Sport

DVB T

10.25 Rajd samochodowy: – MARMA Rajd Rzeszowski **11.05** Piłka nożna: Arsenal FC – Manchester City **13.20** Ring TVP Sport **14.20** Piotr Małachowski – człowiek z diamentu **15.30** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał Kamili Skolimowskiej **17.55** (L) Piłka nożna: 5. kolejka: Sandecja Nowy Sącz – Górnik Łęczna **20.00** Studio **20.30** (L) Piłka nożna: 5. kolejka: Lechia Gdańsk – Pogoń Siedlce **23.00** Sportowy wieczór – wiad. sport.

Canal+ Sport

9.00 Piłka nożna: Racing Santander – Villarreal CF **11.20** Piłka nożna: Górnik Zabrze – Wisła Kraków **13.40** Na pierwszym planie **14.20** Jej Wysokość Premier League: Zapowiedź sezonu **15.45** Bohater z cienia. Wisła Kraków **16.20** Premier League: The Big Interview **16.55** Speedway+ **17.30** (L) Żużel: Betard Sparta Wrocław – Krono-Plast Włókniarz Częstochowa; Bayersystem GKM Grudziądz – ORLEN Oil Motor Lublin **22.45** Boks: Gala BKFC Fight

Canal+ Sport 5

8.30 Ekstraklasa po godzinach **9.45** Premier League: The Big Interview **10.25** Speedway+ **11.00** (L) Rzutki – Australian Darts Masters **15.15** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga **16.20** Piłka nożna: Deportivo La Coruña – Elche CF **18.45** Boks: Gala 5 w Orlando **20.00** MMA: Gala ONE Friday Fights 167 **23.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Raków Częstochowa **1.45** Premier League Preview **2.20** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Casa Pia AC – SL Benfica **11.00** AJ Auxerre – małe miasto, wielki klub **11.30** Formuła 1: GP Węgier **12.10** Studio GP Holandii **12.25** (L) Formuła 1: GP Holandii **13.40** Studio GP Holandii **14.00** Formuła 1: GP Holandii **15.25** Bundesliga Weekly **16.00** Studio GP Holandii:**16.25** (L) Formuła 1: GP Holandii **17.30** Studio GP Holandii **18.00** Formuła 1: GP Holandii: **19.20** Ligue 1 Preview **20.00** Inside Serie A **20.40** (L) Piłka nożna: Olympique Marsylia – RC Strasbourg Alsace

Polsat Sport 3

8.30 Piłka nożna: Eredivisie **11.00** Siatkówka plażowa: ME w Starych Jabłonkach - transmisja **13.00** Tenis: ATP Masters 1000 **15.30** Magazyn Pucharu Włoch **16.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Azerbejdżan – Portugalia; Czechy – Grecja **22.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Francja – Słowacja; Chorwacja – Włochy - powtórka transmisji **2.30** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Bez Kitu **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **23.40** Biznes **0.00** Fakty po Faktach **0.45** Bez Kitu

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania – prog. publ.

TVP Info

DVB T

10.00 Serwis info dzień **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info dzień **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info dzień **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Forum **19.10** Serwis info wieczór **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Kłamstwo nie przejdzie **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat

TVP 3

DVB T

10.00 Złoty chłopak (221) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Prywatne życie zwierząt **12.00** Telekurier **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Misja interwencja **14.05** Całkiem niezła historia **14.20** Niezwykłe miejsca **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda

TVP Rozrywka

7.45 Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.55** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.40** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Czterdziestolatek **14.15** Pan Mama **15.30** Tak to leciało! **16.30** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Makłowicz w podróży **20.10** Postaw na milion **22.10** Tygodnik Moralnego Niepokoju **22.50** Kabaret Letnią Porą **23.50** Do śmiechu!

Planete+

8.10 360° – świat bez granic **9.20** Polska z góry **10.25** Superskały. Historia wykuta w kamieniu **11.25** Piesze wędrówki po świecie **12.35** 360° – świat bez granic **13.45** Najpiękniejsze rzeki świata **14.45** Superskały. Historia wykuta w kamieniu **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Świat z góry **18.05** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polowanie na króla piratów **19.45** 1312. Afryka odkrywa Amerykę (s.2) **20.50** Surfing. Historia nieznana **22.00** Ekskluzywna szkoła dla lokajów

BBC Earth

8.20 Gordon Buchanan: przez Gobi na wielbłądzie **9.30** Wyspy. Laboratoria natury **10.30** Życie na pustkowiu **11.30** Zabójcza pogoda **12.30** Dziki połów **13.30** Sekretne życie drzew **14.30** W okowach mrozu **16.35** Sekretne życie ogrodu **17.40** Sekretne życie drzew **18.45** Dziki połów **19.45** Wietnamskie przygody Billa Baileya **20.55** W okowach mrozu **22.55** Brutalna planeta **23.55** Zabójcza pogoda **0.55** Sekretne życie drzew – serial dok.

Discovery Channel

9.00 Parker na złotym szlaku **10.00** Wyprawa w nieznane **11.00** Dżungla złota **12.00** Psy policyjne **13.00** Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante **14.00** Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska **15.00** Złomowisko PL **16.00** Łowcy opali **17.00** Celnicy na straży Niemiec **18.00** Polscy truckersi (1) **19.00** Nagi instynkt przetrwania **21.00** Zawodowcy **22.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **23.00** Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata: Najlepsi na świecie

TVN Turbo

6.30 Niemiecka budowlanka **7.30** Usterka (3) **7.55** Usterka (4) **8.20** Nic do zgłoszenia **9.20** Samochód marzeń – kup i zrób **10.15** Ciężarówką przez Stany **11.15** 101 napraw **12.15** Jeździć, obserwować **13.00** Mobilni mechanicy **14.30** Zawodowi handlarze **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Z drugiej ręki **20.30** Jeździć, obserwować **22.00** Raport Turbo **22.15** Wojny samochodowe **0.10** Niebezpieczne dzielnice

TVN Style

6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina **7.45** Dzień dobry wakacje – magazyn Polska2 026 **11.25** Ugotowani **13.30** Kuchenne rewolucje: Gdynia – Worek mąki / Restauracja „Podzamcze", Sztum **15.35** Zgłoś remont **16.35** Pary młode ponad miarę **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Slonsko gościno", Tarnowskie Góry **20.50** Bitwa o gości – reality show Polska 2025 **21.50** Jestem z Polski **23.50** Mroczne sekrety małżeńskie **0.55** Pani Gadżet erotycznie

Romance TV

8.45 Górski lekarz (68) **10.30** ★★★ Bella dilemma – kom. rom. Niemcy 2013 **12.25** ★★★ Inga Lindström: Ktoś cię kocha – dramat Niemcy/Szwecja 2022 **14.20** ★★ Inga Lindström: Decyzja podjęta nad rzeką – romans Niemcy 2005 **16.15** Statek marzeń **18.05** Górski lekarz (69) **20.00** Rejs ku szczęściu **21.55** ★★★ Wieśniaczki – możemy inaczej! – kom. rom. Niemcy 2023 **23.50** Górski lekarz (69) **1.45** Rejs ku szczęściu **3.35** Grzechy i grzeszki (12, 13)

TVN Fabuła

6.00 Absolwenci **6.30** Seriaale Top 5 **6.45** Zakochani po uszy (153, 154) **7.45** Detektywi **9.50** Prawo Agaty (5) **10.55** Lekarze (12) **11.55** Zapukaj do moich drzwi (56, 57) **13.55** Prawo Agaty (4) **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (49, 50) **17.10** Filmowe duety **17.45** Alfabet filmowy **17.50** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. rom. USA 2007 **20.00** ★★★★ Był sobie chłopiec – kom. W. Bryt. 2002 **22.15** ★★★ W nieskończoność – film sf USA 2021

AMC

5.30 W obiektywie **6.10** Bliżej gwiazd **7.20** W obiektywie **7.35** ★★★ Strażnik – thriller USA 2006 **9.45** ★★★ Policyjna opowieść 3 – film sens. Hongk. 1992 **11.45** Tutanchamon (1-3) **17.20** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **19.20** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **22.00** ★★ Frankenfish – horror USA 2004 **23.40** ★★★ Underworld: Wojny krwi – thriller USA 2016 **1.40** ★★ Extraterrestrial – film sf Kan. 2014

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi: Dlaczego mi to robisz / Dziedzictwo Karola Kocota **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Usterka **17.45** Życie na kredycie **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** 99 – Gra o wszystko **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem – prog.rozr.

Fokus TV

DVB T

6.05 48 h. Zaginieni (16) **7.00** Byli sobie podróżnicy **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici: ostateczny dowód **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Tajemnice II wojny światowej **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Kroniki Hitlera **15.00** Truckersi przez Australię **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Kosmos – niewyjaśnione tajemnice starożytności **21.00** Koloseum **22.00** Naziści: ściśle tajna nauka

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (480-483) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (15, 3) **10.30** Więzienie **12.00** Poirot (10, 1) **15.00** Świat według Bundych (42-47) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (12) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (40) **22.00** Ślad (74-75, 87) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Sala operacyjna

National Geographic

7.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy: Gość **8.00** Car S.O.S. **9.00** Inżynieria po katastrofie **10.00** Porzucone konstrukcje **11.00** Na granicy wytrzymałości **11.35** Kataklizmy pogodowe **15.00** Katastrofa w przestworzach **16.00** Ukryte pod miastami **17.00** Tajemnicze wyspy **17.55** Kluczowe tygodnie wojny **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** 9/11: zjednoczeni **23.00** Ukraina: wielki głód **0.00** Piekło pod wodą: II wojna światowa

Nat Geo Wild

6.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **7.00** Olśniewająca Ameryka: południowy zachód **8.00** Królestwo białego wilka **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Zwierzaki w amoku **13.00** Zaginiony raj w Afryce **14.00** Najgroźniejsze zwierzęta świata: jadowite **15.00** Najgroźniejsze zwierzęta Afryki **16.00** Wspaniałe Filipiny **17.00** Niezwykłe wędrówki zwierząt **18.00** Amerykańska Amazonia **19.00** Najgroźniejsze zwierzęta świata **21.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.35 Zapukaj do moich drzwi (132) **7.35** Tajemnice miłości (58) **8.30** Szpital (850, 851) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (419, 420) **12.30** SOS. Ekipy w akcji **13.30** Brzydula (95, 96) **14.40** Za głosem serca (7) **15.50** Magda M. (8) – serial obyczaj. **16.55** Idź na całość **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (27) **20.05** ★★ Akademia policyjna VII: Misja w Moskwie – kom. USA 1994 **22.00** ★★★★ Dunkierka – dramat W. Bryt./USA/Fr./Hol. 2017

TVP Historia

DVB T

8.05 Flesz historii **8.40** 1920. Wojna i miłość (7) **9.35** Miód – słodka namiętność **10.40** Podróże z Agatą Christie i Sir Davidem Suchetem **11.40** Wszystkie kolory świata **12.40** Odkryć tajemnicę **13.40** Zagadka egipskich hieroglifów i bracia Champollion **14.45** Janosik (7) **15.50** Sensacje XX w. **18.25** 1920. Wojna i miłość (8) **19.15** Zamojski Festiwal Filmowy „Spotkania z Historią" **20.00** ★★★ Czarny mercedes – film krym. Polska 2019 (s.3) **22.05** Historia w postaciach zapisana

TVP Dokument

DVB T

9.50 Ręka – od dotyku do triumfu **10.55** Świątynie świata **11.55** Korona Gór Polski **12.30** Orlando – światowa stolica rozrywki **13.30** Wyspy Kanaryjskie **14.30** Kalendarz przyrody **15.30** Dobre wieści z planety Ziemia **16.30** W objęciach lodu **17.35** Sanatorium miłości **18.40** Agatha Christie: w stulecie Herkulesa Poirota i Miss Marple **20.00** Katedry na Korsyce **21.05** Abruzja – klejnot Włoch. Dzika Natura **22.10** Królowe mafii **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.15** Jak zarobić na Etiopii

Zoom TV

6.00 Kojak (15, 16): Błąd w procedurze / Bratowa kapitana **8.05** Strażnik Teksasu (12, 13) **9.55** MacGyver (16, 17) **12.05** Tajne bazy Hitlera: Działa w Maisy: Tajemnica lądowania w Normandii **13.15** Sensacje XX w.: Operacja Odessa **15.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **18.00** FBI (15, 16) **20.00** Kobra – oddział specjalny (15, 16) **22.00** Kabaretowe przeboje – progr. rozrywkowy **23.00** Magia nagości. Włochy **0.30** Magia Nagości. Szwecja

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii **9.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **11.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **12.00** Wielkie lato małych ludzi **13.00** Cztery żony i mąż **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Baylen – życie na głos **21.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **22.00** Jay i Pamela **23.00** Dr Pryszczylla – kulisy **0.00** Dr Pryszczylla

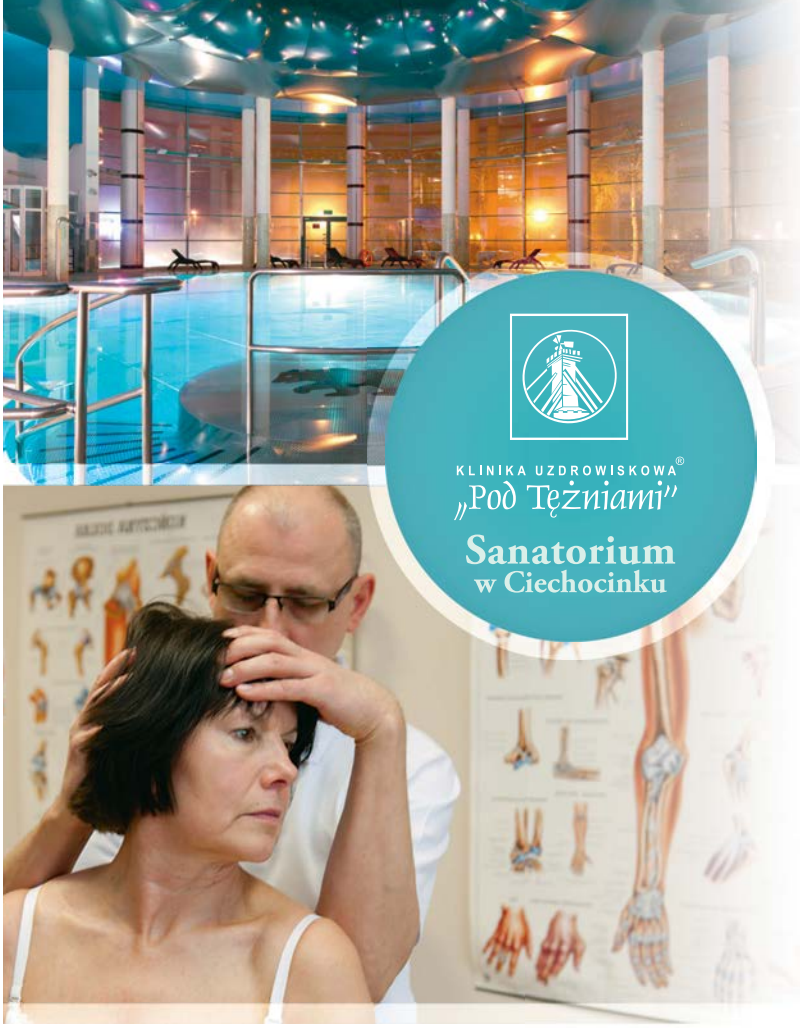
TVS

5.30 Pasmo ciekawostek **6.00** Telesprzedaż **10.05** Dzisiaj w regionie – magazyn Polska 2026 **10.15** Pogoda **10.20** Przy muzyce po śląsku **10.50** Wochenblatt TV **11.10** Dzisiaj w regionie – magazyn Polska 2026 **11.15** Pogoda **11.25** Muzyczne dzień dobry **12.50** Klachy i Lachy **14.30** Hansi Hinterseer zaprasza **16.55** Muzyczne podróże **18.00** Koncert życzeń **19.05** Koncert w TVS **22.55** Szlagierowa lista **0.55** Program muzyczny

WP

DVB T

8.00 Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.05** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Wakacyjne remonty **11.00** Niepojęte: strefa tajemnic – serial dok. **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **16.55** Pogoda **17.00** ★★★ Przyciąganie serc – romans USA 2020 **19.00** Strażacy z sąsiedztwa **20.00** Policjanci w akcji **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu: Ani Mru Mru / Szymon Łątkowski



LECZENIE I REHABILITACJA

• Zdrowy Kręgosłup • Neurologiczny
• Dla Aktywnych • Biodra • Kolana • Bark
• Antystresowy • Kardiologiczny z diagnostyką

15 albo 20 zabiegów na 7 dni pobytu

• Wstęp na basen do 90 minut dziennie

Oferujemy z możliwością dopłaty:

• Diagnostykę fizjoterapeutyczną i laboratoryjną
• Specjalistyczne konsultacje lekarskie

Pobyty w terminach 23.08 - 27.09.2026 r.
oraz 27.09 - 25.10.2026 r.

tel. 54 416 70 00
www.podtezniami.pl

Klinika Uzdrowiskowa „Pod Tężniami" im. Jana Pawła II,
ul. Warzelniana 7, 87-720 Ciechocinek

REKLAMA

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB T

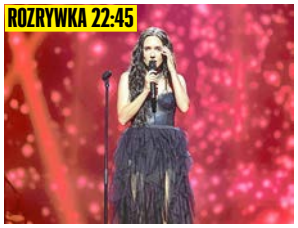
Gra z Cieniem

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.40** Rok w ogrodzie **8.05** Rok w ogrodzie extra **8.20** Pełnosprawni (666) **8.55** Ranczo (115) **9.50** Komisarz Alex (298): Bez winy **10.50** Ojciec Mateusz (239): Hipisi **11.50** Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu: Opowieść o biedronkach **12.55** ★★★ Siedmiu wspaniałych nadjeźdźca – western USA 1972 **14.45** Dobre strony (13)

15.10 Okrasa łamie przepisy: Wielkopolskie kluchy na łachu – magazyn kulinarny
15.45 Przed ekranem – magazyn
16.00 Dziedzictwo (1009)
17.00 Teleexpress
17.35 Rolnik szuka żony (11)
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Gra z Cieniem (10) Po pożarze więzienia, w którym zginęli naczelnik i jego żona, Kosek ucieka. Planuje ze Ślimakiem uwolnienie więźniarek. Tropiony przez UB Tomasz znajduje schronienie u pielęgniarki Dziuni.
21.20 Greenland – film sensac. ★★★ USA/W. Bryt. 2020 (s.3) Reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Morena Baccarin, Scott Glenn
23.30 Kill Bill ★★★★ – film sensac. USA 2003 (s.9) Reż. Quentin Tarantino, wyk. Uma Thurman, Vivica A. Fox, Lucy Liu
1.30 Fucking Bornholm ★★★ – dram. obycz. Polska 2022
3.15 La Gomera – kom. krym. ★★★ Rumunia/Francja 2019

TVP 2

DVB T



Męskie Granie Orkiestra 2026

5.15 Barwy szczęścia (3378, 3379) **6.25** M jak miłość (1931) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.15** Górna półka smaku (8) – magazyn **12.00** Zmiennicy (13): Spotkania z Temidą – serial komediowy Polska 1986 **13.05** Panna młoda (177) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.00** Familiada – teleturniej **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.15 Szansa na sukces. Opole 2026: Piosenki Danuty Rinn i Danuty Błażejczyk
16.20 Na dobre i na złe (993): Poczucie obowiązku
17.15 Panna młoda (178)
18.10 Va banque – teleturniej
18.40 Słowo na niedzielę
18.50 Rodzinka.pl (313, 314): Babie Doły / Supermoce
20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Tarnów – koncert (s.3)
22.10 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Poddębice (powt.)
22.45 Męskie Granie Orkiestra 2026 – koncert Polska 2026 Igor Herbut, Zalia i Vito Bambino wystąpią razem podczas koncertu Męskie Granie Orkiestra 2026. Wspólnie wykonają hymn tegorocznej edycji, utwór „Nareszcie", który szybko zdobył popularność wśród słuchaczy.
0.20 Rodziny się nie wybiera ★★★ – komedia Francja 2018
2.15 Pod Mocnym Aniołem ★★★★ – dramat obyczajowy Węgry/Polska 2014 Reż. Wojciech Smarzowski

Polsat

DVB T

Inwazja: Bitwa o Los Angeles

5.25 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Nowy dzień – magazyn informacyjny **8.30** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.20** Farma (157-160 – odcinki powtórkowe) – reality show Polska 2025, reż. Joanna Sikora, Joanna Żebrowska-Ostolska, Rajmund Gierszewski, prow. Marcelina Zawadzka, Ilona Krawczyńska, Milena Krawczyńska

15.40 Aniołki Charliego: ★★ **Zawrotna szybkość** – komedia USA 2003 Reż. Joseph McGinty Nichol, wyk. Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu
17.55 (L) Siatkówka: Mistrzostwa Europy kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Węgry – Polska (s.3)
20.25 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf – prog. rozrywk.
22.30 Barry Seal: Król przemytu ★★★★ – film sensac. USA 2017 Reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Domhnall Gleeson, Sarah Wright
0.50 Inwazja: Bitwa o Los ★★★ **Angeles** – film sf USA 2011 Reż. Jonathan Liebesman, wyk. Aaron Eckhart, Ramon Rodriguez, Michelle Rodriguez, Michael Peña Obcy zniszczyli największe miasta. Nantz i jego żołnierze chcą uratować szukających schronienia cywilów i ocalić Los Angeles, nim zostanie zrównane z ziemią.
3.25 Świat według Kiepskich (400, 401)

TVN

DVB T

Galimatias, czyli kogel-mogel II

5.05 Nauka jazdy (14) **5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1737) **6.50** Kuchenne rewolucje: Warszawa – Bistro „2020" **7.45** Dzień dobry wakacje – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Dobrze zrobione w domu (1) **11.35** Na Wspólnej (4264-4267) **13.35** Młode gliny (49) **14.40** ★★★ Dora i Miasto Złota – film przygodowy USA/Australia/Wielka Brytania 2019

16.50 Galimatias, ★★★ **czyli kogel-mogel II** – komedia Polska 1988 Reż. Roman Załuski, wyk. Grażyna Błęcka-Kolska, Dariusz Siatkowski, Katarzyna Łaniewska Kasia wraca na wieś już jako żona Pawła. Kłopot w tym, że dziewczyna nie myśli na razie o dzieciach, chce skończyć studia. Z tego powodu kłóci się z mężem, który bardzo pragnie potomka.
19.00 Fakty
19.45 Uwaga! – magazyn
20.00 Kac Vegas w Bangkoku ★★★ – komedia USA 2011 (s.9) Reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis
22.15 Polowanie na druhny ★★★ – komedia rom. USA 2005 Reż. David Dobkin, wyk. Owen Wilson, Vince Vaughn, Christopher Walken
0.45 Green Lantern ★★★ – film sf USA 2011 Reż. Martin Campbell, wyk. Ryan Reynolds, Blake Lively, Peter Sarsgaard
3.10 Uwaga! – magazyn

TVN 7

DVB T

Córka prezydenta

6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (15) **6.55** New Looney Tunes (27, 28) **7.25** ★★★ Tysiąc słów – komedia USA 2012 **9.20** Ukryta prawda (1505, 1497-1499) **14.40** Szpital św. Anny (45, 46) **16.50** Detektywi (13) **17.50** ★★★ Córka prezydenta – komedia rom. USA/W. Bryt./Czechy/Wł. 2004, reż. Andy Cadiff, wyk. Mandy Moore (s.11) **20.00** ★★★ Mission: Impossible III – film sens. USA 2006, reż. J.J. Abrams, wyk. Tom Cruise **22.45** ★★★ Nieuchwytny – film sens. USA 1996 **0.50** ★★★ Nie bój się ciemności – horror USA/Australia/Meksyk 2010, reż. Troy Nixey, wyk. Katie Holmes **2.50** Miasta, w których straszy (4)

TV Puls

DVB T

5.00 Dyżur (34, 35) **6.00** Kobra – oddział specjalny (7-9): Udawany związek / Amnezja / Noc kobiet **9.00** Taki jest świat (33, 77) **9.25** Boso przez świat **10.00** Lombard. Życie pod zastaw (591, 593, 595, 597, 599, 1000-1004) **20.00** ★★ Czarny lotos – film sens. Hol./USA 2023 **21.55** ★★★ W obronie własnej – film sens. USA 2013, reż. Gary Fleder, wyk. Jason Statham, Winona Ryder **23.55** ★★ Król zabójców – film sens. USA/Kan. 2023 **2.00** Dyżur (36, 37) **3.00** Taki jest świat (33) **3.35** Menu na miarę (3-5)

Puls 2

DVB T

7.00 Seriale animowane dla dzieci **8.35** Superpies i turbokot – film animow. **10.10** Kumple z dżungli – film anim. **12.10** Boso przez świat (68, 70, 71) **13.50** Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8, 9) **15.50** ★★★ Jak zostać królem – komedia CSSR 1976 **17.45** ★★★ Świniopas – film fantasy Niemcy 2017 **19.00** Ekipa z dżungli. Misja ratunkowa – film anim. **20.50** ★★★ Pracownik miesiąca – komedia USA 2004 **22.50** ★★ Zwierciadło – thriller USA/Kan. 2018 **0.50** Wstydliwe choroby (12, 13)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.10** Dlaczego krowa... **11.20** Mazowsze bez kurtyny, tournée po Ameryce **12.05** Podróż za jeden uśmiech (1, 2) **13.15** UNESCO: Skarby Polski **13.45** ★★★ Fuks – komedia sens. Polska 1999 **15.15** Fajna Polska **15.35** Okrasa łamie przepisy **16.05** RE-MIND. Chcę to powiedzieć **17.00** Teleexpress **17.25** Chichot losu (8) **18.20** Ziemia obiecana (3) **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Zatoka szpiegów (15) **21.15** ★★★ Anatomia zła – thriller Polska 2015, reż. Jacek Bromski, wyk. Krzysztof Stroiński **23.15** Świat w obłokach – muzyczni spadkobiercy Marka Grechuty **0.15** Kabaretowe naj

TV Trwam

DVB T

12.20 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu **12.50** Natura obiektywnie **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.45** Jak wygrać małżeństwo? **15.00** Dzielna niewiasta **15.15** Mateczniki polskości **15.30** Wierzę w Boga **16.10** Historia PL **17.00** Kolonie Miłosierdzia Bożego **17.30** Przełamując bariery **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Manna z nieba **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (88) **23.00** Odpowiedzialni za Kościół **23.30** Ona nigdy nie była sama – Czcigodna Sługa Boża Matka Teresa Kierocińska **0.10** Informacje

TVP Kultura

DVB T

8.00 Dede nie żyje **8.20** ★★★ Awantura o Basię – film dla dzieci Polska 1995 **10.15** Kosmos 1999 (23) **11.20** Petra: tajemnice starożytnych budowniczych **12.15** ★★★ Wyjazd służbowy – film obyczaj. Polska 1976 **13.10** ★★★★ O północy w Paryżu – kom. USA/Hiszp./Fr. 2011 **14.55** ★★★★ Gangsterzy i filantropi – komedia Polska 1962 **16.30** Barbara i Jan (7) **17.10** Hania Rani: 3 Koncerty **17.50** ★★★★ Konnica – film przygod. USA 1959 **20.00** ★★★★ Wieloryb – dramat USA 2022, reż. Darren Aronofsky, wyk. Brendan Fraser (s.9) **22.05** Muzyka na dobry wieczór **23.15** ★★★★ Cały ten zgiełk – musical USA 1979, reż. Bob Fosse, wyk. Roy Scheider **1.30** Hania Rani

Super Polsat

DVB T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.40** SuperLudzie (32) **7.15** Był sobie człowiek (14-18) **10.20** ★ Małolaty na obozie – komedia USA 200, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr. **12.00** Świat według Kiepskich (554-559, 559) **15.30** Złomiarze (10, 11) **17.30** Świat według Kiepskich (560-562) **19.00** Kolacja w ciemno (54, 55) **21.00** ★★★ Bad Boys for Life – film sens. USA 2020, reż. Adil El Arbi, Bilall Fallah, wyk. Will Smith, Martin Lawrence **23.35** ★★★★ Pasażerowie – film sf USA/Australia/Hongk. 2016, reż. Morten Tyldum, wyk. Jennifer Lawrence, Chris Pratt **2.00** Backdoor – Wyjście awaryjne (1) **2.30** Świat według Kiepskich (428-430) **4.00** Nasz nowy dom (255, 256)

TV 6

DVB T

6.00 Jeźdźcy smoków: Na końcu świata (6-8) **7.20** ★★★★ Akademia sztuk walki – film familijny USA 2015, reż. Michael Baumgarten **9.30** Cobra Kai (47-49) **12.00** Strażnik Teksasu (21, 22) **13.55** Poirot (3, 4) **16.20** Columbo (37, 38): Sprawa immunitetu / Kryzys tożsamości – serial krym. USA 1975 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (169, 170): Podróż w czasie / Wrogie przejęcie – serial krym. USA 2009 **22.00** Kości (149, 150): Facet w kapsule / Ale w kawale – serial krym. USA 2012 **23.55** ★★★ We krwi – film sens. USA/W. Bryt./Puerto Rico 2014, reż. John Stockwell, wyk. Gina Carano, Cam Gigandet **2.10** Krejzi Patrol (12) **2.40** Kochane pieniądze (52-54)

TV 4

DVB T

5.30 Telezakupy TV Okazje – program reklamowy **6.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (205) – reality show Polska 2023 **7.00** Galileo (1143, 1144) **9.05** #JesteśmyDlaDzieci (341) – magazyn **9.30** Galileo (1190, 1191) **11.30** Mini Galileo (70, 115) **12.30** ★★★★ Spider-Man 2 – film sens. USA 2004, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire, Kirsten Dunst, James Franco, Alfred Molina **15.00** Policjantki i policjanci (1416-1420) – serial obyczajowy Polska 2026 **20.00** Sprawiedliwi. Trójmiasto (149-152) – serial kryminalny Polska 2026 **0.00** Gwiazdy kabaretu (54, 55) **2.05** STOP Drogówka (360) **3.05** Interwencja (5945) **3.25** Lubię Disco! (307) **4.25** Top 10 lista przebojów (2905)

Wieloryb

Fenomenalna, nagrodzona Oscarem kreacja Brendana Frasera

TVP KULTURA 20:00 ★★★★

Charlie (Brendan Fraser) już od lat żyje na marginesie świata uwięziony w małym mieszkaniu przez chorobliwą otyłość. Odrzucony przez bliskich, samotnie zmierza w życiową przepaść. Wystarczy jednak jeden impuls, jedno spotkanie, by zapalić w nim płomień nadziei na to, że jeszcze nie wszystko stracone. Charlie podejmuje próbę nawiązania dawno utraconego kontaktu z nastoletnią córką. Wie, że czeka go trudne spotkanie. Zdaje sobie sprawę, że ryzykuje utratę ostatniego złudzenia. Gotów jest jednak podjąć to ryzyko z wiarą, że także dla niego jest szansa na odkupienie.

dramat obyczaj. USA 2022, reż. Darren Aronofsky, występują: Brendan Fraser, Sadie Sink, Jacey Sink

Dług

Film oparty na prawdziwych wydarzeniach

KINO POLSKA 20:00 ★★★★★

Dwaj biznesmeni chcą wspólnie rozkręcić nowy interes. Spotykają się jednak z odmową banku na udzielenie kredytu. Próbują znaleźć pieniądze w inny sposób i tak trafiają na wyjątkowo niekorzystną propozycję pożyczki. Współpracownicy od razu ją odrzucają, jednak mężczyzna nie daje za wygraną i po jakimś czasie upomina się o spłatę wyimaginowanego długu.

Obce niebo

Horror rodziców na emigracji

METRO 20:00 ★★★

Basia i Marek przyjeżdżają do Szwecji do pracy. On jest trenerem szkolnej drużyny, ona zajmuje się domem i dorabia jako masażystka. Pewnego dnia jedno niewinne kłamstwo uruchamia lawinę podejrzeń opieki społecznej i sprawia, że para traci ukochaną córkę.. Basia i Marek nie mogą się z tym pogodzić. Decydują się na ryzykowny krok.

Kac Vegas w Bangkoku

Ślub bierze Stu, który nie chce wieczoru kawalerskiego...

TVN 20:00 ★★★

Pod dwóch latach od wieczoru kawalerskiego Douga ślub planuje Stu (Ed Helms). Żeni się ze śliczną Lauren, a na życzenie jej rodziców uroczystość ma odbyć się w Tajlandii. Przyszły pan młody zaprasza na przyjęcie najlepszych kumpli (Bradley Cooper, Justin Bartha, Zach Galifianakis). Mając w pamięci wydarzenia z Las Vegas, nie chce urządzać wieczoru kawalerskiego. Dwa dni przed ślubem koledzy namawiają Stu na zorganizowanie kameralnej imprezy przy ognisku...

Błękitna laguna

Ten film z 1980 roku był szeroko komentowany

AMC 13:40 ★★

Dwoje dzieci, Emmeline i Richarda uchodzą z katastrofy morskiej. Oprócz nich na brzeg rajskiej, tropikalnej, ale bezludnej wyspy dostaje się tylko kucharz okrętowy. Kucharz wkrótce umiera, a Emmeline i Richard muszą, zdani tylko na siebie, walczyć o przetrwanie wśród pięknej, ale obcej i często groźnej przyrody.

Nienawistna ósemka

Znakomite dzieło Tarantino

STOPKLATKA 22:35 ★★★★

Kilka lat po wojnie secesyjnej przez pustkowia Wyoming podróżują łowca nagród John Ruth (Kurt Russell), znany jako „Szubienica", oraz zbiegła przestępczyni Daisy Domergue (Jennifer Jason Leigh). Podczas zamieci śnieżnej trafiają do zajazdu, w którym spotykają tajemniczych nieznajomych. Gdy nawałnica uderza w górski przyczółek, podróżnicy zaczynają rozumieć, że szanse na dotarcie do miasta są niewielkie, a ich największym zmartwieniem nie jest bezwzględna pogoda, a towarzysze o nieczystych intencjach.

Kill Bill

Zemsta jest słodka

TVP 1 23:30 ★★★★

Historia zawodowej zabójczyni (Uma Thurman), która – kiedy odkrywa, że jest w ciąży – postanawia wyjść za mąż i porzucić krwawą profesję. Podczas ślubu jej szef i koleżanki z oddziału dokonują masakry: pan młody ginie, panna młoda zostaje ciężko ranna i traci dziecko. Cztery lata później kobieta budzi się ze śpiączki w miejskim szpitalu. Przypomina sobie, co się stało, i rusza, by się zemścić. Nic jej nie zatrzyma...

Nastassja Kinski. Wyzwolona

Zniknęła, gdy tylko wspięła się na szczyt

PLANETE+ 20:50

Nastassja Kinski zadebiutowała jako 13-latka w filmie „Fałszywy ruch" Wima Wendersa. Dorastała pod okiem reżyserów, występując nago i w rolach kobiet zmagających się z przemocą. Rola Tess w filmie Polańskiego przyniosła jej uznanie i sławę. Była gwiazdą lat 80., gdy nagle wycofała się z blasku fleszy.

Miasto niespełnionych marzeń

Podróż po zapomnianych kinach Los Angeles z czasów Złotej Ery Hollywood

TVP DOKUMENT 21:50

Łącząc archiwalne i współczesne materiały filmowe, widzowie zgłębią wzlot i upadek kultowych kin, odsłaniając ich przemijającą świetność, tajemnice i historie, Przewodniczką będzie sobowtórka Marilyn Monroe. W 2026 r. przypada 100. rocznica urodzin aktorki.

eprasa.pl 1eda4ab262

Ale Kino+

7.00 Przybieżeli **7.45** ★★★ Konie Valdeza – western USA/Wł./Hiszp./Fr. 1973 **9.45** Mads Mikkelsen. Diabeł wcielony **11.00** ★★★ Włamanie na śniadanie – kom. krym. USA 2001 **13.25** Sprawa nierozwiązana (1-5) **15.45** ★★★ Angels Fall – film obyczaj. USA 2007 **17.50** ★★★★ Czwarta władza – film biograf. USA 2017 **(s.11)** **20.10** ★★ Largo Winch 3: Cena pieniądza – film sens. Fr./Belg. 2024 **22.20** ★★★ Niemożliwe – film katastroficzny USA 2012

Kino Polska

8.15 Podróże kapitana Klipera **8.35** Bolek i Lolek **9.20** ★★★ Podróże pana Kleksa (1) – film dla dzieci ZSRR/Polska 1985 **11.00** Moja mama **11.30** ★★★★ Poszukiwany, poszukiwana – kom. Polska 1972 **13.10** ★★★ Mała wielka miłość – kom. rom. Polska/USA 2008 **15.50** ★★★ Kogel-mogel – kom. Polska 1988 **18.05** ★★★ Na układy nie ma rady – kom. Polska 2017 **20.00** ★★★★★ Dług – thriller Polska 1999 **(s.9)** **22.05** ★★★ Och, Karol – kom. Polska 1985

Polsat Film

8.00 Sąsiedzi (12): Warsztat **8.20** Był sobie człowiek **10.00** Byli sobie odkrywcy **10.40** Rybki z ferajny – film anim. **12.30** ★★★ Ania z Zielonego Wzgórza – nowy początek – film dla młodzieży Kan. 2008 **14.00** ★★★ Duże Dzieci – kom. USA 2010 **16.05** Jak wytresować smoka – film anim. **18.20** ★★★ Szybcy i wściekli 8 – film sens. Chiny/USA/Jap. 2017 **21.00** ★★★ Predator – film sf USA 2018 **23.20** ★★★★ Gdzie śpiewają raki – thriller USA 2022

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (13-15, 1) **10.00** Hudson i Rex (11, 12) **12.00** Robin z Sherwood (2): Dzieci Izraela **13.10** ★★★ Ostatni smok – film USA 1996 **15.30** ★★★ Max – film przygod. USA 2015 **17.45** ★★★ Trzej muszkieterowie – film przygod. USA/Niemcy/Fr./W. Bryt. 2011 **20.00** ★★★ Suma wszystkich strachów – film sens. USA/Niemcy/Kan. 2002 **22.35** ★★★★ Nienawistna ósemka – film krym. USA 2015 **(s.9)** **2.00** ★★ Oczy smoka – film sens. USA 2012

Canal+ Premium

9.05 Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **11.10** Łapu-Capu **11.25** ★★★ Zmierzch – film fantasy USA 2008 **13.25** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. USA 2007 **15.10** ★★★★ Kopnięci w czasie – kom. Fr./Belg. 2025 **16.50** Koncert Elton John & Brandi Carlile **17.45** ★★★★ Cudowne życie – kom. Fr. 2025 **19.25** ★★★★ Thelma – kom. USA/Szwajc. 2024 **21.00** ★★★ Kopnęłabym cię, gdybym mogła – thriller USA 2025 **22.55** ★★★★ Giant – film W. Bryt./USA 2025

HBO

9.15 ★★★★ Millerowie – kom. USA/W. Bryt. 2013 **11.05** ★★★★ Żegnaj Christopher Robin – film W. Bryt./USA 2017 **12.50** ★★★ Focus – kom. krym. USA/Argent. 2015 **14.35** ★★★★ W stronę słońca – film sf USA/W. Bryt. 2007 **16.20** ★★★ Anakonda – horror USA 2025 **17.55** ★★★ Król Artur: Legenda miecza – film W. Bryt./USA/Australia 2017 **20.00** ★★★ Chórzyści – dramat W. Bryt./USA 2025 **21.55** ★★★★ 28 lat później: Świątynia kości – horror W. Bryt./USA 2026

Polsat 2

6.30 Bogaty dom – biedny dom **7.30** Ewa gotuje **8.30** Z klimatem i z pasją (247) – magazyn Polska 2026 **9.00** Dlaczego ja?: Dziewczyna moich marzeń **14.00** Sekrety rodziny (108): Czarna wdowa **15.05** Więzienie kobiet – serial dok. Polska 2025 **17.00** Nasz nowy dom **18.15** Awantura o kasę – teleturniej **20.30** ★★★★ Ted – kom. USA 2012 **22.40** ★★★ Jutro będzie futro – kom. USA 2010 **0.45** ★★★ Wojna królów – dramat Czechy 2022

TVP Seriale

5.35 Na sygnale (894) **6.10** Ogniem i mieczem (2) **7.05** Na sygnale (895-899) **9.55** Ranczo (1, 2): Spadek / Goście z zaświatów **11.55** Rodzinka.pl (307-309) **13.35** Ojciec Mateusz (411, 412) **15.30** Komisarz Alex (317): Fałszerze **16.25** Ranczo (3) **17.30** Czarne chmury (2) **18.30** Ogniem i mieczem (3) **19.40** Ojciec Mateusz (413-415) **22.30** Ranczo (4, 5) **0.35** Komisarz Alex (317, 318) **2.25** Pitbull (25) **3.25** Oficerowie (13) **4.20** Rodzinka.pl (164, 165)

AXN

6.25 ★★ Oficer Blart 2 – kom. sens. USA 2015 **8.00** FBI: International (18) **9.00** FBI: Most Wanted (21): Wielkie porządki **10.00** Rekrut (3-7) **15.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18-22) **20.00** ★★★ Bodyguard zawodowiec – film akcji USA/Hol./Bułg./Hongk./Kan./W. Bryt./Fr. 2017 **22.30** ★★★ Zabójca – film sens. USA/Kan. 2007 **0.30** ★★★ Hostel II – horror USA/Czechy/Wł./Isl./Słowacja 2007 **2.25** ★★ Hostel III – horror USA 2011 **4.10** Rekrut (4)

13 Ulica

6.30 ★★★ Zabójstwo w Les Sables-d'Olonne – film krym. Fr. 2024 **8.30** Mentalista (5-14) **17.40** Kobra – oddział specjalny (3) **19.40** Astrid i Raphaëlle (5, 6) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **22.00** ★★★ Morderstwo w średniowiecznym Provins – dramat Fr. 2019 **23.55** ★★★ Jeśli ucieknę – thriller USA 2025 **1.50** ★★★★ Zagadki Hailey Dean: Śmierć na receptę – dramat USA/Kan. 2019 **3.40** ★★★ Zabójstwo w Meaux – film krym. Fr. 2024

FX

5.55 Agenci NCIS (1, 2) **7.55** Agenci NCIS: Sydney (15, 16) **9.55** CSI: Kryminalne zagadki Miami (22, 23) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) **13.55** Z Archiwum X (24, 1-2) **16.50** ★★★ xXx – film sens. USA 2002 **19.30** ★★★ Pojutrze – film katastrof. USA 2004 **22.05** ★★★★ Szklana pułapka 2 – film akcji USA 1990 **0.40** ★★★ Resident Evil – horror W. Bryt./Niemcy/USA/Jap./Fr. 2002 **2.45** Zakłamanie (7): Azyl **3.45** Tropiciel (2)

BBC First

5.10 My Life is Murder (5) **6.00** Z pamiętnika położnej (5, 6) **7.50** Co ludzie powiedzą? (6): Wernisaż **8.30** McDonald i Dodds (3) **10.20** Morderstwa w Midsomer (7, 8) **12.35** Ojciec Brown (5-7) **15.35** My Life is Murder (6, 7) **17.35** Z pamiętnika położnej (6) **18.45** Śmierć z dala od palm (3) **19.55** Śmierć pod palmami (1) **21.00** Annika (3) **22.05** Milczący świadek (9, 10) **0.15** Po powodzi (1) **1.15** Śmierć z dala od palm (3) **2.20** Milczący świadek (9, 10)

Eurosport 1

8.30 Snooker: MŚ w Sheffield **10.30** Triatlon: T100 World Tour w Vancouver **11.15** Kolarstwo górskie: Zawody w Les Gets **11.45** Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets **12.15** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **12.45** **(L)** Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets **14.00** **(L)** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **16.00** **(L)** Kolarstwo: Vuelta a España **20.00** Kolarstwo: Renewi Tour **21.00** Jeździectwo: MŚ w Akwizgranie **0.00** Snooker: China Open

Eurosport 2

9.00 Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets **9.45** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **10.30** Snooker: MŚ w Sheffield **12.00** Motocross: MŚ w Uddevalli: **13.00** Podsumowanie MŚ Formuły E: **14.00** Wspinaczka: Seria Światowa w Chamonix: **16.00** Podsumowanie wyścigu T100 Triathlon: Vancouver **16.30** Snooker: MŚ w Sheffield **18.30** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **19.00** **(L)** Golf: PGA Tour – BMW Championship: 3. dzień USA2026

Polsat Sport 1

10.00 Magazyn polskiego sportu **11.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **12.15** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **16.30** Studio **17.45** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Węgry – Polska **20.00** Studio **20.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Węgry – Polska **23.00** Magazyn polskiego sportu Polska 2026

TVP Sport

DVB T

8.15 Piłka nożna: Lechia Gdańsk – Pogoń Siedlce **10.20** Reportaż **10.55** **(L)** Piłka nożna: ORLEN Ekstraliga kobiet: Lech Poznań UAM – GKS Gómik Łęczna **13.15** Puchar Polski Strongman w Szczytnie **14.15** **(L)** Lekkoatletyka: Studio Memoriału K. Skolimowskiej **14.30** **(L)** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał K. Skolimowskiej na Śląsku **17.05** Studio **17.30** **(L)** Piłka nożna: Piast Gliwice – Legia Warszawa **20.10** Studio **20.15** **(L)** Żużel: Finał Drużynowych Mistrzostw Europy

Canal+ Sport

9.00 Piłka nożna: Real Betis – Real Sociedad **11.15** Żużel: Betard Sparta Wrocław – Krono-Plast Włókniarz Częstochowa; Bayersystem GKM Grudziądz – ORLEN Oil Motor Lublin **16.55** **(L)** Piłka nożna: Athletic Club – Sevilla FC; Valencia CF – RC Celta **22.00** Boks: Gala BKFC Fight Night w Mohegan Sun Arenie w Uncasville – skrót **0.20** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **0.55** MMA: Gala ONE Friday Fights 167 w Bangkoku – walka wieczoru

Canal+ Sport 5

8.30 Champions Pack: Kwalifikacje **9.40** Premier League: The Big Interview **10.15** Premier League Preview **11.00** **(L)** Rzutki: Dart: PDC World Series – Australian Darts Masters w Wollongong **15.10** 1 na 1 Extra: Krzysztof Ratajski **15.50** Champions Pack: Kwalifikacje **17.00** Żużel: Betard Sparta Wrocław – Krono-Plast Włókniarz Częstochowa; Bayersystem GKM Grudziądz – ORLEN Oil Motor Lublin **23.00** Premier League: The Big Interview

Eleven Sports 1

9.00 Formuła 1: GP Holandii **11.30** Studio GP Holandii **11.55** **(L)** Formuła 1: GP Holandii **12.45** Studio GP Holandii **13.30** Formuła 1: GP Holandii **14.30** **(L)** Wyścigi samochodowe – F1 Academy: GP Holandii **15.15** Studio GP Holandii **15.55** **(L)** Formuła 1: GP Holandii **17.15** Studio GP Holandii **18.00** Formuła 1: GP Holandii **19.30** Studio Superpucharu Niemiec **20.20** **(L)** Piłka nożna: Borussia Dortmund – Bayern Monachium **22.30** Studio Superpucharu Niemiec

Polsat Sport 3

8.30 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **11.00** Piłka nożna: Puchar Włoch **13.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **14.55** **(L)** Futbol amerykański: Berlin Thunder – Panthers Wrocław **16.30** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **18.00** Magazyn polskiego sportu **19.30** **(L)** Tenis: ATP Masters 1000 – Cincinnati **22.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.50** Kadr na kino **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.30** Serwis informacyjny, pogoda **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.30** Serwis informacyjny, pogoda **15.30** Ranking Mazura **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.30** Serwis informacyjny **19.05** Kadr na kino **19.15** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Superwizjer **21.30** Ranking Mazura **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu

Polsat News

6.00 Nowy dzień **9.55** Cztery strony mediów Kutyny **11.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Czysta Polska **17.00** W rytmie dnia **18.35** Debata polityczna **19.15** Prezydenci i premierzy **19.50** Dobry Wieczór Polsko – info Polska 2026 **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Wydarzenia

TVP Info

DVB T

13.10 Polska na tak **13.30** Serwis info **13.44** Polska na tak **14.00** Serwis info **14.08** Polska na tak **14.30** Serwis info **14.44** Polska na tak **15.00** Serwis info **15.10** Polska na tak **15.30** Serwis info **15.42** Polska na tak **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **17.59** Sprawdzam to Extra **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Kiedyś to było **19.00** Serwis info **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Co ludzie powiedzą?

TVP 3

DVB T

9.00 Zielnik regionalny **9.25** Telekurier **9.50** Polskie parki narodowe **10.25** Kuliname wędrówki z Jolą Kleser **11.00** Wielka naturalna bariera **12.05** Lato na ROD'os **12.35** Rączka gotuje **13.10** Regiony na TAK **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.25** **(L)** Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Polonia Warszawa **20.00** Dziennik regionów **20.15** Regiony na TAK **20.30** Piosenka od Ciebie **22.00** Dziennik regionów **22.30** Kryminalna Siódemka Extra **23.00** Piosenka od Ciebie

TVP Rozrywka

8.45 Program rozrywkowy **8.55** Kiedyś to było **9.35** Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.45** Szansa na sukces. Opole 2026 **11.50** To jest grane **12.25** Prywatne życie zwierząt **13.00** Daję słowo – Maciej Orłoś **13.55** Postaw na milion **15.45** Moje przeboje **16.25** Omnibus – szybcy i mądrzy **18.00** Koło fortuny **18.40** Moje przeboje **19.15** Olga Lipińska zaprasza **20.05** Program rozrywkowy **20.25** Kabaret Letnią Porą **22.20** Postaw na milion

Planete+

8.10 Niezwykłe podróże koleją **10.20** Planeta Kalifornia **11.25** Patagonia. Życie na krańcu świata **12.25** Najpiękniejsze rzeki świata **13.25** Wytwórz i wyślij **14.30** Orzeł przedni. Władca **15.30** Zwierzęta w żałobie **16.40** Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? **17.45** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **19.45** Mia Farrow. Cienie sławy **20.50** Nastassja Kinski. Wyzwolona **(s.9)** **21.55** Ostatnie słowa Charlotty Masaryk **23.15** Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc

BBC Earth

8.00 Wyspy. Laboratoria natury **10.00** Sekretne życie ogrodu **11.05** Wietnamskie przygody Billa Baileya **12.10** W okowach mrozu: Na krawędzi **17.05** Michael Mosley: lekarz, który zmienił Wielką Brytanię **17.45** Wielka nowozelandzka przygoda **18.45** Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia **19.45** Skandynawia i Simon Reeve **21.00** Sekretne życie drzew **22.00** W okowach mrozu: Odwilż **23.00** Sekretne życie ogrodu **0.10** Brutalna planeta

Discovery Channel

8.00 Teorie spiskowe pod lupą **9.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **10.00** Złoto drwali **11.00** Celnicy na straży Szwecji **12.00** Awantura o furę **13.00** Złomowisko PL (1) **15.00** Nic do zgłoszenia (1) **16.00** Bracia Collins biorą się do roboty **17.00** Ciężarówką przez Route 66 (1) **18.00** W dżungli z Edem Staffordem (1) **19.00** Teorie spiskowe pod lupą **20.00** W oku cyklonu **21.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **22.00** Złoto drwali **23.00** Akta ekspedycji

TVN Turbo

8.10 Nauka jazdy **8.40** Samochód marzeń – kup i zrób **9.35** Naprawy nie do naprawy **11.00** Jeździć, obserwować **12.30** Wojny samochodowe **15.30** Zawodowi handlarze (1) **17.00** Mobilni mechanicy **18.30** Nauka jazdy **19.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **20.15** Z drugiej ręki **21.00** Naprawy nie do naprawy **21.45** Moto kombat **22.25** Zawodowi handlarze **23.10** Wojny samochodowe **0.10** Duda kontra Szafrański – serial dok. Polska2025

TVN Style

7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn Polska 2026 **11.30** Jestem z Polski **14.30** Ostre cięcie – reality show Polska 2026 **15.30** Bitwa o gości **16.35** Do zobaczenia – cykl reportaży Polska 2025 **17.05** Zgłoś remont **18.05** Poukładani **18.35** Stylowa kawiarenka **19.05** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Granola", Gdynia **21.05** Śmierć Diany: dwa śledztwa: Spisek? – serial dok. **22.10** Ślub od pierwszego wejrzenia. Australia **1.10** Seks-wypadki

Romance TV

5.45 ★★ Tajne komando „Rodzina" – kom. Niemcy 2022 **7.40** Górski lekarz (65-66, 202) **9.30** Górski lekarz (66, 202): Wewnętrzny wróg / Ogień **12.20** Käthe i ja **14.15** Statek marzeń **16.15** Dr Nice **18.05** ★★★ Rodzina uszczęśliwia – kom. krym. Niemcy 2011 **20.00** Zabójcze tropiki (15, 16) **22.15** Kryminał z Bolzano: W pułapce **0.05** Przyjaźń to coś więcej **2.00** Zabójcze tropiki (15, 16) **4.10** ★★ Sprzedana księżniczka – film fantasy Niemcy/Wł. 2023

TVN Fabuła

6.30 Top 100: filmy wszech czasów **7.00** Kino Buzz TOP5 **7.10** Prawo Agaty (11-13) **10.10** ★★★ Pierścień i róża – film dla młodzieży Polska 1986 **12.25** Ekspres polarny – film anim. USA/Australia 2004 **14.35** ★★★ Listy do Julii – kom. rom. USA 2010 **16.50** ★★★★ Harry Potter i Książę Półkrwi – film fantasy W. Bryt. 2009 **20.00** ★★★★ Harry Potter i Insygnia Śmierci: część I – film przygod. W. Bryt./USA 2010 **23.00** ★★★ Zakonnica – horror USA 2018

AMC

6.00 Bliżej gwiazd **6.30** W obiektywie **7.05** ★★★ Tylko ty – kom. rom. USA/Wł. 1994 **9.25** ★★★ Pokerzyści – film sens. USA 2003 **11.25** ★★★ Serce nie sługa – kom. rom. USA 2005 **13.40** ★★ Błękitna laguna – film przygod. USA 1980 (s.9) **15.55** ★★★ Zbroja Boga – film sens. Hongk. 1986 **18.10** ★★★ Wielki biały ninja – film sens. USA 1997 **20.00** ★★★ Gothika – thriller USA/Fr. 2003 **22.10** ★ Żołnierze kosmosu III: Grabieżca – film sf USA/Niemcy/RPA 2008

TTV

DVB T

8.45 Gogglebox. Przed telewizorem **9.45** Express **10.05** Gogglebox. Przed telewizorem **11.05** Nic do zgłoszenia **12.05** Zakup w ciemno Extra **12.35** Zakup w ciemno **15.45** Express **16.05** Idź na całość **17.05** Usterka **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Zakup w ciemno **19.05** Zakup w ciemno Extra **19.45** Express **20.00** Idź na całość **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Damy i wieśniaczki. PL **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (53) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Wielkie wycieczkowce **11.00** Wraki, które zmieniły świat **13.00** Rolnicy. Podlasie **16.00** Podglądacze przyrody **17.00** Największe statki świata **18.00** Ekstremalne drogi do szkoły **19.00** Jak to wyjaśnić **20.00** Tajemnice zamków **21.00** Okręt wojenny – życie w Royal Navy **22.00** Wygrać z żywiołem **23.00** Poza kontrolą **0.00** Przestępcze podziemie

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Super **14.00** Co ludzie powiedzą? (30-32): Przyjęcie ogrodowe / Nad morzem / Bal kostiumowy **16.00** Miodowe lata : Ciotka z Ameryki **19.45** Poirot (1, 2): Boże Narodzenie Herkulesa Poirot: Entliczek, pentliczek **0.00** Ślad (81): Księżniczka **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu

National Geographic

8.55 Ekstremalne zagrożenia: Rollercoastery **10.00** Katastrofa w przestworzach: Samobójca za sterami – Lądowanie w rzece / Śmiertelne rozwiązanie / Koszmar w Bagram / Od konfliktu do śmierci / Brak procedur **16.00** Car S.O.S. **17.00** Złoto Hi: Wojenny biznestlera **19.00** Sekrety starożytnej medycyny **20.00** Odkrywcy: na wodach Pacyfiku **21.00** Starożytne konstrukcje **22.00** Ukryte pod miastami **23.00** Ciemna strona świata

Nat Geo Wild

9.00 Dzika Północ Europy **10.00** Olśniewająca Ameryka: Tajemnicza Kaskadia **11.00** Bertie Gregory: bliskie spotkanie z gepardami **12.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **13.00** Masai Mara: sekrety natury **14.00** Dziki Tajwan: nieznana wyspa **15.00** Tytani afrykańskich rzek **16.00** Najgroźniejsze zwierzęta Afryki **17.00** Hipopotamy z Gabonu: nietypowi surferzy **18.00** Niezwykłe wędrówki zwierząt **19.00** Śmierć przychodzi po zmroku **20.00** Europa z powietrza **21.00** Walki zwierząt

Metro

6.15 Gorączka złota: Na pomoc nowej **8.00** Klan z Alaski: Podziel i podbijaj! **10.00** Złomowisko PL – serial dok. Polska 2016 **13.00** Strażacy 24h **14.05** Makłowicz w drodze: Czerniowce **14.40** Farma Clarksona **15.50** Jestem z Polski **17.50** Kryminalni (1, 2): Obóz /Klucze **20.00** ★★★ Obce niebo – dramat Polska/Szwecja 2015 (s.9) **22.15** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills II – kom. sens. USA 1987 **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.20** Szpital (834)

TVP Historia

DVB T

8.00 Dzika Polska **9.20** Przyłbice i kaptury (1) **10.20** Lena na Bałkanach **10.55** Podziemne Włochy **11.55** Wszystkie kolory świata **13.00** Magiczny Adriatyk **14.00** Flesz historii **14.30** ★★★ Wrota Europy – dramat Polska 1999 (s.11) **16.00** Kennedy, Sinatra i mafia **17.50** Sława i chwała (1) **19.00** Zabójcza nauka **20.05** Gala 14. Zamojskiego Festiwalu Filmowego „Spotkania z Historią" **21.40** ★★★★ 1917 – dramat W. Bryt. 2019 **23.50** ★★★ Czarny mercedes – film

TVP Dokument

DVB T

8.20 Wyspy Kanaryjskie **9.20** Kalendarz przyrody **10.15** Dobre wieści z planety Ziemia **11.15** W objęciach lodu **12.20** Korona Gór Polski **12.55** Podróże Małej i Dużej **13.20** Tacy byliśmy **13.55** Las Kolorów – Góry Tenasserim **14.55** Plaża i jej mieszkańcy **15.50** Cuda światowego transportu **16.55** Podróżnicy – odkrywcy **17.55** Sanatorium miłości **18.55** W poszukiwaniu Sir Waltera Scotta **20.00** Inwigilacja. Dla dobra ogółu (s.2) **21.50** Miasto niespełnionych marzeń (s.9)

Zoom TV

6.00 Kojak (15, 16) **8.00** Jakubiak rozgryza Włochy **9.00** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **12.55** Sensacje XX w.: Operacja Odessa **15.15** Stawka większa niż życie (5, 6) **17.45** ★★★★ Seksmisja – kom. Polska 1984 **20.10** Hity polskiego kabaretu **21.05** ★★★ Wieczny student – kom. USA/Niemcy 2002, reż. Walt Becker, wyk. Ryan Reynolds **23.00** Adam szuka Ewy. Niemcy **0.00** Magia nagości. Włochy

TLC

8.00 Sześć razy córka **9.00** Kiedy dzieci mają dzieci **10.00** Mój chłopak jest maminsynkiem **11.00** Rodzina Chantel **12.00** Moje paranoje **13.00** Szalenie oszczędni: Moje tanie dziecko **14.00** Megasknery: Brazylia **14.30** Wiza na miłość: Wielka Brytania **17.00** Wielkie lato małych ludzi **18.00** Wiza na miłość **20.00** Baylen – życie na głos **21.00** Design w australijskim stylu **22.00** Kamera, akcja, wpadka! **23.00** Moje paranoje

TVS

5.00 Telesprzedaż **7.00** Pogoda **7.05** Klachy i Lachy **7.40** Koncert życzeń **9.25** Muzyczne dzień dobry **10.05** Przy muzyce po śląsku **11.00** Klachy i Lachy **11.20** Koncert Gwiazd TVS – Rozgrzewka **12.35** Przy muzyce po śląsku **13.35** Klachy i Lachy **14.00** Szlagierowa lista **16.00** Koncert życzeń **17.45** Przy muzyce po śląsku **18.25** Śląska karuzela **19.55** Hansi Hinterseer zaprasza **22.05** Koncert w TVS **23.45** Szlagierowa lista **1.40** Program muzyczny

WP

DVB T

7.00 Morderstwa w Midsomer (2) – serial krym. W. Bryt. **8.55** Pogoda **9.00** ★★★ Serce do naprawy – film obyczaj. Niemcy 2020 **10.55** Pogoda **11.00** Wariaci za kierownicą **12.00** Pokochaj lub sprzedaj **13.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **15.00** Policjanci z sąsiedztwa **16.50** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **18.00** Strażacy z sąsiedztwa **19.00** Policjanci w akcji **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu

Wrota Europy

Film o odwadze, patriotyźmie, honorze i wierności ideałom

TVP HISTORIA 14:30 ★★★

Zima 1918 r. Młode siostry miłosierdzia wyruszają do położonego w pobliżu linii frontu szpitala polowego. Traktują to jako spełnienie patriotycznego obowiązku i romantyczną przygodę. Po dotarciu przekonują się, że przyjdzie im działać w iście barbarzyńskich warunkach.

Czwarta władza

Bezprecedensowa konfrontacja amerykańskiej prasy z władzą

ALE KINO+ 17:50 ★★★★

Katherine Graham, wdowa po wydawcy „The Washington Post", zastępuje zmarłego męża. Redaktor naczelny dziennika, Ben Bradlee, to doświadczony dziennikarz wierzący w społeczną misję mediów. Razem doprowadzają do bezprecedensowej konfrontacji prasy z władzą.

Córka prezydenta

Trudno znaleźć miłość życia, gdy każdy absztyfikant jest prześwietlany

TVN 7 17:50 ★★★

Anna Foster wiedzie w Białym Domu życie w luksusie. Bycie córką prezydenta oznacza ciągłe towarzystwo agentów służb specjalnych. Anna postanawia zakosztować niezależności i rusza na podbój Europy. Kiedy poznaje przystojnego Bena Caldera, nie zdradza mu, kim jest. On też skrywa pewną tajemnicę...

AUTOREKLAMA

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB T

Dewajtis

7.00 Msza święta w Krakowie Łagiewnikach **8.00** Tydzień (1095) **8.35** Kariera Nikodema Dyzmy (4, 5) **10.55** Ojciec Mateusz (240): Bezpieczna odległość **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.45** W głąb Jasnogórskiej Ikony **13.10** Małe wielkie podróże (1) – serial dokumentalny Wielka Brytania 2023

15.05 Parada oszustów (3) – serial sens. Polska 1977
16.00 Dziedzictwo (1010)
17.00 Teleexpress
17.35 Emisjonariusze – reportaż (s.2)
18.40 Jaka to melodia?
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.25 Gra z Cieniem (11)
21.20 W deszczowy dzień ★★★ **w Nowym Jorku** – komedia rom. USA 2019 Reż. Woody Allen, wyk. Timothée Chalamet, Elle Fanning, Selena Gomez
23.05 Dewajtis (5) Mimo interwencji Marka żandarmeria przyznaje drwalom prawo do wycinki drzew. Gierasimow kupił od Witolda okoliczny las. Czertwanowa wydaje przyjęcie ku pamięci męża.
0.00 Greenland – film sensac. ★★★ USA/W. Bryt. 2020 Reż. Ric Roman Waugh, wyk. Gerard Butler, Morena Baccarin, Scott Glenn
2.10 Kill Bill ★★★★ – film sensac. USA 2003 Reż. Quentin Tarantino, wyk. Uma Thurman

TVP 2

DVB T

Festiwal Zespołów Cygańskich

5.20 Barwy szczęścia (3380, 3381) **6.25** M jak miłość (1932) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.15** Porozmawiajmy szczerze (4): Magdalena Zawadzka **11.50** Lato z Radiem i Telewizją Polską: Tarnów – powtórka transmisji koncertu **14.00** Familiada – teleturniej, prowadzenie Karol Strasburger **14.35** Koło fortuny – teleturniej

15.10 Szansa na sukces. Opole 2026: Łukasz Zagrobelny
16.20 Cud (nie) pamięci – Stanisław Soyka – program rozrywkowy
17.15 Akwen Eldorado (3) – serial sens. Polska 1988
18.20 Rodzinka.pl (298): Zęby – serial kom. Polska 2025
18.55 Kocham Cię, Polsko!
20.20 Postaw na milion
21.20 Międzynarodowy Festiwal Zespołów Cygańskich Romane Dyvesa. Gorzów Wielkopolski – koncert Festiwal Romane Dyvesa – Cygańskie Dni to najstarsza tego typu impreza w Europie, od lat budująca swoją markę. Odbywa się w Gorzowie Wielkopolskim, gromadząc w amfiteatrze dużą widownię.
22.50 Harry Wild (7-opis**, 8)** – serial kryminalny W. Bryt./Niemcy 2022
1.00 Król (7)
2.20 Kung-fu joga – film przyg. ★★ Chiny/Indie/USA/Nepal/Islandia/Arabia Saud. 2017 Reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yixing Zhang, Miya Muqi

Polsat

DVB T

Evan Wszechmogący

5.25 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień **8.30** Halo tu Polsat – program informacyjno-publicystyczny **11.15** Nasz nowy dom (364) **12.30** Krudowie 2 – film animowany USA 2020, dub. Piotr Grabowski, Lesław Żurek, Anna Guzik-Tylka **14.35** ★★ Sam w domu – komedia sensacyjna USA 1997, reż. Raja Gosnell, wyk. Alex D. Linz, Haviland Morris, Olek Krupa

16.45 Evan Wszechmogący ★★★ – komedia USA 2007 Reż. Tom Shadyac, wyk. Steve Carell, Morgan Freeman, Lauren Graham Pewnego dnia życzenie kongresmana Evana Bastera zostało usłyszane przez Boga. Mężczyzna został zobligowany do zbudowania kolejnej arki, a jego świat stanął do góry nogami.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
19.55 Robin Hood ★★★ – film przygodowy USA/W. Bryt. 2010 Reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Cate Blanchett, Max von Sydow
22.55 Bez urazy ★★★ – komedia USA 2023 Reż. Gene Stupnitsky, wyk. Jennifer Lawrence, Andrew Barth Feldman, Matthew Broderick
1.05 Rok pierwszy ★★ – komedia USA 2009 Reż. Harold Ramis, wyk. Jack Black, Michael Cera, Oliver Platt
3.20 Świat według Kiepskich (402, 403)

TVN

DVB T

Fantastyczne zwierzęta i jak je znaleźć

5.15 Zamieszkać na plaży (**5.40** Uwaga! **5.55** Ukryta prawda (1738) **6.50** Kuchenne rewolucje: Czarna Dąbrówka, „Cooking and events” **7.45** Dzień dobry wakacje – program informacyjno-publicystyczny **11.25** Co za tydzień **12.00** Ugotowani (12) **13.05** Liga Potworów – film animowany USA 2021, dub. Marianna Zydek, Przemysław Bluszcz, Konrad Darocha

15.10 Fantastyczne zwierzęta ★★★★ **i jak je znaleźć** – film przygodowy W. Bryt./USA/Kanada 2016 Reż. David Yates, wyk. Eddie Redmayne, Katherine Waterston, Alison Sudol Scamander ma walizkę pełnej magicznych stworzeń. Gdy Jacob przypadkiem wypuszcza z niej kilka zwierząt, bohaterowie łączą siły, by je złapać.
17.55 Kuchenne rewolucje: Wisła
19.00 Fakty
19.25 Top of the Top Sopot Festival – relacja
19.45 Na skraju jutra ★★★★ – film sf USA 2014 Reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson
22.10 Kaganiec ★★★ – thriller USA 2023 (s.15) Reż. John Stalberg jr., wyk. Aaron Eckhart, Penelope Mitchell, Diego Tinoco
0.10 Och, Karol ★★★ – komedia Polska 1985
2.20 Uwaga! – magazyn
2.40 Herkules (5, 6) – serial kryminalny Polska 2022
4.40 Zamieszkać na plaży (6)

TVN 7

DVB T

Mission: Impossible IV – Protokół...

6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (16) **7.05** New Looney Tunes (29-31) **7.50** ★★★ Piotruś Pan i Alicja w Krainie Czarów – film przygod. W. Bryt./USA 2020 **9.45** Ukryta prawda (1500-1504) **14.55** Szpital św. Anny (47, 48) **16.55** Detektywi (14) **17.55** ★★★ Karol. Człowiek, który został papieżem (2) – film biograf. Polska/Włochy 2005, reż. Giacomo Battiato, wyk. Piotr Adamczyk **20.00** ★★★★ Mission: Impossible IV – Protokół duchów – film sensac. USA 2011, reż. Brad Bird, wyk. Tom Cruise **22.55** ★★★ Nie martw się, kochanie – thriller USA 2022, reż. Olivia Wilde **1.25** ★★★ Obecność III: Na rozkaz diabła – horror USA 2021

TV Puls

DVB T

5.00 Dyżur (38, 39) **6.00** Taki jest świat (33) **6.35** Kobra – oddział specjalny (10) **7.40** Don Matteo: Boski detektyw (11, 12) **10.05** Kurierzy (60, 61) **11.55** ★★★ Niania – kom. USA/W. Bryt./Fr. 2005 **14.00** ★★★ Hudson Hawk – komedia USA 1991 **16.05** ★★★ Kuloodporny – film fant. USA/Kan. 2003 **18.25** ★★★ Johnny English – kom. W. Bryt./Fr. 2003 **20.00** ★★★ Strefa wroga – film sens. USA/Australia 2024 **22.15** ★★★ Przynęta – kom. Kan./USA 2000 **0.50** ★★★★ Bez twarzy – film sens. USA 1997

Puls 2

DVB T

7.00 Taki jest świat (33) **7.25** Aukcja w ciemno (2-4) **8.55** Boso przez świat (72-74) **10.35** ★★★ Żandarm się żeni – komedia Fr./Wł. 1968 **12.30** ★★★ Żandarm na emeryturze – kom. Fr./Wł. 1970 **14.35** ★★ Klątwa Rybiego Oka – kom. Czechy 2014 **16.40** ★★★ Księżniczka i diabeł – film fant. Czechy/Niemcy 2009 **18.45** ★★★ Wodnik i córka młynarza – film fant. Czechy 2010 **20.00** ★ Ludożerca – horror USA 2022 **21.45** ★★★ Wojna Harta – dramat USA 2002 **0.35** Dzielnica strachu (468, 469)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.15** Słowo daję! **11.25** Makłowicz w podróży **11.55** Między ziemią a niebem **12.00** Anioł Pański **12.15** Między ziemią a niebem **12.50** Słowo na niedzielę **13.00** Msza święta z kościoła pw. Wniebowzięcia NMP – Sanktuarium Macierzyństwa NMP w Zbrosławicach **14.15** Studio Betclic 1. Ligi **14.25** (L) Piłka nożna: Miedź Legnica – Arka Gdynia **17.00** Teleexpress **17.25** Chichot losu (9) **18.20** Kabaretomaniacy **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.20** Komisarz Alex (291) **21.15** Lato z Radiem i Telewizją Polską **23.15** Kabaret Letnią Porą **0.05** Opole 2011 na bis **0.40** Chichot losu (9) **1.30** 19.30

TV Trwam

DVB T

9.30 Msza święta z Jasnej Góry **10.30** Lubieszów **11.00** Głos serca (88) **11.45** Muzyczne chwile **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Leonem XIV **12.15** Papież Polak do rodaków **12.45** Medjugorje **15.00** Wieś to też Polska **16.00** Informacje **16.10** Koncert życzeń **16.50** Mateczniki polskości **17.00** Natura et Homo **17.30** Sól Ziemi **18.05** Informacje **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Od Lutra do Marksa – Historia Kościoła **21.00** Apel Jasnogórski **22.00** Mocni Jego mocą **22.30** Muzyczne chwile **22.45** Jak wygrać małżeństwo? **23.00** Jak my to widzimy – z daleka widać lepiej **23.30** Tam, gdzie Bóg płacze

TVP Kultura

DVB T

8.00 Nabożeństwo luterańskie w Ozorkowie **9.00** Przystań nad Biblią **9.20** Młodzi mariawici **9.55** Petra: tajemnice starożytnych budowniczych **10.50** Kosmos 1999 (24) **11.55** Opole – koncertowe wspomnienia **12.20** 18. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '80. Galowy koncert laureatów **14.00** ★★★★ Wczoraj, dziś, jutro – kom. Wł./Fr. 1963 **16.05** Alternatywy 4 (1) **17.15** Studio Kultura – niedziela z... **18.10** ★★ Hi way – kom. Polska 2006 **20.00** ★★★ Tesla – film biograf. USA 2020, reż. Michael Almereyda, wyk. Ethan Hawke (s.15) **21.50** Kulturalni **22.45** Człowiek z blizną: historia Ala Capone (s.15) **0.00** Parada atrakcji **0.10** Aaaah! **0.30** ★★★★ Wieloryb – dram.

Super Polsat

DVB T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.40** SuperLudzie (33) **7.15** Był sobie człowiek (19-23) **10.05** SuperMocni (5, 6) **11.05** ★★★ Ace Ventura: Psi detektyw – komedia sens. USA 1994 **12.50** ★★★ Bez hamulców – film sens. USA 2012 **14.55** (L) Formuła 1: Grand Prix Holandii: Wyścig **17.20** Polacy w świecie (25, 26) **18.30** Świat według Kiepskich (563) **19.00** Randka w ciemno (5, 6) **21.00** ★★★★ Déjà vu – thriller USA/W. Bryt. 2006, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington **23.30** ★★★ Pan Wypadek – film sens. W. Bryt. 2018, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Scott Adkins **1.50** Backdoor – Wyjście awaryjne (2) **2.20** Świat według Kiepskich (431-433) **3.50** Nasz nowy dom (257, 258)

TV 6

DVB T

6.00 Więzienie (129) **6.30** Columbo (37, 38) **10.00** Poirot (3, 4) **12.30** ★★ Wierna jak pies. Policjantki i policjanci – film krym. Polska 2015, reż. Jakub Miszczak **14.00** Policjantki i policjanci (257-260) **18.00** Strażnik Teksasu (1, 2): Zdążyć na czas, część 2. / Odliczanie – serial sens. USA 1999 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (171, 172): Brawurowa akcja / Na pokładzie – serial krym. USA 2009 **22.00** Kości (151, 152): Duch w maszynie / Diament do oszlifowania – serial krym. USA 2013 **23.55** ★★ Pokusa – thriller Polska 2023, reż. Maria Sadowska, wyk. Helena Englert, Andrea Preti, Piotr Stramowski (s.3) **2.05** Krejzi Patrol (13) **2.35** Kochane pieniądze (55-57)

TV 4

DVB T

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej (206) **7.00** Ewa gotuje (479) **7.30** Powrót do przeszłości (3-6) **9.20** Galileo (1192, 1193) **11.20** Mini Galileo (104) **11.40** Astérix w Brytanii – film anim. Fr. 1986 **13.25** ★★★ Rycerz króla Artura – film przyg. USA/W. Bryt. 1995, reż. Jerry Zucker, wyk. Sean Connery, Richard Gere, Julia Ormond **16.00** ★★★ Spider-Man 3 – film akcji USA 2007, reż. Sam Raimi, wyk. Tobey Maguire, Kirsten Dunst **18.55** Uroczysko (195, 196) **20.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1032-1035) **0.00** STOP Drogówka (361) **1.10** Powrót do przeszłości (7-10) **2.55** Interwencja (5946, 5947) **3.25** Lubię Disco! (308) **4.25** Top 10 lista przebojów (2906)

REKLAMA

Usuwa chwasty

w 6 sekund i zamienia je w nawóz!

Bez wysiłku i toksycznych herbicydów

Chwasty zarastają Ci działkę, trawnik lub podjazd przed domem? Ciągle je pielisz, uważając na to, by nie uszkodzić korzeni kwiatów czy młodych drzewek? A one wciąż odrastają i to się nigdy nie kończy! Ale – jest na to rozwiązanie. Dzięki temu innowacyjnemu urządzeniu będziesz mógł usunąć chwasty w ogrodzie już w **kilka sekund!**

Elektronowy wypalacz został wyposażony w precyzyjną końcówkę, która dociera dokładnie tam, gdzie wyrósł chwast – między kostkami, wzdłuż krawężników czy pod ogrodzeniem – **nie uszkadzając przy tym sąsiednich roślin.** A wypalona resztka? Zamienia się w naturalny popiół, który dodatkowo użyźnia glebę.

Dzięki zastosowaniu technologii płomieniowej ***SafeFlame*** dysza urządzenia rozgrzewa się do temperatury **600°C.** Wytworzone elektrony wysokoenergetyczne działają bezpośrednio na żywe komórki roślinne, wypalając chwast aż do korzenia. Zniszczeniu ulegają też nasiona chwastów. Efekt? **Zapomnisz o chwastach na długo!**

Urządzenie jest wielofunkcyjne i idealnie nadaje się do usuwania chwastów m.in. z:

- **podjazdów i chodników,**
- **ścieżek ogrodowych,**
- **żwirowych rabat i wysypanych kamyków.**

Z elektronowym wypalaczem chwastów już nie będziesz wydłubywał zielska i mchu spomiędzy kostek brukowych. Nie będziesz musiał stosować środków chwastobójczych. Praca w wyprostowanej pozycji oznacza ulgę w bólu pleców i kolan, który męczy Cię, gdy mozolnie wyrywasz chwasty za pomocą szpachelki i motyki lub pielisz rękoma.

Jak to działa?

Urządzenie jest lekkie i bardzo proste w obsłudze. Wystarczy skierować dyszę na chwast. Przytrzymać ją nad nim przez 5–6 sekund i już! Po upartym zielsku nie ma śladu! Urządzenie jest też bezpieczne – ma wbudowane palniki elektryczne bez otwartego ognia (w przeciwieństwie do tradycyjnych urządzeń na gaz ziemny).

Używając elektronowego wypalacza chwastów:

1. **Oszczędzasz czas** (w kilka sekund znikają nawet trudno dostępne chwasty).
2. Nie potrzebujesz trującej chemii – tym samym **zapewniasz bezpieczeństwo zwierzętom domowym i dzieciom**, dbasz o glebę i inne rośliny.
3. **Oszczędzasz swoje plecy i kolana** (nie musisz się schylać, siedzieć w kuckach ani wykonywać prac ogrodowych na klęczkach).

Elektronowy wypalacz chwastów to obecnie **bardzo skuteczna i jedna z najmniej wysiłkowych metod wykorzeniania chwastów.** To również idealne rozwiązanie dla osób, które dopiero rozpoczynają swoją przygodę z ogrodnictwem. Wypróbuj go!

- lżejszy w użyciu niż **kosiarka**
- bez **chemicznych oprysków**
- szybszy niż **tradycyjne pielenie**

MULTIFUNKCYJNY!

Za pomocą elektronowego wypalacza pozbędziesz się takich chwastów, jak: podagrycznik, skrzyp, perz, szczawik, pokrzywa, nawłoć, kurdybanek, powój polny czy gwiazdnica. A także usuniesz starą, zeschniętą farbę, rozmrozisz lód oraz rozpalisz grill lub kominek.

Nie wymaga paliwa ani butelek z gazem; brak emisji CO_2. Przepływ powietrza: 300 l/min. Napięcie: 230 V; moc: 1200 W. Niewielka waga: 1,1 kg; 2 ustawienia temperatury: 50° i 600°. Rozkłada się na 2 części, co ułatwia przechowywanie.

Ekologiczna metoda

Minimalne zużycie energii elektrycznej

W naszej ofercie za

189 zł

Produkt dostępny w różnych kolorach.

Urządzenie z przewodem zasilającym, działa na prąd.

TWÓJ OGRÓD BĘDZIE ZACHWYCAŁ!

- ✓ **Usuwa chwasty** bez szkody dla innych roślin
- ✓ Sprawdza się w **trudno dostępnych miejscach**, gdzie inne metody zawodzą
- ✓ Wypala chwasty **łącznie z nasionami i korzeniami**
- ✓ **Nie zatruwa** gleby i środowiska
- ✓ Użyźnia glebę naturalnym popiołem

Aby skorzystać z oferty, zadzwoń!
Elektronowy wypalacz chwastów otrzymasz pocztą, nic nie musisz płacić wcześniej – dopiero przy odbiorze przesyłki.

Zadzwoń dziś: 61 300 37 01

Pn.–pt. 8:00-20:00, sob., niedz. 9:00-20:00 (standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora).

Podmiot odpowiedzialny: TWT Group Sp. z o.o., Marszałkowska 58, 00-545 Warszawa. Szczegóły oraz informacje dotyczące procedury zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem: https://info-for-customers24.com/statute/pl/

eprasa.pl 1eda4ab262

Ale Kino+

7.00 ★★★ Moje pieczone kurczaki – film Polska 2002 **8.15** ★★★★ Śmierć na Nilu – film krym. W. Bryt. 1978 **11.00** ★★★★ Pokuta – melodramat W. Bryt./Fr./USA 2007 **13.25** Sprawa nierozwiązana (6-10) **15.50** Zbrodnie na wybrzeżu (2) **17.45** ★★★ Marzyłam o Afryce – dramat USA 2000 **20.10** Szepty mroku (5, 6) **22.00** ★★★ Miasteczko Cut Bank – thriller USA 2014 **23.50** ★★★★ Ból i blask – dramat Hiszp. 2019 **2.10** Furioza (4) – miniserial Polska 2020

Kino Polska

8.15 Podróże kapitana Klipera **8.35** Bolek i Lolek **9.00** Reksio **9.25** ★★★ Podróże pana Kleksa (2) – ZSRR/Polska 1985 **11.15** Ranking Naj Polskiego Kina **12.25** ★★★★ Krzyżacy – film Pol. 1960 **16.15** ★★★★ Wielka majówka – film Polska 1981 **18.00** ★★★ Rozmowy nocą – kom. Polska 2008 **20.00** ★★★ Ziarno prawdy – thriller Polska 2015 **22.15** ★★★ Skrzydlate świnie – film obyczaj. Polska 2010 **0.30** ★★★ Ostatni prom – dram. Polska 1989

Polsat Film

8.05 Sąsiedzi **8.15** Był sobie człowiek **10.00** Jak wytresować smoka – film anim. **12.00** ★ Kevin sam w domu – po raz czwarty – kom. USA 2002 **13.50** ★★★ Płytki facet – kom. rom. USA/Niemcy 2001 **16.05** ★★★ Aniołki Charliego – film sens. USA 2000 **18.20** ★★★ Wodny świat – film sf USA 1995 **21.00** ★★★ 60 sekund – film USA 2000, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage **23.30** ★★★ Boski żigolo – kom. rom. USA 1999, reż. Mike Mitchell, wyk. Rob Schneider

Stopklatka

DVB T

6.00 Komisarz Rex (1-4) **9.55** Hudson i Rex (13-15) **12.55** Robin z Sherwood (3) **14.00** ★★★ Starsza pani musi zniknąć – kom. USA/Niemcy 2003 **15.50** ★★★ Czego dusza zapragnie – kom. W. Bryt. 2015 **17.35** ★★★★ Seksmisja – kom. Polska 1984 **20.00** ★★★★ Lot – thriller USA 2012 (s.15) **22.50** ★★ Mścicielka – thriller Fr./Kan./USA 2016 **0.50** Anna German. Tajemnica białego anioła (7, 8) – serial Pol. 2012 **3.25** ★★★ Syberiada polska – dram. Pol.2013

Canal+ Premium

9.30 ★★ Zmiennokształtni 2 – film Niemcy 2026 **11.10** ★★★ Morderstwo w ambasadzie – film W. Bryt. 2025 **12.35** Historia Apple'a. Jak sprzedać rewolucję **13.30** ★★★ Brat – dramat Polska 2025 **15.05** ★★★ Niemożliwe – film USA 2012 **16.55** Wstęp do meczu – magazyn **17.25** (L) Piłka nożna: GKS Katowice – Wisła Płock **19.30** ★★★★ Tożsamość Bourne'a – thriller USA 2002 **21.30** Niewypowiedziana wojna (1) **22.20** ★★★★ Baw się dobrze i przeżyj – film sf USA 2025

HBO

9.15 Pingwiny z Madagaskaru – film USA 2014 **10.45** ★★★★ Scott Pilgrim kontra świat – kom. USA-/W. Bryt. 2010 **12.35** ★★★★ Na rauszu – kom. Dania 2020 **14.30** ★★ Wasza Wysokość – kom. USA 2011 **16.15** ★★ Longing – komediodramat USA/Kan./Izrael 2024 **18.05** ★★★ Ścieżki życia – dramat W. Bryt. 2024 **20.00** ★★★ The Pickup – kom. sens. USA 2025 **21.35** ★★★★ Bez wyjścia – thriller Korea Pd. 2025 **23.50** ★★★★ Amrum – dramat Niemcy 2025

Polsat 2

6.30 Sekrety rodziny **7.30** Z klimatem i z pasją **8.00** Sekrety rodziny **9.00** Trudne sprawy: Nastolatka pada ofiarą fałszywej przyjaciółki / Domek z kart / Sara dowiaduje się, że w przeszłości jej mąż „kupił" ich związek **14.00** Sekrety rodziny **15.05** Więzienie kobiet **17.00** Nasz nowy dom **18.15** Awantura o kasę **20.30** ★★★ Plan ucieczki 2 – film sens. USA/Chiny/W. Bryt. 2018 **22.30** ★★ Legion – horror USA 2010 **0.30** Komisarz mama (11)

TVP Seriale

5.50 Czarne chmury (1-3) **9.00** Ogniem i mieczem (2, 3) **11.05** Czterej pancerni i pies (9, 10) **13.30** Ojciec Mateusz (413, 414) **15.20** Komisarz Alex (318): Polowanie **16.20** Ranczo (5): Wieść gminna **17.25** Czterej pancerni i pies (11, 12) **19.45** Ojciec Mateusz (415-417) **22.35** Ranczo (6, 7) **0.35** Rodzinka.pl (311, 312) **1.45** Korona królów. Jagiellonowie (23, 24) **2.45** Krucjata. Prawo serii (1) **3.45** Londyńczycy (9) **4.35** Dom pod Dwoma Orłami (4)

AXN

5.05 Rekrut: Feds (4) **6.30** Angry Birds – film anim. Finlandia/USA-/W. Bryt./Australia/Kan./Słowacja 2016 **8.10** Walker: Strażnik Teksasu (11, 12) **10.05** Rekrut (8-12) **15.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1-5) **20.00** ★★★ Uprowadzona III – film sens. USA/Hiszp./Fr. 2014 **22.20** ★★★★ Iluzja – thriller USA/Fr. 2013 **0.25** ★★ Hostel III – horror USA 2011 **2.20** ★★★ Zabójca – film sens. USA/Kan. 2007 **4.25** Agenci NCIS: Hawaje (20)

13 Ulica

6.00 Balthazar (1) **6.55** ★★★ Zabójstwo w posiadłości – dramat Fr. 2020 **8.55** Mentalista (15-22, 1-2) **18.05** Niewidomy detektyw (11) – serial krym. Austria/Niemcy **20.00** ★★★ Morderstwo w Dinard – film krym. Fr./Belg. 2023, reż. Bruno Garcia, wyk. Pauline Bression **22.00** ★★★ Morderstwo w górnej Prowansji – dramat Fr. 2021, reż. Olivier Langlois, wyk. Fred Testot **0.00** ★★★ Morderstwo w Guilvinec – film krym. Fr. 2024, reż. Jean-Marc Thérin

FX

5.00 Agenci NCIS: Sydney (17-19) **7.55** CSI: Kryminalne zagadki Miami (24, 1) **9.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) **11.55** Z Archiwum X (3, 4) **13.55** The Hunting Party (5) **14.55** ★★★ Niesamowity Spider-Man 2 – film sf USA 2014 **17.55** ★★★ Pojutrze – film katastrof. USA 2004 **20.30** ★★★ Uprowadzona II – film sens. Fr. 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson **22.20** ★★★★ Bez twarzy – film sens. USA 1997, reż. John Woo, wyk. John Travolta

BBC First

5.15 Ojciec Brown (7-9) **7.40** Detektyw z Chelsea (3) **8.40** Śmierć z dala od palm (3) **9.50** Sanditon (5, 6) **11.55** Duchy (2-4) **13.40** Morderstwa w Midsomer (1-4) **17.50** Z pamiętnika położnej (7) **18.55** Detektyw z Chelsea (3) **19.55** Śmierć pod palmami (2) **21.00** W cieniu podejrzeń (3) **22.00** Line of Duty – Wydział wewnętrzny (5, 1) **0.25** Annika (3) **1.25** W cieniu podejrzeń (3) **2.25** Morderstwa w Midsomer (1, 2) **4.20** Śmierć pod palmami (2)

Eurosport 1

7.00 Snooker: China Open: Finał – 2. sesja **11.00** Kolarstwo: Vuelta a España: **12.00** Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets w Górnej Sabaudii: Zjazd **12.45** (L) Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets w Górnej Sabaudii: Olimpijski cross-country **14.45** (L) Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 2. etap **18.00** Kolarstwo: Renewi Tour: UCI World Tour – 5. etap **21.00** Jeździectwo: MŚ w Akwizgranie: Konkurs skoków przez przeszkody

Eurosport 2

8.00 Kolarstwo: Vuelta a España **9.00** Jeździectwo: MŚ w Akwizgranie **12.00** Podsumowanie MŚ Formuły E **13.00** (L) Motocross: MŚ w Arnhem **15.00** (L) Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **17.00** (L) Motocross: MŚ w Arnhem **18.00** (L) Golf: PGA Tour – BMW Championship **0.00** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 2. etap **1.30** Wyścigi samochodowe – Formuła E: e-Prix Dżuddy: 1. wyścig; 2. wyścig **3.00** Kolarstwo: Vuelta a España

Polsat Sport 1

8.30 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Węgry – Polska **11.00** Cafe Futbol **12.30** Siatkówka: ME kobiet **14.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Francja – Chorwacja **17.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **18.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Czechy – Serbia **21.00** Siatkówka: ME kobiet

TVP Sport

DVB T

8.05 Piłka nożna: Bruk-Bet Termalica Nieciecza – Polonia Warszawa **10.15** Puchar Polski Strongman w Szczytnie **11.15** Lekkoatletyka: ME w Birmingham **13.35** (L) Lekkoatletyka: Studio Memoriału K. Skolimowskiej **14.00** (L) Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał K. Skolimowskiej na Śląsku **18.30** Reportaż **18.55** (L) Piłka nożna: ŁKS Łódź – FKS Stal Mielec **21.00** Sportowy wieczór **21.30** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał K. Skolimowskiej

Canal+ Sport

8.20 Liga+ **9.30** Wysoki pressing – magazyn **11.00** Klich. Poza schematem **11.45** Piłka nożna: RCD Espanyol – Real Madryt; Valencia CF – RC Celta **16.10** Premier League: The Big Interview **16.45** (L) Żużel: Gezet Stal Gorzów – PRES Grupa Deweloperska Toruń; FOGO Unia Leszno – Stelmet Falubaz Zielona Góra **21.30** Magazyn PGE Ekstraliga **23.00** Sport+ **0.15** Klich. Poza schematem **1.00** Piłka nożna: Pogoń Szczecin – Wisła Kraków

Canal+ Sport 5

7.00 Piłka nożna: RCD Espanyol – Real Madryt **9.30** Wysoki pressing **11.15** Champions Pack: Kwalifikacje – play-off – 1. mecze **12.30** (L) Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **17.30** Premier League: The Big Interview **18.15** Wysoki pressing **20.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Atlético Madryt – Villarreal CF **22.30** Klich. Poza schematem **23.15** Magazyn PGE Ekstraliga **1.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Wisła Płock

Eleven Sports 1

9.00 Ligue 1 Show **9.40** Wyścigi samochodowe – GP Holandii **10.35** (L) Wyścigi samochodowe – GP Holandii: **11.40** Formuła 1: GP Holandii **12.55** (L) Formuła 1: GP Holandii **13.30** Studio GP Holandii **14.55** (L) Formuła 1: GP Holandii **17.00** Studio GP Holandii **18.00** Studio Serie A Enilive **18.25** (L) Piłka nożna: Serie A Enilive: Frosinone Calcio – Juventus FC **20.25** Studio Serie A Enilive **20.40** (L) Piłka nożna: Serie A Enilive: Torino FC – AC Milan

Polsat Sport 3

8.30 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdż., Czechach, Szwecji i Turcji **11.00** Piłka nożna: Puchar Włoch **13.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **14.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Łotwa – Niemcy **17.00** Atleci **17.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Słowenia – Turcja **20.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **10.45** Kawa na ławę **11.55** Loża prasowa **12.50** Ewa Ewart poleca – dokument w TVN24 **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **15.45** Kadr na kino **16.00** Fakty po południu **18.00** Serwis informacyjny, pogoda **18.35** Ranking Mazura **19.10** Serwis informacyjny **19.25** Fakty po Faktach **20.00** Serwis informacyjny, pogoda **20.30** Kawa na ławę **21.30** Serwis informacyjny, pogoda **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.00** Fakty po Faktach

Polsat News

9.00 Msza święta ze Świątyni Opatrzności Bożej **9.55** Śniadanie Rymanowskiego **11.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** W rytmie dnia **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.40** Śniadanie Rymanowskiego **20.45** Pogoda **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne

TVP Info

DVB T

8.38 Info Senior **9.00** Serwis Info **9.05** Info Poranek **9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info **13.00** Jan Paweł II – dzisiaj **13.23** Serwis info **14.30** Reporterzy extra **15.00** Serwis info **16.00** Dzień w godzinę **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Sprawdzamy **18.00** Panorama **18.20** Teleplotki **18.30** Portfel Kowalskiego **19.00** Serwis info **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.15** Raport specjalny **21.01** Serwis info

TVP 3

DVB T

9.00 Transmisja mszy świętej **9.25** Rok w ogrodzie **9.55** Lato na ROD'os **10.30** Tydzień **11.00** Msza święta na Jasnej Górze **11.55** Całkiem niezła historia **12.20** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.55** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **19.25** (L) Piłka nożna: Bełcic 2. Liga: 5.kolejka: GKS Tychy – Śląsk II Wrocław **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia

TVP Rozrywka

8.50 Program rozrywkowy **9.00** Kiedyś to było **9.30** Koło fortuny **10.10** Tańcząca ze światem **10.45** Szansa na sukces. Opole 2026 **11.50** Postaw na milion **13.40** Prywatne życie zwierząt **14.15** Przyrodnik na tropie **14.45** Olga Lipińska zaprasza **15.40** Moje przeboje **16.20** Omnibus – szybcy i mądrzy **18.00** Koło fortuny **18.40** Szansa na sukces. Opole 2026 **19.45** Taka to robota, czyli kabaretowy przegląd zawodów **20.50** The Best of Kabaret Moralnego Niepokoju

Planete+

8.10 Niezwykłe podróże koleją **10.20** Planeta Kalifornia **11.25** Patagonia. Życie na krańcu świata **12.20** Najpiękniejsze rzeki świata **13.20** Wytwórz i wyślij **14.30** Orzeł przedni. Władca przestworzy **15.50** Orłosęp. W obronie ginącego gatunku **16.55** „Wojna światów". Jak powstało science-fiction **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Polska z góry. Zamki, dworki, pałace **19.45** Scorsese znaczy kino **20.50** Keynes kontra kryzysy **22.00** Berlusconi. Początki imperium

BBC Earth

8.55 W okowach mrozu **10.00** Życie na pustkowiu: powroty **11.00** Sekretne życie ogrodu **12.05** W okowach mrozu **13.05** Michael Mosley: lekarz, który zmienił Wielką Brytanię **13.45** Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia **16.45** Życie na pustkowiu **18.40** Potęga ssaków: kulisy **19.45** Najwspanialsze rzeki świata **20.50** Sekretne życie ogrodu **22.00** W okowach mrozu: Odwilż **22.55** Planeta zmian **0.00** Największe zagadki nauki

Discovery Channel

8.00 Rolnicy w akcji **9.00** Złomowisko PL (1) **11.00** Poza cywilizacją **12.00** Bracia Collins biorą się do roboty **13.00** Ciężarówką przez Route 66 **14.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **15.00** Złoto drwali **16.00** Zawodowcy **17.00** Nic do zgłoszenia (1) **18.00** Celnicy na straży Szwecji **19.00** Awantura o furę **20.00** Akta ekspedycji **21.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **22.00** W oku cyklonu **23.00** Awantura o furę

TVN Turbo

8.20 Duda kontra Szafrański **9.05** Raport końcowy **9.30** Jeździć, obserwować **10.15** Z drugiej ręki **11.45** Naprawy nie do naprawy **12.30** Wojny samochodowe **14.30** Zawodowi handlarze **15.15** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **16.15** Moto Fachury **17.00** Moto kombat **17.45** Raport końcowy **18.10** Zawodowi handlarze **19.40** Naprawy nie do naprawy **21.55** Wojny samochodowe **22.55** Z drugiej ręki **23.40** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia

TVN Style

5.55 Pary młode ponad miarę **6.50** Zgłoś remont **7.45** Dzień dobry wakacje **11.30** Ostre cięcie **12.35** Babski biznes **13.35** Jestem z Polski **16.35** Bitwa o gości **17.35** Do zobaczenia – cykl reportaży Polska 2025 **18.10** Ugotowani **19.10** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Cuda wianki", Kraków / Świerklany – Karczma Stodoła **21.05** Ostre cięcie **22.10** Śmierć Diany: dwa śledztwa **23.10** EuroPOLKI studentki **0.15** Kobieta na krańcu świata

Romance TV

8.20 Górski lekarz (68, 69) **12.00** ★★★ Rosamunde Pilcher: Złamane serce – film Niemcy/Austria 2010 **13.55** Zabójcze tropiki (13, 14) **16.15** ★★★ Zabójstwo nad Morzem Wattowym – kom. Niemcy 2023 **18.05** ★★ Lato w Kapsztadzie – film obyczaj. Niemcy 2010 **20.00** ★★ Lato na Islandii – film obyczaj. Niemcy 2014 **21.55** ★★★ Lato w Chorwacji – romans Niemcy/Austria 2012 **23.50** Przyjaźń to coś więcej **1.45** ★★ Lato na Islandii – film obyczaj. Niemcy 2014

TVN Fabuła

6.00 Szkoła filmowa – talk show **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.40** Lekarze (1-4) **10.35** ★★★★ Koniec wakacji – film Polska 1975 **12.35** ★★★ Znów mam 17 lat – kom. USA 2009 **14.45** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. USA 2007 **17.00** ★★★★ Harry Potter i Insygnia Śmierci: część I – film W. Bryt./USA 2010 **20.00** ★★★★ Harry Potter i Insygnia Śmierci: część II – film W. Bryt./USA 2011 **22.45** ★★★★ Johnny – film biograficzny Polska 2022

AMC

6.30 W obiektywie **6.55** ★★ Wymarzony facet – kom. USA 2002 **8.55** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **10.55** ★★★ Policyjna opowieść 3 – film Hongk. 1992 **12.55** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **15.45** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. USA 1989 **17.55** ★★★ Lara Croft: Tomb Raider – film przygod. USA/W. Bryt./Jap./Niemcy 2001 **20.00** ★★★ Facet pełen uroku – kom. USA/Kan. 2007 **22.00** ★ Podwodna bestia – film USA 2011

TTV

DVB T

8.45 Nic do zgłoszenia **9.45** Express **10.05** 99 – Gra o wszystko **11.10** Zakup w ciemno **13.10** Zakup w ciemno Extra **13.40** Damy i wieśniaczki. PL **14.40** Gogglebox. Przed telewizorem **15.45** Express **16.05** Lato z TTV **16.10** Idź na całość **17.15** Życie na kredycie **17.45** Express **18.05** Sport **18.10** Życie na kredycie **18.45** Żony Podlasia **19.45** Express **20.00** Zakup w ciemno **21.00** Gogglebox. Przed telewizorem **22.00** Żony Podlasia **23.00** Nic do zgłoszenia

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (55) **7.00** Rolnicy. Podlasie **9.00** Działkowcy (2,3) **11.00** Z klimatem i z pasją **11.30** Wojny magazynowe **14.00** Gwiazdy lombardu: Zastaw z „Tell It To My Heart" **15.00** Przygody poszukiwaczy złota (1) **17.00** Rolnicy. Podlasie **21.00** Podróże Gienka i Jastrzębia **22.00** Putin i oligarchowie. Obława – film dok. W. Bryt. 2023 **23.00** Pogromcy mafii **0.00** Największe śledztwa CBŚP

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.30** Interwencja – taka jest Polska – magazyn Polska 2026 **8.20** Frieren. U kresu drogi **9.30** Dragon Ball Super **14.00** Kabaretowa Dynastia **16.00** Nowa rewia kabaretowa **18.00** Sopocki Hit Kabaretowy 2017 – Życie jest piękne **20.00** Nowa rewia kabaretowa **21.00** Zdrady (108-111) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Sala operacyjna **5.00** Pod lupą

National Geographic

8.20 Ekstremalne katastrofy **10.30** Prosto z fabryki **11.00** Porzucone konstrukcje **12.00** Stacja Amsterdam **13.00** W królestwie lwa **14.50** Śladami tajemnic: Ziemia Święta **16.00** Grecja: miejsce pełne tajemnic **17.00** Wojna widziana z powietrza **19.00** Sekrety starożytnej medycyny: Lecznice mumie, król trucizn, łaźnie Majów **20.00** CIA: tajemnice i szpiedzy **21.00** Katastrofy pod lupą: Etapy katastrofy **22.00** Katastrofa w przestworzach

Nat Geo Wild

8.00 W świecie szympansów **9.00** Tygrysia królowa z Taru **10.00** Niezwykły dr Pol **11.00** Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **12.00** Weterynarze z Nebraski **13.00** Sekrety śródziemnomorskiej przyrody **14.00** Szkoła młodych pand **15.00** Mali giganci **16.00** Parki narodowe Stanów Zjednoczonych **17.00** Królowe świata zwierząt **18.00** Oko w oko z dziką naturą **19.00** Wyzwania natury **20.00** Europa z powietrza **21.00** Drapieżnik kontra ofiara **22.00** Dzika przyroda Europy

Metro

6.05 Gorączka złota **7.55** Klan z Alaski **9.55** The Floor **11.20** ★★★ Córka prezydenta – kom. rom. USA/W. Bryt./Czechy/Wł. 2004 **13.30** Diagnoza (6, 7) **15.35** Kryminalni (11, 10, 6) **18.55** Milionerzy **20.00** Yellowstone (9, 10) **22.05** ★★★ Seks w wielkim mieście – kom. rom. USA 2008, reż. Michael Patrick King, wyk. Sarah Jessica Parker **0.55** Szpital (835) **1.55** Formuła E: ePrix Londynu – podsumowanie **3.00** Nowa Maja w ogrodzie

TVP Historia

DVB T

8.50 Przyłbice i kaptury (2) **9.55** Jerozolima. Jak budowano święte miasto **10.55** Odkryć tajemnicę **11.50** Wszystkie kolory świata **12.55** Najwspanialsze góry Afryki **13.55** Flesz historii **14.20** ★★★ Złoto dezerterów – kom. Polska 1998 **16.30** Zagadka egipskich hieroglifów i bracia Champollion **17.30** Ex libris **17.55** Sława i chwała (2) **19.00** Nieznana wojna na Północy **20.00** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa **21.05** ★★★ Zemsta – kom. Polska 2002 (s.15)

TVP Dokument

DVB T

9.20 Plaża i jej mieszkańcy **10.15** Cuda światowego transportu **11.15** Podróżnicy – odkrywcy **12.20** Korona Gór Polski **12.50** Podróże Małej i Dużej **13.25** Tacy byliśmy **13.55** Lis, który uratował wyspę **14.55** Dzika Argentyna **15.55** W głąb wszechświata: zagadki kosmosu **16.55** Ukryte oblicze **17.50** Sanatorium miłości **18.50** Niezapomniana Jacqueline du Pre **20.00** Siedem zim w Teheranie (s.15) **21.55** Gwiazdy przedwojennego kina albo film dźwiękowy w II RP

Zoom TV

6.00 Kojak (17, 18) **8.00** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.45** Sensacje XX w. **13.55** Stawka większa niż życie (7, 8) **16.25** Jaś Fasola (7-9) **18.10** I love kabaret Extra **19.00** Kabaretowe przeboje **20.00** Hity polskiego kabaretu **21.00** ★★★★ Nie lubię poniedziałku – kom. Polska 1971, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Jerzy Turek **23.05** Magia nagości. Polska – program rozrywkowy Polska 2021

TLC

7.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **8.00** Sześć razy córka **9.00** Kiedy dzieci mają dzieci **10.00** Wiza na miłość: Romans na Karaibach **11.00** Miłość za granicą **12.00** Wielkie lato małych ludzi **13.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **14.00** Jay i Pamela **15.00** Włoskie zdrady **16.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Wielkie lato małych ludzi **21.00** Wiza na miłość **23.00** Ciało, w którym żyję **0.00** Dr Pryszczylla: Morze guzków

TVS

5.00 Telesprzedaż **7.05** Pogoda **7.15** Klachy i Lachy **8.05** Przy muzyce po śląsku **8.35** Muzyczne dzień dobry **9.35** Przy muzyce po śląsku **10.50** Klachy i Lachy **11.25** Muzyczne podróże Karoliny Treli **12.20** Hansi Hinterseer zaprasza **14.30** Śląska karuzela **16.00** Koncert życzeń **17.50** Szlagierowa lista **19.45** Koncert w TVS **21.50** ★★★ Rosamunde Pilcher – Zaufanie jest dobre – film obyczaj. Niemcy 2014 **23.35** Śląska karuzela **1.20** Program kulinarny

WP

DVB T

7.00 Morderstwa w Midsomer (3) **8.55** Pogoda **9.00** ★★★ Miłość wśród winorośli – kom. rom. USA/Australia 2023, **10.50** Pogoda **11.00** Pogromca tajemnic – serial dok. USA 2023 **12.00** Sekrety tajnych stowarzyszeń – serial dok. Kan. 2022 **13.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **15.00** Strażacy z sąsiedztwa **16.00** Policjanci w akcji **16.55** Pogoda **17.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** 1, 2, 3... Kabaret!

Tesla

Portret ekscentrycznego wynalazcy

TVP KULTURA 20:00 ★★★

Długoletnia rywalizacja między błyskotliwymi i ekscentrycznymi wynalazcami Nikolą Teslą i Thomasem Edisonem jest jedną z najgorętszych w historii. Ich skomplikowana relacja jest przedmiotem filmu Michaela Almereyda, w którym Ethan Hawke gra rolę tytułową u boku Kyle'a MacLachlana w roli Edisona.

Lot

Ocalił blisko setkę pasażerów, lecz czy zdoła ocalić samego siebie?

STOPKLATKA 20:00 ★★★★

Pilot William Whitaker (Denzel Washington) mimo awarii maszyny bezpiecznie ląduje, ratując życie 96 osób. Zostaje okrzyknięty bohaterem, ale wkrótce zaczyna grozić mu więzienie, bo okazuje się, że znajdował się pod wpływem substancji odurzających.

2026 rokiem Andrzeja Wajdy – Zemsta

Komedia Aleksandra Fredry przeniesiona na ekran przez Andrzeja Wajdę

TVP HISTORIA 21:05 ★★★

Polska XVIII wieku. W zamku mieszkają po sąsiedzku szlachcice Cześnik Raptusiewicz i Rejent Milczek. Wychowanica Cześnika Klara i Wacław, syn Rejenta, są zakochani i chcą się pobrać, ale nie mają ich zgody. Znajdują sojusznika.

Kaganiec

Oficer na tropie bandytów, którzy zabili psa

TVN 22:10 ★★★

Oficer LAPD K-9 Jake Rosser (Aaron Eckhart) i jego partner z K-9 Ace walczą na ulicach Los Angeles. Wdają się w strzelaninę z lokalnymi handlarzami, w wyniku której Ace zostaje zastrzelony. W chwili kryzysu opuszcza policję. Jake postanawia zbuntować się i współpracuje z „Socks", brutalnym K-9 z tytanowymi siekaczami i tajemniczą przeszłością.

Siedem zim w Teheranie

Ten dokument nie powstałby, gdyby nie odwaga wielu Irańczyków

TVP DOKUMENT 20:00

Teheran, 2007 rok. 19-letnia Reyhaneh Jabbari, dekoratorka wnętrz, ma spotkanie z klientem, który próbuje ją zgwałcić. W obronie dźga go nożem, za co zostaje aresztowana i skazana na śmierć. Dokumentujący obronę film ukazuje jej losy, które stają się symbolem oporu i walki o prawa kobiet.

Człowiek z blizną: historia Ala Capone

Świetny dokument z wyjątkowymi kadrami i ujęciami z XX wieku

TVP KULTURA 22:45

Opowieść o najsłynniejszym gangsterze – Alphonse'ie Gabrielu Capone. Urodzony w Brooklynie, w 1919 roku przeniósł się do Chicago, by budować kryminalną karierę. Przez długi czas Capone wydawał się całkowicie nietykalny dla prawa, aż do pewnej fatalnej nocy w 1929 roku.

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB T

07 zgłoś się

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Studio Raban **8.00** Serwis Info **8.15** Noce i dnie (2): Piotruś i Teresa **9.20** Ranczo (116): Grzechy miłości **10.10** Komisarz Alex (299): Ostatni protest **11.00** Ojciec Mateusz (241): Remont **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Rok w ogrodzie extra **12.55** Małe wielkie podróże (1) – serial dok. W. Bryt. 2023 **14.00** Splątane losy (29)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1011) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Reporterzy – magazyn
18.25 Akacjowa 38 (940) – serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 07 zgłoś się (15): Skok śmierci – serial kryminalny Polska 1984
W kilku miejscowościach w Polsce dokonywane są napady na zamożnych ludzi, które pozornie nie mają ze sobą nic wspólnego. Ślad prowadzi do cyrku. Śledztwo demaskuje powiązania wewnątrz trupy cyrkowców.
21.50 Złodziejski kodeks
★★★ – film sensacyjny (s.18) USA/Niemcy 2009
Reż. Mimi Leder, wyk. Morgan Freeman, Antonio Banderas, Radha Mitchell
23.45 Marlon Brando – tahitańska ułuda – film dok. Francja 2024

TVP 2

DVB T

Va banque

5.30 M jak miłość (1822) **6.25** Rodzina (nie od) święta **6.55** Barwy szczęścia (3381) **7.30** Pytanie na śniadanie – program inf.-publicyst. **11.30** Okrasa łamie przepisy (256): Wielkopolskie kluchy na łachu **12.00** Rodzinka.pl (81): Pytania egzystencjalne **12.35** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (178) **14.05** Va banque **14.35** Na sygnale (904): I kto teraz nie pasuje do obrazka

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (461) – telenowela Hiszpania
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (179) – serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3381, 3382) (odcinki powtórkowe)
20.35 Kulisy „M jak miłość”
20.45 M jak miłość (1933) (odcinek powtórkowy)
21.45 Na sygnale (903, 904): Co robisz, Janku? / I kto teraz nie pasuje do obrazka – serial obycz. Polska 2026
22.50 Matlock (7, 8): Brzuch bestii / Nie ma potworów – serial krym. USA 2024
0.30 Karol, władca Hiszpanii (24) – serial kostiumowy Hiszpania 2015
1.25 W cieniu śmierci (7): Korzenie – serial krym. Finlandia/Niemcy 2018
2.20 Rodziny się nie wybiera
★★★ – komedia Francja 2018
Reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Line Renaud, Laurence Arné
4.35 Na dobre i na złe

Polsat

DVB T

Bez litości

6.00 Nowy dzień – magazyn inf. **9.15** Malanowski i Partnerzy (403, 405): W czterech ścianach / Ojciec nieznany **10.20** Trudne sprawy (964) **11.20** Dlaczego ja? (1564, 1565): Wyimaginowane życie / Od przybytku głowa nie boli **13.25** Gliniarze (934): Urodzinowy prezent **14.50** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Łotwa

17.40 Gliniarze (1133) – serial fab.-dok. Polska 2025
Żona Krystiana po potrąceniu trafia w ciężkim stanie do szpitala. Wszystko wskazuje na to, że było to celowe działanie. Krystian zostaje odsunięty od śledztwa, a Olgierd i Roksana szukają sprawcy.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
20.00 Bez litości
★★★★ – film sensac. USA 2014
Reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Marton Csokas
Robert McCall był agentem amerykańskiego wywiadu. Pewnego dnia jego przyjaciółka zostaje pobita przez rosyjskich gangsterów. McCall postanawia wymierzyć sprawiedliwość i zabija członków gangu.
22.50 Szklana pułapka
★★★★ – film akcji USA 1988
Reż. John McTiernan, wyk. Bruce Willis
1.45 Wodny świat
★★★ – film sf USA 1995
Reż. Kevin Reynolds

TVN

DVB T

Polowanie na druhny

5.55 Ukryta prawda (1739) **6.50** Kuchenne rewolucje: Mielec, Restauracja „Vis a Vis” **7.45** Dzień dobry wakacje **11.20** Doradca smaku **11.25** Kuchenne rewolucje: Wisła **12.30** Top of the Top Sopot Festival **12.35** Kuchenne rewolucje: Bistro „Galancie”, Łódź **13.40** Ukryta prawda (1539) **14.40** Top of the Top Sopot Festival **14.45** Ukryta prawda (1540, 1591)

16.45 Top of the Top Sopot Festival – relacja
16.50 Szpital św. Anny (96) – serial obycz. Polska 2026
Znany śląski profesor oraz Łukasz Wroński zajmują się pacjentem, u którego po założeniu pompy wspomagającej serce wytworzyła się skrzeplina. Po operacji zbiera się konsylium.
17.55 Detektywi (267) – serial fab.-dokumentalny Polska 2025
18.55 Top of the Top Sopot Festival – relacja
19.00 Fakty
19.35 Top of the Top Sopot Festival – relacja (s.2)
23.25 Polowanie na druhny
★★★ – komedia romantyczna USA 2005
Reż. David Dobkin, wyk. Owen Wilson, Vince Vaughn, Christopher Walken
John i Jeremy wpraszają się na przyjęcia weselne, by uwodzić kobiety. Gdy Jeremy dowiaduje się, że córka ministra skarbu ma wyjść za mąż, obaj mężczyźni ruszają do akcji.
1.50 Co za tydzień – magazyn

TVN 7

DVB T

Sędzia Anna Maria Wesołowska

6.50 Szkoła (396, 397) **8.45** Ukryta prawda (1369, 1507, 1508) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (634-636) **13.55** Kryminalni (10) **15.00** Szpital (844, 845) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (538) **18.00** SOS. Ekipy w akcji (49) **19.00** Młode gliny (6) **20.00** ★★★★ Karol – papież, który pozostał człowiekiem (1/2) – film biograf. Wł./Polska/Kan. 2006, reż. Giacomo Battiato, wyk. Piotr Adamczyk **22.05** Bez kompleksów (8) **23.05** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills II – kom. sens. USA 1987, reż. Tony Scott, wyk. Eddie Murphy **1.10** ★★ After IV: Bez siebie nie przetrwamy – melodr.USA 2022 **4.15** Fachowcy (13) **5.20** Ten moment (27)

TV Puls

DVB T

6.00 Policjanci z Miami (13, 14) **8.00** Kobra – oddział specjalny (11, 12) **10.00** Zaklinaczka duchów (75) **11.00** Kotka (14) **12.00** Nie igraj z aniołem (145) **13.00** Wspaniałe stulecie (79) **14.00** Kurierzy (64) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (605, 606) **17.00** Kurierzy (65) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1004, 1005) **20.00** ★★ Ocalić córkę – film sens. USA 2023 **21.55** ★★★ Krwawa zemsta – film akcji W. Bryt. 2019 **23.45** ★★ Zderzenie – thriller Francja 2013 **2.00** Dzielnica strachu (458)

Puls 2

DVB T

7.00 Seriale animowane dla dzieci **13.00** Smerfy (33, 32) **14.00** Baranek Shaun (11-13) **14.35** My Little Pony: Przyjaźń to magia (21) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (6, 7) **16.00** Fineasz i Ferb (29, 30) **17.00** Smerfy (34, 35) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (25, 26) **19.00** Kącze opowieści (37, 38) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (992) **21.00** Dzielnica strachu (469, 470) **23.00** Wstydliwe choroby (1, 2) **1.00** Dzielnica strachu (468) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (10, 248)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Szlakiem miejsc niezwykłych – pomniki historii **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Blondynka (65, 66) **13.50** Pięknie przyprawiONA **14.10** Kulturalni **15.00** Serwis Info **15.10** Kiedyś to było **15.40** Café Fogg **16.00** Zaraz wracam (126) **16.30** Barwy szczęścia (3364) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Słownik polsko@polski **18.45** Panorama **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Wojenne dziewczyny (2) **21.15** Hrabina Cosel (1) **22.10** Wodecki Twist – Tylko w kinie **23.05** Niezwykłe miejsca **23.15** Panorama **23.45** Gabi Drzewiecka zaprasza

TV Trwam

DVB T

10.15 Rozmowy niedokończone **11.20** Stan bezpieczeństwa państwa **11.30** Warto być ojcem **11.45** Muzyczne chwile **12.20** Polskie ślady w Ziemi Świętej **13.10** Albertynki **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Wykłady z kongresu „Katolicy a cielesność” **15.00** Powstańczym śladem **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów **17.00** Świadkowie **17.30** Moja parafia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Poznajemy Polskę **19.45** Modlitwa z tel. udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **22.30** ★★ Gość oczekiwany – dramat Polska 2024

TVP Kultura

DVB T

8.35 Dede nie żyje **8.40** Uśmiech – film anim. **9.00** Gruby (2, 3) **10.15** ★★★★ Krwawe gody – melodr. Hiszp./Fr. 1981 **11.40** Julie Mehretu: Palimpsest **12.45** Kosmos 1999 (23) **13.50** ★★★★ Gangsterzy i filantropi – komedia Polska 1962 **15.25** ★★★ Dziewczyna szuka miłości – film obyczaj. Polska 1938 **17.00** Gruby (4, 5) **18.10** Dźwięk Nowego Jorku **18.55** Rawhide (44) **20.00** ★★★ Żegnaj, przyjacielu – film sens. Fr./Wł. 1968, reż. Jean Herman, wyk. Alain Delon **22.05** ★★★★ Wybuch – thriller USA 1981, reż. Brian De Palma, wyk. John Travolta **0.05** Muzyka w zabytkach **1.05** Kulturalni **2.00** ★★★ Niepamięć – komediodramat Grecja/Polska/Słowenia/Australia 2020

Super Polsat

DVB T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (59) **7.00** Na ratunek 112 (775, 776) **8.00** Doktor Martin (41, 42) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (25, 26) **11.35** Świat według Kiepskich (376-379) **13.35** Bitwa o palety (12) **14.35** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (10) **16.30** Ninja Warrior Polska (40) **18.25** Świat według Kiepskich (478-479, 564) **20.00** Złomiarze (31) **21.00** ★★★ Spadaj, tato – komedia USA 2012, reż. Sean Anders, wyk. Adam Sandler, Andy Samberg, Susan Sarandon **23.30** ★★★★ Déjà vu – thriller USA/Wielka Brytania 2006, reż. Tony Scott, wyk. Denzel Washington, Val Kilmer **2.00** Świat według Kiepskich (434-437) **4.05** Nasz nowy dom (259, 260)

TV 6

DVB T

6.00 Więzienie (130, 131) **6.55** Policjantki i policjanci (771, 772) **8.55** Kobra – oddział specjalny (90, 91) **10.55** 48h. Zaginieni (241-243) **13.55** Policjantki i policjanci (1231) **14.55** Uroczysko (107, 108) **15.55** Kobra – oddział specjalny (92, 93): Do samego końca / Morderstwo doskonałe – serial sens. Niemcy 2002 **18.05** Strażnik Teksasu (23, 24): Śmiertelne spotkanie / Skradziona kołysanka – serial sens. USA1994 **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (105, 106): Przedwczesny osąd / Tam jej nie ma – serial krym. USA/Kan. 2009 **22.00** Czarna lista (104) – serial krym. USA 2013 **23.05** Łowca pedofilów (209-211) **1.10** Więzienie (160, 159, 161-163) **3.35** Septagon (51)

TV 4

DVB T

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (21, 22) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (118) **8.55** Policjantki i policjanci (572, 573) **10.55** Na ratunek 112 (1170, 1171) **11.55** Policjantki i policjanci (13, 14) **13.55** Trudne sprawy (851-853) **16.55** Policjantki i policjanci (1430) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (548) **19.00** Policjantki i policjanci (1431) **20.00** Uroczysko (253, 254) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (153) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1036) **23.10** ★★★ Człowiek z Rzymu – thriller Hiszp./Kolum./USA/Wł. 2022, reż. Sergio Dow, wyk. Richard Armitage, Franco Nero, Fionnula Flanagan **1.50** Love Island. Wyspa miłości (1) **3.20** SuperLudzie (19-22)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Ultima Thule – dramat Polska 2023 **8.50** The Office PL (7, 8): Wykład / Furgonetka **10.00** Bestia (3, 4) **12.05** Vera (2) – serial krym. W. Bryt. 2025 **14.05** ★★★ Klub wtorkowy – kom. Szwecja 2022 **16.10** ★★★ Pod księżycem Karoliny – thriller USA/Niemcy/Kan. 2007 **18.15** Karen Pirie (1) – serial krym. W. Bryt. 2022 **20.10** ★★★★ Trzy dni Kondora – film sens. USA 1975, reż. Sydney Pollack, wyk. Robert Redford, Faye Dunaway **22.30** Prosta sprawa (3, 4)

Kino Polska

7.20 Przygody Myszki **7.40** Reksio **8.00** Miś Kudłatek **8.25** Bolek i Lolek **8.55** Do przerwy 0:1 (6, 7) **10.05** Wracając do Marka **11.05** ★★★★ Noce i dnie (1) – dramat Polska 1975 **15.05** ★★★★ Rozmowy kontrolowane – kom. Polska 1991 **17.30** Pogranicze w ogniu (1, 2) **20.00** ★★★ Orzeł. Ostatni patrol – dramat Polska 2022, reż. Jacek Bławut, wyk. Tomasz Ziętek, Adam Woronowicz **22.10** ★★★★ Kamienie na szaniec – dramat Polska 2014

Polsat Film

7.05 Górale **7.30** Doktor Martin (67) **8.30** Przyjaciółki (197, 198) **10.25** Świat według Kiepskich (54-55, 145-146, 230, 49-50) **14.05** ★ Kevin sam w domu – po raz czwarty – kom. USA 2002 **15.55** ★★★ Szybcy i wściekli 8 – film sens. USA 2017 **18.45** ★★★ Pomiędzy nami góry – dramat USA 2017 **21.00** ★★★★ Gdzie śpiewają raki – thriller USA 2022, reż. Olivia Newman, wyk. Daisy Edgar-Jones **23.40** ★★★ Błękitna głębia – film sens. USA 2005

Stopklatka

DVB T

6.00 Kabaretowe hity **6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **7.55** Robert Makłowicz **9.45** Zagadki kryminalne panny Fisher (5) **10.55** Górski lekarz (15, 16) **12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (6) **14.00** Hudson i Rex (11) **15.00** Zajazd. Będzie się działo **17.00** Katastrofy w przestworzach **20.00** ★★ Kodeks zabójcy – film sens. USA 2018, reż. David A. Armstrong, wyk. Justin Chatwin, Peter Stormare **22.00** Ekstradycja (1, 2) (s.18) **0.05** Bez litości (5, 6)

Canal+ Premium

8.10 Ocean, nasz dom **9.45** ★★★ Larp. Miłość, trolle i inne questy – kom. Polska 2025 **11.15** ★★★ Kiedy nadchodzi jesień – dramat Fr. 2024 **12.55** ★★★ Dalej jazda! 2 – kom. Polska 2026 **14.35** Girl Climber. Wspinaczka **16.00** ★★ Saga „Zmierzch" – Księżyc w nowiu – dramat USA 2009 **18.15** ★★★ Listy do Julii – kom. rom. USA 2010 **20.00** Niewypowiedziana wojna (2) **20.50** ★★★ Lwica – film sens. W. Bryt. 2025 **22.25** ★★ Skażenie – horror USA/Fr. 2026

HBO

9.05 ★★ Z willi do celi – kom. Fr. 2024 **10.40** Księga życia – film anim. USA/Meksyk 2014 **12.15** ★★★★ Małe kobietki – melodramat USA 2019 **14.25** ★★ Saga Zmierzch: Przed świtem. Część I – film USA 2011 **16.20** ★★★ The Pickup – kom. USA 2025 **18.00** ★★★★ Birdman – dramat USA 2014 (s.3) **20.00** Latarnie (2) **21.00** Miniaturowa żona (10) **21.45** ★★★★ Mortal Kombat II – film sf USA 2026 **23.35** ★★★ Mrugnij dwa razy – thrill. USA 2024

Polsat 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (267-271) **17.00** 48 h. Zaginieni (221, 222) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (20): Dzieci w klatce – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze – serial fab.-dok. Polska 2024 **22.05** Rolnicy – tak się żyje u nas na wsi **23.00** Świat według Kiepskich (411, 412): Gorzkie gody / Badurka **0.00** Ślad (93) **1.00** Zdrady II

TVP Seriale

5.50 Rodzinka.pl (135) **6.20** Na sygnale (517, 518) **7.30** Ojciec Mateusz (67): Sonata **8.25** Komisarz Alex (56) **9.20** Rodzinka.pl (136) **9.55** Klan (1483, 1484) **10.45** Ranczo (4, 5) **12.35** Komisarz Alex (57) **13.35** Ojciec Mateusz (418, 419) **15.30** Komisarz Alex (58) **16.15** Na sygnale (519, 520) **17.30** Ranczo (6, 7) **19.35** Ojciec Mateusz (420, 68) **21.30** Ranczo (8, 9) **23.30** Ojciec Mateusz (421) **0.30** Glina. Nowy rozdział (6) **1.30** Londyńczycy (7, 8)

AXN

6.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (19) **7.20** Ostry dyżur (19, 20) **9.15** Castle (20, 21) **11.10** Rekrut (13, 14) **13.10** Dowody zbrodni (23, 1) **15.15** FBI (10, 11) **17.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16, 17) **19.10** Castle (22, 23) **21.05** FBI: International (19) **22.05** FBI: Most Wanted (22) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (16, 17) **0.45** Castle (22, 23) **2.40** FBI: International (19) **3.40** FBI: Most Wanted (22) **4.30** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (23)

13 Ulica

6.00 Balthazar (6) **6.55** ★★ 12 godzin strachu – thriller USA 2023 **8.50** ★★★ Zabójstwo w Arcachon – film Fr./Belg. 2019 **10.50** Mentalista (21-22, 1-2) **14.30** ★★★ Ona temu winna – thriller USA 2022 **16.25** ★★★ Morderstwo w Puy-En-Velay – film krym. Fr. 2024 **18.20** Mentalista (2-5) – serial krym. USA **22.00** Astrid i Raphaëlle (7, 8) – serial krym. Fr./Belg./Szwajc. **0.20** Niewidomy detektyw (11) **2.15** ★★★ Morderstwo w Puy-En-Velay – film Fr. 2024

FX

6.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (4) **7.00** Kości (18, 19) **9.00** SkyMed (2) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **13.45** Agenci NCIS (11, 12) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) **17.25** Z Archiwum X (4, 5) **19.15** Agenci NCIS: Sydney (20) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **22.00** The Hunting Party (6) **22.55** Z Archiwum X (5) **23.55** ★★★ Air Force One – film USA 1997

BBC First

5.15 Ojciec Brown (8) **6.00** Z pamiętnika położnej (7) **6.50** Ulica nadziei (2, 3) **8.45** Lewis (6) **9.40** My Life is Murder (7) **10.40** Śmierć pod palmami (2) **11.50** Z pamiętnika położnej (7) **12.55** Ulica nadziei (4, 5) **15.00** Ojciec Brown (10) **16.00** Lewis (6) **17.00** My Life is Murder (6) **18.00** Morderstwa w Midsomer (1) **19.55** Śmierć pod palmami (3) **21.00** My Life is Murder (8) **22.00** Happy Valley (5, 6) **0.05** Zbrodnie Saint-Pierre (3)

Eurosport 1

8.00 (L) Snooker: Wuhan Open: **11.00** Podsumowanie MŚ Formuły E **13.00** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets w Górnej Sabaudii: Olimpijski cross-country **13.30** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 2. etap **14.45** (L) Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 3. etap **18.00** Kolarstwo dowolne BMX: ME w Darmstadt: Park kobiet; Park mężczyzn **22.00** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 3. etap; UCI World Tour

Eurosport 2

8.00 Podsumowanie MŚ Formuły E: Wyścig o e-Prix Meksyku **9.00** Jeździectwo: MŚ w Akwizgranie: **12.00** Motocross: MŚ w Arnhem **16.30** Wspinaczka: Seria Światowa w Chamonix **18.00** Motocross: MŚ w Arnhem **20.00** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 3. etap; UCI World Tour – 3. etap **1.30** Wyścigi samochodowe – Formuła E: e-Prix Berlina: 1. wyścig; 2. wyścig **3.00** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 3. etap

Polsat Sport 1

8.30 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **13.30** Studio **14.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Łotwa **17.00** Studio **18.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Serbia – Bułgaria **21.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Łotwa **23.00** Formuła 1: GP Holandii: Skrót wyścigu

TVP Sport

DVB T

8.15 Lekkoatletyka: – Memoriał K. Skolimowskiej na Śląsku: 2. dzień na Superauto.pl Stadionie Śląskim w Chorzowie **10.40** Żużel: Finał Drużynowych Mistrzostw Europy do lat 24 w Grudziądzu **12.40** Piłka nożna: Miedź Legnica – Arka Gdynia **14.45** Piłka nożna: GKS Tychy – Śląsk II Wrocław **16.50** Magazyn Betclic 2. Ligi **17.30** Magazyn Betclic 1. Ligi **18.55** (L) Piłka nożna: Stal Rzeszów – Ruch Chorzów **21.00** Magazyn Betclic 1. Ligi **21.35** Gol

Canal+ Sport

6.00 Magazyn PGE Ekstraliga **7.45** Sport+ **9.00** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Elche CF – FC Barcelona **11.20** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Wisła Kraków **13.30** Sport+ **14.40** Liga+ Extra **16.45** Wysoki pressing **18.30** Sport+ **19.30** Jej Wysokość Premier League – magazyn **20.55** (L) Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Málaga CF – Deportivo A Coruña **23.05** Ekstraklasa po godzinach **0.20** Ligomistrzowe historie

Canal+ Sport 5

6.00 Piłka nożna: Pogoń Szczecin – Wisła Kraków **8.30** Magazyn PGE Ekstraliga **10.15** Żużel: PGE Ekstraliga: Gezet Stal Gorzów – PRES Grupa Deweloperska Toruń **13.15** Klich. Poza schematem **14.00** Żużel: PGE Ekstraliga: FOGO Unia Leszno – Stelmet Falubaz Zielona Góra **17.00** Magazyn PGE Ekstraliga **18.45** Piłka nożna: LaLiga EA Sports: Elche CF – FC Barcelona **21.00** Ekstraklasa po godzinach **22.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Inter Mediolan – AC Monza **11.00** Made in Italy: Fiorentina; Sassuolo; Genoa **12.00** Piłka nożna: Liga Portugal Betclic: FC Porto – FC Arouca **14.00** Formuła 1: GP Holandii **16.00** Bundesliga Clubs: SV 07 Elversberg **16.20** Ligue 1 McDonald's **17.00** Serie A Enilive **17.40** Formuła 1: GP Holandii **18.25** (L) Piłka nożna: Bologna FC 1909 – SS Lazio; AS Roma – ACF Fiorentina **22.55** Eleven Top Goals – magazyn

Polsat Sport 3

6.00 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **8.30** Piłka nożna: Eredivisie **11.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **13.00** Piłka nożna: Eredivisie **15.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **17.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Turcja – Węgry **20.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Najważniejsze pytania

TVP Info

DVB T

9.30 Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Serwis info **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat

TVP 3

DVB T

9.25 Mikrokosmosy **10.00** Złoty chłopak (222) **11.00** Regiony na TAK **11.30** Lato na ROD'os **12.00** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie... **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Rozmowy (nie) wygodne **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Dlaczego krowa... **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Kryminalna Siódemka Extra

TVP Rozrywka

8.20 Familiada **8.55** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Czterdziestolatek **14.10** Rodzinka.pl **15.20** Niepewne sytuacje **15.45** Program rozrywkowy **16.05** The Best of Kabaret Moralnego Niepokoju **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Makłowicz w podróży **20.10** Postaw na milion **21.10** Kabaret Letnią Porą **22.10** Rodzinka.pl **22.50** Lato z Radiem i Telewizją Polską

Planete+

8.10 360° – świat bez granic **9.20** Polska z góry **10.25** Wiatr. Niewidzialna siła **11.25** Piesze wędrówki po świecie **12.35** 360° – świat bez granic **13.45** Najpiękniejsze rzeki świata **14.45** Superskały. Historia wykuta w kamieniu **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Świat z góry **17.55** Dokąd dzisiaj? **18.10** Polska z góry **19.05** Mam zamek **19.35** Ostatnie słowa Charlotty Masaryk **20.55** Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc (s.18)

BBC Earth

8.30 Dziki połów **9.30** Wyspy. Laboratoria natury **10.30** Życie na pustkowiu **11.30** Zabójcza pogoda **12.35** Dziki połów **13.35** Sekretne życie drzew **14.35** W okowach mrozu **16.35** Wietnamskie przygody Billa Baileya **17.40** Sekretne życie drzew **18.45** Dziki połów **19.45** Fenomeny współczesnego życia **20.55** W okowach mrozu **22.55** Wietnamskie przygody Billa Baileya **0.00** Wielka nowozelandzka przygoda **1.00** Sekretne życie drzew

Discovery Channel

8.00 Zoom na architekturę **9.00** Parker na złotym szlaku **10.00** Wyprawa w nieznane **11.00** Dżungla złota **12.00** Psy policyjne **13.00** Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante **14.00** Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska **15.00** Złomowisko PL **16.00** Awantura o furę **17.00** Celnicy na straży Szwecji **18.00** Polscy truckersi **19.00** Nagi instynkt przetrwania **21.00** Nic do zgłoszenia **22.00** Od samochodu do domu **23.00** Awantura o furę

TVN Turbo

9.20 Samochód marzeń – kup i zrób **10.15** Ciężarówką przez Stany **11.15** 101 napraw **12.15** Jeździć, obserwować **13.00** Mobilni mechanicy **14.30** Zawodowi handlarze **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Jeździć, obserwować **19.00** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **19.45** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **20.15** Naprawy nie do naprawy **21.00** Wojny samochodowe **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować

TVN Style

7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn Polska 2026 **11.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Turek – Piwnica Smaku / Restauracja „Na skarpie", Radziejów **15.35** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **17.05** Magda gotuje Internet – talk show Polska 2026 **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „1, 2, 3", Tarnów **20.50** Jestem z Polski **22.50** Babski biznes – serial dok. Polska 2025 **23.50** Mroczne sekrety małżeńskie **0.55** Pani Gadżet erotycznie

eprasa.pl 1eda4ab262

Ekstradycja

Miały być wakacje, jest międzynarodowa akcja

STOPKLATKA 22:00

Komisarz Halski wyjeżdża na zasłużony urlop na Mazury. Zabiera ze sobą Beatę i córkę. Tymczasem do Polski przybywa Nadieżda Tumska – oficjalnie businesswoman, naprawdę zaś prawa ręka narkotykowego bossa Iwanowa. Poza tym do Polski przybywa kpt. Sasza Piłatow z Interpolu, od lat ścigający Iwanowa. Sielanka komisarza zostaje brutalnie przerwana.

Złodziejski kodeks

Ostatni w karierze skok mistrza złodziejskiego fachu i zaskakujący pomocnik

TVP 1 21:50 ★★★

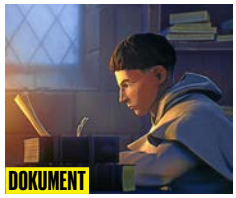
Doświadczony złodziej z Nowego Jorku, mistrz w swoim fachu Keith Ripley (Morgan Freeman), nawiązuje współpracę z młodym przestępcą z Miami, Gabrielem Martinem (Antonio Banderas) by dokonać ostatniego skoku. Po piętach depcze mu porucznik Weber.

Wszystkie tajemnice Joanny D'Arc

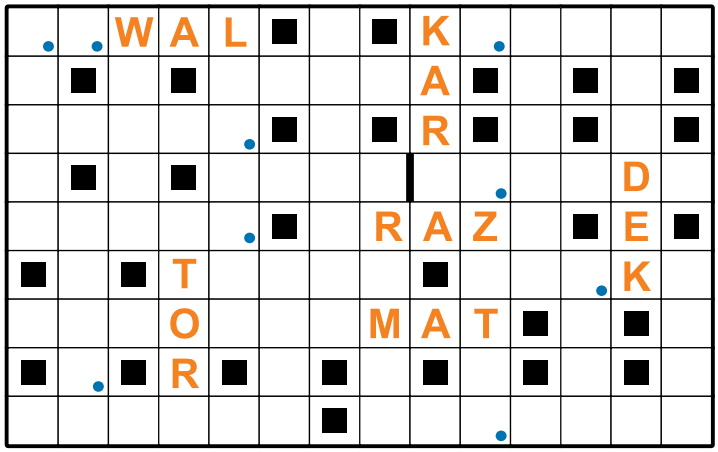
Dokumentalna animacja o XV-wiecznym śledztwie

PLANETE+ 20:55

Francja, rok 1456. Ćwierć wieku po spaleniu Joanny D'Arc na stosie francuski inkwizytor Jean Bréhal dąży do oczyszczenia jej imienia. Podróżuje po kraju, przesłuchując ludzi, oraz sędziów, którzy ją skazali.



JOLKA



Litery w polach z kropką, czytane rzędami, utworzą rozwiązanie. Ujawniono niektóre litery. W kolejności przypadkowej:

– Jerzy, polski aktor
– nóż chirurgiczny
– rodzaj ceramiki
– pracuje w kuźni
– scheda, spuścizna
– np. „Doktor Żywago"
– tkanina z Torunia
– wiejski „budzik"
– z dopływami i ujściem
– altówka miłosna
– wytyczona droga
– fakt bez upiększeń
– filozof z Rotterdamu
– polski port rybacki
– karcz, karpina
– kiść wionogron
– grecki bożek z łukiem
– soczysta gruszka
– Bikini na Pacyfiku
– linka do podawania cumy
– ślad rysia na trawie
– krzew ozdobny
– druh Portosa
– Cohen lub Pietraszak
– zasłona okienna
– Gomez z czarnej komedii

Romance TV

8.45 Górski lekarz (69) **10.30** Diagnoza Betty (173, 174) **12.25** ★★★ Zabójstwo nad Morzem Wattowym – kom. Niemcy 2024 **14.20** ★★★ Lato na Lanzarote – romans Niemcy 2016 **16.15** ★★★ Lato w Bretanii – film obyczaj. Niemcy 2022 **18.05** Górski lekarz (70): Tysiąc i jeden dzień **20.00** ★★ Dzieci zostają z tobą! – kom. Niemcy 2017 **21.55** ★★★ Uczyć może każdy! – kom. Niemcy 2022 **23.50** Górski lekarz (70) **1.45** ★★ Dzieci zostają z tobą! – kom. powt.

TVN Fabuła

6.00 Superbohaterowie **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.45** Zakochani po uszy (155, 156) **7.45** Detektywi **9.50** Prawo Agaty (6) **10.55** Lekarze (13) **11.55** Zapukaj do moich drzwi (58, 59) **13.55** Prawo Agaty (5) **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (51, 52) **17.10** Motywy filmowe **17.35** ★★★ Sylwester w Nowym Jorku – kom. rom. USA 2011 **20.00** ★★★ Ścigane – film sens. W. Bryt./USA 2019 **22.10** ★★ Imprezowi rodzice – kom. USA 2019

AMC

6.45 ★★★ Pani Bovary – melodramat USA/Niemcy/Belg. 2014 **9.10** ★★★ Zbroja Boga – film sens. Hongk. 1986 **11.30** ★★★ Strażnik – thriller USA 2006 **13.40** ★★★ I tak i nie – kom. Kan. 2004 **15.40** ★★★ Serce nie sługa – kom. rom. USA 2005 **17.50** ★★★★ Wściekła pięść – film sens. Hongk. 1972 **20.00** ★★★ Komenda: zabij – horror W. Bryt. 2016 **22.00** ★★ Savage Hunt – film USA 2025 **23.55** ★★★ Sin City 2: Damulka warta grzechu – thriller USA 2014

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi: Dziwny wypadek / Worek na głowie **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Gogglebox. Przed telewizorem **18.05** Zakup w ciemno Extra **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Damy i wieśniaczki. PL

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (17) **7.00** Byli sobie podróżnicy **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Tajemnice II wojny światowej **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Kroniki Hitlera **15.00** Truckersi przez Australię **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Wojna widziana z powietrza **22.00** Ostatni bastion Hitlera **0.00** Starożytni kosmici: ostateczny dowód

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (484-487) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (16, 4) **10.30** Więzienie **11.00** Poirot (1, 2) **15.00** Świat według Bundych (45-50) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (13) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (41) **22.00** Ślad (75-76, 88) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Sala operacyjna

National Geographic

8.00 Car S.O.S. **9.00** Inżynieria po katastrofie **10.00** Porzucone konstrukcje **11.00** Plemienna szkoła przetrwania: Andy **12.00** Era supertransportu **15.00** Katastrofa w przestworzach **16.00** Ukryte pod miastami **17.00** Tajemnicze wyspy **17.55** Kluczowe tygodnie wojny **19.00** Złoto Hitlera **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny **22.00** Katastrofa w przestworzach **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny

Nat Geo Wild

6.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **7.00** Olśniewająca Ameryka: południowy zachód **8.00** Wilki z Yellowstone **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Zwierzaki w amoku **13.00** Kraina dzikich zwierząt **14.00** Kraina piesków preriowych **15.00** Myśliwy kontra ofiara **16.00** Dziki Półwysep Arabski **17.00** Sekretne życie ośmiornic **18.00** Masai Mara: sekrety natury **19.00** Najgroźniejsze zwierzęta świata **21.00** Niezwykły dr Pol **2.00** Kraina dzikich zwierząt

Metro

6.35 Zapukaj do moich drzwi (133) **7.35** Tajemnice miłości (59) **8.30** Szpital (852, 853) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (421, 422) **12.30** SOS. Ekipy w akcji **13.30** Brzydula (97, 98) **14.40** Za głosem serca (8) **15.50** Magda M. (9) **16.55** Idź na całość **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (28, 29) **21.05** Kryminalni (3, 4) **23.15** Hannibal (4) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.20** Szpital (836) **2.20** Szkoła (602) **3.20** Nowa Maja w ogrodzie

TVP Historia

DVB T

9.25 Ex libris **9.55** Nie tylko Enigma. Opowieść o służbach wywiadowczych polskiego podziemia **10.50** Akcja H-T **11.50** Arsenał. Magazyn militarno-historyczny **12.25** Magiczny Adriatyk **13.25** Zabójcza nauka **14.30** Janosik (8) **15.30** Sensacje XX w. **18.00** 1920. Wojna i miłość (9) **19.00** Powstanie Sejneńskie 1919 **19.45** Tajemnica J-23 **20.00** Trzeci oficer (8) **21.00** Tajemnice szpiegów: nuklearna rozgrywka **22.00** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa

TVP Dokument

DVB T

9.15 Dzika Argentyna **10.15** W głąb wszechświata: zagadki kosmosu **11.15** Kultura miejska **12.20** Korona Gór Polski **12.50** Katedry na Korsyce **13.50** Kanadyjskie Parki Narodowe **14.55** Z pamiętnika pasterza **15.50** Dobre wieści z planety Ziemia **16.55** Laos – echa spokojności **17.50** Sanatorium miłości **18.50** Henryk Wars – pieśniarz Warszawy **20.00** Woda na świecie – wysychające źródło **21.05** Dzikie imperium **22.10** Niebezpieczne drogi **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza

Zoom TV

6.00 Kojak (16, 17): Bratowa kapitana / Mistrz, który chybił **8.00** Strażnik Teksasu (13, 14): W cieniu, część 2. / Na zabójczej ziemi **10.00** MacGyver (17, 18): Łatwy cel / Renegat **12.05** Tajne bazy Hitlera: Villa Winter: Tajna baza U-bootów **13.20** Sensacje XX w. **15.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **18.00** FBI (16, 17) **20.00** Kobra – oddział specjalny (16, 1) **22.00** Hity polskiego kabaretu **23.00** Magia nagości **0.05** Magia nagości. Norwegia

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii **9.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **11.00** Jay i Pamela **12.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **13.00** Wiza na miłość: znowu do wzięcia **15.00** Wiza na miłość: dalsze losy, pościelove rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Wiza na miłość **22.00** Kobiety plus size. Mroczne oblicze Pearadise **23.00** Koleżanki na zabój **0.00** Dr Pryszczylla: Dzbanek pełen potu

TVS

10.05 Pogoda **10.15** Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** ★★ Rosamunde Pilcher – Pełnia szczęścia – dramat Niemcy 2015 **21.50** ★★ Rosamunde Pilcher – Miłość, złodzieje, diamenty – melodramat Niemcy 2015

WP

8.00 Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.05** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Wakacyjne remonty – reality show **11.00** Niepojęte: strefa tajemnic – serial dok. USA 2019 **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **16.55** Pogoda **17.00** ★★★ Piosenka dla Mii – film muz. Niemcy 2018, r**19.00** Strażacy z sąsiedztwa **20.00** Pogromca tajemnic **21.00** Sekrety tajnych stowarzyszeń

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB-T

Akacjowa 38

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.30** Kościół z bliska **8.00** Serwis Info **8.10** Pogoda Info **8.15** Noce i dnie (3): Babcia **9.15** Ranczo (117): Złoty róg **10.10** Komisarz Alex (300): Śmierć influencerki **11.05** Ojciec Mateusz (242): Filmowcy **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **12.55** Ningaloo – oceaniczny cud Australii **14.00** Splątane losy (30)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1012) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Reporterzy – magazyn
18.25 Akacjowa 38 (941) – serial obycz. Hiszp. 2018 Flora niecierpliwi się faktem, że El Pena wciąż nie poprosił jej, by zostali parą. Lolita ma żal do Antonita, który podczas przyjęcia w klubie ją ignorował. Riera planuje odbić Moisesa.
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 07 zgłoś się (16): Ślad rękawiczki – serial kryminalny Polska 1984
21.55 Misery – thriller (s.21) ★★★★ psychologiczny USA 1990
23.50 Mosty, drogi i tory – Stany Zjednoczone w ruinie – film dokumentalny Francja 2024
0.55 Złodziejski kodeks ★★★ – film sensacyjny USA/Niemcy 2009
2.50 Film dokumentalny

TVP 2

DVB-T

Ku'damm 63

5.35 M jak miłość (1823) **6.25** Wybieram metodyzm **6.55** Barwy szczęścia (3382) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Rodzinka.pl (82, 83): Idzie lato / Orzeł czy pilot **12.35** Koło fortuny – teleturniej **13.15** Panna młoda (179) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (905): Gabryś, gdzie jesteś

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (462) – telenowela Hiszpania
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (180) – serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3382, 3383) (odcinki powtórkowe)
20.35 Kulisy „M jak miłość"
20.45 M jak miłość (1934) (odcinek powtórkowy)
21.45 Na sygnale (905, 906): Gabryś, gdzie jesteś / Medycyna kwantowa – serial obycz. Polska 2026
22.50 Ku'damm 63 (3) – miniserial Niemcy 2016 Joachim zachowuje się w sposób niezrozumiały dla Moniki. Nie wraca do domu, zamyka się w sobie, aż wreszcie postanawia wrócić do zakładów zbrojeniowych, zwątpiwszy w swój talent pisarski.
23.40 Pitbull (26) – serial sensacyjny Polska 2008
0.40 Karol, władca Hiszpanii (25) – serial kostiumowy Hiszpania 2015

Polsat

DVB-T

Szybcy i wściekli _ Tokio Drift

6.00 Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **9.15** Malanowski i Partnerzy (406, 407): Śmiertelna zabawa / Artystyczny trójkąt **10.20** Trudne sprawy (965): Tajemnica mamy **11.20** Dlaczego ja? (1566, 1567): Drugi oddech / Pozdrowienia z przeszłości **13.20** Gliniarze (935, 936): Nie pękaj, synu / Wszystkie kobiety – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1134) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
17.50 (L) Siatkówka: Mistrzostwa Europy kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Słowenia
20.20 Szybcy i wściekli – Tokio Drift ★★★ – film sensacyjny USA/Niemcy/Japonia 2006 Reż. Justin Lin, wyk. Lucas Black, Shad Moss, Nathalie Kelley Sean Boswell uwielbia wyścigi samochodowe. Ale poznaje smak dorosłego życia, kiedy uczestniczy w wypadku. By uniknąć więzienia, zamieszkuje u ojca na obrzeżach Tokio. Tam kolega pokazuje mu środowisko nielegalnych wyścigów nocnych.
22.45 Creed II – dramat ★★★★ obyczajowy USA 2018 Reż. Steven Caple Jr., wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson

TVN

DVB-T

Szpital św. Anny

6.50 Kuchenne rewolucje: Wrocław **7.45** Dzień dobry wakacje – magazyn **11.20** Doradca smaku (13) **11.25** Kuchenne rewolucje: Czeladź – Dobre Jadło **12.30** Top of the Top Sopot Festival **12.35** Kuchenne rewolucje: Gospoda „Pod zachrypniętym kogutem", Glewo **13.40** Ukryta prawda (1541) **14.40** Top of the Top Sopot Festival **14.45** Ukryta prawda (1542, 1592)

16.45 Top of the Top Sopot Festival – relacja
16.50 Szpital św. Anny (97) – serial obycz. Polska 2026 Doktor Rogowski zajmuje się trzynastolatkiem, który ma skaleczenia na stopach, ponieważ wszedł na potłuczone szkło. Kaśka odbiera telefon od mecenas Rataj, która nie ma dla niej dobrych wieści.
17.55 Detektywi (268)
18.55 Top of the Top Sopot Festival – relacja
19.00 Fakty
19.35 Top of the Top Sopot Festival – relacja
23.25 Kac Vegas w Bangkoku ★★★ – komedia USA 2011 Reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis Phil, Stu, Alan i Doug wyjeżdżają do egzotycznej Tajlandii na ślub Stu. Bohater zaplanował przed weselem bezpieczne i spokojne późne śniadanie. Jednak życie nie zawsze układa się zgodnie z planem.
1.35 Kuba Wojewódzki
2.50 Uwaga! – magazyn

TVN 7

DVB-T

Ocaleni

6.50 Szkoła (399, 400) **8.45** Ukryta prawda (1370, 1509, 1510) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (637-639) **13.55** Kryminalni (11) **15.00** Szpital (846, 847) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (539) **18.00** SOS. Ekipy w akcji (50) **19.00** Młode gliny (7) **20.00** ★★★ Ocaleni – film sens. Tajland./Irl. 2019, reż. Tom Waller, wyk. Jim Warny **22.15** ★★★ Nie bój się ciemności – horror USA/Australia/Meksyk 2010, reż. Troy Nixey, wyk. Katie Holmes **0.15** ★★ Zaufanie – dramat USA 2021, reż. Brian DeCubellis, wyk. Victoria Justice **2.25** Miasta, w których straszy (6) **3.25** Fachowcy (14) **4.00** Usterka (27) **4.35** Dorota was urządzi (12)

TV Puls

DVB-T

6.00 Policjanci z Miami (14, 15) **8.00** Kobra – oddział specjalny (12, 13) **10.00** Zaklinaczka duchów (76) **11.00** Kotka (15) **12.00** Nie igraj z aniołem (146) **13.00** Wspaniałe stulecie (80) **14.00** Kurierzy (65) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (607, 608) **17.00** Kurierzy (66) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1005, 1006) **20.00** ★★ Krwawa pogoń – film sens. USA/Malta 2024 **22.00** ★★★ Braven – film sens. Kan./USA 2018 **23.50** ★★ Na tropie zabójcy – film sens. USA/W. Bryt. 2024 **2.00** Dzielnica strachu (459)

Puls 2

DVB-T

7.00 Seriale animowane dla dzieci **13.00** Smerfy (34, 35) **14.00** Baranek Shaun (14-16) **14.35** My Little Pony: Przyjaźń to magia (22) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (7, 8) **16.00** Fineasz i Ferb (30, 31) **17.00** Smerfy (36, 37) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (27, 28) **19.00** Kącze opowieści (38, 39) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (993) **21.00** Dzielnica strachu (470, 471) **23.00** Wstydliwe choroby (3, 4) **1.00** Dzielnica strachu (469) **2.00** Lombard. Życie pod zastaw (11, 249-250)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Opowieści z Greenpointu **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Komisarz Alex (291) **13.05** Ranczo (33) **14.00** Lena na Kaukazie **14.30** Moda na język polski **15.00** Serwis Info **15.10** Polskie dziedzictwo **15.45** Dobry żart **16.00** Zaraz wracam (127) **16.30** Barwy szczęścia (3365) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Oko na Wschód **18.45** Panorama **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Wiedźmin (13) **21.20** Ojciec Mateusz (32) **22.15** Stanisław Syrewicz odmieniany przez los **23.15** Panorama **23.45** Lato z Radiem i Telewizją Polską

TV Trwam

DVB-T

12.03 Informacje **12.20** Sumienie Hioba – rzecz o ks. Bolesławie Stefańskim **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Ocalałam z rzezi **15.00** Sybiraczka **16.10** Jestem mamą **16.25** Przyroda w obiektywie **16.40** Zdrowie z Bożej apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** Burza w okręgu krakowskim **18.15** Rozmowy niedokończone **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Kartka z kalendarza – Powstanie Warszawskie **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** ★★★ Zerwany kłos – film religijny Polska 2017 **23.40** Aby we wszystkim Bóg był uwielbiony **0.10** Informacje

TVP Kultura

DVB-T

8.25 Hania Rani: 3 Koncerty **9.00** Gruby (4, 5) **10.15** ★★★ Tesla – film biograf. USA 2020 **12.10** Mistrz. Jan Matejko znany i nieznany **13.50** Kosmos 1999 (24) **14.50** ★★★★ Wczoraj, dziś, jutro – komedia rom. Wł./Fr. 1963 **17.00** Gruby (6, 7) **18.10** Fajna dziewczyna! Simona Kossak we wspomnieniach leśników **18.55** Rawhide (46) **20.00** Teatr „Kobra": Dzień słodkiej śmierci – spektakl Polska 1975, reż. Jerzy Sztwiertnia, wyk. Maciej Góraj (s.2) **21.20** ★★★ Nauczyciel – komedia Fr. 2017, reż. Olivier Ayache-Vidal, wyk. Denis Podalydès **23.20** Pasikowski & Linda – W Czerwonym Kręgu **0.25** ★★★ Żegnaj, przyjacielu – film sens. Fr./Wł. 1968, reż. Jean Herman, wyk. Alain Delon

Super Polsat

DVB-T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (60) **7.00** Na ratunek 112 (777, 778) **8.00** Doktor Martin (43, 44) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (27, 28) **11.35** Świat według Kiepskich (380-383) **13.30** Bitwa o palety (13) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (11) **16.05** Ninja Warrior Polska (41) **18.00** Świat według Kiepskich (480-481, 565-566) **20.00** Złomiarze (32) **21.00** ★★★ Tłumaczka – thriller USA 2005, reż. Sydney Pollack, wyk. Nicole Kidman, Sean Penn **23.40** ★★★ Życzenie śmierci – film sens. USA/Kan. 2018, reż. Eli Roth, wyk. Bruce Willis, Vincent D'Onofrio, Élisabeth Shue **1.55** Świat według Kiepskich (438-441) **3.55** Nasz nowy dom (261, 262)

TV 6

DVB-T

6.00 Więzienie (132, 133) **6.55** Policjantki i policjanci (773, 774) **8.55** Kobra – oddział specjalny (92, 93) **10.55** 48h. Zaginieni (244-246) **13.55** Policjantki i policjanci (1232) **14.55** Uroczysko (109, 110) **16.00** Kobra – oddział specjalny (94, 95): Ojciec i syn / Klika – serial sensac. Niemcy 2002 **18.05** Strażnik Teksasu (1, 2): Odznaka / Piętno – serial sens. USA 1994 **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (107, 108): Impreza skończona / Dobre uczynki nie popłacają – serial krym. USA/Kan. 2009 **22.00** Czarna lista (105): Gina Zanetakos – serial kryminal. USA 2013 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (747, 748) **1.00** Kości (147, 148) **2.55** Cobra Kai (48) **3.40** Septagon (53, 54)

TV 4

DVB-T

6.00 Strażnik Teksasu (23, 24) **8.00** Bogaty dom – biedny dom (119) **8.55** Policjantki i policjanci (574, 575) **10.55** Na ratunek 112 (1172, 1173) **11.55** Policjantki i policjanci (15, 16) **13.55** Trudne sprawy (854-856) **16.55** Policjantki i policjanci (1431) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (549) **19.00** Policjantki i policjanci (1432) **20.00** Uroczysko (255, 256) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (154) **22.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1037) **23.05** ★★ Artur i Merlin: rycerze Kamelotu – film przyg. W. Bryt. 2020, reż. Giles Alderson, wyk. Richard Short, Richard Brake **1.00** Love Island. Wyspa miłości (2) **2.05** Hardkorowy lombard (46) **2.40** SuperLudzie Extra (31)

Ale Kino+

6.30 Polska z góry **7.00** ★★★ Bracia – dramat Polska 2021 **8.50** The Office PL (9, 10) **10.00** Bestia (5, 6) **12.05** Karen Pirie (1) **14.00** ★★★ Shalako – western W. Bryt./Niemcy/Hiszp./USA 1968 **16.30** ★★★ Mój synek – thriller Fr./Belg. 2017 **18.15** Karen Pirie (2) **20.10** ★★★★ Złota dama – dramat W. Bryt./USA 2015 (s.21) **22.25** ★★★★ Angielska robota – film sens. W. Bryt./USA/Australia 2008 **0.40** ★★★ Nieukończony film – dramat Singapur/USA 2024

Kino Polska

7.20 Przygody Myszki **7.40** Reksio **8.00** Miś Kudłatek **8.10** Bolek i Lolek **8.45** Do przerwy 0:1 (7) **9.10** ★★★ Pan Kleks w kosmosie (1) – film przygod. Polska/CSSR 1988 **12.15** Moja mama **12.45** Tama **13.10** ★★★ Papierowe małżeństwo – kom. rom. Polska/W. Bryt. 1992 **15.10** ★★★★ Brunet wieczorową porą – kom. Polska 1976 **17.35** Pogranicze w ogniu (2, 3) **20.00** ★★★ Kamerdyner – dramat Polska 2018 **23.00** ★★★ Wesele – dramat Polska 2021

Polsat Film

7.05 Górale **7.30** Doktor Martin (68) **8.30** Przyjaciółki (199, 200) **10.25** Świat według Kiepskich (56-57, 147-148, 231-232, 38) **14.25** Rybki z ferajny – film anim. **16.15** ★★★ Wodny świat – film sf USA 1995 **18.55** ★★★ Wkręceni – kom. Polska 2014 **21.00** ★★★ Boski żigolo – kom. rom. USA 1999, reż. Mike Mitchell, wyk. Rob Schneider **22.50** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez **1.30** Fala zbrodni (103)

Stopklatka

DVB T

6.00 Kabaretowe hity **6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **7.55** Robert Makłowicz **9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (6) **10.55** Górski lekarz (16, 17) **12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (7) **14.00** Hudson i Rex (12) **15.00** Zajazd. Będzie się działo **17.00** Katastrofy w przestworzach **20.00** ★★★ Wstrząsy – film sf USA 1990, r**22.00** ★★★ Dobre zabijanie – dramat USA 2014 (s.21) **0.20** ★★ Naczelny dowódca – film sens. USA/W. Bryt./Filipiny/Węgry 2019

Canal+ Premium

9.05 ★★★ Chopin, Chopin! – dramat Polska 2025 **11.15** ★★★ Peacock – dramat USA 2010 **12.45** ★★★ Moje pieczone kurczaki – film Polska 2002 **13.50** Godzina zero (1) **14.40** Prawdziwa historia szeregowca Ryana **15.35** ★★★ Saga Zmierzch Zaćmienie – film fantasy USA 2010 **17.35** Czarna woda **18.00** ★★★ Jason Bourne – film sens. USA/Chiny 2016 **20.00** ★★★★ Romería – dramat Hiszp./Niemcy 2025 **21.55** Spirala kłamstw (3, 4)

HBO

8.10 ★★★★ Birdman – dramat USA 2014 **10.05** Przechadzka **11.30** Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem **12.05** ★★★ Lato w grudniu – dramat Hiszp. 2024 **13.40** ★★★ Milion minut – kom. Niemcy 2024 **15.45** ★★★★ Duża ryba – film USA 2003 **17.50** ★★★★ Czarne bractwo – film biograf. USA/Chiny 2018 **20.00** The Pitt (6) **20.50** Ta inna siostra Bennet (10) **21.25** ★★★ Panna młoda! – horror USA 2026 **23.25** ★★★ Babygirl – thriller USA/Hol. 2024

Polsat 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112: Zgubny nałóg / Zespół obcej ręki **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (272-276) **17.00** 48 h. Zaginieni (223, 224) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (21) – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.05** Łowca pedofilów **23.00** Świat według Kiepskich (413, 414) **0.00** Ślad (94) **1.00** Zdrady II

TVP Seriale

5.25 Rodzinka.pl (135, 136) **6.30** Na sygnale (518, 519) **7.35** Ojciec Mateusz (68) **8.30** Komisarz Alex (57) **9.25** Rodzinka.pl (137) **10.00** Klan (1484) **10.35** Ranczo (5, 6) **12.25** Komisarz Alex (58) **13.25** Ojciec Mateusz (419, 420) **15.20** Komisarz Alex (59) **16.10** Na sygnale (520, 521) **17.20** Ranczo (7, 8) **19.25** Ojciec Mateusz (421, 69) **21.30** Ranczo (9, 10) **23.30** Ojciec Mateusz (422, 423) **1.30** Dom pod Dwoma Orłami (4, 5) **3.30** Stulecie Winnych (39)

AXN

6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (21) **7.15** Ostry dyżur (21, 22) **9.10** Castle (22, 23): Still / Czynnik ludzki**11.05** Rekrut (15, 16) **13.05** Dowody zbrodni (2, 3) **15.05** FBI (12, 13) **17.05** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18, 19) **19.05** Castle (24, 1) **21.05** Rekrut (5) **22.05** Rekrut: Feds (5) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (18, 19) **0.50** Castle (24, 1) **2.45** Rekrut (5) **3.45** Rekrut: Feds (5) **4.40** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1)

13 Ulica

6.05 Balthazar (7) **7.00** ★★★ Ona temu winna – thriller USA 2022 **8.55** ★★★ Morderstwo w Puy-En-Velay – film krym. Fr. 2024 **10.50** Mentalista (2-5) **14.30** ★★ Przepis na porwanie – thriller USA 2021 **16.20** ★★★ Morderstwo na masywie Sancy – film krym. Fr. 2024 **18.20** Mentalista (6-9) – serial krym. USA **22.00** ★★★ xXx: Reaktywacja – film sens. USA 2017, reż. D.J. Caruso, wyk. Vin Diesel **0.10** Kobra – oddział specjalny (3) – serial Niemcy 2024

FX

6.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (5) **7.00** Kości (20, 21) **9.00** Sky-Med (3) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **13.45** Agenci NCIS (13, 14) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) **17.25** Z Archiwum X (5, 6) **19.15** Agenci NCIS: Sydney (1) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) **22.00** 9-1-1: Nashville (7) **22.55** Z Archiwum X (6) **23.50** ★★★ Osadzony – film USA 1989

BBC First

5.10 My Life is Murder (6) **6.00** Z pamiętnika położnej (8) **6.50** Ulica nadziei (4, 5) **8.45** Lewis (1) **9.45** Ojciec Brown (9) **10.45** Śmierć pod palmami (3) **11.50** Z pamiętnika położnej (8) **12.55** Ulica nadziei (6, 7) **15.00** Ojciec Brown (1) **16.00** Lewis (1) **17.00** My Life is Murder (7) **18.00** Morderstwa w Midsomer (2) **19.55** Śmierć pod palmami (4) **21.00** Zbrodnie Saint-Pierre (4) **22.00** Happy Valley (7) **23.05** McDonald i Dodds (3)

Eurosport 1

11.00 Podsumowanie MŚ Formuły E: **13.00** Kolarstwo górskie: PŚ kobiet w Les Gets w Górnej Sabaudii: Zjazd **13.30** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 3. etap **14.30** (L) Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 4. etap **18.00** (L) Tenis: US Open w Nowym Jorku: 2. dzień kwalifikacji; 2. dzień kwalifikacji; 2. dzień kwalifikacji; 2. dzień kwalifikacji **22.00** Kolarstwo: Vuelta a España: UCI World Tour – 4. etap; UCI World Tour – 4. etap

Eurosport 2

9.00 Kolarstwo: Vuelta a España **11.00** Kolarstwo dowolne BMX: ME w Darmstadt **13.00** Wspinaczka: Seria Światowa w Chamonix **16.30** Tenis: Australian Open w Melbourne: Aryna Sabalenka – Jelena Rybakina **17.00** Home of the Olympics: Galeria Sław – Ateny 2004 **18.00** Home of the Olympics: Galeria Sław – Pekin 2008 **19.00** Home of the Olympics: Galeria Sław – Londyn 2012 **20.00** Kolarstwo: Vuelta a España **22.00** Hard Knocks

Polsat Sport 1

8.00 Formuła 1: GP Węgier: Skrót wyścigu **9.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **13.15** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Rumunia – Belgia **16.30** Studio **17.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Słowenia **20.00** Studio **21.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Słowenia; Polska – Łotwa

TVP Sport

DVB T

9.55 Magazyn Betclic 1. Ligi **11.25** Piłka nożna: Stal Rzeszów – Ruch Chorzów **13.35** Magazyn Betclic 1. Ligi **14.10** Piłka nożna: Piast Gliwice – Legia Warszawa **16.15** Gol **17.40** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga – Memoriał K. Skolimowskiej **20.00** Retransmisja sportowa **22.00** Sportowy wieczór **22.30** Fabian Urbański – nowy Andrzej Gołota **23.15** Boks: Badou Jack – Noel Mikaelian **0.20** Boks: Chris Billam-Smith – Ryan Rozicki

Canal+ Sport

8.25 Klich. Poza schematem **9.00** Piłka nożna: Málaga CF – Deportivo A Coruña **11.20** Piłka nożna: Piast Gliwice – Legia Warszawa **13.45** Ekstraklasa po godzinach **15.00** Klich. Poza schematem **15.45** Piłka nożna: Málaga CF – Deportivo A Coruña **18.00** Ekstrapaka: 5. kolejka **19.15** Premier League Review **20.20** Premier League Netbusters **20.55** (L) Piłka nożna: Valencia CF – Real Betis **23.05** Boks: Gala BKFC Fight Night w Mohegan

Canal+ Sport 5

8.45 Żużel: PGE Ekstraliga: Bayersystem GKM Grudziądz – ORLEN Oil Motor Lublin **11.45** Jej Wysokość Premier League **13.20** Premier League: The Big Interview **14.00** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga **17.00** Żużel: Gezet Stal Gorzów – PRES Grupa Deweloperska Toruń; FOGO Unia Leszno – Stelmet Falubaz Zielona Góra **23.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga **0.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Wisła Kraków **2.30** Ligomistrzowe historie

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Serie A Enilive: Genoa CFC – SSC Napoli **11.00** Made in Italy: Udinese; Lecce; Juventus **12.00** Piłka nożna: FC Porto – FC Arouca **14.00** Formuła 1: GP Holandii: Wyścig **16.05** Piłka nożna: Serie A Enilive: AS Roma – ACF Fiorentina **18.00** Piłka nożna: Superpuchar Niemiec: Borussia Dortmund – Bayern Monachium **20.00** Ligue 1 Show **20.40** Formuła 1: GP Holandii: Wyścig **22.45** Bundesliga Special Show: Zapowiedź sezonu

Polsat Sport 3

8.30 Piłka nożna: Eredivisie **11.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **14.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Węgry – Niemcy **17.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **18.45** (L) Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Szwecja – Chorwacja **21.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

TVP Info

DVB T

9.30 Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Serwis info **21.00** Kwiatki polskie **21.45** Panorama **22.10** Oko na świat

TVP 3

DVB T

9.30 Sandomierska mozaika **10.00** Złoty chłopak (223) **11.00** Rok w ogrodzie **11.30** Wiek to tylko liczba **12.00** Kryminalna siódemka Extra **12.30** Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.30** Reporterzy extra **14.05** Teleplotki **14.20** Poznaj region **14.30** Program inf. **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów

TVP Rozrywka

7.45 Okrasa łamie przepisy **8.20** Familiada **8.50** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Czterdziestolatek **14.25** Rodzinka.pl **15.35** Kabaret Letnią Porą **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Makłowicz w podróży **20.10** Postaw na milion **21.10** Kabaret Letnią Porą **22.15** Rodzinka.pl **22.55** Tak to leciało! **23.50** Gabi Drzewiecka zaprasza

Planete+

9.15 Polska z góry **10.25** Wiatr. Niewidzialna siła **11.25** Piesze wędrówki po świecie **12.30** 360° – świat bez granic **13.45** Najpiękniejsze rzeki świata **14.45** Superskały. Historia wykuta w kamieniu **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Świat z góry **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Odpowiedzialny biznes. Czyli jaki? **19.45** „Wojna światów". Jak powstało science-fiction **20.50** 1936-1953. Hiszpańska zbrodnia domowa **22.00** System przedszkolny NRD. Wstęp do piekła

BBC Earth

7.30 Pociągiem przez Imperium Rzymskie **8.25** Dziki połów **9.25** Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Zabójcza pogoda **12.30** Dziki połów **13.30** Sekretne życie drzew **14.30** W okowach mrozu **16.30** Pociągiem przez Imperium Rzymskie **17.40** Sekretne życie drzew **18.40** Dziki połów **19.45** Sekretne życie ogrodu **20.55** W okowach mrozu **22.55** Sekrety długowieczności **0.00** Jak zwiększyć wydajność mózgu

Discovery Channel

8.00 Zoom na architekturę **9.00** Parker na złotym szlaku **10.00** Wyprawa w nieznane **11.00** Dżungla złota **12.00** Psy policyjne **13.00** Porty: Hiszpania **13.30** Nagi instynkt przetrwania: Ameryka Łacińska **15.00** Złomowisko PL **16.00** Łowcy opali **17.00** Kroniki policyjne: Szwecja **18.00** Polscy truckersi **19.00** Nagi instynkt przetrwania **21.00** Rolnicy w akcji **22.00** W oku cyklonu **23.00** Najniebezpieczniejszy zawód świata **0.00** Największe napady świata

TVN Turbo

9.20 Samochód marzeń – kup i zrób **10.15** Ciężarówką przez Stany **11.15** 101 napraw **12.15** Jeździć, obserwować **13.00** Mobilni mechanicy **14.30** Zawodowi handlarze **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze **19.00** Moto kombat **19.45** Duda kontra Szafrański **20.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad **21.15** Z drugiej ręki **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować **23.45** Naprawy nie do naprawy

TVN Style

6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina **7.45** Dzień dobry wakacje – magazyn Polska 2026 **11.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Cieszyn – EkoTradycja / „Bar na Stawkach", Ostrowiec Świętokrzyski **15.35** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **17.05** Program rozrywkowy **17.40** Kuchenne rewolucje: Pizzeria „Magiliana", Sosnowiec **20.50** Jestem z Polski **22.50** Babski biznes – serial dok. Polska 2026 **23.50** Mroczne sekrety małżeńskie

Romance TV

8.25 Górski lekarz (70) **10.20** ★★★ Toni – akuszer – kom. Niemcy 2024 **12.15** Dr Nice **14.10** ★★★ O, mamma mia! – kom. Niemcy 2012 **16.15** Dzikie fale – nic się nie ukryje (1) (s.21)**18.05** Górski lekarz (71) **20.00** ★★ Rosamunde Pilcher: Żagle miłości – film obyczaj. Niemcy/Austria 2005 **21.55** Käthe i ja **23.50** Górski lekarz (71) **1.45** ★★ Rosamunde Pilcher: Żagle miłości – film obyczaj. Niemcy 2005 **3.40** ★★★ Gęsia księżniczka – film Niem. 2022

TVN Fabuła

6.00 Top 100: filmy wszech czasów **6.30** Kino Buzz TOP5 **6.45** Zakochani po uszy (157, 158) **7.45** Detektywi **9.50** Prawo Agaty (7) **10.55** Lekarze (1) **11.55** Zapukaj do moich drzwi (60, 61) **13.55** Prawo Agaty (6) **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (53, 54) **17.10** Filmowe duety **17.45** Alfabet filmowy **17.55** ★★★ Znów mam 17 lat – kom. USA 2009 **20.00** ★★★ After – dramat USA 2019 **22.20** ★★★ After II – melodramat USA 2020

AMC

6.35 ★★★★ Misja – dramat W. Bryt./Fr. 1986 **9.10** ★★ Most przeznaczenia – dramat W. Bryt./Fr./Hiszp./USA 2004 **11.40** ★★★ Jumper – film sf USA/Kan. 2008 **13.35** ★★★ Policyjna opowieść 3 – film Hongk. 1992 **15.35** ★★★ Flirt z czterdziestką – kom. rom. USA/Kan. 2008 **17.25** ★★★ Nic nie widziałem, nic nie słyszałem – kom. USA 1989 **19.40** ★★★ Lara Croft: Tomb Raider: Kolebka życia – film USA/Niemcy 2003 **22.00** ★★★ Krzyżowy ogień – film USA/Rum./Hongk. 2011

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Gogglebox. Przed telewizorem **18.05** Zakup w ciemno Extra **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Nic do zgłoszenia **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Fachowcy **0.45** Żony Podlasia

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (18) **7.00** Byli sobie podróżnicy **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Tajemnice II wojny światowej **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Kroniki Hitlera **15.00** Truckersi przez Australię **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Wojna widziana z powietrza **22.00** Ostatni bastion Hitlera **0.00** Starożytni kosmici

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (488-491) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (17, 5) **10.30** Więzienie **11.00** Poirot (2, 3) **15.00** Świat według Bundych (48-53) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (14) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (42) **22.00** Ślad (76-77, 89) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje **3.50** Wehikuł czasu **4.00** Sala operacyjna

National Geographic

8.00 Car S.O.S. **9.00** Inżynieria po katastrofie **10.00** Porzucone konstrukcje **11.00** Plemienna szkoła przetrwania: Andy **12.00** Katastrofa w przestworzach **16.00** Ukryte pod miastami **17.00** Tajemnicze wyspy **18.00** Złoto Hitlera **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Starożytne konstrukcje **22.00** Ukryte pod miastami **23.00** Starożytne konstrukcje: Giganty architektury **0.00** Katastrofa w przestworzach: raport specjalny

Nat Geo Wild

6.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **7.00** Parki narodowe Ameryki **8.00** Wilki z Yellowstone **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Zabójcze królestwo Afryki **13.00** Kraina dzikich zwierząt **14.00** Kraina piesków preriowych **15.00** Myśliwy kontra ofiara **16.00** Dziki Półwysep Arabski **17.00** Sekretne życie ośmiornic **18.00** Masai Mara: sekrety natury **19.00** Śmierć przychodzi po zmroku **20.00** Najgroźniejsze zwierzęta świata **21.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.35 Zapukaj do moich drzwi (134) **7.35** Tajemnice miłości (60) **8.30** Szpital (854, 855) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (423, 424) **12.30** SOS. Ekipy w akcji **13.30** Brzydula (99, 100) **14.40** Za głosem serca (9) **15.50** Magda M. (10) **16.55** Idź na całość **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (30, 1) **21.05** Kryminalni (5, 6) **23.15** Hannibal (5) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.20** Szpital (837) **2.20** Szkoła (604) **3.20** Nowa Maja w ogrodzie

TVP Historia

DVB T

8.20 1920. Wojna i miłość (9): Do broni **9.15** (0)Polskie początki **10.15** Wszystkie kolory świata **11.15** Największe wycieczkowce świata **12.15** Najwspanialsze góry Afryki **13.20** Tajemnice szpiegów: nuklearna rozgrywka **14.15** Janosik (9) **15.15** Sensacje XX w. **17.55** 1920. Wojna i miłość (10) **19.00** Umrzeć za Warszawę **20.00** Trzeci oficer (9) **20.55** Starożytny Egipt – kroniki imperium **22.00** Nieznana wojna na Północy **23.05** Sensacje XX w.: Tajemnica bunkra Hitlera

TVP Dokument

DVB T

9.25 Z pamiętnika pasterza **10.20** Dobre wieści z planety Ziemia **11.25** Laos – echa spokojności **12.15** Korona Gór Polski **12.50** Woda na świecie – wysychające źródło **13.50** Kanadyjskie Parki Narodowe **14.55** Góry Europy (s.21) **15.55** Dobre wieści z planety Ziemia **16.55** Laos – echa spokojności **17.50** Sanatorium miłości **18.55** Urodzony pod szczęśliwym minerałem **20.00** Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo **21.05** Dzikie imperium **22.10** Niebezpieczne drogi

Zoom TV

6.00 Kojak (17, 18) **8.00** Strażnik Teksasu (14, 15): Na zabójczej ziemi / Odpowiedni człowiek w nieodpowiednim czasie **10.00** MacGyver (18, 19): Renegat / Niedokończona sprawa **12.05** Tajne bazy Hitlera: Kraftwerk Nord West **13.15** Sensacje XX w. **15.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **18.00** FBI (17, 18) **20.00** Kobra – oddział specjalny (1, 2) **22.05** Hity polskiego kabaretu **23.00** Magia nagości. Polska **0.00** Magia nagości

TLC

7.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **8.00** Dom wygrany na loterii **9.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **11.00** Wiza na miłość **13.00** Klinika bez tajemnic **15.00** Wiza na miłość: na odwrót, pościelowe rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Ciało, w którym żyję **21.00** Ekstremalne choroby **22.00** Historie wielkiej wagi: Brazylia **23.00** Klinika koszmarnej stopy **0.00** Dr Pryszczylla

TVS

10.15 Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** ★★ Rosamunde Pilcher – Argentyńskie tango – film Niemcy 2015 **21.50** ★★★ Rosamunde Pilcher – Obietnice wyborcze – film Niemcy 2015

WP

DVB T

7.00 Policjanci z sąsiedztwa **7.55** Pogoda **8.00** Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.05** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Wakacyjne remonty – reality show **11.00** Niepojęte: strefa tajemnic **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **16.55** Pogoda **17.00** Szansa na miłość **19.00** Strażacy z sąsiedztwa **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu

Złota dama

Batalia o odzyskanie rodzinnej pamiątki

ALE KINO+ 20:10 ★★★★

Maria Altmann pochodzi z zamożnej wiedeńskiej rodziny, która w czasie wojny opuściła Austrię . Po latach chce odzyskać zagrabioną przez nazistów kolekcję obrazów. Szczególnie zależy jej na portrecie ciotki, Adeli pędzla Gustava Klimta. Dzieło jest uważane za skarb narodowy Austrii. Władze nie chcą go oddać, a ona nie chce się poddać.

Misery

Maniakalna fanka zrobi wszystko, aby uczynić z ulubionego pisarza swojego więźnia...

TVP 1 21:55 ★★★★

Pisarz Paul Sheldon jest autorem cyklu powieści o losach Misery. Ukończywszy ostatnią część, zawozi ją do wydawcy, ale ulega wypadkowi. Tuż za nim jedzie Annie Wilkes – pielęgniarka, która zajmuje się nim i jest wielbicielką książek Paula. Kobieta ani myśli go wypuścić...

Dobre zabijanie

Nietuzinkowy film Andrew Niccola dopełniony mistrzowską grą Ethana Hawke

STOPKLATKA 22:00 ★★★

Tom Egan pracuje w amerykańskiej bazie wojskowej w Nevadzie, skąd zdalnie steruje dronami w Afganistanie. Kiedy liczba ataków gwałtownie wzrasta, Tom zaczyna kwestionować słuszność swojej pracy. Wojna nawet na odległość zaczyna odbijać się na jego życiu prywatnym.

Góry Europy

Cykl o europejskich pasmach górskich, które przeżywają rozkwit

TVP DOKUMENT 14:55

Seria czterech filmów dokumentalnych o europejskich pasmach górskich, które przeżywają rozkwit. Przez lata były pomijane, ale w czasach dużego zainteresowania zrównoważoną turystyką ludzie zaczynają zdawać sobie sprawę, że niektóre z najbardziej przyjaznych miejsc wakacyjnych znajdują się tuż obok.

Dzikie fale – nic się nie ukryje

Została postrzelona i nic nie pamięta, ale czy może ufać własnemu ojcu?

ROMANCE TV 16:15

Czteroczęściowy mini-serial „Dzikie fale – Nic się nie ukryje" bazujący na serii o tym samym tytule autorstwa Christiane Sadlo, przeniesie nas do Bretanii. Policjantka Marie (Henriette Richter-Röhl) pracuje tam nad swoimi trudnymi relacjami z ojcem (Ulrich Pleitgen), z którym straciła kontakt już w dzieciństwie.

Poirot

Czy zdoła rozwikłać tajemnicę „klątwy faraona"?

VIASAT EPIC DRAMA 19:55

Dla detektywa Herkulesa Poirot nie istnieją tajemnice nie do rozwikłania, bo belgijski śledczy wyróżnia się intelektem oraz umiejętnością analitycznego myślenia. Cechuje go także niesamowity instynkt, dzięki któremu jest w stanie w swytropić groźnych przestępców. Postać detektywa Poirot została wykreowana przez Agathę Christie, legendarną autorkę wielu znakomitych kryminałów.

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB-T

FILM 23:50

Człowiek z żelaza

7.00 Msza święta na Jasnej Górze **7.40** Magnificat – ukryte serce gór **8.00** Serwis Info **8.15** Noce i dnie (4): Wieczne zmartwienia **9.15** Ranczo (118): Kto tu rządzi **10.10** Komisarz Alex (301) **11.05** Ojciec Mateusz (243): Narzeczona **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.00** Podróż przez życie (1) **14.00** Splątane losy (31)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1013) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Reporterzy – magazyn
18.25 Akacjowa 38 (942) – serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 07 zgłoś się (17): Morderca działa nocą – serial krym. Polska 1984
21.55 Londyński bulwar ★★★ – dramat kryminalny W. Bryt./USA 2010
23.50 Człowiek z żelaza ★★★★ – dramat obycz. Polska 1981 Reż. Andrzej Wajda, Kontynuacja losów rodziny Birkutów, przedstawionych w filmie „Człowiek z marmuru". Syn Mateusza Birkuta, Maciek Tomczyk, jest aktywnym działaczem komitetu strajkowego Stoczni Gdańskiej.
2.30 Wyszyński – zemsta ★★★ **czy przebaczenie** – film biograf. Polska 2021
4.00 Wykrywacz kłamstw

TVP 2

DVB-T

SERIAL 23:45

Pitbull

5.30 M jak miłość (1824) **6.20** Pożyteczni.pl (380) **6.55** Barwy szczęścia (3383) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Rodzinka.pl (84, 85): W jakim wieku? / Praca Tomka **12.35** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (180) – serial obyczajowy Turcja 2024 **14.05** Va banque – teleturniej **14.35** Na sygnale (906): Medycyna kwantowa

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (463) – telenowela Hiszpania
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (181) – serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3383, 3384) (odcinki powtórkowe)
20.30 Przepis dnia – magazyn
20.45 Na dobre i na złe (994) (odcinek powtórkowy)
21.45 Na sygnale (907, 908): Julian! Ratunku! / Strefa śmierci – serial obyczaj. Polska 2026
22.50 Ku'damm 63 (4) – miniserial Niemcy 2016
23.45 Pitbull (27) – serial sensacyjny Polska 2008 Reż. Kasia Adamik Policjanci zajmują się sprawą syna pani Deckiej. Okazuje się, że jest on zastraszany przez grupę młodych ludzi. Artak chce wyeliminować nielojalnych podwładnych.
0.45 Karol, władca Hiszpanii (26) – serial kostiumowy Hiszpania 2015

Polsat

DVB-T

FILM 23:25

American Pie: Zjazd absolwentów

5.40 Telezakupy TV Okazje **6.00** Nowy dzień – magazyn **9.15** Malanowski i Partnerzy (408, 409): Głowa rodziny / Zabójcza korespondencja **10.20** Trudne sprawy (966): Magiczny rytuał **11.20** Dlaczego ja? (1568, 1569): Studentka: Pomysł na biznes **13.20** Gliniarze (937, 938): Handlarze: /Dwanaście życzeń Pani – Game Over – serial fab.- dok. Polska 2024

15.30 Wydarzenia
15.50 Pogoda
15.55 Milionerzy – teleturniej
16.35 Gliniarze (1135-opis, **1136)** – serial Polska 2025 Znalezione zostają zwłoki znanego influencera, który przez swoje kontrowersyjne żarty miał wielu wrogów w sieci. Natalia i Kuba trafiają na trop ofiary jego żartów, która mogła szukać zemsty.
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń"
19.55 Polsat Hit Festiwal 2025: Sopocki Hit Kabaretowy 2025 – festiwal Polska
23.25 American Pie: ★★★ **Zjazd absolwentów** – komedia USA 2012 Reż. Jon Hurwitz, Hayden Schlossberg, wyk. Jason Biggs, Alyson Hannigan, Po latach bohaterowie „American Pie" spotykają się na zjeździe absolwentów. Szybko odkrywają, że mimo dorosłego życia ich dawna natura nie zniknęła, a zjazd przeradza się w imprezę w starym stylu.

TVN

DVB-T

FILM 23:25

Assassin's Creed

6.50 Kuchenne rewolucje: Witnica, Restauracja „Witnica" **7.45** Dzień dobry wakacje **11.20** Doradca smaku **11.25** Kuchenne rewolucje: Wrocław – American Dream **12.30** Top of the Top Sopot Festival **12.35** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Ukradli talerze", Prudnik **13.40** Ukryta prawda (1543) **14.40** Top of the Top Sopot Festival **14.45** Ukryta prawda (1544, 1593)

16.45 Top of the Top Sopot Festival – relacja
16.50 Szpital św. Anny (98) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (269)
18.55 Top of the Top Sopot Festival – relacja
19.00 Fakty
19.35 Top of the Top Sopot Festival – relacja
23.25 Assassin's Creed ★★★ – film przygodowy USA/Francja/W. Bryt./Hongkong/Tajwan/Malta/Hiszpania/Kanada 2016 Reż. Justin Kurzel, wyk. Michael Fassbender, Marion Cotillard, Jeremy Irons Dzięki nowoczesnej technice Callum Lynch może przeżywać przygody swojego przodka z Hiszpanii okresu wielkiej inkwizycji. Zdobywa umiejętności, które pozwalają mu stawić czoła organizacji templariuszy.
1.40 Wallander (3): Zdrada – serial kryminalny Szwecja/Niemcy/Dania 2013
3.45 Uwaga! – magazyn
4.05 Detektywi (268)

TVN 7

DVB-T

FILM 22:45

Mission: Impossible III

6.50 Szkoła (402, 403) **8.45** Ukryta prawda (1371, 1511, 1512) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (640-642) **13.55** Kryminalni (12) **15.00** Szpital (848, 849) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (540) **18.00** SOS. Ekipy w akcji (51) **19.00** Młode gliny (8) **20.00** ★★★ Nie martw się, kochanie – thriller USA 2022, reż. Olivia Wilde, wyk. Florence Pugh **(s.24) 22.45** ★★★ Mission: Impossible III – film sens. USA 2006, reż. J.J. Abrams, wyk. Tom Cruise **1.20** ★★ Głupcy – dramat Polska/Rum./Niemcy 2022, reż. Tomasz Wasilewski, wyk. Dorota Kolak **3.40** Miasta, w których straszy (7) **4.35** Dorota was urządzi (13)

TV Puls

DVB-T

6.00 Policjanci z Miami (15, 16) **8.00** Kobra – oddział specjalny (13, 14) **10.00** Zaklinaczka duchów (77) **11.00** Kotka (16) **12.00** Nie igraj z aniołem (147) **13.00** Wspaniałe stulecie (81) **14.00** Kurierzy (66) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (609, 610) **17.00** Kurierzy (67) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1006, 1007) **20.00** ★★★ Amber Alert – thriller USA 2024 **21.50** ★★★ Porwany – thriller USA 2017 **23.45** ★★★ Conan Barbarzyńca – film przygodowy USA/Bułgaria/Niemcy/Indie 2011

Puls 2

DVB-T

7.00 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Smerfy (36, 37) **14.00** Baranek Shaun (17-19) **14.35** My Little Pony: Przyjaźń to magia (23) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (8, 9) **16.00** Fineasz i Ferb (31, 32) **17.00** Smerfy (38, 39) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (29, 30) **19.00** Kącze opowieści (39, 40) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (994) **21.00** ★★★★ Zielona strefa – film sens. W. Bryt./Fr./USA 2010 **23.15** ★★ Zwierciadło – thriller USA/Kan. 2018 **1.25** Lombard. Życie pod zastaw (251, 252)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Polacy na ratunek Żydom **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Wiedźmin (13) **13.05** Giganci nauki **14.00** Kolba, na szczęście! **15.00** Serwis Info **15.10** Zakochaj się w Polsce **15.35** 20 x 20 Lat TVP Kultura **16.00** Zaraz wracam (128) **16.30** Barwy szczęścia (3366) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Beacon Hill – amerykańska Częstochowa **18.45** Panorama **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Życie nad rozlewiskiem (5, 6) **22.10** To jest grane **22.40** Rozmowy (nie)wygodne **23.15** Panorama **23.45** Kabaret Letnią Porą **0.40** Zaraz wracam (128)

TV Trwam

DVB-T

10.00 Audiencja Generalna Ojca Świętego Leona XIV z Watykanu **11.00** Odpust ku czci NMP Częstochowskiej **13.00** Muzyczne chwile **13.10** Odnaleźć siebie **13.20** Błogosławiona, która zaufała **14.10** Przebudzenie giganta – św. Weronika Giuliani **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje **16.10** Na zdrowie **16.30** Rozmowy o edukacji **17.00** Po stronie prawdy **18.05** Informacje **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie **19.30** Bóg z nami **20.00** Informacje **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Uganda Ojca Adama **0.10** Informacje **0.30** Sanktuaria polskie

TVP Kultura

DVB-T

7.30 Rawhide (47) **8.35** Rzecz Polska **9.00** Gruby (6, 7) **10.10** ★★★ Kontrakt – film obyczajowy Polska 1980 **12.15** Giganci sztuki **13.20** TBA **14.05** Barbara i Jan (7) **14.40** ★★★★★ Pora umierać – dramat obycz. Polska 2007, reż. Dorota Kędzierzawska, wyk. Danuta Szaflarska **16.35** Polskie drogi (1) **18.15** Muzeum polskiej piosenki **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (48) **20.00** Akta Sherlocka Holmesa (1) **(s.24) 21.00** ★★★ Przedwiośnie – dramat Polska/Fr. 2001, reż. Filip Bajon, wyk. Mateusz Damięcki **23.35** Informacje kulturalne **0.05** ★★★★ Wybuch – thriller USA 1981, reż. Brian De Palma, wyk. John Travolta **2.05** Enter Enea Festival 2021

Super Polsat

DVB-T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (61) **6.55** Na ratunek 112 (779, 780) **8.00** Doktor Martin (45, 46) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (29, 30) **11.35** Świat według Kiepskich (384-387) **13.30** Bitwa o palety (14) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (12) **16.00** Ninja Warrior Polska (42) **17.55** Świat według Kiepskich (482-483, 567-568) **20.00** Złomiarze (33) **21.00** ★★★ Pamięć absolutna – film sf USA/Kan. 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel **23.35** ★★★ Łzy słońca – film akcji USA 2003, reż. Antoine Fuqua, wyk. Bruce Willis, Monica Bellucci **2.00** Świat według Kiepskich (442-445) **4.00** Nasz nowy dom (263, 264)

TV 6

DVB-T

6.00 Więzienie (134, 135) **6.55** Policjantki i policjanci (775, 776) **8.55** Kobra – oddział specjalny (94, 95) **10.55** 48h. Zaginieni (247-249) **13.55** Policjantki i policjanci (1233) **14.55** Uroczysko (111, 112) **15.55** Kobra – oddział specjalny (96, 97): Spóźniona zemsta / Śmierć reportera – serial sensacyjny Niemcy 2003 **18.05** Strażnik Teksasu (3, 4): Jedwabne sny / Mustangi – serial sensacyjny USA 1994 **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (109, 110): Zielony fragment / Gdy nie ma odwrotu – serial krym. USA/Kan 2009. **22.00** Czarna lista (106): Frederick Barnes – serial krym. USA 2013 **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (749, 750) **1.05** Kości (149, 150) **3.05** Krejzi Patrol (14)

TV 4

DVB-T

6.00 Strażnik Teksasu (1, 2) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (120) **8.55** Policjantki i policjanci (576, 577) **10.55** Na ratunek 112 (1065, 1066) **11.55** Policjantki i policjanci (17, 18) **13.55** Trudne sprawy (857-859) **17.00** Policjantki i policjanci (1432) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (550) **19.00** Policjantki i policjanci (1433) **20.00** Uroczysko (257, 258) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (155) **22.05** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1038) **23.05** ★★★ Quest – film sens. USA/Kan. 1996, reż. Jean-Claude Van Damme **1.05** Love Island. Wyspa miłości (3) **2.05** Hardkorowy lombard (47) **2.35** Interwencja (5948) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (7)

Ale Kino+

7.00 ★★★ Królowa chmur – kom. Polska 2003 **8.50** The Office PL (11, 12) : Trzydziestka / Walentynki **10.00** Bestia (1, 2) – serial obyczaj.Kan.2025 **12.00** Karen Pirie (2) **13.50** ★★★ Jak zostać belfrem? – komediodramat Fr. 2023 **16.00** ★★★★ Trzy dni Kondora – film sens. USA 1975 **18.15** Karen Pirie (3) **20.10** Prosta sprawa (5, 6) **22.40** Szepty mroku (5, 6): Ha'íínlni / HózhóoNaashá – serial krym. USA 2022 **0.35** Pokonani (7): Mutti – serial Niemcy/Fr./Kan. 2020

Kino Polska

7.25 Bolek i Lolek **7.45** Reksio **8.10** Bolek i Lolek **8.30** 7 słów o przemijaniu **8.40** Wagary **9.25** ★★★ Agent nr 1 – dramat Polska 1971 **11.30** ★★★★ Chłopi (1) – film obyczaj. Polska 1973 **15.10** ★★★ Piłsudski – film biograf. Polska 2019 **17.40** Pogranicze w ogniu (3, 4) **20.00** ★★★ Skrzydlate świnie – film obyczaj. Polska 2010 **22.05** ★★★★ Wymyk – film sens. Polska 2011 **23.50** ★★ Zgorszenie publiczne – kom. rom. Polska 2009

Polsat Film

7.05 Górale **7.30** Doktor Martin (69) **8.30** Przyjaciółki (201, 202) **10.25** Świat według Kiepskich (58-59, 149-150, 23, 32, 235) **14.15** ★★★ Szybcy i wściekli 8 – film sens. Chiny/USA/Jap. 2017 **16.55** ★★★ Pomiędzy nami góry – dramat USA 2017 **19.20** ★★★ Opancerzony – film sens. USA 2009 **21.00** ★★★ Błękitna głębia – film sens. USA 2005, reż. John Stockwell, wyk. Paul Walker **23.25** ★★★ Dziedzictwo Bourne'a – film sens. USA/Jap. 2012

Stopklatka

DVB T

6.00 Kabaretowe hity **6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **7.50** Robert Makłowicz **9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (7) **10.55** Górski lekarz (17, 18) **12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (8) **14.00** Hudson i Rex (13) **15.00** Zajazd. Będzie się działo **17.00** Katastrofy w przestworzach **20.00** ★★★ RoboCop – film sf USA 2014 **(s.24)** **22.30** ★★ Młode wilki 1/2 – kom. Polska 1998, r **0.30** Hitmen – żywi lub martwi – film sens. W. Bryt. 2023

Canal+ Premium

9.25 ★★★ Miss mokrego podkoszulka – kom. Polska 2002 **10.20** Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **12.35** ★★★★★ Ida – dramat Polska 2013 **13.55** Godzina zero (2) **14.40** Kwiat ośmiu gór **16.00** Mój jedyny wróg **16.20** ★★ Saga Zmierzch: Przed świtem. Część I – film przygod. USA 2011 **18.20** ★★★★ Cudowne życie – kom. Fr./Kan. 2025 **20.00** ★★★ Kopnęłabym cię, gdybym mogła – thriller USA 2025 **21.55** The Walking Dead: Dead City (4)

HBO

9.30 ★★★★ Ostatnie zanurzenie – dramat W. Bryt. 2024 **11.05** ★★★ Siła naszych marzeń – kom. Fr./Kan. 2022 **12.50** Noc w zoo – film anim. Kan./Fr./Belg. 2024 **14.20** ★★★ Fantastyczne zwierzęta: Tajemnice Dumbledore'a – film przygod. USA-/W. Bryt. 2022 **16.40** ★★★ Saipan – film Irl./W. Bryt. 2025 **18.10** ★★★ Chórzyści – dramat W. Bryt./USA 2025 **20.00** ★★★ The Pickup – kom. sens. USA 2025 **21.35** Latarnie (2) **22.40** ★★★ Ciche miejsce: Dzień pierwszy – thriller USA 2024

Polsat 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (277-278, 280-282) **17.00** 48 h. Zaginieni (225, 226) **19.00** Gliniarze **20.00** Ślad (22) – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** Tajemnicze zaginięcia kobiet **23.00** Świat według Kiepskich (415, 416): Goście Wieczerzy Pańskiej: Krótki film o męskości

TVP Seriale

5.25 Rodzinka.pl (136, 137) **6.30** Na sygnale (519, 520) **7.35** Ojciec Mateusz (69) **8.35** Komisarz Alex (58) **9.30** Rodzinka.pl (138) **10.05** Klan (1485) **10.40** Ranczo (6, 7) **12.30** Komisarz Alex (59) **13.30** Ojciec Mateusz (420, 421) **15.25** Komisarz Alex (60) **16.20** Na sygnale (521, 522) **17.25** Ranczo (8, 9) **19.30** Ojciec Mateusz (422, 70) **21.30** Ranczo (10, 11) **23.30** Ojciec Mateusz (423, 424) **1.25** Krucjata. Prawo serii (1, 2) **3.30** Stulecie Winnych (40)

AXN

6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (1) **7.15** Ostry dyżur (1, 2) : Zasadzka / Coś nowego **9.10** Castle (24, 1) **11.05** Rekrut (17, 18) **13.05** Dowody zbrodni (4, 5) **15.10** FBI (14, 15) **17.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20, 21) **19.05** Castle (2, 3) **21.05** Walker: Strażnik Teksasu (13, 14) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (20, 21) **0.45** Castle (2, 3) **2.40** Walker: Strażnik Teksasu (13, 14) **4.25** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (2)

13 Ulica

6.00 Balthazar (8) **6.55** ★★ Przepis na porwanie – thriller USA 2021 **8.45** ★★★ Morderstwo na masywie Sancy – film krym. Fr. 2024 **10.45** Mentalista (6-9) **14.25** ★★ Widok, za który można zabić – thriller USA 2023 **16.20** ★★★ Morderstwo w Katalonii – film krym. Fr. 2025 **18.20** Mentalista (10-13) – serial krym. USA **22.00** Niewidomy detektyw (12) – serial krym. Austria/Niemcy **23.55** Astrid i Raphaëlle (7, 8) **2.15** ★★★ Morderstwo w Katalonii – film krym. Fr. 2025

FX

6.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (6) **7.00** Kości (22, 1) **9.00** Sky-Med (4) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) **13.45** Agenci NCIS (15, 16) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) **17.25** Z Archiwum X (6, 7) **19.15** Agenci NCIS: Sydney (2) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) **22.00** Matlock (2) **22.55** Z Archiwum X (7) **23.50** ★★★★ Julie i Julia – kom USA 2009

BBC First

5.10 My Life is Murder (7) **6.00** Z pamiętnika położnej (1) **6.50** Ulica nadziei (6, 7) **8.45** Lewis (2) **9.45** Ojciec Brown (10) **10.45** Śmierć pod palmami (4) **11.50** Z pamiętnika położnej (1) **12.55** Ulica nadziei (8) **13.55** Ojciec Brown (1, 2) **16.00** Lewis (2) **17.00** My Life is Murder (8) **18.00** Morderstwa w Midsomer (3) **19.55** Śmierć pod palmami (5) **21.00** Zbrodnie na Szetlandach (1, 2) **23.30** Line of Duty – Wydział wewnętrzny (5, 1)

Eurosport 1

8.00 **(L)** Snooker: Wuhan Open**11.00** Podsumowanie MŚ Formuły E **13.00** Podsumowanie Wyścigu dookoła Portugalii **14.00** Kolarstwo: Vuelta a España **14.45** **(L)** Kolarstwo: Vuelta a España **18.00** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **19.00** Podsumowanie SailGP: ROCKWOOL Germany Sail Grand Prix **20.00** Snooker: Wuhan Open **22.00** Kolarstwo: Vuelta a España **0.00** Tenis: US Open w Nowym Jorku **1.00** **(L)** Tenis: US Open

Eurosport 2

8.00 Podsumowanie MŚ Formuły E **9.00** Kolarstwo: Vuelta a España **11.00** Kolarstwo górskie: PŚ mężczyzn w Les Gets **12.00** Kolarstwo: Vuelta a España **13.00** Snooker: Wuhan Open **13.30** **(L)** Snooker: Wuhan Open **16.30** Kolarstwo: Vuelta a España **18.00** Home of the Olympics: Galeria Sław – Tokio 2020 **19.00** Podsumowanie Wyścigu dookoła Portugalii **20.00** Kolarstwo: Vuelta a España **22.00** Discovery Golf **22.30** Snooker: Wuhan Open

Polsat Sport 1

6.00 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Słowenia **9.00** **(L)** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **13.15** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Hiszpania – Portugalia; Francja – Włochy; Niemcy – Turcja **20.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Słowenia; Polska – Słowenia **3.00** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu Polska 2026

TVP Sport

DVB T

10.20 Piłka nożna: Lech Poznań UAM – GKS Górnik Łęczna **12.25** Koszykówka: Eliminacje MŚ mężczyzn: Polska – Holandia **14.30** Retransmisja sportowa **16.30** Pełnosprawni **17.00** **(L)** Lekkoatletyka: Memoriał Wiesława Maniaka w Szczecinie **20.05** Żużel: Finał Drużynowych Mistrzostw Europy do lat 24 w Grudziądzu **22.00** Sportowy wieczór **22.45** Lekkoatletyka: Memoriał K. Skolimowskiej na Śląsku: 2. dzień w Chorzowie

Canal+ Sport

9.00 Piłka nożna: Valencia CF – Real Betis **11.20** Piłka nożna: Cracovia – Wieczysta Kraków **13.45** Ekstrapaka: 5. kolejka **15.00** Premier League Netbusters **15.40** Piłka nożna: Valencia CF – Real Betis **18.00** Premier League Review **19.10** Klich. Poza schematem **19.45** Premier League Netbusters **20.20** Premier League Stories **20.55** **(L)** Piłka nożna: Real Madryt – Real Sociedad **23.10** MMA: Gala ONE Friday Fights 167 w Bangkoku

Canal+ Sport 5

8.15 Żużel: FOGO Unia Leszno – Stelmet Falubaz Zielona Góra **11.15** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga **12.15** Ekstrapaka: 5. kolejka **13.30** Hola LaLiga! **14.40** Klich. Poza schematem **15.15** Magazyn PGE Ekstraliga **17.00** Żużel: Bayersystem GKM Grudziądz – ORLEN Oil Motor Lublin; Betard Sparta Wrocław – Krono-Plast Włókniarz Częstochowa **23.00** Boks: Gala BKFC Fight Night **0.15** Piłka nożna: Piast Gliwice – Legia Warszawa

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Frosinone Calcio – Juventus FC **11.00** Made in Italy: Roma; Napoli; Lazio **12.00** Piłka nożna: FC Porto – FC Arouca **14.00** Formuła 1: GP Holandii **16.05** Piłka nożna: Inter Mediolan – AC Monza **18.00** Piłka nożna: Fortuna Düsseldorf – SC Freiburg **20.00** Full Impact Serie A **20.40** Formuła 1: GP Holandii **22.45** Ligue 1 Show **23.20** Serie A Enilive **0.00** Calcio Masters: Gdy taktyka decyduje o losach **0.50** Eleven Top Goals **1.50** Historyczne momenty Ligue 1

Polsat Sport 3

6.00 Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **9.00** **(L)** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu Polska 2026 **18.00** Magazyn Moto3, Moto2 & MotoGP: Podsumowanie **18.45** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Serbia – Grecja **21.00** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu – transmisja **23.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

TVP Info

DVB T

9.05 Info Poranek **9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Serwis info **21.00** Kwiatki polskie

TVP 3

DVB T

9.30 Prywatne życie zwierząt **10.00** Złoty chłopak (224) **11.00** Zielnik regionalny **11.30** Lato na ROD'os **12.00** Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.10** Raport Jasnogórski 2026. 70-lecie Jasnogórskich Ślubów Narodu **22.00** Dziennik regionów

TVP Rozrywka

8.20 Familiada **8.50** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Czterdziestolatek **14.15** Rodzinka.pl **14.50** Program rozrywkowy **15.15** Lato z Radiem i Telewizją Polską **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Makłowicz w podróży **20.10** Postaw na milion **21.10** Kabaret Letnią Porą **22.10** Rodzinka.pl **22.50** Tak to leciało! **23.50** Gabi Drzewiecka zaprasza

Planete+

8.10 360° – świat bez granic **9.20** Polska z góry **10.25** Wiatr. Niewidzialna siła **11.25** Targowiska świata **12.35** 360° – świat bez granic **13.45** Najpiękniejsze rzeki świata **14.45** Superskały. Historia wykuta w kamieniu **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Świat z góry **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Jak oligarchowie korumpują Zachód **19.45** My, budowniczowie nowej Czechosłowacji **20.50** O wolny Tybet. Głosy wygnanych **22.00** Jak US Army cenzuruje Hollywood

BBC Earth

8.20 Dziki połów **9.20** Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Zabójcza pogoda **12.30** Dziki połów **13.25** Najwspanialsze rzeki świata **14.30** W okowach mrozu **16.35** Koloseum: prawdziwa historia **17.35** Najwspanialsze rzeki świata **18.45** Dziki połów **19.45** Pociągiem przez Imperium Rzymskie **20.55** W okowach mrozu **22.55** Koloseum: prawdziwa historia **23.55** Sekrety jurajskich dinozaurów

Discovery Channel

8.00 Zoom na architekturę: Wieża Babel: nowe dowody **9.00** Parker na złotym szlaku **10.00** Wyprawa w nieznane **11.00** Dżungla złota **12.00** Psy policyjne **13.00** Wyzwanie: przetrwanie (1) **14.00** Nagi instynkt przetrwania – 21 dni samotności **15.00** Złomowisko PL **16.00** Łowcy opali **17.00** Kroniki policyjne: Szwecja **18.00** Polscy truckersi **19.00** Złomowisko PL **22.00** Nagi instynkt przetrwania: tajemnicza wyspa **0.00** Hazardziści

TVN Turbo

8.25 Nic do zgłoszenia **9.20** Samochód marzeń – kup i zrób **10.15** Ciężarówką przez Stany **11.15** 101 napraw **12.15** Jeździć, obserwować **13.00** Mobilni mechanicy **14.30** Zawodowi handlarze **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Z drugiej ręki **19.45** Moto Fachury **20.30** Zawodowi handlarze **21.15** Naprawy nie do naprawy **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować **23.45** Duda kontra Szafrański

TVN Style

5.55 Ach, ten ślub! **6.50** Damy i wieśniaczki. Ukraina **7.45** Dzień dobry wakacje – magazyn Polska 2026 **11.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Zielona Góra – Hot Italian Pizza: / Restauracja „Bajkowa", Swarzędz **15.35** I nie opuszczę Cię aż do ślubu **17.05** W czym do ślubu? **17.40** Kuchenne rewolucje: Restauracja „Retka", Łódź **20.50** Jestem z Polski **22.50** Babski biznes **23.50** Mroczne sekrety małżeńskie **0.55** Pani Gadżet erotycznie

eprasa.pl 1eda4ab262

Wędrówki szlakami granicznymi

Spektakularne panoramy to początek

TVP DOKUMENT 16:55

Cykl dokumentalny o wędrówkach szlakami granicznymi. W 1. odcinku znajdziemy się na granicy Austrii i Słowenii. Na ich granicy z górnych partii łańcucha górskiego Koralpe roztaczają się okazałe panoramy, dlatego ów szlak nazwano widokowym. Liczy on 123 kilometry i biegnie wzdłuż granicy od Hühnerkogela do miejscowości Bad Radkersburg.

Akta Sherlocka Holmesa

Najsłynniejszy detektyw świata nie da przestępcom wolnej ręki!

TVP KULTURA 20:00

Bohater opowiadań Arthura Conan Doyle'a, Sherlock Holmes i jego nieodłączny przyjaciel dr Watson rozwiązują serie tajemniczych zagadek. Po raz kolejny zmierzą się z najgorszymi indywiduami londyńskiego półświatka. W roli słynnego detektywa występuje Jeremy Brett, zaś w roli jego przyjaciela, dr Watsona– Edward Hardwicke.

Nie martw się, kochanie

Jak dużo będzie gotowa poświęcić dla ujawnienia tego, co naprawdę dzieje się w raju?

TVN 7 20:00 ★★★

Alice (Florence Pugh) i Jack (Harry Styles) mają szczęście mieszkać w wyidealizowanej społeczności Victory. Jest to eksperymentalne miasteczko pracownicze dla zatrudnionych przy ściśle tajnym Projekcie Victory oraz ich rodzin. Optymizm społeczny lat 50. XX wieku, uosabiany przez szefa, Franka (Chris Pine) – korporacyjnego wizjonera i trenera motywacyjnego – przenika każdy aspekt codziennego życia. Na powierzchni idylli pojawiają się coraz liczniejsze pęknięcia.

Thriller USA 2022, reż. Olivia Wilde, występują: Florence Pugh, Harry Styles, Chris Pine

RoboCop

Remake filmu Paula Verhoevena z 1987 roku

STOPKLATKA 20:00 ★★★

Detroit, 2028 rok. Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman) ginie podczas akcji. Naukowcy z międzynarodowej korporacji OmniCorp, za zgodą jego żony (Abbie Cornish), podejmują eksperyment – wszczepiają w ciało mężczyzny części maszyny i konstruują z niego policyjnego cyborga. Wkrótce tracą nad nim kontrolę. Od tej pory Murphy jako RoboCop staje do walki z bezprawiem. W pierwszej kolejności chce odnaleźć swoich oprawców i zemścić się na nich. Po wykonaniu misji zamierza też rozprawić się ze skorumpowanymi policjantami.

Film SF USA 2014, reż. José Padilha, występują: Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton

Julie i Julia

Apetyczny sposób na życie

FX 23:50 ★★★★

Amerykańska komedia z 2009 roku, napisana i wyreżyserowana przez Norę Ephron. W rolach głównych występują Meryl Streep, Amy Adams, Stanley Tucci i Chris Messina. Historia Julii Child, zawodowej kucharki, splata się z pomysłem blogerki Julie Powell, która postanowiła ugotować wszystkie potrawy wedle przepisów z książki kucharskiej Child.

Romance TV

8.40 Górski lekarz (71) **10.30** ★★★★ Jak wygrać wojnę rozwodową – film obyczaj. Niemcy 2015 **12.25** ★★★ Bella Australia – kom. rom. Niemcy 2012 **14.20** ★★★ Rosamunde Pilcher: Rocznica – film obyczaj. Niemcy 2024 **16.15** Dzikie fale – nic się nie ukryje (2) **18.05** Górski lekarz (72) **20.00** ★★★ Malibu – Pocałuj żabę – kom. rom. Niemcy 2023 **21.55** ★★★ Następny zjazd „Szczęście": Pieśń dla wolności – kom. Niemcy 2022 **23.50** Górski lekarz (72)

TVN Fabuła

6.30 Seriaale Top 5 **6.45** Zakochani po uszy (159, 160) **7.45** Detektywi **9.50** Prawo Agaty (8) **10.55** Lekarze (2) **11.55** Zapukaj do moich drzwi (62, 63) **13.55** Prawo Agaty (7) **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (55, 56) **17.10** Filmowe duety **17.45** Alfabet filmowy **17.50** ★★★ Niania w Nowym Jorku – kom. USA 2007 **20.00** ★★★ Black Adam – film sf USA 2022 **22.45** ★★ Na zabójczej ziemi – film USA 1994 **0.45** ★★★ Ścigane – film sens. W. Bryt. 2019

AMC

5.50 W obiektywie **6.00** Najlepsi reżyserzy Hollywood **6.30** W obiektywie **6.45** ★★★★ Wściekła pięść – film sens. Hongk. 1972 **8.55** ★★ Błękitna laguna – film przygod. USA 1980 **11.15** W 80 dni dookoła świata (1-3) **17.15** ★★★★ Moneyball – film biograf. USA 2011 **20.00** ★★ Krwawa rozgrywka – film akcji Chiny/Hongk./USA 2017 **22.15** ★★★ Resident Evil – horror W. Bryt./Niemcy 2002 **0.20** ★★★★ Podziemny krąg – dramat USA/Niemcy 1999

TTV

DVB T

8.00 DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Gogglebox. Przed telewizorem **18.05** Zakup w ciemno Extra **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Idź na całość **23.00** Gogglebox. Przed telewizorem **0.00** Nic do zgłoszenia

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (19) **7.00** Byli sobie podróżnicy **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Tajemnice II wojny światowej **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Kroniki Hitlera **15.00** Truckersi przez Australię **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Wojna widziana z powietrza **22.00** Ostatni bastion Hitlera **0.00** Starożytni kosmici

Nowa TV

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (492-495) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (1, 6) **10.30** Więzienie **11.00** Poirot (3, 1) **14.00** Świat według Kiepskich (417, 418) **15.00** Świat według Bundych (51-56) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (15) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (43) **22.00** Ślad (77-78, 90) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

National Geographic

8.00 Car S.O.S. **9.00** Inżynieria po katastrofie **10.00** Porzucone konstrukcje **11.00** Plemienna szkoła przetrwania: Andy **12.00** Historia Związku Radzieckiego **15.00** Katastrofa w przestworzach **16.00** Ukryte pod miastami **17.00** Tajemnicze wyspy **17.55** Złoto Hitlera **18.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **20.00** Katastrofa w przestworzach **21.00** Odkopać historię **22.00** Katastrofy pod lupą **23.00** Najniebezpieczniejsze drogi Europy

Nat Geo Wild

6.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **7.00** Parki narodowe Ameryki **8.00** Silni wbrew naturze **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Zabójcze królestwo Afryki **13.00** Kraina dzikich zwierząt **14.00** Kraina piesków preriowych **15.00** Myśliwy kontra ofiara **16.00** Dzikie królestwo Chin **17.00** Sekretne życie ośmiornic **18.00** Katavi – utracony raj Afryki **19.00** Śmierć przychodzi po zmroku **20.00** Najgroźniejsze zwierzęta świata **21.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.35 Zapukaj do moich drzwi (135) **7.35** Tajemnice miłości (61) **8.30** Szpital (856, 857) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (425, 426) **12.30** SOS. Ekipy w akcji **13.30** Brzydula (101, 102) **14.40** Za głosem serca (10) **15.50** Magda M. (11) **16.55** Idź na całość **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (2, 3) **21.05** Kryminalni (7, 8) **23.15** Hannibal (6) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.20** Szpital (838) **2.20** Szkoła (606)

TVP Historia

DVB T

8.30 1920. Wojna i miłość (10) **9.20** Powstanie Sejneńskie 1919 **10.05** Podróże z Agatą Christie i Sir Davidem Suchetem **11.10** Sardynia: Tajemnicze wieże – Nuragi **12.15** Wszystkie kolory świata **13.15** Starożytny Egipt – kroniki imperium **14.15** Janosik (10): Wszyscy za jednego **15.40** Sensacje XX w. **18.05** 1920. Wojna i miłość (11) **19.00** Wszystkie kolory świata **20.00** Trzeci oficer (10) **21.00** Brytyjskie odliczanie do wojny **21.50** Tajemnice samolotów prezydenckich

TVP Dokument

DVB T

8.15 Kanadyjskie Parki Narodowe **9.15** Góry Europy **10.15** Dobre wieści z planety Ziemia **11.15** Laos – echa spokojności **12.10** Korona Gór Polski **12.40** Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo **13.45** Kanadyjskie Parki Narodowe **14.50** Góry Europy **15.50** Dobre wieści z planety Ziemia **16.55** Wędrówki szlakami granicznymi (s.24) **17.50** Sanatorium miłości **18.50** Nie wolno przerwać spektaklu **20.00** Dzikie życie poza szlakiem **21.05** Dzikie imperium **22.10** Niebezpieczne drogi

Zoom TV

6.00 Kojak (18, 19): Szpital pełen grozy / Mój przyjaciel, koń **8.00** Strażnik Teksasu (15, 16) **10.00** MacGyver (19, 1) **12.05** Tajne bazy Hitlera: Bergkristal: atomowe zagrożenie **13.15** Sensacje XX w.: Goering **15.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **18.00** FBI (18, 19) **20.00** Kobra – oddział specjalny (2, 3) **22.00** Kabaretowe przeboje – program rozrywkowy Polska 2024 **23.00** Adam szuka Ewy. Finlandia – reality show **0.00** Magia nagości. Polska

TLC

7.00 Salon sukien ślubnych Goka: Wielka Brytania **8.00** Dom wygrany na loterii **9.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **11.00** Design w australijskim stylu **12.00** Kamera, akcja, wpadka! **13.00** Dr Pryszczylla **15.00** Wiza na miłość: na odwrót, pościelove rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Transplantacja: drugie życie **21.00** Ciało, w którym żyję **22.00** Moje paranoje **23.00** Moje koszmarne stopy

TVS

10.15 Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** ★★ Rosamunde Pilcher – Całkiem nieoczekiwane zakończenie – dram. Niemcy 2015 **21.50** ★★★ Rosamunde Pilcher – Anioł stróż – film obyczaj. Niemcy/W. Bryt. 2016

WP

9.05 Pogoda **9.10** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Wakacyjne remonty – reality show **11.00** Niepojęte: strefa tajemnic – serial dok. USA 2020 **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **16.55** Pogoda **17.00** ★★★ Miłość warta miliony – romans USA/Kan. 2024, **19.00** Strażacy z sąsiedztwa **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.50** Pogoda **22.00** Przebojowe kabarety

eprasa.pl 1eda4ab262

TVP 1

DVB-T

Taylor Swift _ amer. supergwiazda

7.00 Msza św. na Jasnej Górze **7.30** Pełnia wiary **8.00** Serwis Info **8.15** Noce i dnie (5): Uśmiechy losu **9.15** Ranczo (119): Partyzancka dola **10.10** Komisarz Alex (302): Idzie kominiarz po drabinie **11.05** Ojciec Mateusz (244): Sparring **12.00** Serwis Info **12.10** Agrobiznes **12.40** Magazyn rolniczy **13.00** Podróż przez życie (2): Życiowe lekcje **14.00** Splątane losy (32)

15.00 Serwis Info – magazyn
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka
16.00 Dziedzictwo (1014) – serial obycz. Turcja 2020
17.00 Teleexpress
17.25 Jaka to melodia?
18.05 Reporterzy – magazyn
18.25 Akacjowa 38 (943) – serial obycz. Hiszp. 2018
19.30 19.30
19.55 Pytanie dnia
20.30 Ojciec Mateusz (449) – serial krym. Polska 2026
21.25 Sprawa dla reportera
22.25 Taylor Swift – amerykańska supergwiazda – film dokumentalny Belgia/Francja 2024
Taylor Swift, światowa ikona popu, z prowincjonalnej dziewczyny stała się jedną z najbardziej wpływowych artystek XXI wieku. Dokument pokazuje jej karierę i fenomen popularności.
23.30 Morderstwa w Nimes
★★★ – dramat kryminalny Francja 2024
Reż. Anne Péjean, wyk. Tiphaine Daviot, Juliette Plumecocq-Mech, Mathieu Madenian

TVP 2

DVB-T

Kocham Cię, Polsko!

5.30 M jak miłość (1825) **6.20** Operacja zdrowie (67) **6.55** Barwy szczęścia (3384) **7.30** Pytanie na śniadanie – program informacyjno-publicystyczny **11.30** Rodzinka.pl (86, 87): Dziewczyna Kuby / O szkole i kobietach **12.35** Koło fortuny **13.15** Panna młoda (181) – serial obyczaj. Turcja 2024 **14.05** Va banque **14.35** Na sygnale (907): Julian! Ratunku! – serial obyczaj. Polska

15.05 La Promesa – pałac tajemnic (464) – telenowela Hiszp. 2023
16.00 Koło fortuny – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (182) – serial obycz. Turcja 2024
18.15 Va banque – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu
19.25 Barwy szczęścia (3384, 3385) (odcinki powtórkowe)
20.40 Kocham Cię, Polsko! – quiz Polska 2026
W drużynie Michała Koterskiego zagrają Kasia Moś, Zygmunt Kukla, Magdalena Smalara. Drużyna Filipa Gurłacza będzie składać się z Kasi Pakosińskej, Andrzeja Krzywego i Grażyny Wolszczak. Gościem muzycznym będzie Halina Mlynkova.
22.10 Lato z Radiem i Telewizją Polską: Ełk (powtórka)
22.45 Czas honoru. Powstanie (9, 10): Noc poślubna / Szyfr Inżyniera – serial wojenny Polska 2014
0.30 Pitbull (28) – serial sens. Polska 2008
1.30 E = mc2
★★★ – komedia Polska 2002

Polsat

DVB-T

Misie

6.00 Nowy dzień – program informacyjno-publicystyczny **9.15** Malanowski i Partnerzy (410, 411) **10.20** Trudne sprawy (967): Ojciec Szymona **11.25** Dlaczego ja? (1570, 1571): Utracone zaufanie / Najlepsza terapia **13.25** Gliniarze (939): Stalker **14.50 (L)** Siatkówka: Mistrzostwa Europy kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Niemcy

17.40 Gliniarze (1137) – serial fabularno-dokumentalny Polska 2025
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń”
20.00 Wyjdź za mnie
★★★ – komedia romantyczna USA/Chiny/Japonia 2022
Reż. Kat Coiro, wyk. Jennifer Lopez, Owen Wilson, John Bradley
22.30 Misie
★★ – komedia Polska 2025
Reż. Mariusz Malec, wyk. Krzysztof Zalewski, Małgorzata Mikołajczak, Paulina Gałązka
Po rozstaniu z dziewczyną niedojrzały muzyk trafia w śpiączce do czyśćca dla egoistów. W świecie realnym jego była partnerka poznaje idealnego mężczyznę i zamierza wyjść za mąż.
0.40 Spadaj, tato
★★★ – komedia USA 2012
Reż. Sean Anders, wyk. Adam Sandler, Andy Samberg, Leighton Meester
3.10 Nasz nowy dom
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa
4.40 Disco gramy!

TVN

DVB-T

Och, Karol

6.50 Kuchenne rewolucje: Karczma „Pod Dębami”, Komorniki **7.45** Dzień dobry wakacje **11.20** Doradca smaku (9) **11.25** Kuchenne rewolucje: Opole – Caverna Cafe **12.30** Top of the Top Sopot Festival **12.35** Kuchenne rewolucje: Restauracja „U Mariusza”, Płock **13.40** Ukryta prawda (1545) **14.40** Top of the Top Sopot Festival **14.45** Ukryta prawda (1546, 1594)

16.45 Top of the Top Sopot Festival – relacja
16.50 Szpital św. Anny (99) – serial obycz. Polska 2026
17.55 Detektywi (329): Tylko śmierć nas rozłączy cz. 1 – serial fabularno-dokumentalny Polska 2026
18.55 Top of the Top Sopot Festival – relacja
19.00 Fakty
19.35 Top of the Top Sopot Festival – relacja
23.25 Och, Karol
★★★ – komedia Polska 1985
Reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński, Dorota Kamińska, Marta Klubowicz
Karol Gierski lubuje się w grach miłosnych. Chociaż ma atrakcyjną żonę, nie przepuści żadnej okazji, by spotkać się z inną. A to rodzi coraz większe komplikacje.
1.30 Kuchenne rewolucje: Wrocław – Bistro „Zapętlone”
2.40 Uwaga! – magazyn
2.55 Kwatery Hitlera: Pociąg Amerika – serial dokumentalny Polska 2019
3.55 Detektywi (269) – serial fab.- doku. Polska 2025

TVN 7

DVB-T

Młode gliny

6.50 Szkoła (405, 406) **8.45** Ukryta prawda (1372, 1513, 1514) **11.50** W-11 Wydział Śledczy (643-645) **13.55** Kryminalni (1) **15.00** Szpital (850, 851) **17.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska (541) **18.00** SOS. Ekipy w akcji (52) **19.00** Młode gliny (9) **20.00** ★★★ Gliniarz z Beverly Hills III – komedia sensacyjna USA 1994, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy **22.15** ★★★★ Mission: Impossible IV – Protokół duchów – film sens. USA 2011, reż. Brad Bird, wyk. Tom Cruise **0.55** ★★★ Córka prezydenta – komedia rom. USA/W. Bryt./Czechy/Włochy 2004, reż. Andy Cadiff, wyk. Mandy Moore **3.15** Miasta, w których straszy (8)

TV Puls

DVB-T

6.00 Policjanci z Miami (16, 17) **8.00** Kobra – oddział specjalny (14, 15) **10.00** Zaklinaczka duchów (78) **11.00** Kotka (17) **12.00** Nie igraj z aniołem (148) **13.00** Wspaniałe stulecie (82) **14.00** Kurierzy (67) **15.00** Lombard. Życie pod zastaw (611, 612) **17.00** Kurierzy (68) **18.00** Lombard. Życie pod zastaw (1007, 1008) **20.00** ★★ Moonfall – film sf USA/W. Bryt. 2022 **(s.27) 22.25** ★★ Łowcy burz – film przyg. USA 2023 **0.20** ★★★ Wędrująca Ziemia 2 – film sf Chiny 2023 **4.05** Dzielnica strachu (461)

Puls 2

DVB-T

7.00 Seriale anim. dla dzieci **13.00** Smerfy (38, 39) **14.00** Baranek Shaun (20, 1, 2) **14.35** My Little Pony: Przyjaźń to magia (24) **15.00** Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (9, 10) **16.00** Fineasz i Ferb (32, 33) **17.00** Smerfy (40, 41) **18.00** Pingwiny z Madagaskaru (31, 32) **19.00** Kącze opowieści (40, 41) **20.00** Lombard. Życie pod zastaw (995) **21.00** ★★★ Last Vegas – komedia USA 2013 **23.05** ★★★ Obwożąc Madeleine – dramat Fr./Belg. 2022 **1.00** Lombard. Życie pod zastaw (253-254, 12)

TVP Polonia

7.30 Pytanie na śniadanie **11.30** Stacja innowacja **11.50** Przepis dnia **12.00** Serwis Info **12.10** Życie nad rozlewiskiem (5, 6) **13.50** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.40** Turystyczna jazda **15.00** Serwis Info **15.10** Tamte lata, tamte dni **15.40** Słownik polsko@polski **16.10** Rozrywka Retro **16.30** Barwy szczęścia (3367) **17.00** Teleexpress **17.20** Gra słów. Krzyżówka **17.50** Teleexpress Extra **18.15** Tańcząca ze światem **18.45** Panorama **19.20** Powstanie warszawskie dzień po dniu **19.30** 19.30 **19.55** Pytanie dnia **20.25** Ranczo (34) **21.20** Polonia 24. Tygodnik **22.25** Ekstradycja (4) **23.20** Panorama **23.50** Anna. Szczęśliwa i pogodzona **0.45** Rodzinka.pl (281)

TV Trwam

DVB-T

11.35 Przyroda i ludzie **12.20** Wykłady naukowe **12.50** Mateczniki polskości **13.00** Znak nadziei **13.30** Msza święta z Jasnej Góry **14.30** Pędzelkiem z ogona wiewiórki pisane **15.00** Po stronie prawdy **16.00** Informacje **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól Ziemi **17.15** Muzyczne chwile **17.30** Odpowiedzialni za Kościół **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Rodzinny Ogród Zoologiczny „Królestwo Stworzenia” **20.20** Różaniec **20.50** Kartka z kalendarza – Powstanie Warszawskie **21.00** Apel Jasnogórski **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (89) **22.45** 50 lat w Republice Konga **0.10** Informacje **0.30** Odpowiedzialni za Kościół

TVP Kultura

DVB-T

7.25 Rawhide (49) **8.30** Informacje kulturalne **9.00** Polskie drogi (1) **10.40** ★★★ Wenecja – film obyczaj. Polska 2010 **12.50** Reżyserzy **(s.2) 13.45** Alternatywy 4 (1) **(s.27) 14.55** ★★★ W deszczowy dzień w Nowym Jorku – kom. rom. USA 2019 **16.40** Polskie drogi (2) **18.15** Dzień, w którym umarła gwiazda rocka **18.55** Rawhide (50) **20.00** ★★★★ Fisher King – kom. USA 1991, reż. Terry Gilliam, wyk. Robin Williams **22.25** Liam Gallagher – 48 godzin w Rockfield **23.25** ★★★ Przedwiośnie – dramat Polska/Fr. 2001, reż. Filip Bajon, wyk. Mateusz Damięcki, Janusz Gajos **2.00** ★★★★ Rysa – dramat Polska 2008, reż. Michał Rosa, wyk. Jadwiga Jankowska-Cieślak

Super Polsat

DVB-T

6.05 Wydarzenia 21:50 **6.45** SuperLudzie Extra (62) **7.00** Na ratunek 112 (781, 782) **8.00** Doktor Martin (47, 48) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (5, 6) **11.30** Świat według Kiepskich (388-391) **13.30** Bitwa o palety (15) **14.30** Hell's Kitchen – piekielna kuchnia (13) **16.00** Ninja Warrior Polska (15) **17.55** Świat według Kiepskich (484-485, 569-570) **20.00** Złomiarze (34) **21.05** ★★★ Bez hamulców – film sens. USA 2012, reż. David Koepp, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Dania Ramirez **22.55** ★★★ Tłumaczka – thriller USA 2005, reż. Sydney Pollack, wyk. Nicole Kidman, Sean Penn **(s.3) 1.30** Świat według Kiepskich (446-450) **4.05** Nasz nowy dom (265, 266)

TV 6

DVB-T

6.00 Więzienie (136, 137) **6.55** Policjantki i policjanci (777, 778) **8.55** Kobra – oddział specjalny (96, 97) **10.55** 48h. Zaginieni (250-252) **13.55** Policjantki i policjanci (1234) **14.55** Uroczysko (113, 114) **16.00** Kobra – oddział specjalny (98, 99): Upadek z wysoka / Koniec młodości – serial sens. Niemcy 2003 **18.05** Strażnik Teksasu (5, 6): Dopóki śmierć nas nie rozłączy / Tęczowy wojownik – serial sensacyjny USA 1994 **20.05** CSI: Kryminalne zagadki Miami (173, 174): Złe nasienie / Zaginiony pan młody – serial krym. USA 2009 **22.00** Czarna lista (107): Generał Ludd **23.00** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (751, 752) **1.00** Kości (151, 152) **2.55** Cobra Kai (49) **3.40** Septagon (57)

TV 4

DVB-T

5.30 Telezakupy TV Okazje **6.00** Strażnik Teksasu (3, 4) **7.55** Bogaty dom – biedny dom (121) **8.55** Policjantki i policjanci (578, 579) **10.55** Na ratunek 112 (1067, 1068) **11.55** Policjantki i policjanci (19, 20) **14.00** Trudne sprawy (860-862) **17.00** Policjantki i policjanci (1433) **18.00** Łowcy skarbów. Kto da więcej (551) **19.00** Policjantki i policjanci (1434) **20.00** Uroczysko (259, 260) **21.05** Sprawiedliwi. Trójmiasto (156) **22.10** Sprawiedliwi – wydział kryminalny (1039) **23.10** ★★★ Zawodowcy – thriller USA 2008, reż. Jon Avnet, wyk. Robert De Niro, Al Pacino **1.25** Love Island. Wyspa miłości (4) **2.25** Hardkorowy lombard (48) **2.55** Śmierć na 1000 sposobów (8)

Ale Kino+

7.00 Wyraj – film krótkometr. Polska **7.35** ★★★ Wszyscy święci – dramat Polska 2002 **9.15** Przybieżeli **10.00** Bestia (3, 4) **12.00** Karen Pirie (3) **13.55** ★★★★ Pokuta – melodramat W. Bryt./Fr./USA 2007 **16.20** ★★★ 41 dni nadziei – film biograf. USA/Isl./Hongk. 2018 **18.15** Karen Pirie (1) **20.10** ★★★ Wszyscy wiedzą – dramat Hiszp./Fr./Wł. 2018 **22.45** ★★★★ Tajne przez poufne – kom. krym. USA/W. Bryt./Fr. 2008 **0.45** ★★★ Dom Glassów – thriller USA 2001

Kino Polska

7.20 Bolek i Lolek **7.40** Reksio **8.05** Przygody Myszki **8.35** Wskrzeszenie **8.55** ★★★ Skradziona kolekcja – kom. Polska 1979 **10.45** ★★★★ Złoty pociąg (1) – film sens. Polska/Rum. 1986 **14.00** ★★★★ Potop (1) – film historyczny Polska 1974 **17.40** Pogranicze w ogniu (4, 5) **20.00** ★★★ Ziarno prawdy – thriller Polska 2015, reż. Borys Lankosz, wyk. Robert Więckiewicz, Jerzy Trela **22.25** ★★★ Zabawa, zabawa – dramat Polska 2018 **(s.27)**

Polsat Film

7.05 Górale **7.30** Doktor Martin (70) **8.30** Przyjaciółki (203, 204) **10.25** Świat według Kiepskich (60, 151-152, 235, 172, 4-5, 50) **14.45** Jak wytresować smoka – film anim. **16.45** ★★★ Wkręceni – kom. Polska 2014 **18.50** ★★★ Miłość na nowo – komediodramat USA 2023 **21.00** ★★★ Parkingowy – kom. USA 2022, reż. Richard Wong, wyk. Eugenio Derbez **23.40** ★★★ Battleship: Bitwa o Ziemię – film przygod. USA/Jap. 2012, reż. Peter Berg, wyk. Taylor Kitsch

Stopklatka

DVB T

6.00 Kabaretowe hity **6.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **7.50** Robert Makłowicz **9.40** Zagadki kryminalne panny Fisher (8) **10.55** Górski lekarz (18, 1) **12.55** Zagadki kryminalne panny Fisher (9) **14.00** Hudson i Rex (14) **15.00** Zajazd. Będzie się działo **17.00** Katastrofy w przestworzach **20.00** ★★★ Lot Feniksa – film sens. USA 2004 **(s.27)** **22.30** ★★★★ Lot – thriller USA 2012, **1.25** ★★ Obrońca – film sens. USA/W. Bryt./Niemcy 2004

Canal+ Premium

8.00 Agent szczęścia **9.35** ★★★ W kogo ja się wrodziłem? – film Polska 2001 **10.40** ★★ Zmiennokształtni 2 – film Niem. 2026 **12.20** ★★★ Wszyscy święci – dram. Polska 2002 **13.40** Godzina zero (3) **14.25** Co ukrywa Elon Musk? **15.55** ★★★ Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2. – film USA 2012 **17.50** Hollywood Buzz **18.20** ★★★ Pod gwieździstym niebem – kom. USA 2025 **20.00** ★★★★ Strefa zagrożenia – thriller W. Bryt. 2025 **21.50** ★★★ Wojownik – film USA 2011

HBO

8.20 ★★★ Chórzyści – dramat W. Bryt./USA 2025 **10.10** Zaufaj mi **11.45** ★★★ The Pickup – kom. USA 2025 **13.20** ★★★★ Nasz dom – film Hiszp. 2024 **14.40** ★★★ Na arenie – thriller Fr. 2024 **16.15** ★★★★ Spider-Man: Homecoming – film sf USA 2017 **18.25** ★★★★ Christy – dramat Irl./W. Bryt. 2025 **20.00** ★★★★★ Głos Hind Rajab – dramat Tun. 2025 **21.30** Dalekie od polityki **23.10** Conan O'Brien wyłatuje **23.50** ★★★★ Mumia: Film Lee Cronina – horror USA/Irl. 2026

Polsat 2

6.30 Nasz nowy dom **7.30** Na ratunek 112 **8.30** Sekrety rodziny **11.30** Trudne sprawy **12.30** Dlaczego ja? **14.30** Świat według Kiepskich (283-287) **17.00** 48 h. Zaginieni (227, 228) **19.00** Gliniarze: Pod drzewem **20.00** Ślad (23): Skąpiec – serial krym. Polska 2018 **21.00** Gliniarze: Radykalne rozwiązanie – serial fabularno-dokumentalny Polska 2024 **22.00** Komisarz mama (12) **23.00** Świat według Kiepskich (417, 418) **0.00** Ślad (96)

TVP Seriale

5.25 Rodzinka.pl (137, 138) **6.25** Na sygnale (520, 521) **7.35** Ojciec Mateusz (70) **8.30** Komisarz Alex (59) **9.25** Rodzinka.pl (139) **10.00** Klan (1486) **10.35** Ranczo (7, 8) **12.25** Komisarz Alex (60) **13.25** Ojciec Mateusz (421, 422) **15.25** Komisarz Alex (61) **16.10** Na sygnale (522, 523) **17.20** Ranczo (9, 10) **19.25** Ojciec Mateusz (423) **20.30** Komisarz Alex (318) **21.30** Ranczo (11, 12) **23.30** Ojciec Mateusz (424, 425) **1.25** Pitbull (26, 27) **3.30** Stulecie Winnych (41)

AXN

6.30 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3) **7.15** Ostry dyżur (3, 4): Bratobójczy ogień / Złamana gałąź **9.10** Castle (2, 3) **11.10** Rekrut (19, 20) **13.10** Dowody zbrodni (6, 7) **15.10** FBI (1, 2) **17.10** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 23) **19.05** Castle (4, 5) **21.05** Agenci NCIS: Hawaje (22, 1) **23.00** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (22, 23) **0.40** Castle (4, 5) **2.40** Agenci NCIS: Hawaje (22, 1) **4.25** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas (3): Plony

13 Ulica

6.00 Balthazar (1) **6.55** ★★ Widok, za który można zabić – thriller USA 2023 **8.50** ★★★ Morderstwo w Katalonii – film krym. Fr. 2025 **10.50** Mentalista (10-13) **14.30** ★★★ Jak wrobić rodzinę – film USA 2023 **16.25** ★★★ Morderstwo na wyspie Porquerolles – thriller Fr. 2022 **18.20** Bez śladu (1, 2) – serial sens. USA **20.10** Kasandra (1) – serial krym. Fr. **22.00** Follow (1, 2) – serial krym. Fr. **(s.27)** **23.50** ★★★ xXx: Reaktywacja – film sens. USA 2017

FX

6.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (7) **7.00** Kości (2, 3) **9.00** Sky-Med (5) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) **11.55** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) **13.45** Agenci NCIS (17, 18) **15.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) **17.25** Z Archiwum X (7, 8) **19.15** Agenci NCIS: Sydney (3) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) **22.00** Zakłamanie **23.00** Z Archiwum X (8) **0.00** ★★★★ Twierdza – film sens. USA 1996

BBC First

5.15 My Life is Murder (8) **6.00** Z pamiętnika położnej (2) **6.50** Ulica nadziei (8) **7.45** Ojciec Brown (2) **8.45** Lewis (1) **9.45** Ojciec Brown (11) **10.45** Śmierć pod palmami (5) **11.50** Z pamiętnika położnej (2) **12.55** Tajemnice Majorki (1, 2) **14.55** Ojciec Brown (3) **16.00** Lewis (1) **17.00** My Life is Murder (9) **18.00** Morderstwa w Midsomer (4) **19.55** Śmierć pod palmami (6) **21.00** Line of Duty – Wydział wewnętrzny (2, 3) **23.25** Po powodzi (1)

Eurosport 1

8.00 **(L)** Snooker: Wuhan Open **11.00** Discovery Golf **11.30** Podsumowanie SailGP: ROCKWOOL Germany Sail Grand Prix **12.30** Hard Knocks **13.30** Kolarstwo: Vuelta a España **14.45** **(L)** Kolarstwo: Vuelta a España **17.45** **(L)** Kolarstwo górskie: MŚ w Val di Sole **18.15** Cycling Show **18.20** **(L)** Kolarstwo górskie: MŚ w Val di Sole **19.30** Tenis: US Open w Nowym Jorku **21.30** Esports Show **22.00** Kolarstwo: Vuelta a España **23.00** Kolarstwo górskie: MŚ w Val di Sole

Eurosport 2

8.00 Podsumowanie MŚ Formuły E **9.00** Kolarstwo: Vuelta a España **10.00** Podsumowanie Wyścigu dookoła Portugalii **11.00** Tenis: US Open w Nowym Jorku **12.30** Kolarstwo: Vuelta a España **13.30** **(L)** Snooker: Wuhan Open **16.30** Tenis: US Open w Nowym Jorku **18.30** Discovery Golf **19.00** **(L)** Golf: PGA Tour – Tour Championship **0.00** Kolarstwo: Vuelta a España **1.30** Wyścigi samochodowe – Formuła E: e-Prix Tokio: 1. wyścig; 2. wyścig

Polsat Sport 1

8.00 Tenis: ATP Masters 1000 – Cincinnati Open **9.00** **(L)** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **13.30** Studio **14.45** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Niemcy **17.00** Studio **17.45** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Łotwa – Węgry **20.00** **(L)** Lekkoatletyka – Weltklasse Zürich **22.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Polska – Niemcy; Polska – Słowenia

TVP Sport

DVB T

8.00 Piłka nożna: Mistrzostwa Świata w Kanadzie, Meksyku i USA **10.35** Piłka nożna **11.30** Retransmisja sportowa **12.40** Reportaż **13.20** Lekkoatletyka: Memoriał Wiesława Maniaka w Szczecinie **15.30** Motocross: MP w Chełmnie **16.05** Studio **16.20** **(L)** Wioślarstwo: MŚ w Amsterdamie **18.15** Reportaż **19.15** Studio **19.50** **(L)** Koszykówka: Eliminacje MŚ mężczyzn: Izrael – Polska **22.30** Sportowy wieczór **23.00** Retransmisja sportowa

Canal+ Sport

8.20 Premier League Stories **9.00** Piłka nożna: Real Madryt – Real Sociedad **11.20** Piłka nożna: Radomiak Radom – KGHM Zagłębie Lubin **13.40** Premier League Review **14.45** Premier League Stories **15.15** Piłka nożna: Real Madryt – Real Sociedad **17.30** Losowanie fazy ligowej Ligi Mistrzów UEFA **19.30** Premier League Netbusters **20.00** Premier League: The Big Interview **20.30** Speedway+ **21.10** Jej Wysokość Premier League

Canal+ Sport 5

8.15 Żużel: Betard Sparta Wrocław – Krono-Plast Włókniarz Częstochowa **11.15** Wysoki pressing **13.00** Ekstraklasa po godzinach **14.15** Piłka nożna: Cracovia – Wieczysta Kraków **16.50** Klich. Poza schematem **17.30** Champions Club: Losowanie fazy ligowej Ligi Mistrzów UEFA **20.00** Champions Pack: Kwalifikacje **21.00** Speedway+ **21.40** Piłka nożna: Real Madryt – Real Sociedad **0.00** Piłka nożna: Śląsk Wrocław – Widzew Łódź

Eleven Sports 1

9.00 Piłka nożna: Torino FC – AC Milan **11.00** Made in Italy: Fiorentina; Sassuolo; Genoa **12.00** Piłka nożna: FC Porto – FC Arouca **14.00** Formuła 1: GP Holandii **16.05** Piłka nożna Genoa CFC – SSC Napoli **18.00** Piłka nożna: Borussia Dortmund – Bayern Monachium **20.00** Bundesliga Weekly **20.40** Formuła 1: GP Holandii **22.45** Ligue 1 Preview **23.20** Full Impact Serie A **0.00** RC Lens – sekrety sukcesu **2.00** Piłka nożna: Inter Mediolan – AC Monza

Polsat Sport 3

6.00 Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **8.30** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **11.00** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **13.15** **(L)** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji: Holandia – Belgia; Ukraina – Serbia **19.00** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **21.00** Siatkówka: ME kobiet w Azerbejdżanie, Czechach, Szwecji i Turcji **23.00** Kajakarstwo: MŚ w Poznaniu **1.00** MMA: Babilon MMA

TVN 24

8.00 Serwis informacyjny, pogoda **9.55** Biznes **10.00** Serwis informacyjny, pogoda **10.55** Biznes **11.00** Serwis informacyjny, pogoda **11.55** Biznes **12.00** Serwis informacyjny, pogoda **13.55** Biznes **14.00** Serwis informacyjny, pogoda **14.55** Biznes **15.00** 15 na żywo **16.00** Fakty po południu **18.00** Tak jest **19.15** Serwis informacyjny **19.30** Fakty po Faktach **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Polska i świat **22.00** Szkło kontaktowe **23.00** Dzień po dniu **0.25** Biznes

Polsat News

6.00 Nowy dzień **7.40** Graffiti **8.00** Nowy dzień **10.00** W rytmie dnia **12.50** Wydarzenia **13.30** W rytmie dnia **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia **15.40** Pogoda **15.50** Wydarzenia **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza **19.15** Gość „Wydarzeń" **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia **0.00** Punkt widzenia Jankowskiego

TVP Info

DVB T

9.05 Info Poranek **9.30** Serwis Info **9.35** Info Poranek **10.00** Serwis info **11.55** Za pięć dwunasta **13.00** Serwis info **14.30** 14.30 **14.50** Serwis info **15.45** Panorama **16.00** Dzień w godzinę **16.55** Sprawdzam to Extra **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.35** Panorama **17.42** Wykrywacz kłamstw **18.00** Panorama **18.30** Kontrapunkt **19.25** Sprawdzam to Extra **19.30** 19.30 **19.58** Pytanie dnia **20.18** Serwis info wieczór **21.00** Kwiatki polskie

TVP 3

DVB T

11.00 Piosenka od Ciebie **11.35** Turystyczna jazda **11.50** Niezwykłe miejsca **12.00** Telekurier **12.30** Okrasa łamie przepisy **13.00** Agrobiznes **13.30** Pogotowie reporterskie zawsze z Wami **13.55** Zielnik regionalny **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.13** Gość regionów **20.30** Telekurier **22.00** Dziennik regionów

TVP Rozrywka

8.20 Familiada **8.55** Va banque **9.25** Koło fortuny **10.05** Makłowicz w podróży **10.45** Postaw na milion **12.35** Familiada **13.15** Czterdziestolatek **14.15** Pan Mama **15.20** Program rozrywkowy **15.35** Tak to leciało! **16.30** Do śmiechu! **17.25** Va banque **18.00** Koło fortuny **18.35** Okrasa łamie przepisy **19.40** Makłowicz w podróży **20.10** Postaw na milion **22.15** Tygodnik Moralnego Niepokoju **22.50** Kabaret Letnią Porą **23.55** Do śmiechu!

Planete+

8.10 360° – świat bez granic **9.20** Polska z góry **10.25** Wiatr. Niewidzialna siła **11.25** Targowiska świata **12.35** 360° – świat bez granic **13.45** Najpiękniejsze rzeki świata **14.45** Wiatr. Niewidzialna siła **15.50** Niezwykłe podróże koleją **16.55** Świat z góry **18.00** Dokąd dzisiaj? **18.40** Jak oligarchowie korumpują Zachód **19.45** My, budowniczowie nowej Czechosłowacji **20.50** Jałta 1945. Prawdziwa cena pokoju **22.00** 1936-1953. Hiszpańska zbrodnia domowa

BBC Earth

8.25 Dziki połów **9.25** Parki narodowe z lotu ptaka: Irlandia **10.25** Życie na pustkowiu **11.25** Zabójcza pogoda **12.30** Dziki połów **13.30** Najwspanialsze rzeki świata **14.35** W okowach mrozu **16.40** Fenomeny współczesnego życia **17.40** Najwspanialsze rzeki świata **18.45** Mississippi z Nickiem Knowlesem **19.45** Planeta zmian: koralowce **20.55** W okowach mrozu **22.55** Cała prawda o naszych zębach **0.00** Sekrety długowieczności

Discovery Channel

8.00 Zoom na architekturę **9.00** Parker na złotym szlaku **10.00** Dżungla złota **12.00** Przemytnicy: na morzu **13.00** Wyzwanie: przetrwanie **14.00** Nagi instynkt przetrwania – 21 dni samotności **15.00** Złomowisko PL **16.00** Łowcy opali **17.00** Kroniki policyjne: Szwecja **18.00** Polscy truckersi **19.00** Nagi instynkt przetrwania **21.00** Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge **22.00** Złoto drwali **23.00** Akta ekspedycji **0.00** Hazardziści

TVN Turbo

8.20 Nic do zgłoszenia **9.20** Samochód marzeń – kup i zrób **10.15** Ciężarówką przez Stany **11.15** 101 napraw **12.15** Jeździć, obserwować **13.00** Mobilni mechanicy **14.30** Zawodowi handlarze **16.00** Wojny samochodowe **18.00** Raport Turbo **18.15** Wojny samochodowe **20.15** Moto kombat **21.00** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować – serial dok. Polska 2024 **23.45** Zawodowi handlarze

TVN Style

6.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina **7.45** Dzień dobry wakacje – magazyn Polska 2026 **11.20** Ugotowani **13.25** Kuchenne rewolucje: Wójtowo – bistro „Mateczka" / Pizzeria „Sale & Pepe", Sosnowiec **15.35** Pary młode ponad miarę **17.40** Kuchenne rewolucje: Bar „Niebo w gębie i na talerzu", Pabianice **20.50** Projekt City **21.50** Jestem z Polski **22.50** Babski biznes **23.50** Mroczne sekrety małżeńskie **0.55** Pani Gadżet erotycznie

Romance TV

8.40 Górski lekarz (72) **10.30** ★★ Rosamunde Pilcher: Miłość to najlepsza terapia – romans Niemcy 2023 **12.25** ★★ Inga Lindström: Śladami miłości – romans Niemcy 2006 **14.20** ★★★ Malibu – Siostrzyczki – film obyczaj. Niemcy 2023 **16.15** Dzikie fale – nic się nie ukryje (3) **18.05** Górski lekarz (73) **20.00** ★★★ Inga Lindström: Na zawsze Sommerlund – film obyczaj. Niemcy 2014 **21.55** ★★ Zostaniemy przyjaciółmi – kom. Niemcy 2021 **23.50** Górski lekarz (73)

TVN Fabuła

6.00 Kino w drodze **6.30** Dziewczyny z Hollywood **6.45** Zakochani po uszy (161, 162) **7.45** Detektywi **9.50** Prawo Agaty (9) **10.55** Lekarze (3) **11.55** Zapukaj do moich drzwi (64, 65) **13.55** Prawo Agaty (8) **14.55** Detektywi **16.05** Na Wspólnej (57, 58) **17.10** Po drugiej stronie kamery **18.15** ★★ Uwolnić orkę III: Na ratunek – film przygod. USA 1997 **20.00** ★★★ Zabójczy koktajl – film sens. USA/Fr./Niemcy 2021 **22.30** ★★★ Kaganiec – thriller USA 2023

AMC

6.00 Najlepsi reżyserzy Hollywood **6.30** W obiektywie **6.45** ★★★ Jumper – film sf USA/Kan. 2008 **8.40** ★★★ Strażnik – thriller USA 2006 **10.50** ★★★ Zbroja Boga – film sens. Hongk. 1986 **13.00** ★★★★ Twarda laska – kom. USA/Australia 2001 **14.55** ★★★ Lara Croft: Tomb Raider: Kolebka życia – film USA/Niemcy 2003 **17.25** ★★★ W ciemność. Star Trek – film sf USA 2013 **20.15** ★★★ Niewinna – thriller W. Bryt./USA 2008 **22.00** ★★★ Ostatnie zlecenie – film USA 2008

TTV

DVB T

7.10 Express **7.35** DeFacto **8.00** DeFacto **8.30** Kartoteka **10.35** Detektywi **12.35** Zakup w ciemno **14.35** Nic do zgłoszenia **15.35** Złomowisko PL **16.45** Express **17.00** Sport **17.05** Gogglebox. Przed telewizorem **18.05** Nauka jazdy **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Zakup w ciemno **21.05** Zakup w ciemno Extra **21.45** Express **22.00** Życie na kredycie **23.05** Żony Podlasia **0.05** 99 – Gra o wszystko **1.05** Orzeł czy reszka

Fokus TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.05** 48 h. Zaginieni (20) **7.00** Byli sobie podróżnicy **8.55** Wehikuł czasu **9.00** Starożytni kosmici **10.00** Gwiazdy lombardu **12.00** Tajemnice II wojny światowej **13.00** Poszukiwacze historii **14.00** Kroniki Hitlera: Podpalacz. Rok 1939 **15.00** Truckersi przez Australię **16.00** Dorwać tuńczyka **18.00** Rolnicy. Podlasie **20.00** Galileo **21.00** Poszukiwacze historii **22.30** Sekretne tunele Hitlera **0.00** Starożytni kosmici

Nowa TV

DVB T

6.00 Wehikuł czasu **6.20** TV Okazje **6.55** Wehikuł czasu **7.00** Disco Landia – nutki do pobudki **7.30** Świat według Kiepskich (496-499) **9.30** Całkiem nowe lata miodowe (2, 7) **10.30** Więzienie **12.00** Poirot (1, 2) **14.00** Świat według Kiepskich (419, 420) **15.00** Świat według Bundych (54-59) **18.00** Całkiem nowe lata miodowe (16) **18.30** Miodowe lata **21.00** Zdrady (44) **22.00** Ślad (78-79, 91) **1.00** Łowca pedofilów **3.00** TV Okazje

National Geographic

8.00 Car S.O.S. **9.00** Inżynieria po katastrofie **10.00** Porzucone konstrukcje **11.00** Na granicy wytrzymałości **11.30** Ekstremalne katastrofy **15.00** Katastrofa w przestworzach **16.00** Ukryte pod miastami **17.00** Tajemnicze wyspy **17.55** Otchłań: powstanie i upadek nazizmu **20.05** Katastrofa w przestworzach **21.00** Morskie megamaszyny **22.00** Katastrofy pod lupą **23.00** Grand Prix Monako: za kulisami wyścigu **0.10** Katastrofa w przestworzach

Nat Geo Wild

6.00 Critter Fixers – zwierzęcy cudotwórcy **7.00** Parki narodowe Ameryki **8.00** Silni wbrew naturze **9.00** Niezwykły dr Pol **12.00** Zabójcze królestwo Afryki **13.00** Nadciąga wielka woda **14.00** Kraina piesków preriowych **15.00** Najgroźniejsze meduzy świata **16.00** Dzikie królestwo Chin **17.00** Krokodyl – wielki ocalały Australii **18.00** Katavi – utracony raj Afryki **19.00** Węże w mieście: miasta pełne węży **20.00** Najgroźniejsze węże świata **21.00** Niezwykły dr Pol

Metro

6.35 Zapukaj do moich drzwi (136) **7.35** Tajemnice miłości (62) **8.30** Szpital (858, 859) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (427, 428) **12.30** SOS. Ekipy w akcji **13.30** Brzydula (103, 104) **14.40** Za głosem serca (11) **15.50** Magda M. (12) **16.55** Idź na całość **18.00** Złomowisko PL **19.00** Kartoteka (4, 5) **21.05** Kryminalni (9, 10) **23.15** Kuba Wojewódzki – talk show Polska 2026 **0.25** Zbrodnie z pierwszych stron gazet **1.20** Szpital (839)

TVP Historia

DVB T

8.00 Było, nie minęło... **8.30** 1920. Wojna i miłość (11) **9.25** Lena na Bałkanach **10.00** Operacja „Gryf" **11.00** Wszystkie kolory świata **12.05** Podziemne Włochy **13.05** Brytyjskie odliczanie do wojny **14.00** Janosik (11) **15.00** Powstanie warszawskie. Pragnienie wolności **15.35** Sensacje XX w. **18.10** 1920. Wojna i miłość (12) **19.05** Ex libris **19.35** Flesz historii **20.00** Trzeci oficer (11) **20.55** Bałtycki łańcuch, protest, który zmienił bieg historii **21.55** Kampinoska epopeja

TVP Dokument

DVB T

9.20 Góry Europy **10.20** Dobre wieści z planety Ziemia **11.20** Wędrówki szlakami granicznymi **12.15** Korona Gór Polski **12.50** Dzikie życie poza szlakiem **13.50** Kanadyjskie Parki Narodowe **14.50** Góry Europy **15.55** Dobre wieści z planety Ziemia **16.55** Wędrówki szlakami granicznymi **17.50** Sanatorium miłości **18.55** Nie mam czasu na niemiłość **20.00** Przewodnicy wysokogórscy z Chamonix – 200 lat historii **21.05** Kalahari, twarde prawo pustyni **22.10** Niebezpieczne drogi

Zoom TV

6.00 Kojak (19, 20) **8.00** Strażnik Teksasu (16, 17): Syn marnotrawny / Komitet **10.00** MacGyver (1, 2): Legenda o Świętej Róży **12.05** Tajne bazy Hitlera **13.20** Sensacje XX w.: Zabójcy **15.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat: Kokosy z kokosów **18.00** FBI (19, 20) **20.00** Kobra – oddział specjalny (3, 4): Odlot / Tożsamość **22.00** Kabaretowe przeboje **23.00** Magia Nagości. Szwecja **23.55** Magia nagości **2.10** Hity polskiego kabaretu

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii **9.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **11.00** Ciało, w którym żyję **12.00** Moje paranoje **13.00** Wspólne życie XXL **15.00** Wiza na miłość: na odwrót, pościelove rozmowy **16.00** Historie wielkiej wagi **18.00** Wiza na miłość: pierwsze spotkanie **20.00** Jay i Pamela **21.00** Wielkie lato małych ludzi **22.00** Wiza na miłość – oczami bohaterów **23.00** Skórze na ratunek **0.00** Dr Pryszczylla: Szybka decyzja

TVS

10.15 Muzyczne dzień dobry **12.05** Dzisiaj w regionie **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** ★★★ Rosamunde Pilcher – Jeden doktor i trzy kobiety – film Niemcy 2016 **21.50** ★★ Rosamunde Pilcher – Argentyńskie tango – film obyczaj. Niemcy 2015

WP

DVB T

8.05 Policjanci z sąsiedztwa **9.00** Pogoda **9.05** Tłit **9.50** Pogoda **10.00** Wakacyjne remonty – reality show **11.00** Niepojęte: strefa tajemnic – serial dok. USA 2020 **12.00** Wariaci za kierownicą **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj – Vancouver **16.00** Pokochaj lub sprzedaj – Quebec **16.55** Pogoda **17.00** ★★ Zakochani na Hawajach – kom. USA 2023 **19.00** Strażacy z sąsiedztwa – **20.00** Policjanci z sąsiedztwa **21.55** Pogoda **22.00** Mistrzowie kabaretu

Moonfall

Fenomenalny film twórcy „Dnia Niepodległości" i „Patrioty"

TV PULS 20:00 ★★

Film science fiction. Ronalda Emmericha („Dzień Niepodległości" „2012" „Patriota"). Na skutek serii niewyjaśnionych zjawisk Księżyc wypada ze swojej orbity i obiera kurs kolizyjny z Ziemią. Planeta może ulec kompletnej zagładzie. Jocinda Fowler, która pełni funkcję zastępcy dyrektora NASA, jest przekonana, że wie, jak uratować ludzkość. Problem w tym, że jest ona bagatelizowana zarówno przez NASA, jak i kluczowych polityków. W tej sytuacji Fowler postanawia działać na własną rękę, by ocalić ludzkość.

Film SF USA/W. Bryt./Kanada/Chiny 2022, reż. Roland Emmerich, występują: Halle Berry, Patrick Wilson, John Bradley

Lot Feniksa

Przypadek o mało ich nie wykończył, szalony pomysł może ich ocalić

STOPKLATKA 20:00 ★★★

Frank Towns wyrusza samolotem na pustynię Gobi, aby zabrać pracowników rafinerii. Lot zmienia się w desperacką walkę o życie. Podczas drogi powrotnej do Pekinu maszyna natrafia na burzę piaskową. Rozbitkowie znajdują się w dramatycznej sytuacji.

Zabawa, zabawa

Jak wygrać walkę o swój los?

KINO POLSKA 22:25 ★★★

Czterdziestoletnia prokurator Dorota, studentka Magda i ordynatorka szpitala Teresa. Choć każda jest z innego świata, łączy je jedno – skłonność do zabawy i zbyt częstego sięgania po kieliszek. Pewne zdarzenia doprowadzają do tego, że problem ich nałogu przybiera na sile. W walce mogą liczyć na pomoc bliskich.

TELEMAGAZYN

Redakcja: Ingrid Hintz-Nowosad, Magdalena Bohdanowicz **Dyrektor artystyczny:** Tomasz Bocheński **Grafik i fotoedytor:** Jacek Mosiński **Foto:** Sylwia Dąbrowa **Wydawca:** Polska Press Sp. z o.o. **Redakcja:** ul. Domaniewska 45, 02-672 Warszawa, tel. 451 172 430, telemagazyn@polskapress.pl **Reklama:** Luiza Zimna, tel. +48 514 800 822, luiza.zimna@polskapress.pl

Menedżer produktu: Izabela Marciniak, tel. 502 499 380, izabela.marciniak@polskapress.pl **Druk:** Eurodruk Poznań; **Serwis tv i foto:** media-press.tv **Reklama:** strony 5, 7, 13 i 28 **Autoreklama:** strona 11 **Zdjęcie na okładce:** Materiały prasowe **Telefony dla widzów: TVP** 22 547 44 50; **Polsat** 22 514 52 50; **TVN** 22 856 61 61

PBC POLSKIE BADANIA CZYTELNICTWA

BUREAU KONTROLOWANY

Alternatywy 4

Nawet cenzura nie zdołała stępić ciętego żartu w dialogach

TVP KULTURA 13:45

Zdjęcia do „Alternatyw 4" rozpoczęto w grudniu 1981 roku, przed stanem wojennym. Zrealizowany w 1983 r. serial długo odpoczywał na półce. Emisji (w wersji okrojonej przez cenzurę) doczekał się dopiero na przełomie 1986 i 1987 roku. Serial opowiada o życiu kilku rodzin, które wprowadzają się do bloku na warszawskim Ursynowie.

Follow

Niebezpieczna gra policjantki i seryjnego mordercy

13 ULICA 22:00

Do działu komunikacji społecznej Komendy Głównej Policji w Paryżu dołącza 28-letnia Léna, której angaż zbiega się z trwającym w stolicy śledztwem w sprawie seryjnego mordercy. Dochodzenie prowadzone przez komisarz Agathe Ruffin wykazuje, że zabójca korzysta z mediów społecznościowych. Léna podejmuje niebezpieczną grę, nawiązując kontakt z mordercą.

eprasa.pl 1eda4ab262

Kolekcja 6 monet wykonanych ze szczerego złota

Jego Świątobliwość św. Jan Paweł II

Za jedyne 5 rat
po 359 zł
lub za jednorazową kwotę 1795 zł
(zamiast 2590 zł*). Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni przed wprowadzeniem obniżki: 1795 zł.
BEZPŁATNA WYSYŁKA!

Narodziny w Wadowicach

Wyniesienie do godności kardynalskiej

Wybór na papieża

Złoto najwyższej próby (999/1000)

Rewers każdej z 6 monet jest taki sam

Zamach na papieża

Śmierć Jana Pawła II

Kanonizacja w Watykanie

Dostarczane w specjalnie zaprojektowanej kapsule ochronnej, zapewniającej bezpieczne przechowywanie i efektowną prezentację Twojego złotego skarbu!

BEZPŁATNIE! Dla Ciebie w prezencie:

Elegancki zegarek na rękę
- Przyciągający wzrok, gustowny dodatek na co dzień
- Wygodne zapięcie na klamrę

(model przykładowy)

Drewniana kasetka na medale

Informacje o produkcie

Metal:	złoto próby 999/1000
Rok emisji:	2026
Średnica:	ok. 22 mm każda
Waga:	6 x 1/500 oz
Nominał:	1000 franków CFA
Kraj emisji:	Republika Gwinei
Limitacja:	5000 zestawów
Jakość:	stempel lustrzany

* Cena pojedynczej monety: 431,66 zł

Mennica-Numizmaty, marka Eldora World AG. Administratorem danych osobowych i stroną umowy jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Zamów już teraz, a oszczędzisz aż 795 zł!

Odetnij wzdłuż przerywanej linii

☑ **TAK!** Chcę być jedną z pierwszych osób, która otrzyma kolekcję 6 oficjalnych złotych monet 1/500 oz „Papież Jan Paweł II" **(nr art. 174-002-7)**, **WYSYŁKA GRATIS.** Wybieram płatność *(proszę zaznaczyć):*

❑ w 5 comiesięcznych nieoprocentowanych ratach po 359 zł *lub*

❑ jednorazową: 1795 zł (zamiast 2590 zł).

Najniższa cena w ciągu ostatnich 30 dni przed wprowadzeniem obniżki: 1795 zł.

Mam prawo do zwrotu kolekcji w ciągu 60 dni i nawet wtedy mogę zatrzymać otrzymany zegarek! *Jeśli nie wybierzesz sposobu płatności, zakładamy, że chcesz zapłacić jednorazowo całą kwotę.* Płatność przy odbiorze przesyłki (za pobraniem). Średni czas realizacji zamówienia to 7-10 dni. Firma kurierska poinformuje Cię SMS-em o dokładnym terminie dostawy i kwocie do zapłaty gotówką u kuriera.

Obowiązują *Ogólne warunki handlowe* Mennica-Numizmaty dostępne na stronie www.mennica-numizmaty.pl lub (na żądanie) na piśmie. Stroną umowy jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria.

Administratorem Twoich danych osobowych jest Eldora World AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen, Szwajcaria. Twoje dane osobowe (imię, nazwisko, adres) przetwarzane są w celu wysłania materiałów promocyjnych dotyczących monet i medali (art. 6 ust. 1 lit. f) RODO). Jeżeli nie życzysz sobie ich otrzymywania, możesz zgłosić sprzeciw wobec przetwarzania Twoich danych w celach reklamowych, wysyłając go pocztą (na adres: Mennica-Numizmaty, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek) lub e-mailem (na adres: bok@mennica-numizmaty.pl). Więcej informacji o sposobie przetwarzania danych osobowych znajdziesz na stronie www.mennica-numizmaty.pl/prywatnosc

Zamów szybko i wygodnie przez telefon:
22 211 65 99
Zadzwoń do nas już teraz, a otrzymasz dodatkowy PREZENT!
Biuro Obsługi Klienta czynne od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00–17:00 oraz w sobotę w godzinach 9:00–15:00.
Stawka za połączenie z numerem stacjonarnym zgodna z taryfą operatora.

Mój adres: ❑ Pani ❑ Pan

595 - 01

Imię i nazwisko

Ulica, numer domu i mieszkania

Kod pocztowy | Miejscowość

Nr telefonu *(wymagany)*

E-mail

❑ Chcę otrzymywać drogą elektroniczną i telefoniczną informacje o promocjach i rabatach dotyczących produktów własnych Eldora World AG. Wiem, że mogę wycofać moją zgodę w dowolnym momencie, wystarczy że wyślę informację na adres: MENNICA-NUMIZMATY, Biuro Obsługi Klienta, ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek.

✔

Data | Podpis

MENNICA NUMIZMATY™

Możesz też wypełnić kupon i wysłać go niezwłocznie na adres: Mennica-Numizmaty • ul. Paderewskiego 167, 05-070 Sulejówek • bok@mennica-numizmaty.pl

eprasa.pl 1eda4ab262