

PONIEDZIAŁEK
11|08|2025|

GAZETA , 139 LAT OLSZTYŃSKA

GAZETA CODZIENNA WARMII I MAZUR WYDAWANA OD 1886 r.

cena 4,99 zł (w tym 8% VAT)



SPORT



KRÓLOWA SPORTU ZAWITAŁA
DO KORTOWA \14



CONCORDIA SPROWADZIŁA
STOMIL NA ZIEMIĘ \15



ZBIGNIEW LUDWICHOWSKI
- JAKI BYŁ BYNIU? \16



OSTATNIE KILOMETRY
DO MARYI \3



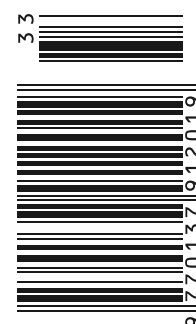
DWA ŚWIATY \4-5



MANUFAKTURA SZTUKI
Z NOWYM GOSPODARZEM? \6



CORAZ WIĘCEJ L4 Z POWODU
ALKOHOLU \10



BEZPŁATNY
DODATEK W KAŻDY
PONIEDZIAŁEK I PIĄTEK

RELAKS
z Gazetą Olsztyńską

NA CO POSZŁY PIENIĄDZE Z KPO?

Przedstawiciele rządu, na czele z premierem, zapowiadają kontrole przyznawania środków z KPO i ewentualne karanie w przypadku nadużyć. Politycy PiS uważają, że dystrybucja tych środków może być największym przekrętem finansowych w III RP i zawiadamiają prokuraturę.

Użytkownicy platformy X w czwartek wieczorem zaczęli zamieszczać przykłady firm z branży HoReCa (hotelarstwo i gastronomia), które otrzymały dotacje z KPO m.in. na firmowe jachty, sauny, ekspresy do kawy, solaria, wymianę mebli czy zakup wirtualnej strzelnicy. Sprawę w piątek zaczęły opisywać również media. Kontrole w tej sprawie zapowiedział resort funduszy, a prokuratura już podjęła czynności sprawdzające. Premier Donald Tusk oświadczył, że nie zaakceptuje żadnego marnowania pieniędzy z KPO i oczekuje szybkich decyzji, a także odebrania środków w przypadku nadużyć.

Opisywane na platformach społecznościowych i przez media przykłady niektórych dotacji wywołały również polityczną dyskusję, która trwała także w sobotę.

Jedna głowa już „poleciała”

Odnosząc się do sprawy minister spraw wewnętrznych i administracji Marcin Kierwiński podczas sobotniej konferencji podkreślił, że „czeka na wyniki kontroli i chciałby poznać skalę ewentualnych nieprawidłowości, jeśli one były”. - Mówię o tym dlatego, że pośród przecież wielu tych dotacji, są także dotacje, które są wykorzystywane przez polskich przedsiębiorców - to są ludzie w znakomitej większości uczciwi, którzy po prostu chcą dywersyfikować swoje biznesy - wskazał i zapewnił, że jeśli przeprowadzone kontrole wykażą nieprawidłowości, to „państwo będzie reagować, te pieniądze na pewno będą odzyskiwane, a osoby, które doprowadzi-



ły do nieprawidłowości, będą pociągnięte do konsekwencji”.

Kierwiński przypomniał, że swoje stanowisko straciła prezes Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości (PARP). Dotychczasowa szefowa Agencji Katarzyna Duber-Stachurskiej została odwołana z końcem lipca.

Szef MSWiA pytany o to, czy można w obecnej sytuacji mówić o aferze, odpowiedział: „wiem, że niektórzy politycy opozycji bardzo chętnie by chcieli krzyczeć o aferze, tylko ja przypominę, że głównie to są ci politycy, którzy robili wszystko, aby te pieniądze do Polski w ogóle nie trafiły; to są ci politycy, którzy przez wiele lat blokowali pieniądze dla Polaków” - powiedział.

Według niego większą aferą jest to, jak „odbywał się taki proces, że rządzący politycy na przykład PiS-u przez wiele lat nie chcieli, aby pieniądze z KPO w ogóle do Polski trafiły”. Podkreślił, że to dzięki obecnej ekipie rządzącej udało się uruchomić środ-

ki z KPO, a pieniądze z tego programu w „znakomitej większości” wzmacniają polską gospodarkę, inwestowane są w rzeczy szalenie potrzebne”.

Największy przekręt finansowy III RP?

Innego zdania są politycy opozycji. Tobiasz Bocheński i Jacek Ozdoba z PiS oświadczyli podczas sobotniego briefingu, że dystrybucja środków z KPO to najprawdopodobniej „największy przekręt finansowy III RP”. Podali przykład lokalu gastronomicznego, któremu przyznano dotację z KPO na multimedialną wystawę o lepieniu pierogów czy sieci pubów o nazwie Ministerstwo Wódki i Śledzia, których właściciele - jak przekonywali politycy PiS - mówili, że są zaprzyjaźnieni z obecną władzą.

Zapowiedzieli, że sprawa będzie gruntownie badana zarówno przy pomocy kontroli poselskich, jak i doniesień do prokuratury. Dodali, że będą sprawdzać wszystkich beneficjentów oraz ich powiązania z po-

litykami obecnej koalicji rządzącej.

„Zrujnowali finanse państwa”

W sprawie KPO głos zabrał również prezes PiS Jarosław Kaczyński. „Zrujnowali finanse państwa. Nie potrafią zapewnić wpływów do budżetu, a teraz zobaczcie, co robią z pieniędzmi z KPO, które miały być przeznaczone na rozwój polskiej gospodarki. (...) Miały być pieniądze na inwestycje, innowacje, bezpieczeństwo lekowe, a nie ma na nic! Brakuje na tarczę energetyczną, kwotę wolną czy inwestycje w samorządach. Wielka część Polaków przejrzała na oczy. Mam nadzieję, że także inni zrozumieją, czym jest ta władza” - wskazał Kaczyński na platformie X.

Za pośrednictwem tej samej platformy o zawiadomieniu do prokuratury o podejrzeniu popełnienia funkcjonariuszy publicznych, którzy odpowiadali za dysponowanie środkami z KPO, poinformował Jacek Sasin (PiS).

Premier odpowiada

Politykom PiS odpowiada szefowa resortu funduszy i polityki regionalnej Katarzyna Pełczyńska-Nałęcz, która zarzuciła im, że kiedy rządzili, „zablokowali KPO i całe należne nam z Unii fundusze, czyli 600 mld zł na nasz rozwój w imię partyjnych interesów, wbrew polskiej racji stanu”. „W tym czasie kradli na potęgę z Funduszu tzw. sprawiedliwości, Willa +. Tarczę covidową zrobili tak, że już ponad 5,5 tys. projektów wezwano do zwrotu pieniędzy” - dodała. I kontynuowała: „żeby kryć swoją nieudaczną w kwestii funduszy i KPO rozpuszczają kłamstwa, że granty z KPO to dług”.

„GRANTY z KPO w znakomitej większości spłacają za nas inne zamożniejsze kraje UE. Granty te są dla Polski i Polaków wielokrotnie bardziej opłacalne niż super drogi dług zaciągany przez PFR za czasów PiS-u. Wy nie potrafiliście dać Polakom KPO. A ponieważ zrobił to ktoś inny, chcecie je zakłamać i zohydzić. Niedoczekają-

nie Wasze!” - napisała na platformie X Pełczyńska-Nałęcz.

Do dyskusji przyłączył się premier Donald Tusk, który podkreślił, że włożono za dużo wysiłku w odblokowanie środków z KPO, by pozwolić komukolwiek na marnotrawstwo. „Każdy, kto popełnił błędy, poniesie (lub już poniósł) konsekwencje” - podkreślił premier na platformie X, dodając, że będą one wyciągane niezależnie od stanowiska i partyjnej przynależności.

„A to, że PiS kłamie i manipuluje w tej sprawie, nie będzie żadnym usprawiedliwieniem. Dla nikogo” - podsumował szef rządu.

Kontrole trwają

W piątek Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości informowała, że trwają kontrole firm z branży hotelarskiej i gastronomii, które skorzystały ze wsparcia z KPO. Wyników kontroli można spodziewać się we wrześniu.

Krajowy Plan Odbudowy i Zwiększania Odporności (KPO) to program, który ma na celu odbudowę gospodarki Polski po kryzysie spowodowanym pandemią COVID-19 oraz zwiększenie jej odporności na przyszłe kryzysy. Składa się z inwestycji i reform, które mają na celu m.in. wzmocnienie konkurencyjności, rozwój gospodarczy, cyfryzację i transformację ekologiczną. Przewiduje dla Polski 59,8 mld euro, w tym 25,27 mld euro w postaci dotacji i 34,54 mld euro w formie preferencyjnych pożyczek. Polska otrzymała z niego dotychczas 67 mld zł. Jak wskazywali przedstawiciele MFIPR, wsparcie dla branży HoReCa stanowiło ok. 0,6 proc. środków z KPO.

PAP/RED.

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

REDAKTOR NACZELNY
Maciej Matera
zarzad@gazetaolsztynska.pl

DYREKTOR ZARZĄDZAJĄCY
Agnieszka Weder-Grygielewicz

ZASTĘPCY
REDAKTORA
NACZELNEGO
Michał Podolak,
Igor Hrywna,
Andrzej Mielnicki,
Barbara Barczuk

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

WYDANIE ONLINE
internet@gazetaolsztynska.pl
tel. 514 800 549

GAZETA OLSZTYŃSKA.PL
redakcja@gazetaolsztynska.pl
tel. 502 499 515

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

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

CENTRALNE BIURO OGŁOSZEŃ
tel. 514 800 517

REDAKCJA W ELBLĄGU
tel. 505 766 681
gazeta@dziennikblaski.pl

REKLAMA W ELBLĄGU
tel. 604 408 305
reklamy@dziennikblaski.pl

PRENUMERATA E-WYDAŃ
prenumerata@dziennikblaski.pl
tel. 502 499 531

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

OSTATNIE KILOMETRY DO MARYI

W poniedziałek na Jasną Górę wejdą piesze pielgrzymki z Elku i Elbląga, we wtorek dołączą pątnicy z Warmii. To finał wielodniowej wędrówki setek osób, dla których ostatnie kilometry to radość, zmęczenie i modlitwa przed spotkaniem z Matką Bożą.

Niedziela, 10 sierpnia. Do Częstochowy zostało zaledwie kilkanaście kilometrów. Na trasach trzech pielgrzymek – elbląskiej, elckiej i warmińskiej – czuć już atmosferę finału. Kierownicy grup mówią zgodnie: zmęczenie jest, ale radość przeważa.

– 309 osób idzie w tym roku w Elbląskiej Pielgrzymce – podaje ks. Marek Sądłocha. Czternaście dni marszu, jeden deszczowy początek i później niemal idealne warunki do pielgrzymowania. – Widać już entuzjazm, bo jesteśmy blisko celu. Ważne punkty? Tama we Włocławku, postój w Oborach z biskupem pomocniczym, wspólny apel w Strzelcach. To chwile, które zostają w pamięci. Sporo odcisków i zmęczenie w nogach, ale pogoda i dobre nastawienie pozwalają wytrwać.

Elbląska grupa wejdzie na Jasną Górę w poniedziałek, 11 sierpnia. Dzień wcześniej to czas na uporządkowanie kolumny, wspólne modlitwy i przygotowanie się do spotkania z Matką Bożą. – Zapraszam za rok, choćby na kilka dni – uśmiecha się ks. Sądłocha. Wspomina też o niezwykłej gościnności mieszkańców i chwilach integracji, które scalały pielgrzymów.



Fot. FB / Elcka Pielgrzymka Piesza na Jasną Górę

Elcka Pielgrzymka, prowadzona przez ks. Karola Czaplickiego, kończy dzisiaj dzień wędrówki w Mykanowie, 17 kilometrów od Częstochowy. Na Janą Górę wejdzie 240 pątników z Mazur. – Dziś wieczorem Msza święta z naszym biskupem Jerzym Mazurem, podsumowanie drogi. Ostatnie dni były pogodne, bez deszczu, czas na refleksję i medytację. Codziennie Eucharystia, konferencje o roku jubileuszowym, miłosierdziu i przebaczeniu. Ludzie są zmęczeni, ale w lepszej kondycji niż rok temu – mówi kierownik. Pielgrzymi wspominają też widok Jasnej Góry z pobliskiego wzgórza i moment, w którym tradycyjnie klękają, by przywitać Maryję.

Tradycyjnym momentem wchodzenia na Jasną Górę

jest przejście przez tzw. Górkę Przeprósną – miejsce, gdzie po raz pierwszy widać wieżę sanktuarium. To tam pątnicy klękają, modlą się i dziękują za drogę, przepraszając za swoje winy, by z czystym sercem wejść przed Obraz Matki Bożej.

Hasło tegorocznych pielgrzymek – „Pielgrzymi nadziei” – nawiązuje do przygotowań Kościoła do Roku Jubileuszowego 2025. To wezwanie, by umacniać wiarę i nieść nadzieję innym, również po powrocie do domów. Idąc z tym przesłaniem, pątnicy modlą się za rodziny, Ojczyznę, chorujących i o pokój.

W poniedziałek elccy pątnicy o jedenastej będą mieli Mszę świętą na Jasnej Górze, wieczorem Drogę Krzyżową na wałach i Apel Jasnogórski. Tradycja jest też

„Górka Przepróсна” – miejsce, gdzie po raz pierwszy widać wieżę sanktuarium. W tym roku dodatkowym akcentem jest grupa Galiindia, która ponownie nagrała pielgrzymkowy przebój. Piosenka w kilka godzin stała się hitem na YouTube, dodając grupie energii i integrując uczestników. Śpiew służyć ma w całej kolumnie.

Warmińska Pielgrzymka prowadzona przez ks. Pawła Szumowskiego dotrze do celu dzień później, 12 sierpnia. – Poniedziałek to nasz przedostatni dzień, około 30 kilometrów. Ostatniego dnia 15 kilometrów i około 12.30 będziemy już u Matki Bożej – mówi. Dziś to czas dziękczynienia za całą drogę i za ludzi, którzy pomagali. – Podziękujemy porządkowym, muzycznym, tech-



nicznym, wszystkim, którzy przyjęli nas na nocleg. Wieczorem spotkanie, szczególnie nacisk na tych, którzy idą pierwszy raz. Mają wrócić za rok z kimś nowym.

Ks. Szumowski podkreśla, że najważniejsze momenty na trasie to Eucharystia na świeżym powietrzu w miejscach szczególnych, wspólne adoracje, a także chwile, gdy mieszkańcy wychodzili na drogę z wódą, jedzeniem i dobrym słowem. To one zostają w sercu pielgrzyma na długo.

W grupie warmińskiej jest około 150 osób, z czego

jedna trzecia pielgrzymuje po raz pierwszy. – Fajnie, że chcą. Liczymy, że przyjdą za rok z podwójną siłą – dodaje ks. Szumowski. Ostatnie dni przyniosły piękną pogodę i niezwykłą gościnność mieszkańców miejscowości na trasie. Wspólne adoracje Najświętszego Sakramentu, modlitwy w drodze i wieczorne śpiewy cementują wspólnotę. Mimo zmęczenia, wieczorami słychać śmiech i rozmowy – pielgrzymi korzystają z każdej chwili, by być razem.

JAN BERDYCKI

PREZYDENT OCHRONI POLSKĄ WIEŚ?

Prezydent Karol Nawrocki podpisał projekt ustawy „Ochrona polskiej wsi”. Jej celem jest m.in. wydłużenie moratorium na sprzedaż ziemi rolnej należącej do państwa.

Dzisiaj prezydent Polski mówi jasno, że jest za polskimi rolnikami – powiedział Nawrocki w swoim wystąpieniu. – Polska wieś potrzebuje realnego działania w kierunku naszego bezpieczeństwa żywnościowego – zaznaczył, po czym poinformował, że w swoim projekcie ustawy odnosi się do wygasającego w 2026 roku moratorium na sprzedaż ziemi, należą-

cej do Zasobu Własności Rolnej Skarbu Państwa. – Ustawa o ochronie polskiej wsi wzywa większość parlamentarną, aby przedłużyć moratorium na zakaz sprzedaży polskiej ziemi i to dzisiaj podpisałem – powiedział prezydent.

Dodał, że w projektowanej ustawie wzywa także do zmiany preambuły ustawy o kształtowaniu ustroju rolnego, którą określił „konsty-

tucją polskiego rolnictwa”. – Chcę, aby przyjąć ustawę o kształtowaniu ustroju rolnego z nową preambułą, co da nam narzędzie do potencjalnej reakcji w sytuacji, kiedy w życie wejdzie umowa z krajami Mercosur i kiedy znowu polski rynek będzie zalewany przez produkty z Ukrainy – zaznaczył Karol Nawrocki, który podkreślał, że zapis do tej preambuły da klasie po-

litycznej możliwość walki o polskich rolników.

– To rozwiązanie powinno spodobać się rolnikom w całej Europie. Rolnicy z innych krajów europejskich także są bardzo zaniepokojeni podpisaniem umowy Unii Europejskiej z państwami Mercosur – mówił prezydent. – Jest to rozwiązanie dla mnie najważniejsze, bo jest w imieniu polskich rolników, ale mam nadzie-



Fot. X / Kancelaria Prezydenta RP

ję, że nasi partnerzy spoza granicami Rzeczypospolitej, w Unii Europejskiej, pójdą tą samą drogą i zbudujemy koalicję państw, które są przeciwne podpisaniu

umowy Unii Europejskiej z państwami Mercosur. Będę o tym przypominał na arenie międzynarodowej z pełną konsekwencją – dodał prezydent.

PAP/RED.

ZDERZENIE DWÓCH ŚWIATÓW

W sobotę w centrum Olsztyna równocześnie odbyły się dwie manifestacje: Marsz Równości pod hasłem „Równość to przyszłość!” oraz zgromadzenie o charakterze modlitewnym, zorganizowane przez Fundację Pro – Prawo do Życia. Obie grupy spotkały się pod olsztyńskim ratuszem.





Fot. Zbigniew Woźniak

REKLAMA



wawa.info

PORTAL DLA WARSZAWY I MAZOWSZA



NOWY
PORTAL
WAWA.INFO

MANUFAKTURA SZTUKI SZUKA NOWEGO GOSPODARZA

Po latach działalności w centrum Olsztyna, właściciele Manufaktury Sztuki – Ewa i Waldemar Majcherowie, chcą przekazać swoją galerię w nowe ręce.



Ewa i Waldemar Majcherowie



5 sierpnia 2025 r. poprzez Facebooka Ewa i Waldemar Majcherowie poinformowali o tym, że szukają osoby, która przejmie ich działalność. Właściciele galerii sztuki nie chcą rezygnować z działań

artystycznych i dalej pragną tworzyć swoje dzieła. Jednakże potrzeba odpoczynku skłoniła małżeństwo do poszukiwania nowego sternika na ich statku.

Właściciele Manufaktury Sztuki podkreślają, że

najważniejsza dla nich jest kontynuacja ich misji.

„Nie szukamy inwestora. Szukamy osoby z sercem, kogoś, kto rozumie znaczenie lokalnej kultury i chce prowadzić miejsce, które ma misję. To może być ar-

tysta, rękodzielnik, historyk, pasjonat regionu, edukator albo po prostu ktoś, kto marzy o własnym, autentycznym miejscu z duszą”.

Pan Waldemar Majcher w rozmowie z „Gazetą Olsztyńską” przyznał, że „Je-

żeli nie znajdzie się nikt komu to przekazemy, to dalej będziemy prowadzić Manufakturę, dopóki nam zdrowie na to pozwoli”. – Nie możemy pozwolić, aby całkowicie to miejsce zniknęło.

Państwo Majcherowie zapewniają, że pomogą potencjalnym nowym nabywcom swoją wiedzą i doświadczeniem oraz nabytymi kontaktami w świecie sztuki.

ADAM LEWANDOWSKI

UWAGA NA SPADAJĄCE GWIAZDY

Frombork po raz pierwszy stanie się sceną wspólnych obserwacji Perseidów. 12 i 13 sierpnia, w miejscu, gdzie Mikołaj Kopernik patrzył w gwiazdy, czeka nas noc pełna nauki, astronomii i niezwykłych wrażeń. Podobne obserwacje odbędą się także w Lubawie.

Robert Szaj – znany popularyzator nauki, założyciel i pierwszy dyrektor TVP Nauka, stały czytelnik „Gazety Olsztyńskiej” – od lat potrafi opowiadać o kosmosie tak, że nawet osoby, które nigdy nie miały w rękach teleskopu, zaczynają z fascynacją patrzeć w niebo. W sierpniu wraz z Fundacją Nicolaus Copernicus i partnerami zaprasza na wyjątkowe wieczory pod gwiazdami.

Pierwszy przystanek to Lubawa. 11 sierpnia o 21.00 na dziedzińcu Lubawskiego Centrum Aktywności Społecznej rozpocznie się Lubawska Noc Perseidów. W środku lata, w samym szczycie roju, uczestnicy spojrzą w rozgwieżdżone niebo, wysłuchają opo-

wieści o Wszechświecie i poznają astronomiczne ciekawostki. Atmosfera letniego wieczoru sprzyja rozmowom – i to w dobrym towarzystwie: spotkanie poprowadzą Magdalena Pilska-Piotrowska, dyrektor Planetarium i Obserwatorium Astronomicznego w Olsztynie, oraz Robert Szaj. Wstęp wolny – wystarczy zabrać koc lub leżak.

Dzień później, 12 sierpnia, Noc Perseidów przeniesie się do Fromborka – miasta, w którym Mikołaj Kopernik spoglądał w gwiazdy z Dziedzińca Katedry. Po raz pierwszy w historii właśnie stąd poprowadzone zostaną wspólne obserwacje roju Perseidów.

– Ostatnie miesiące sprawiły, że częściej niż zwykle spoglądaliśmy w niebo. Sukces misji polskiego astronauty pokazał, że Polska w kosmosie jest obecnie coraz mocniej. Frombork to zaś miejsce, w którym spojrzenie w gwiazdy ma swoją unikalną historię – podkreśla Robert Szaj.

Perseidy, w ludowych przekazach znane jako „Izy św. Wawrzyńca”, od wieków pobudzają wyobraźnię. Wiercono, że spełniają życzenia wypowiedziane w chwili, gdy przetną niebo. W tradycji chrześcijańskiej symbolizowały męczeństwo i iskrujący ogień poświadczenia, w czasach pogańskich – boskie błogosławieństwo i płodność. Dziś wiemy, że

to drobiny komet spalające się w atmosferze, ale zachwyt pozostaje ten sam.

Program fromborskiego wydarzenia obejmuje m.in. mobilne obserwatorium słoneczne (13.30–16.30), otwarcie wystawy „Meteory” w Centrum Edukacyjno-Informacyjnym (16.30) oraz cykl prelekcji w Kapitułach – od kulis odkrycia grobu Kopernika po opowieści o planetach pozasłonecznych i meteorytach. Sam Robert Szaj poprowadzi dwie prezentacje: „Gdy Słońce zgasło...” oraz przedpremierowy pokaz filmu dokumentalnego „Świat Mikołaja Kopernika II”. Wieczorem, od 21.00 do 23.30, zaplanowano obserwacje Perseidów i mobilne obserwatorium astrono-



Spadająca „gwiazda”, czyli noc perseidów

miczne (wstęp wolny, obowiązuje rezerwacja biletu).

13 sierpnia odbędzie się ostatni etap tej kosmicznej podróży. Wzgórze Katedralne zamieni się w park nauki z ponad 40 interaktywnymi eksponatami. Od 11.00 do 16.00 odwiedzający będą mogli przeprowadzać doświadczenia w laboratoriach chemicznym i fizycznym, oglądać wystawy o Marii Skłodowskiej-Curie, Janie Czołchańskim i Ignacym Łukasiewiczu, a także zapoznać się z ekspozycją „Nobliści” i wystawą o Układzie Słonecznym. Wieczorem

– oczywiście – spojrzymy w niebo podczas obserwacji Perseidów i pokazów w mobilnym obserwatorium astronomicznym.

– Noc Perseidów to coś więcej niż pokaz meteorów. To spotkanie tradycji z nauką, przeszłości z przyszłością i dowód na to, że patrzenie w gwiazdy wciąż rozpala naszą wyobraźnię – mówi Robert Szaj.

Wydarzenia w Lubawie i Fromborku wspierają Samorząd Województwa, Narodowe Centrum Kultury oraz Ministerstwo Edukacji Narodowej.

JAN BERDYCKI

Festiwal otworzył konkurs o Nagrodę Złotej Tarki w Amfiteatrze Miejskim im. Louisa Armstronga. Po prezentacjach młodych zespołów scenę przejęli goście: Brass Federacja oraz Ewa Bem z programem „Ewa Loves The Beatles”. Po ogłoszeniu wyników zabrzmiał koncert laureata, a wieczór domknęli Bratislava Hot Serenades, prowadzeni przez Pawła Sztompke. Gdy ucichły brawa w amfiteatrze, przenosiny do Parku Miejskiego wywołały drugi oddech – o północy rozpoczął się bal jazzowy z RB Dixie Five, otwarty dla wszystkich.

Drugi dzień zaczął się od hejnalu z wieży ratusza – zagrał go trębacz Mark Shepherd z Wielkiej Brytanii. Chwilę później RB Dixie Five poprowadzili „jazz na statku”, czyli rejs z muzyką graną na żywo. Popołudnie należało do najmłodszych: w Parku Miejskim odbył się koncert „Jazz dla dzieci” w składzie z Magdaleną Esterą (śpiewem), Mateuszem Kaszubą (fortepianem), Jakubem Olesiem (kontrabasem) i Patrykiem Doboszem (perkusją). Wieczorem miasto ożywiła parada jazzowa z RB Dixie Five i Młodzieżową Orkiestrą Dętą ZS nr 2 – głośna, kolorowa, przyciągająca mieszkańców na chodniki. Finałem dnia był Koncert Galowy I Old Jazz Meeting w amfiteatrze, prowadzony przez Pawła Sztompke.

Ostatni akord należał do tradycji festiwalu: Mszy jazzowej. W Amfiteatrze Miejskim wystąpiła Antonina Krzysztoń z zespołem, a publiczność po raz kolejny

fot. Alina Laszkowska

ZŁOTA TARKA ZNÓW ROZBRZMIAŁA NAD JEZIORAKIEM

Trzy dni muzyki, tłumy pod sceną i atmosfera, której nie da się podrobić. 54. Międzynarodowy Festiwal Jazzu Tradycyjnego „Złota Tarka” przeszedł do historii – piękny, różnorodny i zagrany z serca. Dziękujemy artystom, publiczności i organizatorom za święto jazzu, które znów pokazało, jak bardzo ława lubi słuchać, przeżywać i dzielić się muzyką.



wypełniła widownię. To był spokojny, piękny finał – z jazzem, który łączy i wycisza po intensywnych koncertowych godzinach. Tegorocznej edycji towarzyszyły projekcje filmów w Kinie „Pasja” oraz wystawa „Komeda – kalendarium” w Galerii Jeziorak. Wszystko razem stworzyło program, który rozlał się po mieście – od

ratusza i przystani, przez park, po amfiteatr. Dziękujemy muzykom za klasę, publiczności za frekwencję i energię, a organizatorom oraz partnerom za dopięcie każdego szczegółu. Złota Tarka 2025 pokazała, że jazz jest cudowny, a ława ma do niego serce i ucho. Do zobaczenia na kolejnym spotkaniu nad Jeziorakiem.

AL



DRUHOWIE URATOWALI BOCIANA

W Nowej Wsi Elckiej strażacy ochotnicy udowodnili, że ich pomoc nie ogranicza się tylko do gaszenia pożarów. Tym razem na ratunek czekał nie człowiek, lecz ranny bocian.



W piątkowe popołudnie druhowie z OSP Nowa Wieś Elcka zostali wezwani do nietypowego zdarzenia. Mieszkańcy zauważyli bociana, który miał połamane skrzydło i nie był w stanie samodzielnie odlecieć. Dzięki szybkiej reakcji strażaków ptak został bezpiecznie odłowiony i zabezpieczony, a następnie przekazany odpowiednim

ręce, by mógł otrzymać fachową pomoc.

Akcja pokazała, jak ważna jest czujność mieszkańców i współpraca z lokalnymi służbami. To przykład, że ochrona dzikich zwierząt jest częścią troski o środowisko naturalne, a każda, nawet najmniejsza, interwencja może uratować życie. Dzięki takim sytuacjom widać, że strażacy ochotnicy są zawsze



fot. OSP Nowa Wieś Elcka

gotowi do działania – niezależnie od tego, czy chodzi o zagrożenie dla ludzi, czy dla zwierząt. Ich zaangażowanie przypomina, że wza-

jemna pomoc i wrażliwość na los innych istot to wartości, które budują silną i zjednoczoną społeczność.

AL

Z RZĄDU I SAMORZĄDU



Marcin Kuchciński,
marszałek województwa
warmińsko-mazurskiego

Warmia i Mazury z sio-
delką wyglądają jeszcze
piękniej. Kto choć raz prze-
jechał się nad brzegiem
jeziora, przez pachnący las
czy między polami w pełni
lata, ten wie, że to praw-
dziwy raj dla rowerzystów.
Jako samorząd chcemy,
aby takich miejsc i tras było
coraz więcej. Turystyka ro-
werowa to nie weekendowa
rekreacja. To także sposób
na przyciąganie turystów,
przedłużanie sezonu i wspie-
ranie lokalnej gospodarki.
Coraz więcej gości przyjeżd-
ża tu właśnie z rowerem,
a mieszkańcy chętnie kor-
zystają z nowych ścieżek
w codziennych dojazdach
do szkoły czy pracy.

W ubiegłym tygodniu pod-
pisaliśmy umowę na kolej-
ny odcinek Mazurskiej Pętli
Rowerowej. Powstanie 5,5
kilometra wydzielonej, bez-
piecznej drogi rowerowej
między Rydzewem a Rudą
oraz przy wieży widokowej
w Marcinowej Woli. To frag-
ment większej całości, którą
rozwijamy etapami. Oddzie-
lamy ruch rowerowy od sa-
mochodowego, ponieważ
bezpieczeństwo jest dla nas
priorytetem.

Mazurska Pętla już dziś
jest marką rozpoznawalną
w Polsce i Europie. Chce-
my, aby była jeszcze bar-
dziej komfortowa, dostęp-

na i atrakcyjna. Rowerowe
Warmia i Mazury to także
szlaki Green Velo, Łysostra-
da, trasy w Puszczy Piskiej
oraz dziesiątki lokalnych
ścieżek, które pozwalają
odkrywać nasz region z zu-
pełnie nowej perspektywy.
Jeśli raz spróbujecie, na
pewno będziecie chcieli wię-
cej. Zapewniam i zachęcam.



Radostaw Król, wojewoda
warmińsko-mazurski

Bezpieczeństwa nie traci
się od razu. Czasem zaczy-
na się od drobnej wątpli-
wości, podszeptu, który
podważa zaufanie do pań-
stwa. Tak działa dezinforma-
cja – cicho i podstępnie,
ale skutecznie, jeśli pozwo-
limy jej rosnąć.

Dlatego w środę do Mo-
majn w gminie Barciany
zaprosiłem najwyższą ge-
neralicję wszystkich stron
rozwijających Tarczę
Wschód. Zprzedstawicielami
samorządów i lokalnych
społeczności rozmawia-
liśmy o tym, co już dzieje
się w ramach programu
i co będzie działo się jutro.
Konkretne rozwiązania
wchodzą w życie: mamy
już pozyskane ponad ty-
siąc hektarów gruntów,
dobrowolnie, bez jednego
przypadku wywłaszczenia.
Powstają magazyny i place
składowe, przygotowuje-
my inwestycje drogowe,
kolejowe, rozwijamy lot-
nisko w Szymanach. To re-

alne działania, które służą
wzmocnieniu bezpieczeń-
stwa naszego regionu.

A jednak... w tym samym
czasie rosyjskie kanały pro-
pagandowe wmawiają, że
„wojsko w Polsce masowo
zabiera ludziom ziemię”,
strasząc rzekomymi przy-
gotowaniami do „woj-
ny z Rosją”. To klasyczny
przykład dezinformacji
– półprawdy, zmanipu-
lowane fakty, które mają
siał strach i podważać za-
ufanie obywateli do wła-
snego państwa.

Dlatego spotkania takie
jak to w Momajnach są po-
trzebne. Rozmawiamy o in-
frastrukturze i procedurach,
ale co ważniejsze – wspólnie
budujemy odporność
na kłamstwo. Jeżeli miesza-
ńcy słyszą, jak wygląda
prawdziwy stan rzeczy, je-
żeli mogą zapytać, wyrazić
swoje wątpliwości, wtedy
żaden anonimowy wpis
w internecie nie zachwieje
ich przekonaniem, że Pol-
ska dba o swoje bezpieczeń-
stwo odpowiedzialnie i z po-
szanowaniem obywateli.

Tarcza Wschód rośnie
na naszych oczach. Będzie
jeszcze większa – i w sensie
materialnym, i w sensie
społecznym. Bo każdy, kto
zna prawdę i potrafi ją od-
różnić od propagandy, jest
częścią tej tarczy. Wspólny
front państwa, wojska, sa-
morządów i obywateli to
najskuteczniejsza odpo-
wiedź na zagrożenia, które
płyną z zewnątrz, i militarne,
i informacyjne.

Wiem, że w przestrzeni
publicznej pojawi się jesz-
cze wiele fałszywych nar-
racji. Ale dopóki będzie-
my działać przejrzyście,
tłumaczyć i odpowiadać na
pytania, dopóty kłamstwo
nie znajdzie tu podatne-
go gruntu.



Sylwia Jaskulska,
wicemarszałkini woje-
wództwa warmińsko-
mazurskiego

Drogi Druhny, Drodzy
Druhowie. Z troski o Wa-
sze zdrowie i komfort życia,
powstał niezwykle projekt
„Strażak w równowadze”,
którego głównym celem
jest wsparcie psychologicz-
ne strażaków i strażaków
z naszego województwa.
Znam Was, jesteście dla
mnie ważni. Wiem też,
że często pod uśmiechem
ukrywa się bezsilność. Ka-
dy strażak, strażaczka to
oddzielna historia ludzka,
historia rodziny, przyjaciół.
Historia, w której jest wal-
ka o ludzkie życie i zdrowie,
ryzyko, śmierć, bezsilność.
Pomagając innym, również
potrzebujecie wsparcia i roz-
zumienia.

Pamiętajcie, że szukanie
pomocy nie jest oznaką
słabości, lecz siły – liczę, że
realizacja projektu „Strażak
w równowadze” przypomni
Wam o Waszych potrze-
bach. Pierwszy etap pro-
wadzonego przez Fundację
Communicare Projektu
to warsztaty dla kadry do-
wódczej: „Zanim będzie za
późno. Jak rozpoznać kryzys
samobójczy i pomóc. Jak to
się stało, że nie zauważy-
łem objawów?” oraz „Mię-
dzy stresem a wypaleniem.
Gdzie kończy się zmęczenie,
a zaczyna ryzyko. Jak to się
stało, że nie zauważyłem

objawów?”, wkrótce uru-
chomiona zostanie infolin-
ia wsparcia psychologicz-
nego. Wszystkie informacje
znajdziecie na stronie www.strazak.communicare.com.pl. Mam nadzieję, że reali-
zacja tego pilotażowego
Projektu będzie pierwszym
krokiem w budowania trwa-
łego, systemowego wsparcia
Waszego dobrostanu i naj-
lepszą odpowiedzią na Wa-
sze potrzeby.



Zbigniew Szczypiński,
wicewojewoda warmiń-
sko-mazurski

Wakacje na półmetku,
nowy rok szkolny nadchodzi
wielkimi krokami, a młodzi
ludzie z Warmii i Mazur znów
stają przed jednym z najwa-
żniejszych wyborów w życiu
– wyborem szkoły ponad-
podstawowej lub kierunku
studiów. To czas niepewno-
ści, ale też ogromnej nadziei.
I warto w tym momencie
przyjrzeć się temu, które
placówki w naszym regionie
przyciągają największe zain-
teresowanie młodzieży.

Największym zaintere-
sowaniem wśród uczniów
cieszą się licea i technika
w Olsztynie, Elku i Elblągu.
W stolicy regionu najczę-
ściej wybierane są: I LO,
II LO, Technikum nr 6
w ZSEiT oraz Technikum
Informatyczno-Ekono-
miczne nr 9. W Elku młodzież
najchętniej aplikuje do I LO,
II LO oraz do Technikum

w ZS nr 5. Z kolei w Elblągu
największą popularno-
ścią cieszą się: I LO, II LO,
a także Zespół Szkół Me-
chanicznych i Zespół Szkół
Gospodarczych. Te szkoły
przyciągają nie tylko reno-
mą i poziomem nauczania,
ale też konkretną, przysz-
łościową ofertą edukacyjną.

Imponujące są tegoroczne
dane rekrutacyjne Uniwer-
sytetu Warmińsko-Mazur-
skiego. W roku akademickim
2025/26 do UWM zgłosiło
się aż 13 200 kandydatów
– więcej niż w dwóch po-
przednich latach. Najwięk-
szym zainteresowaniem
cieszy się kierunek lekarski,
gdzie o jedno miejsce ubiega
się ponad 12 osób. Duża licz-
ba zgłoszeń wpłynęła także
na weterynarię, psycholo-
gię, a tuż za nimi uplasowały
się prawo, pielęgniarstwo,
fizjoterapia, kryminologia,
filologia angielska, ekonomia
i zarządzanie. Te wybory po-
kazują, że młodzież z naszego
regionu – i nie tylko – szuka
kierunków, które zapewniają
realne perspektywy zawodo-
we i rozwój osobisty.

Z wielką dumą obserwuję,
jak młodzi ludzie z Warmii
i Mazur podejmują świa-
dome, ambitne decyzje.
Ich wybory edukacyjne
świadczą o dojrzałości, od-
wadze i odpowiedzialności
za własną przyszłość. To
buduje nadzieję – dla nich
samiych i dla całego naszego
regionu. Życzę wszystkim
uczniom i studentom mą-
drych decyzji, inspirujących
nauczycieli i radości z nauki.

ZAPRASZAMY NA NASZĄ
STRONĘ INTERNETOWĄ:
GAZETA OLSZTYŃSKA.PL,
GDZIE W ZAKŁADCE
„OPINIE I PUBLICYSTYKA”
ZNAJDZIECIE PAŃSTWO
SZEREG KOMENTARZY
OSÓB ZE ŚWIATA POLITYKI.

REKLAMA

KRASNAL info

SENSACJE | PLOTKI | SKANDALE

Gramy poniżej pasa!

**ODKRYJ ŚWIAT NAJGORĘTSZYCH
PLOTEK I NAJWIĘKSZYCH SENSACJI
NA NOWYM PORTALU KRASNAL.INFO**

CZEGO NIE PAMIĘTAJĄ NAJSTARSZE RYBY W GUBRZE?

Nawet najstarsze ryby w Gubrze czy Jeziorze Kętrzyńskim nie pamiętają, że kiedyś z Kętrzyna pociągiem można było dojechać do Reszla czy Mrągowa. Te najstarsze z najstarszych pamiętają może, że do Węgorzewa też.

Przemysł nigdy nie był mocną stroną Mazur, ale jeżeli już jakieś miasto można było obdarzyć tym statusem, to był nim Kętrzyn. Dzięki „Farelowi” (sprzęt elektrotechniczny) i „Warmii” (ubrania), ale przecież także dzięki cukrowni, browarowi, Mazurskiej Fabryce Drożdży, wytwórni ozdób choinkowych czy spółdzielni wytwarzającej Majonez Kętrzyński i kętrzyńskiego piernika. Jedne firmy przetrwały „Balcerowicza”, inne nie. Teraz dużą szansą dla miasta jest budowana tam przez Orlen wielka tłocznia oleju, w której pracę znajdzie ponad 100 osób, a funkcjonowanie zakładu stworzy popyt na dodatkowe usługi, które mogą być świadczone przez lokalnych przedsiębiorców.

Ta inwestycja, choć nie tylko ona, to mocny krok w kierunku odbudowy pozycji miasta na gospodarczej mapie warmińsko-mazurskiego. Na odbudowę pozycji gospodarczej Kętrzyna jest mocno nastawiony młody burmistrz tego miasta Karol Lizurek (rocznik 1983).

Więc pewnie będą kolejne dobre wiadomości, tym bardziej, że za kilka miesięcy zostanie zmodernizowana i zelektryfikowana linia kolejowa na odcinku Giżycko-Korsze i do Kętrzyna wróć pociągi. Teraz kładzione są tam nowe tory, a linia jest elektryfikowana. I tak to dochodzimy do wspomnianych ryb. Gubry to rzeka przepływająca przez Kętrzyn.

Bo w sumie chciałem napisać kilka zdań o dworcu w Kętrzynie, bo jest on jednym z najlepszych przykładów remontu zabytkowego dworca i nadaniu mu przez nowego właściciela (miasto Kętrzyn) nowej



Fot. Igor Hrywna

funkcji. Po remoncie bowiem, w 2015 roku, wprowadziło się tam kilka organizacji pozarządowych z Kętrzyna. Naliczyłem tam w sumie 16 tabliczek (swoje „cztery kąty” mają tam na przykład Towarzystwo Miłośników Kętrzyński oddział PTTK czy kętrzyńskie amazonki i seniorzy). A budynkiem zarządza Kętrzyńskie Towarzystwo Budownictwa Społecznego.

Sam remont wywołał przed laty sporo emocji, a to za sprawą przedwojennego napisu, który przy tej okazji odsłonięto. Widnieje na nim niemiecka nazwa miasta „Rastenburg” i odległości do Königsbergu i Prostken (Prostki koło Elku). Po latach ten napis wrósł już w budynek i zaświadcza przede wszystkim to, że czujemy się tutaj już usie-

bie. Podobnie było zresztą z odsłonięciem przy okazji remontu nazwy Ortelsburg na stacji w Szczytnie.

Wspomniany dworzec postawiono w 1867 roku, po otwarciu połączenia kolejowego do Bartoszyk i dalej do Królewca. Trasa biegła z Elku przez Korsze, do których tory z Olsztyna dociągnięto trzy lata później. Po 40 latach przyszedł czas na połączenie z Węgorzewem, a rok później z Reszlą i dalej - z Lidzbarkiem Warmińskim, Ornetą i Słobitami.

Legenda głosi, że ta ostatnia linia powstała, by połączyć wszystkie posiadłości Dohnów, najpotężniejszego w Prusach rodu, choć raczej ważniejsze były w tym przypadku kwestie militarne. Dohnowie w podpasłęckich Słobitach pojawili się w Prusach jak zaciężni żołnierze na



śłużbie Zakonu Krzyżackiego. Z czasem rozrosli się po całych Prusach.

Warto tutaj przypomnieć Heinricha Karola u Dohna-Schlobitten, który wżenił się w 1920 roku w majątek w podkętrzyńskich Tolkinach, który był zawodowym wojskowym. Z wojska odszedł na własną prośbę w 1943 roku. Związał się wtedy ze spiskowcami, którzy chcieli usunąć Hitlera i w ten sposób uratować Niemcy przed ostateczną klęską.

Po śmierci Hitlera miał zarządzać Prusami Wschodnimi. Aresztowano go dzień po nieudanym zamachu na Hitlera dokonanym przez Clausa Schenka von Stauffenberga w lipcu 1944 roku w podkętrzyńskim Wilczym Szańcu. Stracono go 14 września 1944 roku, a jego żonę wysłano do obozu koncen-

tracyjnego w Ravensbrück. Maria-Agnes przeżyła wojnę i zmarła w 1983 roku. Pałac, w którym mieszkali, spalili w styczniu 1945 roku rosyjscy żołnierze.

To oni także zabrali sobie do domu tory pomiędzy Kętrzynem a Węgorzewem. Ułożyliśmy je ponownie kilka lat po wojnie. Pociągi jeździły między tymi miastami do 1992 roku. — Działanie o utrzymanie i wykorzystanie linii podjęło Stowarzyszenie Hobbystów Kolejowych. Dzięki temu linia 259 wraz z wieloma obiektami infrastruktury została 17 października 2007 roku wpisana do rejestru zabytków, co uchroniło ją od rozbiórki — pisze Tomasz Stochmal w książce „Zapomniane linie kolejowe warmińsko-mazurskiego”. Okazjonalnie po tej linii kursują specjalne pocią-

gi turystyczne. Po innych liniach nie ma już dzisiaj nawet śladu, jednych nie odbudowano po wojnie, inne zamknięto jeszcze za czasów PRL.

Więcej o dziejach kętrzyńskiej kolei dowiedzieć się państwo w murach kętrzyńskiego dworca. Warto tam obejrzeć wystawę „Kętrzyn. Miasto na kolejowym szlaku”, przygotowaną przez tamtejsze Muzeum im. Wojciecha Kętrzyńskiego.

Zapraszam gorąco. Nie tylko do obejrzenia tej wystawy, ale do odwiedzenia Kętrzyna. To po drodze choćby z Wilczego Szańca czy Świętej Lipki.

Warto się tam wybrać z dziećmi, bo tuż obok dworca mieści się jedyny w Polsce Konsulat Świętego Mikołaja. — Konsulat powstał w miejscu, gdzie od wielu lat Firma Doroszko produkuje znane na całym Świecie bombki. W Konsulacie wydychasz ze szkła własną bombkę i nauczysz się, jak ją pięknie ozdobić. Zobaczysz tysiące ręcznie wykonanych ozdób choinkowych i wielkanocnych. Zapraszamy przez cały rok — zachęca Konsulat na swojej stronie konsulatmikołaja.pl.

A stamtąd jest już tylko kilka kroków do kętrzyńskiego muzeum, które mieści się w XIV-wiecznym zamku spalonym w 1945 przez Rosjan i odbudowanym w latach 1962-1967. Można tam obejrzeć między innymi wystawę gotyckiej rzeźby oraz epitafia i chorągwie pogrzebowe z jedyną zachowaną w Elku, która do muzeum trafiła z kościoła w podbartoszyckich Galinach.

A na koniec wspiąć się na wieżę XIV-wiecznego kościoła i zająrzeć do znajdującej się pod nią celi pokutnej.

IGOR HRYWNA

CORAZ WIĘCEJ L4 Z POWODU ALKOHOLU

Rośnie problem z alkoholem wśród pracowników. Potwierdzają to najnowsze dane z ZUS-u. W pół roku Polacy opuścili ponad 50 tys. dni pracy z powodu spożycia alkoholu.

Z najnowszych danych ZUS-u wynika, że w pierwszym półroczu br. lekarze wydali blisko 5 tys. zaświadczeń o niezdolności do pracy spowodowanej nadużywaniem alkoholu (zaświadczenia z kodem C). To o 12,3% więcej niż w analogicznym okresie 2024 roku, kiedy wystawiono ich 4,4 tys.

Uwzględniając podział na województwa, najwięcej zaświadczeń wystawiono w woj. mazowieckim – 661 (wzrost o 13,3%), śląskim – 542 (10,9%), a także wielkopolskim – 519 (10,5%). Aleksandra Penza z Wydziału Psychologii SWPS we Wrocławiu mówi, że Polska znajduje się w czołowie krajów europejskich pod względem konsumpcji alkoholu. Jak pokazują dane OECD, w 2022 roku przeciętny Polak w wieku 15 lat i więcej spożywał średnio 11 litrów czystego alkoholu rocznie, co odpowiada około 2,4 butelkom wina lub 4,5 litra piwa tygodniowo na osobę.

– To więcej niż wynosi średnia unijna. Wzrost liczby zwolnień lekarskich z tytułu nadużywania alkoholu nie musi oznaczać wyłącznie wzrostu skali problemu. Może także odzwierciedlać rosnącą gotowość do formalizowania trudności, rezygnację z ukrywania ich przed pracodawcą, a być może także większą świadomość pracowników co do konsekwencji pracy pod wpływem substancji psychoaktywnych. Uzależnienie od alkoholu ma charakter przewlekły i w wielu przypadkach epizody niezdolności do pracy są powtarzalne – uzupełnia ekspertka.

W pierwszej połowie br. Polacy opuścili 50,4 tys. dni pracy z powodu niezdolności do wykonywania obowiązków po spożyciu alkoholu. To o 10,3% więcej niż w analogicznym okresie ubiegłego roku



– 45,7 tys. Michał Murgrabia, psycholog i prezes platformy ePsychodzy.pl, widzi w tym wyraźny sygnał, że problemy alkoholowe przekładają się nie tylko na zdrowie jednostki, ale też na funkcjonowanie całych firm i gospodarki. Każdy dzień nieobecności to określony koszt – nie tylko finansowy, ale też organizacyjny i emocjonalny, który ponoszą współpracownicy, pracodawcy, a także w dłuższej perspektywie – wszyscy Polacy.

– Można oczywiście uznać absencję za formę ochrony przed potencjalnymi szkodami, jakie mogłyby wyniknąć z pracy osoby w złym stanie psychicznym i fizycznym, ale to nie zmienia faktu, że mamy do czynienia z poważnym i systemowym problemem. Skala zjawiska pokazuje, że leczenie uzależnień i profilaktyka powinny stać się priorytetem dla polityki zdrowotnej – zauważa Michał Murgrabia.

Z kolei Michał Pajdak, wykładowca akademicki z platformy ePsychodzy.pl, dodaje, że obecność w miejscu pracy osoby będącej pod wpływem

substancji psychoaktywnych może prowadzić do poważnych błędów, wypadków, obniżenia jakości usług i produktów. W tym sensie absencja może paradoksalnie ograniczyć straty – stanowić bufor bezpieczeństwa organizacyjnego i ekonomicznego.

– Wzrost liczby dni absencji chorobowej z powodu nadużycia alkoholu należy traktować poważnie. Jest to z jednej strony koszt, który ponosi gospodarka, ale z drugiej – potencjalny mechanizm ochronny przed jeszcze większymi stratami. Kluczowe jest jednak to, czy za wzrostem liczby dni absencji idą realne działania naprawcze, tj. profilaktyka w miejscu pracy, edukacja, dostęp do leczenia i wsparcia psychologicznego. Bez tego system będzie jedynie rejestrował problem, zamiast mu przeciwdziałać – ostrzega Michał Pajdak.

W omawianym okresie dominowały zaświadczenia z kodem C wystawiane na krótki okres.

Najwięcej – 1,7 tys. – dotyczyło absencji wynoszącej 1-5 dni (34,9% ogółu liczby zaświadczeń). 1,4 tys. wskazywało na niezdolność do pracy przez

11-20 dni (27,9%), a 1,3 tys. oznaczało zwolnienie z wykonywania pracy przez 6-10 dni (26,7%). 385 zaświadczeń wstawiono na 21-30 dni (7,8%), 81 – na 34 dni i więcej (1,6%), a 56 zwalniało się z wykonywania pracy przez 31-33 dni (1,1%). Ekspertka z Uniwersytetu SWPS uważa, że przewaga krótkoterminowych zwolnień lekarskich wśród tych z kodem C może wskazywać na to, iż wielu pracowników sięga po alkohol incydentalnie, jednak w sposób, który uniemożliwia im realizację obowiązków zawodowych.

– Tego typu absencje nierzadko pełnią funkcję swoistej „przerwy regeneracyjnej” po epizodzie nadmiernego spożycia, a tym samym mogą maskować bardziej złożone trudności. Wśród osób korzystających z krótkich zwolnień mogą znajdować się zarówno ci, u których dopiero zaczyna się rozwijać problem alkoholowy, jak i ci, którzy funkcjonują na granicy kontroli nad własnym zdrowiem i wydolnością zawodową – uważa Aleksandra Penza.

– Analizując dalej strukturę absencji w przypadku zwolnień z kodem C,

warto zwrócić uwagę na znaczący udział zwolnień trwających od 6 do 20 dni – łącznie ponad 54%. W tym przedziale częściej mamy do czynienia z pogarszającym się stanem psychofizycznym, nasilonymi objawami abstynencyjnymi, a czasem także z hospitalizacją lub podjęciem terapii odwykowej. Choć taki krok może być wyrazem kryzysu, to równocześnie może stanowić punkt zwrotny i dowód na to, że pracownik zaczyna poszukiwać pomocy – dodaje ekspertka z SWPS.

Najwięcej zaświadczeń lekarskich – 880 – wystawiono pacjentom w wieku 40-44 lat (17,7%). Dalej w zestawieniu widzimy osoby w wieku 35-39 lat – 765 zaświadczeń (15,4%), a także 45-49 lat – 756 zaświadczeń (15,2%). Najmniej takich zaświadczeń – 23 – wystawiono ludziom mającym 19 lat i mniej (0,5%), a 58 – seniorom w wieku 65 lat i starszym (1,2%). Michał Murgrabia uważa, że niska liczba zwolnień wśród młodzieży i seniorów wynika raczej z ich ograniczonego udziału w rynku pracy niż z braku problemów z al-

koholem. Kilkadziesiąt zwolnień wystawionych osobom poniżej 19. roku życia powinno niepokoić, bo może wskazywać na wcześniejsze sięganie po alkohol i poważne konsekwencje zdrowotne już na starcie życia zawodowego.

– Choć procentowo to niewielki odsetek, to każdy taki przypadek jest sygnałem ostrzegawczym, że uzależnienia zaczynają się coraz wcześniej i mogą dotyczyć także osób wchodzących na rynek pracy. Może to świadczyć o rosnącej dostępności substancji psychoaktywnych, braku wystarczającej profilaktyki oraz niskiej odporności psychicznej młodych ludzi w zetknięciu z wymaganiami dorosłego życia – dodaje Michał Pajdak z platformy ePsychodzy.pl.

W pierwszej połowie br. więcej zaświadczeń wystawiono na rzecz mężczyzn niż kobiet – 3,8 tys. vs. 1,1 tys. W pierwszej połowie 2024 roku również dominowały zaświadczenia wystawione mężczyznom (3,4 tys. vs. ponad 1 tys.). Psycholog Michał Murgrabia jest zdania, że przewaga mężczyzn w statystykach może wynikać z kulturowych wzorców picia alkoholu oraz większej tolerancji społecznej na ryzykowne zachowania u mężczyzn.

– Jednocześnie wzrost liczby zwolnień wystawionych kobietom pokazuje, że problem uzależnienia od alkoholu przestaje być wyłącznie męskim doświadczeniem. Choć odsetek kobiet jest relatywnie niższy, to nie znaczy, że nie należy traktować tego jako alarmującego trendu. Kobiety często dłużej ukrywają problemy z alkoholem i sięgają po pomoc w bardziej zaawansowanym stadium, co może w zasadniczy sposób utrudniać skuteczne leczenie – podsumowuje psycholog Michał Murgrabia.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA.PL

SOR TO NIE PRZYCHODNIA

Oddziały ratunkowe są po to, by ratować życie i zdrowie w nagłych stanach, a nie zastępować poradnię POZ. Narodowy Fundusz Zdrowia apeluje: nie blokujmy SOR-ów sprawami, które można załatwić u lekarza rodzinnego, w nocnej i świątecznej opiece zdrowotnej lub przez Teleplatformę Pierwszego Kontakt.

Kiedy SOR jest właściwym adresem

Na SOR jedziemy (albo dzwoniemy po karetkę 112/999), gdy występuje nagle zagrożenie życia lub zdrowia: silny ból w klatce piersiowej, duszność, nagłe osłabienie jednej strony ciała, opadanie kącika ust czy zaburzenia mowy typowe dla udaru, utrata przytomności, masywny krwotok, ciężkie urazy po wypadkach, drgawki, rozległe oparzenia lub porażenie prądem, gwałtowne zatrucia i silne reakcje alergiczne z trudnościami w oddychaniu. W nagłych powikłaniach położniczych kierujemy się bezpośrednio do izby przyjęć oddziału ginekologiczno-położniczego (w razie wątpliwości — także 112).



Kiedy to nie jest sprawa dla SOR

Infekcje bez objawów alarmowych, gorączka możliwa do zbitcia lekami, ból gardła czy ucha, kaszel, odnowienie recepty, przedłużenie zwolnienia, kontrola chorób przewlekłych, drobne ska-

leczenia, niewielkie skręcenia bez zniekształcenia stawu, przewlekłe bóle bez nagłego pogorszenia — to nie są wskazania do SOR. W takich sytuacjach korzystamy z podstawowej opieki zdrowotnej w godzinach pracy przychodni.

Gdzie po pomoc poza godzinami pracy przychodni

Po 18.00, w weekendy i święta działa nocna i świąteczna opieka zdrowotna (NiSOZ). To lekarz i pielęgniarka dostępni bez skierowania, którzy udzielą porady, wystawią receptę czy zwolnienie, a w razie potrzeby skierują dalej. Całodobowo działa też Teleplatforma Pierwszego Kontakt NFZ pod numerem 800 137 200 — przez telefon otrzymasz poradę pielęgniarki, położnej lub lekarza, a w uzasadnionych przypadkach także e-receptę, e-skierowanie czy e-zwolnienie. W nagłych problemach stomatologicznych szukamy dyżurów nocnej i świątecznej opieki stomatologicznej.

Każde niepotrzebne zgłoszenie na SOR wydłuża czas oczekiwania osób w stanie

realnego zagrożenia. Zespół ratunkowy i oddział ratunkowy muszą być dostępni natychmiast dla tych, którym sekundy decydują o życiu: ofiar wypadków, osób z udarem czy zawałem, pacjentów po ciężkich urazach. Gdy objawy nie są nagłe, skorzystanie z POZ, NiSOZ lub TPK jest nie tylko właściwe, ale i szybsze.

Apel do pacjentów

Jeśli masz objawy groźne — nie zwlekaj, dzwoń pod 112. Jeśli nie ma nagłego zagrożenia, wybierz lekarza rodzinnego, nocną i świąteczną opiekę zdrowotną lub Teleplatformę Pierwszego Kontakt (800 137 200). SOR ratuje życie. Nie blokujmy go sprawami, które bezpiecznie i skutecznie można załatwić gdzie indziej.

AL

SZYBKA REAKCJA I UMIEJĘTNOŚCI RATUJĄ ŻYCIE



W hali produkcyjnej IKEA Industry Lubawa 45-letni pracownik stracił przytomność po porażeniu prądem. Zanim na miejsce dotarło pogotowie, st. szer. Tymoteusz Grzybiński — funkcjonariusz Zakładu Karnego w Iławie i jednocześnie druh OSP — przywrócił mu czynności życiowe, prowadząc resuscytację i używając defibrylatora AED.

Strażacy-ochotnicy byli akurat w pobliżu i otrzymali wezwanie przez zakładową łączność. Resuscytację krążeniowo-oddechową rozpoczęto w ciągu kilkunastu sekund. St. szer. Tymoteusz Grzybiński, korzystając ze służbowego zestawu pierwszej pomocy, prowadził uciśnięcia i oddechy, a drugi z druhów podłączył automatyczny defibrylator zewnętrzny. Kontynuowana przez zespół OSP i kolejny zastęp z Lubawy reanimacja utrzymała stabilne krążenie do przyjazdu ratowników medycznych z Nowego Miasta Lubawskiego. Ze względu na stan pacjenta przyleciał po niego śmigłowiec Lotniczego Pogotowia Ratunkowego, którym 45-latek został przetransportowany do szpitala. Rodzina poszkodowanego podkreśla, że „każda sekunda, opanowanie i profesjonalizm” załogi OSP i funkcjonariusza SW uratowały życie ich bliskiemu. Jego szefostwo pogratulowało Tymoteuszowi Grzybińskiemu, nazywając jego postawę „godną naśladowania” i budującą dobre imię formacji.

Lekcja dla każdego: warto znać pierwszą pomoc. Historia z Lubawy pokazuje, że dostęp do AED i umiejętność szybkiego działania potrafią odwrócić los nawet w sytuacji zatrzymania krążenia. Według statystyk każda minuta opóźnienia obniża szanse przeżycia o ok. 10 procent.

AL

SZYKUJĄ SIĘ „SPOŁECZNYCH LODÓWEK”

Bank Żywności w Olsztynie zapowiada konkurs dla samorządów i organizacji z regionu na ustawienie lodówek społecznych. Do końca 2026 roku ma powstać 22 ogólnodostępnych punktów, w których każdy będzie mógł bezpłatnie zostawić jedzenie lub z niego skorzystać. Projekt powstaje we współpracy z Wojewódzkim Funduszem Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Olsztynie.

W najbliższym czasie zostaną ogłoszone zasady naboru dla gmin i organizacji pozarządowych, które chcą uruchomić u siebie lodówkę społeczną. Inicjatywa jest efektem porozumienia Banku Żywności z WFOŚiGW. Jak podkreśla prezes Funduszu, Bartosz Nowicki, wsparcie wpisuje się w finansowanie działań z zakresu ochrony atmosfery, wód, gospodarki odpadami, edukacji ekologicznej, ochrony przyrody i monitoringu środowiska. W tym projekcie celem jest ograniczenie marnowania żywności i wzmocnienie edukacji w tym obszarze.

Bank Żywności przypomina, że największe straty żywności powstają w domach. Gospodarstwa domowe odpowiadają za



ponad 60 procent marnowanej żywności. Prezes Banku Marek Borowski wskazuje, że sieć lodówek działa dokładnie tam, gdzie problem jest największy: umożliwia szybkie przekazanie nadwyżek jedzenia osobom, które tego potrzebują, i jednocześnie buduje codzienny nawyk dzielenia się.

Urządzenia mają pojawić się w różnych miejscowościach województwa, przy szkołach, świetlicach, ośrodkach kultury czy urzędach. Warunkiem udziału w konkursie będzie przygotowanie planu opieki nad lodówką, zapewnienie regularnego nadzoru i utrzymania porządku. Bank Żywności do-



starczy sprzęt oraz zapewni szkolenia i wsparcie prawne. Podkreśla przy tym, że nie chodzi wyłącznie o instalację urządzenia, lecz o zbudowanie odpowiedzialnej, lokalnej społeczności wokół punktu dzielenia się.

Po rozstrzygnięciu konkursu ruszy etap montażu i uruchamiania lodówek, a także towarzyszących im

działań informacyjnych i edukacyjnych. Celem jest trwała, regionalna sieć, która jednocześnie ograniczy odpady i realnie pomoże mieszkańcom. Jeśli plan zostanie zrealizowany, do końca 2026 roku Warmia i Mazury zyskają 22 punkty, w których jedzenie nie będzie się marnować, tylko znajdzie nowych odbiorców.

AL

OLSZTYŃSKIE KINA

Poniedziałek, 11 sierpnia
REPERTUAR MULTIKINO

O PSIE, KTÓRY JEŹDZIŁ KOLEJĄ 2 / familijny: 10:15, 11:15, 12:30, 13:30, 14:45, 15:45, 17:00, 18:00; ZAKRĘCONY PIĄTEK 2 / dubbing: 11:55, 17:05; ZAKRĘCONY PIĄTEK 2 / napisy: 14:30, 19:20; ZNIKNIECIA / napisy: 14:30, 17:20, 20:10; 13 DNI DO WAKACJI: 18:30, 20:30; PAN WILK I SPÓŁKA 2 / familijny / dubbing: 10:00, 11:10, 12:30, 13:40, 15:00, 17:30; VINCI 2: 12:25, 15:10, 17:50, 20:30; NAGA BROŃ / napisy: 12:55, 17:40, 20:15; FANTASTYCZNA 4: PIERWSZE KROKI / dubbing: 10:15, 15:05; FANTASTYCZNA 4: PIERWSZE KROKI / napisy: 19:50 ; F1 / napisy: 20:00; PULP FICTION / napisy: 20:00; JURASSIC WORLD: ODRODZENIE / dubbing: 11:35, 15:45; ODDAJ JĄ / napisy: 18:45, 21:10 ; SMERFY. WIELKI FILM / familijny / dubbing: 10:10, 13:30, 16:10; ŻYCIE CHUCKA / napisy: 11:00; ŚWINKA PEPPA POZNAJE DZIDZIUSIA / familijny / dubbing: 10:20

REPERTUAR HELIOS

O PSIE, KTÓRY JEŹDZIŁ KOLEJĄ 2 / familijny: 10:00, 11:00, 12:15, 13:20, 14:40, 15:30, 17:45; 13 DNI DO WAKACJI: 14:15, 19:00, 21:00; ZNIKNIECIA / napisy: 13:40, 17:30, 19:45, 21:15; ZAKRĘCONY PIĄTEK 2 / dubbing: 12:30, 17:15; ZAKRĘCONY PIĄTEK 2 / napisy: 15:00, 20:15; VINCI 2: 10:30, 13:00, 15:50, 18:30, 20:00; PAN WILK I SPÓŁKA 2 / familijny / dubbing: 10:40, 13:10, 15:40, 17:00; SMERFY. WIELKI FILM / familijny / dubbing: 10:10, 14:50; NAGA BROŃ / napisy: 18:45, 20:30 ; FANTASTYCZNA 4: PIERWSZE KROKI / dubbing: 11:10; FANTASTYCZNA 4: PIERWSZE KROKI / napisy: 16:30 ; F1 / napisy: 11:30, 19:30 ; ODDAJ JĄ / napisy: 16:15, 20:45; ŻYCIE CHUCKA / napisy: 11:40

REPERTUAR AWANGARDA

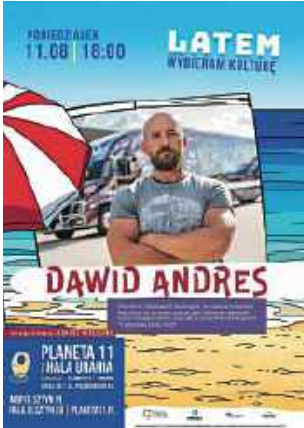
„Życie Chucka” - prod. USA : godz. 17.45 ; „Pewnego razu w Paryżu” - prod. Francja, Belgia: godz. 17.45; „Boska Sarah Bernhardt” - prod. Francja, Belgia: godz. 18.00 ; „Zniknięcia” - prod. USA: godz. 19.45 ; „Bird” - prod. Wielka Brytania, USA: godz. 19.45; „Follemen-te. W tym szaleństwie jest metoda” - prod. Włochy: godz. 20.00

11 sierpnia
PONIEDZIAŁKI Z NORDIC WALKNG
Olsztyn

Maj, lato jak my to kochamy, to niezmiennie idealny czas na żwawy marsz z kijami! Przez całe lato zapraszamy na maszerowanie leśnymi ścieżkami z kijkami – poniedziałki na takie wędrówki są w sam raz – spotykamy się w każdy poniedziałek – most na j. Długim (nie mylić z pomostem Żubra!!) Jeżeli jeszcze nie chodziłaś/eś z kijkami to te spotkania są także dla ciebie – na początek 5 km jest dla każdego a jak już chodzisz z kijkami to także przychodzi bo i dla Ciebie oprócz 5 km dodamy jeszcze kilka w drugiej części (mniej oficjalnej marszu).
Godz. 18.00, start: na moście nad j. Długim.

11 sierpnia
LATEM WYBIERAM KULTURĘ – DAWID ANDRES W PLANECIE 11
Olsztyn

Dawid Andres to znany podróżnik i osobowość telewizyjna oraz zawodowy kierowca ciężarowy. Świat zwiedza najczęściej właśnie z perspektywy ciężarówki. Kulisy swoich podróży i tajniki pracy zawodowego kierowcy prezentuje w programach telewizyjnych, które cieszą się ogromną popularnością. Ciężarówką przejechał przez Stany, Australię, Wietnam, Indonezję, RPA i Afrykę, Amazonię objechał na rowerze. Ta ostatnia wyprawa stała się inspiracją do powstania książki „Rowerem po Amazonce”. Publikacja opowiada historię niezwykle wyprawy dwóch braci – Dawida Andresa i Huberta Kisińskiego – którzy przemierzali największą rzekę świata właśnie na... rowerach. Podróż rowerami po Amazonce została nagrodzona Kolosem 2015 w kategorii Wyczyn Roku. Historia podróżnika pokazuje, że rezygnacja z tradycyjnej drogi i odwaga w podróży mogą przynieść nieoczekiwane efekty i stać się inspiracją dla innych.
Godz. 18.00, Planeta 11 (Hala Urania), Piłsudskiego 44.



11 sierpnia
KINO PLENEROWE: PERFECT DAYS
Olsztyn

W ramach letniego programu MOK Olsztyn zaprasza na najnowszą odsłonę cyklu Kina Plenerowego w Parku Podzamcze! Spotykamy się tradycyjnie w poniedziałkowe wieczory nieopodal fontanny „Ryba z dzieckiem”. „Perfect days”, reż. Wim Wenders.
Godz. 20.00, Park Podzamcze w Olsztynie / przy fontannie „Ryba z dzieckiem”.

12 sierpnia
SPOTKANIA DLA RODZICÓW Z MAŁYMI DZIEĆMI
Olsztyn

To przestrzeń relacyjna, wzajemnej wymiany w duchu rodzicielstwa bliskości, pełna ciepła i akceptacji dla wszystkich emocji i zachowań dziecięcych. Spotkania wspierają budowanie bliskiej relacji rodzic–dziecko oraz tworzą możliwość wzmocnienia siebie w roli rodzica. Rodzice zyskują okazję do rozmowy, wymiany doświadczeń, zadania pytań i spojrzenia na rodzicielstwo z większą lekkością – przy wsparciu uważnej, empatycznej osoby prowadzącej.
Godz. 16.30, pomieszczenia Fundacji Aktywnej Rodziny „Pajacyk”, budynek Arki, ul. Niepodległości 85.

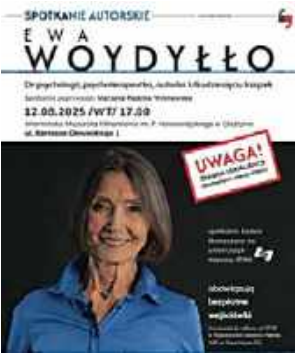
12 sierpnia
KUNG FU W PLANECIE 11
Olsztyn

Podczas spotkania Beata Engel i Roman Lichacz – Mistrzowie Świata Kung Fu, wielokrotni medaliści Mistrzostw Europy i Polski, członkowie Kadry Polskiej i trenerzy w olsztyńskiej Szkole Chińskich Sztuk Walki „SHAO-LIN” opowiedzą o swojej pasji i sposobie na życie, czyli Kung Fu. Podzielią się też swoimi wrażeniami z pobytach w Chinach.
Godz. 17.00, Planeta 11 (Hala Urania), al. Piłsudskiego 44.



12 sierpnia
SPOTKANIE AUTORSKIE
Z EWĄ WOYDYŁŁO
Olsztyn

Dr psychologii, psychoterapeutka, autorka kilkudziesięciu książek psychologicznych. Jako publicystka i aktywistka społeczna angażuje się w działania na rzecz praw kobiet oraz w edukację dotyczącą poprawy jakości relacji międzyludzkich.
Godz. 17.00, Filharmonia Warmińsko-Mazurska, ul. Głowa-ckiego 1.



13 sierpnia
SZKOLENIE PSYCHOLOGICZNE SPORT COACH+
Olsztyn

W ramach projektu Sport Coach+ pragniemy serdecznie zaprosić wszystkich zainteresowanych trenerów sportowych, czy też nauczycieli wychowania fizycznego do udziału w bezpłatnym szkoleniu psychologicznym. Duża dawka wiedzy, praktyczne ćwiczenia psychologiczne, szkolenie zakończone certyfikatem, zapewniony obiad oraz przerwy kawowe.
Godz. 9.00, Sala konferencyjna Warmińsko-Mazurskiego Oddziału Okręgowego PCK w Olsztynie, Plac Konsulatu Polskiego 1.



13 sierpnia
ZAJĘCIA AERIAL JOGA W RAMACH „OLSZTYŃSCY GŁUSI AKTYWNI”
Olsztyn

Olsztyńskie Stowarzyszenie Głuchych w ramach działań statutowych walczy o równouprawnienia dla osób Głuchych i sta-

bowstyszających. Głównym celem stowarzyszenia jest poszerzanie wiedzy wśród osób słyszących na temat osób z orzeczenie niepełnosprawności 03-L.
Godz. 17.30, Klubik-baw się, kreuj, tańcz, ul. Tarasa Szew-czenki 7/19.

14 sierpnia
WARMIŃSKIE ŚCIEŻKI
Olsztyn

Serdecznie zapraszamy na spotkanie zatytułowane „Warmińskie ścieżki”. Będzie to rozmowa trzech kobiet – Petry Reski, Joanny Wilengowskiej i Klaudii Czaboryk o zawitościach warmińskich losów. O warmińskości wiejskiej i miejskiej, polskiej i niemieckiej, tej odziedziczonej po przodkach, tej zasiedzanej i tej nabytej. Będzie to również spojrzenie na zagadnienie tożsamości, relacji z miejscem z różnych perspektyw pokoleniowych, które reprezentują nasze rozmówczynie.
Godz. 17.00, Dom Mendelsohna, ul. Zyndrama z Maszkowic 2.



14 sierpnia
SIDEWALK ASTRONOMICZNY
Olsztyn

Olsztyńskie Planetarium i Obserwatorium Astronomiczne zaprasza mieszkańców i turystów na wyjątkowe spotkania z astronomią – Sidewalk astronomiczny, czyli uliczne obserwacje Słońca z wykorzystaniem specjalistycznego teleskopu słonecznego. Przez całe lato, od początku lipca aż do końca sierpnia, pracownicy Planetarium wychodzą w miasto, by dzielić się wiedzą, pasją i zachęcać do patrzenia na niebo – tym razem w ciągu dnia! Sidewalk astronomiczny to okazja, by z bliska zobaczyć aktywność naszej dziennej gwiazdy, plamy słoneczne, protuberancje i inne zjawiska zachodzące na powierzchni Słońca, to wszystko w pełni bezpieczny sposób, pod okiem ekspertów.
Godz. 11.00, Przed Dworcem Głównym PKP w Olsztynie.

14 sierpnia
SZANTY NA OLSZTYŃSKIEJ STARÓWCE
Olsztyn

Wystąpi The Nierobers, czyli mieszanek szanty, folku i pozytywnej energii. Ich koncerty to gwarancja świetnej zabawy i wspólnego śpiewu.
Godz. 19.00, Scena na Targu Rybnym.

14 sierpnia
SIEWCY / PLONY
Olsztyn

Miejski Ośrodek Kultury w Olsztynie zaprasza na projekt „SIEWCY. Pole w środku miasta”. Sięgamy do dawnych kultur słowiańskiej i pruskiej, by poprzez działania kulturalne porozmawiać o tym, co dziś najważniejsze: relacji człowieka z naturą, tradycją, ziemią – i samym sobą. Wspólnie zastanowimy się, co możemy zaczerpnąć z przeszłości, by lepiej rozumieć teraźniejszość. Dawne wierzenia, rytuały i rytmy natury staną się dla nas pretekstem do rozmowy o kondycji psychicznej współczesnego człowieka, jego zmęczeniu, wewnętrznych burzach, potrzebie przemiany i wspólnoty.
Godz. 18.00, okolice Zajezdni trolejbusowej MOK Olsztyn.

15 sierpnia
KONCERT WOKALNO-INSTRUMENTALNY „SACRUM NA WARMII”
Olsztyn

Koncert ma charakter niekomercyjny i otwarty – skierowany jest do mieszkańców regionu, gości oraz wszystkich miłośników muzyki. Projekt „Sacrum na Warmii” ma na celu nie tylko promocję kultury wysokiej, lecz także popularyzację dziedzictwa muzycznego regionu Warmii oraz zachęcenie do obcowania z muzyką w duchowym. W programie koncertu znajdują się dzieła muzyki sakralnej, w tym:
– „Stabat Mater” Giovanniego Battisty Pergolesiego,
– utwory innych kompozytorów epoki baroku.



KRÓLOWA SPORTU ZAWITAŁA DO KORTOWA

LEKKOATLETYKA Podczas V Memoriału Zbigniewa Ludwiewskiego, który w miniony piątek odbył się w Kortowie, nie zabrakło emocji i wartościowych wyników. W zawodach wzięli udział, m.in.: Maria Andrejczyk, Karol Zalewski, Piotr Lisek i Konrad Bukowiecki.



WYNIKI:

Bieg na 100 metrów kobiet:

1. Sade McCreath	11.30
2. Krystsina Tsimanouskaya	11.40
3. Gloria Hooper	11.41

Bieg na 100 metrów mężczyzn:

1. Yupun Abeykoon	10.36
2. Rivaldo Roberts	10.43
3. Travis Williams	10.54

Bieg na 200 m Kobiety

1. Gloria Hooper	23.16
2. Olivia Fotopoulou	23.22
3. Magdalena Niemczyk	23.29

Bieg na 200 metrów mężczyzn:

1. Gediminas Truskauskas	20.69
2. Łukasz Żok	20.90
3. Albert Komański	21.05

Bieg na 400 m kobiet

1. Lada Vondrova	51.88
2. Alicja Wrona Kutrzepa	52.15
3. Modesta Morauskaite	52.35

Bieg na 400 metrów mężczyzn:

1. Jevaughn Powell	45.43
2. Karol Zalewski	45.66
3. Delano Kennedy	45.82

Bieg na 800 m kobiet

1. Daily Gaspar Cooper	1:59.73
2. Soukaina Hajji	2:00.48
3. Margarita Koczanowa	2:01.36

Bieg na 800 metrów mężczyzn:

1. Mateusz Borkowski	1:45.99
2. Mikuto Kaneko	1:46.01
3. Yukichi Ishii	1:46.72

Skok w dal kobiet:

1. Paola Fernandez	6.30
2. Roksana Jędraszak	6.28
3. Nikola Horowska	6.19

Skok o tyczce mężczyzn:

1. Piotr Lisek	5.62
2. Robert Sobera	5.37
3. Bartosz Marciniewicz	5.37

Rzut oszczepem kobiet:

1. Maria Andrejczyk	58.88
2. Małgorzata Maślak-Glugła	58.76
3. Martina Pířová	57.63

Pchnięcie kulą mężczyzn:

1. Konrad Bukowiecki	20.51
2. Stefan Wieland	18.68
3. Tadeas Procházka	18.15



CONCORDIA SPROWADZIŁA STOMIL NA ZIEMIĘ

PIŁKA NOŻNA \\ W najciekawszym meczu Superscore IV ligi Stomil Olsztyn na własnym boisku przegrał 2:3 z Concordią Elbląg. Tym samym Stomil szybko został sprowadzony na ziemię po wysokiej wygranej w Stawigudzie.

• STOMIL OLSZTYN - CONCORDIA ELBLĄG 2:3
 0:1 - Makarski (15), 1:1 - Wtulić (22), 2:1 - Pietkiewicz (56), 2:2 - Makarski (65), 2:3 - Joao Augusto (77)

Z przekroju całego spotkania na pewno zasłużyliśmy na zwycięstwo – powiedział trener bramkarzy Concordii Elbląg Jarosław Talik. – Przez większość spotkania dominowaliśmy, te dwie stracone bramki, to sami sobie strzeliliśmy. Padły po naszych błędach. Nasz zespół pokazał, że tworzymy monolit, jest charakter, buduje się zespół. Drugi mecz graliśmy w takim składzie, też jesteśmy w przebudowie. Fajnie to zaczyna wyglądać, a z biegiem kolejek będzie jeszcze lepiej. Stomil? Myślę, że chłopcy zachłysłeni się zwycięstwem w pierwszej kolejce, które robi wrażenie (7:0 - red.). Na nas to nie zrobiło wrażenia, wiedzieliśmy, że przyjechalibyśmy na ciężki teren. Powiedziałem moim zawodnikom, że to jest dla mnie szczęśliwy stadion, ja tutaj robiłem awans do Ekstraklasy, to nie ma się czego bać.

Polonia Lidzbark Warmiński wywiozła trzy oczka z ciężkiego terenu w Barczewie. Pisa jako pierwsza wyszła na prowadzenie za sprawą Olafa Gorczycy, ale jeszcze przed przerwą do wyrównania doprowadził Cezary Sobolewski. Obydwa zespoły mecz kończyły grając w osłabieniu. W 77. minucie z boiska wyleciał Koć, a już w doliczonym czasie gry czerwoną kartkę zobaczył Skarbek. Podopieczni Daniela Koguta walczyli do samego końca, a efektem tego było trafienie Dawida Bogdańskiego, który bramkę na wagę trzech punktów strzelił w 7. minucie doliczonego czasu gry.

Sześć punktów po dwóch kolejkach ma na



Fot. Emil Marecki

swoim koncie Start Nidzica prowadzony przez Czesława Żukowskiego. W Pieckach (stadion w Mrągowie jest w modernizacji) Mrągowie doznała drugiej porażki w tym sezonie. Start na początku drugiej połowy przegrywał 1:2, ale ostatecznie potrafił wygrać na ciężkim terenie 4:2.

Kolejnej wysokiej porażki doznał zespół GKS-u Stawiguda, który 0:6 przegrał w Ostródzie z miejscowym Sokołem. Kolejne punkty straciła Tęcza Biskupiec, która znowu nie potrafiła dowieźć zwycięstwa do końca. W meczu z Mamrami Giżycko Tęcza bramkę straciła w ostatniej minucie meczu.

Cztery punkty na koncie po dwóch kolejkach ma za to beniaminek Drwęca Nowe Miasto Lubawskie. Podopieczni Damiana Łukasika wygrali 2:0 w Kętrzynie. Dla Granicy była to druga porażka z rzędu. Zero punktów ma także Olimpia II Elbląg, która przegrała 2:3 w Elku z miejscowym Mazurem.

Pozostałe wyniki:
• MAZUR ELK - OLIMPIA II ELBLĄG 3:2
 0:1 - Marucha (23), 1:1 - Zagórski (41), 1:2 - Marucha (45), 2:2 - Zdankowski (53), 3:2 - Molski (89)
• MRĄGOWIA MRĄGOWO - START NIDZICA 2:4
 0:1 - Kosek (25 sam.), 1:1, 2:1 - Kuśnierz (35, 48), 2:2

- Tomaszewski (59), 2:3, 2:4 - Rosoliński (71, 85)

• TĘCZA BISKUPIEC - MAMRY GIŻYCKO 1:1
 1:0 - Banul (58), 1:1 - Panaś (90)

• ROMINTA GOŁDAP - DKS DOBRE MIASTO 4:1
 1:0 - Omilianowicz (1), 1:1 - Radzki (31), 2:1 - Brzeziński (40), 3:1, 4:1 - Walendykiewicz (83, 90)

• SOKÓŁ OSTRÓDA - GKS STAWIGUDA 6:0
 1:0 - Wieliczko (3), 2:0 - Bah (12), 3:0, 4:0, 5:0 - Wieliczko (29, 36, 71), 6:0 - Mayer (86)

• GRANICA KĘTRZYN - DRWĘCA NOWE MIASTO LUBAWSKIE 0:2
 0:1 - Martyniuk (57), 0:2 - Kozłowski (81)

• PISA BARCZEWO - POLONIA LIDZBARK WARMIŃSKI 1:2
 1:0 - Gorczyca (15), 1:1 - Sobolewski (39), 1:2 - Bogdański (90)

TABELA			
1. Concordia	6	7:3	
2. Start	6	7:3	
3. Polonia	6	4:1	
4. Sokół	4	7:1	
5. Drwęca	4	3:1	
6. Mamry	4	4:3	
7. Stomil	3	9:3	
8. Rominta	3	5:5	
9. Pisa	3	4:4	
10. Mazur	3	3:4	
11. Tęcza	2	3:3	
12. DKS	1	3:6	
13. Mrągowie	0	4:7	
14. Olimpia II	0	3:6	
15. Granica	0	2:5	
16. Stawiguda	0	0:13	





SPORT/OPINIE

.wm.pl

PONIEDZIAŁEK 11.08.2025

ZBIGNIEW LUDWICHOWSKI – JAKI BYŁ BYNIU?

WSPOMNIENIE \\ Mój tata to człowiek na wskroś pryncypialny, którego jedną z wad jest pamiętliwość. Stąd też długo dziwił mnie jego, na swój sposób, bezkrytyczny stosunek do Zbigniewa Ludwichowskiego, którego przez pół wieku nazywał Zbyskiem bądź Niunkiem, rzadziej Byniu. Ilekroć przypominałem tacie, jakby to ładnie powiedzieć, o osobliwym podejściu Bynia do obiektywizmu, to ten uśmiechał się i odpowiadał: „Daj spokój z tym sportem. Jako kolega zawsze był w porządku”.

Polski sport kuleje dlatego, że brakuje w nim ludzi odważnych, pokroju Ryszarda Kuleszy, który widząc degrengoladę polskiej piłki nożnej, potrafił walczyć pięściami w stół i w 1993 roku wypowiedzieć pamiętne słowa: „Polska widziała. A wy jesteście niewidomi!”. Kulesza za walkę z korupcją zapłacił ostracyzmem i szykanami. Trener, który wygrał z Holandią, zremisował w Turynie z Włochami i w Sao Paulo z Brazylią, który jako jedyny selekcjoner w historii pokonał na wyjeździe Hiszpanię, umierał w przytułku. Tuż przed jego śmiercią w 2008 roku Paweł Zarzeczny napisał: „Kuleszy dziś nie chce znać niemal nikt, jakby cały świat czuł do niego żal za to, że był... przyzwoity”.

– To był człowiek manier przedwojennych. Elegancki, słowny, honorowy, uczciwy. On był naiwny, wierzył ludziom, dawał się im wykorzystywać. Przy tysiącu różnych małych sytuacjach. Po prostu miał zbyt dobre serce – mówił o Kuleszy Michał Listkiewicz.

Zbigniew Ludwichowski naiwny na pewno nie był. Wiedział, na jakim świecie żyje, i wiedział, że odwaga rzadko popłaca. Nie raz miałem o to do Niego pretensje, bo jak klasyk uważam, że warto płynąć w górę i pod prąd. Tyle tylko, że Byniu nie był Tadeuszem Reytanem. Znal

ciemną stronę ludzkiej natury, dlatego postępował w myśl zasady: „Ciszej jedziesz, dalej zajedziesz”. I zajechał relatywnie daleko, choć start miał nie tyle niełatwy, co niestandardowy. Zaczynał, o czym mało kto już pamięta, jako dwudziestokilkuletni chłopak uznanej już zawodniczki. Brak większego doświadczenia zawodniczego i trenerskiego sprawił, że z marszu przypięto Mu deprecjonującą łatkę trenera jednej zawodniczki – swojej żony (Bronisławy Ludwichowskiej, z domu Doborzyńskiej). Byniu nie obrażał się jednak na rzeczywistość, a tym samym ludzi. Nie szukał zwady, aczkolwiek myślę, że świadomość podważania przez starszych kolegów Jego wiedzy i warsztatu treningowego została z Nim na długo i w pewnym sensie wyznaczyła przyszłą drogę, motywując do dalszej pracy.

„Czemu szukasz we mnie wroga, a nie przyjaciela?”

Do zawodników nierzadko zwracał się per „Misiu”. Ale tak naprawdę to On był „Misiem”. Sympatycznym, coraz starszym panem z lekką nadwagą i kapitalnym poczuciem humoru. Skądinąd ten humor bywał jego bronią. Gdy czuł, że sprawy idą w złym kierunku, sięgał po żart, a właściwie ironię. Jako wnikliwy obserwator rzeczywistości posiadał też szczególną umiejętność czytania ludzi. Kiedy



Zbigniew Ludwichowski (1950-2021)

jeden z trenerów zwrócił mu uwagę, że pewien kierownik klubu to przecież debil, Byniu w swoim stylu odpowiedział: „Dlatego jest kierownikiem. Za dużo nie myśli, robi co mu każą. I najważniejsze: nikomu nie zagraża”. Nawiasem mówiąc, właśnie to mnie w Nim irytowało. Że człowiek tej klasy wśród niszczących sport działaczy i wszelkiej maści prymitywów czuł się jak ryba w wodzie, gdyż wyszedł z założenia, że warto ich mieć po swojej stronie. Trzymał zatem z ludźmi (naturalnie nie tylko z nimi) pozbawianymi zdolności honorowych, choć sam nigdy nie zniżył się do ich poziomu.

Muszę też oddać Mu honor, że w trudnej sytuacji dla mojej rodziny zachował się przyzwoicie, podczas gdy inni „przyjaciele” taktownie odwrócili się plecami. Złościć było mi się na niego ciężko również dlatego, iż zostałem wychowany w przekonaniu, że Zbyszek to jest przyjaciel rodziny. Można się z Nim spierać, ale należy Go szanować.

Raz jednak nie wytrzymałem. Zadzwoń, i nadzwyczaj ostro wyraziłem swoje obiektywy względem Jego postępowania w określonej sprawie. Po długiej rozmowie udało się zawrzeć konsensus, a burzliwą konwersację Byniu zakończył słowami:

„Czemu szukasz we mnie wroga, a nie przyjaciela?”.

„Człowiek się starzeje”

W ostatnich miesiącach przed feralnym zdarzeniem trener Ludwichowski był inny niż zwykle, bardziej nostalgiczny. Rozmowy nakierowywał na to, co było, a nie na to, co będzie. Wspominał ludzi i zdarzenia.

Podczas halowych mistrzostw Polski w lutym 2021 roku jeden z jego zawodników (pretendent do medalu) zrobił falstart. Widziałem, jak Byniu momentalnie zrobił się czerwony. Na szczęście sędzia pokazał zieloną kartkę, co oznaczało, że zawodnik pobiegł. Byniu, z niejako wymuszonym uśmiechem, powiedział do mnie: „Zobacz, że dobry trener, to nie zdyskwalifikowali”. Emocjonalnie kosztowało go to jednak zbyt dużo.

W tym samym dniu, pod koniec popołudniowej sesji zawodów, zorientowałem się, że Byniu nie ma na hali. Któryś z trenerów rzucił, że poszedł do hotelu. Wydało mi się to dziwne, bo w zwyczaju miał siedzenie do ostatniej konkurencji i ze stoperem w rękę notowanie wszystkich międzyczasów. Wieczorem nieco prowokacyjnie zapytałem Go, czemu uciekł z hali. Nie był skory do żartów. Powiedział tylko: „Człowiek się starzeje”.

Kilka dni przed wypadkiem, podczas rozmowy, która dotyczyła przede

wszystkim jego wspomnień, spojrzał na mnie wymownie, po czym stwierdził: „Tyle historii, a ludzie odchodzą. Jak ty tego nie spieszysz, to już nikt tego nie zrobi”.

„Co ze Zbyskiem?”

Czas, w którym na początku marca 2021 roku trener Ludwichowski przebywał w szpitalu był okresem covidowo-szczepionkowym. Mój tata leżał wówczas w łóżku z blisko czterdziestostopniową gorączką i przez dwa tygodnie dzień w dzień dzwonił do mnie po kilkanaście razy z jednym pytaniem: „Co ze Zbyskiem?”.

Dzień przed pogrzebem Bynia przyjechał do taty ich wspólny przyjaciel (Zbigniewa Ludwichowskiego i mojego taty) – trener Edward Motyl. Wówczas już ponad osiemdziesięcioletni pan. Pamiętam, że gdy przyszedłem do rodziców, ujrzałem dwóch doszczętnie załamanych starszych panów. Straszny, łamiący serce widok.

Już to kiedyś napisałem, ale odejście trenera Ludwichowskiego odczuwam jako stratę swego rodzaju wujka, z którym fajnie jest niejako dla zasady powożować, ale bez którego czegoś, a właściwie kogoś na tym świecie brakuje. Poza tym, o ilu osobach po pół wieku znajomości można powiedzieć: „Jako kolega zawsze był w porządku”...

MICHAŁ MIESZKO PODOLAK

RELAKS

z Gazetą Olsztyńską



Sudoku

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

863

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

864

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

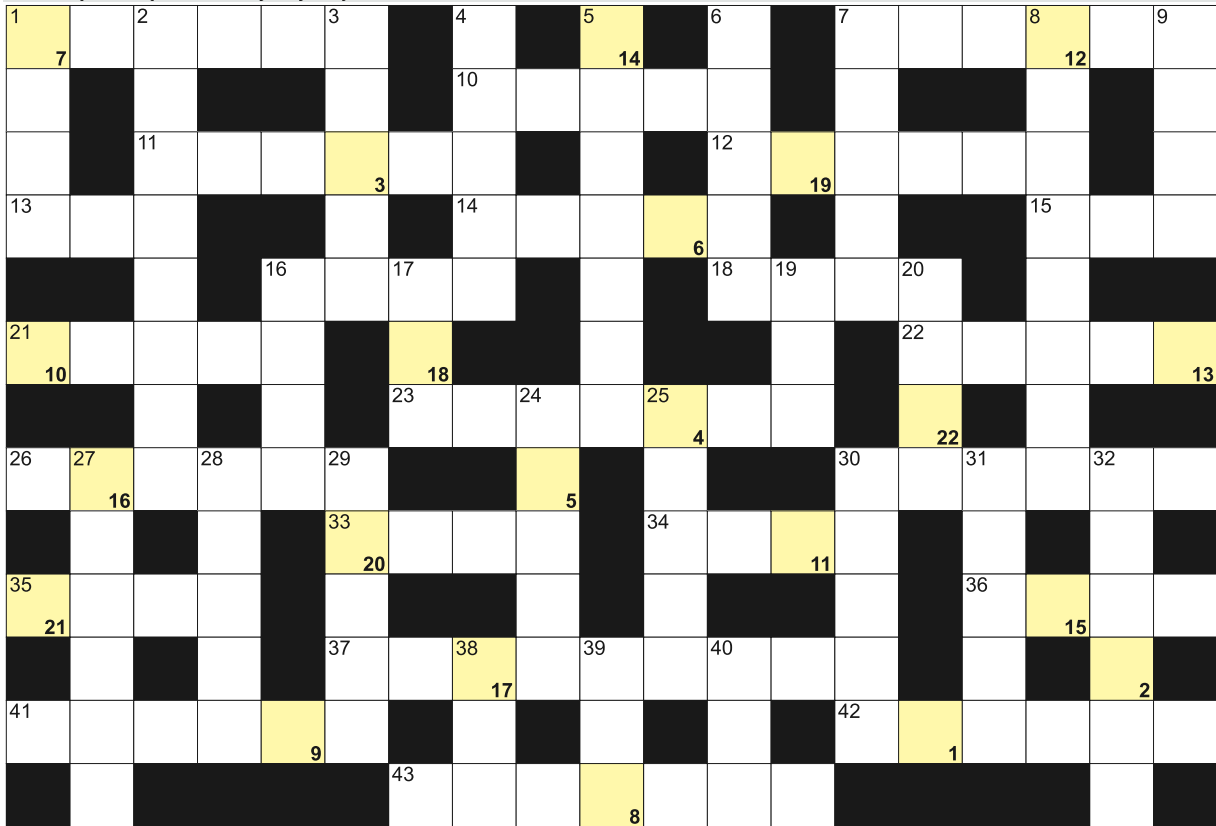
865

Znajdź 10 różnic



KRZYŻÓWKA z HASŁEM

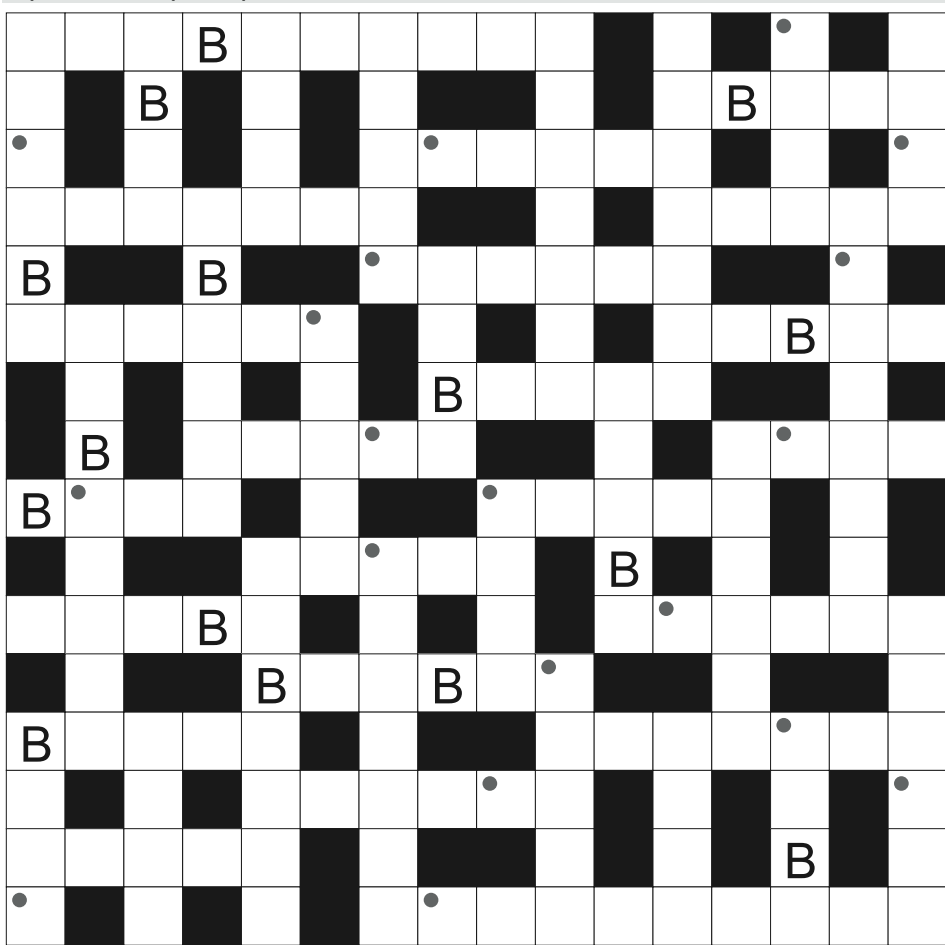
Litery z pól ponumerowanych od 1 do 22 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



POZIOMO: 1) płynie przez Skopje; 7) Bertolt, autor "Opery za trzy grosze"; 10) cesarz, który kazał podpalić Rzym; 11) osobowy lub dzierżawczy dla polonisty; 12) włoski region ze stolicą w Perugii; 13) kreskowy na produkcie; 14) kichający krasnoludek z "Królowy Śnieżki"; 15) "... srebrny Salomei" Słowackiego; 16) rozpuszczalna kawa zbożowa; 18) Irena dla bliskich; 21) kolekcja znaczków lub obrazów; 22) drobne skaleczenie; 23) żona Aleksandra Kwaśniewskiego; 26) ochronna obudowa maszyny; 30) okrężna, zastępca droga; 33) do żucia; 34) kaczan kapusty inaczej; 35) przepływa przez Łębork; 36) z nadgarstkami i palcami; 37) przeciwieństwo parafrazy; 41) tłuszcz do kaszy i pierogów, omasta; 42) kapitan kutra potocznie; 43) człowiek dotknięty bielactwem. **PIONOWO:** 1) sto lat; 2) wydzielona część książki; 3) japoński rosół; 4) najjaśniejsza w gwiazdozbiore Feniksa; 5) owoc z sadu; 6) dzieci syna lub córki; 7) świstak stepowy krócej; 8) inaczej krużyca małpia, drzewo; 9) niezbędny do oddychania; 16) ze stolicą w Teheranie; 17) kolega Gerdy w "Królowej Śniegu"; 19) ojczyna Nelsona Mandeli; 20) jest nim Fellah i Beduin; 24) najdłuższa rzeka Francji; 25) jego stolicą Niemcy; 27) podtrzymują spodnie; 28) Barack, były prezydent USA; 29) jaszczurka kołnierzysta; 30) szpilka przy bucie; 31) święty, zabójca smoka; 32) płama na suficie lub na ścianie; 38) pierwiastek TI; 39) Federalne Biuro Śledcze w USA; 40) najwyższy szczyt Filipin.

JOLKA z HASŁEM

Litery z pól z kropką czytane rzędami, utworzą rozwiązanie:



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

lekarz od cukrzycy; kupalnik górski inaczej; polski generał spod Monte Cassino; tłuczek do kapusty inaczej; podróżna z uszami; stolica Jordanii; materiał udający skórę; Beata, była premier Polski; papilarne na palcach; obcy lub bliskoznaczny; miasto Heraklita, greckiego filozofa; biblijny brat Kaina; i rumba, i walc; zawsze u boku pana młodego podczas ślubu; przeciwstawny do czarnego; Delon, sławny aktor francuski; fryzjer dla zwierząt; papiery kupowane na giełdzie; kuloodporna w aucie; utleniona z apteki; wysokość człowieka; rewanż, zemsta; stolica Dolnej Normanii; budowla chroniona prawem; rwana przez ciężarówka; lelek zwyczajny inaczej; damskie spodnie do połowy łydek; stolica amerykańskiego stanu Georgia; Jurkiewicz, piosenkarka; siły zbrojne, wojsko; zasłony okienne z listewek; swobodna fala stojąca; zodiaku lub drogowe; kule do gry w bilard; pierwiastek Db; pszenica, jęczmień i żyto; wermut lub tokaj; ze stolicą w Libreville; sejmik ptaków krócej; dorsz lub makrela; Capote, pisarz amerykański; dwudziestolecie foremny krócej; udziela kredytów; waluta Panamy; boczna ściana statku; sąsiadka Urugwajki i Paragwajki.

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

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

WYKREŚL 25 aktorów. Wykreśl ich od góry do dołu, od lewej do prawej i na ukos: Bogart, Stewart, Peck, Hepburn, Brando, Bergman, Garbo, Monroe, Fonda, Chaplin, Grant, Wayne, Holden, Bacall, Welles, Douglas, Dean, Loren, Keaton, Kelly, Grant, Mitchum, Temple, Gable, Taylor, Cooper.

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

8-14 sierpnia 2025



dodatek
TELEWIZYJNY DODATEK GAZETY

Treść programu i foto dzięki uprzejmości: Prasowej Agencji Telewizyjnej, Polsatu, TVP1, TVP2, TVN, TV4, TVN7, TV Puls, TV Trwam, TVP Kultura INFORMUJEMY, ZE REDAKCJA NIE PONOSI ODPOWIEDZIALNOŚCI ZA ZMIANY W PROGRAMACH TV

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

Piątek



21:25
TVP 1

Kingsajz
Komedia, Polska, 1988

W podziemiach Instytutu Badań Czwartorzędu istnieje kraina zwana Szuflandią. Jej pejzaż tworzą główne szuflady, segregatory i inne atrybuty biurowej rzeczywistości. Panuje tu nadszyszkownik Kilkujadek - odpowiednik współczesnego krasnoludka, metodami władzy różniący się jednak zasadniczo od króla Gwieczka. Kilkujadek ukrywa przed wszystkimi tajemnicę kingsajzu. Pod tą nazwą kryje się eliksir, pozwalający krasnoludkowi zyskać rozmiary człowieka i zamieszkać w krainie ludzi, obfitującej w wolność, kobiety i inne atrakcje.

INNE DATY EMISJI: NIEDZIELA, 13:05

Sobota



10:50
POLSAT

Park jurajski
Przygodowy, SF, USA, 1993

Milione John Hammond zakłada na wyspie park rozrywki, w którym - w warunkach przypominających te sprzed stu milionów lat - umieszcza odtworzone genetycznie dinozaury. Zanim Hammond otworzy park dla zwiedzających, musi uzyskać pozytywną opinię ekspertów, ściągając więc na wyspę prawnika i troje naukowców, którzy od początku mają obawy co do bezpieczeństwa tego przedsięwzięcia. Mimo to, wraz z wnukami Hammonda, ruszają na wycieczkę po parku. Wkrótce sytuacja wymyka się spod kontroli a grupka znajdujących się na wyspie ludzi musi stoczyć dramatyczną walkę o przetrwanie.

Niedziela



23:00
TVP 2

La Gomera
Komedia, Niemcy, Rumunia, Francja, Szwecja, Szwajcaria, 1919

Na La Gomere, jedną z Wysp Kanaryjskich na Atlantyku, przypląwa główny bohater filmu, policjant z Bukaresztu Cristi, przypominający raczej skorumpowanego i cynicznego gliniarza. Ma rzekomo rozpracować gang przemytników narkotykowych. W tym celu zamierza nauczyć się języka gwizdanego - el silbo - używanego przez mieszkańców wyspy do komunikowania się na duże odległości. Dzięki tej umiejętności Cristi będzie mógł przeniknąć w struktury mafii i dogadywać się z nimi, nie obawiając się policyjnych podsłuchów.

INNE DATY EMISJI: PONIEDZIAŁEK, 03:35

Poniedziałek



21:20
TVP 1

Kamienne pięści
Dramat, biograficzny, sportowy, USA, 2016

Roberto Duran wychowuje się na ulicy, gdzie rządzi prawo pięści. Umiejętności, które zdobywa, walcząc o przetrwanie, stają się jego przepustką do lepszego świata. Na profesjonalnym ringu pojawia się po raz pierwszy w wieku 16 lat i niedługo po tym zyskuje przydomek Manos de Piedra, czyli „kamienne pięści”. Trudna i niebezpieczna droga, którą wybiera, staje się dla Durana początkiem walki z najtrudniejszym przeciwnikiem - samym sobą. Wielki talent może bowiem nie wystarczyć, by raz na zawsze uwolnić się od przeszłości

INNE DATY EMISJI: WTOREK, 00:10

Wtorek



20:00
TVP KULTURA

Szewska pasja Filipa Hotza
Teatr Telewizji, 1968

Filip i Dorli rozwodzą się. Dorli w ostatniej chwili wycofuje pozew. Filip dostaje „szewskiej pasji”: zamyka żonę w szafie, każe robotnikom zniszczyć wszystkie swoje rzeczy, które znajdują się w domu. Postanawia wstąpić do Legii Cudzoziemskiej. Okłamuje żonę, że miał romans z Klarą. Dorli nie wierzy, że Filip może wyprowadzić się z domu. Filip naprawdę wyjeżdża, wkrótce jednak wraca pokornie do domu. Nie został przyjęty do Legii. Małżonkowie godzą się...

Środa



03:30
TVP KULTURA

Krwawe gody
Dramat, Hiszpania, 1981

Filmowanie zdarzenia w studio baletowym, począwszy od pierwszego spotkania, poprzez kolejne próby aż do całkowite gotowego przedstawienia. Reżyser przeplatając rzeczywiste nastroje związane z trudami powstania spektaklu ze scenariuszem sztuki. Ekipa baletowa Federica Garcia z pasją oddaje się przedsięwzięciu. W układach baletowych pojawia się kilka stylów choreograficznych: od flamenco do hiszpańskich ludowych kroków.

Czwartek



22:55
TVP KULTURA

Zimowi ludzie
Fabularny, USA, 1989

Początek lat 30, Ameryka czasów wielkiego kryzysu. Po śmierci żony Wayland Jackson postanawia przenieść się ze swą 10-letnią córką Paulą do Filadelfii, w nadziei, że w dużym mieście łatwiej zarobi na utrzymanie. W drodze ich samochód utyka w górskim strumieniu i oboje muszą iść dalej piechotą. Chłód i bagaże nie ułatwiają wędrówki. Wayland i Paula z trudem docierają do chaty na odludziu. Mieszka tam Collie Wright, samotnie wychowująca małego synka, Jonathana. Przystojny Wayland od razu zwraca uwagę Collie, kobieta zgadza się przenocować przybyszów.

PIĄTEK • 8 sierpnia

TVP 1	TVP 2
04:45 Akacja 38 - serial, 2017 05:55 Info Poranek 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Prawdo Podobieństwo - Magla - reportaż 08:00 Czerdziestolatki - serial obcy. 08:55 Ranczo - serial obcy. 09:50 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:55 Natura w Jedynce - Niesposkromione Wielkie Jeziora - dok., Austria, Kan., 2022 14:00 Wichrowe wzgórze - serial obcy., Turcja, 2024 14:55 Kolarstwo - Tour de Pologne, 2025 - Etap 5: Katowice - Zakopane, 2025 17:00 Teleexpress	04:35 Na dobre i na złe - serial 05:30 M jak miłość - serial, 2021 06:20 Anna Dymna - spotkajmy się 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obcy. 07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Pogoda Flesz i Serwis Info 11:15 Operacja zdrowie - magazyn medyczny 11:50 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - Przygoda pierwsza - serial przygod. TVP, 1966 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obcy., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023

TVN

06:05 Uwaga! - program interwencyjny
06:20 Ukryta prawda - program obyczajowy
07:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarny - rozrywkowy
09:20 Zagadki losu - program obyczajowy
11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarny - rozrywkowy
12:35 Szpital - program obyczajowy
13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
16:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarny - rozrywkowy
18:00 Detektywi - Do detektywów zgłasza się 38-latką, która chce wiedzieć, kim jest nieznajoma kobieta, z którą kłócił się jej mąż. Klientka jest przekonana, że...

POLSAT

06:00 Nowy dzień Polsat News
08:30 Malanowski i Partnerzy - serial kryminalny. Do Malanowskiego zgłasza się zrozpaczona Zofia Borys. Rok wcześniej ukochana jej syna została brutalnie zamordowana.
09:30 48H Zaginieni - 19-lletnia Hania zgłasza, że jej młodszy brat Leon prawdopodobnie został porwany. Okazuje się, że rodzice Hani prowadzą popularny kanał rodzinny w Internecie i wykorzystują trójkę swoich dzieci do stwarzania pozorów szczęśliwej rodziny.
10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy
11:35 Gliniarze - Nad Wisłą zostają odnalezione zwłoki nastolatki. Okazuje się, że...
14:40 48H Zaginieni - serial kryminalny

TVP Kultura

06:05 Afisz kulturalny ekstra
06:15 Muzyczne poranki
07:00 Tamte lata, tamte dni - Henryk Talar - magazyn
07:35 Na torach historii - dokument, Polska, 2016
08:15 Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka - mag.
09:00 Thierry Źmialek - serial przyg.-hist., Franc., 1963
10:10 Wydarzenie aktualne
10:30 Ludwig van Beethoven - IX Symfonia d-moll op. 125 - koncert, Franc., 2015
11:55 Blue Note Records. Więcej niż muzyka - dok., Szwajc., 2018
13:35 Rawhide - Incydent z astronomem - western, USA, 1959
14:40 Łowcy skalpów - western, USA, 1968
16:30 Informacje kulturalne
16:50 Panna Madonna - legenda tych lat - dok., Polska, 1997

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny
08:00 Kobra - oddział specjalny - Pod nieobecność Semira, Ben z przyjaciółmi wybiera się na koncert zespołu The Brushes. Na koncercie pojawia się Lisa Schmidt, była żona wokalisty. Niespodziewanie dochodzi do zbrodni...
10:00 Zaklinaczka duchów - Melinda spotyka grupę martwych komików, którzy przygotowują się do występu. Jej uwagę przykuwa jeden z komików, ponieważ wygląda na bardzo zmarłego. Okazuje się, że pragnie on przypomnieć sobie, co doprowadziło go do samobójstwa...
10:55 Zbuntowany anioł - serial
12:50 Zaklinaczka duchów - serial fabularny

TVN 7

05:10 Ten moment - program obyczajowy
05:45 Szkoła - Przyjaciele gimnazjalistki Róży Olszewskiej zarzucają dziewczynie, że jest egoistką, która myśli tylko o sobie i nie liczy się z uczuciami innych. Nastolatka postanawia udowodnić, że potrafi pomagać.
08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy
11:50 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny
12:55 Detektywi - Detektywi Anna Potaczek i Jakub Nowacki rozpoczynają śledztwo w sprawie brutalnej napaści na właścicielkę salonu fryzjerskiego. Kobieta w ciężkim stanie przebywa w szpitalu. Zginął utarg z całego dnia.

TV Trwam

09:45 Jestem Mamą
10:00 Inf. dnia
10:15 Misja Księdza Jacka
11:10 Rzeźbiarz Wielkiego Króla
11:25 7 Sakramentów Kościoła
11:35 Natura et Homo
12:00 Anioł Pański
12:03 Inf. dnia
12:20 Powrót i Odnawa
13:00 Misja Szczecin, Poznań - Argentyna
13:30 Msza św.
14:55 Słowo życia
15:00 Modlitwa do Bożego Miłosierdzia
15:20 Mocni w Wierze
15:50 Ma się rozumieć
16:00 Inf. dnia
16:10 Natura
16:30 Obiektywnie
16:30 Mateczniki
16:40 Prosto o gosp.
17:00 Razem możemy wszystko
17:55 Poczet Wlk. Polaków
18:00 Anioł Pański
18:05 Inf. dnia
18:15 Westerplatte Młodych
19:00 Warto zauważyć
19:30 Brat Franciszek
20:00 Inf. dnia
20:20 Różaniec
20:50 7 Sakramentów Kościoła
21:00 Apel Jasny
21:20 Inf. dnia
21:40 Polski Punkt Widzenia

SOBOTA • 9 sierpnia	
TVP 1	TVP 2
04:45 Mikołajek - kom., Franc., 2009	04:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025
06:20 Balans bieli - magazyn	06:35 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2025
07:00 Transmisja Mszy Świętej	07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Pogoda Flesz i Serwis Info - magazyn poranny
07:40 Rok w ogrodzie - magazyn	11:30 Górna półka smaku - cykl kulinarno-detektywistyczny
08:20 Pełnosprawni - magazyn dla niepełnosprawnych	12:10 Zabójczy rejs - serial krym., Wlk. Bryt., 2023
08:50 Ranczo - serial obycz., Polska, 2009	14:00 Familiada - teleturniej
09:55 Komisarz Alex - serial krym.	14:35 Koło fortuny - teleturniej
10:50 Ojciec Mateusz - serial krym.	15:15 Szansa na sukces. Opolo 2025 - widowisko muzyczne
11:50 Nie bądz ślepy na ślepowrona - dok., Polska, 2024	16:15 Na dobre i na złe - serial
12:35 Gwiazdy w południe - Szlachetna rasa - western, USA, 1966	17:15 Postaw na milion - teleturniej
14:25 Okrasa tamie przepisy - magazyn kulinarny	
15:00 Kolarstwo - Tour de Pologne - Etap 6: Bukowina Resort - Bukowina Tatrzańska	
	
17:00 Teleexpress	18:15 Czarne chmury - serial, 1973. Za uciekającymi Dowgirdem i Kacprem ruszają w pogoń dragoni Zaremby i rajtarzy Knothego...
17:20 Pogoda	19:15 Słowo na niedzielę
17:35 Ojciec Mateusz - serial	19:25 Informacje kulturalne
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny	20:00 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Lublin cz. 1 - widowisko
19:30 Program informacyjny 19.30	22:10 Program rozrywkowy
20:05 Sport	23:30 Ile waży koń trojański? - komedia, Polska, 2008. Bohaterką tej romantycznej opowieści jest Zosia Albrecht-Radecka, której pierwsze małżeństwo z Darkiem się rozpadło...
20:10 Pogoda	01:40 Goldeneye - sens., USA, Wlk. Bryt., 1995
20:20 Profilarka - serial krym., Polska, 2024	04:00 Kawa z kardamonem - serial, Ukraina, 2022
21:20 Hit na sobotę - Ocalony - akcja, USA, 2013	
23:20 Tour de Pologne - kroniki, felieton	
23:30 W otchłani - akcja, Kan., USA, 2018	
01:25 Fuks - kom. sens., Polska, 1999	
03:05 Wojna o prąd - fab., USA, 2017	
05:00 Program rozrywkowy	

TVN

05:40 Uwaga! - program interwencyjny

05:55 Ukryta prawda - program obyczajowy

06:50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy

07:45 Dzień Dobry Wakacje - magazyn poranny

11:35 Na Wspólnej Omnibus - serial obycz., Polska

13:30 Szpital św. Anny - program obyczajowy

15:45 Anatomia piękna - program rozrywkowy

16:50 Lara Croft: Tomb Raider - przyg., USA, Wlk. Bryt., Niemcy, Jap., 2001. Lara Croft staje przed największym wyzwaniem - mroczną tajemnicą jej ojca, związaną z Trójkątem Światła: kluczem do innego czasu i przestrzeni. Lara musi go odzyskać, zanim...

19:00:00

19:00 Fakty

19:30 Sport

19:35 Kroniki Tour de Pologne

19:40 Pogoda

19:45 Uwaga!

20:00 Kobiety pragną bardziej - kom., USA, Niemcy, Holandia, 2009. Znudzona żona rozważa, czy nie odejść od męża, który ją zaniedbuje. Dlaczego zaniedbuje? Bo...

22:50 Ojcowie i córki - obycz., USA, Włochy, 2016

01:15 MasterChef Nastolatki - program kulinarno-rozrywkowy

02:35 Szpital - program obyczajowy

04:30 Uwaga! - program interw.

04:45 Recepta na stary dom - program edukacyjny

</

TVP Kultura

06:05

Człowiek z Rio - fab., Franc., Włochy, 1963

08:10

Portrety - Janina Niesobka - rep.

08:30

Koncert muzyki filmowej - koncert, 2022

09:50

Informacje kulturalne

10:20

Podróż do Ameryki - W deszczowy dzień w Nowym Jorku - obycz., USA, 2019

12:00

Dokument tygodnia - Grace Kelly - Portret intymny - dok., Franc., 2021

13:10

Tacy byliśmy - Violetta Villas - reportaż

13:50

Janio Wodnik - obycz., Polska, 1993

15:45

Cyrk - komedia, USA, 1928

17:05

Herbie Hancock, "Tu i Teraz" w Bielsku-Białej - reportaż

17:30

Retro kino - Łowcy skalpów - western, USA, 1968

19:25

20x20 lat TVP Kultura - Dominik Wania

20:00

Bilet do kina - Tesla - biograficzny, USA, 2020

21:50

Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór - widowisko muzyczne

22:55

Tacy byliśmy - Violetta Villas - reportaż

23:40

Kino nocne - Kod Dedala - sensacyjny, Belgia, Franc., 2019

01:35

20x20 lat TVP Kultura - Dominik Wania

02:10

Dokument w podróży - Opera paryska - dok., Franc., 2020

03:20

Noc Walpurgi - dramat, Polska, 2015

04:50

Teledyski - program muzyczny



TV Puls

06:00

Kobra - oddział specjalny - Nadchodzą urodziny żony Semira. Niespodziewanie mężczyzna odczytuje wiadomość, którą dostała Andrea i dowiaduje się, że jego ukochana ma romans.

09:00

Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.

10:00

Lombard. Życie pod zastaw - Ratajczyk to pszczelarz - ekolog. Pewnego ranka odkrywa, że pszczoły w jego pasiece są martwe - wszystkie padły z niewiadomych przyczyn. Policja rozpoczyna dochodzenie. Ratajczyk postanawia przeprowadzić śledztwo również na własną rękę.

<

TVN 7

05:10 Szkoła - Licealiści zawierają pakt o niespotykaniu się z dziewczynami...

06:15 Wiza na miłość - serial paradokumentalny

07:15 New Looney Tunes II - animacja

07:30 Step Up II - obycz., USA, 2008. Andie to zbuntowana tancerka z biednej dzielnicy. Jest outsiderką, próbującą odnaleźć się w sztywnych ramach Akademii Sztuki...

09:35 Ukryta prawda - program obyczajowy

12:40 Detektywi - 40-latek podejrzewa żonę o romans z chłopakiem ich dorosłej córki. Mężczyzna prosi detektywów Annę Potaczek i Macieja Dębosza o sprawdzenie, czy rzeczywiście żona go zdradza.

14:40 Złoto dla zuchwałych - film wojenny, USA, Jugos., 1970. Łądowanie aliantów w Norman dii zostało zakończzone. Szeregowiec Kelly dowiaduje się od jeńca o oboje...

17:40 Tarzan: Legenda - przyg., Kan., Wlk. Bryt., USA, 2016

20:00 Star Trek - SF, USA, Niemcy, 2009

22:50 Morze Pońnocne w ogniu - katastrof., Nor., Szwecja, Dania, 2021

01:00 Zbrodnie z pierwszych stron gazet - program kryminalny

03:00 Fachowcy - program paradokumentalny

03:45 Usterka - program poradnikowy

04:25 Druga strona medalu

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej - reality show **07:00** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **11:05** Jesteśmy Dla Dzieci - program edukacyjny

11:30 Miodowe Lata - serial komediowy **13:30** I kto to mówi 2 - komedia, USA, 1990 **15:00** Policjantki i Policjanci - serial paradokumentalny **20:00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny **00:00** Gwiazdy Kabaretu - program rozrywkowy

02:05 STOP Drogówka - serial policyjny **03:15** Interwencja - magazyn reporterów **03:25** Lubie disco! - program muzyczny **04:25** Top 10 - Lista Przebojów - program muzyczny **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:00 Czarny sufit **10:30** Inf. dnia **10:15** Retrospektywa **10:35** Słowo życia **10:40** Polski Punkt Widzenia **11:00** Kropelka na dości **12:00** Anioł Pański **12:03** Inf. dnia **12:20** Warto zauważyć... **13:10** Matczyni Polscy **13:20** Ocalić od zapomnienia

13:30 Msza św. **14:30** Przegląd Tyg. „Niedziela” **14:35** Słowo życia **14:40** Św. na każdy dzień **14:45** Jak wygrać małżeństwo **15:10** Dzielna niewiasta **15:15** Fatima - miejsce wrogane przez Maryję **15:30** Wierzę w Boga

16:00 Inf. dnia **16:10** Historia PL **17:00** Powołani **17:30** Przegląd aplikacji **17:55** Pocz.Włk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:25** Św. na każdy dzień **19:30** Manna z Nieba **19:45** Modlitwa z udziałem dzieci **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** 7 Sakramentów Kościoła **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia

NIEDZIELA • 10 sierpnia	
TVP 1	TVP 2
05:30 Sprawa dla reportera	05:25 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025
06:20 Słownik polsko@polski - talk-show prof. J. Miodka	06:30 Dla niesłyszących - M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2025
06:55 Słowo na niedzielę	07:30 Pytanie na śniadanie - w tym: Pogoda Flesz i Serwis Info - magazyn poranny
07:00 Transmisja Mszy Świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach	11:15 Rosół polski - magazyn kulinarny. Agnieszka Kraszewska i Aleksander Baron - zabiorą widzów w podróż w poszukiwaniu źródeł dawnych zwyczajów kulinarnych.
08:00 Tydzień	11:50 Lato z Radiem i Telewizją Polską - Lublin - widowisko muzyczne
08:55 Wojna domowa - serial komediowy TVP 1966	14:00 Familiada - teleturniej
09:45 Kolumbowie - serial, 1970	14:35 Koło fortuny - teleturniej
10:55 Przystań - serial fab. - serial, 2009	
11:55 Miedzyziemia a niebem	
12:00 Anioł Pański, Watykan	
12:15 Miedzyziemia a niebem	
12:45 Jubileusz Młodych - rep.	
13:05 Książaj - kom., Polska, 1988 ●	
15:00 Kolarstwo - Tour de Pologne - Etap 7: Kopalnia Soli Wieliczka - Kopalnia Soli Wieliczka	
	
17:00 Teleexpress	15:10 Szansa na sukces. Opolo 2025 - widowisko muzyczne
17:20 Pogoda	16:10 Cudowne lata - widowisko rozrywkowe
17:35 Komisarz Alex - serial kryminalny	17:15 Tak to leciało - teleturniej muzyczny
18:40 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny	18:15 Czarne chmury - serial, 1973
19:30 Program informacyjny 19.30	19:20 Rodzinka.pl - serial komediowy
20:05 Sport	20:00 Pozdrowienia z Paryża - akcja, Franc., 2010
20:10 Pogoda	21:40 Kwiatki polskie w niedzielę - Program publicystyczno-satyryczny
20:20 Matylda - serial kostiumowy, 2024	23:00 La Gomera - kom., Niemcy, Rum., Franc., Szwecja, Szwajc., 2019 ●
21:20 Rolnik szuka żony - reality show	00:50 Lokatorka II - serial, 2023
22:15 Tour de Pologne - kroniki, felieton	01:50 Akacja 38 - serial kostiumowy, 2015
22:25 Zakochana Jedynka - Wakacyjna terapia - fab., Franc., 2018	
00:10 Ocalony - akcja, USA, 2013	
02:20 W otchłani - akcja, Kan., USA, 2018	

TVN	
05:10	Uwaga! - program interwencyjny
05:25	Ukryta prawda - program obyczajowy
06:20	Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
07:15	Magda gotuje internet - program kulinarno-rozrywkowy
07:45	Dzień Dobry Wakacje
11:35	Co za tydzień - magazyn rozrywkowy
12:25	Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy
13:40	Scooby-Doo! - kom., USA, Kan., 2020
15:40	Transformers: Ostatni rycerz - przyg., USA, Chiny, Kan., 2017
19:00	Fakty
19:30	Sport
19:35	Kroniki Tour de Pologne
19:40	Pogoda
19:45	Uwaga!
	
20:00	Incepcja - SF, przyg., USA, Wlk. Bryt., 2010
23:15	Pokój - obycz., Irlandia, Kan., Wlk. Bryt., USA, 2015. Jack ma pięć lat, gdy dowiaduje się od mamy, że pokój, w którym mieszka z nią od urodzenia, nie jest całym światem. Wychował się tu, myśląc, że po drugiej stronie ścian jest pustka.
01:35	CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA
02:40	Rzeczy, których nie nauczyli mnie ojciec - program dokumentalny
03:15	Szpital - program obycz.
04:15	Uwaga! - program interw.
04:35	Kto was tak urządził - program poradnikowy
05:05	Recepta na stary dom - program edukacyjny

<

TVP Kultura

06:15 Ewa Demarczyk
- widowisko rozrywkowe

06:50 Rozmowy (nie) wygodne
- Sylwia Zientek

07:45 Olimpiada Bolka i Lolka
- serial animowany, 1984

08:00 Nabożeństwo Kościoła
Chrześcijaństwa w Gdańsku

09:05 Grace Kelly - Portret
intymny - dok., Franc.,
2021

10:15 Od ucha do ucha
- Colaholic - Ziemiaki -
Szukam - filmy animowane

10:50 Thierry Śmiełek - serial
przyg.-hist., Franc., 1963

12:05 Tamte lata, tamte dni
- Andriej Korzyński
- magazyn

12:45 Koncert muzyki
filmowej - koncert, 2022

14:05 Dobry tytuł - magazyn
literacki

14:45 Warzywa i owoce - film
krótkometrażowy, 2021



15:20 Bilet do kina - Tesla
- fab., USA, 2020

17:15 Niedziela z... Arturem
Barcisiem

18:10 Niedziela z... Arturem
Barcisiem - Braciszek
- dram., Polska

20:00 Niedziela z Bondem - Żyć
i pozwolić umrzeć - sens.,
Wlk. Bryt., 1973

22:15 Witaj smutku, Sagan by
Sagan - dok., Franc., 2023

23:20 Open'er Festival 2025
- RAVE - koncert

00:35 Noc krótkich filmów - Tego
nie robi się kotu - Figury
niemożliwe i inne historie

01:15 West Side Story - musical
USA, 1961

04:05 Niedziela z... Arturem
Barcisiem

05:10 Teledyski

TV Puls

06:00

Dyżur - serial medyczny. Dziś zobaczymy jak niebezpieczna dla człowieka może okazać się... stłuczona podczas zmywania szklanka. Na oddział trafi też zwijający się z bólu, bardzo agresywny mężczyzna.

06:35

Kobra - oddział specjalny - Pod nieobecność S. emira, Ben z przyjaciółmi wybiera się na koncert zespołu The Brushes. Na koncercie pojawia się Lisa Schmidt, była żona wokalisty. Niespodziewanie dochodzi do zbrodni - kobieta zostaje zamordowana.

08:40

Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze, informacje z życia gwiazd i naukowe ciekawostki.

09:35

Ranczo - serial kom., Polska



14:35

Johnny English - kom., 2003

16:30

Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta? - kom., USA, 1991

18:25

Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga - kom., USA, 1994

20:00

Umysł przestępcy - akcja, USA, Wlk. Bryt., 2016

22:15

G.I. Joe: Czas Kobry - akcja, USA, 2009

00:45

Czerwona Sonja - przyg., USA, 1985

02:25

Dyżur - serial medyczny

03:40

Taki jest świat - przegląd wydarzeń z całego globu. Wiadomości polityczne i gospodarcze oraz naukowe ciekawostki.

04:25

Dyżur - serial medyczny

05:00

Dzielnica strachu - serial

TVN 7

05:15 Szkoła - Licealista z drugiej klasy, Filip Milecki zakochał się w Milenie, która fascynuje się magią i new age.

06:15 Wiza na miłość - serial paradokumentalny

07:15 New Looney Tunes II - animacja. Przebawny, bohaterki i psoty Królik Bugs wraz z przyjaciółmi patają figle, ścigają się i przechytzają wrogów...

07:45 Liga potworów - kom., USA, 2021

09:50 Ukryta prawda - program obyczajowy

13:50 Detektywi - Do detektywów zgłasza się młoda kobieta, która otrzymała w spadku po nieznanym mężczyźnie milion złotych. Klientka chce wiedzieć, kim był zmarły...

15:50 Step Up III - obycz., USA, 2010

18:10 Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski - kom., USA, 1987. Komendant Lassard, szef Akademii Policyjnej, wpada na pomysł „patrolu obywatelskich”, które miałyby współpracować z policją w zwalczaniu przestępczości. Zaangażowanie obywateli jest nadszpiekowanie duże.

20:00 Patric Rim - przyg., USA, 2013

22:50 Amnezja - sens., USA, Niemcy, 2004

00:50 Ponad horyzont - przyg., USA, 2021

02:55 Oczami ofiary - program kryminalny

04:00 Fachowcy - program paradokumentalny

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? **07:00** Siedem nowych znaków Apokalipsy - dok., USA, 2015 **08:55** Galileo - ciekawostki popularnonaukowe, intrygujące zagadki ze świata nauki i techniki **10:55** Ewa gotuje - program kulinarny **11:25** Gwiazdy Kabaretu

11:40 Uroczysko - serial krym. **13:50** Legenda Herkulesa - sens., USA, 2014 **15:55** Parasol bezpieczeństwa - sens., USA, 2003 **17:50** Klik: i robisz, co chcesz - kom., USA, 2006 **20:00** Sprawiedliwi. Trójiasto

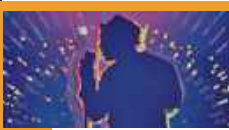
00:00 STOP Drogówka - serial policyjny **01:05** Navy Seals - tajna broń Ameryki cz. 1 - dok., USA, 2016 **03:00** Pełna chata **03:15** Intervencja - magazyn reporterów **03:25** Lubie disco! **04:25** Top 10 - Lista Przebojów **05:30** Telezakupy TV Okazje

TV Trwam

09:15 Manna z Nieba **09:30** Msza św. **10:35** Przegląd Tyg. „Niedziela” **10:40** Męczennik z Prawdziwej - bl. ks. Antoni Rewera **11:00** Głos serca **12:00** Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV **12:15** Papież Polak do Rodaków **13:00** Zerwany kłos **14:40** Poronin - Parafia Św. Marii Magdaleny **15:00** Wiesz - to też Polska **16:00** Inf. dnia **16:10** Koncert życzeń **16:50** Matecznik Polkości **17:00** Natura et Homo **17:30** Sól ziemi **17:55** Poczet Wlk. Polaków **18:00** Anioł Pański **18:05** Inf. dnia **18:15** Rozmowy niedok. **19:00** Msza św. **20:00** Inf. dnia **20:20** Różaniec **20:50** Credo: Wiara Kościoła **21:00** Apel Jasnog. **21:20** Inf. dnia **21:40** Retrospekcja **21:45** Nie tylko Ułmowie **21:55** Św. na każdy dzień **22:00** Mocni Jego mocą **22:45** Jak wygrać małżeństwo? **23:00** Jak my to widzimy **23:30** Tam, gdzie Bóg płacze

TV Trwam
09:15 Manna z Nieba 09:30 Msza św. 10:35 Przegląd Tyg. „Niedziela” 10:40 Męczennik za prawdę - bi. ks. Antoni Rewera 11:00 Głos serca 12:00 Anioł Pański z Ojcem Św. Leonem XIV 12:15 Papież Polak do Rodaków 13:00 Zerwany kłos 14:40 Poronin - Parafia Św. Marii Magdaleny 15:00 Wies - to też Polska 16:00 Inf. dnia 16:10 Koncert zyczeń 16:50 Mateczniki Polskości 17:00 Natura et Homo 17:30 Sól ziemi 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:00 Msza św. 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Credo : Wiara Kościoła 21:00 Apel Jasnost. 21:20 Inf. dnia 21:40 Retrospekcja 21:45 Nie tylko Ulmowie 21:55 Sw. na każdy dzień 22:00 Mocni Jego mocą 22:45 Jak wygrać małżeństwo? 23:00 Jak my to widzimy 23:30 Tam, gdzie Bóg płacze

PONIEDZIAŁEK • 11 sierpnia

TVP 1	TVP 2
04:45 Akacja 38 - serial 05:55 Info Poranek 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Studio Raban - magazyn 08:00 Czerdziestolatek - serial 08:55 Ranczo - serial obycz., 2011 09:50 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Królowie - serial, 2024 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 12:50 Islandia, królestwo masek - dokument, Franc., 2024 14:00 Wichrowe wzgórza - serial obycz., Turcja, 2024 14:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda	04:35 Na dobre i na złe - serial 05:30 M jak miłość - serial, 2021 06:25 Dobrze historie - MOST - Młodzież w Kościele - magazyn 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial 07:30 Pytanie na śniadanie 11:15 Dla niesłyszących - Okrasa łamie przepisy - magazyn kulinarny 11:55 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - Przygoda druga - serial przygodowy TVP, 1966 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:05 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023
	
17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:00 Reporterzy - magazyn 18:20 Akacja 38 - serial 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:25 Nieznajoma - serial, Wlk. Bryt., 2020 21:20 Kamienne pięści - dram., USA, 2016 ● 23:15 Tour de Pologne - kroniki, felieton 23:25 Świat bez fikcji - Raz na ziemi, raz na wodzie - dokument, Polska, 2023 00:30 Wakacyjna terapia - fab., Franc., 2018 02:15 Szlachetna rasa - western, USA, 1966	16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - telet. obycz., 2025 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:05 Postaw na milion - teleturniej 21:05 Stawka większa niż życie - serial sensacyjny 22:20 Karol, władca Hiszpanii - serial kostiumowy, Hiszp., 2015 00:20 Ile wazy koń trojański? - komedia, Polska, 2008 02:30 Stulecie Winnych - serial, 2020 03:35 La Gomera - kom., Niemcy, Rum., Franc., Szwecja, Szwajc., 2019 ●

TVN

06:05 Uwaga! - program interwencyjny 06:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 09:20 The Floor - teleturniej 10:25 Zagadki losu - program obyczajowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Szpital - program obyczajowy 13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Detektywi - program kryminalny 19:00 Fakty - program informacyjny 19:35 Sport 19:45 Pogoda	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - Wszystkie tropy wskazywały na to, że młoda dziennikarka, Róża Kazań, padła ofiarą grasującego w Warszawie seryjnego zabójcy. 09:30 48H Zaginięni - Piotr i Sabina zgłaszają zaginięcie swojej jedynej córki Sylwii. Z dziewczyną nie ma kontaktu od przedwczoraj. 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 48H Zaginięni - serial kryminalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów
	
19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 Podwodna pułapka II: Labirynt śmierci - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2019 22:55 Triumf - obycz., USA, 2021 00:55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 01:55 Co za tydzień - magazyn rozrywkowy 02:40 Yellowstone 2 - miniserial, USA 03:45 Szpital - program obyczajowy 04:50 Uwaga! - program interwencyjny 05:10 Recepta na stary dom - program edukacyjny	16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - Wszystkie tropy wskazywały na to, że młoda dziennikarka, Róża Kazań, padła ofiarą grasującego w Warszawie seryjnego zabójcy. 09:30 48H Zaginięni - Piotr i Sabina zgłaszają zaginięcie swojej jedynej córki Sylwii. Z dziewczyną nie ma kontaktu od przedwczoraj. 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 48H Zaginięni - serial kryminalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów	06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska - magazyn 07:40 Podróże z historią - Jak powstała Polska? - dok., Polska, 2016 08:20 Od ucha do ucha - Colaholic - anim., Polska, 2018 08:30 Od ucha do ucha - Ziemiaki - anim., Polska, 2023 08:35 Od ucha do ucha - Szukam - film krótkometrażowy, 2022 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:30 Cyrk - kom., USA, 1928 11:55 John Wayne - więcej niż mit - dok., Franc., 2019 12:50 Rawhide - Incydent z tańczącą śmiercią - western, USA, 1959 13:55 West Side Story - musical, USA, 1961
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	16:40 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 18:10 Niedziela z... Arturem Barcisiem 19:15 The Sound of New York - Dźwięk Nowego Jorku: Vicente Archer - serial dok., Włochy, 2017 20:00 Kino Mistrzów - Szarada - kom. sens., USA, 1963 22:05 Żyć i pozwolić umrzeć - sens., Wlk. Bryt., 1973 00:20 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór - widowisko muz. 01:25 Kino nocne - Kod Dedala - sens., Belgia, Franc., 2019 03:20 Witaj smutku, Sagan by Sagan - dok., Franc., 2023 04:30 Stracona noc - film TVP, 1973 05:25 Teledyski

TVP Kultura

06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska - magazyn 07:40 Podróże z historią - Jak powstała Polska? - dok., Polska, 2016 08:20 Od ucha do ucha - Colaholic - anim., Polska, 2018 08:30 Od ucha do ucha - Ziemiaki - anim., Polska, 2023 08:35 Od ucha do ucha - Szukam - film krótkometrażowy, 2022 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:30 Cyrk - kom., USA, 1928 11:55 John Wayne - więcej niż mit - dok., Franc., 2019 12:50 Rawhide - Incydent z tańczącą śmiercią - western, USA, 1959 13:55 West Side Story - musical, USA, 1961	06:15 Muzyczne poranki 06:55 Tamte lata, tamte dni - Jan Englert - magazyn 07:30 Tarcza ukryta w górach - dokument, Polska, 2016 08:15 Księga Przechleń - Drugie wcielenia 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:30 Ludzie Wisły - dramat, Polska, 1938 11:55 Przypadek Jana Pampucha - film krótkometrażowy, 2021 12:15 Colaholic - anim., Polska, 2018 12:30 The Sound of New York - Dźwięk Nowego Jorku: Vicente Archer - serial dok., Włochy, 2017 13:15 Rawhide - Incydent pod Arana Sacar - western, USA, 1959 14:20 Weiser - dram. psych., Polska, Niemcy, Dania, 2000
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	16:40 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 18:10 Niedziela z... Arturem Barcisiem 19:15 The Sound of New York - Dźwięk Nowego Jorku: Vicente Archer - serial dok., Włochy, 2017 20:00 Kino Mistrzów - Szarada - kom. sens., USA, 1963 22:05 Żyć i pozwolić umrzeć - sens., Wlk. Bryt., 1973 00:20 Varius Manx & Kasia Stankiewicz na dobry wieczór - widowisko muz. 01:25 Kino nocne - Kod Dedala - sens., Belgia, Franc., 2019 03:20 Witaj smutku, Sagan by Sagan - dok., Franc., 2023 04:30 Stracona noc - film TVP, 1973 05:25 Teledyski

TVP Puls

06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Maja Komorowska - magazyn 07:40 Podróże z historią - Jak powstała Polska? - dok., Polska, 2016 08:20 Od ucha do ucha - Colaholic - anim., Polska, 2018 08:30 Od ucha do ucha - Ziemiaki - anim., Polska, 2023 08:35 Od ucha do ucha - Szukam - film krótkometrażowy, 2022 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:30 Cyrk - kom., USA, 1928 11:55 John Wayne - więcej niż mit - dok., Franc., 2019 12:50 Rawhide - Incydent z tańczącą śmiercią - western, USA, 1959 13:55 West Side Story - musical, USA, 1961	06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny 08:00 Kobra - oddział specjalny - Semir i Andrea rozpoczynają terapię małżeńską. Niezadowolony z jej przebiegu wychodzi. Podczas jazdy samochodem zauważa stojącą na poboczu młodą kobietę. 10:00 Zaklinaczka duchów - serial fabularny 10:55 Zbuntowany anioł - serial dokumentalno-kryminalny 12:50 Zaklinaczka duchów - serial fabularny 13:50 Lombard. Życie pod zastaw - Artur i Dominika poznają się na sesji ślubnej - ona robi młodej parze zdjęcie, on ich filmuje. Zauroczeni sobą spędzają wspólnie noc. 15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	20:00 Teoria chaosu - akcja, Kan., 2005. Grupa włamywaczy dowodzonych przez sprytnego i do tej pory nieuchwytnego przestępcę Lorenza, dokonuje napadu na bank. Wkrótce złodzieje przedstawiają policji swoje żądania... 22:10 Krocząc wśród cieni - akcja, USA, 2014 00:35 Hotel Artemis - akcja, USA, 2018 02:10 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:10 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument 04:05 Menu na miarę - program kulinarny 05:05 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

05:10 Ten moment 05:45 Szkoła - Jurek Kolski z gimnazjalnej klasy 2c za pieniądze umawia kolegów ze swoją starszą siostrą. 08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:50 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny 12:55 Detektywi - 45-letni mężczyzna jest przekonany, że jego córka została porwana. Katarzyna Kowalik i Maciej Dębosz rozpoczynają poszukiwania 18-latk. 13:55 Szkoła - Hania Kłoch z licealnej 3d skrycie kocha się w Patryku Węgrzynie i proponuje mu wspólną naukę. Patryk jest zmęczony dodatkowymi obowiązkami i namówiony przez kolegów idzie z nimi na imprezę.	05:10 Ten moment 05:45 Szkoła - Jeden z gimnazjalistów, Janek Pluciński, zakłada się z kolegą, że nauczycielka informatyki wbrew ogólnej opinii, jest miła i pomocna. 08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:50 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny 12:55 Detektywi - Do biura detektywistycznego zgłasza się młoda kobieta, która chce wiedzieć, kto pobił jej 70-letniego ojca. W kręgu podejrzanych są sąsiedzi... 13:55 Szkoła - Licealista Wojtek Pyrek spotyka się z Amelią Korczyńską, która pochodzi z bogatego domu. By mieć pieniądze na wyjścia z ukończonego licealista podejmuje pracę. 15:55 Sąd rodzinny - program sądowy
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	16:55 Szpital - program obycz. 17:55 Opowieści małżeńskie - akcja, USA, 2014 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Dusza towarzystwa - kom., USA, 2018. Kiedy Deanna zostaje porzucona przez męża, postanawia wrócić do college'u... 22:20 Kobiety pragną bardziej - kom., USA, Niemcy, Holandia, 2009 00:55 Morze Północne w ogniu - katastrof., Nor., Szwecja, Dania, 2021 03:15 Fachowcy - program parodokumentalny 04:00 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program parodok. 08:55 Dlaczego ja? - serial parodok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obycz. 11:25 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Policjantki i Policjanci - serial parodok. 13:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 17:00 Policjantki i Policjanci 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial parodok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:05 Mordercy - sens., Indonezja, Jap., 2014 02:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 03:00 SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami 05:30 Teleskopy TV Okazje	06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program parodok. 08:55 Dlaczego ja? - serial parodok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obycz. 11:25 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Policjantki i Policjanci - serial parodok. 13:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 17:00 Policjantki i Policjanci 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci - serial parodok. 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:05 Mordercy - sens., Indonezja, Jap., 2014 02:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 03:00 SuperLudzie - serial o osobach z niepełnosprawnościami 05:30 Teleskopy TV Okazje
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	16:55 Szpital - program obycz. 17:55 Opowieści małżeńskie - akcja, USA, 2014 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Dusza towarzystwa - kom., USA, 2018. Kiedy Deanna zostaje porzucona przez męża, postanawia wrócić do college'u... 22:20 Kobiety pragną bardziej - kom., USA, Niemcy, Holandia, 2009 00:55 Morze Północne w ogniu - katastrof., Nor., Szwecja, Dania, 2021 03:15 Fachowcy - program parodokumentalny 04:00 Druga strona medalu - talk-show

TV Trwam

09:55 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:20 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis w sprawie Muzeum Pamięć i Tożsamość 11:30 Warto być cieniem 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Bogu i ludziom - ks. Stanisław Sudoł 13:30 Msza św. 14:30 Bogu się podobać 15:00 Dzieńca Orleńska 15:30 Moja parafia 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Sanktuario polskie 16:30 Porady Medyczne Bonifratrów 17:00 Świadkowie 17:30 Moja parafia 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Poznajemy Polskę 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Sakramentów Kościoła 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia	09:55 Św. na każdy dzień 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:20 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis w sprawie Muzeum Pamięć i Tożsamość 11:30 Warto być cieniem 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Bogu i ludziom - ks. Stanisław Sudoł 13:30 Msza św. 14:30 Bogu się podobać 15:00 Dzieńca Orleńska 15:30 Moja parafia 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Sanktuario polskie 16:30 Porady Medyczne Bonifratrów 17:00 Świadkowie 17:30 Moja parafia 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Poznajemy Polskę 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Sakramentów Kościoła 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:15 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Mega hit - Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 22:35 Hitman - sens., USA, Franc., 2007 00:35 Chrzest ogniem - obycz., USA, 2019 03:20 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny	16:55 Szpital - program obycz. 17:55 Opowieści małżeńskie - akcja, USA, 2014 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Dusza towarzystwa - kom., USA, 2018. Kiedy Deanna zostaje porzucona przez męża, postanawia wrócić do college'u... 22:20 Kobiety pragną bardziej - kom., USA, Niemcy, Holandia, 2009 00:55 Morze Północne w ogniu - katastrof., Nor., Szwecja, Dania, 2021 03:15 Fachowcy - program parodokumentalny 04:00 Druga strona medalu - talk-show

WTOREK • 12 sierpnia

TVP 1	TVP 2
04:45 Akacja 38 - serial 05:55 Info Poranek 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Studio Raban - magazyn 08:00 Czerdziestolatek - serial, 1975 08:55 Ranczo - serial obycz., 2011 09:50 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Królowie - serial historyczny TVP, 2024 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 Magazyn Rolniczy 13:00 Podróż pelikanów - tajemnica australijskiego outbacku - dok., Niemcy, 2021 14:00 Wichrowe wzgórza - serial obycz., Turcja, 2024 14:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej	05:35 M jak miłość - serial, 2021 06:25 1525, 2025 - reportaż 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie 11:15 Gwiazdorska kuchnia Ani - magazyn kulinarny, 2025 11:50 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - Przygoda trzecia - serial przygodowy TVP, 1966 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:00 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej
	
16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda 17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:00 Reporterzy - magazyn 18:20 Akacja 38 - serial, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:25 Nieznajoma - serial, Wlk. Bryt., 2020 21:20 Na linii wroga - akcja, USA, 1997 22:55 Program sportowy 23:00 Historia bomby neutronowej - dok., Wlk. Bryt., 2022 00:10 Kamienne pięści - dram., USA, 2016 ● 02:10 Karate po polsku - obycz., Polska, 1982	17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - telet. obycz., 2025 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:05 Postaw na milion - teleturniej 21:05 Alternatywy 4 - serial komediowy 22:20 Karol, władca Hiszpanii - serial kostiumowy, Hiszp., 2015 23:20 Cafe szczęście - kom., USA, 2006 01:15 Podróżowania z Paryża - akcja, Franc., 2010 03:00 Stulecie Winnych - serial, 2021 04:00 Tajemnice miejsc zbrodni - serial dok., Franc., 2020

TVN

06:05 Uwaga! - program interw. 06:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 09:20 The Floor - teleturniej 10:25 Zagadki losu - program obyczajowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Szpital - program obyczajowy 13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Detektywi - program kryminalny 19:00 Fakty - program informacyjny 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny	06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - Do Malanowskiego zgłasza się mężczyzna, który występuje w klubach jako drag queen. Antoni jest przerażony. 09:30 48H Zaginięni - serial kryminalny 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 48H Zaginięni - Na komendzie pojawiają się Mariola i Karol. Zgłaszają zaginięcie Stefana, byłego męża Marioli oraz ojca Karola. Z mężczyzną nie ma kontaktu od dwóch dni. 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów
	
20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 Gniew Tytana - przygody, fantasy, USA, Hiszp., 2012 23:10 Operacja „Deszcz” - SF, Australia, 2020 02:50 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 03:50 Rzeczy, których nie nauczyłeś mnie ojciec - program dokumentalny 04:25 Uwaga! - program interwencyjny 04:45 Kto was tak urządził - program poradnikowy 05:15 Recepta na stary dom - program edukacyjny	16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Super hit - Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia - sens., USA, 2008 22:10 Patrol - sens., USA, 2006 01:05 Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 03:45 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:55 Disco Gramy - program muzyczny 05:40 Teleskopy TV Okazje

POLSAT

06:00 Nowy dzień z Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - Do Malanowskiego zgłasza się mężczyzna, który występuje w klubach jako drag queen. Antoni jest przerażony. 09:30 48H Zaginięni - serial kryminalny 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 48H Zaginięni - Na komendzie pojawiają się Mariola i Karol. Zgłaszają zaginięcie Stefana, byłego męża Marioli oraz ojca Karola. Z mężczyzną nie ma kontaktu od dwóch dni. 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów	06:15 Muzyczne poranki 06:55 Tamte lata, tamte dni - Jan Englert - magazyn 07:30 Tarcza ukryta w górach - dokument, Polska, 2016 08:15 Księga Przechleń - Drugie wcielenia 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:30 Ludzie Wisły - dramat, Polska, 1938 11:55 Przypadek Jana Pampucha - film krótkometrażowy, 2021 12:15 Colaholic - anim., Polska, 2018 12:30 The Sound of New York - Dźwięk Nowego Jorku: Vicente Archer - serial dok., Włochy, 2017 13:15 Rawhide - Incydent pod Arana Sacar - western, USA, 1959 14:20 Weiser - dram. psych., Polska, Niemcy, Dania, 2000
	
16:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:30 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Super hit - Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia - sens., USA, 2008 22:10 Patrol - sens., USA, 2006 01:05 Dzień Niepodległości. Odrodzenie - sens., USA, 2015 03:45 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:55 Disco Gramy - program muzyczny 05:40 Teleskopy TV Okazje	16:40 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 17:35 20x20 lat TVP Kultura - Dominik Wania 18:05 Portrety - Janina Niesobka - reportaż 18:25 Dziewczyna w fontannie - dok., Wł., Szwecja, 2021 20:00 Szewska pasja Filipa Hotza - Teatr Telewizji, 1968 ● 21:10 Lekkie obyczaje - Pan Verdoux - fab., USA, 1947 23:25 Tamte lata, tamte dni - Krzesimierz Dębski - mag. 00:05 Reżyserzy - Steven Soderbergh - dok., Wlk. Bryt., 2018 01:00 Kino Mistrzów - Szarada - kom. sens., USA, 1963 03:10 Miara człowieka - dram., Franc., 2015 04:55 Teledyski

ŚRODA • 13 sierpnia

TVP 1	TVP 2
04:45 Akacja 38 - serial, 2017 05:55 Info Poranek 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Rodzina (nie od) święta - Czy dzieci powinny mieć obowiązki domowe? - mag. 08:00 Czerdziestolatek - serial 08:55 Ranczo - serial obycz., 2011 09:50 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Królowie - serial hist., 2024 12:10 Agrobiznes; Agropogoda 12:35 Rok w ogrodzie Extra 12:50 Mieszkańcy skandynawskich wód - dokument, Niemcy, 2023 14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024 14:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress; Pogoda	05:30 M jak miłość - serial, 2021 06:25 Pozyteczni.pl - magazyn 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 07:30 Pytanie na śniadanie 11:15 Rodzina (nie od) święta - Jak przygotować się na bunt nastolatka? - magazyn 11:50 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - Przygoda czwarta - serial przygodowy TVP, 1966 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:00 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny 15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023



17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:00 Reporterzy - magazyn 18:20 Akacja 38 - serial 19:25 Pytanie dnia 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport; Pogoda 20:25 Ojciec Mateusz - serial 21:20 62. KFPF w Opolu - Trzy ciarki i Jacka Cygana - urodziny, 2025 22:15 Program sportowy 22:25 Śmieć i taniec towarzyska - kom., USA, 2016 00:15 Legiony - dram. hist., 2019 02:45 Na linii wroga - akcja, USA, 1997 04:20 Notacje - Wiesław Marian Chrzaniński. Byłem żołnierzem w Powstaniu Warszawskim - dok., 2009	16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:05 Postaw na milion - teleturniej 21:05 Alternatywy 4 - serial kom. 22:15 Włamanie na śniadanie - komedia sensacyjna, USA, 2001 00:30 Blue Moon - serial, Kan., 2016 01:25 Cafe szczęście - kom., USA, 2006 03:15 Absolutni amatorzy - dok., Wlk. Bryt., 2022
--	---



TVN

06:05 Uwaga! - program interw. 06:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 09:20 The Floor - teleturniej 10:25 Zagadki losu - program obyczajowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Szpital - program obyczajowy 13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Detektywi - program kryminalny 19:00 Fakty 19:35 Sport 19:45 Pogoda 19:55 Uwaga! - program interwencyjny



20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia - przygodowy, USA, Niemcy, Japonia, Wielka Brytania, Holandia, 2003 23:25 Idealny facet dla mojej dziewczyny - komedia, Polska, 2009 02:00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 03:00 Szpital - program obyczajowy 04:00 Uwaga! - program interwencyjny 04:20 Kto was tak urządził - program poradnikowy 04:50 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - W biurze Malanowskiego pojawia się Daria Smolarek, która straciła męża i syna. Śledztwo policyjne wykazało, że zatonęli. Ale kobieta podejrzewa, iż... 09:30 48H Zaginięni - W małej wiosce zaginięli 15-letni Maks. Chłopak wyszedł rano na autobus do szkoły, ale nieistety do niego nie wszedł. 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:35 Gliniarze - serial parodokumentalny 14:40 48H Zaginięni - serial kryminalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:10 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów 16:35 Gliniarze - parodokument



17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:25 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Komediowa środa - Jeszcze większe dzieci - komedia, USA, 2013 22:20 Pitch Perfect 3 - komedia, USA, Chiny, 2017 00:05 Dzień, w którym zatrzymała się Ziemia - sensacyjny, SF, USA, 2008 02:25 Nasz Nowy Dom - program rozrywkowy 04:40 Disco Gramy - program muzyczny 05:25 Telezakupy TV Okazje

TVP Kultura

06:15 Muzyczne poranki 07:05 Tamte lata, tamte dni - Kazimierz Kaczor - magazyn 07:45 Podróż z historią - Historia wśród fal - dok., Polska, 2016 08:30 Herbie Hancock „Tu i Teraz” w Bielsku-Białej - reportaż 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:25 Weiser - dram. psych., Pol., Niemcy, Dania, 2000 12:10 Co mówią lekarze - film krótkometrażowy, 2009 12:50 Dziewczyna w fontannie - dok., Włochy, Szwecja, 2021 14:25 Rawhide - Incydent z dezertorem - western, USA, 1959 15:30 Koniec bąbelnego lata - film TVP, 1974 16:35 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986



18:00 Muzyka w sieci - magazyn muzyczny 18:30 Informacje kulturalne - magazyn 19:00 Reżyserzy - Sam Peckinpah - dok., Wlk. Bryt., 2018 20:00 Profesor T - Dobro i zło - serial, Niemcy, Wlk. Bryt., Belgia, 2015 20:55 Wstęp do filmu - Cześć Tereska 21:05 Cześć Tereska - dramat, Polska, 2000 22:45 Lekkie obyczaje - Pan Verdoorn - fab., USA, 1947 01:00 Bez prądu - Nalepa - Breakout - koncert, 1994 02:20 Loie Fuller. Obsesja światła - dok., Franc., 2023 03:30 Krwawe gody - dram., Hiszp., 1981
--

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny 08:00 Kobra - oddział specjalny - W życiu prywatnym Bena zachodzą coraz większe zmiany - jego związek z piękną urzędniczką celną Niną rozkwita. 10:00 Zaklinaczka duchów - Do Melindy wraca zagubiona dusza sprzed lat - duch jej zmarłej koleżanki Sarah Applewhite. Okazuje się, że jako dziewczynka Melinda nie była w stanie jej pomóc... 10:55 Zbuntowany anioł - serial 12:50 Zaklinaczka duchów - Jeden ze znajomych Andrei zaginął podczas wspinaczki w górach. Duch jego brata próbuje skontaktować się z kobietą, aby przekazać jej informacje o miejscu, w którym znajduje się mężczyzna.



13:50 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny 15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument 20:00 Gorączka - akcja, USA, 1995. Neil McCauley wraz ze swymi kumplami organizuje zbrojny napad na opancerzoną furgonetkę, przewozącą obligacje... 23:20 Wlk z Wall Street - akcja, USA, 2013 03:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny 04:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny 05:00 Dzielnica strachu - serial kryminalny

TVN 7

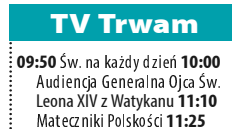
05:10 Ten moment - program obyczajowy 05:45 Szkoła - Joasia Kobut jest przekonana, że przesładuje ją pech. Jednak jej przyjaciółka lekceważy te problemy. Uczennica postanawia udowodnić... 08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:50 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny 12:55 Detektywi - Klientka detektywów jest 50-letnia właścicielka salonu sukien ślubnych, która przytępała w swoim sklepie zamaskowanego złodzieja. Kobieta podejrzewa, że sprawcą kradzieży może być syn jej partnera... 13:55 Szkoła - Marika Pilarek z 8a przyjaźni się z kolegą z klasy, Nikodemem Gajekim. Dziewczyna nie wie, że ten jest w niej zakochany.
--



15:55 Sąd rodzinny - program sądowy 16:55 Szpital - program obycz. 17:55 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Ponad horyzont - przyg., USA, 2021. Billy Johnson nie ma sobie równych w kiteboardingu. Postanawia zmierzyć się z najlepszymi. 22:15 Wygrać ze śmiercią - sens., USA, 1989 00:15 Aż po grób - obycz., USA, Niemcy, Polska, 2009 02:30 Oczami ofiary - program kryminalny 03:30 Fachowcy - program parodokumentalny 04:15 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Dlaczego ja? - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obycz. 11:25 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 13:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Uroczysko - serial krym. 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny - serial policyjny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:00 Zwykła sprawiedliwość - sens., USA, 2014 01:00 Love Island. Wyspa miłości - reality show 01:55 Hardkorowy lombard 02:25 Interwencja 02:55 Śmieć na 1000 sposobów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje
--



09:50 Św. na każdy dzień 10:00 Audiencja Generalna Ojca Św. Leona XIV z Watykanu 11:10 Mateczniki Polskości 11:25 Jestem mamą 11:40 Prosto o gosp. 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Dulce et decorum est pro Patria mori 13:20 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis w sprawie Muzeum Pamięć i Tożsamość 13:30 Msza św. 14:30 Spektakl teatralny: Pupil pupila. Komedia w jednym akcie 15:05 Fatima - znak nadziei 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Na zdrowie 16:30 Życie jest piękne 17:00 Po stronie prawdy 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Opowieści biblijne 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 Myśląc Ojczyznę 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia

CZWARTEK • 14 sierpnia

TVP 1	TVP 2
04:45 Akacja 38 - serial, 2017 05:55 Info Poranek 07:00 Transmisja Mszy Świętej 07:30 Pełnia Wiary - magazyn 08:00 Czerdziestolatek - serial 09:00 Ranczo - serial obycz., 2011 09:55 Komisarz Alex - serial krym. 10:45 Ojciec Mateusz - serial 11:35 Królowie - serial hist., 2024 12:10 Agrobiznes 12:30 Agropogoda - magazyn 12:35 To się opłaca - magazyn 12:50 Natura w Jedyńce - Kerkini - grecka przystań ptaków - dok., Franc., 2022 14:00 Wichrowe wzgórze - serial obycz., Turcja, 2024 14:55 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 15:35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej 16:05 Dziedzictwo - serial, Turcja 17:00 Teleexpress 17:15 Pogoda	05:30 M jak miłość - serial obyczajowy, Polska, 2021 06:20 Operacja zdrowie - magazyn medyczny 06:55 Dla niesłyszących - Barwy szczęścia - serial obyczajowy, Polska, 2025 07:30 Pytanie na śniadanie - magazyn poranny 11:15 Bliżej ludzi - dokument, Polska, 2025 11:50 Niewiarygodne przygody Marka Piegusa - Przygoda piąta czyli tajemnicze zniknięcie Czeska Pakkerta - serial przygodowy TVP, 1966 12:30 Koło fortuny - teleturniej 13:15 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 14:00 Va Banque - teleturniej 14:35 Na sygnale - serial fabularny



17:20 Jaka to melodia? - teleturniej muzyczny 18:00 Reporterzy - magazyn 18:20 Akacja 38 - serial, 2017 19:30 Program inform. 19.30 19:55 Pytanie dnia 20:10 Sport 20:15 Pogoda 20:25 Ojciec Mateusz - serial 21:25 Sprawa dla reportera 22:15 Program sportowy 22:25 Pan Olbrychski - dok., Polska, 2025 23:35 Dom pod Dwoma Orlami - serial, Polska, 2021 00:35 9. Życie Louisa Draxa - fab., Kan., USA, 2016 02:35 Trójkać Bermudzki - film kryminalny, 1987 04:15 Notacje - Ernest Bryll. Kabela zostanie na strychu - dok., 2007	15:05 La Promesa - pałac tajemnic - serial, Hiszp., 2023 16:00 Koło fortuny - teleturniej 16:35 Familiada - teleturniej 17:20 Miłość i nadzieja - serial obycz., Turcja, 2022 18:15 Va Banque - teleturniej 18:50 Jeden z dziesięciu - teleturniej 19:25 Barwy szczęścia - serial obycz., 2025 20:05 Postaw na milion - teleturniej 21:05 Alternatywy 4 - serial kom. 23:25 Morderstwa w Blois - dram., Franc., 2021 01:10 Kawa z kardamonem - serial, Ukraina, 2022 03:20 Włamanie na śniadanie - kom. sens., USA, 2001
---	---



TVN

06:05 Uwaga! - program interwencyjny 06:20 Ukryta prawda - program obyczajowy 07:15 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 09:20 The Floor - teleturniej 10:25 Zagadki losu - program obyczajowy 11:30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 12:35 Szpital - program obyczajowy 13:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 16:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 18:00 Detektywi - program kryminalny 19:00 Fakty - program informacyjny 19:35 Sport 19:45 Pogoda
--



19:55 Uwaga! - program interwencyjny 20:10 Doradca smaku - program kulinarny 20:15 Na Wspólnej - serial obycz., Polska 20:55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno-rozrywkowy 22:00 Bekarty - kom., USA, 2017 00:25 Podwodna pułapka II: La brynt śmierci - przyg., USA, Wlk. Bryt., 2019 02:15 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas - serial, USA 03:20 Szpital - program obyczajowy 04:25 Uwaga! - program interw. 04:45 Kto was tak urządził - program poradnikowy 05:15 Recepta na stary dom - program edukacyjny

POLSAT

06:00 Nowy dzień Polsat News 08:30 Malanowski i Partnerzy - W biurze detektywów pojawia się Wanda Szarek. Kobieta pokazuje Malanowskiemu na swoim telefonie nagranie, na którym jej syn Patryk błaga ją, żeby zapłaciła za niego okup. 09:30 48H Zaginięni - serial kryminalny 10:30 Trudne sprawy - program obyczajowy 11:30 Gliniarze - Nieznana osoba przywoła dziecko samotnej matki. Detektywi rozpoczynają poszukiwania... 14:40 48H Zaginięni - serial kryminalny 15:50 Wydarzenia - program informacyjny 16:15 Pogoda 16:20 Interwencja - magazyn reporterów
--



16:35 Gliniarze - parodokument 17:40 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:50 Wydarzenia - program informacyjny 19:20 Gość Wydarzeń - rozmowa dnia 19:25 Sport 19:40 Pogoda 19:55 Dlaczego nie - kom., Polska, 2007 22:05 Skąd wiesz? - kom., USA, 2010. Dla Lisy aktywność fizyczna jest pasją życia. Kiedy zostaje wykluczona z drużyny, wszystko, co było dla niej ważne, nagle przestaje istnieć. 00:50 Patrol - sens., USA, 2006 03:40 Kabeletowa Ekstraklasa 04:40 Disco Gramy 05:25 Telezakupy TV Okazje
--

TVP Kultura

06:15 Muzyczne poranki 07:00 Tamte lata, tamte dni - Janusz Józefowicz - magazyn 07:45 Owczym pędem - dokument, Polska, 2016 08:25 Informacje kulturalne 09:00 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 10:25 Koniec bąbelnego lata - film TVP, 1974 11:30 Reżyserzy - Cecil B. DeMille - dok., Wlk. Bryt., 2018 12:30 Wieczór u Abdona - obycz., Polska, 1975 13:25 Rawhide - Incydent z setką amuletów - western, USA, 1959 14:25 Parę osób, mały czas - dram., Polska, 2005 16:40 Blisko, coraz bliżej - serial, 1986 18:05 Herbie Hancock „Tu i Teraz” w Bielsku-Białej - reportaż
--



18:35 Wstęp wolny - felieton 18:50 Kolba, na szczęście! - dok., Polska, 2010 20:00 Szaleństwo Króla Jerzego - fab., Wlk. Bryt., 1994 22:00 Magia irańskiego jedwabiu - dok., Franc., Niemcy, 2022 22:55 Zimowy ludzie - fab., USA, 1989 01:05 Wstęp do filmu - Cześć Tereska 01:10 Panorama kina polskiego - Cześć Tereska - dram., Polska, 2000 02:50 Muzyka w sieci - magazyn muzyczny 03:20 Ingarman Bergman i demony podświadomości - dok., Niemcy, 2018
--

TV Puls

06:00 Policjanci z Miami - serial kryminalny 08:00 Kobra - oddział specjalny - serial kryminalny 10:00 Zaklinaczka duchów - Jeden ze znajomych Andrei zaginął podczas wspinaczki w górach. Duch jego brata próbuje skontaktować się z kobietą, aby przekazać jej informacje o miejscu, w którym znajduje się mężczyzna. Potrzebuje jednak do tego Melindy. 10:55 Zbuntowany anioł - serial obyczajowy 12:50 Zaklinaczka duchów - Podczas zakupu antyków, Melinda spotyka ducha małego chłopca, który zginął w tragicznym wypadku, a teraz chce skrzywdzić swoich najbliższych.
--



13:50 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny 15:50 Ranczo - serial kom., Polska 18:00 Lombard. Życie pod zastaw - parodokument fabularny 20:00 Pies - komedia, USA, 2022 22:00 Książę w Nowym Jorku - komedia, USA, 1988 00:15 Mclmperium - biograficzny, dramat, USA, 2016 02:30 Dzielnica strachu - serial kryminalny 03:20 Menu na miarę - program kulinarny 04:25 Dzielnica strachu - serial kryminalny 05:35 Dyżur - serial medyczny
--

TVN 7

05:10 Ten moment - program obyczajowy 05:45 Szkoła - Eliza Starzewska dowiaduje się, że w szkole rozpoczyna praktyki jej korepetytor. Dziewczyna cieszy się, że teraz bez trudu poprawi oceny z matematyki. 08:40 Ukryta prawda - program obyczajowy 11:50 Kartoteka - serial dokumentalno-kryminalny 12:55 Detektywi - Do detektywów Anny Potacek i Macieja Dębosza zgłasza się kobieta, której syn jest podejrzanym o próbę zabójstwa żony. Bliscy zastali go nad ciałem żony z zakrwawionym nożem w ręce. 13:55 Szkoła - program obyczajowy 15:55 Sąd rodzinny - program sądowy
--



16:55 Szpital - program obyczajowy 17:55 Opowieści małżeńskie - program obyczajowy 19:00 Ukryta prawda - program obyczajowy 20:00 Akademia policyjna IV: Patrol obywatelski - kom., USA, 1987 21:55 Mamuśki mają wychodne - kom., USA, 2017 23:35 Dusza towarzystwa - kom., USA, 2018 01:50 Oczami ofiary - program kryminalny 02:50 Usterka - program poradnikowy 03:35 Osadzone. Blok F - program obyczajowy 04:10 Druga strona medalu - talk-show

TV 4

06:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 07:55 Bogaty Dom - Biedny Dom - program paradok. 08:55 Dlaczego ja? - serial paradok. 10:55 Na Ratunek 112 - serial obycz. 11:25 Na ratunek 112 - serial obyczajowy 11:55 Policjantki i Policjanci - serial paradok. 13:55 Trudne sprawy - program obyczajowy 18:00 Łowcy skarbów. Kto da więcej 19:00 Policjantki i Policjanci 20:00 Uroczysko 21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 22:00 Sprawiedliwi. Trójmiasto 23:00 Mściciel z Wall Street - sens., Kan., USA, 2013 01:05 Love Island. Wyspa miłości - reality show 02:15 Hardkorowy lombard 02:55 Śmieć na 1000 sposobów 03:25 Lubię disco! 04:25 Top 10 - Lista Przebojów 05:30 Telezakupy TV Okazje



09:45 Mateczniki Polskości 10:00 Inf. dnia 10:15 Rozmowy niedok. 11:25 Myśląc Ojczyznę 11:35 Przyroda i ludzie 12:00 Anioł Pański 12:03 Inf. dnia 12:20 Katolicy a tożsamość Europy 13:05 Oświadczenie Fundacji Lux Veritatis 13:20 Przegląd Tyg., „Niedziela” 13:30 Msza św. 14:35 W służbie Bogu i Ojczyźnie 15:00 Po stronie prawdy 15:50 Ma się rozumieć 16:00 Inf. dnia 16:10 Z wędką nad wodę 16:35 Sól ziemi 17:05 Akademia pro-life 17:30 Odpowiedzialni za Kościół 17:55 Poczet Wlk. Polaków 18:00 Anioł Pański 18:05 Inf. dnia 18:15 Rozmowy niedok. 19:25 Św. na każdy dzień 19:30 Każdy małuch to potrafi 19:45 Modlitwa z udziałem dzieci 20:00 Inf. dnia 20:20 Różaniec 20:50 7 Sakramentów Kościoła 21:00 Apel Jasnog. 21:20 Inf. dnia 21:40 Polski Punkt Widzenia
--

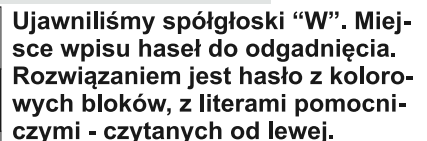
eprasa.pl d189a73b73

Litery z pól ponumerowanych od 1 do 20 utworzą rozwiązanie niniejszej krzyżówki



PIONOWO: 1) wyspa z Hawaną; 2) malarski stojak na obraz; 3) pierwiastek Lu; 4) stolica Senegalu; 5) twórca pisma dla niewidomych; 6) słup z flagą; 7) przeciwnie do tanio; 8) znak zodiaku; 9) niemieckie województwo; 16) pracz wśród zwierząt; 17) niższy od mezzosopranu; 19) ból nerwu kulszowego w skrócie; 20) boczna część kościoła dla wiernych; 24) największa wyspa Niemiec; 25) podręczna butelka kolarza; 27) filozoficzny lub węgielny; 28) okrągłe skrzyżowanie; 29) najwyższy szczyt wyspy Bali; 30) waluta australijska; 31) lis pustynny inaczej; 32) antonim eksportu; 38) Mała Niedźwiedzica na niebie inaczej; 39) Triumfalny w Paryżu; 40) Świątek, polska tenisistka.

wyrazy z kolorowych bloków czytanych od lewej tworzą rozwiązanie:



łuk nad okiem; jest nim "Mazurek Dąbrowskiego"; pięcioksiąg Mojżesza; państwo ze stolicą w Apia; najwyższy szczyt Meksyku; żeliwna do kąpielii; narząd słuchu; polska kawa zbożowa; dwa łuki w równaniu; tworzy murawę stadionu; inaczej łotki, gra; płynie w żyłach; największe jezioro Alaski; kraj z Maseru; słynny wulkan na Sycylii; w ręku Temidy; cyganka z "Chaty za wsią" Kraszewskiego; części sztuki teatralnej; sąsiad Argentyny i Boliwii; miasto Andrzeja Buncola; góralskie buty, karple; pisze wiersze; z jej liści sizal; kimonowy w sukni ślubnej; napój z chmielu; tłuszcz zająca lub królika; inaczej cefal; pospolity, ryba; pierwiastek Ce; amerykański stan z Des Moines; "..., córka piekarza", powieść Marka Hłasko; przepływa przez Leżajsk; wafelek do lodów; w przeciwieństwie do mini; arbuz zwyczajny krócej; jednostka monetarna Erytrei; górski jednoślad do jazdy; Anzelm z powieści "Nad Niemnem" Orzeszkowej; ogon wiewiórki i liś; przewozi zepsute auta; pospolita to kalebasa; place do gry w piłkę nożną; Tadeusz, napisał "Kartotekę".



WYKREŚLANKA: znajdź 20 nazw słodkich produktów i deserów. Wykreślisz je od góry do dołu, od lewej do prawej oraz na ukos: baton, wafel, gofry, tort, brownie, sorbet, suflet, racuchy, pudding, lody, kisiel, tiramisu, krem, muffin, tarta, nugat, piernik, praliny, strucla, keks.

