NETFLIX Disney+ HBO max prime video CANAL+

Program TV 26.06-9.07.2026

nr 13 22 czerwca 2026
4,29 zł (w tym 8% VAT) nr indeksu 33111A

tele świat CYFROWY

Tele 14

HITY FILMOWE na każdy dzień!

ALICJA SZEMPLIŃSKA

Zobaczymy ją wśród wielu gwiazd na wielkim koncercie „Wrocław Przyszłości 2026"

Najlepszy Program TV na 14 dni

82 stacje

LATO Z ROZRYWKĄ

SKYMED 2

ZABÓJCZE TROPIKI

MAXIMA. DROGA NA TRON

ZA MIŁOŚĆ!

ISSN 1234-267X
9 771234 267606 26

Numer w sprzedaży do 5.07.2026

Najlepszy kolagen

Sprawdź, jak dobrze działa!

DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

Dbaj o jakość życia!

Po 26 roku życia tracimy zdolność odbudowy kolagenu. Nie jesteśmy jednak bezbronni - na rynku są doskonałe preparaty, które pomogą nam w odbudowie włókien kolagenowych. Znakomitym wyborem jest KolagenCito! Jest on skoncentrowany na wysokiej jakości i produktem 100 % oryginalnym.

Nazwa kolagen wywodzi się z języka greckiego, w którym słowo „kolla" oznacza „klej". Kolagen jest dla komórek i tkanek spoiwem, swoistym „rusztowaniem". Sprawia, że nasza skóra jest gładka, dobrze napięta, łokcie, biodra, kolana funkcjonują bez dolegliwości bólowych, rany sprawnie się goją, a złamane kości szybko zrastają.
Kolagen korzystnie wpływa także na układ krwionośny. Dzięki obecnej w nim prolinie ściany tętnic są oczyszczane z tłuszczu. Kolagen pomaga kontrolować ciśnienie krwi, rozszerza tętnice, rozluźnia komórki mięśniowe i naczynia krwionośne. Poprawia to jakość krążenia i jednocześnie minimalizuje ryzyko wystąpienia związanych chorób kardiologicznych.

Utrata kolagenu wraz z wiekiem

Niestety wraz z wiekiem tracimy kolagen w tempie około aż jednego procenta rocznie. Procent ten zwiększa się, jeżeli dodatkowo opalamy się intensywnie, palimy papierosy, czy po prostu prowadzimy niezdrowy tryb życia, np.: spożywanie dużej ilości alkoholu. Kolagenu zaczyna nam ubywać już po 26 roku życia. Punktem kulminacyjnym jest okres menopauzy, gdy drastycznie spada ilość estrogenu w organizmie. Pierwsze oznaki ubytku kolagenu w skórze łatwo rozpoznać - nasza cera nagle się wysusza, coraz mocniej odznaczają się na niej zmarszczki, ślady po poduszce znikają coraz wolniej, a w późniejszym etapie widzimy zanik jędrności skóry. Nie tylko skóra gwałtownie się starzeje. Brak kolagenu odbija się także na kondycji naszych włosów, które stają się matowe, łamliwe i wypadają. Częściej także odczuwamy bóle stawów, kręgosłupa, barków, szyi, łydek, biust nie jest w najlepszej formie, opadają policzki i powieki. Nie lepiej jest z resztą ciała. Pojawia się cellulit. Procesy te są postępujące. Możemy je jednak starać się opóźniać i odbudowywać organizm. Jedną z najważniejszych zasad jest prawidłowa i zróżnicowana dieta, bogata w mikroelementy, witaminy A,C,E, kwasy tłuszczowe omega-3 i 6, oraz związki siarki, które bezpośrednio uczestniczą w produkcji kolagenu.

Produkty wysokiej jakości

Powinniśmy także regularnie wspomagać się produktami z zawartością kolagenu. Ważne jednak, by sięgać po produkty wysokiej jakości, z opatentowaną formułą i najlepszym składem. Takim wysokogatunkowym produktem jest KolagenCito renomowanej niemieckiej firmy Reutter, który w swoim składzie ma także odpowiednio dobraną dawkę witaminy C, wspierającą proces odbudowy włókien kolagenowych. Każda pastylka zawiera aż 400 mg cennego kolagenu. Należy regularnie ssać do 3 pastylek dziennie. Wyjątkowa receptura firmy Reutter jest oparta na długoletnim doświadczeniu jej ekspertów. Warto podkreślić, że firma Reutter ma aż ponad 100 lat doświadczenia w produkcji preparatów wyprodukowanych z największą starannością. Dobroczynny KolagenCito to produkt chroniony prawem patentowym na świecie.

Dobry bo oryginalny! KolagenCito jest rekomendowany dla osób dbających o siebie. Można go kupić w aptekach i sklepach medyczno-zielarskich w korzystnej cenie za ok. 43 zł.

KolagenCito – bestseller!
Znakomity, niemiecki, opatentowany produkt – postaw na jakość!
- Kolagen to ważny, sprężysty budulec, m.in.: ścięgien, kości, stawów, chrząstki, dziąseł, naczyń krwionośnych.
- Kolagen czynnie wspomaga jędrność skóry, łagodzi zmarszczki oraz cellulit.
- Znakomity dla uprawiających sport.

DOSTĘPNY W APTEKACH I ZIELARNIACH

1 pastylka KolagenCito zawiera aż 400 mg kolagenu

Reutter – ponad 100 lat zaufania! Perfekcja tkwi w detalach i recepturze!

NA ŻYWO

LATO Z RADIEM I TELEWIZJĄ POLSKĄ

Przystanek – Radom!

Drugim przystankiem wakacyjnej trasy „Lata z Radiem i Telewizją Polską" (emisja: SO 27.06 godz. 20.00 TVP 2) będzie Radom. To jedno z najstarszych polskich miast, a zarazem miejsce tragicznych wydarzeń Czerwca '76 – fali strajków i protestów robotniczych, brutalnie spacyfikowanych przez ówczesne władze PRL-u. O samym mieście, a także o wydarzeniach sprzed 50 lat, dowiemy się więcej m.in. w „Pytaniu na śniadanie", nadawanym ze studia wyjazdowego. Wieczorem odbędzie się koncert z udziałem gwiazd. Na scenie wystąpią m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz, Natalia Kukulska, Halina Mlynkova, Kasia Moś, Liber oraz KSU. **MJ**

TANIEC Z GWIAZDAMI

Pierwsza na parkiecie

Od finału ostatniej edycji minęło zaledwie kilka tygodni, a Polsat już kompletuje ekipę do nowej serii. Pierwszą potwierdzoną uczestniczką okazała się Helena Englert! Aktorka znana m.in. z „Barw szczęścia", „#BringBackAlice", a ostatnio z „Rodzinki.pl" o swoim udziale w tanecznym show poinformowała w piątkowym wydaniu „Halo tu Polsat". Natychmiast padły pytania o to, jak radzi sobie na parkiecie. – Jako mała dziewczynka tańczyłam, ale większość małych dziewczynek tańczy, więc nie powiedziałabym, że mam jakieś duże doświadczenie. Wiem, gdzie mam prawą i lewą nogę – odpowiedziała z uśmiechem. **JK**

Aktorka przyznaje, że lubi tańczyć - niezależnie od wyniku chce dobrze wspominać czas spędzony w programie.

Następny numer tele świat 14+ CYFROWY za 2 tygodnie do kupienia od 6 lipca

DZIEŃ DOBRY WAKACJE

Kolonie z gwiazdami

W sobotę, 27 czerwca, rozpoczyna się najbardziej wyczekiwany – zwłaszcza przez najmłodszych – czas: wakacje! Na ten okres magazyn „Dzień Dobry TVN" przechodzi w letni tryb, znany pod hasłem „Dzień Dobry Wakacje" (sobota, 27.06, godz. 7.45, TVN). W tym roku prowadzący będą spotykać się z widzami każdego dnia. Rusza też nowy projekt – „Kolonie Letnie Dzień Dobry TVN". Od początku lipca osiem polskich gwiazd wróci do miejsc dobrze znanych im z dzieciństwa. Pierwszą osobą, która wyruszy w tę niezwykłą podróż w czasie, będzie wokalistka Tatiana Okupnik. Pierwsze wydanie wakacyjnego programu poprowadzą Dorota Wellman i Marcin Prokop. **MJ**

NOWY SEZON

„Bardzo lubię mówić i rozmawiać z ludźmi. Do tego wszystkiego dochodzi moja ogromna ciekawość świata. Uważam, że dziennikarz, który nie ma w sobie ciekawości, po prostu nie odnajdzie się w tym zawodzie."

Katarzyna Dowbor

ŁUKASZ JURKOWSKI

To już czas na nowe

Po ponad 22 latach z redakcją Polsatu Sport pożegnał się Łukasz „Juras" Jurkowski. – Wiele się nauczyłem, mam nadzieję, że wiele też do stacji wniosłem. To była przyjemność być częścią tej rodziny – napisał dziennikarz w mediach społecznościowych, dodając, że czeka na nowe zawodowe wyzwania. Nasuwa się pytanie, czy w takim razie nadal będzie komentował dla nas wysiłki uczestników na torze Ninja Warrior? Tego jeszcze nie wiadomo. Produkcja zrobiła sobie w tym roku wolne, co oznacza, że program nie pojawi się w ramówce na jesień ani wiosnę. Czy po tej przerwie czekają nas zmiany w ekipie? Czas pokaże. **JK**

OKŁADKA: AKPA / POLSAT, AKPA, EAST NEWS, MATERIAŁY PRASOWE (7)

FOT. STR. 3: AKPA (4), EAST NEWS (2)

NA ŻYWO

Na Placu Wolności we Wrocławiu wystąpi m.in. Alicja Szemplińska.

Wrocławski koncert poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny.

KONCERT

Gwiazdy popu i opery

Ostatniego dnia czerwca na Placu Wolności we Wrocławiu odbędzie się kolejna edycja widowiska „Wrocław Przyszłości". Na scenie pojawią się m.in. Alicja Szemplińska, Edyta Górniak, Andrzej Piaseczny i Ralph Kaminski. Gościem specjalnym będzie kontratenor Jakub Józef Orliński – jeden z najbardziej rozpoznawalnych polskich śpiewaków, zdobywca wielu prestiżowych nagród, występujący na największych scenach świata, m.in. w mediolańskiej La Scali. Gwiazdom towarzyszyć będą Tarkowski Orkiestra oraz Akademicki Chór Politechniki Wrocławskiej. Całość poprowadzą Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny. **MJ**

WROCŁAW PRZYSZŁOŚCI 2026 **WT** 30.06 **godz. 19.55** POLSAT

Śpiewak Bryn Terfel.

Filharmonicy Wiedeńscy znani są na całym świecie.

MUZYKA POWAŻNA

Uczta dla melomanów

Po raz 23. w ogrodach pałacu Schönbrunn w Wiedniu odbył się „Summer Night – koncert Schönbrunn 2026". Filharmonicy Wiedeńscy wystąpili pod dyrekcją Lorenzo Viottiego, a gościem specjalnym był Bryn Terfel. Walijski bas-baryton jest synem rolnika i od najmłodszych lat uwielbiał muzykę. Przyjaciel rodziny nauczył go śpiewać, zaczynając od tradycyjnych pieśni walijskich. Po wygraniu wielu konkursów wokalnych Terfel przeprowadził się do Londynu, gdzie rozpoczął naukę śpiewu operowego. W jego wykonaniu usłyszymy arie z „Mefistofelesa" Boita i „Falstaffa" Verdiego, finał ze „Złota Renu" Wagnera oraz pieśń Tewjego ze „Skrzypka na dachu". **MJ**

SUMMER NIGHT – KONCERT SCHÖNBRUNN 2026 **PT** 26.06 **godz. 23.25** TVP 2

INFORMACYJNY

Świętują z widzami

ODCINEK SPECJALNY

Bartosz Cebeńko, Aleksandra Kostrzewska, Maciej Orłoś i reszta ekipy zapraszają do TVP 1, TVP Info i TVP VOD.

W połowie lat 80. Józef Węgrzyn, ówczesny szef Warszawskiego Ośrodka Telewizyjnego, wraz ze współpracownikami wymyślił nowy program, w którym informacje miały być podawane w krótkiej, zwięzłej formie, a kiedy okoliczności na to pozwolą – z uśmiechem i mrugnięciem okiem do widza. „Teleexpress" na antenie zadebiutował 26 czerwca 1986 roku i do dziś gromadzi ponad milionową widownię. Jubileusz będziemy świętować m.in. podczas odcinka specjalnego. Pojawią się w nim m.in. materiały archiwalne i wypowiedzi gwiazd, które zdradzą, z czym kojarzy im się ten program... Na tym nie koniec niespodzianek! **JK**

TELEEXPRESS **PT** 26.06 **godz. 17.00** TVP 1

FOT: AKPA (6), EAST NEWS (2)

WIDOWISKO

Kochać to nie znaczy zawsze to samo

I śpiewać o miłości można też na wiele sposobów. Dlatego do udziału w koncercie otwierającym tegoroczny Malta Festival zaproszono artystów reprezentujących różne wrażliwości, ale i różne gatunki muzyczne. Na scenie spotkają się m.in. Anita Lipnicka, Natalia Kukulska, Natalia Przybysz, Anna Maria Jopek, Natalia Szroeder, Grzegorz Turnau, Jakub Józef Orliński, Krzysztof Zalewski oraz Ralph Kaminski. Wokalistom towarzyszy poznańska orkiestra CoOperate. Koncert na żywo 21 czerwca obejrzała widownia zgromadzona nad Jeziorem Maltańskim; a pozostali mogą liczyć na retransmisję w TVN tydzień później. **JK**

ZA MIŁOŚĆ!
ND 28.06 **godz. 21.40** TVN

KONCERT

Muzyka dla zdrowia

Jedynka pokaże wyjątkowy koncert, który zainaugurował obywający się w dniach 22-24 czerwca we Wrocławiu „Re_Mind – Kongres i Festiwal Psychologiczny". W zabytkowej Hali Stulecia artyści w autorski sposób wyrazili własne refleksje na temat wymiany myśli z drugim człowiekiem, ludzkich emocji i doświadczeń. Mela Koteluk (zdj.), Natalia Przybysz, WaluśKraksaKryzys oraz inne gwiazdy zaprezentowali utwory wyrażające ich zaangażowanie w tematykę zdrowia i dobrostanu psychicznego – tematów kluczowych dla całego festiwalu. Koncert poprowadziła Gabi Drzewiecka. **EGP**

RE_MIND. CHCĘ TO POWIEDZIEĆ **PO** 29.06 **godz. 20.30** TVP 1

KONCERT

Artystyczne eksperymenty

Jak co roku pod koniec czerwca (25-28.06) Rzeszów staje się europejską stolicą kultury, w której artyści ze wschodniej Europy wspólnie eksperymentują ze sztuką. W mieście odbywać się będą koncerty, a najważniejszy z nich – koncert główny – pokaże TVP Kultura. Otworzy go pochodzący z Rzeszowa zespół Pectus. Po nich na scenie pojawią się niezwykłe duety muzyczne. I tak Bovska wystąpi z Jerry Heil z Ukrainy, Ralph Kaminski z francusko-amerykańskim duetem Faux Real, a Mary Spolsky (zdj.) zaśpiewa z Tamadą z Gruzji. **EGP**

WSCHÓD KULTURY – EUROPEJSKI STADION KULTURY 2026 **PT** 26.06 **godz. 21.15** TVP KULTURA

REKLAMA

POWIEDZ „NIE" CIĘŻKIM NOGOM

Pani Maria podczas wizyty u swojej przyjaciółki Zosi, zauważyła, że ta porusza się z imponującą łatwością, pomimo że wcześniej często narzekała, że czasami nie może wstać nawet z łóżka. Utrudnione były tak proste czynności jak chodzenie czy wejście po schodach. Zaintrygowana zapytała co takiego stosuje Zosia. Ta z uśmiechem pokazała jej nowy krem z apteki **Kolastaw**. Bardzo bogaty skład w tym np. kwas hialuronowy, kolagen, elastyna, żywokost czy olejek CBD, bardzo zaciekawił Panią Marię i postanowiła sama spróbować. Już po krótkim czasie poczuła różnicę zupełnie jak Zosia! W końcu mogą razem chodzić na ulubione spacery z kijkami. Teraz z dumą obie polecają **Kolastaw** bliskim, wiedząc, że naprawdę pomaga przy wszelkim dyskomforcie!

Nowoczesny krem kolagenowo-hialuronowy z Apteki

Produkt Kolastaw otrzymał prestiżowy tytuł Superproduktu Świata Kobiety 2024, przyznany przez jury tego miesięcznika

zawiera PONAD 250 SUBSTANCJI biologicznie aktywnych!

Dobre wchłanianie, szybkie działanie!

- Usuwa/zmniejsza obrzęki i opuchnięcie*
- Daje ulgę zmęczonym nogom*
- Zmniejsza widoczność zmian naczyniowych, tzw. „pajączków"*
- Łagodzi uczucie dyskomfortu skóry suchej*
- Jest wydajny w użyciu
- Poprawia kondycję skóry nóg*

super produkt 2024 kobiety

* NA PODSTAWIE BADAŃ APLIKACYJNYCH

Dostępny w Aptekach i Zielarniach

Kolastaw jest dostępny w Aptekach i Zielarniach. Możesz go także zamówić telefonicznie +48 123 510 861 z dostawą do domu lub przez stronę internetową WWW.NOVAFARM.COM.PL Specjalna zniżka z kodem: KOLASTAW**

*badania aplikacyjne: https://novafarm.com.pl/badania-aplikacyjne/,
**zniżka obowiązuje tylko przy zamówieniach telefonicznych i na stronie.
Novafarm tel: 616 350 824, www.novafarm.com.pl ul. Tadeusza 1, 43-382 Bielsko-Biała

Jaka tajemnica z przeszłości łączy Reese'a i Tristana?

MEDYCZNY

Kochanek z przeszłości?

NOWY SEZON

SkyMed rozszerza usługi ewakuacji medycznej na nowy obszar. Dodatkowo do zespołu dołączają nowi członkowie załogi lotniczej – pilot Reese (Ryan Ali) o pseudonimie Skippy oraz ratowniczka medyczna z Ontario, Stef (Sydney Kuhne). Szczególnie postać Skippy'ego wprowadzi chaos w życie uczuciowe bohaterów, kiedy mężczyzna pocałuje na powitanie Tristana (Kheon Clarke)! Natomiast Hayley (Natasha Calis) po tragicznej diagnozie zgodzi się na wykonanie podwójnej mastektomii. Prawdę o operacji zachowa jednak w tajemnicy przed kolegami ze SkyMed... Serial można obejrzeć także na SkyShowtime! **PM**

SKYMED 2 **CZ** 2.07 **godz. 15.35** FX

Do zespołu dołącza także bezkompromisowa i pewna siebie ratowniczka medyczna Stef.

KRYMINALNY

Pięknie i niebezpiecznie

PREMIERA

Serial doczekał się już siedmiu sezonów!

W sobotę obejrzymy dwa odcinki pierwszej serii.

Stanowisko komendanta na Martynice obejmuje Mélissa Sainte-Rose (Sonia Rolland). Szybko przekonuje się, że mimo egzotycznych krajobrazów Karaibom daleko do raju – czekają na nią mroczne zbrodnie, trudne śledztwa i... współpraca z Gaëlle (Béatrice de la Boulaye), która od nowej przełożonej różni się absolutnie wszystkim, w tym swoim podejściem do obowiązków funkcjonariusza. Muszą jednak połączyć siły, żeby odnaleźć zabójców 17-latki, której zwłoki znaleziono na jednej z plaż. Wkrótce przyjdzie im zmierzyć się z kolejną sprawą – tym razem dotyczącą makabrycznego odkrycia dokonanego przez rybaków. **JK**

ZABÓJCZE TROPIKI **SO** 4.07 **godz. 20.00** ROMANCE TV

BIOGRAFICZNY

Śledztwo królowej

OD 1. ODCINKA

Monarchini Beatrycze poleciła prześwietlić historię rodziny partnerki jej syna.

Sewilla, kwiecień 1999 roku. Na przyjęciu u wspólnych znajomych spotykają się Argentynka Maxima Zorreguieta (Delfina Chaves) i książę koronny Niderlandów Wilhelm-Aleksander (Martijn Lakemeier). Postanawiają kontynuować znajomość, która wkrótce przeradza się w głębsze uczucie. Po pewnym czasie monarcha zaprasza ukochaną do Hagi, by przedstawić ją swoim rodzicom. Maxima jest zadowolona z tej wizyty. Nie ma pojęcia, że królowa Beatrycze (Elsie de Brauw) poleciła zbadać historię jej rodziny... Ten serial biograficzny został oparty na powieści Marcii Luyten z 2022 roku, która opisała życie obecnej królowej Niderlandów. **BD**

MAXIMA. DROGA NA TRON **ND** 28.06 **godz. 17.15** TVP 2

FOT: MATERIAŁY PRASOWE

KRYMINALNY

OD 1. ODCINKA

Niebezpieczna gra

Stadion Dziesięciolecia to nie tylko targowisko, ale też królestwo mafii, haraczy i brutalnych porachunków. Gdy dochodzi tam do krwawej egzekucji związanej z działalnością gangstera Saida, do akcji rusza pięciu policjantów z wydziału zabójstw. To impulsywny Despero (Marcin Dorociński), nieprzekupny Gebels (Andrzej Grabowski), błyskotliwy, lecz nadużywający alkoholu Metyl (Krzysztof Stroiński), doświadczony Benek (Janusz Gajos) i najmłodszy w zespole Nielat (Rafał Mohr). Każdy wnosi do śledztwa inne umiejętności. Sprawa nabiera tempa, gdy z Moskwy przybywa tajemniczy Wor. Chce wyręczyć się policją i wyeliminować z gry Saida... **MAM**

PITBULL **WT** 30.06 **godz. 23.25** TVP 2

KRYMINALNY

Hrabia w policji

OD 1. ODCINKA

Różnią się jak ogień i woda. Tommy Lynley (Leo Suter) to błyskotliwy detektyw, który w środowisku policyjnym jest outsiderem ze względu na swoje arystokratyczne pochodzenie. Jego partnerka, sierżantka Barbara Havers (Sofia Barclay), jest bezpośrednia, niezależna i wywodzi się z rodziny robotniczej. A jednak łączy ich podobne poczucie sprawiedliwości. Dzięki jej niezawodnemu instynktowi oraz jego wiedzy i analitycznemu umysłowi stanowią zgrany, skuteczny duet, który rozwiązuje zagadki w fikcyjnym hrabstwie Three Counties w Norfolk. Brytyjski serial jest adaptacją powieści kryminalnych Elizabeth George. **EGP**

LYNLEY **PT** 26.06 **godz. 21.00** BBC FIRST

BIOGRAFICZNY

Triumf mimo tragedii

OD 1. ODCINKA

Sukces miał dla niej gorzki smak.

Anna German zachwycała głosem, ale jej życie było równie niezwykłe jak kariera. Serial Waldemara Krzystka opowiada historię artystki od trudnego dzieciństwa naznaczonego wojną po lata międzynarodowej sławy. Widzowie zobaczą triumfy wokalistki na scenach całej Europy i przypomną sobie jej wielkie przeboje („Wróć do Sorrento", „Tańczące Eurydyki"). Twórcy pokazują również dramatyczną walkę o powrót do zdrowia po wypadku we Włoszech. W roli głównej dobrze wypada Joanna Moro, a scenografia i kostiumy wiernie oddają realia epoki. **MAM**

ANNA GERMAN. TAJEMNICA BIAŁEGO ANIOŁA **ND** 5.07 **godz. 20.00** KINO POLSKA

REKLAMA

MORWA BIAŁA

Obniżyłam poziom cukru we krwi

Pani Krystyna odkryła u siebie podwyższony poziom cukru we krwi. Na szczęście córka poleciła mamie produkowany w Skandynawii **Zuccarin**, który pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi.

Pani Krystyna, wiele lat pracowała w służbie zdrowia. Na emeryturze nadal prowadzi aktywny tryb życia. Kiedy badania wykazały, że ma podwyższony poziom cukru we krwi przestraszyła się.
Na szczęście, córka, zachęciła mamę do wypróbowania tabletek **Zuccarin**. Preparat ten zawiera dużą dawkę wyciągu z liści morwy białej oraz chrom i pomaga utrzymać w normie poziom cukru we krwi. Po pewnym czasie poziom cukru powrócił do normy.
*„W trakcie przyjmowania tabletek **Zuccarin** mój poziom cukru obniżył się."*
Pani Krystyna pamięta smak owoców morwy z dzieciństwa, zrywała je prosto z drzewa w pięknym ogrodzie rodziców. Cała rodzina cieszyła się ich smakiem, nie znając ich zdrowotnych walorów.

Teraz opowiada znajomym:
*„Wcześniej próbowałam innych suplementów diety zawierających wyciąg z morwy, jednak tylko kupiony w aptece **Zuccarin** mi pomógł. Nadal go stosuję i nie muszę przestrzegać rygorystycznej diety. **To najlepsze co mogłam zrobić dla siebie!**"*

Liście morwy - przełom!

Wyciąg z liści morwy może stabilizować poziom cukru we krwi, powstrzymując wchłanianie cukrów z węglowodanów. Jedna tabletka zażyta przed posiłkiem pomaga kontrolować poziom cukru we krwi, apetyt na słodkie potrawy oraz wagę.

Wysoka, standaryzowana na 2% DNJ zawartość ekstraktu z morwy białej – 400 mg w tabletce Zuccarin – twoja gwarancja wysokiej jakości i efektywności.

★★★★★
Produkt Roku 2025 wg ŚWIATA FARMACJI
w kategorii
„Preparaty obniżające poziom cukru"
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Zapytaj o Zuccarin™ skandynawskiej firmy New Nordic

Dostępny **w aptekach i na www.newnordic.pl** w opakowaniach **60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.**
W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.
Kod BLOZ 8101001 ułatwi zamówienie produktu.

SUPER MARKA 2018

NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

SUPLEMENT DIETY

Maja Chwalińska w maju podbiła Paryż. Jak spisze się w Londynie?

W ubiegłorocznym finale Iga Świątek nie oddała Amandzie Anisimovej żadnego gema.

Polskie akcenty

Startuje trzecia wielkoszlemowa impreza w tym sezonie. W rywalizacji kobiet tytułu mistrzowskiego broni Iga Świątek. Polka przygotowywała się do tego wyzwania, trenując na Majorce. W planach miała też występ w Bad Homburg Open. Powtórzyła więc sprawdzony schemat sprzed roku. Nową drogą kroczy zaś Maja Chwalińska. Finalistka French Open znalazła się w głównej drabince Wimbledonu dzięki dzikiej karcie przyznanej przez organizatorów. Otrzymała ją jako jedyna singlistka spoza Wielkiej Brytanii. W stolicy Anglii rówieśniczka Świątek zmierzy się z presją wyniku, jakiej nie doświadczyła na kortach Rolanda Garrosa. Do tego rywalki będą znacznie lepiej przygotowane do starć z nią. W Wimbledonie zagrają również Magda Linette i Magdalena Fręch. W turnieju mężczyzn natomiast wystąpią Hubert Hurkacz oraz Kamil Majchrzak. Wrocławianin w połowie czerwca wypadł z najlepszej setki rankingu ATP. W Londynie postara się przypomnieć o sobie całemu tenisowemu środowisku. Majchrzak z kolei zamierza potwierdzić, że niedawny triumf w Libéma Open, pierwszy w głównym cyklu ATP Tour w jego karierze, nie był jednorazową eksplozją formy.

TURNIEJ WIMBLEDON
PO 29.06 **godz. 14.30**
POLSAT SPORT 1

PIŁKA NOŻNA

Kto będzie liderem?

Norwegowie przeszli eliminacje jak burza. Zdobyli komplet punktów, do tego strzelili najwięcej goli ze wszystkich europejskich drużyn – aż 37 w 8 meczach. Na początku mundialu potwierdzili dobrą skuteczność – pokonali 4:1 Irak. Wszystko wskazuje na to, że z Francją, która rozpoczęła MŚ od wygranej z Senegalem 3:1, będą się bić o pierwsze miejsce w grupie I. Zwycięzca tej batalii w 1/16 finału trafi na jedną z drużyn, które wywalczyły awans z trzeciego miejsca. Zarówno Wikingowie, jak i wicemistrzowie świata będą zdeterminowani, by ułatwić sobie życie na starcie fazy pucharowej.

NORWEGIA – FRANCJA
PT 26.06 **godz. 20.50** TVP 1

FOT: MATERIAŁY PRASOWE

KOLARSTWO

Tadej Pogačar może wygrać Wielką Pętlę trzeci raz z rzędu.

Michał Kwiatkowski ma w CV dwa etapowe zwycięstwa w TdF.

Pojedynek gigantów

113. odsłona Wielkiej Pętli rozpocznie się drużynową jazdą na czas po ulicach Barcelony. Trzeci raz w historii TdF kolarze zainaugurują wyścig poza Francją. Natomiast po raz pierwszy od 55 lat zrobią to, rywalizując w zespołowej czasówce. Po trzech tygodniach i przejechaniu blisko 3334 kilometrów peleton zakończy zmagania na Polach Elizejskich w Paryżu. W sześciu ostatnich edycjach dwa najwyższe miejsca na podium okupowane były przez Tadeja Pogačara i Jonasa Vingegaarda. W tym czasie Słoweniec wygrał cztery razy, a Duńczyk dwa. Obaj także w trwającym sezonie prezentują znakomitą formę. Czy w tym roku w stolicy Francji zobaczymy kogoś innego na najwyższym stopniu podium? Po raz jedenasty w swojej karierze na starcie Tour de France stanie Michał Kwiatkowski.

TOUR DE FRANCE **SO** 4.07
godz. 16.45 EUROSPORT 1

KOSZYKÓWKA MĘŻCZYZN

Przedłużyć passę

Do końca tej fazy eliminacji przyszłorocznych mistrzostw świata Biało-Czerwonym pozostały jedynie dwa mecze. Jednak bez względu na ich wynik awansują oni do kolejnej rundy. W poprzednich starciach w trwających kwalifikacjach Polacy spisali się bowiem fenomenalnie. Zanotowali komplet zwycięstw w czterech spotkaniach, co dało im prowadzenie w tabeli grupy F. W poprzednim meczu z reprezentacją Austrii podopieczni Igora Milicicia wygrali w Gdyni 90:78. Znakomite zawody w szeregach Polski rozegrał wówczas Jerrick Harding, który zdobył trzydzieści dwa punkty i zanotował pięć asyst.

AUSTRIA – POLSKA
PT 3.07 **godz. 17.50** TVP 3

PIŁKA NOŻNA

Ostatnia szansa

Po mundialu w Katarze wydawało się, że to już kres marzeń Cristiano Ronaldo o wywalczeniu tytułu mistrza świata i czeka go piłkarska emerytura w Arabii Saudyjskiej. CR7 jednak nie spoczął na laurach. W ubiegłym roku razem z kolegami wygrał Ligę Narodów, co rozbudziło w sercach Portugalczyków nadzieję na sukces na mundialu. By ją urzeczywistnić, podopieczni Roberta Martineza muszą grać o wiele lepiej niż w zremisowanym 1:1 meczu z Demokratyczną Republiką Konga na starcie rywalizacji w grupie K. Zmagania w tej fazie turnieju zakończą bojem z Kolumbią.

KOLUMBIA – PORTUGALIA
SO/ND 27.06 **godz. 1.20** TVP 1

DOKUMENTALNY

Władczynie mórz

Program skupia się na losach kobiet, które udowodniły, że na morzu potrafią być równie bezwzględne, odważne i bezkompromisowe jak mężczyźni. Jedną z nich jest Marie-Anne Dieu-le-Veut. Na temat tej bohaterki krążyło wiele opowieści i legend. Według jednej z nich poznała pirata Laurensa de Graafa w zaskakujących okolicznościach. Po ślubie towarzyszyła mu w morskich podbojach. Jej dzieje zainspirowały żyjącą na przełomie XVII i XVIII wieku Mary Read. Ta angielska piratka chętnie przebierała się za mężczyznę.

KOBIETY POD PIRACKĄ BANDERĄ **PT** 26.06 **godz. 20.00** POLSAT VIASAT HISTORY HD

DOKUMENTALNY

Śladami ukrytych skarbów

Dziesiąte, jubileuszowe wydanie lubianego programu. Prowadzący po raz kolejny wybiorą się w podróż przez Polskę, zaglądając do rzadko uczęszczanych miejsc. Wyruszą z południowej Wielkopolski, będą eksplorować dzikie pomorskie wrzosowiska i malownicze doliny rzek, ponadto zajrzą na śląskie pogranicze i zdobędą beskidzkie szczyty. Każdy odcinek to inna historia, która zostanie ukazana z lotu ptaka. Ujęcia kręcone przy użyciu drona zobrazują nieuchwytne piękno przyrody. Twórcy zajrzą do zakątków ukrytych z dala od głównych szlaków i podążą śladami wielkich, ale też lokalnych, często zapomnianych wydarzeń.

POLSKA Z GÓRY 10 **PO** 29.06 **godz. 18.40** PLANETE+

DOKUMENT

Dramat pod ziemią

W czerwcu 2018 roku w Tajlandii dwunastu nastoletnich piłkarzy wraz ze swoim trenerem zwiedzało słynny kompleks jaskiń Tham Luan. Turyści zostali uwięzieni w środku przez powódź, którą wywołały ulewne deszcze. Rozpoczęła się trwająca wiele dni, międzynarodowa akcja ratunkowa w zalanym wodą, podziemnym labiryncie. Relacjonowały ją media z całego świata. Dokumentaliści przedstawiają szczegółową analizę tej dramatycznej walki z potężnymi siłami natury, które wymknęły się spod kontroli.

POZA KONTROLĄ: TAJLANDIA, UWIĘZIENI W JASKINI THAM LUANG **SO** 27.06 **godz. 23.00** FOKUS TV

REKLAMA

SERCE LUBI GŁÓG! *Głóg stosowały nasze babcie – poznajmy go i my.*

Dbaj o serce i miej pod ręką Cukierki Głogowe firmy Reutter zawierające wysokiej jakości naturalny ekstrakt głogu. Producentem ich jest znana z wysokiej jakości i solidności renomowana niemiecka firma Reutter. Reutter jest pionierem wielu ziołowych cukierków zawierających naturalne wyciągi, m.in. cukierków głogowych, pokrzywowych, szałwiowych, aloesowych i wielu innych. Specjaliści z Fabryki Reutter już od ponad stu lat dostarczają produkty powstające na bazie oryginalnych, sprawdzonych receptur opartych na naturalnych składnikach. Ich dobroczynne wspomaganie wynika z połączenia doświadczenia ekspertów, dbałości o najwyższą jakość oraz wykorzystania roślinnych wyciągów. Cukierki Głogowe-Reutter to oryginały, a nie kopie. Wielokrotnie wyróżniane, renomowane wyroby spod znaku Reutter są polecane przez farmaceutów i dostępne w aptekach oraz sklepach zielarsko-medycznych.

Jan jest na emeryturze. Obecnie wraz z żoną jest pochłonięty odnawianiem mieszkania, w wolnym czasie chodzi na ryby i gra w siatkówkę.

„Problemy z uszami zaczęły się jakiś czas temu. Często miałem wrażenie, że jestem w centrum głośnego miasta, podczas gdy znajdowałem się na wiejskiej łące. Zaniedbałem ochronę moich uszu." – powiedział Jan.

TONE™ POTĘGA SŁUCHU

Po rozpoczęciu przyjmowania tabletek **Tone**, Jan zauważył różnicę. Lepiej słyszał ponieważ **Tone** zawiera ekstrakt z miłorzębu japońskiego, który przyczynia się do poprawy słuchu. Czasem, kiedy jest zmęczony lub zdenerwowany, słyszy tylko lekki szum w uszach.

DOCENIĆ CISZĘ

„Teraz w końcu mogę docenić ciszę." – powiedział Jan.

„Czuję ten szczególny spokój, jak nad morzem o wschodzie słońca. Również reklamy przestały być dla mnie irytujące i za głośne, jak wcześniej."

– stwierdził Jan, chwaląc Tone!

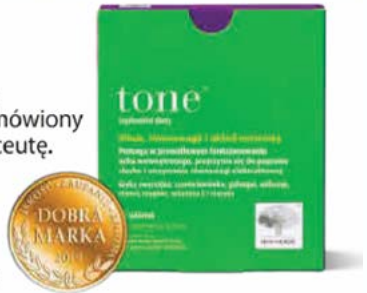
Wyprodukowany w Skandynawii suplement diety **Tone**, zawiera **naturalne składniki: minerały, witaminy oraz wyciągi roślinne, a zwłaszcza miłorząb** pomagający w prawidłowym funkcjonowaniu ucha wewnętrznego. O słuch możemy zadbać poprawiając mikrokrążenie w uchu wewnętrznym oraz utrzymując równowagę elektrolitów – zdolność organizmu do przewodzenia impulsów elektrycznych, szczególnie istotną dla słuchu.

Ucho wewnętrzne

Produkt Roku 2024 wg ŚWIATA FARMACJI
w kategorii „Preparaty wspierające słuch"
na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród farmaceutów

Dostępny **w aptekach i na www.newnordic.pl** w opakowaniach **60 i bardziej ekonomicznych – 120 tabletek.** W przypadku braku może być zamówiony specjalnie dla Ciebie przez farmaceutę.

Kod BLOZ 8255901 ułatwi zamówienie produktu.



NEW NORDIC

www.newnordic.pl
tel.: +48 22 212 54 10
New Nordic Healthbrands Polska Sp. z o.o.

REKLAMA

FILMOWE HITY DNIA

19.55 POLSAT

Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach

PRZYGODOWY Ekscentryczny korsarz wyrusza na poszukiwania Fontanny Młodości. Ma rywali.

Awanturnik Jack Sparrow (Johnny Depp, zdj.) zostaje pojmany i przewieziony przed oblicze Jerzego II (Richard Griffiths). Władca żąda, aby wraz z kapitanem Barbossą (Geoffrey Rush) odnalazł legendarną Fontannę Młodości. Przebiegły pirat ucieka. Spotyka dawną miłość, Angelicę (Penélope Cruz), i pomaga jej zbiec przed brytyjskimi żołnierzami. Wkrótce budzi się na pokładzie statku ojca dziewczyny, Czarnobrodego (Ian McShane, zdj.). On również pragnie dotrzeć do źródła.

INFO: USA 2011, reż. Rob Marshall, wyk. Johnny Depp, Astrid Bergès-Frisbey **180 min do godz. 22.55**

20.00 TVN

Strzelec

DRAMAT SENSACYJNY Snajper Bob Lee Swagger (Mark Wahlberg, zdj.), na zlecenie agentów CIA, ma wyśledzić człowieka, który planuje zamach na prezydenta. Zostaje wrobiony w zabójstwo arcybiskupa. **170 min**

USA 2007, reż. Antoine Fuqua, wyk. Mark Wahlberg, Michael Pena, Danny Glover

20.00 TVN 7

Miłosny bestseller

KOMEDIA Pisarz Henry (Sam Claflin, zdj.) dowiaduje się, że jego powieść stała się hitem w Meksyku. Na miejscu odkrywa, że tłumaczka Maria (Verónica Echegui, zdj.) zmieniła jego nudną prozę w erotyk. **140 min**

Meksyk/Wlk. Bryt. 2022, reż. Analeine Cal y Mayor, wyk. Sam Claflin, Verónica Echegui

22.05 TV4

Stan oblężenia

THRILLER Nowy Jork paraliżują zamachy. Sytuację usiłuje opanować szef sił specjalnych Hubbard (Denzel Washington, zdj.). Akcję komplikuje słynący z brutalnych metod generał Devereaux (Bruce Willis). **145 min**

USA 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis

22.50 TVN

Epidemia strachu

THRILLER SF Po powrocie z Hongkongu do USA umiera żona Mitcha Emhoffa (Matt Damon, zdj.), Beth (Gwyneth Paltrow). Lekarze nie potrafią postawić diagnozy. Wkrótce planetę ogarnia pandemia. **125 min**

USA/ZEA 2011, reż. Steven Soderbergh, wyk. Matt Damon, Kate Winslet, Jude Law

TVP 1 DVB-T2

7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Welon, fura i brawura (4)
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.15 Czterdziestolatek (20) – obycz., Pol.
9.20 Ranczo 6 (66) – serial obycz., Pol. 2012
10.15 Komisarz Alex 6 (74) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 14 (183) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Ukryte cuda europejskiej przyrody (3) – dok., Hol.
14.00 Złoty chłopak (321) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1054) – telet.
16.00 Dziedzictwo (960) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (899) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio

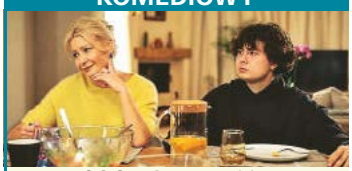
PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz
LIVE grupy I: Norwegia – Francja
Hit trzeciej serii spotkań w fazie zasadniczej, który może okazać się meczem o pierwsze miejsce w grupie I. Obie drużyny dobrze rozpoczęły mundial. Norwegowie pokonali Irak 4:1, a Francuzi – Senegal 3:1. 160 min
23.30 Pułapka – film sensacyjny, Polska
FILM 1997, reż. Adek Drabiński, 130 min
1.40 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026
LIVE – mecz grupy H: Urugwaj – Hiszpania
4.25 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst.
4.40 Pytanie dnia – program publicyst.

TVP 2 DVB-T2

4.35 Na dobre i na złe (896) – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1782) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Anna Dymna – spotkajmy się – talk-show
6.55 Barwy szczęścia (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Operacja zdrowie (72) – magazyn medyczny
12.00 Rodzinka.pl (24) – serial kom., Polska
12.35 Koło fortuny (1871) – teleturniej
13.15 Panna młoda (130) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (998) – teleturniej
14.35 Na sygnale (863) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (420) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1872) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (999) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3341) – serial obyczajowy, Polska 2026

KOMEDIOWY



20.05 Rodzinka.pl (296) – Polska 2025
Paula w końcu poznaje Sonię. Między dziewczynami dochodzi do ostrej wymiany zdań. Kacper wspiera Kubę podczas kłótni z rodzicami. Natalia odkrywa marzenia męża i nie kryje rozczarowania jego planami. 35 min
20.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko, Polska 2026
22.45 To jest grane – wakacyjnie (94) – program muzyczny
23.25 Summer Night – koncert Schönbrunn 2026 – koncert, Austria
1.15 Ania – film dokumentalny, Polska 2022
2.55 Akacjowa 38 (412) – telen., Hiszpania
3.45 Rodzinka.pl (182) – serial kom., Polska

POLSAT DVB-T2

4.55 Disco Gramy – program muzyczny
5.40 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.00 halo tu polsat – magazyn
11.30 Gliniarze (854, 855) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1484, 1485) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Seniorka Antonina jest gotowa oddać oszustom oszczędności. Narzeczony jej wnuczki Marii demaskuje przekręt. Kiedy wydaje się, że niebezpieczeństwo minęło, celem kolejnego podstępu staje się sama Maria. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1051, 1052) – serial paradokumentalny, Polska 2025
ABN przeprowadza nalot na mieszkanie Natalii. Oficerom zależy na zatrzymaniu Filipa, jej życiowego partnera. Mężczyzna jednak ucieka i zabiera ze sobą Antosia. Rozpoczyna się wyścig z czasem. Detektywi próbują odnaleźć syna policjantki. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

PRZYGODOWY

19.55 Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach – USA 2011, reż. Rob Marshall
FILM HIT
Czwarta odsłona perypetii morskich awanturników z popisową kreacją Johnny'ego Deppa (zdj.). Do obsady dołączyli laureatka Oscara Penélope Cruz („Vicky Cristina Barcelona") oraz Ian McShane – gwiazda seriali „Deadwood" i „Amerykańscy bogowie". 180 min
22.55 Van Helsing – horror s.f., USA/Czechy
FILM 2004, reż. Stephen Sommers, 170 min
1.45 Pierwszy śnieg – film kryminalny,
FILM Wielka Brytania/USA/Szwecja 2017, reż. Tomas Alfredson, 155 min
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (127) – program rozrywkowy

TVN DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1680) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (11) – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.25 Kuchenne rewolucje (4, 8) – program rozrywkowy
13.40 Ukryta prawda (1665, 1666, 1715) – serial paradokumentalny, Polska
16.50 Szpital św. Anny (55) – serial obyczajowy, Polska 2025
Matka Tomka oferuje Marcie pomoc w schwytaniu prześladowcy. Ratowniczka jest mile zaskoczona. Zosia i Filip są gotowi do przeprowadzki do Berlina, ale ich plany ulegają zmianie po telefonie z pogotowia opiekuńczego. 65 min
17.55 Detektywi (179) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
Śledczy przyjmują zlecenie od mężczyzny, który wątpi, że jego siostra popełniła samobójstwo. Dziewczyna miesiąc temu wróciła z leczenia odwykowego, a feralny wieczór spędziła w towarzystwie narzeczonej brata. Obie często się kłóciły. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

DRAMAT SENSACYJNY

20.00 Strzelec – USA 2007,
FILM reż. Antoine Fuqua
Godne polecenia kino akcji. Film powstał na podstawie bestsellerowej powieści zdobywcy Nagrody Pulitzera, Stephena Huntera. Za kamerą stanął Antoine Fuqua, twórca „Dnia próby" i „Bez litości". 170 min
22.50 Epidemia strachu – thriller s.f., USA/
FILM Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Steven Soderbergh, 125 min
0.55 Posejdon – film katastroficzny,
FILM Japonia/USA 2006, 130 min
3.05 Kuba Wojewódzki (10) – talk-show
4.10 Uwaga! – magazyn reporterów
4.25 Szpital św. Anny (123) – obycz., Pol.

TV4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (14, 15) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (141) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (490, 491) – serial obyczajowy, Polska 2018
10.55 Na ratunek 112 (1148, 1149) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1577, 1518) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (921-923) – paradok., Pol.
16.55 Policjantki i Policjanci (1389) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (484) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1390) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Gwiazdy Kabaretu (173, 181) – pr. rozr.
22.05 Stan oblężenia – thriller, USA 1998, reż.
FILM Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis, 145 min
0.30 STOP Drogówka – magazyn policyjny
1.35 Love Island. Wyspa miłości (21) – reality show
2.35 Interwencja – magazyn reporterów
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (8) – dok.
3.25 Lubię disco! (268) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (18, 1) – serial sensacyjny, Niemcy
10.00 Maria z przedmieścia (35, 36) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (104) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (38) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (23) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (518, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (24) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961, 962) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Czarny pies – film sensacyjny, USA/
FILM Wielka Brytania/Francja 1998, 115 min
21.55 Uprowadzona – film sensacyjny, Francja
FILM 2008, reż. Pierre Morel, wyk. Liam Neeson, Maggie Grace, Famke Janssen, 115 min
23.50 Poza zasięgiem – dramat sensacyjny,
FILM USA/Polska 2004, 95 min
1.25 Lombard. Życie pod zastaw 18 (957) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.25 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB-T2

7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Myszka Miki: Frajdomek – serial anim.
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.30 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
9.45 Basia – serial animowany, Polska 2016
10.10 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1984
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1984
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (969) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (401, 402) – krym.
23.00 Solomon Kane: Pogromca zła – film
FILM fantasy, Fr./Czechy/Wlk. Bryt. 2009, 125 min

TVN 7 DVB-T2

5.20 Ten moment (45) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (752-754) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1328, 1425, 1426) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1069-1071) – serial fabularno-dokumentalny, Pol. 2013
14.00 Detektywi (112) – serial fabularno-dokum.
15.00 Szpital (762, 763) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (496) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (8) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1519) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 Miłosny bestseller – komedia
FILM romantyczna, Meksyk/Wielka Brytania/USA 2022, reż. Analeine Cal y Mayor, 140 min
22.20 Dzień Bastylii – dramat sensacyjny,
FILM Wielka Brytania/Francja/USA 2016, 120 min
0.20 Władza absolutna – film sensacyjny,
FILM USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Ed Harris, Judy Davis, 155 min
2.55 Żyjąc z potworem 8 (13) – serial dokumentalny, USA 2020
3.55 Fachowcy 2 (14) – serial paradokum., Pol.

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Wszystko przed nami (92) – serial obycz., Pol.
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretonów – pr. rozr.
16.00 Wszystkie role Stanisława Barei – film dokumentalny, Pol. 2021
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1049) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Górna półka smaku (8) – magazyn kulinarny
18.45 Info Wilno (1878) – inf.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (121) – pr. inf.
19.15 63. KFPP w Opolu – Superjedynki (2)
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (239) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1128) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (931) – telet.
9.25 Koło fortuny (2036)
10.00 Program rozrywkowy
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (11) – serial obycz.
14.10 Pan Mama (32, 33)
15.15 Program rozrywkowy
15.30 Tak to leciało! (62)
16.30 Do śmiechu! (71) – rozr.
17.25 Va banque (932) – telet.
18.00 Koło fortuny (2037)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.15 Postaw na milion

TTV HD DVB T2

5.00 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (13) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 10 (8, 9)
8.30 Kartoteka 11 (9, 10)
10.35 Detektywi (7, 8)
12.35 Zakup w ciemno 3 (35)
13.35 Zakup w ciemno 4 (34)
14.35 Nic do ukrycia 2 (2)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Usterka 14 (5) – serial fabularno-dokum., Polska
17.45 Życie na kredycie 8 (5, 6) – reality show, Pol.
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (11)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Idź na całość 2 (8)
21.05 Zakup w ciemno extra (39) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (290) – reality show, Pol. 2023
7.30 Na ratunek 112 (909, 910) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (357-359) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (941) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1512, 1513) – serial paradokum., Polska 2025
14.30 Świat według Kiepskich (489-493) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (139, 140) – serial krym.
19.00 Gliniarze (987) – serial paradokum., Polska 2024
20.00 Ślad (63) – serial krym.
21.00 Gliniarze (782) – serial paradokum., Polska 2023

POLSAT FILM

6.00 Jedziemy na ryby! (21) – serial dokum., Pol. 2023
6.55 Na ratunek 112 (859) – serial paradokum., Pol.
7.25 Doktor Martin 4 (26) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.25 Przyjaciółki (307, 308) – serial obycz., Pol. 2025
10.25 Świat według Kiepskich (153, 154, 219, 220, 208) – serial komediowy, Polska
13.35 Jurassic World: Dominion – film s.f., Chiny/Malta/USA 2022, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, 185 min
16.40 Niewidzialny – film sensacyjny, USA 2005, reż. Rob Cohen, 155 min
19.15 Hancock – film sensacyjny, USA 2008, reż. Peter Berg, 105 min

AXN

6.05 FBI: Most Wanted 3 (2, 3) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (17, 18) – serial kryminalny, USA
9.25 Castle 2 (9, 10) – serial krym., USA 2009-2010
11.20 MacGyver 2 (4, 5) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA
15.10 Agenci NCIS 10 (6, 7) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (11, 12) – serial kryminalny, USA

20

OBYCZAJOWY

20.50 Echo serca (4) W szpitalu pojawiają się saperzy. Doszło do wypadku, w którym ucierpiał żołnierz. Jan i Szymon podejmują się wyjęcia pocisku. 50 min
21.40 Na sygnale (647, 648)
22.40 Moje przeboje (3)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Matki, żony i kochanki (15) – serial obycz.
0.40 Rodzinka.pl (265)
1.10 Polskie opowieści (10)
1.30 Program informacyjny 19.30

ROZRYWKA

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (43) Wybór najlepszych skeczy Roberta Górskiego (zdj.) i spółki. Kultowe scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle. 40 min
22.50 Kabaret Letnią Porą (8) – program rozrywk.
23.50 Do śmiechu! (73) – rozr.
0.40 Niepewne sytuacje 3 (4) – program rozrywk.
1.05 Koło fortuny (2037, 2031) – teleturniej

ROZRYWKA

22.00 Ostre cięcie 12 (6) Atrakcją salonu Marty są dwa koty. Prowadzący sprawdzają cennik usług i profil odbiorców. Wdrażają również niezbędne zmiany. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (4, 5)
1.00 Diabelnie boskie 2 (1, 2) – reality show, Pol.
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą (15, 16) – serial fabularno-dokum.
3.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (510)

DRAMAT

22.00 Helikopter w ogniu – USA 2001 Rok 1993, Somalia. Amerykanie wysyłają do Mogadiszu komandosów, m.in. Johna (Ewan McGregor, zdj.). Rutynowa operacja zamienia się w bitwę. 180 min
1.00 W jak morderstwo – komedia kryminalna, Polska 2021, reż. Piotr Mularuk, 145 min
3.25 Wydarzenia
4.00 SuperLudzie (26, 27) – serial dokum., Pol. 2018

DRAMAT

21.00 Kapitan Phillips – USA 2013 Piraci przejmują kontrolę nad kontenerowcem. Dowódca jednostki Richard (Tom Hanks, zdj.) ryzykuje życie, by ocalić załogę. 165 min
23.45 Maksimum ryzyka – film sensacyjny, USA 1996, reż. Ringo Lam, 130 min
1.55 Ślad (3-5) – serial krym.
4.50 Na ratunek 112 (850, 851) – serial paradokum., Polska 2023

PRZYGODOWY

21.05 W 80 dni dookoła świata – USA/Niemcy/Irlandia 2004 Phileas Fogg (Steve Coogan, zdj.) zakłada się, że w ciągu niespełna trzech miesięcy okrąży kulę ziemską. Towarzyszy mu lokaj (Jackie Chan, zdj.). 140 min
23.25 Uprowadzona – film sens., Fr. 2008, 110 min
1.15 Castle 2 (11, 12) – krym.
3.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (5, 6) – krym., USA/Kan.

TVP HISTORIA DVB T2

8.45 Czterdziestolatek (8) **9.40** Tajemnice kultowych seriali (5) **10.40** Wenecja, miasto wyrosłe z bagien – dok., Fr. 2024 **11.45** Starożytne mocarstwa (3) **12.45** Mój najszczęśliwszy dzień. Marian Turski **14.00** Królowie (45) – hist. **14.35** Czterdziestolatek (9) – obycz. **15.35** Sensacje XX wieku **17.25** Czas honoru. Powstanie (6) – wojenny, Pol. **18.20** Wszystkie kolory świata (47) **19.25** Polskie parki narodowe – dok. **20.00** Samowolka – dramat obyczajowy, Pol. 1993 **21.15** Historia w postaciach zapisana **23.15** Sensacje XX wieku

TVP KULTURA DVB T2

13.00 Portrety: Still Alive – film o Krzysztofie Kieślowskim **14.50** Z archiwum i pamięci (6) **16.00** Słodkie oczy – komedia obycz., Polska 1979 **17.10** Siedem życzeń (2) – przyg. **18.10** Video Killed the Radio Star: a-ha – dok. **18.45** Pan wzywał, milordzie? 4 (1) – serial kom. **19.50** Podróże w czasie: Pocałunek mordercy – dramat kryminalny, USA 1955 **21.15** Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów **22.35** Powrót Sherlocka Holmesa (4) – serial krym. **23.35** Czwartkowy klub filmowy – mag. film.

SUPER POLSAT DVB T2

7.55 Doktor Martin (39, 40) **10.00** Wydarzenia **10.30** Świat według Kiepskich (423, 424) **11.35** Twoja Twarz Brzmi Znajomo (192) **13.30** Bitwa o palety (19) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (57) **16.00** Ninja Warrior Polska (27) **18.00** Świat według Kiepskich (495, 496) **19.00** Rolniczki (11) **20.00** Kolacja w ciemno (6) **21.00** Venom – film s.f., Chiny/USA 2018 **23.15** Bez snu – thriller, USA 2017 **1.20** Backdoor. Wyjście awaryjne (6) – kom. **1.50** Świat według Kiepskich (86, 111, 336, 337) – kom. **4.00** Nasz nowy dom (227, 228)

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 8 (25) **8.55** Strażnik Teksasu 9 (1) – sens., USA **9.50** MacGyver 2 (18, 19) **11.55** Pułapki umysłu 7 (1) – serial dokum., USA **13.00** Wojny magazynowe: Kanada (1, 2) **14.10** Pod pokładem 11 (14) **15.25** Sensacje XX wieku (26, 27) – hist. **17.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Eksperyment: Odsiadka (6) **21.00** Kobra – oddział specjalny 23 (13) **22.00** Pod pokładem 11 (15) **23.00** Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (6) **0.00** Magia nagości. Szwecja (3) **1.00** Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski (2)

METRO

8.30 Szpital (770, 771) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (339, 340) **12.30** Szkoła (710) – paradok. **13.30** Brzydula (15, 16) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (7) **15.45** The Floor (9, 10) **17.00** Fani czterech kółek 17 (8) **18.00** Prawo Agaty 6 (9) **19.00** Kartoteka (7) – fab.-dok., Pol. **20.00** Gang Story – dram. krym., Fr./Bel. 2011 **22.05** Oszukać przeznaczenie 3 – horror, USA/Niem. 2006 **0.00** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (8) **1.05** Formuła E: ePrix Chin – podsumowanie **2.00** Szkoła (514, 515) – paradok.

ALE KINO +

7.35 Długi weekend – obycz., Pol. 2004 **9.15** Wolna krowa **10.00** Van der Valk 3 (2) – krym. **11.55** Vera 4 (2) – serial krym. **13.50** Terapia dla par – komedio-dramat, Hiszpania 2023 **15.50** Włamanie na śniadanie – komedia krym., USA 2001 **18.15** Vera 4 (3) – serial krym. **20.10** Largo Winch 3: Cena pieniądza – przyg., Fr./Bel. 2024 **22.20** Oddział dla zuchwałych (3, 4) – serial wojenny **0.50** Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012 **2.40** Minuta ciszy (4) **3.35** Na pastwę lasu – dramat obycz., Pol. 2024 **5.00** Kot **5.10** Klangor (4) – krym.

TV TRWAM DVB T2

16.40 Za Kościół i zbawienie świata **17.30** Łączy nas historia – cykl reportaży **17.55** Poczet wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu – publ. **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia – pr. publicyst. **22.00** My chcemy Boga!

ANTENA HD DVB T2

9.40 Co Polak potrafi na drodze? (6) – rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 3 (6) – krym. **11.55** Klątwa Wyspy Dębów 6 (16, 17) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 2 (1, 2) – dok. **15.50** Wojny kontenerowe (9, 10) – dok. **16.50** 77 TV 5 (20, 22) **18.55** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (1) **20.00** Morderstwa we Francji – Porquerolles – krym., Fr. 2022 **21.55** Morderstwa we Francji – Le Mans – krym., Fr. 2023 **0.00** Oficer i morderca – dram. krym., Kan. 2012 **1.50** Raport 77 (4) – cykl reportaży

TVS

5.30 Pasmo ciekawostek **6.00** Telesprzedaż **10.05** Dzisiaj w regionie – inf. **10.15** Pogoda – mag. **10.20** Ekowizja **10.50** Wochenblatt TV **11.10** Dzisiaj w regionie – inf. **11.15** Pogoda **11.25** Muzyczne dzień dobry – pr. muz. **12.55** Klachy i Lachy **14.35** Spotkanie z balladą **15.50** Muzyczne podróże **16.55** Muzyczne podróże Karoliny Treli **18.00** Koncert życzeń **19.05** Koncert w TVS – program muz. **22.55** Szlagierowa lista – pr. muz. **0.55** Program kulinarny **3.00** Pasmo ciekawostek – pr. popularnonaukowy

WP DVB T

11.00 Porzucone budowle 9 (8) **12.00** Wariaci za kierownicą 5 (4) **13.00** Makłowicz w podróży **14.05** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (14, 15, 9) – dok. **16.55** Pogoda (54) – pr. inf. **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 3 (3) – krym., Fr. 2019 **19.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (7, 11) – dok., Pol. **21.00** Policjanci w akcji (6) – obycz. **21.50** Pogoda (54) – inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 13 (4) **23.00** Mistrzowie Kabaretu 15 (2) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 2 (3) – rozr. **1.00** Mistrzowie Kabaretu 7 (5)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

14.00 Weselne przeboje **15.00** Disco Weekend z Blondi (127) **16.00** Hit za hitem – muz. **17.00** Disco Weekend z Blondi (112) – pr. muz. **18.00** Hit za hitem **20.00** Roztańczony PGE Narodowy (1-3) – koncert

VIASAT EPIC DRAMA

7.30 Lekarze na start (15, 16) – obycz. **9.00** Poirot 3 (1, 2) **11.20** Zatraceni w miłości (17, 18) – telen. **13.25** Agenci NCIS 17 (15, 16) – serial krym. **15.15** Lekarze na start (17, 18) – obycz. **16.50** Poirot 3 (3, 4) – krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (19, 20) – telen. **21.00** Królowa węży (7) **22.00** Sprawy pana Booka (1) **23.10** Projekt Błękitna Księga (5) **0.05** Zatraceni w miłości (19, 20) **1.55** Królowa węży (7) **2.45** Sprawy pana Booka (1) **3.35** Projekt Błękitna Księga (5) **4.20** Zatraceni w miłości (19, 20)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (4) – serial dok.
6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (1) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (5) – serial dok.
7.45 Wskrzeszenie – etiuda filmowa, 2022
8.05 Diabeł – film krótkometrażowy, 2022
8.35 Chłopi (1/2, 2-ost.) – film obyczajowy, 1973, reż. Jan Rybkowski, 235 min
12.30 Czarne Stopy – przygg., 1986, reż. Waldemar Podgórski, wyk. Cezary Pazura, 135 min
14.45 Mała wielka miłość – komedia romantyczna, 2008, reż. Łukasz Karwowski, 145 min
17.10 Pogranicze w ogniu (23, 24) – serial sens.

TVP SERIALE

5.30 Rodzinka.pl (93, 94) – serial komediowy, Pol.
6.35 Na sygnale (476, 477) – serial fabularno-dokum.
7.40 Ojciec Mateusz 2 (26) – serial kryminalny, Pol.
8.35 Komisarz Alex 2 (15)
9.35 Rodzinka.pl (95) – kom.
10.10 Klan (1442, 1443)
11.00 Ranczo 8 (93, 94)
12.45 Komisarz Alex 2 (16)
13.40 Ojciec Mateusz 29 (377, 378) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 2 (17) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (478, 479) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (95, 96) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 29 (379) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (27) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.20 Balthazar 5 (5, 6) – serial kryminalny, Fr.
8.30 Na granicy: Bóg bankructwa – film kryminalny, Niemcy 2023, reż. Felix Karolus, wyk. André Kaczmarczyk, 120 min
10.30 Chicago P.D. 11 (4, 5) – serial kryminalny, USA
12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (19, 20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
14.10 Blanca 2 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.20 Na granicy: Herman – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Dror Zahavi, wyk. Lucas Gregorowicz, Gisa Flake, 115 min
18.15 Chicago P.D. 11 (6, 7) – serial kryminalny, USA

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (768) – paradok.
6.00 Filmowe duety (3)
6.30 Alfabet filmowy (14)
6.45 Zakochani po uszy (73, 74) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (45-48) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (4) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (83) – serial obycz., Pol. 2026
11.55 Miłość czy pomyłka? (19, 20) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (3) – serial obycz., Pol. 2013
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Motywy filmowe (4) – magazyn filmowy
16.20 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 160 min
19.00 Szpital św. Anny (62) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

6.00 Na dobre i na złe (977) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 5 (62) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (197, 198) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 19 (240, 241) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1050) – teleturniej
11.20 Na sygnale (629, 630) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 5 (65) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (29) – serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 5 (57, 58) – serial obycz., Pol. 2011
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (307) – krym., Pol. 2020
19.20 Ranczo 6 (67) – obycz.

STOPKLATKA DVB-T2

6.00 Kabaretowe hity (3) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (7) – rozr.
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
9.00 Robert Makłowicz (146, 120) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (12, 13) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (1, 8) – serial dokum., Kanada
16.00 MacGyver 3 (18, 19) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada 2 (35) – reality show, Kanada 2014
18.35 Wojny magazynowe: Kanada (36) – reality show, Kanada 2014
19.10 Aukcja w ciemno (20, 21) – serial dok., USA

DRAMAT

20.00 Zabawa zabawa – 2018, reż. Kinga Dębska
Trzy kobiety zmagają się z uzależnieniem od alkoholu. Wśród nich jest odnosząca sukcesy prokuratorka Dorota (Agata Kulesza, zdj.). 110 min
21.50 Jezioro Słone – komedia obycz., Pol./Szwecja 2021, 125 min
23.55 Ciało – komedia, 2003, 130 min ●
2.05 Jak pies z kotem – komediodramat, 2018, 150 min ●

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (97, 98) – Polska 2014
Mieszkańcy dworku oczekują na wieści z wystawy prac Kusego w Nowym Jorku. Zdenerwowanego mężczyznę uspokaja Babka. 115 min
23.25 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – serial krym.
1.15 Oficerowie (4, 5) – sens.
3.05 Wojna zastępcza (3) – szpiegowski, Pol. 2025
3.50 Klan (1442) – telen., Pol.
4.20 Pan Mama (15, 16) – serial komediowy, Pol.

SENSACYJNY

20.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (1, 2)
Thomas Magnum i Juliet Higgins pomagają kobiecie, która uważa, że wypadek samochodowy jej męża nie był tylko przypadkiem. 115 min
22.00 Podróżnik (2) – krym.
0.00 Ósma strona – dramat polityczny, Wielka Brytania 2011, 120 min
2.00 Na granicy: Herman – film kryminalny, Niemcy 2021, 125 min
4.05 Blanca 2 (1, 2) – krym.

DRAMAT

20.00 Cast Away: Poza światem – USA 2000
Ocalały z katastrofy samolotu Chuck Noland (Tom Hanks, zdj.) przez cztery lata walczy o przetrwanie na bezludnej wyspie. 185 min
23.05 Inwazja – thriller s.f., USA/Australia 2007, 125 min
1.10 Plan B – komediodram., Polska 2018, 105 min
2.55 Dziewczyny z Hollywood (6) – rozr.
3.05 Szkoła (740) – paradok.

KOMEDIOWY

20.10 Rodzinka.pl (275, 276)
Boska uważa, że za mało czasu spędza z wnuczką. Młoda mama przyznaje się Natalii, że wzięli ślub z Tomkiem. 75 min
21.25 Ojciec Mateusz 34 (435) – krym., Pol. 2025
22.20 Miłość, ślub i inne nieszczęścia – komedia romantyczna, USA 2020, reż. Dennis Dugan, wyk. Maggie Grace, 110 min
0.10 Kruk 3. Jak tu ciemno (4-6) – serial kryminalny

KOMEDIA

20.00 Kingsajz – Polska 1987, reż. Juliusz Machulski
Krasnoludek Adaś zostaje uwięziony przez tyrana Kilkujadka. Na pomoc wyrusza jego przyjaciel, Olo (Jacek Chmielnik, zdj.). 145 min
22.25 Szczęki – thriller, USA 1975, 150 min
0.55 Joanna – dram. psychol., Pol. 2010, 160 min
3.35 Paragon, gola! – film przyg., Pol. 1969, 130 min
5.45 Kabaretowe hity (1) – program rozrywkowy

CANAL+ PREMIUM

12.20 LARP. Miłość, trolle i inne questy – komedia, Polska 2025 **13.50** Cat's Eyes (5) – serial przyg., Fr. **14.40** Charlie Chaplin: duch włóczęgi **16.10** Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009 **18.05** Łapu capu **18.10** Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012 **20.00** Czarownice Mayfair 2 (4) – fantasy **20.45** Premierowa jazda – mag. **21.00** Premiera: Rok za rokiem (3) **22.00** Wrogowie publiczni – film gangsterski, USA 2009 **0.15** Kraina mroku – horror, USA 2025

CANAL+ FILM

8.00 Mikołaj i ekipa – anim., Hiszpania/Kan. 2024 **9.30** Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025 **11.15** Łapu capu **11.20** Zgred – dramat obyczajowy, Polska 2025 **12.45** Riefenstahl **14.40** Ida – dramat obycz., Polska/Dania/Fr. 2013 **16.00** Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010 **18.00** Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002 **19.55** Łapu capu **20.00** Ukryty motyw – thriller, Dania/Szwecja/Francja 2024 **21.35** Strefa – thriller s.f., USA 2024, reż. George Nolfi **23.05** Dziki – dram. przyg., Pol. 2025

FILMBOX+ ONE

6.00 Celnicy 2 (4) **6.35** Panna Marple: Tajemnica rezydencji Chimneys – krym., Wlk. Bryt./USA 2010 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (10, 11) **11.00** Panna Scarlet i komisarz (1, 2) – krym. **13.10** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13) – krym. **17.50** Panna Scarlet i komisarz (3, 4) **20.00** Zabójca – film sens., USA 2007 **22.10** Bodyguard Zawodowiec – komedia sensacyjna, USA/Hongkong/Bułgaria 2017 **0.40** G.I. Jane – dramat obycz., USA/Wlk. Bryt. 1997 **3.30** Daybreakers. Świt – horror s.f., Australia/USA 2009

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (19, 20) – kom. **7.00** Dwóch i pół 3 (23, 24) **7.55** Dwóch i pół 4 (1, 2) **8.55** Przyjaciele 5 (8-13) **11.55** Teoria wielkiego podrywu 4 (23, 24) – kom. **12.50** Teoria wielkiego podrywu 5 (1-4) **14.30** Dwóch i pół 4 (3-6) **16.30** Przyjaciele 5 (14-19) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 5 (5-10) – kom. **22.00** The Office PL (5, 6) **23.05** Comedy Club 4 (3, 4) **0.05** Miasteczko South Park (7, 8) **1.00** Pracoholicy 2 (5, 6) **2.00** Śmieszniej nie będzie 5 (19, 20) **3.00** Miasteczko South Park (4-6) **4.30** Comedy Club 6 (7-9) – pr. rozr.

HBO

9.55 Noc w zoo – anim., Kanada/Bel./Fr. 2024 **11.25** Na planie 23 (26) – magazyn filmowy **11.55** Miami Vice – sens., USA/Niemcy/Paragwaj 2006 **14.05** Nowy początek – film s.f., USA 2016, reż. Denis Villeneuve **16.00** Przepiękne! – komediodramat, Polska 2025 **18.00** Premiera: Agentka – komedia, USA 2015, reż. Paul Feig **20.00** Premiera: Złoto – film sensacyjny, Australia 2022 **21.35** Lighthouse – horror psychologiczny, USA/Kan. 2019 **23.20** Ostatni wiking – komediodramat, Dania/Szwecja 2025, reż. Anders Thomas Jensen

FX

7.09 Kości (13, 14) **9.00** Z archiwum X (13) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (21, 22) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (7, 8) – krym. **13.45** Agenci NCIS (24) **14.40** Premiera: Agenci NCIS 10 (1) **15.35** SkyMed (6) – obycz. **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24) **18.20** Z archiwum X (14) **19.15** FBI 4 (1) – krym. **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) **22.00** Premiera: Grey's Anatomy: Chirurdzy (15) **22.55** Szklana pułapka 2 – sens., USA 1990 **1.20** Z archiwum X (14) – s.f. **2.15** Zabójcze umysły 14 (3-5)

CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (5) **14.00** Wykrywacz historii 2 (5) **15.00** Co poszło nie tak 3 (3) **16.00** Supersamoloty bojowe (1) – dok. **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (14) – dok. **17.55** Porzucone konstrukcje 4 (19) – dok. **18.50** Wykrywacz historii 2 (4) – dok. **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (15) **20.50** Premiera: Koleją przez świat 3 (5) – dok. **22.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (6) – dok. **22.55** Supersamoloty bojowe (2) – dok.

BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (1) – serial krym. **9.45** Ojciec Brown 13 (5) **10.40** Śmierć pod palmami 14 (7) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 2 (4) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 2 (9, 10) – krym. **15.00** Ojciec Brown 6 (9) – krym. **16.00** Lewis 4 (1) **17.00** My Life is Murder 2 (3) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (1) **19.55** Śmierć pod palmami 14 (8) – krym. **21.00** Lynley (1, 2) **22.55** Śledztwa siostry Bonifacji 2 (9, 10) **0.55** Śmierć pod palmami 14 (8) – krym. **2.05** Morderstwa w Midsomer 20 (1) **3.50** My Life is Murder 2 (3)

ROMANCE TV

8.30 Stadnina w Piber (13) – familijny, Austria **9.30** Górski lekarz (127) **10.30** Rosamunde Pilcher: Śniadanie u Tessy – melodramat, Niemcy 2024 **12.25** Mama się zwalnia – komedia, Niem. 2021 **14.20** Inga Lindström: Śmiertelny wróg – film obycz., Niemcy 2024 **16.15** Statek Marzeń – Mauritius – film obycz., Niem. 2014 **18.05** Górski lekarz (128, 129) **20.00** Statek marzeń – Makau – obycz., Niemcy 2015 **21.55** Stracona szansa – komedia romant., USA 2024 **23.45** Górski lekarz (128, 129) – obycz.

FILMBOX+ HITS

8.05 Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016 **10.00** Jak kochać się z D – komedia, Wielka Brytania 2019 **11.45** Wypowiedzenie wojny – dramat obyczajowy, Fr. 2011 **13.35** Coco Chanel – dramat biograficzny, Francja 2009 **15.35** Iluzja – thriller, Fr./USA 2013 **17.40** Iluzja 2 – thriller, Francja/USA/Hongkong 2016 **20.00** Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026 **22.15** Autostrada złodziei – film sens., USA 2025 **23.55** Igrzyska śmierci – dram. s.f., USA 2012

TV 6 DVB-T2

8.55 Kobra – oddział specjalny (8, 9) – serial sens., Niemcy **11.00** 48h. Zaginieni (118-120) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1190) – obycz. **14.55** Uroczysko (25, 26) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (10, 11) – sens. **18.05** Strażnik Teksasu (16, 17) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (33, 34) – krym. **21.55** Kości (99, 100) – krym. **23.50** Krwawa rozgrywka – sens., Chiny/Hongkong 2017 **2.05** Krejzi patrol (15-19) – krym. **4.40** Kochane pieniądze (71) **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

10.20 Pingwiny z Madagaskaru 3 – anim. **10.50** Star Trek 5: Ostateczna granica – film s.f., USA 1989, reż. William Shatner **13.00** Czarodziejki 2 (17, 18) – fantasy, USA **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim. **15.30** Daredevil – film sensacyjny, USA/Szwajcaria 2003 **17.50** Wolny dzień Ferrisa Buellera – komedia, USA 1986 **20.00** Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sensacyjna, USA 1987 **22.10** Adrenalina 2: Pod napięciem – film sensacyjny, USA 2009 **23.55** Uśmiechnij się – horror, USA 2022

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – inf.

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii 16 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 3 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Rodzina 10+ 8 (10)
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (15) – reality show, USA
14.00 Cztery żony i mąż 12
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (8) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show, Polska 2016
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (9) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Będzie pięknie (3) – program rozrywkowy
7.45 Dzień Dobry TVN – magazyn
11.25 Ugotowani (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy
15.35 Babski biznes (3) – program rozrywkowy
16.35 Jestem z Polski 14 (16) – serial dokumentalny
17.40 Kuchenne rewolucje (1, 3, 4) – program rozrywkowy

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Mistrzowie logistyki (9) – serial dokumentalny
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dokumentalny
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Fani czterech kółek – serial dokumentalny
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 2 – serial dokumentalny
15.00 Złomowisko PL 5 (14) – serial dokumentalny
16.00 Gorączka złota 16 – serial dokumentalny
17.00 Nic do zgłoszenia (7) – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC

9.55 Miasta w liczbach (3)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (4) – serial dokumentalny
12.00 Odludna wyspa (15)
13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (2) – dok.
14.00 Tajemnice wojennych wraków (8) – serial dok.
15.00 Katastrofa w przestworzach (5)
16.00 Złapać przemytnika (2) – serial dokumentalny
16.55 Laos: Miejsce pełne tajemnic (1) – film dok., Nowa Zelandia 2023
17.55 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (7) – serial dokumentalny
19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3)
20.00 Katastrofa w przestworzach (10)

FOKUS TV

DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (626)
6.05 48h. Zaginieni (54)
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (626)
9.00 Starożytni kosmici (9)
10.00 Gwiazdy lombardu (15, 16) – reality show
12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (2) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (12, 13) – serial dokum.
14.00 II wojna światowa – jednostki specjalne (1, 2) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (11, 12) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (40, 41) – serial dokum.
20.00 Największe wynalazki starożytności (5) – dok.
21.00 Największe mity historii (3) – serial dok.

20

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Bez kitu
Przy jednym stole spotkają się przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów, aby prowadzić dyskusje dotyczące polityki. 60 min
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
23.40 Biznes – pr. publicyst.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.45 Bez kitu – pr. publicyst.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.
2.45 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

DOKUMENTALNY

20.00 Baylen – życie na głos 3 (3)
Tiki Baylen nasilają się podczas świątecznej sesji zdjęciowej z Colinem i ich psami. 60 min
21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu. Między sporami – reality show
23.00 Dr Pryszczylla 5 – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Baylen – życie na głos 3 (3)

DOKUMENTALNY

20.50 Bazary Europy (3)
Maria Konarowska (zdj.) odwiedza barceloński targ Los Encants. Na kilkuset stoiskach można nabyć m.in. designerskie przedmioty. 60 min
21.50 Jestem z Polski 16 (14) – serial dokumentalny
22.50 Jestem z Polski 14 (17)
23.45 Hotel Paradise 6 (13, 14) – reality show
1.45 Śluby marzeń (2) – rozr.
2.45 Co nas truje (4, 5)
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (2) – mag.

ROZRYWKA

18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (7)
Collinsowie rozpoczynają pracę w w fabryce tkanin. Do ich obowiązków należy farbowanie, pranie i rozwieszanie materiałów. 60 min
19.00 Nagi instynkt przetrwania 11 (6)
21.00 Specjalistki (5) – dok.
22.00 Bimbrownicy 14 – dok.
23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata
1.00 Hot rod wg Kindiga

DOKUMENTALNY

21.00 Wojna koreańska (2) – Francja 2019
Śmierć Stalina w 1953 r. przyniosła rozejm, ale podział trwa do dziś. Korea Północna cały czas się zbroi i próbuje obalić rząd w Seulu. 65 min
22.05 Kimowie: Rodzinna dyktatura (2) – film dokumentalny, USA 2021
23.05 Nazistowskie stworzenia – film dokumentalny, Fr. 2017
0.10 Wojna koreańska (1) – film dok., Francja 2019

DOKUMENTALNY

22.00 Apokalipsa: Upadek Hitlera (1, 2) – Fr. 2022
Ostatnie lata III Rzeszy, ukazując wydarzenia z perspektywy Hitlera – od przełomowej klęski pod Kurskiem aż po upadek Berlina. 120 min
0.00 Oto Ameryka XXL – głosy prowincji – film dokumentalny, Francja 2024
1.00 Rolnicy. Podlasie (8-11) – serial dokumentalny
5.00 Kołowrotek (10, 11) – magazyn wędkarski

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia – serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA

12.30 Comfort Food (27, 28) **13.25** M jak mięso 5 (5, 6) **14.25** ABC gotowania – kuchnia turecka (9) **14.50** Włoskie życie Sophie Grigson 2 (7, 8) **15.45** Z pola na stół (8, 9) **16.40** Jamie Oliver: gotuj sezonowo (6) **17.35** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5) – dok. **18.30** Maximum Foodie 4 (3) – dok. **18.55** M jak mięso 10 (5-7) **20.15** Premiera: Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (6) – dok. **21.10** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (2-4) **23.55** M jak mięso 10 (2, 3) – magazyn **0.45** Azjatycka kuchnia Evy Pau (6)

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą? – kom. **9.15** Amazonki – dok., Polska 2021 **9.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.35** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.35** Kolacja w ciemno **15.35** Drugie życie sukni ślubnej – pr. rozr. **16.05** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia **18.00** Nasz nowy dom **20.00** Randka w ciemno – pr. rozr. **21.00** Wstydliwe choroby: Pilot – dok. **22.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.05** Więzienie kobiet – serial dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok. **8.00** Gwiezdne bitwy – dok. **9.00** Jak działa wszechświat? **11.00** Mega maszyny Alaski – dok. **13.00** Zoom na architekturę **15.00** Jak działa wszechświat? – dok. **18.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 **20.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – serial dok. **21.00** Tajemnice starożytnych mumii – dok. **23.00** Kosmiczna mapa skarbów – dok. **1.00** Jak działa wszechświat? – serial dok. **4.00** Szyfry i spiski 2 (4) – dok. **5.00** Jak działa wszechświat? – serial dok.

TVP DOKUMENT

12.00 Korona Gór Polski – cykl dok. **12.35** Malediwy – sztuczny raj **13.40** Wyspy Kanaryjskie (4) **14.45** Kolory natury **15.40** Dobre wieści z planety Ziemia (6) **16.45** Machu Picchu – tajemnice miasta Inków – dok., Fr. 2024 **17.50** Sanatorium miłości 3 (6) **18.45** Król Karol III. Nowa Monarchia **20.05** Orlando – światowa stolica rozrywki – dok., Fr. 2022 **21.10** Krainy cudów natury (3) **22.15** Kto zabił Tupaca Shakurę? **23.25** Barbara Włodarczyk zaprasza – mag. **23.35** Rdzenni Amerykanie – odrodzenie **0.40** Sanatorium miłości 3 (5)

PLANETE+

10.20 Od 0 do 9. Wielka historia liczb (3) – serial dok., Fr. **11.30** Patagonia. Życie na krańcu świata (5) **12.35** Wielki powrót łososia **13.50** Krajobrazy świata (10) – dok. **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (5) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 7 (7) **16.55** 360° Świat bez granic (20) **17.55** Dokąd dzisiaj? 4 (45, 46) – dok., Fr. **18.45** 1942. Długi rok przełomu (5) **19.45** Kongo. Kraina zbrodni **20.50** W poszukiwaniu 9. planety **22.00** Wytwórz i wyślij (2) **23.10** Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu (2) **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (1)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.25** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Fakty o świecie **21.00** Kijek w kosmosie **21.40** 24 godziny – mag. inf. **22.50** Fakty o świecie **23.50** Tak jest **0.55** Fakty po Faktach **1.45** Tak jest

WYDARZENIA 24

DVB T2

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia, opinie, komentarze **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne

TVP 3

DVB T2

13.00 Agrobiznes **13.20** Agropogoda – inf. **13.30** Niebezpieczne związki **14.20** Felieton sportowy **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info Dzień **15.30** Program lokalny **19.30** Dlaczego krowa... – mag. **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Gość Regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów – inf. **22.30** Złoty chłopak (182) – obycz. **23.30** Kryminalna siódemka

HGTV

9.05 Remontujemy dom na plaży 5 (15) – pr. rozr. **10.05** Letnia chata na lata (4, 5) – pr. rozr. **11.55** Usterka 10 (7, 8) – fab.-dok. **13.00** Zbudujemy fajny dom 2 (5) **14.00** Zbudujemy fajny dom (7) **15.00** Mieszkanie na miarę 4 (3, 4) – pr. rozr. **17.00** Polowanie na ogród 7 (3, 4) – rozr. **18.15** Weekendowa metamorfoza 2 (5, 6) – rozr. **20.10** Będzie pięknie (7) – pr. rozr. **21.10** Zgłoś remont 4 (3) – program rozrywk. **22.10** House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (3-6) – pr. rozr. **0.15** Sprzątaczki 2 (10-12) – obycz.

TVP KOBIETA

DVB T2

12.30 Pięknie przyprawiONA 2 (3) – mag. **12.45** Przepis dnia (46) **13.00** Daję słowo – Maciej Orłoś (4) **14.00** Omnibus – szybcy i mądrzy (12) – telet. **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (12) **15.00** Po prostu na wieś (4) **15.30** Ojciec Mateusz 33 (429, 430) **17.25** Wyspy Kanaryjskie (5) – dok. **18.30** 63. KFPP w Opolu – Premiery **19.30** Miłość i nadzieja (286) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (267) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (261) **22.30** Szansa na miłość – obycz., USA 2023

BBC EARTH

11.15 Skarby przeszłości i ich tajemnice 4 (2) – dok., Wlk. Bryt. **12.20** Malownicze trasy kolejowe (4) **13.20** Mroźna planeta (3) **14.25** W okowach mrozu 2 (19) **15.25** Życie na pustkowiu: powroty 3 (6) – dok., Wlk. Bryt. **16.25** Wielkie koty 24/7 2 (6) **17.40** Azja (6) **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (3) – dok. **19.50** Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – dok. **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 3 (7) – dok. **21.55** W okowach mrozu 2 (20) – dok. **22.55** Burze widziane z góry **23.55** Zabójcza pogoda 5 (3) **1.00** Azja (6)

HISTORY

13.05 Starożytni kosmici 14 (20) – dok. **14.00** Tajemnice skryte w mroku (3) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (8) **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (51) **16.15** Jak to wyjaśnić? 5 (16) – dok. **17.10** II wojna światowa: Walka o Europę (5) – dok. **18.10** Największe tajemnice świata 5 (12) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 16 (13) – serial dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (16) – serial dok. **21.00** Starożytni kosmici 17 (2) **22.00** Premiera: W poszukiwaniu potwora 5 (6) **23.00** Tom Hanks: II wojna światowa (9, 10) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce. DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
12.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – eliminacje
14.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – eliminacje
16.45 Siatkówka mężczyzn:
LIVE Liga Narodów – mecz: Iran – Japonia
Japonia świetnie rozpoczęła zmagania w tegorocznej edycji LN, notując cztery zwycięstwa. Z Iranem Japończycy mierzyli się w 2024 roku, wówczas wygrali 3:0. 180 min

EUROSPORT 1

7.45 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – zjazd mężczyzn
8.30 Kolarstwo: Giro d'Italia U23 – podsumowanie
9.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
12.00 Snooker: Turniej World Open – mecz finałowy: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
14.00 Cycling Show – mag.
14.30 Cycling Show – mag.
15.00 Kolarstwo górskie: PŚ w Lenzerheide – cross-country kobiet
16.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn
17.30 Kolarstwo: Giro d'Italia U23 – podsumowanie
18.30 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans

TVP SPORT

3.30 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy D: Paragwaj – Australia
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Ekwador – Niemcy
9.00 Mundialowy poranek (15) – magazyn piłkarski
10.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Japonia – Szwecja
12.45 Strongman: Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026
13.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Paragwaj – Australia
16.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Turcja – USA
18.30 Dzień na mundialu (15) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Raków Częstochowa
8.20 Speedway+ – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Villarreal CF – Real Madryt CF
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia – RCD Espanyol
13.30 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – dok., Polska 2024
14.45 Premier League Review – mag. piłkarski
15.45 Premier League: The Big Interview (16) – magazyn piłkarski
16.15 Premier League Stories (46) – mag.
16.55 Speedway+ – mag.
17.30 Żużel: PGE Ekstraliga:
LIVE KS Toruń – Włókniarz

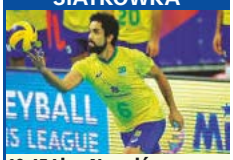
ELEVEN SPORTS 1

6.00 LaLiga Best 11 – mag.
7.45 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok.
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: VfB Stuttgart – FC Bayern Monachium
9.50 Formuła 3: Grand
LIVE Prix Austrii – sesja treningowa
11.00 Formuła 2: Grand
LIVE Prix Austrii – sesja treningowa
12.15 F2: Chasing the Dream – mag.
12.35 GP Confidential – mag.
13.10 Formuła 1: GP Austrii
LIVE – 1. sesja treningowa
14.55 Formuła 3: GP Austrii
LIVE – sesja kwalifikacyjna
15.50 Formuła 2: GP Austrii
LIVE – sesja kwalifikacyjna
16.40 Formuła 1: GP Austrii
LIVE – 2. sesja treningowa

TVP ABC

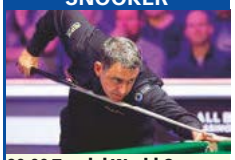
7.05 Przyjaciele Misia i Margolci (37)
7.30 Bazgrolinka – anim.
7.40 Tyciaki – serial anim.
8.10 44 Koty 2 – serial anim.
8.30 Odo – serial animowany
9.00 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
9.30 Domisie
10.00 Ugotuj nam bajkę
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Dziwne przygody Koziołka Matołka
11.05 Małe i duże przygody Miffy – serial anim.
11.20 Świnka Peppa – anim.
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Strażak Sam – anim.
12.25 Domisie
12.50 Halo, halo! (80) – eduk.
12.55 Zaczarowany świat... (25) – cykl reportaży, Pol.
13.20 Pszczółka Maja – anim.

SIATKÓWKA



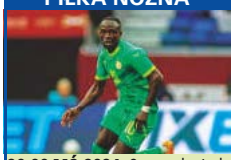
19.45 Liga Narodów – mecz:
LIVE Brazylia – Włochy
Canarinhos już pięć lat czekają na drugie złoto LN. Rok temu ich marzenia zostały przekreślone w półfinale przez Polaków. 135 min
22.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Turcja
Biało-Czerwoni wygrali trzy ostatnie mecze z ekipą znad Bosforu bez straty seta. 180 min
1.00 Boks

SNOOKER



20.00 Turniej World Open: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
Pojedynek wyłoni snookerzystę, który zostanie triumfatorem szesnastego rankingowego turnieju w sezonie 2025/26. 120 min
22.00 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – cross-country kobiet
23.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn

PIŁKA NOŻNA



20.00 MŚ 2026: Senegal – Irak
LIVE Sadio Mané (zdj.) strzelił najwięcej goli dla Lwów Terangi w kwalifikacjach. Czy zdobędzie też bramkę w spotkaniu z Irakiem? 215 min
23.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Norwegia – Francja
1.35 Piłka nożna:
LIVE MŚ 2026 – studio
1.50 Piłka nożna: MŚ 2026:
LIVE Republika Zielonego Przylądka – Arabia Saudyjska

ŻUŻEL

20.00 PGE Ekstraliga – mecz:
LIVE Betard Sparta Wrocław – GKM Grudziądz
Pierwsze spotkanie tych zespołów 48:42 wygrali żużlowcy z Grudziądza. Spartanie liczą na rewanż przed własną publicznością. 180 min
23.00 Sporty walki: Sporty walki: ONE Friday Fights 160
2.15 Ligomistrzowe historie (1) – mag.
3.00 Sporty walki: ONE
LIVE Fight Night 44

FORMUŁA 1

18.30 Grand Prix Austrii – 1. sesja treningowa
Kierowcy, wśród nich broniący tytułu mistrza świata Lando Norris (zdj.), szlifują formę przed wyścigiem na Red Bull Ringu. 90 min
20.00 Formuła 1: GP Austrii – 2. sesja treningowa
21.20 Formuła 2: GP Austrii – sesja kwalifikacyjna
22.20 Formuła 3: GP Austrii – sesja kwalifikacyjna
23.20 Bundesliga Special (22, 20) – mag. piłkarski

ANIMOWANY

13.50 Lupin wśród bajek Lupin odgrywa rolę odważnego rycerza, który musi zdobyć kurę znoszącą złote jajka. 15 min
14.05 Lassie i przyjaciele
14.30 Świnka Peppa 8
14.45 Kid Lucky – serial anim.
15.15 Al-chemik (41)
15.35 Bella i Sebastian
16.05 Krecio – serial anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Dino Ranczo – anim.
17.30 Piotruś Królik – anim.
18.00 Kucharz Shane
18.25 Leo da Vinci 2 (77, 78)

POLSAT SPORT 2

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów: Iran – USA **8.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów: Francja – Kuba **11.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów: Ukraina – Włochy **13.00** Siatkówka mężczyzn: LN **15.00** Tenis: Turniej ATP na Majorce – półfinał **17.00** Tenis: Turniej ATP na Majorce – półfinał gry pojedynczej **18.00** Lekkoatletyka: World Athletics Continental Tour Gold – Zagrzeb 2026 **20.15** Siatkówka mężczyzn: LN: Serbia – Kuba **23.00** Siatkówka mężczyzn: LN: Iran – Japonia **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

12.30 Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w Lenzerheide – zjazd kobiet **13.15** Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – zjazd mężczyzn **14.00** FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans **16.30** Snooker: Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh **18.30** Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country kobiet **19.30** Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn **21.00** Golf: Travelers Championship – 2. runda **0.00** Kolarstwo: Tour de Suisse – 5. etap

TVN TURBO

10.15 Złomowisko PL 9 (10, 11) **12.15** Naprawy nie do naprawy – mag. **13.00** Zawodowi handlarze (5, 6) – rozr. **14.30** Wojny samochodowe (16, 1) **16.30** Jeździć, obserwować (3, 4) – dok. **18.00** Raport Turbo – mag. inf. **18.15** Jeździć, obserwować (1, 6) – dok., Pol. **19.45** Moto kombat (5) – mag. **20.30** Mobilni mechanicy (2) – mag. **21.15** Duda kontra Szafrański (9) – pr. rozrywk. **22.00** Raport Turbo – mag. inf. **22.15** Z drugiej ręki (9) – mag. **23.00** Zawodowi handlarze (10) **23.45** Moto Fachury (5) **0.30** Wojny samochodowe (15, 16)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Liga+ Extra – mag. piłkarski **8.00** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: INNPRO ROW Rybnik – Orzeł **10.45** Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski **11.25** Speedway+ – mag. **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **17.30** Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – Włókniarz **20.00** Dart: US Darts Masters 2026 **22.00** Boks: BKFC Fight Night: Nashville – waga lekka: Tony Soto – Juan Carlos DeLeon **23.15** Ligomistrzowe historie (3, 1) – mag. piłkarski **1.00** Dart: US Darts Masters 2026

ELEVEN SPORTS 2

10.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Stade Rennais FC **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Heidenheim – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Genoa – Inter **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Mainz **18.00** Serie A **19.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – Como **21.00** Piłka nożna: Liga hiszpańska: Barcelona – Real Madryt **23.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Le Havre AC

NICK JR.

14.35 Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (5) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 7 – anim. **15.55** Świnka Peppa – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa **16.15** Świnka Peppa 8 **16.40** Psi Patrol 6 **17.00** Rubble i jego ekipa 4 – anim. **17.30** Pan Krokodyl – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.00** Świnka Peppa 4 – anim. **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly – anim. **21.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim.

POLSAT SPORT 3

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **11.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **13.30** Tenis: Turniej ATP w Eastbourne – mecz półfinałowy gry pojedynczej **15.30** Tenis: Turniej ATP w Eastbourne – mecz półfinałowy gry pojedynczej **16.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów: Chiny – Argentyna **20.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Belgia – Niemcy **23.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (4, 5) – dok. **14.10** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 – dok. **15.05** Tajemnice polskich morderstw (2) – dok. **16.00** Ferie, impreza, morderstwo 2 (6) **17.00** Morderstwo czy wypadek? 3 (20) **18.00** Cała prawda o zbrodni 2 (3, 4) **19.00** Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (4) – dok. **20.00** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (10) – dok. **21.00** Dowody zbrodni 4 (17) – serial dok. **22.00** Seryjni mordercy: Joel Rifkin (1) **23.55** Szokujące morderstwa: Atlanta (8) – dok.

POLSAT PLAY

6.00 Dorwać tuńczyka (7-9) – dok., USA **9.10** Wojny magazynowe 15 (329, 330) – reality show **10.05** Wojny kontenerowe (7, 8) – serial dokum., USA **11.05** Hardkorowy lombard (153-158) – dok. **14.05** Polacy za granicą (133, 134) – dok. **16.00** Złomiarze (17, 18) – serial dok. **18.05** Poszukiwacze historii (247-250) – serial dokum. **20.05** Chłopaki do wzięcia (487-490) – serial dok. **22.00** Zawód glina (12) – dok. **23.05** Łowca pedofilów (151-158, 160, 161) – dok., Pol. **4.05** Starożytni kosmici (49, 50) – dok.

DTX

9.10 Militaria na warsztat (2, 3) **11.10** Dwa oblicza survivalu 3 – serial dok. **13.10** Autostrada na Zachód 5 (14, 15) – dok. **15.10** Fani czterech kółek: w trasie – dok. **17.10** Absurdy drogowe 8 (3, 4) – rozr. **18.10** Premiera: Dwa oblicza survivalu: Meksyk – dok. **19.10** Fani czterech kółek – serial dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey (1) **21.10** Będzie pan zadowolony 2 (1, 2) – rozr. **22.10** Uliczne wyścigi nocą **23.10** Militaria na warsztat (15) – dok. **0.10** Kroniki policyjne: Szwecja **2.10** Megatransporty 2 (1)

ELEVEN SPORTS 3

10.00 Werder Double **10.55** Ronaldo **11.25** Birds of paradise **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Juventus **14.00** Piłka nożna: Liga hiszpańska: RCD Espanyol – Real Madryt **16.00** Made in Italy (7, 5, 6, 4) – mag. **17.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Torino – AC Milan **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – Borussia M'gladbach **22.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Lille – Olympique Marsylia **0.00** Serie A – mag. **1.00** Bundesliga Special (12) – mag. piłkarski

MINIMINI+

7.33 Kicia Kocia 2 – anim. **8.30** Cloudy & Stormy **9.05** Bing 2 **9.48** Bing **10.00** Baranek Shaun **11.25** Baczne oczka 2 **11.55** Marta mówi **12.50** Moje urodziny **12.59** Marta mówi **13.55** Moje urodziny **14.00** Basia **15.10** Kicia Kocia 2 – anim. **15.55** Blaze i megamaszyny **17.20** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny – dla dzieci **17.57** Staś i fajna Babcia – anim. **18.15** Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia **18.40** Dora i przyjaciele **19.35** Kicia Kocia 2 **20.25** Mały Charlie – serial anim.

FILMOWE HITY DNIA

22.15 TVN 7

Kryptonim U.N.C.L.E.

KOMEDIA SENSACYJNA Agenci rywalizujących mocarstw łączą siły, aby powstrzymać wroga.

Początek lat 60., czas zimnej wojny. Doświadczony wysłannik CIA Napoleon Solo (Henry Cavill, zdj.) zostaje zmuszony do współpracy ze służącym w KGB Illją Kuriakinem (Armie Hammer, zdj.). Wraz z Gaby (Alicia Vikander), córką zaginionego niemieckiego profesora Udo Tellera (Christian Berkel), muszą udaremnić atak na globalną skalę. Ludzkości zagraża organizacja przestępcza, która zamierza zdobyć dostęp do broni jądrowej i z jej pomocą zburzyć funkcjonujący na świecie ład.

INFO: USA/Wlk. Bryt. 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer **145 min do godz. 0.40**

20.00 TVN

Poznaj mojego tatę

KOMEDIA Greg (Ben Stiller, zdj.) pragnie oświadczyć się Pam (Teri Polo). Jej ojciec (Robert De Niro, zdj.) na każdym kroku próbuje mu udowodnić, że nie jest odpowiednim kandydatem na męża. **140 min**

USA 2000, reż. Jay Roach, wyk. Robert De Niro, Ben Stiller, Teri Polo, Blythe Danner

20.00 TVN 7

Godziny szczytu

KOMEDIA SENSACYJNA Do Los Angeles przybywa policjant z Hongkongu, Lee (Jackie Chan, zdj.). Ma ocalić porwaną córkę chińskiego konsula. Pomaga mu miejscowy funkcjonariusz (Chris Tucker, zdj.). **135 min**

USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, Tom Wilkinson

20.00 TVP KULTURA

Księga ocalenia

DRAMAT SENSACYJNY Wędrowiec Eli (Denzel Washington, zdj.) trafia do zbudowanego na zgliszczach miasta. Rządzi nim Carnegie (Gary Oldman). Pragnie on zdobyć księgę, którą posiada przybysz. **125 min**

USA 2010, reż. Albert Hughes, Allen Hughes, wyk. Denzel Washington, Gary Oldman

20.00 TV PULS

Uprowadzona 2

SENSACYJNY Emerytowany agent amerykańskiego wywiadu, Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.), wyjeżdża na wakacje do Stambułu. Staje do nierównej walki z bandytami, którzy zagrażają jego rodzinie. **115 min**

Francja/USA/Wlk. Bryt. 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Famke Janssen

20.00 KINO POLSKA

Legiony

HISTORYCZNY I wojna światowa. Józek (Sebastian Fabijański), dezerter z carskiego wojska, trafia do sztabu Legionów Polskich Piłsudskiego. Zakochuje się w agentce wywiadu (Wiktoria Wolańska, zdj.). **175 min**

Polska 2019, reż. Dariusz Gajewski, wyk. Sebastian Fabijański, Wiktoria Wolańska

20.25 TVP 1

Pelé: Narodziny legendy

DRAMAT BIOGRAFICZNY Rok 1940. Wychowujący się w slumsach Pelé pasjonuje się piłką nożną. Jako siedemnastoletni chłopak (Kevin de Paula, zdj.) debiutuje w meczu reprezentacji Brazylii. **115 min**

USA 2016, reż. Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist, wyk. Kevin de Paula, Seu Jorge

20.45 PULS 2

Wszystko zostanie w rodzinie

KOMEDIA Franck (Philippe Lacheau, zdj.) chce oświadczyć się Sonii (Alice David, zdj.) na wakacjach w Brazylii. Miłosne plany niweczą nieokrzesani przyjaciele chłopaka. **100 min**

Francja 2015, reż. Nicolas Benamou, Philippe Lacheau, wyk. Alice David, Christian Clavier

22.20 TVN

Był sobie chłopiec

KOMEDIODRAMAT Zatwardziały kawaler Will (Hugh Grant, zdj.) zaprzyjaźnia się z 12-letnim Marcusem (Nicholas Hoult). Chłopiec planuje wyswatać go ze swoją samotną matką, Fioną (Toni Collette). **130 min**

Niemcy/USA/Wlk. Bryt. 2002, reż. Chris Weitz, Paul Weitz, wyk. Hugh Grant, Toni Collette

22.30 STOPKLATKA

Ostatni bastion

SENSACYJNY Generał Irwin (Robert Redford, zdj.) zostaje umieszczony w więzieniu o zaostrzonym rygorze. Jego konflikt z zarządzającym zakładem Winterem (James Gandolfini, zdj.) zapoczątkowuje bunt. **150 min**

USA 2001, reż. Rod Lurie, wyk. Robert Redford, James Gandolfini, Mark Ruffalo, Steve Burton

22.30 TVP KOBIETA

Wykapany ojciec

KOMEDIA 42-letni David (Vince Vaughn, zdj.) odkrywa, że za sprawą nasienia, które sprzedawał do banku spermy, jest ojcem ponad 500 dzieci. Część z nich zamierza poznać jego tożsamość. **115 min**

USA 2013, reż. Ken Scott, wyk. Vince Vaughn, Chris Pratt, Cobie Smulders, Simon Delaney

22.55 POLSAT

Bez litości 2

THRILLER Emerytowany agent CIA Robert McCall (Denzel Washington, zdj.) dowiaduje się, że jego przyjaciółka i zawodowa partnerka Susan (Melissa Leo) została zamordowana. Postanawia ją pomścić. **160 min**

USA 2018, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Pedro Pascal, Bill Pullman

23.05 TVP 2

Wielkie wesele

KOMEDIA Rozwiedzeni Ellie (Diane Keaton, zdj.) i Don (Robert De Niro, zdj.), na prośbę adoptowanego syna (Ben Barnes), na jego ślubie mają udawać zgodne małżeństwo. Mistyfikacja ich przerasta. **100 min**

USA 2013, reż. Justin Zackham, wyk. Robert De Niro, Diane Keaton, Katherine Heigl

TVP 1 (DVB-T2)

7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.40 Rok w ogrodzie (1171) – magazyn
8.05 Rok w ogrodzie extra (444) – mag.
8.20 Pełnosprawni (658) – mag.
8.45 Ranczo 6 (67) – serial obycz., Pol. 2012
9.40 Komisarz Alex 6 (75) – serial krym.
10.35 Ojciec Mateusz 14 (184) – krym., Pol.
11.30 Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego (4) – serial dokum., Hiszpania 2026
12.35 Gwiazdy w południe: Rzymskie wakacje – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, 130 min (FILM)
14.45 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
15.20 Rozmowy na medal (3) – mag.
16.00 Dziedzictwo (961) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Rolnik szuka żony 12 (4) – telen. dok.
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.05 Sport, pogoda
20.25 Pelé: Narodziny legendy – dramat biograficzny, USA 2016 (FILM)
Opowieść o niełatwych początkach drogi na piłkarski szczyt legendarnego brazylijskiego zawodnika. Autorem zdjęć jest nominowany do Oscara Matthew Libatique („Requiem dla snu", „Czarny łabędź"). 115 min
22.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz grupy L: Chorwacja – Ghana
1.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz grupy K: Kolumbia – Portugalia
3.55 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank – skrót koncertu, Polska 2026
4.45 Sprawdzamy – magazyn

TVP 2 (DVB-T2)

4.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
4.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz grupy G: Nowa Zelandia – Belgia
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Górna półka smaku (1) – magazyn kulinarny
11.55 Zmiennicy (4) – serial komediowy, Pol.
13.05 Panna młoda (131) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1873) – teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2026 (8) – widowisko, Polska 2025
16.20 Na dobre i na złe (985) – serial obycz.
17.20 Panna młoda (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1000) – teleturniej
18.45 Wyższa Szkoła Jazdy (4) – magazyn motoryzacyjny
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (297) – serial kom., Polska
20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską – Polska 2026
Kolejnym przystankiem na wakacyjnej trasie koncertowej jest Radom. Zaśpiewają m.in. Varius Manx & Kasia Stankiewicz (zdj.), Natalia Kukulska oraz Viki Gabor. Nie zabraknie także dodatkowych atrakcji. 130 min
22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (3) – talk-show
23.05 Wielkie wesele – komedia romantyczna, USA 2013, 100 min (FILM)
0.45 Żona do podziału – komedia, Francja/Belgia 2015, 90 min (FILM)
2.15 Akacjowa 38 (413) – telen., Hiszpania
3.05 Rodzinka.pl (183) – serial kom., Polska

POLSAT (DVB-T2)

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.00 halo tu polsat – magazyn
10.45 Dziennik cwaniaczka: Droga przez mękę – komedia, USA 2017, reż. David Bowers, 120 min (FILM)
12.45 Piksele – komedia, USA/Chiny/Kanada 2015, reż. Chris Columbus, 135 min (FILM)
15.00 Jak rozpętałem II wojnę światową (1/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, 110 min (FILM)
16.50 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy (LIVE)
Przedostatni występ Biało-Czerwonych w turnieju w Gliwicach. Przeciwko Aleksandrowi Śliwce i jego kolegom stanie zespół, który podobnie jak Polacy po pierwszym tygodniu Ligi Narodów miał na koncie dwa zwycięstwa i taką samą liczbę porażek. 120 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (457)
19.30 Sport, pogoda
19.55 Sopocki Hit Kabaretowy – Słaba płeć – Polska 2020
Przypomnienie skeczy, które w ubiegłych latach zaprezentowano podczas festiwalu w Operze Leśnej. Zawiłości relacji damsko-męskich oraz inne życiowe tematy przybliżają takie gwiazdy satyry jak Ani Mru-Mru, Kabaret Smile (zdj.) czy Kabaret Moralnego Niepokoju. 180 min
22.55 Bez litości 2 – thriller, USA 2018, reż. Antoine Fuqua, 160 min (FILM)
1.35 Nikt – film sensacyjny, USA/Japonia/Chiny 2021, reż. Ilya Naishuller, 115 min (FILM)
3.30 Świat według Kiepskich (588, 50) – serial komediowy, Polska

TVN (DVB-T2)

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1681) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Pogromcy chaosu (8) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Na Wspólnej (4232-4235) – serial obyczajowy, Polska 2026
13.00 Młode gliny (7) – serial kryminalny, Polska 2026
14.10 Za duży na bajki – film familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus (FILM)
Pod nieobecność nadopiekuńczej mamy (Karolina Gruszka) dziesięcioletni Waldek (Maciej Karaś) trafia pod opiekę ekscentrycznej ciotki (Dorota Kolak). Narzuca ona chłopcu nieznany mu dotąd rygor. 140 min
16.30 Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki – film przygodowy, USA 2008, reż. Steven Spielberg, 150 min (FILM)
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.45 Uwaga! – magazyn reporterów

REKLAMA

WIDOWISKO

ROZRYWKA

KOMEDIA

TV4 (DVB-T2)

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (189) – reality show, Polska
7.00 Galileo (1164, 1165) – program popularnonaukowy
9.05 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1166) – program popularnonaukowy
10.30 Mini Galileo (65) – program popularnonaukowy
10.35 Galileo (1174, 1175) – program popularnonaukowy
12.40 Obsesja – thriller, USA 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter, Bruce McGill, 135 min (FILM)
14.55 Policjantki i Policjanci (1376-1380) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (117-120) – serial kryminalny, Polska 2026
0.05 Gwiazdy Kabaretu (179, 180) – program rozrywkowy
2.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny
3.05 Interwencja – magazyn reporterów
3.25 Lubię disco! (269) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – program muzyczny
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS (DVB-T2)

6.00 Kobra – oddział specjalny (15-17) – serial sensacyjny, Niemcy 2015
9.00 Taki jest świat 11 (26) – program informacyjny
9.25 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (511, 513, 515, 517, 519) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (958-962) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Mocne sobotnie kino: Uprowadzona 2 – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, reż. Olivier Megaton, wyk. Liam Neeson, Famke Janssen, Maggie Grace, Leland Orser, 115 min (FILM)
21.55 Moonfall – film katastroficzny, USA/Chiny/Wielka Brytania 2022, reż. Roland Emmerich, wyk. Halle Berry, Patrick Wilson, John Bradley, Charlie Plummer, Kelly Yu, Michael Pena, Carolina Bartczak, 145 min (FILM)
0.20 Maczeta – film sensacyjny, USA 2010, reż. Robert Rodriguez, Ethan Maniquis, wyk. Danny Trejo, Robert De Niro, Jessica Alba, Steven Seagal, 125 min (FILM)
2.25 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 (DVB-T2)

6.35 Smerfy – serial animowany, Belgia 1984
7.35 Kacze opowieści – serial animowany
8.40 Corgi, psiak królowej – film animowany, Belgia/USA 2019, 95 min (FILM)
10.15 Gnomeo i Julia – film animowany, Wielka Brytania/USA 2011, 105 min (FILM)
12.00 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (7-9) – serial dokum., Pol. 2015
13.50 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (7) – program rozrywkowy
14.55 Kajtek Czarodziej – film fantasy, Polska/Czechy/Słowacja 2023, 125 min (FILM)
17.00 Kapitan Szablozęby i skarb piratów – film familijny, Norwegia/Wielka Brytania 2014, reż. John Andreas Andersen, 120 min (FILM)
19.00 Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, 105 min (FILM)
20.45 Wszystko zostanie w rodzinie – komedia, Francja 2015, 100 min (FILM)
22.25 Uciekaj albo walcz – film sensacyjny, USA 2020, reż. Kyle Rankin, 125 min (FILM)
0.30 Wstydliwe choroby: Nastolatki 2 (3, 4)
2.45 Lombard. Życie pod zastaw 4 (179, 180) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Kręcimy z gwiazdami (6) – pr. rozrywk.

TVN 7 (DVB-T2)

5.15 Szkoła (755) – serial paradokum., Pol. 2019
6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (22) – program rozrywkowy
7.10 Nowe Zwariowane Melodie – anim.
7.55 Psy i koty – film familijny, USA 2001, reż. Lawrence Guterman, 105 min (FILM)
9.40 Zgłoś remont 11 (4) – program rozrywk.
10.45 Bitwa o gości (5) – reality show
11.50 Ukryta prawda (1417-1419) – paradok.
14.55 Szpital św. Anny (13, 14) – serial obycz.
16.55 Detektywi (327) – serial fabularno-dokum.
17.55 Wehikuł czasu – film s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, 125 min (FILM)
20.00 Godziny szczytu – komedia sensacyjna, USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Ken Leung, 135 min (FILM)
22.15 Kryptonim U.N.C.L.E. – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2015, reż. Guy Ritchie, wyk. Henry Cavill, Armie Hammer, Alicia Vikander, 145 min (FILM, HIT)
0.40 Matrix Rewolucje – film s.f., USA/Australia 2003, reż. Andy Wachowski, Larry Wachowski, wyk. Keanu Reeves, 160 min (FILM)
3.20 Żyjąc z potworem 8 (14) – serial dok.
4.20 Fachowcy 2 (15) – serial paradokum., Pol.

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

7.15 Turystyczna jazda (200) – magazyn
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie
11.20 Podróże z historią (12)
12.05 Gruby (5, 6) – przyg., Pol.
13.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dok., 2025
13.45 Echo serca (4) – obycz.
14.35 Na sygnale (647, 648)
15.35 Okrasa łamie przepisy
16.10 Życie lasu. Bogactwo runa i podszytu – film dokumentalny, Pol. 2019
17.05 Ja wam pokażę! (7)
17.55 Teleexpress
18.20 Wojna domowa (7, 8)
19.50 63. KFPP w Opolu – Debiuty
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

8.20 Górna półka smaku
8.50 Kiedyś to było... – mag.
9.30 Koło fortuny (2037)
10.10 Tańcząca ze światem – Malta (3) – magazyn
10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (6)
11.45 To jest grane – wakacyjnie (94)
12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (6)
12.45 Program rozrywkowy
13.00 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (20) – talk-show
13.55 Postaw na milion
15.50 Va banque (962, 963)
17.00 Koło fortuny (2038) – teleturniej
17.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (7)
18.45 Olga Lipińska zaprasza (6) – talk-show
19.30 Program rozrywkowy

TTV HD DVB T2

8.45 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (13)
9.45 Express – pr. inform.
10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (14)
11.05 Nic do zgłoszenia 6 (6)
12.05 Zakup w ciemno extra (25) – reality show
12.35 Zakup w ciemno 7 (26-28) – reality show
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (10)
17.05 Usterka 14 (6)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport – pr. inf.
18.10 Zakup w ciemno 7 (25) – reality show, Pol. 2026
19.05 Zakup w ciemno extra (24) – reality show
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Idź na całość 2 (7)
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 19 (15)

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (291) – reality show, Pol. 2023
7.30 Ewa gotuje (575, 562) – magazyn kulinarny
8.30 Z klimatem i z pasją (248) – program publicystyczny
9.00 Dlaczego ja? (1383-1387) – serial paradokum., Polska 2024
14.00 Sekrety rodziny (148) – serial paradokum., Pol.
15.05 Więzienie kobiet (106-109) – serial dok.
17.00 Nasz nowy dom (363) – reality show, Pol. 2026
18.10 Mały – komedia
FILM kryminalna, USA 2006, reż. Keenen Ivory Wayans, wyk. Marlon Wayans, Tracy Morgan, 120 min

POLSAT FILM

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (168) – pr. rozr.
7.55 Sąsiedzi – anim. ●
8.20 Byli sobie podróżnicy – serial animowany, Fr.
10.05 Prezent nocnej furii – film anim., USA 2011
10.35 Vivo – film animowany, FILM USA 2021, 120 min
12.35 Ace Ventura Junior FILM – film przygodowy, USA 2008, 105 min
16.40 Rodzina Addamsów 2 FILM – film animowany, USA/Kanada 2021, 115 min
18.35 Dzień Niepodległości. Odrodzenie FILM – film s.f., USA 2016, reż. Roland Emmerich, wyk. Liam Hemsworth, 145 min

AXN

6.05 Legenda Zorro FILM – film przygodowy, USA 2005, reż. Martin Campbell, 145 min
8.30 Rekrut 8 (9, 10) – serial kryminalny, USA 2026
10.30 MacGyver (17-21) – serial akcji, USA 2017
Angus i jego współpracownicy zostają oskarżeni o planowanie zamachu. Muszą uciekać przed wymiarem sprawiedliwości. 290 min
15.20 FBI: Most Wanted 3 (4-8) – serial kryminalny, USA 2020
Carrie Chen zostaje uprowadzona. Jej mąż włamuje się do laboratorium, by pomóc synowi Franka Zhao, który stoi za porwaniem. 280 min

20

SZPIEGOWSKI

20.50 Zatoka szpiegów (7)
Kessler szuka winnego niepowodzenia programu torped. Anna opowiada Franzowi, jak wywiad upozorował jej śmierć, by skłonić go do współpracy. 50 min
21.40 Uwaga – premiera!: FILM **Liczba doskonała** – dram. obycz., Polska/Wł./Izrael 2022, 90 min
23.10 63. KFPP w Opolu – Superjedynki
23.45 Laskowik & Malicki – niedziela wieczór

ROZRYWKA

20.00 Kabaret Letnią Porą (7, 8)
Przypomniane zostaną najbardziej udane skecze, monologi oraz piosenki popularnych polskich grup. 120 min
22.00 Postaw na milion – teleturniej
0.00 Koło fortuny (2038, 2032) – teleturniej
1.20 Łowcy śmiechu (2) – talk-show
2.30 Kabaret Potem przedstawia – Trąbka dla gubernatora – pr. rozr.

FABULARNO-DOK.

22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – Pol. 2026
Trójmiejska restauratorka ściera się z wiejskimi porządkami, zaś pochodząca z prowincji Krysia odkrywa uroki miejskiego życia. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (2, 3)
1.00 Diabelnie boskie 2 (3, 4) – reality show, Pol.
1.55 Zapukaj do moich drzwi (124, 125) – telen.
3.55 Detektywi (129) – serial fabularno-dokum., Polska

KOMEDIA

20.10 W jak morderstwo FILM – Polska 2021
W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Miłośniczka kryminałów, Magda (Anna Smołowik, zdj.), pomaga komisarzowi (Paweł Domagała, zdj.) w śledztwie. 130 min
22.20 Kołysanka – czarna FILM komedia, Polska 2010, 140 min
0.40 Blade Runner 2049 FILM – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Węgry 2017, 205 min
4.05 Wydarzenia

KOMEDIA

21.00 Bad Boys: Ride or Die FILM – USA 2024
Śledczy Mike (Will Smith, zdj.) i Marcus (Martin Lawrence, zdj.) stają w obronie szefa wrobionego w działalność przestępczą. 135 min
23.15 Morbius – horror, FILM USA 2022, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jared Leto, Matt Smith, 135 min
1.30 Ślad (25, 6, 7) – serial krym., Polska 2018-2019
4.30 Na ratunek 112 (851, 852) – paradok., Pol.

SENSACYJNY

20.00 Uprowadzona FILM – Francja 2008
Były agent Mills (Liam Neeson, zdj.) rusza do Paryża, by ratować córkę Kim. Nastolatkę porwał gang Albańczyków handlujących żywym towarem. 120 min
22.00 Uprowadzona 2 – film FILM sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 105 min
23.45 Hostel 2 – horror, USA FILM 2007, 125 min ●
1.50 Hostel 3 – horror, USA FILM 2011, 110 min ●

TVP HISTORIA DVB T2

9.05 Przyłbice i kaptury (5) **10.10** Korona Gór Polski **10.40** Wszystkie kolory świata – dok.
11.45 Podziemne Włochy (4) **12.55** Krainy cudów natury (2) **14.00** Ex Libris **14.30** Poznań '56 – dram. społ., Polska 1996
16.25 Flesz historii (767) **16.55** Tajemnice kultowych seriali (2) **17.50** Blisko, coraz bliżej (8) **19.05** Independence Dawn: The Forgotten Revolution (1)
20.00 Zbrodnie sprzed lat (4) – dok. **20.55** Operacja „Samum" – dram. sens., Pol. 1999 **22.40** Lombardzista – dramat obycz., USA 1964 **0.45** Historia w postaciach zapisana

TVP KULTURA DVB T2

12.35 Pocałunek mordercy – dramat krym., USA 1955 **13.55** Komeda **14.40** Serialowa nostalgia: Kariera Nikodema Dyzmy (7-ost.) – obycz., Pol. 1980
15.55 Dekalog 1 – dramat psychologiczny, Pol. 1988 **17.05** Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56 – reportaż **17.35** Retro kino: Siedmiu wspaniałych – western, USA/Meksyk 1960
20.00 Bilet do kina: Księga ocalenia – dram. sens., USA 2010 **22.05** 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (1) – koncert **23.10** Kino nocne: Dzięki Bogu – dramat obycz., Fr./Bel. 2018

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia **6.40** SuperLudzie (36) – dok., Pol. **7.15** Była sobie Ziemia **10.00** Smerfy – film familijny, USA 2011
12.05 Świat według Kiepskich (83, 531-535) – kom. **15.00** Złomiarze (18, 19) – dok., Pol.
17.00 Świat według Kiepskich (536-539) – kom. **19.00** Kolacja w ciemno (7, 8) – pr. rozrywk.
21.00 Pociąg z forsą – film sens., USA 1995 **23.15** Metro strachu – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2009 **1.30** Backdoor. Wyjście awaryjne (7) – kom., Pol. **2.00** Świat według Kiepskich (353-356) – kom. **4.00** Nasz nowy dom (229, 230)

ZOOM

8.00 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (5-7) – dok. **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży
12.55 Sensacje XX wieku (27, 28)
15.20 Stawka większa niż życie (9, 10) **18.00** Sprawa się rypła – kom., Pol. 1984 **19.50** I love kabaret EXTRA (12) – pr. rozr.
20.00 Hity polskiego kabaretu 7 (6) **21.00** Brunet wieczorową porą – komedia obycz., Polska 1976 **23.00** Adam szuka Ewy. Niemcy (2) **0.00** Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (6) **1.05** Magia nagości. Dania (3) – rozr. **1.55** Wulkan: Los Angeles – film katastrof., USA 2018

METRO

8.00 Klan z Alaski – serial dok. **10.00** The Floor (3, 4) – telet.
11.15 Złomowisko PL 5 (15, 16) **13.15** Gwiazdy lumpeksów (6) **14.15** Makłowicz w Polsce (4) **14.50** No to lecę! (2) – rozr.
15.50 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (7) – rozr. **16.50** Jestem z Polski 2 (4) – dok. **17.50** Kryminalni (11, 12) – krym., Pol.
20.00 Czyja to kochanka? – kom. romant., Fr./Wł./Belgia 2006 **22.00** Starsky i Hutch – kom. sens., USA 2004 **0.00** Kuba Wojewódzki (5) – talk-show **1.10** Szpital (766) **2.10** Szkoła (517, 518) **4.05** Nowa Maja w ogrodzie 4 (17, 18, 14)

ALE KINO +

8.10 Poprzednie życie – dramat obyczajowy, USA/Korea Południowa 2023 **10.20** Matthew Perry. Ten, którego zabrakło
11.35 The Office PL 2 (7-9) **13.25** Georgie ma się dobrze – komediodramat, Wlk. Bryt. 2023
15.15 Sprawa nierozwiązana (1-5) – krym. **17.45** Prawnik z Lincolna – thriller, USA 2011
20.10 Źródło nadziei – dramat wojenny, Australia/USA/Turcja 2014 **22.25** Michael Clayton – thriller, USA 2007 **0.50** Superposition – thriller, Dania 2023 **2.50** Minuta ciszy (5) **3.50** Wiarołom – dramat obyczajowy, Polska 2021 **5.05** Meduzy

TV TRWAM DVB T2

16.30 Ludzki święty. Św. Alfons Liguori **17.30** Przełamując bariery **17.55** Poczet wielkich Polaków – pr. hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone – pr. publ. **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Manna z Nieba **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia – publ. **22.00** Warto być ojcem – mag. **22.15** Głos serca (Sezon 13) (132)

ANTENA HD DVB T2

8.05 Sekretne historie muzyczne (4) – pr. rozrywk. **9.00** Wojny kontenerowe (1-10) – dok.
14.00 Australijscy poszukiwacze złota 2 (10) – serial dok.
15.00 Australijscy poszukiwacze złota 3 (1-3) – serial dok. **18.00** Polska. Największe tajemnice (1) – rozr. **19.00** 77 TV 5 (30)
20.00 Morderstwa we Francji – Font-Romeu – krym., Francja 2023 **22.00** Uprowadzona Elizabeth Smart – dramat biograf., USA 2017 **23.55** Krwawe polowanie – horror, USA/Wielka Brytania 2022 **2.05** Tajemnice ludzkości (1-4)

TVS

6.00 Telesprzedaż **7.00** Pogoda – mag. **7.05** Klachy i Lachy – pr. rozr. **7.40** Koncert życzeń **9.25** Muzyczne dzień dobry – pr. muz. **10.05** Przy muzyce po Śląsku **11.00** Klachy i Lachy **11.20** Spotkanie z balladą
12.35 Przy muzyce po Śląsku – pr. rozr. **13.35** Klachy i Lachy – rozr. **14.00** Szlagierowa lista
16.00 Koncert życzeń **17.45** Przy muzyce po Śląsku – rozr. **18.25** Śląska karuzela – muz.
19.55 Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. **22.00** Koncert w TVS **23.45** Szlagierowa lista **1.40** Program muzyczny

WP DVB T

12.05 Pokochaj lub sprzedaj 6 (9) – dok. **13.05** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (13) **14.05** Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (5) **15.00** Policjanci z sąsiedztwa 4 (9, 10) – dok.
16.55 Pogoda (55) – inf. **17.05** Policjanci z sąsiedztwa 4 (11) – dok. **18.00** Strażacy z sąsiedztwa 2 (10) – dok. **19.00** Policjanci w akcji (6) – obycz.
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 4 (12, 13) – dok. **21.50** Pogoda (55) – pr. inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 16 (6) – rozr. **23.00** Przebojowe kabarety (8) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 11 (5)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf.
15.15 Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok.
21.00 Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

12.30 Gwiazdy dla Ciebie (39) **13.00** Polskie szlagiery **14.00** Disco Weekend z Blondi (112)
15.00 Hit za hitem – muz. **19.00** Disco Polo Live (848) – pr. muz.
20.00 Imprezowe sztosy – muz. **23.00** Hit za hitem – pr. muz.

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Lekarze na start (9-11) – obycz., Pol. 2017 **8.00** Poirot 5 (5-8) – serial kryminalny
12.35 Tajemnicza historia w Styles – film krym., Wlk. Bryt. 1990
14.50 Zatraceni w miłości (11-15) – telenowela, Turcja 2023
20.00 Detektyw Murdoch 19 (2) – krym., Kan./Wielka Brytania **21.00** Dalgliesh 2 (3) – serial krym., Wlk. Bryt. **23.00** Królowa węży (7) – serial kostium., USA **0.00** Zatraceni w miłości (11-15) – telen., Turcja **4.25** Detektyw Murdoch 19 (2) – serial kryminalny **5.10** Lekarze na start (12) – serial obycz.

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (4, 5) – magazyn poradnikowy
7.00 Przygody Myszki – serial animowany ●
7.25 Reksio – serial anim. ●
7.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
8.25 7 słów o przemijaniu – etiuda dokumentalna
8.45 Ranking naj polskiego kina (1) – pr. rozrywk.
9.30 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia obycz., 1976, 105 min
11.15 Znachor – dramat obycz., 1981, 185 min
14.20 Krzyżacy – film hist., 1960, 215 min
17.55 Rozmowy kontrolowane – komedia, 1991, 125 min

HISTORYCZNY

20.00 Legiony – 2019, reż. Dariusz Gajewski
I wojna światowa. Józek (Sebastian Fabijański, zdj.), dezerter z carskiego wojska, wstępuje do Legionów Polskich Piłsudskiego. 175 min
22.55 Demony wojny wg Goi – dramat wojenny, 1998, 120 min
0.55 Dług – dramat sensacyjny, 1999, 140 min ●
3.15 Ściema po polsku – komedia obyczajowa, 2021, 145 min ●

TVP SERIALE

5.20 Na sygnale (850-852) – serial fab.-dokum., Polska 2026
6.45 U Pana Boga w ogródku (6) – serial komediowy, Polska 2008
7.30 Na sygnale (853-857) – serial fab.-dokum., Polska 2026
10.20 Ranczo 7 (90, 91) – serial obycz., Pol. 2013
12.00 Rodzinka.pl (294-296) – serial komediowy, Pol.
13.35 Ojciec Mateusz 29 (371, 372) – serial kryminalny, Polska 2023
15.35 Komisarz Alex 24 (301) – serial kryminalny, Pol.
16.30 Ranczo 8 (92) – serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Czterdziestolatek (15) – serial obyczajowy, Polska 1976

KOMEDIOWY

18.45 U Pana Boga w ogródku (7)
Bocian wymyka się z zasadzki zastawionej przez bandytów. Schronienie znajduje na posterunku, na którym tkwi jedynie aspirant Cielęcki. 50 min
19.35 Ojciec Mateusz 29 (373-375) – serial krym.
22.30 Ranczo 8 (93, 94)
0.25 Komisarz Alex 24 (301, 302) – serial krym.
2.10 PitBull (17) – sens., Pol.
3.10 Oficerowie (5) – sens.
4.05 Rodzinka.pl (147, 148)

13 ULICA

6.40 Grace 3 (3) – serial kryminalny, Wlk. Bryt.
8.40 Magnum: Detektyw z Hawajów 4 (13-20) – serial sensacyjny, USA 2021-2022
16.00 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (1, 2): Pasażer; Punkt krytyczny – serial sensacyjny, USA 2023
17.55 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
20.00 Niepokojące zaginięcia: Sprawa osobista 3 – dramat kryminalny, Francja 2021, reż. Arnauld Mercadier, wyk. Alix Poisson, Rayane Bensetti, Charlotte de Turckheim, Hubert Delattre, 120 min

KRYMINALNY

22.00 Morderstwo między wierszami: Martwa gra – USA 2019
Amy (Jill Wagner, zdj.) pomaga przy spektaklu. Gdy aktorce grozi niebezpieczeństwo, współpracuje z detektywem Burke'em (Kristoffer Polaha, zdj.). 110 min
23.50 Worricker – Drugie starcie – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 125 min
1.55 Podróżnik (2) – serial kryminalny, Francja 2021

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (769) – serial paradokum., Polska 2019
6.00 Seriaale 2 (3) – magazyn filmowy
6.30 Top 100: filmy wszech czasów (9) – pr. rozrywk.
7.00 Prawo Agaty 3 (5-8) – serial obycz., Pol. 2013
11.10 Miś Yogi – film familijny, USA/Nowa Zelandia 2010, reż. Eric Brevig, wyk. Anna Faris, 100 min
12.50 Kosmiczny mecz – film familijny, USA 1996, reż. Joe Pytka, wyk. Michael Jordan, 115 min
14.45 Pierścień i róża – baśń filmowa, Polska 1986, reż. Jerzy Gruza, 135 min
17.00 Aquaman – film s.f., USA/Australia 2018, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, 180 min

DRAMAT

20.00 Znachor – Polska 1981
Chirurg Rafał Wilczur (Jerzy Bińczycki, zdj.) traci pamięć. Po latach jako wiejski znachor przeprowadza trudną operację. 170 min
22.50 Operacja „Napoleon" – thriller, Islandia/Niemcy 2023, 145 min
1.15 Martwe zło: Przebudzenie – horror, Nowa Zelandia/USA/Irlandia 2023, 125 min ●
3.20 Seriaale: rozmowy 2

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (165) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (978) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 5 (63) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (199, 200) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 19 (242, 243) – serial krym.
10.45 Czy wiesz, że? (282)
11.20 Na sygnale (631, 632) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 5 (66) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (30) – serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 5 (59, 60) – serial obycz., Pol. 2011
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
17.45 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny

KRYMINALNY

18.20 Ojciec Mateusz 24 (308) – Polska 2020
Jola i Przemek przygotowują się do ślubu. Przyszły pan młody znika w tajemniczych okolicznościach. Mateusz bada sprawę. 60 min
19.20 Ranczo 6 (68-70) – serial obyczajowy, Polska 2012
22.20 Spectre – sens., Wlk. Bryt./USA 2015, 155 min
0.55 Profilerka (1-3) – krym.
3.40 Greenland – dramat katastrof., USA/Wielka Brytania 2020, 125 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 2 (6-9) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 1995
9.55 Hudson i Rex 8 (2, 3) – serial kryminalny, Kan.
11.50 Top Dog. Niemcy (6) – reality show, Niemcy 2021
13.45 Bitwa o Anglię – dramat wojenny, Wielka Brytania 1969, reż. Guy Hamilton, wyk. Laurence Olivier, 170 min
16.35 Ści(ą)gany – komedia sensacyjna, Niemcy/USA 1998, reż. Pat Proft, wyk. Leslie Nielsen, 105 min
18.20 Poszukiwany, poszukiwana – komedia, Polska 1972, reż. Stanisław Bareja, wyk. Wojciech Pokora, Jolanta Bohdal, 100 min

DRAMAT

20.00 Wykidajło – USA 1989
James Dalton (Patrick Swayze, zdj.) zostaje wynajęty do przywrócenia porządku w barze. Musi skonfrontować się z gangiem Wesleya. 150 min
22.30 Ostatni bastion – film sensacyjny, USA 2001, reż. Rod Lurie, 150 min
1.00 Kroll – film sensacyjny, Polska 1991, 150 min ●
3.30 Wszyscy jesteśmy Chrystusami – dramat psychologiczny, Polska 2006, 140 min ●

CANAL+ PREMIUM

9.50 Naturalna dzikość serca – film dokum., Norwegia 2024 **11.15** Godzina zero (1-4) – krym. **14.15** Kopnięci w czasie – komedia, Fr./Belgia 2025 **16.00** Premiera: Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl **18.20** Łapu capu – pr. rozr. **18.35** Premierowa jazda – mag. **18.50** Chopin, Chopin! – dramat biograf., Polska 2025 **21.00** Premiera: Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – thriller, USA/Węgry 2025 **23.00** Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007 **0.45** Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026

CANAL+ FILM

10.25 Łapu capu **10.30** Długi weekend – obycz., Pol. 2004 **11.45** Moje pieczone kurczaki – film obycz., Pol. 2002 **12.50** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji **13.45** Holiday – komedia romantyczna, USA 2006 **15.55** Masz ci los! – komedia, Pol. 2023 **17.20** Gorzko – film krótkometrażowy **17.50** Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **19.55** Łapu capu – program rozrywk. **20.00** Bękarty wojny – dram. wojenny, USA/Niem. 2009 **22.30** To nie mój film – komediodramat, Pol. 2024 **0.05** Megan is Missing – horror, USA 2011

FILMBOX+ ONE

8.15 Stawka większa niż życie (5, 6) – serial wojenny **10.50** C.K. Dezerterzy (2-ost.) – komedia, Polska/Węgry 1985 **12.15** Niekończąca się opowieść – film fantasy, RFN/USA 1984 **14.10** Mali agenci. Wyścig z czasem 4D – przyg., USA 2011 **16.05** Kung Fu Panda 2 – anim., USA/Kan. 2011 **18.05** Napad – komedia krym., USA 1999 **20.00** Ściśle tajne – komedia, USA 1984 **21.50** Need for Speed – film sens., USA/Filipiny/Irlandia 2014 **0.40** Spacer w chmurach – melodramat, USA/Meksyk 1995 **2.50** Pięści – dramat karate, USA 2011

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (11-15) – serial kom. **8.30** Teoria wielkiego podrywu 4 (9-19) – serial kom. **13.30** Przyjaciele 4 (14-16) – kom. **15.00** DMV – Ci od prawka (12-15) – serial kom. **17.00** 9JKL (5-8) – kom. **19.00** Przyjaciele 4 (20, 21) – kom. **20.00** Dyktator – komedia, USA 2012 **21.50** The Office PL (7, 8) – kom. **23.00** Comedy Club 4 (5, 6) **0.00** Miasteczko South Park 27 (4, 5) – anim. dla dorosłych **1.00** Miasteczko South Park (1, 2) – anim. dla dorosłych **2.00** Pracoholicy (7-10) – kom. **4.00** Śmieszniej nie będzie 5 (11-14)

HBO

8.55 Horton słyszy Ktosia – film animowany, USA 2008 **10.20** Po drugiej stronie globu – musical, USA 2007, reż. Julie Taymor **12.30** Agentka – komedia, USA 2015 **14.25** Zabawy z piłką – komedia, USA/Niemcy 2004 **15.55** Priscilla – dramat biograficzny, Wł./USA 2023 **17.45** Wichrowe wzgórza – dramat obycz., USA/Wlk. Bryt. 2026 **20.00** Księgowy – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor **22.05** Premiera: Klika – dram. obycz., USA 2026 **23.30** Kaskader – komedia sens., USA 2024 **1.40** Joe Baby – thriller, USA 2024, reż. Steven Brand

FX

5.00 Tropiciel (19) – serial krym., USA **5.55** Matlock (12) – serial krym. **6.50** FBI 3 (12, 13) – krym. **8.40** CSI: Kryminalne zagadki Miami (15, 16) – krym. **10.30** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) – krym. **12.20** Agenci NCIS (21-23) – sens. **15.10** Z archiwum X (10-12) – serial s.f., USA 1994 **18.10** Hellboy – horror s.f., USA 2004 **20.40** Liberator – film sens., USA/Fr. 1992 **22.45** Uprowadzona – film sens., Fr. 2008 **0.35** Uciec, ale dokąd? – film sensacyjny, USA 1993 **2.35** Paradise (7) – krym., USA **3.45** Tropiciel (19) – serial krym.

CANAL+ 360

12.00 Messi: Fenomen futbolu **13.00** W trasie z Normanem Reedusem 3 (5) **13.55** Co poszło nie tak 5 (5) **15.00** Koleją przez świat 3 (4, 5) – dok. **16.55** Wykrywacz historii 5 (5) – dok. **18.00** Droga do Arktyki: Kanadyjskie szlaki lodowe – dok., Niem. 2016 **19.00** Premiera: Śladami Marco Polo (4) **20.00** Nepal – z zachodu na wschód **21.00** Zabójcze drogi (2) – dok. **22.00** Porzucone konstrukcje (4) – serial dok. **22.55** Wykrywacz historii 6 (2) – dok. **0.00** Co poszło nie tak 5 (3) – dok. **1.00** Cztery pory Igi (1)

BBC FIRST

8.00 Co ludzie powiedzą? 2 (9) – kom., Wlk. Bryt. **8.40** McDonald i Dodds 2 (1) **10.30** Morderstwa w Midsomer 24 (3) **12.20** Ojciec Brown 5 (13-15) **15.25** My Life is Murder 4 (5, 6) **17.35** Ulica nadziei 5 (6) **18.35** Śmierć z dala od palm (1) **19.50** Śmierć pod palmami 15 (1) – serial krym. **21.00** Annika (1) – krym. **22.05** Milczący świadek 22 (3, 4) **0.15** Śmierć z dala od palm (1) **1.20** Śmierć pod palmami 15 (1) **2.30** Z pamiętnika położnej 10 (5, 6) **4.35** Ojciec Brown 5 (15) **5.25** Co ludzie powiedzą? 2 (9) – kom.

ROMANCE TV

8.25 Stadnina w Piber (10-13) **12.25** Gabinet z widokiem na morze: Tajemnice – film obycz., Niemcy 2024 **14.20** Statek marzeń – Afryka: Madikwe – film obycz., Niem. 2025 **16.15** Inga Lindström: Hanna i dobre życie – obycz., Niemcy 2023 **18.05** Zakochana w Panu Niani – film obycz., USA 2023 **20.00** Detektyw von Fock (7, 8) **21.50** Nord Nord Mord – Clüver i martwy kucharz – krym., Niemcy 2016 **23.45** Rosamunde Pilcher: Magia miłości – obycz., Niemcy 1999 **1.40** Detektyw von Fock (7, 8)

FILMBOX+ HITS

10.20 Zacznij od śniadania – komedia, Kanada 2020 **12.00** Kto zabił ciotkę Cookie? – komediodramat, USA 1999 **14.10** Opowieści z ławeczki – komedia, Francja 2009 **16.15** Szef – komedia, USA 2014 **18.20** Klub cudownych kobiet – komediodramat, Irlandia/Wielka Brytania 2023 **20.00** Portret kobiety w ogniu – melodramat, Francja 2019 **22.15** Dziedzictwo. Hereditary – horror, USA 2018, reż. Ari Aster, wyk. Alex Wolff **0.35** Igrzyska śmierci – dramat s.f., USA 2012, reż. Gary Ross

TV 6 DVB T2

6.00 Jeźdźcy smoków: Obrońcy Berk **7.25** Jeźdźcy smoków **7.55** Hellboy – horror s.f., USA 2004 **10.15** Cobra Kai (20-22) **12.35** Strażnik Teksasu (5, 6) – sens. **14.30** Poirot (5, 6) **16.50** Columbo (15, 16) – krym. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (35, 36) – krym. **21.55** Kości (101, 102) – krym. **23.55** Resident Evil: Zagłada – horror, Fr./Australia/Niemcy 2007 **1.55** Krejzi patrol (20) – krym., Pol. 2023 **2.25** Kochane pieniądze (72-74) – paradok. **5.30** Super-Ludzie Extra (53) – mag. **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag.

PARAMOUNT NETWORK

8.55 Wredne dziewczyny – komedia, USA/Kanada 2004 **11.00** Gang Wiewióra 2 – film anim., Korea Południowa/Kan. 2017 **13.15** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – anim., USA/Jap./Kan. 2023 **15.30** Wybuchowa para – komedia sens., USA 2010 **18.00** Dziewczyny z drużyny – komedia obyczajowa, USA 2000 **20.00** Gliniarz z Beverly Hills 3 – komedia sensacyjna, USA 1994 **22.05** Milczenie owiec – thriller, USA 1991 **0.30** Sekcja rytmiczna – thriller, Wielka Brytania/USA/Hiszpania 2020

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino – magazyn filmowy
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.30 Ranking Mazura – program informacyjny
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Dwie strony – program informacyjny
19.00 Kadr na Kino – magazyn filmowy
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny
20.00 Superwizjer – magazyn reporterów Dziennikarze przybliżają problemy, które bulwersują Polaków. Ujawniają skandale i afery. 60 min

TLC

8.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.
10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 2
11.00 Miss świata i jej siostry – serial dokum.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) – dok.
13.00 Rodzina 10+ 8 (9) – rozr.
14.00 Niezwykłe przypadki medyczne (7, 8)
15.00 Niezwykłe przypadki medyczne 2 (2, 3) – dok.
16.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (10) – serial dok.
17.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show, 2024
18.00 Wiza na miłość 12 (5)
20.00 Baylen – życie na głos 3 (2) – dok.

TVN STYLE

5.05 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (8) – reality show, Polska 2016
5.45 Damy i wieśniaczki. PL 8 (10) – serial fabularno-dokum., Polska
6.40 Co za tydzień – mag.
7.10 Poukładani (6) – pr. rozr.
7.45 Dzień dobry LIVE **wakacje** – magazyn
11.30 Jestem z Polski 14 (4, 17, 7) – serial dokum.
14.35 EuroPOLKI studentki (4) – program rozrywk.
15.35 Do zobaczenia (6) – magazyn poradnikowy
16.05 Ostre cięcie (1) – rozr.
17.05 Będzie pięknie (4) – program rozrywkowy
18.05 Bitwa o gości (7) – reality show, Pol. 2025
19.05 Kuchenne rewolucje (6, 7) – program rozrywk.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Bimbownicy 14 – dok.
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.
10.00 Łowcy opali – dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6) – dok.
12.00 Wyścigi po antyki – serial dokumentalny
13.00 Złomowisko PL 2 (4, 5)
15.00 Nic do ukrycia (8) – serial dokumentalny
16.00 Przygody truckerki (4) – serial dokumentalny
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (2) – serial dok.
18.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.
20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (1) – serial dokum.

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (1, 2): Kto tu rządzi?; Młodzi pod presją – serial dokumentalny
8.00 Katastrofy pod lupą (3, 7) – serial dokumentalny
10.00 Katastrofa w przestworzach (8, 3, 1, 2, 4, 5) – serial dokumentalny
16.00 Premiera: Car SOS (8) – serial dokumentalny
17.00 Kluczowe tygodnie wojny (3, 4): 5 tygodni wojny: grudzień 1941 – maj 1942; 5 tygodni wojny: maj 1942 – grudzień 1942 – serial dokumentalny
19.00 Tajne misje USA – film dokumentalny, USA 2020

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (627) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (33) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Rolnicy. Podlasie (35, 36) – serial dokum.
9.00 Premiera: Niezwykłe pociągi (1, 2) – dok.
11.00 Porzucone konstrukcje (5, 6) – dok.
13.00 Rolnicy. Podlasie (1-3) – serial dokumentalny
16.00 Podglądacze przyrody (4, 5) – serial dokum.
17.00 Premiera: Wielkie wycieczkowce (8)
18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (9) – dok.
19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić 2 (18, 19)
20.00 Tajemnice piramid (6) – serial dokumentalny

20

INFORMACYJNY

21.00 Ranking Mazura Maciej Mazur (zdj.) podsumowuje wydarzenia tygodnia ze świata polityki i show-biznesu. Układa je w swoją „listę przebojów". 30 min
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.40 Superwizjer – mag.
1.45 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.10 Akademia ogrodnika

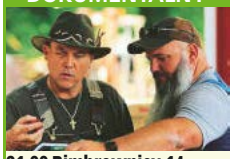
ROZRYWKA

21.00 Design w australijskim stylu (1) Richie Morris i Georgia Ezra (oboje na zdj.) tworzą nowoczesne projekty i dostosowują przestrzeń do potrzeb klientów. 60 min
22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show, USA
23.00 Lekarze od twarzy
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Baylen – życie na głos 3 (2) – serial dok.
2.00 Design w australijskim stylu (1) – pr. rozr.

DOKUMENTALNY

21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (1/2) – Wielka Brytania 2024 Widzowie poznają kulisy zaciętego sporu o warunki odkupienia praw autorskich między menedżerem gwiazd a znaną wokalistką. 70 min
22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia 10 (9, 10) – reality show, Pol. 2024
0.25 Ślub last minute (1) – program rozrywkowy
1.25 Śluby marzeń (3) – rozr.
3.25 Co nas truje (6, 7)

DOKUMENTALNY



21.00 Bimbownicy 14 Mark i Digger odkrywają, że z ich magazynu znika whisky. Podejrzewają, że ktoś z ich otoczenia ich okrada. Trop prowadzi do Mike'a. 60 min
22.00 Łowcy opali – dok.
23.00 Akta ekspedycji 2
0.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
1.00 Tajemnice Alaski
2.00 Łowcy staroci 12
4.00 Gorączka złota: Australia 5 (2) – dok.
5.00 Fani czterech kółek

DOKUMENTALNY

20.00 Miasta w liczbach (7) Las Vegas, stolica hazardu położona na pustyni, przyciąga ponad 40 milionów turystów rocznie. Władze miasta wprowadzają ekologiczne rozwiązania. 60 min
21.00 Zaginione skarby Biblii: Tajemnice wiary (5, 2) – serial dokum.
23.00 Ciemna strona świata (4, 6) – serial dokum.
1.00 Złapać przemytnika (1) – serial dok.
2.00 Wyprawa na dno (3, 8)

DOKUMENTALNY

21.00 Wielkie miasta starożytności (4) Sekrety największego miasta świata starożytnego. Twórcy w tym odcinku odkryją na nowo Panteon oraz Koloseum. 60 min
22.00 Niewyjaśnione zagadki (4) – serial dokumentalny
23.00 Premiera: Poza kontrolą: Tajlandia, uwięzieni w jaskini Tham Luang – film dokumentalny, Fr. 2019

POLSAT NEWS

12.45 Pogoda – inf. **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda – pr. inf. **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.30** Czysta Polska – pr. inf. **17.10** Interwencja – taka jest Polska – mag. **18.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **18.35** Debata polityczna **19.15** Prezydenci i premierzy **19.50** Dobry wieczór, Polsko **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

12.50 Jelita vs mózg (5, 6) **13.40** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (13, 14) **14.30** U sąsiadów w kuchni 16 (5, 6) – dok. **15.40** Zgrillowani 3 (5) **16.05** M jak mięso 10 (7, 8) – mag. **16.55** Po prostu Jamie: szybko i łatwo (3) – mag. kulin. **17.55** Jakubiak rozgryza Polskę (1, 2) – magazyn kulin. **18.50** Włoska kuchnia Gino: sekrety południa (4, 5) – serial dokum. **19.45** Planeta słodyczy (5, 6) – dok. **20.45** Premiera: Kulisy wielkiej kuchni (3) **21.40** Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (6) – pr. rozr. **22.35** M jak mięso 10 (7, 8)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama – krym. **8.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **10.00** Polacy za granicą – miłość – dok. **12.00** Shopping Queens. Królowe Zakupów – program rozrywk. **14.00** Ani słowa pannie młodej – serial dok. **16.00** Kolacja w ciemno – program rozrywkowy **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – program rozrywkowy **3.05** Więzienie kobiet – serial dok., Pol. **4.00** Zdrady – serial paradokum.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Autostrada spotkań z UFO – dok. **7.00** NASA – archiwum tajemnic – dok. **8.00** Zoom na architekturę – dok. **10.00** Jak to jest zrobione? – dok. **12.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17) **14.00** Jak działa wszechświat? – dok. **16.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dok. **18.00** Jak to jest zrobione? 25 – serial dok. **20.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **22.00** Tajemnice Alaski – dok. **0.00** Na tropie legendarnych potworów **2.00** Przypadki z archiwum 10 (7, 8) **4.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (15-17)

TVP DOKUMENT

11.10 Machu Picchu – tajemnice miasta Inków – dok., Fr. 2024 **12.15** Korona Gór Polski **12.50** Podróże Małej i Dużej 4 (1) – mag. **13.15** Tacy byliśmy (2) **13.50** Fascynujące migracje (3) **14.50** Latające rzeki Amazonii **15.55** Program „Mamut" – na ratunek gatunkom – dok. **16.55** Plaże Europy (4) **18.00** Sanatorium miłości 3 (7) **18.50** Pan Olbrychski – dok., Polska 2025 **20.00** Portret zdezorientowanego ojca **21.45** Bruce Willis – bohater kina akcji **22.45** Sprawdzamy – magazyn **23.15** Wiele hałasu o umieranie **0.45** Sanatorium miłości 3 (6)

PLANETE+

10.20 Piesze wędrówki po świecie (4) – dok. **11.25** Piesze wędrówki po świecie 2 (1) **12.30** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią (1) **13.35** Dzikie psy (1) – dok., Fr. 2022 **14.45** Zaginiona cywilizacja Elamu **15.50** Nazywano ich wikingami **17.00** Rok z dziką przyrodą (6) – serial przyrod. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (47, 48) – dok. **18.40** Mam zamek (6, 7) – dok., Pol. **19.45** Superheroes – dok., Pol. 2022 **21.50** Żyć i umrzeć jak Christopher Lee – dok., Wlk. Bryt. 2023 **23.45** Nowoczesna Turcja Atatürka **0.45** Zniknięcie doktora Godarda (4) – dok.

TVN 24 BIS

16.40 Kijek w kosmosie **17.15** Podziemne sekrety (2) – dok. **18.00** Ranking Mazura – pr. inf. **18.35** Horyzont **19.00** Fakty **19.20** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Podziemne sekrety (5) – serial dok. **21.00** Rozmowy na szczycie – pr. publicyst.

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

16.25 Wydarzenia **18.00** Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – inf. **22.30** Wydarzenia

TVP 3 (DVB-T2)

11.55 Fascynujące migracje (2) – dok. **12.55** Regiony na TAK **13.25** Lato na RÓD'os – dok. **14.00** Rączka gotuje **14.30** Program lokalny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Program lokalny **19.30** Lato na RÓD'os – serial dok. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Gość Regionów – publ. **20.30** Piosenka od Ciebie **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów – inf. **22.30** Kryminalna siódemka **23.00** Piosenka od Ciebie **23.30** Regiony na TAK **23.55** Panorama **0.25** Serwis Info Wieczór – inf.

HGTV

11.00 Polowanie na ogród 2 (6) **11.30** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (7, 8) – serial dok. **12.35** Będzie pięknie (7) – pr. rozr. **13.35** Weekendowa metamorfoza 2 (7, 8) – pr. rozr. **15.35** Kamera, akcja, wpadka! (10-12) – pr. rozr. **17.10** House Hunters – Poszukiwacze domów 3 (8-10) – pr. rozr. **18.50** Zgłoś remont 4 (3) – pr. rozr. **19.50** Weekendowa metamorfoza 4 (7) **20.45** Weekendowa metamorfoza 2 (2) – rozr. **21.40** Mieszkanie na miarę 4 (2, 3) **23.35** Letnia chata na lata (5) **0.30** Sprzątaczki (1-3) – obycz.

TVP KOBIETA (DVB-T2)

12.30 Pięknie przyprawiONA 2 (4) **12.55** Niedźwiedzie, niebezpieczne sąsiedztwo **14.00** Rodzinka.pl (140, 141) – kom., Pol. **15.00** Tańcząca ze światem – Oman (3) – mag. **15.30** Ojciec Mateusz 33 (431, 432) **17.25** Tajemnice kultowych seriali (3) **18.25** LemON na dobry wieczór – widowisko **19.30** Miłość i nadzieja (287) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (268) – obycz. **21.30** Cztery pory roku w Hawanie (3) **22.30** Wykapany ojciec – komedia, USA 2013 **0.25** Bardotka (2) **1.35** Ranczo 8 (96) – obycz.

BBC EARTH

9.45 Wielkie koty 24/7 2 (6) – dok. **11.05** Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – serial dok. **12.05** W okowach mrozu 2 (6-10) **17.15** David Attenborough i cuda natury (1) – serial dok. **17.55** Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – dok. **18.55** Najpiękniejsze trasy spacerowe (2) **19.55** Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (1, 2) – dok. **22.00** W okowach mrozu 3 (1) – dok. **23.00** Wielkie koty 24/7 2 (6) – dok. **0.15** Burze widziane z góry **1.15** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (1) **2.15** W okowach mrozu 2 (16-18)

HISTORY

11.10 Największe tajemnice świata 6 (9) – serial dok., USA **12.05** Starożytni kosmici 14 (16) – dok. **13.05** Tajemnice skryte w mroku (5, 4) – dok. **14.55** Gwiazdy lombardu 25 (13) **15.50** Gwiazdy lombardu 12 (52) **16.15** Tajemnice Dolnego Śląska (2, 3) **17.10** Ściśle tajne samoloty wojskowe **19.05** Starożytni kosmici 16 (14) **20.00** Starożytni kosmici 14 (15) – dok. **21.00** Starożytni kosmici: geneza (3) – dok. **23.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (37, 38) – serial dok. **0.50** Starożytni kosmici 14 (15)

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Magazyn Polskiego Sportu – mag. sportowy
11.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
12.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – eliminacje
14.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – eliminacje
16.00 Siatkówka mężczyzn:
LIVE Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
Biało-Czerwoni zmierzą się z naszymi zachodnimi sąsiadami. Rok temu przegrali z Niemcami 1:3. Teraz spróbują im się zrewanżować.45 min
19.00 Siatkówka mężczyzn:
LIVE Liga Narodów – studio

EUROSPORT 1

7.00 Kolarstwo: Tour de Suisse – 5. etap
8.30 Kolarstwo kobiet: Tour de Suisse – 5. etap
9.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy
10.45 Wspinaczka: Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały
11.45 Cycling Show – mag.
12.15 Kolarstwo: Mistrzostwa
LIVE Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego
14.00 Kolarstwo kobiet:
LIVE Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
16.25 Kolarstwo: Tour de Suisse – 5. etap
17.20 BMX: Mistrzostwa
LIVE Europy – Sarrians 2026

TVP SPORT

4.35 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy G: Egipt – Iran
7.45 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy I: Norwegia – Francja
9.00 Mundialowy poranek (16) – magazyn piłkarski
10.30 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Nowa Zelandia – Belgia
12.50 Strongman: Puchar Polski – Polkowice 2026
13.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Egipt – Iran
16.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Urugwaj – Hiszpania
18.30 Dzień na mundialu (16) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Raków Częstochowa
8.30 Premier League Review – magazyn piłkarski
10.30 Turbokozak – magazyn piłkarski
11.45 Turbokozak – magazyn piłkarski
13.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: PRES Grupa Deweloperska Toruń – KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa
16.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Betard Sparta Wrocław – BAYERSYSTEM GKM Grudziądz
19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA: Podsumowanie sezonu

ELEVEN SPORTS 1

6.00 LaLiga Best 11 – magazyn piłkarski
6.40 Formuła 1: Grand Prix Austrii – 1. sesja treningowa
7.45 Formuła 1: Grand Prix Austrii – 2. sesja treningowa
9.00 Formuła 3: Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
10.00 Formuła 3: Grand Prix
LIVE Austrii – sprint
11.15 Formuła 2: GP Austrii – sesja kwalifikacyjna
12.10 Formuła 1: GP Austrii
LIVE – 3. sesja treningowa
14.10 Formuła 2: Grand Prix
LIVE Austrii – sprint
15.15 Formuła 1: GP Austrii
LIVE – sesja kwalifikacyjna
17.15 Formuła 1: Grand
LIVE Prix Austrii – studio

TVP ABC

6.45 Przygody kota Filemona – serial anim.
7.05 Pamiętnik Florki
7.30 Małe i duże przygody Miffy – serial anim.
7.40 Ptyś i Bill – serial anim.
8.10 44 Koty 2 – serial anim.
8.35 Wegezaury 2 – anim.
8.40 Świnka Peppa – anim.
9.00 Tygrysek Percy – anim.
9.10 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.
9.30 Studio Stodoła
10.00 Kocie kalamburki (1)
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Go-tu-jemy (1, 2) – mag.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.

SIATKÓWKA

20.15 Liga Narodów – mecz:
LIVE Turcja – Argentyna
W tegorocznej edycji LN Argentyńczycy zakończyli pierwszą część z czterema porażkami na koncie. Turcja zanotowała bilans dwóch zwycięstw i dwóch przegranych. Ostatnie dwa spotkania bezpośrednie tych ekip wygrała Argentyna. 165 min
23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
1.00 Boks

KOLARSTWO KOBIET

21.00 Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
Tegoroczne zmagania odbędą się w Tour-du-Pin. Na liście startowej nie zabrakło Marie Le Net (zdj.), która wygrała w zeszłym roku. 90 min
22.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy
0.00 Snooker: Mistrzostwa świata w Sheffield – mecz finałowy: Shaun Murphy – Wu Yize

PIŁKA NOŻNA KOBIET

19.55 Mistrzostwa Europy
LIVE **U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026** – mecz: Szwecja – Polska
W ubiegłym roku Biało-Czerwone zakończyły czempionat Starego Kontynentu na fazie grupowej. 125 min
22.00 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy L: Panama – Anglia
1.20 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026: DR Konga – Uzbekistan

DOKUMENTALNY

20.00 Premiera: Liderzy. W centrum gry (1)
Po 9 latach występów w Polsce Jesus Imaz (zdj.) ma szansę przejść do historii jako najskuteczniejszy zagraniczny piłkarz Ekstraklasy. 60 min
21.00 Boks: Boks: BKFC Fight Night: Hammond: Cameron VanCamp – Gregoris Cisneros
0.10 Liga+ Extra – mag.
2.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock

FORMUŁA 1

18.00 Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
Oscar Piastri (zdj.) nadal czeka na pierwsze zwycięstwo w tym sezonie. Najbliżej triumfu był w GP Japonii, gdzie zajął drugie miejsce. 85 min
19.25 Formuła 2: Grand Prix Austrii – sprint
20.40 Formuła 3: Grand Prix Austrii – sprint
22.00 GP Confidential – magazyn Formuły 1
22.40 Made in Italy (8) – mag.
23.00 Serie A – mag. piłkarski

ANIMOWANY

13.45 Świnka Peppa
Kolejne przygody sympatycznej świnki Peppy, jej brata George'a oraz ich rodziców. 25 min
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.50 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (1) – mag.
15.35 Mała Marinette
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt

POLSAT SPORT 2

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **11.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.30 Magazyn sportowy **16.45** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: USA – Japonia
20.15 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Słowenia – Brazylia. Za faworytów uchodzą Canarinhos, którzy po pierwszym tygodniu rozgrywek LN mieli na koncie komplet zwycięstw. **23.00** Siatkówka **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

10.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn
11.45 Wspinaczka: Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały **12.45** Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały **14.00** Formuła E: ePrix Chin **15.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn
16.30 Snooker: Tour Championship – mecz finałowy
19.00 Golf: Travelers Championship – 3. runda **0.00** Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji

TVN TURBO

8.45 Samochód marzeń – kup i zrób (4) – mag. **9.45** Naprawy nie do naprawy (2) – mag. **10.30** Moto kombat (5) **11.15** Ciężarówką przez RPA (9)
12.15 Moto Fachury (5) – mag. **13.00** Jeździć, obserwować (7, 8) – dok., Pol. **14.30** Zawodowi handlarze (5, 6) – pr. rozr.
16.00 Wojny samochodowe (9, 11, 8) – pr. rozr. **19.00** Nic do zgłoszenia (9, 10) – dok.
21.00 Samochód marzeń – kup i zrób (1, 2) – mag. **22.55** Naprawy nie do naprawy (6-8) **1.05** Zawodowi handlarze (9) – rozr. **1.50** Wypad z kraju 2 **2.35** Megatransporty (3, 4)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Jagiellonia Białystok – Wisła Płock **8.30** Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – Włókniarz **11.25** Premier League: The Big Interview (21) – mag.
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
17.15 Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm **18.20** Premier League Stories (46) – mag.
19.00 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – ZKS Stal Rzeszów **21.30** Snooker: Championship League – 1. runda **2.45** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Raków **5.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

10.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Metz – PSG
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Wolfsburg **14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – Lecce
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Mainz **18.00** Ligue1 Season Review (36) – mag. **19.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Genoa – Inter
21.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Barcelona – Betis **23.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Stade Rennais FC

NICK JR.

15.05 Rogata ekipa 2 (6) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 7 – anim. **15.55** Świnka Peppa
16.00 Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa **16.15** Anna i przyjaciele **16.20** Świnka Peppa 8 **16.40** Psi Patrol 6 **17.00** Rubble i jego ekipa 4 – anim. **17.30** Pan Krokodyl **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona
20.00 Świnka Peppa 4 – anim. **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly – anim. **21.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim.

POLSAT SPORT 3

8.30 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **11.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
13.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
15.00 Tenis: Turniej ATP na Majorce – mecz finałowy gry pojedynczej **17.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów
20.15 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Francja – Serbia. Trójkolorowi w ostatnich latach zawodzili oczekiwania swoich kibiców. Ten sezon ma być jednak inny. **23.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów

CI POLSAT

13.15 Morgan Freeman: wielkie ucieczki 2 (1) – dok. **14.10** Dowody zbrodni 4 (17) **15.05** Absurdalne przestępstwa 2 – dok. **15.35** Absurdalne przestępstwa 3 (1) – dok.
16.00 Daj znać, jak będziesz w domu 2 (9) **17.00** Pogrzebani za domem 6 (8) – dok. **18.00** Dowody zbrodni: Wielka Brytania (2) – dok. **19.00** Zbrodnia na prowincji 2 (8) – serial dok.
20.00 Polowanie na pedofila (7) **21.00** Morderstwo w rodzinie 2 (9) – dok. **22.00** Zbrodnia na żywo (10) **23.00** Jak zostałem seryjnym mordercą (7)

POLSAT PLAY

9.20 Poszukiwacze historii (250) – serial dok. **9.50** Łowcy nazistów (7-9) – serial dokum.
13.10 Nieznany syn Hitlera **14.20** Superdziała – ostatnia nadzieja Hitlera **15.40** Tajna historia XX wieku (88) – dok.
16.00 Niezwykłe pociągi (13) **17.00** Polacy za granicą (152) – dok. **18.05** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (17-21, 222)
21.05 Wakacje z Bałtykiem (49, 50) – dok. **22.00** Polacy za granicą (154, 142) – dok. **0.05** Łowca pedofilów (162-164) **1.50** Jedziemy na ryby! (13) **2.50** Dorwać tuńczyka (10-12)

DTX

9.10 Królowie asfaltu (1) **10.10** Dwa oblicza survivalu – dok.
12.10 Królowie kempingu (1)
13.10 Militaria na warsztat (10, 12, 13, 1-3) **19.10** Będzie pan zadowolony 3 (9, 10) – pr. rozr.
20.10 Od samochodu do domu – mag. **21.10** Mistrzowie logistyki (2) – dok. **22.10** Militaria na warsztat 5 – dok. **23.10** Dwa oblicza survivalu: Brazylia **0.10** Dwa oblicza survivalu: Meksyk **1.10** Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – dok. **2.10** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (2) – dok. **3.10** Metro po szwedzku (14)

ELEVEN SPORTS 3

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Sassuolo **14.00** Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Real Oviedo
16.00 Made in Italy (1-3, 12) – mag. piłkarski **17.00** Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski **17.30** Bundesliga Special (22) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Como – Milan
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Heidenheim – FC Köln **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: RC Lens – Nice **0.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. **1.00** Hugo Sanchez – film dok.

MINIMINI+

13.21 Kicia Kocia 2 – anim. **13.37** Robotkowo **13.55** Moje urodziny **14.00** Bing **14.20** Strażak Sam 16 **14.45** Looloo Kids **15.01** Gazu, pieski, gazu! – anim. **15.28** Kicia Kocia 2 – anim. **15.45** Jeżyk Happy
16.02 Marta mówi **16.30** Mega Ekspres **16.56** Ciekawski George 7 **17.50** Moje urodziny – dla dzieci **17.55** Barbie: Delfiny z magicznej wyspy – film anim., USA 2017 **19.03** Baczne oczka **19.40** Smerfy
20.08 Cloudy & Stormy – anim. **20.35** Dolina Muminków 2 **21.01** Wierszyki domowe

Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

FILMOWE HITY DNIA

19.50 TVN

Druga połowa

HIT

KOMEDIA Młoda kobieta wikła się w miłosny trójkąt. Będzie musiała podjąć trudną decyzję.

Lekarka Magda (Marianna Zydek, zdj.) zakochuje się w dziennikarzu sportowym Mateuszu Ostrowskim (Jacek Knap, zdj.). Mężczyzna pozostaje w konflikcie z jej ojcem, selekcjonerem reprezentacji narodowej, Zbigniewem Biernatem (Cezary Pazura). Do tego o względy kobiety zabiega utalentowany, ale rozkapryszony piłkarz Jarosław Kot (Maciej Musiał). Rywale toczą zaciętą rozgrywkę, w której stawką są szczęście i miłość.

INFO: Polska 2021, reż. Łukasz Wiśniewski, wyk. Marianna Zydek, Jacek Knap **110 min do godz. 21.40**

20.00 TV PULS

Pasażer

THRILLER Michael (Liam Neeson, zdj.) spotyka w pociągu tajemniczą Joannę (Vera Farmiga, zdj.). Nieznajoma ma zaskakująco dużo informacji o nim. Zleca mu zadanie. **130 min**

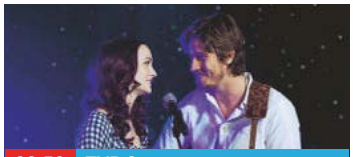
USA/Francja 2018, reż. Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson

22.20 POLSAT

Bad Boys for Life

KOMEDIA SENSACYJNA Z więzienia ucieka szefowa kartelu (Kate del Castillo). Jej tropem ruszają detektywi Burnett (Martin Lawrence, zdj.) i Lowrey (Will Smith, zdj.). **150 min**

USA/Meksyk 2020, reż. Bilall Fallah, Adil El Arbi, wyk. Will Smith, Martin Lawrence



22.50 TVP 2

Country Strong

DRAMAT OBYCZAJOWY Beau (Garrett Hedlund, zdj.) jest początkującym wokalistą. Poznaje byłą gwiazdę country (Gwyneth Paltrow). Razem ruszają w trasę koncertową. **130 min**

USA 2010, reż. Shana Feste, wyk. Garrett Hedlund, Gwyneth Paltrow, Tim McGraw

23.30 TVP 1

Za jakie grzechy

KOMEDIA Lucy (Renée Zellweger, zdj.) ma przeprowadzić restrukturyzację fabryki. Na prowincji przewartościowuje życie, zdobywa przyjaciół i zyskuje szansę na miłość. **105 min**

Kanada/USA 2009, reż. Jonas Elmer, wyk. Renée Zellweger, Harry Connick Jr., Mike O'Brien

CO OGLĄDAĆ W INTERNECIE

prime video | sky SHOWTIME | Disney+ | NETFLIX | HBO max | tv | player | CANAL+

DISNEY+ PREMIERA 26.06

The Bear 5

SERIAL OBYCZAJOWY W finale serii zespół kucharzy mierzy się z widmem zamknięcia lokalu.

Czas na zakończenie zapoczątkowanego w 2022 roku serialowego fenomenu, który w ciągu czterech lat dorobił się pokaźnej liczby nagród branżowych. Smakowita kulinarna produkcja zdobyła m.in. pięć Złotych Globów i aż dwadzieścia jeden nagród Emmy. W ostatnim sezonie personel tytułowej restauracji staje w obliczu konsekwencji decyzji Carmy'ego, który odszedł z branży. Przekonamy się, jak załoga poradzi sobie bez szefa, dzięki któremu gastronomiczny biznes odniósł ogromny sukces.

INFO: USA 2026, wyk. Ebon Moss-Bachrach, Ayo Edebiri, Lionel Boyce, Liza Colón-Zayas **8 odcinków**

NETFLIX DOSTĘPNY

Awatar: Ostatni władca wiatru 2

SERIAL FANTASY Aang, Katara i Sokka kierują się do Królestwa Ziemi, by w Ba Sing Se zdobyć wsparcie przeciw Władcy Ognia. Wpadają w wir politycznych intryg. **7 odcinków**

USA 2024, wyk. Gordon Cormier, Kiawentiio, Ian Ousley, Dallas Liu, Paul Sun-Hyung Lee

CANAL+ DOSTĘPNY

Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka

THRILLER Eve Macarro jest wyszkolona na bezlitosną maszynę do zabijania. Celem adeptki krwawego fachu staje się zemsta na ludziach, którzy odebrali jej ojca. **89 min**

USA/Węgry 2025, reż. Len Wiseman, wyk. Ana de Armas, Catalina Sandino Moreno

NETFLIX PREMIERA 01.07

Enola Holmes 3

KRYMINAŁ Enola i jej ukochany Tewkesbury przygotowują się do ślubu. Jednocześnie pani detektyw musi zmierzyć się z najtrudniejszym zadaniem w swojej dotychczasowej karierze. Wyrusza na Maltę. **105 min**

USA 2026, reż. Philip Barantini, wyk. Henry Cavill, Millie Bobby Brown, Helena Bonham Carter

APPLE TV PREMIERA 03.07

Silos 3

SERIAL SF Juliette Nichols udaje się przeżyć przymusowe czyszczenie. Traci jednak pamięć. Mieszkańcy silosu wracają do codzienności po rebelii. Czyha jednak na nich całkiem nowe zagrożenie. **10 odcinków**

USA 2026, wyk. Rebecca Ferguson, Common, Chinaza Uche, Harriet Walter, Tim Robbins

TVP 1 DVB T2

5.25 Sprawa dla reportera – magazyn interwencyjny
6.20 Słownik polsko@polski (679) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska
6.55 Słowo na niedzielę
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach
8.00 Tydzień – magazyn rolniczy
8.35 Stawka większa niż życie (6, 7) – serial wojenny, Polska 1968
11.00 Ojciec Mateusz 14 (185) – krym., Pol.
11.55 Między ziemią a niebem – magazyn
12.00 Anioł Pański – transmisja modlitwy Ojca Świętego
12.15 Między ziemią a niebem – magazyn
12.45 Portret kapłana – cykl reportaży, Pol.
13.05 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (2) – serial dok., Wielka Brytania 2023
14.10 Dom (22) – serial obyczajowy, Pol. 2000
16.00 Dziedzictwo (962) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Żona dla Polaka (4) – reality show, Polska 2024
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.05 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)
Pojedynkiem na Los Angeles Stadium rozpocznie się faza pucharowa. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach A i B. Szansę na udział w tym spotkaniu ma reprezentacja Kanady. 160 min
23.30 Za jakie grzechy – komedia romantyczna, Kan./USA 2009, 105 min (FILM)
1.15 Pelé: Narodziny legendy – dramat biograficzny, USA 2016, reż. Jeff Zimbalist, Michael Zimbalist, 115 min (FILM)
3.10 Rzymskie wakacje – komedia romantyczna, USA 1953, reż. William Wyler, 120 min (FILM)

TVP 2 DVB T2

3.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
3.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Argentyna (LIVE)
6.30 M jak miłość (1916) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Tamte lata, tamte dni – magazyn
11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko, Polska 2026
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1874) – teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 (9) – widowisko, Polska 2025
16.15 „Nadzieja mimo wszystko". Koncert Fundacji Anny Dymnej – koncert, Polska 2026
17.15 Maxima. Droga na tron (1) – serial biograficzny, Holandia 2024
18.20 Pan Mama (59) – serial komediowy, Polska 2026
Miras niespodziewanie zdobywa popularność w internecie. Po nietypowej sesji terapeutycznej Sylwester i Patrycja całują się. 35 min
18.55 Kocham Cię, Polsko! (3) – program rozrywkowy, 90 min
20.25 Postaw na milion – teleturniej

KONCERT

21.25 Wschód Kultury. Europejski Stadion Kultury 2026 – Koncert Kolektywów – Polska 2026
Podczas koncertu w Rzeszowie polskie gwiazdy stworzą duety z zagranicznymi artystami. Na liście wykonawców znajdą się m.in. Bovska i Jerry Heil, Mery Spolsky (zdj.) i Tamada oraz Ralph Kaminski i Faux Real. 85 min
22.50 Country Strong – dramat obyczajowy, USA 2010, reż. Shana Feste, 130 min (FILM)
1.00 Krucjata 2. Znak bliźniąt (13-ost.) – serial kryminalny, Polska 2024
2.05 Wielkie wesele – komedia romantyczna, USA 2013, 100 min (FILM)
3.45 Rodzinka.pl (184) – serial kom., Polska

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.00 halo tu polsat – magazyn
11.35 Smerfy 2 – film familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell, 130 min (FILM)
13.45 RV: Szalone wakacje na kółkach – film familijny, USA/Niemcy/Wlk. Bryt. 2006, reż. Barry Sonnenfeld (FILM)
Skupiony na pracy Bob (Robin Williams) chce naprawić relacje z zaniedbywanymi bliskimi. Obiecuje im wyprawę na Hawaje. Na zlecenie szefa musi jednak załatwić pilne sprawy w Kolorado. By nie rozczarować rodziny, rusza z nią w pełną przygód podróż kamperem. 130 min
15.55 Piraci z Karaibów: Na nieznanych wodach – film przygodowy, USA 2011, reż. Rob Marshall (FILM)
Król żąda, by Jack (Johnny Depp) odnalazł Fontannę Młodości. W jednej z tawern pirat spotyka córkę niesławnego Czarnobrodego, Angelikę (Penélope Cruz). Tak zaczyna się kolejna eskapada. 175 min
18.50 Wydarzenia, sport i pogoda
19.35 Państwo w państwie (618) – program publicystyczny

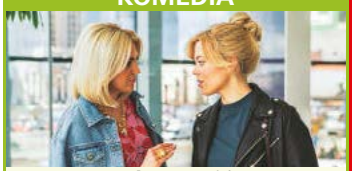
SIATKÓWKA

19.50 Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna (LIVE)
Zespół Nikoli Grbicia spróbuje zrewanżować się mistrzom Ameryki Południowej za porażkę 1:3 w ubiegłorocznym Memoriale Huberta Wagnera. Jeśli mu się uda, zbliży się do wywalczenia awansu do finałów LN. 150 min
22.20 Bad Boys for Life – komedia sensacyjna, USA/Meksyk 2020, 150 min (FILM)
0.50 Nigdy więcej – thriller, USA 2002, reż. Michael Apted, 145 min (FILM)
3.15 Świat według Kiepskich (381, 382) – serial komediowy, Polska 2012
4.25 Kabaretowa Ekstraklasa (132) – program rozrywkowy

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1682) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Bez kompleksów (8) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn, Polska 2026
11.30 Co za tydzień – magazyn kulturalny
12.10 Ugotowani (4) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2025
13.20 Bella i Sebastian 2 – film familijny, Francja 2015, reż. Christian Duguay (FILM)
Sebastian (Félix Bossuet) czeka na przyjazd swojej przyjaciółki (Margaux Châtelier). Dowiaduje się, że awionetka, którą leciała dziewczyna, zaginęła. Razem z psem Bellą wyrusza na jej poszukiwania. 125 min
15.25 Nieoczekiwana zmiana miejsc – komedia, USA 1983, reż. John Landis (FILM)
Złodziejaszek Billy (Eddie Murphy) i obiecujący biznesmen Louis (Dan Aykroyd) padają ofiarą manipulacji znudzonych życiem miliarderów. Kiedy obaj odkrywają prawdę, postanawiają odegrać się na intrygantach. 145 min
17.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywkowy
19.00 Fakty, sport i pogoda

KOMEDIA



19.50 Druga połowa – Polska 2021, reż. Łukasz Wiśniewski (FILM)
Pełna humoru romantyczna opowieść z efektownym sportowym tłem. W główną rolę wcieliła się znana m.in. z „Warszawianki" Marianna Zydek (zdj.). Na ekranie pojawia się także piłkarz Grzegorz Krychowiak. 110 min (HIT)
21.40 Za miłość – koncert, Polska 2026
23.30 Adwokat diabła – thriller, USA/Niemcy 1997, 185 min (FILM)
2.35 Szpital św. Anny (124, 125) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.40 Uwaga! – magazyn reporterów
4.55 Nauka jazdy 5 (10) – pr. rozrywk.
5.20 Recepta na stary dom 3 (2) – pr. rozr.

TV4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (190) – reality show, Polska
7.00 Nieznane zdjęcia Hitlera (1, 2) – serial dokumentalny, Wielka Brytania 2022
9.00 Galileo (1176, 1177) – program popularnonaukowy
11.15 Linia ryzyka – film sensacyjny, USA 2007, reż. Andy Cheng, wyk. Nathan Phillips, Nadia Bjorlin, Angus Macfadyen, Eddie Griffin, 105 min (FILM)
13.00 Stan oblężenia – thriller, USA 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis, Tony Shalhoub, 155 min (FILM)
15.35 Terminator: Ocalenie – thriller s.f., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2009, 140 min (FILM)
17.55 Uroczysko (167-170) – serial krym., Polska
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1000-1003) – serial kryminalny, Pol. 2026
0.00 STOP Drogówka – magazyn policyjny
1.05 Polowanie na Hitlera (1, 2) – serial dok.
3.05 Interwencja – magazyn reporterów
3.25 Lubię disco! (270) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – program muzyczny
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Taki jest świat 11 (26) – program inform.
6.40 Kobra – oddział specjalny (18) – serial sensacyjny, Niemcy 2015
7.45 Don Matteo: Boski detektyw 14 (15, 16) – serial kryminalny, Włochy 2024
9.55 Zaklinaczka duchów 4 (64, 65) – serial fantasy, USA 2008-2009
11.50 Agent XXL 2 – komedia, USA 2006, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, Nia Long, Emily Procter, Zachary Levi, 115 min (FILM)
13.45 Złote dziecko – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, 120 min (FILM)
15.45 Need for Speed – film sensacyjny, USA/Filipiny/Irlandia 2014, reż. Scott Waugh, wyk. Aaron Paul, Dominic Cooper, 160 min (FILM)
18.25 Jumper – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, 95 min (FILM)
20.00 Niedziela z gwiazdami: Pasażer – thriller, USA/Francja 2018, 130 min (FILM)
22.10 Bóg zemsty – dramat sensacyjny, USA 2011, reż. Roger Donaldson, 125 min (FILM)
0.15 Skazany – film sensacyjny, USA 2017, reż. Ric Roman Waugh, wyk. Nikolaj Coster-Waldau, Omari Hardwick, Lake Bell, Jon Bernthal, 155 min (FILM)
2.50 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8) – program rozrywkowy
7.00 Taki jest świat 11 (26) – program inform.
7.20 Aukcja w ciemno 3 (25, 26) – serial dok.
8.20 Aukcja w ciemno (1) – serial dok., USA
8.45 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11) – serial dok., Pol. 2015
10.10 Zwariowany weekend – komedia, Francja/Włochy 1968, 105 min (FILM)
11.55 Gamoń – komedia, Francja/Wł./Hiszp. 1965, 145 min (FILM)
14.20 Najpiękniejsze baśnie: Szczęśliwy pechowiec – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2012, reż. Jiří Strach, 140 min (FILM)
16.40 Najpiękniejsze baśnie: Uczeń zegarmistrza – baśń filmowa, Czechy/Słowacja 2019, 125 min (FILM)
18.45 Królewna Śnieżka – baśń filmowa, Niemcy 2009, 75 min (FILM)
20.00 Centurion – dramat przygodowy, Wielka Brytania 2010, reż. Neil Marshall, 120 min (FILM)
22.00 Dzielnica strachu 9 (398-402) – krym.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 9 (475) – serial obyczajowy, Polska 2021
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (182)
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (496)

TVN 7 DVB T2

5.05 Szkoła (756) – serial paradokum., Pol. 2019
6.05 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie 2 (23) – program rozrywkowy
7.00 Nowe Zwariowane Melodie – serial animowany, USA 2018
7.30 Kroniki Spiderwick – film fantasy, USA 2008, reż. Mark Waters, wyk. Freddie Highmore, Sarah Bolger, 120 min (FILM)
9.30 Ukryta prawda (1420-1424) – serial paradokumentalny, Pol. 2022
14.35 Szpital św. Anny (15, 16) – serial obycz.
16.35 Detektywi (328) – serial fabularno-dokum.
17.40 Footloose – film muzyczny, USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 140 min (FILM)
20.00 Na zabójczej ziemi – film sensacyjny, USA 1994, reż. Steven Seagal, 135 min (FILM)
22.15 Oszukać przeznaczenie 4 – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, 95 min (FILM)
23.50 Mroczna dzielnica – film sensacyjny, USA/Australia/Kanada 2001, 135 min (FILM)
2.05 Żyjąc z potworem 8 (15) – serial dok.
3.05 Fachowcy (1) – serial paradok., Pol. 2017
3.40 Dorota was urządzi! (11, 12) – pr. rozr.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

12.50 Słowo na niedzielę
13.00 Transmisja mszy świętej z parafii Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Gietrzwałdzie
14.15 Janosik (11, 12) – przyg.
16.00 Niedziela z... – pr. kult.
16.45 63. KFPP w Opolu – 45 lat. Jubileusz Lady Pank – skrót koncertu
17.05 Ja wam pokażę! (8) – serial obycz., Pol. 2007
17.55 Teleexpress
18.15 Kabaretomaniacy
19.10 „Nadzieja mimo wszystko". Koncert Fundacji Anny Dymnej – Polska 2026
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.40 Rosół polski (28) – mag.
7.15 Okrasa łamie przepisy
8.20 Górna półka smaku (1)
8.55 Kiedyś to było... – mag.
9.30 Koło fortuny (2038)
10.10 Tańcząca ze światem – Malta (4) – magazyn
10.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (7)
11.50 Postaw na milion
13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (7)
14.05 Program rozrywkowy
14.25 Przyrodnik na tropie (36) – serial dokum., Pol.
15.00 Olga Lipińska zaprasza (6) – talk-show
15.50 Va banque (964, 965)
17.00 Koło fortuny (2039)
17.40 Szansa na sukces. Opole 2026 2 (8)
18.45 Łowcy śmiechu (2)
19.50 Moje przeboje (11)

TTV HD DVB T2

8.45 Nic do zgłoszenia 5 (2)
9.45 Express – pr. inform.
10.05 Idź na całość 2 (3)
11.05 Zakup w ciemno 7 (25)
12.05 Zakup w ciemno 4 (30)
13.10 Zakup w ciemno extra (26) – reality show
13.40 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – serial fab.-dok.
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (10)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (9)
17.10 Życie na kredycie 8 (5)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport – pr. inf.
18.10 Życie na kredycie 8 (6)
18.45 Żony Podlasia 3 (4)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Zakup w ciemno 7 (26) – reality show, Pol. 2026
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (2)

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Sekrety rodziny (149) – serial paradokum., Pol.
7.30 Z klimatem i z pasją (247) – program publicystyczny
8.00 Sekrety rodziny (150) – serial paradokum., Pol.
9.00 Trudne sprawy (977-981) – serial paradokum., Polska 2020
14.00 Sekrety rodziny (151) – serial paradokum., Pol.
15.05 Więzienie kobiet (110-113) – serial dok.
17.00 Nasz nowy dom (364) – reality show, Pol. 2026
18.20 Spider-Man: Bez drogi do domu – film przygodowy, USA 2021, reż. Jon Watts, wyk. Tom Holland, Zendaya, 185 min

POLSAT FILM

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (169) – pr. rozr.
7.55 Sąsiedzi – anim. ●
8.25 Byli sobie podróżnicy – serial anim., Fr. 1997
10.15 Jeźdźcy smoków na końcu świata – serial anim., USA 2016
11.40 Rodzina Addamsów 2 FILM – film animowany, USA/Kanada 2021, 115 min
13.35 Małolaty na obozie FILM – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, 110 min
15.25 Jaś Fasola: Nadciąga totalny kataklizm FILM – kom., Wielka Brytania/USA 1997, 115 min
17.20 Hancock – film sens., FILM USA 2008, 100 min
19.00 Ghost Rider 2 FILM – thriller s.f., USA/ZEA 2011, 120 min

AXN

6.05 Smerfy: Poszukiwacze zaginionej wioski FILM – film animowany, USA/Hongkong 2017, reż. Kelly Asbury, 90 min
7.35 FBI: Most Wanted 4 (13) – serial kryminalny, USA 2022
8.25 Zabójcza broń 3 (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2018
10.25 MacGyver 2 (1-5) – serial akcji, USA 2017-2018
15.10 FBI: Most Wanted 3 (9-13) – serial kryminalny, USA 2020
W centrum handlowym dochodzi do strzelaniny. Gibson, Ortiz i Gaines wraz z policją mają zlokalizować ładunki wybuchowe. 290 min

20

KRYMINALNY

20.50 Komisarz Alex 23 (283) Zamordowano małżeństwo. Świadkiem był chłopiec, który narysował buty sprawcy. To cenna wskazówka dla śledczych. 50 min
21.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską
23.40 Babylon Tour (2)
0.30 Dwa serduszka, cztery oczy – Grażyna Auguścik i Urszula Dudziak – widowisko
0.40 Ja wam pokażę! (8) – serial obycz., Pol. 2007

ROZRYWKA

20.30 Kocham Cię, Polsko! (5) Swoją wiedzę o naszym kraju sprawdzi m.in. II Wicemiss Świata 2025 Maja Klajda. Program prowadzi Marzena Rogalska (zdj.). 90 min
22.00 Postaw na milion – teleturniej
0.00 Koło fortuny (2039, 2033) – teleturniej
1.30 Do śmiechu! (68, 69) – program rozrywkowy
3.35 Kabaret Letnią Porą (31) – program rozrywk.

DOKUMENTALNY

22.00 Żony Podlasia 3 (5) Benia, która ma nowy dom i kupiła samochód, planuje także zmianę pracy. Magda z Jackiem chcą przerobić strych na pokój. 60 min
23.00 Nic do zgłoszenia 5 (3) – serial dokum., Pol. 2025
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (14) – serial fab.-dok.
1.00 Kanapowcy 5 (3) – rozr.
2.00 SOS. Ekipy w akcji (7, 8) – serial paradok.
4.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (511)

SCIENCE FICTION

21.25 Blade Runner FILM **2049** – USA/Wielka Brytania/Węgry 2017 Oficer policji K (Ryan Gosling, zdj.) dowiaduje się o groźnym spisku. By mu zapobiec, musi wytropić byłego łowcę androidów Ricka Deckarda (Harrison Ford, zdj.). 200 min
0.45 Cicha noc – horror FILM komediowy, Wielka Brytania 2021, 115 min ●
2.40 Wydarzenia
3.20 #Jesteśmy dla dzieci
3.50 Interwencja – mag.

SENSACYJNY

21.00 Maksimum FILM **ryzyka** – USA 1996 Francuski policjant Alain Moreau (Jean-Claude Van Damme, zdj.) dowiaduje się, że zginął jego brat bliźniak. Rusza tropem zabójców. 120 min
23.00 Bejbis – komedia, FILM Polska 2022, 155 min
1.35 Ślad (27) – serial krym.
2.35 Gliniarze (345, 346) – serial paradokum., Pol.
4.35 Na ratunek 112 (852, 853) – serial paradokum., Polska 2023

SENSACYJNY

20.00 Uprowadzona 2 FILM – Fr./USA/Turcja 2012 Były agent Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.) jedzie na wakacje do Stambułu. Staje do walki z bandytami, którzy zagrażają jego rodzinie. 120 min
22.00 Uprowadzona 3 FILM – film sens., Fr./Hiszp./USA 2014, 130 min
0.10 Hostel 3 – horror, USA FILM 2011, reż. Scott Spiegel, 110 min ●
2.00 Legion – thriller, USA FILM 2010, 115 min

TVP HISTORIA DVB T2

10.55 Wszystkie kolory świata **11.55** Wenecja, miasto wyrosłe z bagien **13.00** Attenborough i jurajski potwór morski **14.00** Flesz historii (767) **14.30** Cwał – komediodram., Polska 1995 **16.20** Starożytne mocarstwa (3) – serial dok. **17.15** Ex Libris – mag. **17.40** Blisko, coraz bliżej (9) – obycz. **19.00** Islandia: na granicy zimnej wojny (2) **20.05** Byliśmy pierwsi. Poznań '56 **21.00** Poznań '56 – dramat społeczny, Polska 1996 **23.00** 2026 rokiem Andrzeja Wajdy: Niewinni czarodzieje – dram. obycz., Polska 1960 **0.40** Siostry. Dziesięć panien mądrych

TVP KULTURA DVB T2

12.35 14. Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '76. Mikrofon i ekran – pr. rozr. **14.20** Zabawka – kom., Francja 1976 **16.05** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (1) – serial obycz. **17.15** Niedziela z... – program kult. **18.05** Niedziela z... Alicją Majewską i Włodzimierzem Korczem: Majewska – Korcz okrągłe 31 lat – koncert **18.55** Niedziela z... Alicją Majewską i Włodzimierzem Korczem: Benefis Włodzimierza Korcza **20.00** Valmont – dramat kostiumowy, Francja/Wielka Brytania/USA 1989 **22.25** Kulturalni (24) – magazyn kulturalny

SUPER POLSAT DVB T2

7.15 Była sobie Ziemia (18-22) **10.00** SuperMocni (2, 3) – mag. **11.05** Klopsiki i inne zjawiska pogodowe – anim., USA 2009 **12.55** Duże dzieci – komedia, USA 2010, reż. Dennis Dugan **15.05** Venom – film s.f., Chiny/USA 2018 **17.30** Polacy w świecie (11) **18.00** Świat według Kiepskich (121, 540) **19.00** Randka w ciemno (1, 2) **21.00** Na południe od nieba – krym., USA 2021 **23.20** Wieczorówka – kom., USA/Chiny 2018 **1.50** Backdoor. Wyjście awaryjne (8) **2.20** Świat według Kiepskich (87, 137, 357) **3.55** Nasz nowy dom (231, 232)

ZOOM

8.00 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (8) – dok. **8.30** Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) – mag. **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.45** Sensacje XX wieku (28, 29) **14.00** Stawka większa niż życie (11, 12) – wojenny **16.45** Brunet wieczorową porą – kom. obycz., Pol. 1976 **18.45** Kabaretowe przeboje (5) **19.50** I love kabaret EXTRA (21) – rozr. **20.00** Hity polskiego kabaretu 7 (2, 7) – pr. rozr. **22.00** Eksperyment: Odsiadka (6) **23.10** Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski (2) – pr. rozr. **0.20** Adam szuka Ewy. Niemcy (2) – rozr.

METRO

6.45 Gorączka złota 9 (22) – serial dok. **8.05** Klan z Alaski – dok. **10.05** The Floor (5, 6) **11.35** Psy i koty – film familijny, USA 2001 **13.30** Diagnoza (4, 5) – serial obycz., Pol. **15.30** Kryminalni (13) **16.35** Kryminalni 2 (1, 2) – krym. **18.50** Milionerzy (619, 620) – telet. **20.00** Yellowstone (2, 3) – serial obycz. **22.05** Na zabójczej ziemi – sens., USA 1994 **0.05** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (9) **1.10** Szpital (768) – paradok. **2.10** Szkoła (519) **3.15** Formuła E: ePrix Chin – podsumowanie **4.10** Nowa Maja w ogrodzie 4 (18, 19)

ALE KINO +

8.20 Arktyka – dramat przygodowy, Islandia 2018 **10.20** Szczęki. Megahit Hollywoodu **11.35** The Office PL 2 (10-12) – serial kom. **13.30** Porwanie Heinekena – dramat sens., Belgia/Holandia/USA 2015 **15.15** Sprawa nierozwiązana (6-10) **17.45** Włamanie na śniadanie – kom. krym., USA 2001 **20.10** Detektyw Surprenant: Morderstwo na wyspie (1-6) – krym. **1.40** Poof – krótkometraż. **2.00** Minuta ciszy (6-ost.) – obycz., Pol. **3.00** Julia wraca do domu – dramat obycz., Niemcy/Kan./Pol. 2002 **4.55** Kot **5.05** Klangor (6) – krym.

TV TRWAM DVB T2

17.00 Natura et Homo **17.30** Sól ziemi – kult. **17.55** Poczet wielkich Polaków – pr. hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone – publ. **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Baśniowy teatr lalek **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Retrospekcja – pr. publ. **21.45** Stan bezpieczeństwa państwa – pr. publ. **21.55** Święty na każdy dzień **22.00** Mocni Jego mocą **22.30** Muzyczne chwile – kult.

ANTENA HD DVB T2

7.10 Oszukali przeznaczenie. Historie prawdziwe 13 (3, 4) – dok. **8.05** Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (3) – dok. **9.00** Co Polak potrafi na drodze? (6) – pr. rozr. **10.05** Ewakuacja Ziemi (5, 6) – dok. **12.05** Polska. Największe tajemnice (5, 6) – pr. rozrywk. **14.00** Łowcy skarbów 2 (20-22) **17.00** Łowcy skarbów 3 (1) – przyg. **18.00** 77 TV 5 (30, 5) **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (25, 26) **0.10** Uprowadzona Elizabeth Smart – dramat biograf., USA 2017 **1.55** 77 TV 5 (17, 18) **4.25** 77 TV 3 (13)

TVS

7.15 Klachy i Lachy – rozr. **8.05** Przy muzyce po Śląsku **8.35** Muzyczne dzień dobry **9.35** Przy muzyce po Śląsku **10.55** Klachy i Lachy **11.25** Muzyczne podróże Karoliny Treli – rozr. **12.20** Hansi Hinterseer zaprasza **14.30** Śląska karuzela **16.00** Koncert życzeń **17.50** Szlagierowa lista – pr. muz. **19.45** Koncert w TVS – pr. muz. **21.45** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Miłość to najlepsza terapia – obycz., Niemcy 2023 **23.35** Śląska karuzela – pr. muz. **1.20** Program kulinarny **2.50** Pasmo ciekawostek

WP DVB T

11.05 Pogoda (56) – pr. inform. **11.10** Hitler: morderczą obsesja (1, 2) **13.10** Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (6) **14.05** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (10) **15.05** Strażacy z sąsiedztwa 2 (10) – dok., Pol. **16.00** Policjanci w akcji (6) **16.55** Pogoda (56) **17.00** Policjanci z sąsiedztwa 3 (8-10) – dok. **20.00** Policjanci z sąsiedztwa 2 (1, 2) – dok. **21.55** Pogoda (56) **22.00** Kabaret na żądanie (3) – rozr. **22.55** Mistrzowie Kabaretu 14 (7) – rozr. **23.55** Mistrzowie Kabaretu 17 (3) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 10 (2)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

19.00 Disco Polo Live (848) **20.00** Kochamy Lata 90! – muz. **21.00** Czekając na imprezę (3) – dok. **21.30** 10 najlepszych... (39) – muz. **22.00** Co my tu robimy? Fajnie się bawimy (30) **23.00** Hit za hitem

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Lekarze na start (13-18) – serial obyczajowy, Pol. 2017 **10.20** Poirot 3 (1-4) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1991 **14.55** Zatraceni w miłości (16-20) – telenowela, Turcja 2023 **20.00** Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (3) – serial kryminalny, Australia 2019 **21.00** Morderstwo to nic trudnego (2) – serial krym., Wlk. Bryt. **22.00** Poirot 12 – serial krym., Wlk. Bryt./USA **23.55** Zatraceni w miłości (16-20) – telen., Turcja 2023 **4.20** Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (2, 3) – serial kryminalny, Australia

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (6, 7) – magazyn poradnikowy
7.00 Przygody Myszki – serial animowany ●
7.25 Reksio – serial anim. ●
7.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
8.25 Basia sama w domu FILM – komedia, 2021, 105 min
10.10 Pan Anatol szuka FILM **miliona** – komedia obycz., 1958, 105 min
11.55 Podróż za jeden FILM **uśmiech** – film przyg., 1972, 115 min
13.50 Wielka majówka – film FILM obycz., 1981, 120 min
15.50 Pokaż, kotku, co masz FILM **w środku** – komedia, 2011, 120 min
17.50 Piłsudski – film FILM biograf., 2019, 130 min

TVP SERIALE

5.25 Na sygnale (856, 857) – serial fabularno-dokum.
5.55 Na sygnale (857) – serial fab.-dokum., Polska 2026
6.30 Czterdziestolatek (14-16) – serial obycz.
9.45 U Pana Boga w ogródku (6, 7) – serial komediowy, Polska 2008
11.25 Czterej pancerni i pies (1, 2) – serial wojenny, Polska 1966
13.35 Ojciec Mateusz 29 (373, 374) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 24 (302) – serial kryminalny, Polska 2025
16.30 Ranczo 8 (95) – serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Czterej pancerni i pies (3, 4) – serial wojenny, Polska 1966

13 ULICA

6.15 Follow (4) – serial sensacyjny, Francja 2023
7.00 Na granicy: FILM **Demokracja umiera w ciemności** – krym., Niemcy 2018, 120 min
9.00 Chicago P.D. 10 (20-22): Walka; Nowe życie; Lepsze miejsce – serial kryminalny, USA 2022
11.40 Chicago P.D. 11 (1-7) – serial kryminalny, USA 2024
18.05 Niewidomy detektyw (3): Podpalacz z Wiednia – serial kryminalny, Austria/Niemcy 2019 Dyrektorka prestiżowej szkoły zostaje podpalona i wkrótce umiera. Śledztwo prowadzi detektyw Laura. 115 min

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (770) – serial paradokum., Polska 2019
6.00 Kino w drodze (3) – program kulturalny
6.30 Po pierwsze kino (9) – program rozrywkowy
6.35 Prawo Agaty 3 (9-11) – serial obycz., Pol. 2013
9.30 Liga potworów FILM – film animowany, USA 2022, 125 min
11.35 Znachor – dram. obycz., FILM Polska 1981, 175 min
14.30 Cast Away: Poza FILM **światem** – dramat przygodowy, USA 2000, 185 min
17.35 Aquaman i zaginione FILM **królestwo** – film s.f., USA/Australia/Islandia 2023, reż. James Wan, wyk. Jason Momoa, Ben Affleck, 145 min

TVP HD

6.00 Na dobre i na złe (979) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 5 (64) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (201, 202) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 19 (244, 245) – serial krym.
10.45 Czy wiesz, że? (283)
11.20 Na sygnale (633, 634) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 5 (67) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (31) – serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 5 (61, 62) – serial obycz., Pol. 2011
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
17.45 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
18.20 Ojciec Mateusz 24 (309) – krym., Pol. 2020

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 2 (9-12) – krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson & Rex 8 (4, 6, 7) – serial kryminalny, Kanada 2024
13.00 Top Dog. Ameryka (1) – serial dokumentalny
14.30 Komisarz Rex FILM **– Początek** – film kryminalny, Niemcy/Austria 1997, reż. Oliver Hirschbiegel, 120 min
16.30 Tata i małolata FILM – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, wyk. Gérard Depardieu, Katherine Heigl, Dalton James, 110 min
18.20 Motylem jestem, czyli FILM **romans czterdziestolatka** – komedia obyczajowa, Polska 1976, reż. Jerzy Gruza, 100 min

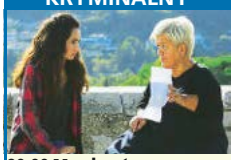
DRAMAT

20.00 Boże Ciało FILM – 2019, reż. Jan Komasa Po opuszczeniu poprawczaka Daniel (Bartosz Bielenia, zdj.) trafia do wsi, której mieszkańców podzieliła tragedia. Udaje księdza. 140 min
22.20 Job, czyli ostatnia FILM **szara komórka** – kom. obycz., 2006, 115 min
0.15 Ekstradycja 3 (1, 2)
2.55 Co dzień bliżej nieba FILM – dramat obyczajowy, 1984, 145 min
5.20 Przez ciebie, po tobie

KRYMINALNY

19.40 Ojciec Mateusz 29 (375-377) – Polska 2023 Dziennikarz Galos postanawia przeprowadzić z Mateuszem wywiad do książki biograficznej. Następnego ranka mężczyzna znika. 175 min
22.35 Ranczo 8 (96, 97) – serial obycz., Pol. 2014
0.20 Rodzinka.pl (292, 293)
1.25 Korona królów. Jagiellonowie (7, 8)
2.25 Erynie (5) – krym., Pol. ●
3.25 Londyńczycy (1)
4.15 Polowanie na ćmy (3)

KRYMINALNY



20.00 Morderstwo FILM **w Saint-Paul De Vence** – Francja 2017 W hotelowym basenie zostaje znalezione ciało kobiety. Kapitan policji Marie (Mimie Mathy, zdj.) jest pewna, że nie był to wypadek. 120 min
22.00 Morderstwa w Tours FILM – film kryminalny, Francja 2018, 120 min
0.00 Zbrodnia w Luberon FILM – krym., Fr. 2018, 125 min
2.05 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – sens.

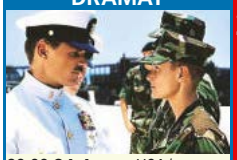
SCIENCE FICTION

20.00 Jestem legendą FILM – USA/Australia 2007 Tajemniczy wirus zmienia ludzi w zombi. Ocalały naukowiec (Will Smith, zdj.) szuka antidotum, aby ocalić świat przed zagładą. 140 min
22.20 Randka w ciemno FILM – komedia romantyczna, Polska 2009, 105 min
0.05 Top Gun – film sens., FILM USA 1986, 145 min
2.30 Top 100: filmy wszech czasów (7) – pr. rozrywk.
3.05 Szkoła (741) – paradok.

OBYCZAJOWY

19.20 Ranczo 6 (71-73) – Pol. Kusy kwestionuje program szkolny. Zmusza dyrektorkę do przepytania dawnych uczniów z zaliczonego przez nich materiału. 180 min
22.20 Dzieci i ryby FILM – komedia obyczajowa, Polska 1996, 115 min
0.15 Ogniem i mieczem (3, 4-ost.) – serial hist.
2.25 Miłość, ślub i inne FILM **nieszczęścia** – komedia romantyczna, USA 2020, 110 min

DRAMAT



20.00 G.I. Jane – USA/ FILM Wielka Brytania 1997 Porucznik Jordan O'Neil (Demi Moore, zdj.) dołącza do oddziału komandosów. Udowadnia, że kobieta może czynnie służyć w armii. 160 min
22.40 Karma – thriller, USA FILM 2015, reż. Diane Bell, wyk. Jessica Biel, 115 min
0.35 Haker – komedia sens., FILM Polska 2002, 105 min
2.20 Cicha noc – dramat FILM obyczajowy, Polska 2017, 130 min ●

CANAL+ PREMIUM

11.40 Larger than Life: Złota era boysbandów – dok., USA 2024 **13.15** Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025 **14.40** Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Fr. 2024 **16.20** Making of CANAL+ – magazyn filmowy **16.30** Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004 **18.15** Niania w Nowym Jorku – komedia romantyczna, USA 2007 **20.00** Premiera: Herosi wojny – thriller, USA 2024 **21.45** The Killer – thriller, USA/Kanada/Korea Południowa 2024 **23.50** Być kochaną – dramat obycz., Norwegia/Szwecja 2024

CANAL+ FILM

12.15 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017 **14.15** L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy – komedia, Polska 2025 **15.50** Asekuracja **16.15** Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Pol. 2024 **17.45** Jason Bourne – thriller, USA 2016 **19.45** Łapu capu – program rozrywkowy **20.00** Canal+ Film w akcji: Gdy zgasną światła – film sens., USA 2024 **21.25** Canal+ Film w akcji: Wojna o przetrwanie – horror, Australia 2025 **23.35** Innego końca nie będzie – obycz., Pol. 2024 **1.00** Trzy miłości – thriller erot., Pol. 2025

FILMBOX+ ONE

9.00 Stawka większa niż życie (7, 8) – serial wojenny, Polska **11.35** Kung Fu Panda 2 – anim., USA/Kanada 2011 **13.15** Ściśle tajne – komedia, USA 1984 **15.10** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – anim., USA/Japonia/Kan. 2023 **17.30** BFG: Bardzo Fajny Gigant – film familijny, USA/Indie 2016 **20.00** Niepokonani – dramat przyg., USA/Polska/ZEA 2010 **22.45** Millennium: Zamek z piasku, który runął – dramat krym., Dania/Niemcy/Szwecja 2009 **1.45** Anatomia strachu – thriller, USA 2011 **3.50** Cimarron Strip (13) – przyg., USA

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (16-20) – kom. **8.30** Teoria wielkiego podrywu 4 (24) **9.00** Teoria wielkiego podrywu 5 (1-10) **13.35** Przyjaciele 4 (22-24) **15.05** Przyjaciele 5 (1-3) – serial kom. **16.35** Tata ma plan (11-13) – kom. **18.05** Naga broń 2 1/2: Kto obroni prezydenta? – komedia sensacyjna, USA 1991 **20.00** Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga – komedia, USA 1994 **21.50** Colin od rachunków (1, 2) **23.05** Comedy Club 4 (7, 8) **0.05** Miasteczko South Park (3-6) **2.00** Pracoholicy 2 (1-4) **4.00** Śmieszniej nie będzie 5 (17-20) – pr. rozr.

HBO

10.35 IO – dramat obyczajowy, Polska/Włochy 2022 **12.00** Wichrowe wzgórza – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania 2026 **14.15** Kochanek królowej – dramat hist., Dania/Szwecja/Czechy 2012 **16.30** Do usług szanownej pani – komediodramat, Luksemburg/Francja 2023 **18.20** Co będzie dalej? – komediodramat, USA 2023, reż. Meg Ryan **20.00** Premiera: Księgowy 2 – thriller, USA 2025 **22.15** Queer – dramat obyczajowy, Wł./USA 2024 **0.30** Zaułek koszmarów – dramat psycholog., Kanada/Meksyk/USA 2021

FX

5.00 Grey's Anatomy: Chirurdzy (15) **5.55** 9-1-1 (16) **6.50** FBI 3 (14, 15) **8.40** CSI: Kryminalne zagadki Miami (17-19) – krym. **11.25** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3-5) – krym. **14.10** Agenci NCIS (24) **15.05** Agenci NCIS 10 (1) – sens. **16.00** Z archiwum X (13, 14) – s.f. **17.55** Faceci w czerni – komedia s.f., USA 1997 **19.55** Premiera: Faceci w czerni 3 – komedia s.f., USA 2012 **22.05** Szklana pułapka 2 – film sensacyjny, USA 1990 **0.30** Na krawędzi – sens., USA/Fr./Włochy 1993 **2.50** Zabójcze umysły 14 (3, 4) – serial krym.

CANAL+ 360

12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Raków **14.15** Wolne duchy. Starcie z żywiołami (8) – dok. **15.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) – dok., Niem. 2023 **16.05** Zabójcze drogi (4) – dok. **17.00** Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (3) **18.00** Sung Kang – szybki i dociekliwy (4) – dok. **19.00** Co poszło nie tak 3 (1) – dok., Wlk. Bryt. **20.00** Porzucone konstrukcje (5) – dok. **21.00** Premiera: W trasie z Normanem Reedusem 3 (6) **22.00** Słodko-gorzki – dramat obycz., Polska 1996

BBC FIRST

8.35 Śmierć z dala od palm (1) – krym. **9.40** Lewis 9 (3, 4) **11.45** Ale akcja! 2 (5-7) **13.45** Śmierć pod palmami 15 (1) **14.55** Ojciec Brown (6) – krym. **15.55** Tajemnice Brokenwood 11 (6) **17.50** Ulica nadziei 5 (7) – serial krym. **18.50** Detektyw z Chelsea (3) – serial krym. **19.50** Śmierć pod palmami 15 (2) – krym. **21.00** Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym. **22.55** Annika (1) **0.00** Na niebieskich światłach 3 (1, 2) **2.15** Tajemnice Brokenwood 12 (1) – krym. **4.05** Ulica nadziei 5 (7) **4.55** Ale akcja! 2 (6, 7)

ROMANCE TV

12.40 Gabinet z widokiem na morze: Cała naprzód! – film obycz., Niem. 2025 **14.30** Detektyw von Fock (5, 6) – krym. **16.20** Nord Nord Mord – Tajemnica Clüvera – komedia kryminalna, Niemcy 2015 **18.15** Zagłosuj na miłość – komedia romantyczna, Kanada 2023 **20.00** Bliźniacza miłość – kom. romant., USA 2021 **22.00** Miłość jak ze snu? – obycz., USA 2019 **23.50** Inga Lindström: Droga do ciebie – film obycz., Niemcy 2005 **1.40** Bliźniacza miłość – kom. romant., USA 2021 **3.40** Grzechy i grzeszki (8)

FILMBOX+ HITS

8.20 Bigger: Historia Joego Weidera – dramat biograf., USA 2018 **10.20** Pokonać górę – dramat przyg., USA 2024 **12.10** Wyścig o życie – dramat przygodowy, USA 2023 **14.10** Linoleum – komediodramat, USA 2022, reż. Colin West **16.05** Belcanto – melodramat, USA 2018 **18.20** W kręgu zdrady – thriller, Kanada 2017 **20.00** To nasza młodość – kom. obycz., USA 2014 **21.50** Edge of the World – film przyg., Chiny/Malezja/USA 2021 **23.45** Poznajmy się jeszcze raz – komediodramat, Fr./Belgia 2019

TV 6 DVB T2

6.00 Cobra Kai (22) **6.50** Columbo (15, 16) **9.55** Poirot (5, 6) **12.20** S.W.A.T.: Miasto w ogniu – sens., USA 2011 **14.00** Policjantki i Policjanci (229-232) **18.00** Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sens., USA 1998-1999 **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (37, 38) – krym. **21.55** Kości (103, 104) – krym. **23.55** Resident Evil: Retrybucja – horror s.f., Niem./Kan./USA 2012 **1.55** Krejzi patrol (21) – krym. **2.30** Kochane pieniądze (75-77) – paradok. **5.35** SuperLudzie Extra (50) – mag. **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

10.50 Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – film animowany, USA/Jap./Kan. 2023 **13.05** Lara Croft: Tomb Raider – film przygodowy, Wielka Brytania/Niemcy/USA 2001 **15.20** Lara Croft Tomb Raider: Kolebka życia – film przygodowy, USA/Niemcy/Jap. 2003 **17.50** Gliniarz z Beverly Hills – komedia sensacyjna, USA 1984 **20.00** Ostra jazda – komedia, USA 2000 **22.00** American Psycho – thriller, USA/Kanada 2000, reż. Mary Harron **0.00** Milczenie owiec – thriller, USA 1991, reż. Jonathan Demme

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.15 Kadr na Kino – mag.
7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.45 Kawa na ławę – mag.
11.55 Loża prasowa – publ.
12.50 Ewa Ewart poleca: Powiedz tak – historia miłości Taylor Swift i Travisa Kelce'ego – film dokumentalny
13.35 Serwis informacyjny
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.45 Kadr na Kino – mag.
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
18.35 Ranking Mazura – inf.
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – inf.

TLC

9.00 Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2 – reality show
11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 (15) – reality show, USA
13.00 Premiera: Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami (15)
14.00 Włoskie zdrady (17, 18)
15.00 Miłość za granicą (1)
16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2
18.00 Premiera: 100 kucharzy – reality show
19.00 Megasknery: Brazylia – serial dokumentalny
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show, 2024

TVN STYLE

5.20 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (9) – reality show, Polska 2016
5.55 Rajska posiadłość Pameli Anderson (5) – serial dokumentalny
6.50 Będzie pięknie (4) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn (LIVE)
11.30 Ostre cięcie 11 (2) – program rozrywkowy
12.30 Babski biznes (4) – program rozrywkowy
13.30 Jestem z Polski 16 (13, 14, 12) – serial dokumentalny
16.35 Bitwa o gości (8) – reality show, Polska 2025
17.35 Do zobaczenia (7) – magazyn poradnikowy, Polska 2025

DISCOVERY CHANNEL

8.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante
9.00 Złomowisko PL 2 (4, 5)
11.00 Kamperem przez świat (5) – serial dokum.
12.00 Przygody truckerki (4)
13.00 Ciężarówką przez Afrykę (3) – serial dok.
14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.
15.00 Fukushima: dni, które wstrząsnęły światem (2) – serial dokumentalny
16.00 Specjalistki (5) – dok.
17.00 Nic do ukrycia (8) – serial dokumentalny
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6) – dok.
19.00 Włoska kontrola celna (5) – serial dokum.
20.00 Akta ekspedycji 2

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 Katastrofy pod lupą (1, 2) – serial dokum.
10.00 W pułapce żywiołów (8) – serial dokumentalny
11.00 Porzucone konstrukcje (11) – serial dokumentalny
12.00 Wielkie konstrukcje: Megasamolot – film dokumentalny, Fr. 2019
13.00 Logistyka na wielką skalę (1) – serial dokum.
14.00 Inżynieria po katastrofie (3) – dok.
15.00 Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana (2) – serial dok.
16.00 Egipt: Miejsce pełne tajemnic (7) – serial dok.
17.00 Kluczowe tygodnie wojny (5, 6) – serial dok.
19.00 Tajemnice Strefy 51 – film dokum., USA 2010

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (628) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (34) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Rolnicy. Podlasie (37, 38) – serial dokum.
9.00 Wioski wioseczki (6, 7) – serial dokumentalny
10.00 Podglądacze przyrody (3, 4) – serial dokum.
11.00 Z klimatem i z pasją (6) – program publicyst.
11.30 Wojny magazynowe (12-16) – reality show
14.00 Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (12)
15.00 Technologie jutra (3, 4) – serial dokumentalny
17.00 Rolnicy. Podlasie (23-26) – serial dokum.
21.00 Podglądacze przyrody 2 (8) – dok.
21.30 Górale (16) – serial dok.

20

INFORMACYJNY

20.00 W kuluarach Prowadzący: Agata Adamek (zdj.), Piotr Kraśko i Radomir Wit podsumowują najważniejsze wydarzenia minionego tygodnia. 90 min
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.50 Kawa na ławę – mag.
2.00 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.30 Szkło kontaktowe

REALITY SHOW

21.00 Wiza na miłość 12 (6) Shea chce zacząć od nowa z Annabelle. Wpadka w halloweenowym domu strachów wywołuje konflikt Deby z Mido. 120 min
23.00 Twarz od nowa – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
2.00 Wiza na miłość 12 (6)
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
5.00 Salon sukien ślubnych – pr. rozrywk.

KULIN.-ROZRYWK.

18.10 Ugotowani (8) – Pol. W kulinarnym pojedynku uczestniczą mieszkańcy Lublina. Trzy panie rywalizują z Damianem, przygotowując wyjątkowe kolacje. 60 min
19.10 Kuchenne rewolucje (5, 7) – program rozrywk.
21.05 Ostre cięcie 11 (2)
22.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) – dok., Wlk. Bryt. 2024
23.20 EuroPOLKI studentki (1) – program rozrywk.
0.20 Cały jej świat (8)

DOKUMENTALNY

21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 Freddy i Juan wspierają początkującego górnika, który zamknął rodzinny warsztat samochodowy, aby spróbować sił w wydobyciu złota. 60 min
22.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
23.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (1) – serial dokum.
0.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata

DOKUMENTALNY

20.00 Czarnobyl: Świadkowie tragedii (4): Prawda Ponad rok po wybuchu pracownicy elektrowni trafiają przed sąd. Okazuje się, że zniknęło niemalże 180 ton niebezpiecznego paliwa. 60 min
21.00 Największe katastrofy budowlane (10)
22.00 Katastrofa w przestworzach (3, 4, 7) – serial dokum.
2.00 Alaska: Następne pokolenie (13, 14)

DOKUMENTALNY

22.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – Francja 2024 Kulisy infiltracji, która pozwoliła Izraelczykom zniszczyć struktury Hezbollahu. Film analizuje skuteczność nowoczesnego wywiadu. 60 min
23.00 Pogromcy mafii (2) – serial dokumentalny
0.00 Największe śledztwa CBŚP (2) – serial dokum.
1.00 Rolnicy. Podlasie (5-8) – serial dokumentalny
5.00 Kołowrotek (3, 4) – magazyn wędkarski

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.30** Państwo w państwie **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

12.50 Hiszpańskim szlakiem z Gonzalo (6) **13.50** Podróż przez smaki Chin (2) **14.50** Kulisy wielkiej kuchni (3) – dok. **15.45** Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) **16.40** Letnie inspiracje (4) – dok. **16.50** Z pola na stół (4) **17.15** Premiera: U sąsiadów w kuchni 16 (7, 8) **18.25** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (5-7) – dok. **19.45** Dzień dobry, obiad 2 (3, 4) **20.40** M jak mięso 10 (7, 8) **21.30** Wszystkie smaki fermentacji (3) – dok. **22.00** Podróż przez smaki Chin 4 (7) – dok. **23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (1, 2)

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama – krym., Pol. **8.00** Bogaty dom – biedny dom **9.00** Rolniczki – dok., Pol. **11.00** Działkowcy – dok. **12.00** Darek Stolarz – remont w 3 dni **13.00** Bogaty dom – biedny dom **14.00** Nasz nowy dom **15.05** Demakijaż **16.00** Kolacja w ciemno – rozr. **17.00** Randka w ciemno – pr. rozr. **18.00** Nasz nowy dom **20.00** Bogate dzieciaki bez kasy – reality show **21.00** Gry małżeńskie – reality show **22.00** Kolacja w ciemno **23.00** Gry małżeńskie – reality show, Pol. **1.00** Kolacja w ciemno – rozr. **3.05** Więzienie kobiet – dok.

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Zoom na architekturę **10.00** Jak to jest zrobione? – dok. **12.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 (20) – dok. **12.30** Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dok. **14.00** Czy jest z nami inżynier? (1, 2) **16.00** Jak działa wszechświat? (8) **18.00** Jak to jest zrobione? 25 (24, 26) **19.30** Jak to jest zrobione? – dok. **20.00** Premiera: Wyprawa w nieznane 10 – dok. **21.00** Wyprawa w nieznane 9 – dok. **22.00** Sekrety Houdiniego – serial dok. **23.00** Smakołyki z fabryki **0.00** Jak działa wszechświat? – serial dokumentalny

TVP DOKUMENT

12.10 Korona Gór Polski **12.45** Podróże Małej i Dużej 4 (2) **13.10** Tacy byliśmy (3) **13.40** Wielka naturalna bariera (3) **14.45** Misja: Morze Śródziemne. Podwodne muzeum **15.50** Sekrety dzikich kwiatów (4) **16.55** Kultura miejska (4) – cykl dok. **17.55** Sanatorium miłości 3 (8) **18.50** Agatha Christie: w stulecie Herkulesa Poirota i miss Marple **20.10** Tom Cruise: ostatnia gwiazda filmu **21.35** Gwardia Szwajcarska. Armia Watykanu – dok., Fr. 2024 **22.40** Tamte lata, tamte dni **23.20** Portret zdezorientowanego ojca

PLANETE+

10.20 Piesze wędrówki po świecie 2 (2, 3) – serial dok., Hiszp. **12.30** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią (2) **13.35** Dzikie psy (2) **14.45** Niewolnicy Kanału Panamskiego **15.55** 1312. Afryka odkrywa Amerykę **17.00** Ginące rzemiosła Korei (1) – serial dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (49, 50) – dok. **18.40** Mam zamek (8) **19.10** Mam zamek 2 (1) – dok. **19.45** Nicole Kidman. Oczy szeroko otwarte – dok., Fr. 2023 **20.50** Henry Ford. XX-wieczny życiorys – dok., Fr. 2023 **22.00** Sekta (2) **23.55** Triady. Chińska mafia podbija świat (3) – dok.

TVN 24 BIS

16.30 Kijek w kosmosie **16.50** Za zasłoną: Kabulski salon piękności **18.00** Alarm dla Ziemi **18.35** Horyzont **19.00** Fakty **19.20** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Bez polityki **21.40** Skąd pochodzę? (4) – dok. **22.50** Uboga jesień życia – film dok.

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

16.25 Wydarzenia **18.00** Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **19.30** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne

TVP 3 (DVB-T2)

12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publicyst. **12.55** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **14.30** Program lokalny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Program lokalny **19.30** Łódź Kultury – magazyn kult. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Regiony na TAK – mag. **20.30** Sanatoria **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia **23.55** Panorama **0.25** Serwis Info Wieczór

HGTV

8.55 Nowa Maja w ogrodzie 4 (21, 22) **9.55** Nowa Maja w ogrodzie (11, 12) **11.05** Polowanie na ogród 7 (1, 4) – rozr. **12.05** Polowanie na ogród 4 (1) **12.40** Letnia chata na lata (5, 4) **14.35** Zgłoś remont 4 (3) **15.35** Będzie pięknie (7) **16.40** Weekendowa metamorfoza 5 (4) – rozr. **17.40** Kamera, akcja, wpadka! (10-12) – pr. rozrywk. **19.20** House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (1-4) **21.30** Dorota inspiruje 3 (4, 5) **23.25** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (7, 8) – dok. **0.30** Sprzątaczki (4-6) – obycz., Pol.

TVP KOBIETA (DVB-T2)

12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (19) **13.00** 63. KFPP w Opolu – Premiery **14.00** Rodzinka.pl (142, 143) **15.00** Podróże Małej i Dużej 6 (12) **15.30** Ojciec Mateusz 33 (433) – krym., Pol. **16.25** Ojciec Mateusz 34 (434) – krym., Pol. **17.25** Marianna – królowa Kotliny **18.30** Daję słowo – Maciej Orłoś (5) **19.30** Miłość i nadzieja (288) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (269) **21.30** Cztery pory roku w Hawanie (4) – krym. **22.30** Uczciwy złodziej – dramat krym., USA 2020 **0.20** Bardotka (3)

BBC EARTH

11.00 Dzikie konie Gór Skalistych i ja – film dok. **12.05** W okowach mrozu 3 (2) – serial dok. **13.05** Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) – dok. **14.05** Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (1, 2) – dok. **16.15** Mroźna planeta II: kulisy 2 (3) – dok. **16.30** Zdrowa zmiana 2 (7, 8) **17.50** W okowach mrozu 3 (2) – dok. **18.50** Mroźna planeta (3, 4) – dok. **21.00** Dzikie konie Gór Skalistych i ja **22.05** W okowach mrozu 3 (2) – dok. **23.05** Dlaczego giną wieloryby? (1) **0.10** Układ Słoneczny (5) – dok.

HISTORY

13.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (1) **14.00** Piątka z historii (4) **14.25** David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (3) **15.20** Starożytni kosmici 17 (9) **16.10** Tajemnice starożytności: śmierć (3) **17.10** Naziści na tropie skarbów (4-6) – serial dok. **20.00** Tom Hanks: II wojna światowa (9) – dok. **21.00** Premiera: II wojna światowa: wyścig zbrojeń (2) – dok. **22.00** Premiera: Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) **23.00** Tom Hanks: II wojna światowa (10) – serial dok. **23.55** Starożytni kosmici 14 (17) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Niemcy
12.45 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – mecz: Chiny – Niemcy
16.15 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – mecz: Francja – Japonia
Japończycy pierwszą część rozgrywek zakończyli z kompletem czterech zwycięstw. Francja z kolei zdołała wygrać zaledwie jedno spotkanie. 165 min
19.00 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio

EUROSPORT 1

12.00 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji
13.00 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego
13.30 Kolarstwo: Mistrzostwa LIVE Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego
15.15 Kolarstwo: Mistrzostwa LIVE Francji – wyścig ze startu wspólnego
17.15 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
18.30 Snooker: Mistrzostwa świata w Sheffield: Shaun Murphy – Wu Yize
20.00 Żużel – magazyn
20.30 Kolarstwo: Mistrzostwa Hiszpanii – wyścig ze startu wspólnego

TVP SPORT

3.50 Piłka nożna: LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Algieria – Austria
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Chorwacja – Ghana
9.00 Mundialowy poranek (17) – magazyn piłkarski
10.35 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy
11.00 Wioślarstwo: Zawody LIVE Pucharu Świata w Lucernie – finały
15.00 Lekkoatletyka: LIVE Memoriał Czesława Cybulskiego – Poznań 2026
19.00 Dzień na mundialu (17) – magazyn piłkarski
20.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Korona Kielce
8.30 Piłka nożna: 2. liga hiszpańska – finałowy mecz barażowy: Malaga CF – UD Almeria
11.00 Liderzy. W centrum gry (1): Jesus Imaz – serial dokumentalny
12.10 Turbokozak – magazyn piłkarski
13.20 Turbokozak – magazyn piłkarski
14.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
15.40 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: LIVE Stelmet Falubaz Zielona Góra – Motor Lublin

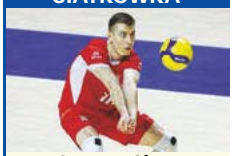
ELEVEN SPORTS 1

6.00 LaLiga Best 11 – magazyn piłkarski
7.55 GP Confidential – magazyn Formuły 1
8.35 Formuła 3: LIVE Grand Prix Austrii
10.05 Formuła 2: LIVE Grand Prix Austrii
11.15 F2: Chasing the Dream – magazyn motoryzacyjny
11.30 Formuła 1: Grand Prix Austrii – sesja kwalifikacyjna
12.55 Formuła 1: Grand Prix LIVE Austrii – parada kierowców
13.30 Formuła 1: Grand Prix LIVE Austrii – studio
14.55 Formuła 1: LIVE Grand Prix Austrii
17.00 Formuła 1: Grand Prix LIVE Austrii – studio

TVP ABC

7.40 Ptyś i Bill – serial anim.
7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
8.10 Piotruś Królik – anim.
8.35 Wegezaury 2 – anim.
8.40 Świnka Peppa – anim.
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.
9.30 Ziarno – pr. dla dzieci
10.00 Go-tu-jemy (3, 4) – mag.
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Studio Stodoła
13.00 Zwierzaki Czytaki (170) – program eduk.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.

SIATKÓWKA



19.45 Liga Narodów – mecz: LIVE Polska – Argentyna
Polacy zakończą gliwicki turniej meczem z Argentyną. Zespół Nikoli Grbicia będzie chciał zrewanżować się za porażkę 1:3 sprzed roku w Memoriale Huberta Wagnera. 135 min
22.00 Siatkówka mężczyzn: LIVE Liga Narodów – studio
23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
1.00 Boks

KOLARSTWO

21.00 Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego
W 2025 roku po złoto sięgnął Dorian Godon. Kolarza zobaczymy również w tej odsłonie zmagań. 60 min
22.00 Motocross: MŚ w Aguedzie
0.00 FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
1.30 Kolarstwo kobiet: Mistrzostwa Francji – wyścig ze startu wspólnego

PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału LIVE Kanadyjczycy nigdy nie wyszli z grupy podczas MŚ. Liczą, że na turnieju, którego są współgospodarzami przejdą do historii. 200 min
0.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026: Kolumbia – Portugalia
0.45 Sporty walki: Oktagon 90 w Berlinie
3.00 Boks: Gala w Las Vegas LIVE – waga lekka: E. De Los Santos – J. Valenzuela

ŻUŻEL

19.15 PGE Ekstraliga: Stal LIVE Gorzów – Unia Leszno
Poprzednie spotkanie tych zespołów 50:40 wygrały Byki. Paweł Przedpełski (zdj.) wywalczył wówczas siedem punktów. 135 min
21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
23.15 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
0.30 Liderzy. W centrum gry (1) – serial dokum.

FORMUŁA 1

18.00 Grand Prix Austrii
Kimi Antonelli (zdj.) imponuje w tym sezonie formą. Po nieudanym starcie w Barcelonie na pewno liczy na lepszy występ. 120 min
20.00 Formuła 2: GP Austrii
21.15 Formuła 3: GP Austrii
22.40 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
23.45 Made in Italy (11)
0.00 Ligue 1 Show (33)
0.40 Bundesliga Special (21) – magazyn piłkarski

ANIMOWANY

14.50 Oktonauci
Niedźwiedź polarny, pingwin, kot i ich towarzysze przemierzają głębiny i ratują stworzenia żyjące pod wodą. 30 min
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (2) – mag.
15.35 Mała Marinette
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2

POLSAT SPORT 2

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **11.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **13.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Iran – Kuba **16.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **18.00** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Paryżu **20.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Serbia – USA **23.00** Sporty walki: UFC Fight Night – walka: Rafael Fiziev – Manuel Torres 28.06.2026 **1.00** Sporty walki: Gala FEN

EUROSPORT 2

11.00 BMX: ME – Sarrians 2026 **12.00** FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans **14.00** Motocross: MŚ w Aguedzie – wyścig w klasie MX2 **15.00** Motocross: MŚ w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MXGP **16.00** Formuła E: ePrix Chin **17.00** Motocross: MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MX2 **18.00** Motocross: MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MXGP **19.00** Kolarstwo: Mistrzostwa Francji **20.00** Golf: Travelers Championship – finał **1.00** Snooker: Turniej Masters w Londynie – finał: K. Wilson – J. Higgins

TVN TURBO

10.45 Wojny samochodowe (6) **11.45** Z drugiej ręki (10) – mag. **12.30** Jeździć, obserwować (6) **13.15** Moto kombat (6) **14.00** Zawodowi handlarze (11, 7) **15.30** Naprawy nie do naprawy (3, 7) **17.00** Ciężarówką przez Stany 4 (4) – rozr. **18.00** Mobilni mechanicy (3) – mag. **18.45** Raport końcowy (824) – mag. **19.10** Nic do zgłoszenia (2, 3) – dok. **21.10** Jeździć, obserwować (6) – dok. **21.55** Moto kombat (6) – mag. **22.40** Uwaga! Oszust: Ściema z ogłoszenia (6) **23.10** Moto Fachury (6) **23.55** Wojny samochodowe (6) **0.55** 101 napraw (7, 8)

CANAL+ SPORT 5

10.30 Premier League Review **11.45** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Wilki – ZKS Stal Rzeszów **14.30** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Arged – Polonia Piła **17.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026 **18.20** Magazyn Ligi Mistrzów UEFA **19.20** Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski **20.00** Liderzy. W centrum gry (1) – dok. **21.00** Sporty walki: ONE Friday Fights 160 **23.15** Magazyn PGE Ekstraliga – mag. **0.55** Boks: BKFC Fight Night: Hammond: Cameron Vancamp – Gregoris Cisneros

ELEVEN SPORTS 2

12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: VfB Stuttgart – FC Bayern Monachium **14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Pisa SC – Inter Mediolan **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – VfL Wolfsburg **18.00** Bundesliga Special (22) – magazyn piłkarski **18.30** Ligue 1 Show (35) – mag. **19.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – Lecce **21.00** Piłka nożna: Liga hiszpańska: FC Barcelona – Levante **23.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Metz – PSG

NICK JR.

14.35 Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (7) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 7 – anim. **15.55** Świnka Peppa – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa **16.15** Świnka Peppa 8 **16.40** Psi Patrol 6 **17.00** Rubble i jego ekipa 4 – anim. **17.30** Pan Krokodyl **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.00** Świnka Peppa 4 – anim. **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly – anim. **21.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim.

POLSAT SPORT 3

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.00** Tenis: Turniej ATP na Majorce – mecz finałowy gry pojedynczej **10.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **12.45** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Bułgaria – Ukraina **15.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **16.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów: Kanada – Brazylia **20.15** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Słowenia – Włochy **23.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

13.15 Dowody zbrodni 4 (4) **14.10** 48 godzin 26 (1) **15.05** Morderstwo w rodzinie 2 (9) **16.00** Akta Fajbusiewicza (2, 3) – mag. **17.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (4) **18.00** Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat (5) **19.00** Sprawa Iwony Wieczorek (2) – dok., Pol. 2023 **20.00** Chippendales: mroczne sekrety (2) – serial dok. **21.00** Nastoletni mordercy (3) – dok. **22.00** Najbardziej szokujące pościgi 2 (11, 12) – dok. **23.00** Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (4) **23.55** Seryjni mordercy: Grim Sleeper

POLSAT PLAY

8.05 Kołowrotek (241, 232, 233) **9.35** Taaaka ryba (117) **10.05** Jedziemy na ryby! (55, 56) **12.10** Chłopaki do wzięcia (338, 339) **13.05** Zawód glina **14.00** Budowlańcy (53, 54) **15.00** Złomiarze (52) – dok. **16.00** Polacy za granicą (153, 154) – dok. **18.05** Górale (157-161, 235) – serial dokum. **21.05** Chłopaki do wzięcia (491, 492) – dok. **22.00** Drwale i inne opowieści Bieszczadu (244) – dok. **22.30** Łowca pedofilów (242) – dok. **23.05** Więzienie (228, 229) **0.05** Tajna historia XX wieku (87-94)

DTX

7.05 Fani czterech kółek 15 – dok. **9.10** Królowie asfaltu (2) **10.10** Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante **11.10** Dwa oblicza survivalu **12.10** Militaria na warsztat (15) **13.10** Fani czterech kółek – dok. **21.10** Dwa oblicza survivalu: Meksyk – dok. **22.10** Ale jazda 2 (1, 2) **23.10** Królowie kempingu (1) **0.10** Mistrzowie logistyki (2) **1.10** Od samochodu do domu **2.10** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (3) **3.10** Metro po szwedzku (15) – dok. **4.10** Megatransporty 2 **5.00** Alpejscy drwale (5)

ELEVEN SPORTS 3

11.10 Miguel Soler – film dok. **11.40** Królowie goli – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – AS Roma **14.00** Piłka nożna: Liga hiszpańska: Real Madryt CF – Athletic Club **16.00** Made in Italy (9-11, 8) **17.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Sassuolo **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Eintracht – BVB **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Paris FC **0.00** Bundesliga Special (20, 18) – mag. **1.00** LaLiga Best 11 – mag. piłkarski

MINIMINI+

13.21 Kicia Kocia 2 – anim. **13.37** Robotkowo **13.55** Moje urodziny **14.00** Bing **14.20** Strażak Sam 16 **14.45** Looloo Kids **15.01** Gazu, pieski, gazu! – anim. **15.28** Kicia Kocia 2 – anim. **15.45** Jeżyk Happy **16.02** Marta mówi **16.30** Mega Ekspres **16.56** Ciekawski George 7 **17.50** Moje urodziny **17.55** Barbie: Przygody księżniczek – anim., USA 2020 **19.11** Baczne oczka 2 – anim. **19.20** Baczne oczka **19.40** Smerfy **20.08** Cloudy & Stormy – anim. **20.35** Dolina Muminków 2 **21.01** Wierszyki domowe

Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

FILMOWE HITY DNIA

20.00 POLSAT

Szklana pułapka 5

SENSACYJNY Niezniszczalny policjant wyrusza na ratunek synowi. Czeka ich ważna misja.

Detektyw John McClane (Bruce Willis, zdj.) jedzie do Moskwy, aby wyciągnąć z więzienia dawno niewidzianego syna, Jacka (Jai Courtney, zdj.). Na miejscu dowiaduje się, że chłopak jest agentem CIA, mającym chronić niejakiego Komarowa (Sebastian Koch). Okazuje się, że dawny partner Rosjanina, Czagarin (Siergiej Kolesnikow), planuje atak nuklearny na światowe mocarstwa. McClane'owie łączą siły, by go powstrzymać. Trop prowadzi do elektrowni jądrowej w Czarnobylu.

INFO: USA 2013, reż. John Moore, wyk. Bruce Willis, Sebastian Koch, Jai Courtney **125 min do godz. 22.05**

20.00 TVN 7

Push

THRILLER SF Tajna agencja, zwana Wydziałem, chce stworzyć armię z ludzi obdarzonych niezwykłymi zdolnościami. Nick (Chris Evans, zdj.) i Kira (Camilla Belle, zdj.) nie zamierzają się podporządkować. **145 min**

USA/Kanada 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Chris Evans, Joel Gretsch, Djimon Hounsou

20.00 TVP KULTURA

Śmierć nadejdzie jutro

SENSACYJNY Zdemaskowany w Korei Płn. brytyjski szpieg James Bond (Pierce Brosnan, zdj.) jest podejrzewany o zdradę. Zamierza oczyścić się z zarzutów. Pomaga mu agentka Jinx Johnson (Halle Berry). **145 min**

USA/Wielka Brytania 2002, reż. Lee Tamahori, wyk. Pierce Brosnan, Halle Berry, Judi Dench

20.00 TV PULS

Szalony lot

DRAMAT SENSACYJNY Terroryści uprowadzają samolot. Chcą wykorzystać go do zrzucenia bomby biologicznej. Misja odzyskania maszyny zostaje powierzona agentowi Sandsowi (Steven Seagal, zdj.). **125 min**

Wielka Brytania/USA 2007, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Steve Toussaint

20.00 STOPKLATKA

Za linią wroga

WOJENNY II wojna światowa, Polska. W trakcie zimy grupa aliantów, do której należy m.in. Kaminski (Ed Westwick, zdj.), zostaje wysłana za linię wroga z ryzykowną misją. Żołnierze mają uwolnić naukowca. **120 min**

Wielka Brytania 2020, reż. Anders Banke, wyk. Ed Westwick, John Hannah, Tom Wisdom

21.05 SUPER POLSAT

8 części prawdy

THRILLER Hiszpania. Na konferencji poświęconej walce z terroryzmem zostaje postrzelony prezydent USA (William Hurt). Poszukiwania sprawcy prowadzi kilka osób, m.in. agent Barnes (Dennis Quaid, zdj.). **110 min**

USA 2008, reż. Pete Travis, wyk. Dennis Quaid, Forest Whitaker, Sigourney Weaver

22.00 TVN

Zmierzch

FANTASY 17-letnia Bella Swan (Kristen Stewart, zdj.) poznaje Edwarda (Robert Pattinson, zdj.), w którym się zakochuje. Okazuje się, że jest on wampirem. Ich miłości zagraża jego drapieżny instynkt. **140 min**

USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Billy Burke

22.00 STOPKLATKA

Mścicielka

THRILLER Płatny zabójca Frank (Michelle Rodriguez, zdj.) zostaje wbrew swojej woli poddany zabiegowi zmiany płci. Postanawia zemścić się na lekarce Rachel (Sigourney Weaver), która go operowała. **115 min**

Francja/Kanada/USA 2016, reż. Walter Hill, wyk. Michelle Rodriguez, Sigourney Weaver

22.05 POLSAT

Wielki mur

FANTASY William (Matt Damon, zdj.) wraz z towarzyszem (Pedro Pascal) dociera do warowni otoczonej zaporą. Stają się świadkami ataku przerażających stworzeń. Przyłączają się do walki z bestiami. **130 min**

USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, wyk. Matt Damon, Tian Jing, Willem Dafoe

22.05 TV PULS

Zatopieni

SENSACYJNY Cody (Steven Seagal, zdj.) ma schwytać terrorystę, przetrzymującego na pokładzie okrętu podwodnego amerykańskich żołnierzy. Nie wie, że uwięzieni zostali poddani eksperymentowi. **115 min**

Bułgaria/Wielka Brytania 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams

22.30 TVP KOBIETA

Parker

SENSACYJNY Doświadczony złodziej (Jason Statham, zdj.) zostaje zdradzony podczas jednej z akcji. Obmyśla plan zemsty na swoich kompanach. Znajduje sojuszniczkę, Leslie (Jennifer Lopez, zdj.). **120 min**

USA 2013, reż. Taylor Hackford, wyk. Jason Statham, Jennifer Lopez, Michael Chiklis

23.05 TV4

Dziedzictwo

THRILLER Po śmierci nestora rodu większość majątku przypada jego żonie (Connie Nielsen, zdj.) i synowi. Tymczasem córka (Lily Collins, zdj.) odkrywa, że ojciec więził w bunkrze nieznajomego... **145 min**

USA 2020, reż. Vaughn Stein, wyk. Lily Collins, Simon Pegg, Connie Nielsen, Chace Crawford

23.25 TVP 2

Pułkownik Kwiatkowski

KOMEDIODRAMAT Wojskowy lekarz (Marek Kondrat, zdj.), by zaimponować kobiecie, podaje się za pułkownika UB. Kontynuując mistyfikację, doprowadza do uwolnienia więźniów politycznych. **130 min**

Polska 1995, reż. Kazimierz Kutz, wyk. Marek Kondrat, Renata Dancewicz, Adam Ferency

TVP 1 DVB T2

5.20 **63. KFPP w Opolu – Superjedynki**
5.50 **Akacjowa 38** (885) – telen., Hiszpania
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny
7.30 **Studio Raban** – mag. dla młodzieży
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny
8.10 **Pogoda Info**
8.15 **Czterdziestolatek** (21-ost.) – obycz.
9.25 **Ranczo 6** (68) – serial obycz., Pol. 2012
10.15 **Komisarz Alex 6** (76) – serial krym.
11.05 **Ojciec Mateusz 14** (186) – krym., Pol.
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **Rok w ogrodzie extra** (444) – mag.
12.55 **BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3** (2) – serial dokumentalny, Wlk. Bryt.
14.00 **Złoty chłopak** (322) – serial obycz.
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1055) – telet.
16.00 **Dziedzictwo** (963) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
18.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (900) – telen., Hiszpania
19.30 **Program informacyjny 19.30**
19.55 **Pytanie dnia** – program publicyst.
20.10 **Sport, pogoda**

TVP 2 DVB T2

4.35 **Na dobre i na złe** – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 **M jak miłość** (1783) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 **Rodzina (nie od) święta** – magazyn religijny
6.55 **Barwy szczęścia** (3342) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Okrasa łamie przepisy** – magazyn kulinarny
12.00 **Wyższa Szkoła Jazdy** (4) – magazyn motoryzacyjny
12.35 **Koło fortuny** (1874) – teleturniej, Polska 2025
13.15 **Panna młoda** (132) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (999) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (864) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (421) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1875) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

POLSAT DVB T2

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.30 **Malanowski i partnerzy** (308, 309) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1239, 1240) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (856, 857) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 **Dlaczego ja?** (1486, 1487) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Marta rozstaje się z Patrykiem, który ją zdradził. Wkrótce zakochuje się w Marku. Pewnego dnia ktoś rzuca w nią kamieniem. Podejrzenia padają na byłego chłopaka, ale ma on alibi. Ustalenia policji zaskakują wszystkich. 130 min
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1053, 1054) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Śledczy poszukują mężczyzny, który przed zaginięciem kontaktował się z narzeczoną. Jeden z tropów prowadzi do siłowni, w której pracował. 130 min
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.30 **Sport, pogoda**

TVN DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1683) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (12) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (9) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (3) – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1667, 1668, 1716) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 **Detektywi** (100) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 **Szpital św. Anny** (56) – serial obyczajowy, Polska 2025
Młody bokser skarży się na ból w klatce piersiowej. Kaja podejrzewa u niego zawał serca. Tymczasem na SOR trafia wystraszony siedmiolatek z bólem brzucha. 65 min
17.55 **Młode gliny** (8) – serial kryminalny, Polska 2026
Na bazarku znaleziono zwłoki wychudzonej kobiety. Na ciele denatki widoczne są ślady przemocy. Wkrótce pojawia się młody Czeczen poszukujący zaginionych sióstr. 65 min
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

KONCERT

20.30 **Re_Mind. Chcę to powiedzieć** – Polska 2026
Widowisko inaugurujące pierwszy Kongres i Festiwal Psychologiczny Re_Mind. We wrocławskiej Hali Stulecia wystąpią m.in.: Mela Koteluk (zdj.), Natalia Szroeder, Krzysztof Zalewski oraz zespół Zakopower. 100 min
22.10 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
22.20 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)
0.55 **Za jakie grzechy** – komedia romantyczna, Kan./USA 2009, 105 min (FILM)
2.40 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

18.50 **Mistrzostwa świata 2026** (LIVE) – mecz 1/16 finału
W Houston o awans do 1/8 finału mundialu zawalczą zwycięzca grupy C i drugi zespół grupy F. Bardzo prawdopodobna wydaje się konfrontacja faworyzowanych Canarinhos z reprezentacją Holandii lub Szwecji. 155 min
21.25 **Postaw na milion** – teleturniej
22.20 **Na sygnale** (855, 856) – serial fab.-dok.
23.25 **Pułkownik Kwiatkowski** – komediodramat, Polska 1995, 130 min (FILM)
1.35 **Karol, władca Hiszpanii** (2) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
2.35 **Nasz dom w górach** (9) – obycz.
3.35 **Akacjowa 38** – telen., Hiszpania 2015

SENSACYJNY

20.00 **Megahit: Szklana pułapka 5** – USA 2013, reż. John Moore (FILM, HIT)
Ostatnią odsłonę perypetii nowojorskiego detektywa Johna McClane'a wyreżyserował twórca „Maksa Payne'a". Bruce'owi Willisowi (zdj.) partneruje w roli syna znany z „Legionu samobójców" Jai Courtney (zdj.). 125 min
22.05 **Wielki mur** – film fantasy, USA/Chiny/Hongkong 2016, reż. Yimou Zhang, 130 min (FILM)
0.15 **Zasady walki** – dramat sensacyjny, USA/Kanada 2000, 160 min (FILM)
2.55 **Nasz nowy dom** (368) – reality show, Polska 2026
4.15 **Kabaretowa Ekstraklasa** (62) – rozr.

OBYCZAJOWY

20.15 **Na Wspólnej** (4236) – Polska 2026
Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. Matka Remka wysyła jej pieniądze. Igor wyjeżdża służbowo. Julka wyłudza pieniądze od Anki i szuka narkotyków u Leona. 35 min
20.50 **Bitwa o gości** (7) – reality show, Pol.
22.00 **Zmierzch** – film fantasy, USA 2008, reż. Catherine Hardwicke, 140 min (FILM)
0.20 **Matrix: Zmartwychwstania** – film s.f., USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, 190 min (FILM)
3.30 **Uwaga!** – magazyn reporterów
3.50 **Co za tydzień** – magazyn kulturalny
4.35 **Szpital św. Anny** (126) – obycz., Pol.

TV4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (16, 17) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (142) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (492, 493) – serial obyczajowy, Polska 2018
10.55 **Na ratunek 112** (1150, 1151) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1519, 1520) – paradok., Pol.
13.55 **Trudne sprawy** (924-926) – paradok., Pol.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1390) – obycz.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (485) – reality show, Polska
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1391) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 **Uroczysko** (189, 190) – serial kryminalny
21.05 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (121) – serial kryminalny, Polska 2026
22.05 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1004) – serial kryminalny, Polska 2026
23.05 **Dziedzictwo** – thriller, USA 2020, reż. Vaughn Stein, wyk. Lily Collins, Simon Pegg, Connie Nielsen, Chace Crawford, 145 min (FILM)
1.30 **Love Island. Wyspa miłości** (22) – reality show
2.35 **Interwencja** – magazyn reporterów
2.50 **SuperLudzie** (31-35) – serial dokum., Pol.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

TV PULS DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 2** (20, 21) – serial kryminalny, USA 1985
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (1, 2) – serial sensacyjny, Niemcy 2016
10.00 **Maria z przedmieścia** (37, 38) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (105) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 **Wspaniałe stulecie** (39) – serial kostium.
14.00 **Kurierzy** (24) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (520, 521) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (25) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (962, 963) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 **Szalony lot** – dramat sensacyjny, Wielka Brytania/Rumunia/USA 2007, 125 min (FILM)
22.05 **Zatopieni** – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, 115 min (FILM)
0.00 **Uciekaj albo walcz** – film sensacyjny, USA 2020, reż. Kyle Rankin, wyk. Eli Brown, Isabel May, Olly Sholotan, 130 min (FILM)
2.10 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.10 **Dzielnica strachu 9** (396) – serial krym.
4.15 **Zobacz to!** – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

7.00 **Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020
7.30 **Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 **Superkoty** – serial animowany, USA 2023
8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (1)
8.50 **Masza i Niedźwiedź** – serial anim., Rosja
9.20 **Straszne historie Maszy** – serial anim.
9.25 **Świnka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 **Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** – serial anim., Polska
10.35 **Spidey i superkumple** – serial anim.
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
12.00 **Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 **Marta mówi!** – anim., USA/Kan./Filipiny
13.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984
13.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992
14.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**
16.00 **Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA
17.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1984
17.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (970)
21.00 **Dzielnica strachu 9** (402, 403) – krym.
23.00 **Wstydliwe choroby: Nastolatki 2** (3, 4) – serial dokum., Wielka Brytania

TVN 7 DVB T2

5.20 **Ten moment** (46) – serial paradok., Polska
5.55 **Szkoła** (757-759) – serial paradokum., Pol.
8.45 **Ukryta prawda** (1329, 1427, 1428) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 **W-11 – Wydział Śledczy** (1072-1074) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
14.00 **Detektywi** (113) – serial fabularno-dokum.
15.00 **Szpital** (764, 765) – serial paradokum., Pol.
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (497) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (9) – serial paradok.
19.00 **Ukryta prawda** (1520) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 **Push** – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, wyk. Colin Ford, Joel Gretsch, 145 min (FILM)
22.25 **Ghost in the Shell** – film s.f., USA/Wielka Brytania/Chiny 2017, reż. Rupert Sanders, wyk. Scarlett Johansson, Pilou Asbaek, Takeshi Kitano, Juliette Binoche, 135 min (FILM)
0.40 **Tożsamość strachu** – thriller, USA 2021, reż. Castille Landon, wyk. Katherine Heigl, Harry Connick Jr., 140 min (FILM)
3.00 **Żyjąc z potworem 8** (16) – serial dokumentalny, USA 2020
4.00 **Fachowcy** (2) – serial paradok., Pol. 2017

20

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

15.10 Kiedyś to było... – mag.
15.40 62. KFPP w Opolu – Małe tęsknoty – koncert pamięci Wojciecha Trzcińskiego
16.00 Zaraz wracam 2 (102)
16.30 Barwy szczęścia (3332) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1050) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Słownik polsko@polski (674)
18.45 Info Wilno (1880) – inf.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (122) – pr. inf.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (242) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1129) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (932) – telet.
9.25 Koło fortuny (2039)
9.55 Program rozrywkowy
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (12) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (187, 188) – serial komediowy, Pol.
15.20 Niepewne sytuacje 3
15.50 Kocham Cię, Polsko! (5) – program rozrywk.
17.25 Va banque (933) – telet.
18.00 Koło fortuny (2040)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży

TTV HD DVB T2

5.00 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (14) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 10 (10, 11)
8.30 Kartoteka 11 (11, 12)
10.35 Detektywi (9, 10)
12.35 Zakup w ciemno 3 (36)
13.35 Zakup w ciemno 7 (21)
14.35 Nic do ukrycia 2 (3)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (6)
18.05 Zakup w ciemno extra (34) – reality show
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (6) – pr. rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (29)
21.05 Zakup w ciemno extra (27) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (292) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (911, 912) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (360-362) – serial paradokumentalny, Pol.
11.30 Trudne sprawy (942) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1514, 1515) – serial paradokum., Polska 2025
14.30 Świat według Kiepskich (494-498) – serial komediowy, Polska 2016
17.00 48h. Zaginieni (141, 142) – serial kryminalny, Polska 2022

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (124-126) – dok., Polska 2019-2026
7.25 Doktor Martin 4 (27) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.25 Przyjaciółki (309, 310) – serial obycz., Pol. 2025
10.20 Świat według Kiepskich (155, 156, 221, 222, 160, 115) – serial komediowy, Pol.
14.00 Faceci w czerni 3 FILM – komedia s.f., USA 2012, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Will Smith, 130 min
16.10 Dzień Niepodległości. FILM **Odrodzenie** – film s.f., USA 2016, reż. Roland Emmerich, wyk. Liam Hemsworth, 155 min
18.45 Obsesja – thriller, USA FILM 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, 135 min

AXN

6.05 FBI: Most Wanted 3 (4, 5) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA
9.25 Castle 2 (11, 12) – serial kryminalny, USA
11.25 MacGyver 2 (6, 7) – serial akcji, USA 2017-2018
13.20 Agenci NCIS: Hawaje 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA
15.10 Agenci NCIS 10 (8, 9) – serial sensacyjny, USA 2012
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2010

20

WOJENNY

20.50 Czas honoru. Powstanie (6)
Powstańcy są załamani śmiercią Mickiewicza. Ojciec Twardego znajduje Wandę w szpitalu. Michał myśli, że Celina nie żyje. 55 min
21.45 Królowa Bona (5) – hist.
22.45 To jest grane (69)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Kod bezpieczeństwa
0.15 Moda na język polski (90) – magazyn
0.40 Zaraz wracam 2 (102) – serial obycz., Pol. 2025

TELETURNIEJ

20.10 Postaw na milion
Uczestnicy programu dostają milion złotych. Żeby zabrać pieniądze do domu, muszą poprawnie odpowiedzieć na osiem pytań. 60 min
21.10 Kabaret Letnią Porą (28) – program rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (51) – kom.
22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską
0.55 Koło fortuny (2040, 2034) – teleturniej
2.20 Kabaret Letnią Porą (1, 36) – pr. rozrywk.

ROZRYWKA

22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)
Jakub Feliński (zdj.) i jego koledzy obejrzą finał „Hotelu Paradise" i sprawdzą, jak radzą sobie zawodnicy w „Ninja vs Ninja". 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (1) – program rozrywkowy
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (5) – serial fab.-dok.
1.00 Ciężarówką przez Indie (12) – serial dok.
2.00 Wyburzacze 8 (3, 4)

PARADOKUMENTALNY

19.00 Gliniarze (988)
Dochodzi do zabójstwa seniorki. Wkrótce ginie kolejna osoba w podobnym wieku. Śledczy wiedzą, że jeśli nie znajdą mordercy, on znowu zaatakuje. 60 min
20.00 Ślad (64) – serial krym.
21.00 Gliniarze (783)
22.10 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (147, 148)
23.00 Świat według Kiepskich (347, 348)
0.00 Ślad (87) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (6) – paradok.

HORROR

21.00 Morbius – USA 2022, FILM reż. Daniel Espinosa
Biochemik (Jared Leto, zdj.) cierpi na rzadką chorobę. Poszukując leku, wszczepia sobie geny nietoperza. Zamienia się w bestię. 125 min
23.05 Hanna – thriller, FILM USA/Wielka Brytania/Niemcy 2011, 145 min
1.30 Gliniarze (345, 346) – serial paradokum., Pol.
3.25 Fala zbrodni (70, 71) – serial sensacyjny, Pol.
5.20 Na ratunek 112 (854)

KRYMINALNY

21.05 FBI: International 4 (11) – USA 2024-2025
Emma Byers zostaje znaleziona martwa. Ślady wiodą do elitarnego klubu. Wkrótce śledczy odkrywają, że ofiara planowała zemstę. 55 min
22.00 FBI: Most Wanted 4 (14) – serial kryminalny
22.55 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (7, 8) – krym., USA/Kan.
0.40 Castle 2 (13, 14) – krym.
2.35 FBI: International 4 (11) – serial kryminalny

TVP HISTORIA DVB T2

10.20 Arsenał. Magazyn militarno-historyczny **10.50** Marzenie Leonarda. Sekrety latania – dok., Fr. 2024
11.50 Krainy cudów natury (2) **12.55** Independence Dawn: The Forgotten Revolution (1) **13.50** Królowie (46) – hist. **14.30** Czterdziestolatek (10)
15.35 Sensacje XX wieku **17.25** Czas honoru. Powstanie (7) – wojenny, Pol. **18.25** Historia Polski: W dzień targowy **19.30** Polskie parki narodowe – dok.
20.10 Oficer (2) **21.10** Zapomniane dyktatury w Europie (2) **22.10** Pomiędzy – 1944-1945 **23.40** Sensacje XX wieku

TVP KULTURA DVB T2

11.40 Dekalog 1 – dramat psychologiczny, Pol. 1988 **12.45** Gauguin na Tahiti. Raj utracony **14.20** Angielskie śniadanie: Kosmos 1999 (7) – serial s.f.
15.20 Weiser – dramat psycholog., Niemcy/Pol./Szwajcaria 2000 **17.10** Siedem życzeń (3) – przyg. **18.15** Dźwięk Nowego Jorku (5) **19.00** Pan wzywał, milordzie? 4 (2) – serial kom.
20.00 Poniedziałek z Bondem: Śmierć nadejdzie jutro – film sensacyjny, USA/Wlk. Bryt. 2002 **22.25** Valmont – dramat kostium., Francja/Wielka Brytania/USA 1989 **0.50** Sibelius. Siedem symfonii – serial dok.

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (696, 697) – paradok. **7.55** Doktor Martin (41, 42) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie 2 (27, 28)
11.30 Świat według Kiepskich (425-428) **13.30** Bitwa o palety (20) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (56)
16.00 Ninja Warrior Polska (28) **17.55** Świat według Kiepskich (497, 498, 541, 542) – kom.
20.00 Złomiarze (1) – dok. **21.05** 8 części prawdy – thriller, USA 2008 **22.55** Pociąg z forsą – film sens., USA 1995 **1.05** Świat według Kiepskich (17, 81, 83, 358-360) – kom., Pol. **4.00** Nasz nowy dom (233, 234)

ZOOM

6.00 Kojak 2 (19, 20) – krym. **8.00** Strażnik Teksasu 9 (1, 2) **9.50** MacGyver 2 (19, 20) – sens.
11.55 Pułapki umysłu 7 (2) – serial dokum., USA **13.00** Wojny magazynowe: Kanada 2 (8, 9) **14.10** Pod pokładem 11 (15)
15.25 Sensacje XX wieku (29, 30) – hist. **17.55** Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (13, 14) – sens. **22.00** Pod pokładem 11 (16) **23.00** Magia nagości 5 (5) **0.05** Magia nagości 4 (8) **1.10** Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (4) – rozr. **2.15** I love kabaret (4-6) **5.45** I love kabaret EXTRA (1)

METRO

7.35 Tajemnice miłości (19) – paradok., Pol. **8.30** Szpital (772, 773) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (341, 342)
12.30 Szkoła (711) – paradok. **13.30** Brzydula (17, 18) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (8)
15.45 The Floor (11, 12) – telet. **17.00** Fani czterech kółek 17 (9) **18.00** Prawo Agaty 6 (10)
19.00 Kartoteka (8, 9) **21.05** Kryminalni 2 (6, 7) – krym. **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (3) **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (10) **1.20** Szpital (770) **2.20** Szkoła (520, 521) **4.20** Nowa Maja w ogrodzie 4 (19, 20)

ALE KINO +

6.30 Polska z góry 4 (12) **7.00** Wolna krowa **7.45** Grzyby – thriller, Pol. 2023 **9.25** Wyraj **10.00** Van der Valk 3 (3) – krym.
11.55 Vera 4 (3) – krym. **13.50** Georgie ma się dobrze – komediodramat, Wlk. Bryt. 2023
15.40 Rebeliant – dramat biograficzny, USA 2016 **18.15** Vera 4 (4) – serial kryminalny
20.10 Premiera: Plan ucieczki – thriller, USA 2013 **22.30** Dom Glassów – dramat sens., USA 2001 **0.45** Dream Scenario – horror kom., USA 2023
2.40 Powrót (1) – kom. **3.35** Żurek – obycz., Pol. 2003 **4.50** Pan młody **5.15** Klangor (7)

TV TRWAM DVB T2

14.30 Maryja, Matka ludzi – religijny **14.50** Kto ratuje jedno życie **15.50** Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów (36) – med. **17.00** Świadkowie – cykl reportaży **17.30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja
20.00 Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **22.30** Tylko prawda was wyzwoli. Ks. Jerzy Popiełuszko

ANTENA HD DVB T2

9.35 Co Polak potrafi na drodze? (7) – rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 3 (7) – krym.
11.50 Klątwa Wyspy Dębów 6 (18, 19) **13.45** Australijscy poszukiwacze złota 2 (3, 4) – dok.
15.45 Wojny kontenerowe (11, 12) – dok. **16.45** 77 TV 5 (22) – rozr. **17.50** 77 TV 2 (2) **18.50** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2)
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (5) – serial krym., Fr. **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7) **23.25** Detektywi z Bordeaux 4 (6) **0.30** Polska. Największe tajemnice 2 (4)

TVS

12.25 Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz.
15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny
19.50 Rosamunde Pilcher: Kiedy cię odnajdę – obycz., Niem. 2023 **21.50** Rosamunde Pilcher: Wymarzone dziecko Amy – dramat obycz., Niemcy 2023 **23.35** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

WP DVB T

11.00 Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (1) – serial dok., USA
12.00 Wariaci za kierownicą 5 (5) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (16-18) – dok.
16.50 Pogoda (57) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4 (1) – serial krym. **19.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (12)
20.00 Hitler: mordercza obsesja (1, 2) **21.55** Pogoda (57) – inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 7 (4) – rozr. **23.00** Kabaretowy śmiech grupowy (3) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 13 (5) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 14 (8)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf.
15.15 Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok.
21.00 Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Gwiazdy dla Ciebie (39) **15.30** 10 najlepszych... (39)
16.00 Hit za hitem – pr. muz.
20.00 Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (65, 66) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (7, 8) **23.00** Zdrady (69)

VIASAT EPIC DRAMA

9.05 Poirot 3 (3, 4) – serial krym.
11.20 Zatraceni w miłości (19, 20) – telen. **13.30** Agenci NCIS 17 (17, 18) **15.15** Lekarze na start (19, 20) – obycz., Pol.
16.40 Poirot 3 (5, 6) – serial krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (21, 22) – telen.
21.00 Projekt Błękitna Księga (6) – s.f. **21.55** Morderstwo to nic trudnego (2) – krym. **22.55** Poirot 13 – krym. **0.50** Zatraceni w miłości (21, 22) – telen.
2.25 Projekt Błękitna Księga (6) **3.05** Morderstwo to nic trudnego (2) **3.55** Poirot 13 **5.25** Lekarze na start (18)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

7.40 Powstanie warszawskie – dokument fabularyzowany, 2014
9.10 Czarne Stopy – film FILM przyg., 1986, 140 min
11.30 Pokój z widokiem na morze – film FILM psycholog., 1977, reż. Janusz Zaorski, 120 min
13.30 Papierowe małżeństwo – komedia FILM obyczajowa, Pol./Wielka Brytania 1991, 115 min
15.25 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia FILM obyczajowa, 1976, reż. Jerzy Gruza, 105 min
17.10 Pogranicze w ogniu (24) – serial sensacyjny
18.45 Czterej pancerni i pies (1) – wojenny

TVP SERIALE

5.55 Rodzinka.pl (95) – kom.
6.30 Na sygnale (477, 478) – serial fabularno-dokum.
7.40 Ojciec Mateusz 2 (27) – serial kryminalny, Pol.
8.40 Komisarz Alex 2 (16) – serial kryminalny, Pol.
9.35 Rodzinka.pl (96) – kom.
10.10 Klan (1443, 1444)
11.00 Ranczo 8 (94, 95)
12.45 Komisarz Alex 2 (17)
13.40 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) – serial krym.
15.40 Komisarz Alex 2 (18) – serial kryminalny, Pol.
16.30 Na sygnale (479, 480) – serial fabularno-dokum.
17.40 Ranczo 8 (96, 97) – serial obycz., Pol. 2014
19.35 Ojciec Mateusz 29 (380) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (28) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.05 Blanca 2 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.20 Na granicy: Herman FILM – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Dror Zahavi, 115 min
10.15 Chicago P.D. 11 (6, 7) – serial kryminalny, USA
12.05 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (1, 2) – serial sensacyjny, USA
14.00 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.25 Na granicy: Spadek Hildy FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, wyk. Lucas Gregorowicz, 115 min
18.20 Chicago P.D. 11 (8, 9) – serial kryminalny, USA
20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (3, 4) – serial sensacyjny, USA

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (771) – paradok.
6.00 Seriaale 3 (4) – mag.
6.30 Alfabet filmowy (15)
6.45 Zakochani po uszy (75, 76) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (49-52) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (5) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (84) – serial obycz., Pol. 2026
11.55 Miłość czy pomyłka? (21, 22) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (4)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Kino w drodze (3)
16.35 Najpiękniejsza muzyka filmowa (4)
16.50 Zatańcz ze mną FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 130 min
19.00 Szpital św. Anny (63) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (166) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (980) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 5 (65) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (203, 204)
8.55 Ojciec Mateusz 19 (246, 247) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1051) – teleturniej
11.20 Na sygnale (635, 636)
12.25 Ojciec Mateusz 5 (68)
13.20 Komisarz Alex 3 (32)
14.15 Ranczo 5 (63, 64)
16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 2 (23) – mag. kulin.
16.40 Tańcząca ze światem – Maroko (2) – magazyn
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (310) – krym., Pol. 2020
19.20 Ranczo 6 (74) – obycz.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (4) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (8) – program rozrywkowy
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
9.00 Robert Makłowicz (138, 181) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (13, 14) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (2, 9) – serial dokum., Kanada
16.00 MacGyver 3 (19, 20) – sens., USA/Kan. 1988
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (36, 1) – reality show, Kanada
19.10 Aukcja w ciemno (21) – serial dokumentalny
19.40 Aukcja w ciemno 2 (1) – serial dokumentalny

KOMEDIA

20.00 Nie ma róży bez ognia FILM – 1974
Jan (Jacek Fedorowicz, zdj.) i jego żona mieszkają w ciasnym pokoju. Zgadzają się na zmianę lokum. To początek ich kłopotów. 120 min
22.00 Tam i z powrotem FILM – film obyczajowy, 2001, 125 min
0.05 Ostatnia rodzina FILM – dramat obyczajowy, 2016, 170 min ●
2.55 Chemia – dramat FILM obycz., 2015, 140 min ●

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (98, 99) – Pol.
Czerepach odkrywa, że senatorowa jest związana z aptekarzem. Tymczasem Lodzia dowiaduje się o bliskich relacjach Kozioła i Moniki. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023
0.20 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
1.20 Ratownicy (12, 13-ost.) – serial obycz., Pol. 2010
3.15 Wojna zastępcza (4)
4.10 Klan (1443) – telen., Pol.
4.35 Pan Mama (16) – kom.

DRAMAT

22.00 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 FILM – Francja 2022
Dyrektorka firmy zaginęła po spotkaniu służbowym. Léonore (Julie Depardieu, zdj.) próbuje wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia. 115 min
23.55 Niewidomy detektyw (3) – krym., Austria/Niem.
1.30 Na granicy: Spadek Hildy FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, 125 min
3.35 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023

WOJENNY

20.00 Dunkierka – Wlk. Bryt./ FILM Holandia/Francja 2017
Lato 1940 r. Armia III Rzeszy otacza Aliantów we francuskim mieście. Ocalały Tommy (Fionn Whitehead, zdj.) walczy o życie. 140 min
22.20 Seks w wielkim mieście – kom. romant., USA 2008, 180 min
1.20 Nagle – thriller, FILM Francja/Islandia/Belgia 2023, 140 min
3.40 Dziewczyny z Hollywood 3 (11)

KOMEDIOWY

20.10 Rodzinka.pl (304, 305) – Polska 2026
Zosia stara się wesprzeć Kacpra w poszukiwaniu sensu życia. Magda niepokoi się o córkę, szuka dla niej możliwości rozwoju. 75 min
21.25 Ojciec Mateusz 33 (433) – krym., Pol. 2025
22.20 Sicario 2: Soldado FILM – thriller, USA 2018, reż. Stefano Sollima, 135 min
0.35 Dzieci i ryby FILM – komedia obyczajowa, Polska 1996, 110 min

WOJENNY

20.00 Za linią wroga FILM – Wielka Brytania 2020
W czasie II wojny światowej grupa aliantów, m.in. Kaminski (Ed Westwick, zdj.), zostaje wysłana za linię wroga z niebezpieczną misją. 120 min
22.00 Mścicielka – thriller, Fr./ FILM Kan./USA 2016, 115 min
23.55 W nich cała nadzieja FILM – dramat s.f., Polska 2023, 115 min
1.50 Mniejsze zło – obycz., FILM Polska 2009, 145 min ●
4.15 Szumy i fonie

CANAL+ PREMIUM

10.20 Kung Fu Panda 2 – film animowany, USA/Kan. 2011
11.50 LARP. Miłość, trolle i inne questy – komedia, Pol. 2025
13.20 Cat's Eyes (6) **14.15** Girl Climber. Wspinaczka
15.40 Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **17.50** Łapu capu – rozr.
17.55 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017
20.00 Mamma Mia! – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008 **21.50** Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018 **23.40** Dotyk – melodramat, Islandia/Wlk. Bryt. 2024

CANAL+ FILM

10.45 Łapu capu **11.00** Charlie Chaplin: duch włóczęgi
12.30 Wszyscy święci – obycz., Pol. 2002 **13.45** Chopin, Chopin! – dram. biograf., Pol. 2025
16.00 Zmierzch – film fantasy, USA 2008 **18.00** Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004 **19.45** Łapu capu – rozr.
20.00 Wieczór skomplikowanych relacji: Follemente. W tym szaleństwie jest metoda – komedia, Włochy 2025 **21.35** Wieczór skomplikowanych relacji: Rocznica – thriller, USA 2025 **23.25** Wszystkie odcienie światła – dramat obyczajowy, Indie/Francja/Hol. 2024

FILMBOX+ ONE

6.00 Celnicy 2 (5) **6.35** Panna Marple: Błękitne geranium – krym., USA/Wlk. Bryt. 2010 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 2 (12, 13) – serial krym.
11.00 Panna Scarlet i komisarz (3, 4) – krym. **13.10** Poirot (1)
15.15 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1, 2) – krym. **17.50** Panna Scarlet i komisarz (5, 6)
20.00 13 godzin: Tajna misja w Benghazi – sens., USA/Malta/Maroko 2016 **22.55** Efekt motyla – thriller, USA 2004 **1.25** Sztos – komedia sens., Polska 1997 **3.10** Cimarron Strip (14) – przyg. **4.55** Klasyka krótkich animacji – filmy animowane

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (21, 22) – kom. **7.00** Dwóch i pół 4 (3-6) **8.55** Przyjaciele 5 (14-19)
11.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (5-10) – kom., USA **14.30** Dwóch i pół 4 (7-10) – kom.
16.30 Przyjaciele 5 (20-24) **19.00** Przyjaciele 6 (1) – serial kom.
19.30 Duchy (1, 2) – fantasy
20.30 Teoria wielkiego podrywu 5 (11-13) **22.00** The Office PL (9, 10) **23.05** Comedy Club 4 (9, 10) **0.05** Miasteczko South Park (9, 10) **1.00** Pracoholicy 2 (7, 8) **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (1, 2) – rozr. **3.00** Miasteczko South Park (6-8) **4.30** Comedy Club 6 (9-11)

HBO

9.45 Emotki. Film – film animowany, USA 2017
11.15 Eddie zwany Orłem – biograf., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2016 **13.00** Bezmiar – dram. obycz., Włochy/Fr. 2022 **14.40** Agentka – komedia, USA 2015
16.40 Zła kuratorka – dramat obyczajowy, USA 2024 **18.10** Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025, reż. Kogonada
20.00 Ród smoka 3 (2) – fantasy
21.00 Premiera: Miniaturowa żona (2) – kom. **21.45** Akademia pana Kleksa 2 – film familijny, Pol. 2024 **23.45** Mroczny fajter – film sens., USA 2023

FX

5.00 Master Crimes (3, 4) **7.09** Kości (15, 16) **9.00** Z archiwum X (14) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (23, 24)
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (9, 10) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (1, 2)
15.35 SkyMed (7) – obycz. **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) **18.20** Z archiwum X (15) **19.15** FBI 4 (2) – krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) **22.00** Premiera: Tropiciel (20) **22.55** Z archiwum X (15) **23.55** 9-1-1 (16) **0.55** FBI 4 (2) **1.50** Agenci NCIS 10 (2) **2.45** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1)

CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (1)
14.00 Wykrywacz historii 3 (1)
15.00 Co poszło nie tak 3 (4)
16.00 Supersamoloty bojowe (2) **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (15) **17.55** Porzucone konstrukcje 4 (20)
18.50 Wykrywacz historii 2 (5)
19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (16) **20.50** Co poszło nie tak 4 (4) – dok.
21.55 Śladami Marco Polo (4)
23.00 Supersamoloty bojowe (3) **0.00** Zabójcze drogi (3) **1.00** Przemierzając Mauretanię – dok., Wlk. Bryt./Niem. 2023

BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (2) – krym. **9.35** Ojciec Brown 13 (6) **10.40** Śmierć pod palmami 15 (2)
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (5) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2023 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2023 **15.00** Ojciec Brown 6 (10)
16.00 Lewis 4 (2) **17.00** My Life is Murder 2 (4) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (2)
19.55 Śmierć pod palmami 15 (3) **21.00** My Life is Murder 4 (8) **22.00** Luther 5 (1, 2) **0.20** Harry Wild 4 (3) **1.20** Śmierć pod palmami 15 (3) **2.25** Morderstwa w Midsomer 20 (2)

ROMANCE TV

8.50 Górski lekarz (128, 129) – serial obycz. **10.45** Diagnoza Betty (157, 158) – obycz.
12.30 Rosamunde Pilcher: Długa droga do szczęścia – film obyczajowy, Niemcy/Austria 2000 **14.20** Lato we Włoszech – film obycz., Niemcy 2025
16.15 Serca pod drzewem oliwnym – komedia romantyczna, USA 2023 **18.05** Górski lekarz (130, 131) – serial obyczajowy
20.00 Najlepsze na koniec – komedia, Niem. 2024 **21.55** Miłość zagubiona w dziczy – film obycz., USA 2021 **23.45** Górski lekarz (130, 131) – serial obycz.

FILMBOX+ HITS

9.35 Melodia wiatru – dramat obyczajowy, Boliwia 2019
11.05 W harmonii – dramat obyczajowy, Francja 2015
12.45 Droga pod wiatr – dramat krym., Fr./Belgia 2011 **14.30** Weekend z królem – dramat biograf., Wielka Brytania 2012
16.15 Zaginiona – thriller, USA 2012 **18.00** Książę i ja – kom. romant., USA/Czechy 2004
20.00 Igrzyska śmierci – dramat s.f., USA 2012 **22.35** Czworo do pary – dramat obycz., USA 2014 **0.20** Whiplash – dramat obyczajowy, USA 2014 **2.15** Widzę cię – thriller, USA 2019

TV 6 DVB T2

8.50 Kobra – oddział specjalny (10, 11) – serial sens., Niem.
10.55 48h. Zaginieni (121-123) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1191) – obycz. **14.55** Uroczysko (27, 28) – krym.
15.55 Kobra – oddział specjalny (12, 13) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (18, 19) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (183, 184) **21.55** Czarna lista (17) – krym. **22.55** Łowca pedofilów (177-180) **0.55** Więzienie (199, 201, 200, 202) **2.55** Cobra Kai (20) **3.35** Septagon (86, 87) – krym. **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag.

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Policyjna grupa pościgowa 15 (2) – dok. **10.30** Star Trek 6: Wojna o pokój – film s.f., USA 1991, reż. Nicholas Meyer
13.00 Czarodziejki 2 (19, 20) – fantasy, USA **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim.
15.30 Gliniarz z Beverly Hills – komedia sens., USA 1984 **17.50** Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sensacyjna, USA 1987
20.00 Męska gra – dramat obyczajowy, USA 1999 **23.10** Rambo – sens., USA/Niemcy 2008 **0.55** Pasażer – thriller, USA 2023, reż. Carter Smith, wyk. Johnny Berchtold

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – magazyn informacyjny
16.00 Fakty po południu – program informacyjny

TLC

7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 16 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 (1) – serial dok.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (9) – serial dok.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (8) – dok.
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi – serial dokumentalny
18.00 Pokonać otyłość (9)

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (10) – reality show, Polska 2016
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (11) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Poukładani (6) – program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień – magazyn kulturalny
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) – pr. kulin.-rozr., Polska 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski 14 (5) – serial dokumentalny
16.35 Jestem z Polski 16 (14) – serial dokumentalny
17.40 Kuchenne rewolucje (8-10) – program rozrywk.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Mistrzowie logistyki (10) – serial dokum.
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 6 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Fani czterech kółek (4) – serial dokumentalny
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 2
15.00 Złomowisko PL 5 (15)
16.00 Gorączka złota 16
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (6) – dok.
18.00 Porty: Hiszpania (5) – serial dokumentalny
18.30 Nagi instynkt przetrwania 11 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 Miasta w liczbach (4)
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Mekong (5) – serial dokumentalny
12.00 Odludna wyspa (16)
13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (3) – dok.
14.00 Normandia '44: Inwazja (1) – film dok., Wielka Brytania 2020
15.00 Katastrofa w przestworzach (6)
16.00 Złapać przemytnika (1) – serial dokumentalny
17.00 Laos: Miejsce pełne tajemnic (2) – film dok., Nowa Zelandia 2023
18.00 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (8) – serial dokumentalny
19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4) – serial dokumentalny

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (629) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (55) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (629)
9.00 Starożytni kosmici (10) – serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (17, 18) – reality show
12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (3) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) – serial dokum.
14.00 II wojna światowa – jednostki specjalne (3, 4) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (13, 14) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (42, 1) – serial dokum.
20.00 Galileo (19) – program popularnonaukowy

20

PUBLICYSTYCZNY

18.00 Tak jest Andrzej Morozowski (zdj.) przedstawia i omawia najciekawsze wydarzenia z polskiej areny politycznej. 75 min
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.
20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.20 Fakty o świecie – inf.
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.

REALITY SHOW

19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – USA 2023 April poznaje rodzinę Valentina. Podczas tego pierwszego spotkania dochodzi do napięć w ich relacjach. 60 min
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
21.00 Wiza na miłość 12 (5)
23.00 Koleżanki na zabój
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
2.00 Wiza na miłość 12 (5)

ROZRYWKA

20.50 Babski biznes (4) Marta Klepka (zdj.) pomaga Ani, założycielce marki modowej. Uczy ją pozyskiwania klientów. Gościem odcinka jest Dorota Wellman. 60 min
21.50 Jestem z Polski 14 (8) – serial dokumentalny
22.50 Jestem z Polski (3)
23.45 Hotel Paradise 6 (15, 16) – reality show
1.45 Śluby marzeń (8) – rozr.
2.45 Co nas truje (10, 11)
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (3) – mag.

DOKUMENTALNY

21.00 Nic do ukrycia (9) Funkcjonariusze Krajowej Administracji Skarbowej chronią UE przed napływem zakazanych towarów m.in. na przejściach granicznych. 60 min
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (7)
23.00 Premiera: Celnicy na straży Niemiec (1)
0.00 Od samochodu do domu – mag. motor.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Militaria na warsztat 5 (14) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

20.00 Katastrofa w przestworzach (5) Kulisy wypadku lotu Alaska Airlines 261. Śledztwo ujawniło, że samolot nie był w pełni sprawny. 60 min
21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (8) – serial dokumentalny
22.00 Katastrofa w przestworzach (7, 8)
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny

DOKUMENTALNY

21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (2) W tym odcinku dokumentaliści przybliżają najistotniejsze momenty w karierze konstruktora rakiet Wernhera von Brauna. 60 min
22.00 Czołgi: Ewolucja machiny wojennej (5, 6) – serial dokum.
0.00 Starożytni kosmici (3) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12)
5.00 Kołowrotek (5, 6)

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia – serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA

12.30 Comfort Food (29, 30) – dok. **13.25** M jak mięso 5 (6) **13.55** M jak mięso 6 (1) **14.25** ABC gotowania – kuchnia turecka (10) **14.50** Włoskie życie Sophie Grigson 2 (8, 9) – dok. **15.45** Z pola na stół (10, 11) – dok. **16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (1) – dok. **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (1, 2) **18.30** Maximum Foodie 4 (4) – dok. **18.55** M jak mięso 5 (5) – dok. **19.25** M jak mięso 8 (1, 2) – dok., Pol. **20.15** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (10, 11) **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (3-5) – serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – serial obycz., Polska **8.00** Co ludzie powiedzą? – serial komediowy, Wlk. Bryt. **9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** Kolacja w ciemno – pr. rozrywk. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.05** Więzienie kobiet – serial dokum. **22.00** Walka o życie – dok., Pol. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok. **8.00** Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 3, 6) – dok. **11.00** Mega maszyny Alaski – dok. **13.00** Zoom na architekturę **15.00** Jak działa wszechświat? – serial dokum. **18.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – serial dokumentalny **20.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **21.00** Tajemnice lądowania na Księżycu (1, 2) – dok. **23.00** NASA – archiwum tajemnic – dok. **1.00** Jak działa wszechświat? – dok. **4.00** Szyfry i spiski 2 **5.00** Zoom na architekturę

TVP DOKUMENT

12.15 Korona Gór Polski **12.50** Orlando – światowa stolica rozrywki **13.50** Wyspy Kanaryjskie (5) – dok. **14.50** Manaslu – królestwo Himalajów **15.55** Podniebni mechanicy **16.55** Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) **17.55** Sanatorium miłości 3 (9) **18.55** Ręka fryzjera **20.00** Alhambra, utracony raj **21.05** Zatoka Neapolitańska. W cieniu wulkanów **22.10** Lucia w pajęczej sieci (1) **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.20** Zabójcze roboty: przyszłość wojny – dok., Fr. 2025 **0.25** Sanatorium miłości 3 (8)

PLANETE+

12.35 Orzeł przedni. Władca przestworzy (1) **13.50** Krajobrazy świata (11) **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (6) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (1) **16.55** 360° Świat bez granic (21) **17.55** Dokąd dzisiaj? 4 (51, 52) – dok., Fr. **18.40** Premiera: Polska z góry 10 (1) **19.10** Mam zamek 2 (2) – dok. **19.45** Rzym, renesans, trzej geniusze – dok., Fr. 2023 **20.50** 1979 – rok islamskiej rewolucji (2) **22.00** Starożytny Egipt. Najsłynniejsze piramidy **23.10** Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu (3) – dok. **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (2)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

TVP 3 (DVB-T2)

13.20 Agropogoda **13.30** Rozmowy (nie)wygodne **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Serwis Info Dzień **15.30** Program lokalny **19.30** Dlaczego krowa... – mag. **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Kryminalna siódemka – mag. **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (183) – obycz.

HGTV

9.55 Widok, na który cię stać (9, 10) – dok. **11.00** Zarobić na remoncie 10 (13) – pr. rozr. **11.31** Usterka 11 (2, 3) – fab.-dok. **13.00** Zbudujemy fajny dom 2 (6) – rozr. **13.55** Zbudujemy większy dom (1) **14.55** Mieszkanie na miarę (1, 2) **16.55** Polowanie na ogród 7 (5, 6) **18.05** Weekendowa metamorfoza 2 (6, 7) – pr. rozr. **20.00** Zgłoś remont 4 (3) – rozr. **21.00** Dorota was urządzi! (1, 2) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów 6 (7-10) **0.40** Kupujemy dom na plaży 28 (12, 13) – dok., USA

TVP KOBIETA (DVB-T2)

12.50 Przepis dnia (47) **13.00** Na dobre i na złe (573) **13.50** Kiedyś to było... **14.30** Okrasa łamie przepisy **15.00** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (60) **15.30** Ojciec Mateusz 34 (435, 436) – serial krym. **17.25** Tajemnice królewskiej posiadłości **18.30** Hity wszech czasów (5) **19.30** Miłość i nadzieja (289) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (270) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (262) **22.30** Parker – film sens., USA 2013 **0.30** Kennedy, Sinatra i mafia – film dokumentalny, Irlandia 2023

BBC EARTH

12.25 Malownicze trasy kolejowe (5) – dok. **13.25** Mroźna planeta (4) – serial dok. **14.30** W okowach mrozu 2 (20) – dok. **15.35** Życie na pustkowiu: powroty 3 (7) **16.35** Ben Fogle: wyścig do źródła Nilu (2) **17.35** Azja (7) – dok. **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (4) – dok. **19.50** Tajemnice wulkanów (1) – film dokum., Wlk. Bryt. 2025 **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 3 (8) **21.55** W okowach mrozu 3 (3) **22.55** Simon Reeve wraca do Kornwalii (1) **0.00** Szlakiem przypraw z Joanną Lumley (4) – dok. **1.00** Azja (7)

HISTORY

14.00 Tajemnice skryte w mroku (6) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (9) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (53) **16.15** Wykute w ogniu 4 (9) **17.10** II wojna światowa: wyścig zbrojeń (2) – dok. **18.10** Największe tajemnice świata 5 (13) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 16 (15) – serial dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (17) – serial dok. **21.00** Starożytni kosmici 17 (5) – serial dok. **22.00** Premiera: Największe tajemnice świata 7 (11) – dok. **23.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (6) – serial dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce. DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – zapowiedź
13.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
16.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej

EUROSPORT 1

8.30 BMX: Mistrzostwa Europy – Sarrians 2026
10.00 Motocross: MŚ w Aguedzie
11.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 9. etap
15.30 Kolarstwo: Tour de France – 10. etap
18.30 Racing on the Edge
19.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
20.00 Trójbój siłowy: World Open Classic Powerlifting Championships – Druskieniki 2026 – podsumowanie
21.00 Żużel – magazyn

TVP SPORT (DVB T2)

6.15 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (18) – magazyn piłkarski
10.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Algieria – Austria
12.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz grupy J: Jordania – Argentyna
14.35 Wioślarstwo: Zawody Pucharu Świata w Lucernie – finały
15.35 Boks: Gala w Las Vegas – waga lekka: E. De Los Santos – J. Valenzuela
16.35 Dzień na mundialu (18) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

8.30 Premier League Stories (18) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – FC Barcelona
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Betis Balompie – Valencia
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
15.10 Premier League Stories (45) – magazyn piłkarski
Historie piłkarzy, trenerów, zespołów i sędziów jednej z największych lig na świecie. 35 min
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – FC Barcelona
18.00 Liderzy. W centrum gry (1) – serial dokum.

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Bundesliga Clubs
6.20 Bundesliga Clubs
6.40 Bundesliga Clubs
7.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag.
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – FC Bayern Monachium
10.00 Formuła 1: GP Austrii
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Inter
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
16.00 Serie A – mag. piłkarski
17.05 Ligue 1 Show (36) – magazyn piłkarski
18.00 Bundesliga Special (21) – magazyn piłkarski
19.05 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski
19.40 F2: Chasing the Dream – mag. motor.

TVP ABC (DVB T2)

9.30 Domisie
10.00 Zwierzaki Czytaki (171) – program eduk.
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Figu Migu na planecie Czochras (34) – program dla dzieci
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.50 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Oli i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (3) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem – serial animowany

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon
LIVE – mecz 1. rundy Aryna Sabalenka (zdj.) wciąż czeka na pierwszy finał w Londynie. Jej najlepsze wyniki to trzy półfinały, w tym ubiegłoroczny, przegrany z Amerykanką Amandą Anisimovą 1:2. 150 min
21.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
22.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 Boks

SNOOKER

21.30 Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: J. Lisowski – J. Trump Ostatni mecz dziesiątej edycji zmagań. Judd Trump (zdj.) ma szansę na piąty triumf. 30 min
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 9. etap
23.00 Kolarstwo: Tour de France – 10. etap
0.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście: J. Lisowski – J. Trump

PIŁKA NOŻNA

18.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
LIVE Na Houston Stadium powinniśmy zobaczyć reprezentację Brazylii, która była faworytem grupy C. 260 min
22.20 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
1.20 Strongman: Puchar Polski – Polkowice 2026
2.15 Piłka nożna:
LIVE MŚ 2026 – studio
2.50 Piłka nożna: MŚ
LIVE 2026 – 1/16 finału

MAGAZYN

19.10 Premier League Review Widzowie mają okazję zobaczyć skróty wszystkich meczów z poszczególnych kolejek ligi angielskiej. 65 min
20.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
22.00 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
0.15 Liga+ Extra – mag.
2.20 Ligomistrzowe historie (5) – mag.

FORMUŁA 1

20.00 Grand Prix Austrii
LIVE – podsumowanie Lewis Hamilton (zdj.) w każdym wyścigu udowadnia, że jest w stanie powrócić na szczyt i po sześciu latach zdobyć mistrzostwo F1. 40 min
20.40 Formuła 2: GP Austrii
21.50 Formuła 3: GP Austrii
23.10 Made in Italy (14, 13, 12) – mag.
0.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
2.00 Piłka nożna: Liga włoska: Pisa – Juventus

ANIMOWANY

16.05 Pat i świat Lola planuje zabrać Pata na szczepienie. Pies próbuje różnych sztuczek, by tego uniknąć. 30 min
16.35 Rev i Rol – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik (6, 7)
19.45 Wegezaury 2 (3)

POLSAT SPORT 2

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.30** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **11.00** Polsat Sport Talk – mag. **12.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

14.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Madrycie – speed kobiet i mężczyzn – finały **15.00** Motocross: Mistrzostwa Świata w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MX2 **15.30** Motocross: Mistrzostwa Świata w Aguedzie – 1. wyścig w klasie MXGP **16.00** Motocross: MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MX2 **16.30** Motocross: MŚ w Aguedzie – 2. wyścig w klasie MXGP **17.00** Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump **19.00** Kolarstwo: Tour de France – 9. etap

TVN TURBO

10.15 Złomowisko PL 9 (12, 13) **12.15** Naprawy nie do naprawy – mag. **13.00** Zawodowi handlarze (7, 8) – rozr. **14.30** Wojny samochodowe (2, 3) **16.30** Jeździć, obserwować (5, 6) **18.00** Raport Turbo **18.15** Jeździć, obserwować (6) – dok. **19.00** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (1) **19.45** Usterka 16 (12) – fab.-dok. **20.15** Naprawy nie do naprawy **21.00** Wojny samochodowe (6) **22.00** Raport Turbo **22.16** Jeździć, obserwować (9, 10) – dok. **23.45** Z drugiej ręki (10) **0.30** Nauka jazdy (19) **1.00** Wojny samochodowe (2)

CANAL+ SPORT 5

8.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Gezet Stal Gorzów – Unia Leszno **11.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026 **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **17.15** Premier League Stories (44) – magazyn piłkarski **18.00** Snooker: Championship League – 1. runda **23.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag. **0.00** Boks: BKFC Fight Night: Hammond: C. Vancamp – G. Cisneros **1.15** Sporty walki: ONE Friday Fights 160 **2.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Korona – Jagiellonia

ELEVEN SPORTS 2

8.50 Magazyn piłkarski **9.30** Magazyn piłkarski **10.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta BC – Inter Mediolan **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Augsburg **18.00** Made in Italy (12-14) – mag. **19.00** Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter **21.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim **23.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: RC Strasbourg – PSG

NICK JR.

14.35 Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (8) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 7 – anim. **15.55** Świnka Peppa – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa **16.15** Świnka Peppa 8 **16.40** Psi Patrol 6 – anim. **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.00** Świnka Peppa 4 – anim. **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly – anim. **21.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim.

POLSAT SPORT 3

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **8.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **10.00** Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 1. runda **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 1. runda **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (6, 7) – dok. **14.10** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (9) – dok. **15.05** Tajemnice polskich morderstw (3) – dok. **16.00** Ferie, impreza, morderstwo 2 (7) **17.00** Lepiej nie otwieraj drzwi (4) – dok. **18.00** Cała prawda o zbrodni 2 (5, 6) – dok. **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (2) – serial dokum. **20.00** Kobiety z piekła rodem (1) – dok. **21.00** Pogrzebani za domem 6 (9) – dok. **22.00** Prawdziwy potwór: Ed Gein (2) – film dokum. **23.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (4) – dok.

POLSAT PLAY

6.00 Dorwać tuńczyka (15, 1, 2) – dok., USA **9.00** Wojny magazynowe 15 (343, 344) – reality show **10.00** Wojny kontenerowe (9, 10) – serial dok., USA **11.00** Hardkorowy lombard (160, 159, 161, 1-3) – serial dokum. **14.00** Polacy za granicą (135, 136) – serial dokum. **16.00** Złomiarze (19, 20) – serial dok. **18.05** Poszukiwacze historii (137-140) – serial dokum. **20.00** Złomiarze (38, 52) – serial dokum., Pol. **22.00** Kołowrotek (176-187) – magazyn wędkarski **4.05** Starożytni kosmici (142, 141) – serial dokum.

DTX

9.10 Militaria na warsztat (4, 5) **11.10** Dwa oblicza survivalu 3 **12.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Autostrada na Zachód 5 (16, 17) – dok. **15.10** Fani czterech kółek: w trasie (3, 4) **17.10** Absurdy drogowe 8 (5-8) – rozr. **19.10** Fani czterech kółek – dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey (2) **21.10** Od samochodu do domu – mag. **22.10** Militaria na warsztat (16, 17) – dok. **0.10** Kroniki policyjne: Szwecja – dok. **2.10** Megatransporty 2 (2) **3.00** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (1) – dok.

ELEVEN SPORTS 3

11.45 Bundesliga Clubs – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Napoli **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Stade Rennais FC **16.00** Ligue 1 Show (35) – mag. **16.30** Bundesliga Special (22) **17.00** Made in Italy (3, 5-7) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Hellas **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Werder **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Lille **0.00** Bundesliga Special (12) – mag. **0.30** Podróż do świata Calcio **1.00** Birds of paradise – dok.

MINIMINI+

7.33 Kicia Kocia 2 – anim. **8.30** Cloudy & Stormy – anim. **9.05** Bing – anim. **10.00** Baranek Shaun **11.25** Baczne oczka **11.55** Marta mówi **12.50** Moje urodziny **12.59** Marta mówi **13.55** Moje urodziny **14.00** Basia **15.10** Kicia Kocia 2 – anim. **15.55** Blaze i megamaszyny **17.20** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny – dla dzieci **17.57** Staś i fajna Babcia – anim. **18.15** Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia **18.40** Dora i przyjaciele **19.35** Kicia Kocia 2 **20.25** Mały Charlie – serial anim.

Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

FILMOWE HITY DNIA

20.50 TVN

Przynęta

THRILLER Rybak z Florydy na nowo układa sobie życie. Dawna ukochana wikła go w intrygę.

Po rozwodzie Baker Dill (Matthew McConaughey, zdj.) zamieszkuje na prowincji i organizuje połowy dla amatorów wędkarstwa. Jego spokój burzy wizyta ekszony, Karen (Anne Hathaway). Twierdzi ona, że obecny mąż Frank (Jason Clarke) znęca się nad nią oraz synem (Rafael Sayegh). Prosi byłego partnera, aby podczas rejsu rzucił prześladowcę na pożarcie rekinom. Dill jest rozdarty między pragnieniem ocalenia ukochanej a oporem przed zbrodnią. Wkrótce dokonuje zaskakującego odkrycia.

INFO: Wlk. Bryt./USA 2019, reż. Steven Knight, wyk. Matthew McConaughey **140 min do godz. 23.10**

20.00 TVN 7

Władza absolutna

SENSACYJNY Złodziej Luther Whitney (Clint Eastwood, zdj.) włamuje się do rezydencji, gdzie staje się świadkiem zabójstwa kochanki prezydenta USA. Sprawę bada detektyw Frank (Ed Harris, zdj.). **160 min**

USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, Ed Harris, Judy Davis

20.00 TV PULS

Polowanie na czarownice

PRZYGODOWY XIV w. Rycerze Behmen (Nicolas Cage, zdj.) i Felson (Ron Perlman, zdj.) eskortują czarownicę. Podróż do opactwa, gdzie ma być osądzona, jest naznaczona potwornymi zdarzeniami. **120 min**

USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore

20.00 KINO POLSKA

Na układy nie ma rady

KOMEDIA Marek (Grzegorz Małecki, zdj.) otrzymuje dobrze płatne stanowisko w rządzie. Z dnia na dzień trafia do świata wielkich pieniędzy, w których wpływową figurą jest Lech (Piotr Polk, zdj.). **110 min**

Polska 2017, reż. Christoph Rurka, wyk. Grzegorz Małecki, Katarzyna Glinka, Piotr Polk

20.00 STOPKLATKA

RoboCop

SCIENCE FICTION Detroit, 2028 rok. Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman, zdj.) ginie podczas akcji. Jego umysł zostaje połączony z maszyną. Jako RoboCop staje do bezwzględnej walki z bezprawiem. **150 min**

USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton

20.00 FILMBOX+ ONE

SexiPistols

WESTERN KOMEDIOWY Nowojorski bank chce wybudować linię kolejową wzdłuż Meksyku. Inwestorzy przejmują ziemie za bezcen. Z wyzyskiem walczą Maria (Penélope Cruz, zdj.) i Sara (Salma Hayek, zdj.). **120 min**

Meksyk/USA 2006, reż. Joachim Roenning, Espen Sandberg, wyk. Penélope Cruz

21.00 POLSAT FILM

Bejbis

KOMEDIA Po narodzinach drugiego dziecka związek Mikołaja (Grzegorz Małecki, zdj.) i Ady (Marta Żmuda Trzebiatowska, zdj.) dopada kryzys. Małżonkowie próbują uratować miłość, która ich połączyła. **145 min**

Polska 2022, reż. Andrzej Saramonowicz, wyk. Grzegorz Małecki, Marta Żmuda Trzebiatowska

21.00 SUPER POLSAT

Wieczorówka

KOMEDIA Teddy Walker (Kevin Hart, zdj.) ma szansę przejąć sklep szefa. Jego plany krzyżuje jednak niefortunny wypadek. Mężczyzna chce zmienić swoje życie. Podejmuje naukę w szkole wieczorowej. **145 min**

USA/Chiny 2018, reż. Malcolm D. Lee, wyk. Kevin Hart, Tiffany Haddish, Rob Riggle

21.50 POLSAT

Plan ucieczki 3

SENSACYJNY Specjalista do spraw zabezpieczeń, Ray Breslin (Sylvester Stallone, zdj.), ma uratować uprowadzoną córkę miliardera (Malese Jow). Musi dostać się do pilnie strzeżonego więzienia. **125 min**

USA 2019, reż. John Herzfeld, wyk. Sylvester Stallone, 50 Cent, Dave Bautista, Devon Sawa

22.00 TVP KULTURA

Drive My Car

DRAMAT OBYCZAJOWY Yusuke (Hidetoshi Nishijima, zdj.), uznany aktor i reżyser, przed dwoma laty stracił żonę. Dowiaduje się, że kobieta miała romans. Wdowiec musi zmierzyć się z gorzką prawdą. **185 min**

Japonia 2021, reż. Ryusuke Hamaguchi, wyk. Hidetoshi Nishijima, Toko Miura, Masaki Okada

22.00 TV PULS

Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia

DRAMAT SF Mija rok od wygranej Katniss (Jennifer Lawrence, zdj.) i Peety (Josh Hutcherson) w turnieju. Zostają zmuszeni do wzięcia udziału w kolejnej edycji. **175 min**

USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid

22.30 TVP KOBIETA

Rodziny się nie wybiera

KOMEDIA Valentin (Dany Boon, zdj.) traci pamięć. Mentalnie wraca do czasów, gdy miał siedemnaście lat. Nie znał wtedy swojej ukochanej (Laurence Arné, zdj.), a uczuciem darzył przyszłą bratową. **115 min**

Francja 2018, reż. Dany Boon, wyk. Dany Boon, Laurence Arné, Valérie Bonneton

23.00 PULS 2

Waleczne serce. Król Szkotów

PRZYGODOWY Robert Bruce (Angus Macfadyen, zdj.) koronuje się na króla Wolnej Szkocji. Pomimo wygranej Anglików nie traci nadziei na walkę o niepodległość kraju. **145 min**

USA/Wielka Brytania 2019, reż. Richard Gray, wyk. Angus Macfadyen, Diarmaid Murtagh

TVP 1 DVB T2

5.20 63. KFPP w Opolu – Premiery
5.55 Akacjowa 38 (886) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Kościół z bliska – magazyn religijny
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.15 Janosik (1) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (69) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 6 (77) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (187) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Ukryte cuda europejskiej przyrody (4-ost.) – dok.
14.00 Złoty chłopak (323) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1056) – telet.
16.00 Dziedzictwo (964) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (901) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda

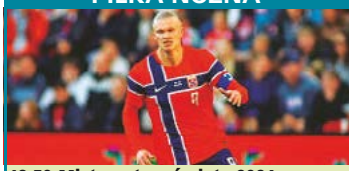
KRYMINALNY

20.30 Prokurator (6) – Polska 2015
W renomowanej agencji reklamowej w centrum Warszawy dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy. Gdy do zabójstwa przyznaje się jej koleżanka, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa. 55 min
21.25 Jerzy Piekarzewski. Moje życie dla klubu – film dokumentalny, Pol. 2026
22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata
LIVE 2026 – mecz 1/16 finału
1.30 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej

TVP 2 DVB T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.35 M jak miłość (1784) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.30 To, co najważniejsze – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Rodzinka.pl (25, 26) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1875) – teleturniej
13.15 Panna młoda (133) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1000) – teleturniej
14.35 Na sygnale (865) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (422) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1876) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024
Derya i Cemil chcą pomóc spodziewającej się dziecka Yoncy. Mukadder odkrywa kłamstwo Beyzy. 60 min
18.20 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio

PIŁKA NOŻNA



18.50 Mistrzostwa świata 2026
LIVE – mecz 1/16 finału
Na Dallas Stadium druga drużyna grupy I – w której za faworytów uchodziły Norwegia i Francja – zmierzy się z wicemistrzem grupy E. Przed mundialem eksperci typowali Ekwador lub Wybrzeże Kości Słoniowej. 155 min
21.25 Postaw na milion – teleturniej
22.20 Na sygnale (857, 858) – serial fab.-dok.
23.25 PitBull (1, 2) – serial sensacyjny, Polska
1.10 Karol, władca Hiszpanii (3)
2.10 Nasz dom w górach (10) – obycz.
3.05 Koniec świata Natalki – film dokumentalny, Polska 2021
4.10 Akacjowa 38 – telen., Hiszpania 2015

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (310, 311) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1241, 1242) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (858, 859) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1488, 1489) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Anna przekonuje się, że ukochany ma ciężarną żonę. W dodatku ukradł jej sąsiadowi zegarek. Poszkodowany deklaruje, że na własną rękę rozliczy się z oszustem. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1055, 1056) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Ciało kuriera zostaje znalezione w lesie. Okazuje się, że rozwoził on nie tylko jedzenie. Kluczem do znalezienia sprawców zbrodni jest pewien nastolatek. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

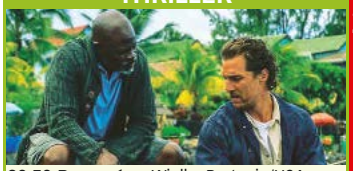
KONCERT

19.55 Wrocław przyszłości – Polska 2026
Spektakularne widowisko łączy muzykę z nowoczesną oprawą wizualną. Wystąpią między innymi Jakub Józef Orliński, Edyta Górniak i Margaret. W roli gospodarzy – Agnieszka Hyży i Tomasz Wolny (oboje na zdj.). 115 min
21.50 Plan ucieczki 3 – film sensacyjny,
FILM USA 2019, reż. John Herzfeld, 125 min
23.55 Szklana pułapka 5 – film sensacyjny,
FILM USA 2013, reż. John Moore, 130 min
2.05 Wpół do śmierci – film sensacyjny,
FILM Niemcy/USA 2002, reż. Don Michael Paul, 135 min
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (50) – program rozrywkowy

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1684) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (11) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1669, 1670, 1717) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (101) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
26-latka zgłasza zniknięcie męża. Detektywi sprawdzają siłownię, gdzie zaginiony wdał się w bójkę i nawiązał kontakt z kryminalistą. 65 min
16.50 Szpital św. Anny (57) – serial obyczajowy, Polska 2025
17.55 Młode gliny (9) – serial kryminalny, Polska 2026
Policjanci wyjaśniają sprawę brutalnego pobicia kobiety. Jeden z tropów prowadzi ich do nauczyciela chemii. Funkcjonariusze znajdują go martwego. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4237) – serial obyczajowy, Polska 2026

THRILLER



20.50 Przynęta – Wielka Brytania/USA
FILM 2019, reż. Steven Knight
HIT Anne Hathaway przyznała, że perspektywa kolejnej współpracy z Matthew McConaugheyem (zdj.) bardzo ją ucieszyła. Aktorzy zagrali razem w „Interstellar". 140 min
23.10 Kuba Wojewódzki (12) – talk-show, Polska 2025
0.15 Kursk – dramat historyczny, Belgia/
FILM Luksemburg/Francja 2018, 145 min
2.40 Szpital św. Anny (127, 128) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.45 Uwaga! – magazyn reporterów
5.05 Nauka jazdy 5 (11) – program rozrywkowy

TV4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (18, 19) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (143) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (494, 495) – serial obyczajowy, Polska
10.55 Na ratunek 112 (1152, 1153) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1521, 1522) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (927-929) – paradok., Pol.
16.55 Policjantki i Policjanci (1391) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (486) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1392) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Uroczysko (191, 192) – serial kryminalny
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (122) – serial kryminalny, Polska 2026
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1005) – serial kryminalny, Polska 2026
23.05 Obrońca – film sensacyjny, USA/
FILM Niemcy/Rumunia 2004, 115 min
1.00 Love Island. Wyspa miłości (23) – reality show
2.10 Hardkorowy lombard 2 (16) – serial dok.
2.50 SuperLudzie (33-37) – serial dokum., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (2, 3) – serial sensacyjny, Niemcy 2016
10.00 Maria z przedmieścia (39, 40) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (106) – serial obycz.
13.00 Wspaniałe stulecie (40) – serial kostium.
14.00 Kurierzy (25) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (522, 523) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (26) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963, 964) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Wtorki z Nicolasem Cage'em:
FILM **Polowanie na czarownice** – film przygodowy, USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, 120 min
22.00 Igrzyska śmierci: W pierścieniu ognia
FILM – dramat s.f., USA 2013, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, Liam Hemsworth, Jack Quaid, 175 min
0.55 Tajniak – dramat kryminalny, Australia
FILM 2023, reż. Matt Nable, 130 min
3.05 Dzielnica strachu 9 (397) – serial krym.
4.00 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (2)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2018
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1984
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (971) – serial obyczajowy, Polska 2026
21.00 Dzielnica strachu 9 (403, 404) – krym.
23.00 Waleczne serce. Król Szkotów – przyg.,
FILM USA/Australia/Wlk. Bryt. 2019, 145 min

TVN 7 DVB T2

5.20 Ten moment (47) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (760-762) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1330, 1429, 1430) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1075-1077) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
14.00 Detektywi (114) – serial fabularno-dokum.
15.00 Szpital (766, 767) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (498) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (10) – serial paradok.
19.00 Ukryta prawda (1521) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 Władza absolutna – film sensacyjny,
FILM USA 1997, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Gene Hackman, 160 min
22.40 Oszukać przeznaczenie 4
FILM – horror, USA 2009, reż. David R. Ellis, wyk. Bobby Campo, Shantel VanSanten, Nick Zano, Haley Webb, 95 min
0.15 Na zabójczej ziemi – film sensacyjny,
FILM USA 1994, reż. Steven Seagal, wyk. Steven Seagal, Joan Chen, Michael Caine, 135 min
2.30 Zgłoś remont 11 (4) – program rozrywk.
3.30 Fachowcy (3) – serial paradok., Pol. 2017
4.15 Dorota was urządzi! (1) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA

14.30 Moda na język polski (90) – magazyn
15.00 Myśliciele – sylwetki polskie (5)
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (5) – serial dokumentalny
16.00 Zaraz wracam 2 (103)
16.30 Barwy szczęścia (3333) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1051) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Oko na Wschód – publ.
18.45 Info Wilno (1881) – inf.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny (123) – pr. inf.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.40 Gra słów. Krzyżówka (1130) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (933) – telet.
9.25 Koło fortuny (2040)
10.00 Makłowicz w podróży
10.35 Program rozrywkowy
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (13) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (189, 190) – serial komediowy, Pol.
15.25 Kabaret Letnią Porą (5, 6) – program rozrywk.
17.25 Va banque (934) – telet.
18.00 Koło fortuny (2041)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (27) – program rozrywk.

TTV HD DVB T2

4.55 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (15) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 10 (12, 13)
8.30 Kartoteka 11 (13, 14)
10.35 Detektywi (11, 12)
12.35 Zakup w ciemno 3 (37)
13.35 Zakup w ciemno 7 (22)
14.35 Nic do ukrycia 2 (4)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (7)
18.05 Zakup w ciemno extra (35) – reality show
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 18 (8)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (30)
21.05 Zakup w ciemno extra (28) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (293) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (913, 914) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (363-365) – serial paradokum., Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (943) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1516, 1517) – serial paradokum., Polska 2025
14.30 Świat według Kiepskich (499-503) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (143, 144) – serial kryminalny, Polska 2022
19.00 Gliniarze (989) – serial paradokum., Polska 2024

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (127-129) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin 4 (28) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (311, 312) – serial obycz., Pol. 2025
10.25 Świat według Kiepskich (157, 158, 223, 224, 162, 214, 208) – serial komediowy, Pol.
14.50 Małolaty na obozie FILM – film familijny, USA 2007, reż. Fred Savage, wyk. Cuba Gooding Jr., Paul Rae, 110 min
16.40 Ghost Rider 2 FILM – thriller s.f., USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, 120 min
18.40 Wykiwać klawisza FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, 140 min

AXN

6.05 FBI: Most Wanted 3 (6, 7) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA
9.25 Castle 2 (13, 14) – serial kryminalny, USA 2010
11.25 MacGyver 2 (8, 9) – serial akcji, USA 2017-2018
13.15 Agenci NCIS: Hawaje 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024
15.10 Agenci NCIS 10 (10, 11) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (9, 10) – serial kryminalny, USA/Kanada 2002
19.05 Castle 2 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2010

20

FANTASY

20.50 Wiedźmin (5) – Polska
Geralt i Yennefer zatrzymują się w mieście Aed Gynvael. Wiedźmin najmuje się do zabicia potwora grasującego na śmietnisku. 55 min
21.45 Ojciec Mateusz 2 (24)
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (8) – program rozrywk.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Miłosz – dok., Pol. 2013
0.40 Zaraz wracam 2 (103)
1.10 Polacy na ratunek Żydom (18)

KOMEDIOWY

22.10 Rodzinka.pl (52) – Pol.
Podczas obiadu Boscy rozmawiają o seksie przedmałżeńskim. Tomek obiecuje jak najszybciej skorzystać z ich porad. 40 min
22.50 Tak to leciało! (63)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) – talk-show
0.45 Koło fortuny (2041, 2035) – teleturniej
2.10 Kabaret Letnią Porą (2, 35) – pr. rozrywk.
4.15 Hity wszech czasów (52) – magazyn muzyczny

DOKUMENTALNY

22.00 Nic do zgłoszenia 6 (7)
W Małaszewiczach znaleziono towar wart miliony. W Medyce pasażerka próbowała przewieźć produkty odzwierzęce. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (2)
0.00 Fachowcy 2 (10)
0.45 Żony Podlasia 3 (5)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (4) – dok., Pol.
2.25 Nauka jazdy 5 (6) – rozr.
3.00 Szpital (923) – paradok.
4.00 Szkoła (805) – paradok.

KRYMINALNY

20.00 Ślad (65) – Polska 2019
Dwie młode kobiety zostają porwane przez maniaka seksualnego. Jednej z nich udaje się uciec. Dziewczyna opowiada o wszystkim policjantom. 60 min
21.00 Gliniarze (784)
22.00 Łowca pedofilów (168)
23.00 Świat według Kiepskich (349, 350)
0.00 Ślad (88) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (7) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.55 Ewa gotuje (542)

KOMEDIA

21.00 Bejbis – Polska FILM 2022, reż. Andrzej Saramonowicz
Narodziny drugiego dziecka wystawiają małżeństwo Mikołaja (Grzegorz Małecki, zdj.) i Ady (Marta Żmuda Trzebiatowska, zdj.) na próbę. 145 min
23.25 Pokusa – dramat obycz., FILM Polska 2023, 130 min ●
1.35 Fala zbrodni (70-73) – serial sensacyjny, Pol.
5.20 Na ratunek 112 (855) – serial paradokum., Pol.

KRYMINALNY

21.05 Rekrut 8 (11, 12)
Wesley zamierza zaproponować Glasserowi ugodę. Sytuację komplikuje jednak wyznanie Novaka. Lucy z Timem pomagają Johnowi i Celinie w śledztwie. 115 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (9, 10) – krym., USA/Kan.
0.45 Castle 2 (15, 16) – krym.
2.40 Rekrut 8 (11, 12) – krym.
4.25 Walker: Strażnik Teksasu (5) – krym., USA
5.10 Blok promocyjny AXN

TVP HISTORIA DVB T2

11.50 Attenborough i jurajski potwór morski **12.50** Zapomniane dyktatury w Europie (2) – dok. **13.40** „Kogel-mogel" – ćwierć wieku później **14.00** Królowie (47) – hist., Pol. 2024 **14.30** Czterdziestolatek (11) **15.20** Piosenką przez historię **15.40** Sensacje XX wieku **17.40** Czas honoru. Powstanie (8) – wojenny **18.30** Historia Polski: Paradoks o konduktorze **19.30** Polskie parki narodowe **20.10** Oficer (3) – sens. **21.15** Brytyjskie odliczanie do wojny (3) **22.10** Islandia: na granicy zimnej wojny (2) **23.15** Sensacje XX wieku – pr. hist.

TVP KULTURA DVB T2

9.00 Siedem życzeń (3) **10.05** Weiser – dramat psycholog., Niem./Pol./Szwajcaria 2000 **11.50** Rewolta – 70. rocznica Czerwca '56 **12.15** Ina Benita. Dwa życia **13.45** Angielskie śniadanie: Kosmos 1999 (8) **14.50** Śmierć nadejdzie jutro – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2002 **17.10** Siedem życzeń (4) – przyg. **18.15** Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (5) – dok. **18.55** Pan wzywał, milordzie? 4 (3) – kom., Wlk. Bryt. **20.00** Teatr Telewizji: Czwarta siostra **22.00** Kino bez granic: Drive My Car – dramat obyczajowy, Japonia 2021

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (698, 699) – paradok. **7.55** Doktor Martin (43, 44) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie 2 (29, 30) **11.30** Świat według Kiepskich (429-432) **13.30** Bitwa o palety (21) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (57) **16.00** Ninja Warrior Polska (29) **17.55** Świat według Kiepskich (499, 500, 543, 544) – kom. **20.00** Złomiarze (2) **21.00** Wieczorówka – kom., USA/Chiny 2018 **23.25** Ryzykanci – dram. sens., USA 1997 **1.15** Świat według Kiepskich (89, 113, 127, 361, 362) – kom. **3.55** Nasz nowy dom (235, 236)

ZOOM

8.00 Strażnik Teksasu 9 (2, 3) **9.50** MacGyver 2 (20, 21) **11.55** Pułapki umysłu 7 (3) – dok. **13.00** Wojny magazynowe: Kanada 2 (9, 10) **14.10** Pod pokładem 11 (16) **15.25** Sensacje XX wieku (30) – hist. **16.35** Dynamo: Więcej niż magia (1) – dok. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 23 (14, 15) **22.00** Pod pokładem 11 (17) **23.00** Magia nagości. Polska 4 (6) **0.05** Magia nagości 5 (5) **1.20** Magia nagości. Niemcy (2) – rozr. **2.25** Kabaretowe przeboje 3 (4-6) **5.50** I love kabaret EXTRA (3)

METRO

7.35 Tajemnice miłości (20) – paradok., Pol. **8.30** Szpital (774, 775) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (343, 344) **12.30** Szkoła (712) – paradok. **13.30** Brzydula (19, 20) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (9) **15.45** The Floor (13, 14) – telet. **17.00** Fani czterech kółek 17 (10) **18.00** Prawo Agaty 6 (11) **19.00** Kartoteka (10, 11) **21.05** Kryminalni 2 (8, 9) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (4) **0.15** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (11) **1.20** Szpital (767) **2.20** Szkoła (522, 523) **4.20** Nowa Maja w ogrodzie 4 (20, 21)

ALE KINO +

7.00 Problem **7.30** Fuks – kom. sens., Polska 1999 **9.25** Mother Dear **10.00** Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (1, 2) **12.15** Vera 4 (4) – serial krym. **14.10** Konie Valdeza – western, Francja/Hiszp./Wł. 1973 **16.05** Konwój – film sens., USA 1978 **18.15** Vera 5 (1) – krym. **20.10** Premiera: Szpieg – thriller, Fr./Wlk. Bryt./Niemcy 2011 **22.40** Miasteczko Cut Bank – thriller, USA 2014 **0.40** Sny o miłości – komediodramat, Norwegia 2024 **2.45** Powrót (2) – kom. **3.35** Ultima Thule – dramat obycz., Polska 2023 **5.05** Klangor (8-ost.) – krym.

TV TRWAM DVB T2

16.40 Zdrowie z Bożej Apteki **17.00** Wierzę w Boga **17.30** 24. Międzynarodowy Rajd Katyński **17.55** Poczet wielkich Polaków – pr. hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia – publ. **22.00** Rotmistrz Pilecki. Ofiarowanie

ANTENA HD DVB T2

8.40 Kabaretowy Szał (16) – pr. rozr. **9.40** Co Polak potrafi na drodze? (8) – pr. rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 3 (8) **11.50** Klątwa Wyspy Dębów 6 (20, 21) **13.45** Australijscy poszukiwacze złota 2 (5, 6) – dok. **15.45** Wojny kontenerowe (13, 14) – dok. **16.50** 77 TV 3 (1, 3) **18.50** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (3) **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (6) – krym., Fr. 2017 **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (8) **23.20** Detektywi z Bordeaux 4 (7) **0.30** Polska. Największe tajemnice 2 (5)

TVS

12.25 Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz. **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Rosamunde Pilcher: Przypływy miłości – obycz., Niem./Austria 2009 **21.50** Rosamunde Pilcher: Miłość na pierwszą stronę – obycz., Niem. 2023 **23.35** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

WP DVB T

12.00 Wariaci za kierownicą 5 (6) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (19-21) – dok. **16.50** Pogoda (58) – pr. inform. **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4 (2) – serial krym. **19.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (15) – dok., Polska **20.00** Policjanci w akcji (7) – obycz. **21.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (18) – dok. **21.55** Pogoda (58) – inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 5 (7) **23.00** Mistrzowie Kabaretu (5) **0.05** Mistrzowie Kabaretu 7 (3) **1.00** Kabaret na żądanie (2) – rozr.

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Co my tu robimy? Fajnie się bawimy (30) – pr. muz. **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (67, 68) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (9, 10) **23.00** Zdrady (70)

VIASAT EPIC DRAMA

6.05 Agenci NCIS 17 (17, 18) – krym. **7.40** Lekarze na start (19, 20) **9.10** Poirot 3 (5, 6) **11.25** Zatraceni w miłości (21, 22) – telen. **13.30** Agenci NCIS 17 (19, 20) – serial krym. **15.15** Lekarze na start (21, 22) – obycz. **16.50** Poirot 3 (7, 8) – krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (23, 24) – telen. **21.00** Joan (6) **22.00** Premiera: Królowa węży (8) **23.15** Detektyw Murdoch 19 (2) **0.10** Zatraceni w miłości (23, 24) **2.00** Joan (6) **2.50** Królowa węży (8) **3.45** Poirot 13 **5.20** Lekarze na start (20) – obycz.

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Polska z góry. Nad wodą 2 (6) – serial dok.
6.25 Nowy kabaretowy rejs 5 (3) – pr. rozrywk.
7.15 Polska z góry. Nad wodą 2 (7) – serial dok.
7.45 Pokój – film krótkometr.
8.05 W pustyni i w puszczy FILM – film przygodowy, 2001, reż. Gavin Hood, 135 min
10.20 Trędowata FILM – melodramat, 1976, reż. Jerzy Hoffman, 135 min
12.35 Skradziona kolekcja FILM – komedia kryminalna, 1979, reż. Jan Batory, 120 min
14.35 Znachor – dramat FILM obyczajowy, 1981, reż. Jerzy Hoffman, 165 min
17.20 Czterej pancerni i pies (1, 2) – serial wojenny, 1966

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (95, 96) – serial komediowy, Pol.
6.30 Na sygnale (478, 479) – serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 2 (28) – serial kryminalny, Pol.
8.30 Komisarz Alex 2 (17) – serial kryminalny, Pol.
9.25 Rodzinka.pl (97) – kom.
10.00 Klan (1444, 1445) – telenowela, Pol. 2008
10.55 Ranczo 8 (95, 96)
12.35 Komisarz Alex 2 (18)
13.40 Ojciec Mateusz 29 (379, 380) – serial krym.
15.40 Komisarz Alex 2 (19) – serial kryminalny, Pol.
16.30 Na sygnale (480, 481) – serial fabularno-dokum.
17.40 Ranczo 8 (97, 98) – serial obycz., Pol. 2014
19.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023

13 ULICA

6.05 Blanca 2 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.30 Na granicy: Spadek FILM **Hildy** – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, 115 min
10.25 Chicago P.D. 11 (8, 9) – serial kryminalny, USA
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (3, 4) – serial sensacyjny, USA
14.05 Blanca 2 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.25 Na granicy: Potworna FILM **matka** – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, wyk. Maria Simon, 115 min
18.20 Chicago P.D. 11 (10, 11) – serial kryminalny, USA
20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (5, 6) – serial sensacyjny, USA

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (772) – paradok.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (2) – pr. rozrywk.
6.30 Alfabet filmowy (16)
6.45 Zakochani po uszy (77, 78) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (53-56) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (6) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (85) – serial obycz., Pol. 2026
11.55 Miłość czy pomyłka? (23, 24) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (5) – serial obycz., Pol. 2013
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Alfabet filmowy (21)
16.15 Jądro Ziemi – dramat FILM s.f., Wielka Brytania/USA 2003, 165 min
19.00 Szpital św. Anny (64) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (167) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (981) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (66) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (205, 206)
8.55 Ojciec Mateusz 19 (248, 249) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1052) – teleturniej
11.20 Na sygnale (637, 638)
12.25 Ojciec Mateusz 5 (69)
13.20 Komisarz Alex 3 (33)
14.15 Ranczo 5 (65) – obycz.
15.15 Ranczo 6 (66) – obycz.
16.10 Górna półka smaku (16) – magazyn kulinarny
16.40 Przystanek slow food 3 (8) – mag. kulin.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (311) – krym., Pol. 2020

STOPKLATKA

6.00 Kabaretowe hity (5) – program rozrywkowy
6.50 Złoty interes (9) – program rozrywkowy
7.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
9.00 Robert Makłowicz (161, 151) – mag. kulin.
10.55 Górski lekarz (14, 15) – obycz., Niemcy/Austria
13.00 Katastrofy w przestworzach (3, 10) – serial dok., Kan.
16.00 MacGyver 3 (20) – sens., USA/Kan. 1988
17.00 MacGyver 4 (1) – serial sensacyjny, USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (1, 2) – reality show, Kanada 2013
19.10 Aukcja w ciemno 2 (1, 2) – serial dok., USA

20

KOMEDIA

20.00 Na układy nie FILM **ma rady** – 2017 Marek (Grzegorz Małecki, zdj.) ma problemy finansowe. Dawny wykładowca ze studiów proponuje mu stanowisko w rządzie. 110 min
21.50 Kroll – film sensacyjny, FILM 1991, 125 min
23.55 Symetria – dramat FILM obycz., 2003, 130 min ●
2.05 Drogówka – dramat FILM krym., 2013, 150 min ●
4.35 Sabina – krótkometraż.
5.00 Moja – film krótkometr.

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 2 (29) Na uczelni zostaje zamordowany jeden z asystentów. W zastępstwie zmarłego wykładowcy zajęcia ma poprowadzić Mateusz. 60 min
21.30 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Pol. 2014
23.20 Ojciec Mateusz 30 (382, 383) – serial krym.
1.20 Polowanie na ćmy (3, 4) – serial hist., Polska
3.20 Wojna zastępcza (5)
4.10 Klan (1444) – telen., Pol.
4.40 Pan Mama (17) – kom.

KRYMINALNY

22.00 Flashback (2) – Fr. Elsa pomaga swojemu ojcu Josselinowi w śledztwie dotyczącym morderstwa. Później kobieta je kolację ze swoją matką. 65 min
23.05 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
1.05 Na granicy: Potworna FILM **matka** – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, 110 min
2.55 Blanca 2 (4-6) – serial kryminalny, Włochy 2023

KOMEDIA

20.00 Zanim odejdą FILM **wody** – USA 2010 Peter (Robert Downey Jr., zdj.) spieszy się na narodziny pierwszego dziecka. Podczas podróży ma wyjątkowego pecha. 130 min
22.10 Specjalista – film sens., FILM USA/Peru 1994, 135 min
0.25 Równi goście – kom. FILM sens., USA 2016, 145 min
2.50 Dziewczyny z Hollywood 2 (3)
3.05 Szkoła (742) – paradok.
4.05 Ukryta prawda (1342)

OBYCZAJOWY

19.20 Ranczo 6 (75) Dzieci podejmują różne inicjatywy, aby zebrać środki na wycieczkę. Czerepach wykorzystuje ich działania do promowania senatora. 50 min
20.10 Rodzinka.pl (277, 278)
21.25 Ojciec Mateusz 32 (408) – krym., Pol. 2024
22.20 Morderstwa FILM **w Montauban** – film krym., Fr. 2024, 105 min
0.05 Syn (5) – serial obycz.
1.05 Służby specjalne (2, 3)
3.05 Ranczo 8 (94) – obycz.

SCIENCE FICTION

20.00 RoboCop – USA 2014, FILM reż. José Padilha Policjant Alex Murphy (Joel Kinnaman, zdj.) zostaje śmiertelnie ranny. Naukowcy postanawiają wszczepić w jego ciało części maszyny. 150 min
22.30 Wykidajło – dramat FILM sens., USA 1989, 140 min
0.50 Nieśmiertelny 3: FILM **Czarnoksiężnik** – film fantasy, Kanada/Francja/Wlk. Bryt. 1994, 125 min
2.55 Supermarket – thriller, FILM Polska 2012, 115 min ●

CANAL+ PREMIUM

10.25 Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023 **12.20** W kogo ja się wrodziłem? – obycz., Pol. 2001 **13.25** Cat's Eyes (7) – przyg. **14.15** Fukushima: atomowy koszmar **15.45** Balony **16.20** Kawałek po kawałku – anim., USA/Dania 2024 **17.55** Łapu capu **18.00** Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002 **20.00** Dziedzictwo Bourne'a – film sensacyjny, USA 2012 **22.10** Premiera: Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł **23.15** Kuracja – czarna komedia, USA 2024 **0.55** Dom tysiąca trupów – horror, USA 2003

CANAL+ FILM

12.10 Łapu capu – rozr. **12.15** Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa **13.55** Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013 **15.15** Morderstwo w ambasadzie – film kryminalny, Wlk. Bryt. 2025 **16.40** Łapu capu – pr. rozr. **16.45** Peacock – thriller, USA 2010 **18.15** Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Fr. 2024 **19.55** Łapu capu – pr. rozrywk. **20.00** Zapiski śmiertelnika – komediodramat, Pol. 2025 **21.35** Cicha noc, śmierci noc – horror, USA 2025 **23.10** Riff Raff. Zabójcza rodzina – komedia krym., USA/Wlk. Bryt. 2024

FILMBOX+ ONE

6.00 Celnicy 2 (6) **6.35** Panna Marple: Zwierciadło pęka w odłamków stos – krym., Wlk. Bryt. 2011 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (1, 2) **11.00** Panna Scarlet i komisarz (5, 6) – krym. **13.10** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4) – serial krym. **17.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) – serial kryminalny **20.00** SexiPistols – western komediowy, Francja/Meksyk/USA 2006 **22.00** Haker – film sens., USA 2015 **0.35** Ucieczka gangstera – sens., USA/Jap. 1994 **3.00** Pięści 2: Ulubiona broń – dram. karate, USA 2014

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan 2 (1, 2) – kom. **7.00** Dwóch i pół 4 (7-10) – kom. **8.55** Przyjaciele 5 (20-24) **11.25** Przyjaciele 6 (1) **11.55** Teoria wielkiego podrywu 5 (11-16) – kom. **14.30** Dwóch i pół 4 (11-14) – kom. **16.30** Przyjaciele 6 (2-7) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 5 (17-22) **22.00** The Office PL (11, 12) **23.05** Comedy Club 4 (11, 12) **0.05** Miasteczko South Park (11, 12) **1.00** Pracoholicy 2 (9, 10) **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (3, 4) **3.00** Miasteczko South Park (8-10) **4.30** Comedy Club 6 (11, 12) **5.30** Comedy Club 7 (1)

HBO

12.25 Premiera: Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (16) – talk-show **13.05** Wielka, odważna, piękna podróż – dramat fantasy, Irlandia/USA 2025 **14.55** Amrum – dram. wojenny, Niem. 2025 **16.25** Na rauszu – komediodramat, Dania/Hol./Szwecja 2020 **18.20** Lisa Frankenstein – komedia fantasy, USA 2024 **20.00** Premiera: Stamtąd 4 (8) – serial grozy, USA **21.00** Premiera: Ta inna siostra Bennet (2) – kostium. **21.30** Premiera: Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (1) – serial kom. **22.00** Złoto – sens., Australia 2022

FX

5.00 Master Crimes (4, 5) **7.08** Kości (17, 18) **9.00** Z archiwum X (15) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (2, 3) **15.35** SkyMed (8) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) **18.20** Z archiwum X (16) – s.f. **19.15** FBI 4 (3) – krym. **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) **22.00** Premiera: 9-1-1 (17) **22.55** Z archiwum X (16) **23.50** Matlock (12) **0.45** FBI 4 (3) **1.40** Agenci NCIS 10 (3) **2.35** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3)

CANAL+ 360

12.15 Wolne duchy. Starcie z żywiołami (7) **13.00** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (2) – dok. **14.00** Wykrywacz historii 3 (2) **15.00** Co poszło nie tak 3 (5) – dok. **16.00** Supersamoloty bojowe (3) **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (16) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (1) **18.55** Wykrywacz historii 3 (1) **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (17) **20.50** Co poszło nie tak 4 (5) – dok. **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (1) – dok. **23.00** Supersamoloty bojowe (1)

BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (3) – serial krym. **9.40** Ojciec Brown 13 (7) **10.40** Śmierć pod palmami 15 (3) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 2 (6) – krym. **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 3 (1, 2) **14.55** Ojciec Brown 7 (1) – krym. **15.55** Lewis 4 (3) **17.00** My Life is Murder 2 (5) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (3) **19.55** Śmierć pod palmami 15 (4) **21.00** Harry Wild 4 (4) **22.00** Luther 5 (3, 4) **0.15** McDonald i Dodds 2 (1) **2.05** Śmierć pod palmami 15 (4) – krym. **3.10** Morderstwa w Midsomer 20 (3) **4.45** Moja rodzinka 2 (4)

ROMANCE TV

10.40 Rosamunde Pilcher: Pani Szczęście – obycz., Niem. 2026 **12.30** Mój brat, jego spadek i ja – dramat obycz., Niemcy 2011 **14.20** Miłość się nie przedawnia – komedia, Niemcy 2019 **16.15** Rosamunde Pilcher: Gdzie zaczyna się miłość – film obycz., Austria/Niemcy 2006 **18.05** Górski lekarz (132, 133) – serial obyczajowy **20.00** Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – komedia obycz., Niem. 1997 **21.50** Gdy kobiety odchodzą – komedia, Niem. 2017 **23.45** Górski lekarz (132, 133) – serial obyczajowy

FILMBOX+ HITS

10.50 Przyjaźń czy kochanie? – film kostiumowy, Francja/Holandia/Irlandia 2016 **12.35** Joga dla dwojga – obycz., USA/Kan. 2019 **14.10** Miłość x 3 – komediodram., USA 2020 **15.55** Proza życia – kom., USA 2017 **17.50** Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019 **20.00** Wyspa śmierci – film sens., USA/Wlk. Bryt. 2023 **21.40** Niewygodna prawda – dramat biograficzny, Australia/USA 2015 **23.55** Żywioł. Deepwater Horizon – dramat katastroficzny, Hongkong/USA 2016

TV 6

8.50 Kobra – oddział specjalny (12, 13) – serial sens., Niem. **10.55** 48h. Zaginieni (124-126) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1192) – obycz. **14.55** Uroczysko (29, 30) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (14, 15) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (20, 21) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (185, 186) – krym. **21.55** Czarna lista (18) **22.55** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (699, 700) **1.05** Kości (99, 100) **3.00** Cobra Kai (21) **3.40** Septagon (88, 89) **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

6.00 Czarodziejki 2 (17-20) **9.25** Policyjna grupa pościgowa 15 (3) – dok. **10.30** Star Trek 7: Pokolenia – film s.f., USA 1994 **13.00** Czarodziejki 2 (21, 22) – fantasy, USA **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 – serial anim. **15.30** Gliniarz z Beverly Hills 2 – komedia sens., USA 1987 **17.50** Gliniarz z Beverly Hills 3 – komedia sens., USA 1994 **20.00** Gorączka – sens., USA 1995 **23.35** Adrenalina 2: Pod napięciem – sens., USA 2009 **1.30** American Psycho – thriller, USA/Kan. 2000 **3.35** Rambo – sens., USA/Niemcy 2008

TVN 24

7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii 16 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Wiza na miłość 12 (5)
13.00 Niepokonani (9, 10)
15.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (1) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show
20.00 Premiera: Mali ludzie, wielka rodzina 11 (9) – serial dokumentalny

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1) – reality show, Polska 2016
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (12) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Pogromcy chaosu (5) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (7, 8) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (13, 12) – program rozrywkowy
15.35 Jestem z Polski (1) – serial dokumentalny
16.35 Jestem z Polski 16 (12) – serial dokumentalny
17.40 Kuchenne rewolucje (2, 11, 12) – program rozrywkowy

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Mistrzowie logistyki (11) – serial dokum.
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Fani czterech kółek (5) – serial dokumentalny
13.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 2
14.00 Nagi instynkt przetrwania 6 (1) – dok.
15.00 Złomowisko PL 5 (16)
16.00 Gorączka złota 16
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (8) – rozr.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (1) – serial dokumentalny
13.00 Państwa Osi: Droga ku porażce (4) – dok.
14.00 Normandia '44: Inwazja (2) – film dok., Wielka Brytania 2020
15.00 Katastrofa w przestworzach (7)
16.00 Złapać przemytnika (5) – serial dokumentalny
16.55 Skarby Wyspy Wielkanocnej – dok., USA 2018
17.55 Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu (9) – serial dokumentalny
19.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5) – serial dokumentalny
20.00 Katastrofa w przestworzach (6) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (630)
6.05 48h. Zaginieni (56)
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (630)
9.00 Starożytni kosmici (11) – serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (19, 20) – reality show
12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (4) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – serial dokum.
14.00 II wojna światowa – jednostki specjalne (5, 6) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 2 (15) – serial dokum.
17.00 Dorwać tuńczyka 3 (1)
18.00 Rolnicy. Podlasie (2, 3)
20.00 Galileo (20)
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (3) – serial dok.

20

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Kropka nad i Monika Olejnik (zdj.) prowadzi rozmowy z polskimi parlamentarzystami. Nie boi się zadawania trudnych i niewygodnych pytań. 20 min
20.20 Fakty o świecie – inf.
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe – program rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.

ROZRYWKA

21.00 Rodzina 10+ 8 (11) Dalsze losy rodziny Plathów, która liczy sobie jedenastu członków. Ich wspólną pasją jest muzyka. 60 min
22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7 (11)
23.00 Transplantacja: drugie życie – serial dokum.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy – serial dokumentalny
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 (9) – serial dokumentalny
2.00 Rodzina 10+ 8 (11)

ROZRYWKA

20.50 Ostre cięcie 11 (2) Andrzej Wierzbicki i Tomasz Schmidt (obaj na zdj.) przekonują szefową bydgoskiego salonu, by zmieniła podejście do pracy. 60 min
21.50 Jestem z Polski 14 (15) – serial dokumentalny
22.50 Jestem z Polski (5)
23.45 Hotel Paradise 6 (17, 18) – reality show
1.45 Śluby marzeń (1) – rozr.
2.45 Co nas truje (12, 2)
4.20 Zrób coś z tym dzieckiem (4) – mag.

DOKUMENTALNY

21.00 Co kryje Strefa 51? – USA 2019 Na pustyni w stanie Nevada Joe i Emmett Hayes obserwują szturm na Strefę 51. Badają też historię tego niezwykłego obiektu. 60 min
22.00 Premiera: W oku cyklonu: Łowcy burz (2) – serial dokumentalny
23.00 Premiera: Bimbrownicy 14 – serial dokum.
0.00 Od samochodu do domu – mag. motor.
1.00 Hot rod wg Kindiga

DOKUMENTALNY

21.00 Służby ratownicze: Jukon (1, 2) Mieszkańcom Dawson City dają się we znaki siarczyste mrozy. Z powodu zimna w mieście pękają rury. Nocą służby dostają zgłoszenie do pożaru ciężarówki. 120 min
23.00 Premiera: Procesy czarownic: Prawdziwe historie (1) – film dokum., USA 2026
0.00 Katastrofa w przestworzach (2) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

22.00 Czołgi: Ewolucja machiny wojennej (7, 8) By zyskać przewagę, niemiecki sztab generalny zaplanował operację Cytadela. Zmobilizował prawie 50% sił pancernych Rzeszy. 120 min
0.00 Starożytni kosmici (4) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) – serial dokumentalny
5.00 Kołowrotek (7, 8) – magazyn wędkarski

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

12.30 Nico wrzuca na ruszt (1, 2) **13.25** M jak mięso 6 (1, 2) – dok. **14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (1) **14.50** Włoskie życie Sophie Grigson 2 (9, 10) – dok. **15.40** Letnie inspiracje (4) – dok., Pol. **15.45** Z pola na stół 2 (1, 2) **16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (2) **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (3, 4) **18.30** Maximum Foodie 4 (5) **18.55** M jak mięso 5 (6) **19.25** M jak mięso 8 (3, 4) – dok., Pol. **20.15** Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (6) – rozr. **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (4-6)

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą – kom. **9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom **14.30** Kolacja w ciemno **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Najpiękniejsze domy na wsi **21.00** Rolniczki – serial dok., Pol. **22.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozrywk. **3.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol. 2021

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Jak to jest zrobione? – dok. **8.30** NASA: Niekończąca się podróż – dok., USA 2018 **10.00** Jak działa wszechświat? **11.00** Mega maszyny Alaski – dok. **12.00** Poszukiwacze dinozaurów – dok. **13.00** Zoom na architekturę – dok. **15.00** Jak działa wszechświat? – dok. **17.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **18.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 **19.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **21.00** Czy jest z nami inżynier? (3, 4) – dok. **23.00** W sieci eksperymentów – serial dok. **1.00** Jak działa wszechświat? – dok.

TVP DOKUMENT

12.25 Korona Gór Polski 2 (1) **13.00** Alhambra, utracony raj **14.00** Szmaragdowe wyspy (1) **15.00** Król łąk (1) **15.55** Niezwykłe pojazdy ratownictwa i ochrony **16.55** Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (2) **17.55** Sanatorium miłości 3 (10) **18.50** Henryk Wars – pieśniarz Warszawy – dok., Polska 2007 **20.00** Tajemnice samolotów prezydenckich **21.05** Sardynia: Tajemnicze wieże – Nuragi **22.10** Lucia w pajęczej sieci (2) – dok. **23.05** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.15** Zabić czas – naukowo o nudzie

PLANETE+

11.25 Jak przetrwać w Australii (1) – serial dokum., Australia **12.35** Orzeł przedni. Władca przestworzy (2) **13.50** Krajobrazy świata (12) **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (7) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (2) **16.55** 360° Świat bez granic (22) **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (53, 54) – dok., Fr. **18.40** 1942. Długi rok przełomu (6) **19.45** First Person Shooter. Idź, strzelaj, kombinuj (5) **20.50** Śmieci na orbicie **22.00** Poza ciemną stronę Księżyca **23.10** Zniewoleni. Rodzina w pułapce strachu (4) – dok. **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (3)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 DVB T2

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

TVP 3 DVB T2

12.30 Rączka gotuje **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny **15.20** Serwis Info Dzień – inf. **15.30** Program lokalny **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (184) – obycz.

HGTV

10.00 Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) **11.05** Zarobić na remoncie 6 (2) **11.36** Usterka 11 (4, 5) – fab.-dok. **13.05** Zbudujemy fajny dom 2 (7) **14.00** Zbudujemy większy dom (2) **15.00** Mieszkanie na miarę (3, 4) – pr. rozr. **17.00** Polowanie na ogród 7 (7, 8) **18.10** Będzie pięknie (7) **19.05** Zgłoś remont 4 (3) – rozr. **20.05** Dorota inspiruje 3 (6) – reality show **21.00** Dorota was urządzi! (3, 4) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (1-4) **0.40** Kupujemy dom na plaży 29 (1, 2) – dok.

TVP KOBIETA DVB T2

12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (21) **12.50** Przepis dnia (48) **13.00** Na dobre i na złe (574) – obycz. **13.55** Zadziwiający świat chrząszczy – dok., Pol. **15.00** Rosół polski (29) **15.30** Ojciec Mateusz 34 (437, 438) – krym., Pol. **17.30** Tajemnice królewskiej posiadłości **18.30** Lato z Radiem i Telewizją Polską **19.30** Miłość i nadzieja (290) – telen., Turcja **20.30** Wichrowe wzgórze (271) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (263) **22.30** Rodziny się nie wybiera – kom., Fr. 2018

BBC EARTH

11.20 Skarby przeszłości i ich tajemnice 4 (4) – dok., Wlk. Bryt. **12.20** Malownicze trasy kolejowe (6) **13.20** Mroźna planeta (5) **14.25** W okowach mrozu 3 (3) – dok. **15.25** Życie na pustkowiu: powroty 3 (8) – dok. **16.30** Pociągiem przez starożytną Grecję (1) **17.35** Azja: kulisy produkcji **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (5) – dok. **19.45** Dzikie konie Gór Skalistych i ja **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 3 (9) **21.55** W okowach mrozu 3 (4) **22.55** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (2) **23.55** Życie z PTSD

HISTORY

12.10 Gwiazdy lombardu 24 (14) **13.05** Starożytni kosmici 14 (19) – dok. **14.00** Tajemnice skryte w mroku (7) – dok. **14.50** Największe tajemnice świata 6 (10) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (54) **16.15** Gwiazdy lombardu 24 (34) **17.10** II wojna światowa w kolorze (10) – serial dokum. **18.10** Największe tajemnice świata 5 (14) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 16 (16) – dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (18) **21.00** Hitler i narkotyki **23.00** II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (2)

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB T – DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Siatkówka mężczyzn: Liga Narodów – mecz: Polska – Argentyna
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej (LIVE)

EUROSPORT 1

6.00 Kolarstwo: Tour de France – 9. etap
7.15 Kolarstwo: Tour de France – 10. etap
8.30 FIA World Endurance Championship: Wyścig 24-godzinny w Le Mans
10.30 Racing on the Edge – magazyn sportowy
11.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 10. etap
14.30 Kolarstwo: Tour de France – 11. etap
16.30 Kolarstwo: Tour de France – 12. etap
18.15 Kolarstwo
18.30 Cycling Show – magazyn sportowy Omówienie i zapowiedź najciekawszych wydarzeń kolarskich. 30 min

TVP SPORT (DVB T2)

6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie (10) – cykl reportaży
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (19) – magazyn piłkarski
10.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.30 Jeździectwo: Zawody CSIO w Sopocie – GP
14.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
16.30 Dzień na mundialu (19) – magazyn piłkarski
18.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – studio (LIVE)
19.00 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: Szwecja – Polska

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Pogoń Szczecin – Lech Poznań
8.20 Premier League Stories (19) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Real Madryt CF
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico – Real Betis Balompie
13.30 Liderzy. W centrum gry (1) – serial dokum.
14.40 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Valencia CF – Real Madryt CF
18.00 Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm
19.00 Piłka nożna: 2. liga hiszpańska: Malaga CF – UD Almeria

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.20 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.
8.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – FC Bayern Monachium
10.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – SSC Napoli
14.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Bayern Monachium – Augsburg
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta BC – Inter Mediolan

TVP ABC (DVB T2)

9.30 Domisie
10.00 Figu Migu na planecie Czochras (13)
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Zagadki zwierzogromadki (14) – mag.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.50 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Oli i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (4) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem – serial animowany
16.05 Pat i świat – anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon (LIVE) – mecz 1. rundy gry pojedynczej Coco Gauff (zdj.) nie może zaliczyć dotychczasowych występów w Londynie do udanych. W zeszłym roku odpadła już w 1. rundzie. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
1.00 Boks

WSPINACZKA

19.00 Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały Sorato Anraku (zdj.) do stolicy Czech przyjechał po czwarte z rzędu zwycięstwo. 60 min
20.00 Snooker: Turniej UK Championship – mecz finałowy: Mark Selby – Judd Trump
22.00 Kolarstwo
22.15 Kolarstwo: Tour de France – 11. etap
23.00 Kolarstwo: Tour de France – 12. etap

PIŁKA NOŻNA KOBIET

19.55 ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 (LIVE) – mecz: Polska – Niemcy Polki świetnie spisały się w kwalifikacjach. Nie przegrały żadnego meczu i tylko raz podzieliły się punktami. 125 min
22.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – 1/16 finału (LIVE)
1.45 Mundial 2026 – Legendy miejskie (1) – cykl reportaży
2.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)

SPORTY WALKI

21.15 ONE Friday Fights 160 W pojedynku wieczoru NumSurin Chor Ketweena zmierzy się z Songchainoiem Kiatsongritą. 60 min
22.15 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
23.25 Premier League Stories (45) – mag.
0.00 Liga+ Extra – mag.
2.10 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Zagłębie Lubin

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka – mecz: Hamburger SV – Bayern Bawarczycy do meczu z HSV przystępowali po pierwszej porażce w sezonie. Lidera pokonał FC Augsburg (1:2). 120 min
20.00 Made in Italy (15) – magazyn piłkarski
20.25 Ousmane Dembélé – Pierwsze kroki – dok.
20.40 Formuła 1: Grand Prix Austrii
22.40 GP Confidential – mag.
23.10 Made in Italy (11, 10, 9) – magazyn piłkarski

ANIMOWANY

16.35 Rev i Roll Rev dowiaduje się od taty, że na dnie stawu spoczywa zaginiony skarb. Chłopiec wyrusza na poszukiwanie kosztowności. 30 min
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **11.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

14.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały **15.00** FIA WEC: Wyścig 24-godzinny w Le Mans **17.00** Snooker: Turniej UK Championship – mecz finałowy **19.00** Kolarstwo górskie: PŚ w Lenzerheide – zjazd mężczyzn **19.30** Kolarstwo: Tour de France – 11. etap **20.30** Kolarstwo: Tour de France – 12. etap **21.30** Cycling Show – mag. **22.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały **23.00** Snooker: Turniej UK Championship – finał

TVN TURBO

10.15 Złomowisko PL 9 (14, 15) **12.15** Naprawy nie do naprawy – mag. **13.00** Zawodowi handlarze (10, 1) – rozr. **14.30** Wojny samochodowe (4, 5) **16.30** Jeździć, obserwować (7, 8) – dok. **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze (11) **19.00** Moto kombat (6) **19.45** Duda kontra Szafrański (10) **20.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – pr. rozr. **21.15** Z drugiej ręki (10) **22.00** Raport Turbo **22.16** Jeździć, obserwować (11, 12) – dok. **23.45** Naprawy nie do naprawy (3) **0.25** Nauka jazdy (20) **0.55** Wojny samochodowe (4)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Liga+ Extra – mag. piłkarski **8.10** Żużel: PGE Ekstraliga: Falubaz – ORLEN OIL Motor Lublin **11.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – mag. żużlowy **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **17.15** Premier League Stories (45) – magazyn piłkarski **18.00** Snooker: Championship League – 1. runda **23.15** Sporty walki: ONE Friday Fights 160 **0.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Pogoń Szczecin – Lech Poznań **3.00** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – magazyn żużlowy **4.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.40 Magazyn piłkarski **9.20** Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern **18.00** Made in Italy (11, 10, 9) – mag. **19.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter **21.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Augsburg **23.00** Serie A – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Paris FC

NICK JR.

14.35 Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (9) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 7 – anim. **15.55** Świnka Peppa – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa **16.15** Świnka Peppa 8 **16.40** Psi Patrol 6 – anim. **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.00** Świnka Peppa 4 **20.15** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 1. runda **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 1. runda **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (8, 9) – dok. **14.10** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 – dok. **15.05** Tajemnice polskich morderstw (4) – dok. **16.00** Ferie, impreza, morderstwo 2 (8) **17.00** Lepiej nie otwieraj drzwi (6) **18.00** Z archiwum 997 (1, 2) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (4) **20.00** Kobiety z piekła rodem (2) – serial dok. **21.00** Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (2) **22.00** Seryjni mordercy: zło z bliska (2) **23.00** Sędzia Rinder: zbrodnia, której nie da się zapomnieć (2) – dok.

POLSAT PLAY

6.00 Dorwać tuńczyka (3-5) – dok. **9.00** Wojny magazynowe 15 (345, 346) **10.00** Wojny kontenerowe (11, 12) – dok. **11.00** Hardkorowy lombard (4-9) – serial dok. **14.00** Polacy za granicą (137, 138) – dok. **15.55** Złomiarze (21, 22) – serial dok. **17.55** Poszukiwacze historii (142, 143) – serial dokum. **19.55** Zakochana w Hitlerze **21.05** Tajna historia XX wieku (45, 46) **22.00** Poszukiwacze historii (245) – dok. **22.30** Kołowrotek (233) **23.10** Wakacje z Bałtykiem (56-58, 1-7) **4.10** Starożytni kosmici (143, 144)

DTX

9.10 Militaria na warsztat (6, 7) **11.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Autostrada na Zachód 5 (18) – dok. **14.10** Niemiecka budowlanka (1) **15.10** Fani czterech kółek: w trasie – dok. **17.10** Absurdy drogowe 8 (1, 2) **18.10** Absurdy drogowe (3, 4) **19.10** Fani czterech kółek 2 (1) – dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Dziki Frank w Afryce (1) **22.10** Militaria na warsztat – unboxing (1, 2) – dok. **0.10** Kroniki policyjne: Szwecja – dok. **2.10** Megatransporty 2 (3) – pr. rozr.

ELEVEN SPORTS 3

11.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Milan – Hellas Werona **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: AS Monaco – Olympique Lyon **16.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **17.00** Bundesliga Special (21) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Juventus **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – St. Pauli **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: RC Lens – Le Havre AC **0.00** Bundesliga Special (18) – mag. **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Moi bohaterowie – mag.

MINIMINI+

8.30 Cloudy & Stormy – anim. **9.05** Bing **10.00** Baranek Shaun **11.25** Baczne oczka **11.55** Marta mówi – anim. **12.50** Moje urodziny **12.59** Marta mówi **13.55** Moje urodziny **14.00** Basia **14.24** Basia 2 **15.10** Kicia Kocia 2 – anim. **15.55** Blaze i megamaszyny **17.20** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny – dla dzieci **17.57** Staś i fajna Babcia – anim. **18.15** Leśna rodzina. Freya spełnia swoje marzenia **18.40** Dora i przyjaciele **19.35** Kicia Kocia 2 **20.25** Mały Charlie – serial anim.

FILMOWE HITY DNIA

20.00 TVN 7

Głowa rodziny

HIT

DRAMAT OBYCZAJOWY Pracoholik musi wybierać pomiędzy karierą a dobrem swoich najbliższych.

Zatrudniony w dużej agencji HR Dane Jensen (Gerard Butler, zdj.) ma nadzieję, że zastąpi swojego szefa (Willem Dafoe), który zamierza przejść na emeryturę. Jego konkurentką jest dynamiczna i błyskotliwa Lynn Vogel (Alison Brie, zdj.). Pochłonięty walką o posadę karierowicz zaczyna zaniedbywać rodzinę. Pewnego dnia dowiaduje się, że u jego 10-letniego syna Ryana (Max Jenkins) zdiagnozowano śmiertelną chorobę. Mężczyzna staje przed trudnym wyborem.

INFO: USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol **145 min do godz. 22.20**

19.55 POLSAT

Dorwać byłą

KOMEDIA Milo Boyd (Gerard Butler) jest łowcą nagród. Ma doprowadzić przed sąd byłą żonę, dziennikarkę Nicole (Jennifer Aniston, zdj.). Los sprawia, że staje po jej stronie. Razem wpadają w tarapaty. **140 min**

USA 2010, reż. Andy Tennant, wyk. Gerard Butler, Jennifer Aniston, Gio Perez, Joel Garland

20.00 TV PULS

Pole rażenia

THRILLER Pittsburgh. Policjant Tom Hardy (Bruce Willis, zdj.) na własną rękę tropi seryjnego mordercę, którego ofiarami są kobiety. W śledztwie pomaga mu Jo Christman (Sarah Jessica Parker, zdj.). **125 min**

USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina

20.00 FILMBOX+ ONE

Dobry rok

KOMEDIODRAMAT Londyński karierowicz Max (Russell Crowe, zdj.) dziedziczy posiadłość w Prowansji. Postanawia zostać we Francji na dłużej. Dzięki Fanny (Marion Cotillard) odzyskuje radość życia. **155 min**

USA/Wielka Brytania 2006, reż. Ridley Scott, wyk. Russell Crowe, Abbie Cornish

20.00 STOPKLATKA

Święty

SENSACYJNY Złodziej Simon Templar (Val Kilmer, zdj.) przyjmuje zlecenie od rosyjskiego bogacza (Rade Serbedzija). Ma wykraść wyniki badań dr Russell (Elisabeth Shue, zdj.). Jego plany komplikuje miłość. **155 min**

USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, Rade Šerbedžija

20.50 TVN

Godzilla

SCIENCE FICTION Ford (Aaron Taylor-Johnson, zdj.) dowiaduje się, że jego ojca (Bryan Cranston, zdj.) zatrzymano w elektrowni atomowej. Na terenie kompleksu trwają badania nad potworem. **155 min**

USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards, wyk. Aaron Taylor-Johnson, Ken Watanabe

21.00 POLSAT FILM

Hanna

THRILLER Szkolona przez ojca (Eric Bana) na perfekcyjną zabójczynię nastoletnia Hanna (Saoirse Ronan, zdj.) wyrusza na pierwszą misję. Odkrywa nieznane dotąd fakty na temat własnej przeszłości. **135 min**

USA/Wielka Brytania 2011, reż. Joe Wright, wyk. Saoirse Ronan, Eric Bana, Cate Blanchett

22.05 TV PULS

Czarny pies

SENSACYJNY Jack (Patrick Swayze, zdj.) zatrudnia się u Cutlera (Graham Beckel) jako mechanik. Szef proponuje mu kurs ciężarówką za wysokie wynagrodzenie. W drodze kierowca odkrywa, że przewozi broń. **110 min**

USA/Wielka Brytania 1998, reż. Kevin Hooks, wyk. Patrick Swayze, Meat Loaf, Randy Travis

22.15 POLSAT

Policja zastępcza

KOMEDIA SENSACYJNA Sławy nowojorskiej policji giną podczas ryzykownej akcji. Okazję do wykazania się zyskują dwaj nieudacznicy – Terry Hoitz (Mark Wahlberg, zdj.) i Allen Gamble (Will Ferrell, zdj.). **145 min**

USA 2010, reż. Adam McKay, wyk. Mark Wahlberg, Will Ferrell, Samuel L. Jackson

22.30 TVP KOBIETA

Figurant

DRAMAT OBYCZAJOWY Połowa XX wieku. Młody fotograf Bronek (Mateusz Więcławek, zdj.) ma głęboką niechęć do religii. Wstępuje do SB. Rozpracowuje biskupa Wojtyłę (Maciej Mikołajczyk). **125 min**

Polska 2023, reż. Robert Gliński, wyk. Mateusz Więcławek, Marianna Zydek, Adrian Brząkała

22.35 TVP KULTURA

Lęk

DRAMAT OBYCZAJOWY Cierpiąca na raka Małgosia (Magdalena Cielecka, zdj.) chce odejść na własnych warunkach. W drodze do szwajcarskiej kliniki towarzyszy jej siostra, Łucja (Marta Nieradkiewicz, zdj.). **105 min**

Polska/Szwajcaria 2023, reż. Sławomir Fabicki, wyk. Magdalena Cielecka, Sabine Timoteo

22.35 STOPKLATKA

Szpica

KOMEDIA SENSACYJNA Księgowy (Jackson Lou) i jego córka stają się celem najemników. Bezpieczeństwo ma zapewnić im grupa ochroniarska Tanga (Jackie Chan), do której należy m.in. Kaixuan (Lun Ai, zdj.). **125 min**

Chiny 2020, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yang Yang, Lun Ai, Qimiya Mu

23.00 TV4

Samolot z forsą

SENSACYJNY Jack (Adam Copeland, zdj.) i jego ludzie otrzymują zlecenie obrabowania kasyna na pokładzie samolotu, z którego korzystają przestępcy. Złodzieje mają przejąć rezerwy kryptowaluty i gotówkę. **110 min**

USA 2020, reż. Andrew Lawrence, wyk. Adam Copeland, Kelsey Grammer, Thomas Jane

TVP 1 (DVB-T2)

7.30 Rodzina (nie od) święta – mag.
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (2) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (70) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 6 (78) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (188) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.25 Agropogoda
12.40 Kazimierskie granie – relacja z Festiwalu Kapel i Śpiewaków Ludowych – reportaż, Polska 2026
13.00 Relacja z greckokatolickich uroczystości św. Piotra i Pawła w Chrzanowie – program religijny
14.00 Złoty chłopak (324) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1057) – telet.
16.00 Dziedzictwo (965) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (902) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.00 Koncert
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

21.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/16 finału
Przed startem turnieju fachowcy byli zgodni, że największe szanse na występ w tym meczu 1/16 finału na Seattle Stadium ma Belgia. Czerwone Diabły uchodziły za głównych faworytów grupy G. 160 min
0.30 Paryż może poczekać – komedia obyczajowa, Jap./USA 2016, 100 min (FILM)
2.10 Pułapka – film sensacyjny, Polska 1997, reż. Adek Drabiński, 120 min (FILM)
4.10 Wykrywacz kłamstw – program publicystyczny
4.25 Pytanie dnia – program publicystyczny

TVP 2 (DVB-T2)

5.30 M jak miłość (1785) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Pożyteczni.pl – magazyn
6.55 Barwy szczęścia (3344) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (27, 28) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1876) – teleturniej
13.15 Panna młoda (134) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1001) – teleturniej
14.35 Na sygnale (866) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Zespół doktora Góry pomaga choremu z demencją, który zamknął się w swoim mieszkaniu, gdzie zasłabł. 30 min
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (423) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Samobójcza śmierć Jimeny budzi poruszenie wśród służących. Curro oświadcza Martinie, że już jej nie kocha. Don Romulo zamierza zatrudnić syna Ricarda jako lokaja. 55 min
16.00 Koło fortuny (1877) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

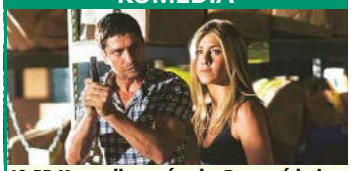
PIŁKA NOŻNA

17.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/16 finału
W Atlancie o awans do 1/8 finału powalczy m.in. zwycięzca grupy L. Być może będzie to typowana na faworyta reprezentacja Anglii. Zobaczymy również ekipę, która zajęła 3. miejsce w grupie E, H, I, J lub K. 175 min
20.45 Omnibus – szybcy i mądrzy (13)
21.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (13) – teleturniej
21.35 Postaw na milion – teleturniej
22.30 Na sygnale (859, 860) – serial fab.-dok.
23.35 PitBull (3, 4) – serial sensacyjny, Polska
1.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału (LIVE)

POLSAT (DVB-T2)

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (312, 313) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1243, 1244) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (860, 861) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1490, 1491) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Wioletta zatrudnia się u wdowca Adama jako gospodyni domowa. Ten każe jej nosić określone ubrania i udawać, że ma na imię Grażyna. Z czasem kobieta zauważa, że jest podobna do zmarłej żony mężczyzny. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1057, 1058) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Policjantka z Pomorza prosi śledczych z Warszawy o pomoc w rozbiciu międzynarodowej szajki przemytników substancji odurzających. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

KOMEDIA



19.55 Komediowa środa: Dorwać byłą (FILM) – USA 2010, reż. Andy Tennant
Perypetie skłóconej pary łączące romans i humor z kryminalną intrygą. W skazany na siebie duet wcielili się Jennifer Aniston i Gerard Butler (oboje na zdj.), a za kamerą stanął twórca „Dziewczyny z Alabamy". 140 min
22.15 Policja zastępcza – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay, 145 min (FILM)
0.40 Kung-fu szał – komedia sensacyjna, Chiny/Hongkong/USA 2004, 130 min (FILM)
2.50 Nasz nowy dom (369) – reality show, Polska 2026
4.10 Kabaretowa Ekstraklasa (71) – rozr.

TVN (DVB-T2)

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1685) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (20) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1671, 1464, 1718) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (102) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Lena Kalińska zwraca się do śledczych z prośbą o odnalezienie jej ojca. Detektywi uzyskują informację, że zaginiony mógł udać się do Niemiec. 65 min
16.50 Szpital św. Anny (58) – serial obyczajowy, Polska 2025
Marta próbuje porozmawiać z Tomkiem po ich kłótni. Ratownicy spieszą z pomocą matce Darii, która zasłabła podczas prowadzenia auta. 65 min
17.55 Młode gliny (10) – serial kryminalny, Polska 2026
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4238) – serial obyczajowy, Polska 2026

SCIENCE FICTION

20.50 Godzilla – USA/Japonia 2014, reż. Gareth Edwards (FILM)
Kolejna odsłona losów słynnego jaszczura. Po raz pierwszy Godzilla pojawił się na ekranach kin w latach 50. XX w. Stał się jedną z ikon japońskiej popkultury. Po 2014 r. powstały jeszcze cztery filmy należącego do tego cyklu. 155 min
23.25 Strzelec – dramat sensacyjny, USA 2007, reż. Antoine Fuqua, 150 min (FILM)
1.55 Szpital św. Anny (129) – serial obycz.
2.45 Uwaga! – magazyn reporterów
3.00 Wallander (5) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010
4.35 Recepta na stary dom 3 (5) – pr. rozr.
5.00 Nauka jazdy 5 (12) – pr. rozrywk.

TV4 (DVB-T2)

6.00 Strażnik Teksasu (20, 21) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (68)
8.55 Policjantki i Policjanci (496, 497) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1154, 1155) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1523, 1524) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (930, 1344, 1305) – serial paradokum., Polska
16.55 Policjantki i Policjanci (1392) – obycz.
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (487) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1393) – obycz.
20.00 Uroczysko (193, 194) – serial kryminalny
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (123) – krym.
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1006) – serial kryminalny, Polska 2026
23.00 Samolot z forsą – film sensacyjny, USA 2020, reż. Andrew Lawrence, 110 min (FILM)
0.50 Love Island. Wyspa miłości (24) – reality show
1.55 Hardkorowy lombard 2 (17) – serial dok.
2.25 Interwencja – magazyn reporterów
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (9) – dok.
3.25 Lubię disco! (271) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS (DVB-T2)

6.00 Policjanci z Miami 2 (22, 23) – serial kryminalny, USA 1985
8.00 Kobra – oddział specjalny (3, 4) – serial sensacyjny, Niemcy 2016
10.00 Maria z przedmieścia (41, 42) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (107) – obycz.
13.00 Wspaniałe stulecie (41) – kostium.
14.00 Kurierzy (26) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (524, 525) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (27) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964, 965) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Pole rażenia – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, Dennis Farina, 125 min (FILM)
22.05 Czarny pies – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania/Francja 1998, 110 min (FILM)
23.55 Igrzyska śmierci: Kosogłos. Część 1 – dramat s.f., USA 2014, reż. Francis Lawrence, wyk. Jennifer Lawrence, 140 min (FILM)
2.15 Lombard. Życie pod zastaw 18 (960) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.20 Dzielnica strachu 9 (398) – serial krym.
4.35 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 (DVB-T2)

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (3)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (952)
21.00 Dzielnica strachu 9 (404, 405) – krym.
23.00 Wszystko zostanie w rodzinie – komedia, Francja 2015, 115 min (FILM)

TVN 7 (DVB-T2)

5.30 Ten moment (48) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (763-765) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1331, 1431, 1432) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1078-1080) – serial fabularno-dokum., Pol. 2013
14.00 Detektywi (115) – serial fabularno-dokum.
15.00 Szpital (768, 769) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (499) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
18.00 SOS Ekipy w akcji (11) – serial paradok.
19.00 Ukryta prawda (1522) – serial paradok.
20.00 Głowa rodziny – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, Alison Brie, Anupam Kher, 145 min (FILM, HIT)
22.25 Godziny szczytu – komedia sensacyjna, USA 1998, reż. Brett Ratner, wyk. Jackie Chan, Chris Tucker, Ken Leung, 130 min (FILM)
0.35 Bękarty – komedia przygodowa, USA 2017, reż. Lawrence Sher, wyk. Owen Wilson, Ed Helms, J.K. Simmons, 125 min (FILM)
2.40 Żyjąc z potworem 8 (17) – serial dok.
3.30 Usterka 11 (1) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.05 Fachowcy (4) – serial paradok., Pol. 2017
4.40 Dorota was urządzi! (2) – pr. rozrywk.

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

14.00 Polka po indyjsku – film dokum., Pol. 2019
15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Zakochaj się w Polsce (196) – magazyn
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura
16.00 Zaraz wracam 2 (104)
16.30 Barwy szczęścia (3334) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1052) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Ludzie z dobrego towarzystwa
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (244) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1131) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.55 Va banque (934) – telet.
9.25 Koło fortuny (2041)
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (14) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (191) – serial komediowy, Pol.
14.50 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (935) – telet.
18.00 Koło fortuny (2042) – teleturniej
18.35 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny

TTV HD DVB T2

6.00 24 godziny (16) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (1, 2)
8.30 Kartoteka 11 (15)
9.35 Kartoteka (1) – fab.-dok.
10.35 Detektywi (13, 14)
12.35 Zakup w ciemno 3 (38)
13.35 Zakup w ciemno 7 (23)
14.35 Nic do zgłoszenia (1)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 17 (6)
18.05 Zakup w ciemno extra (26) – reality show
18.45 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (1, 2) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (31)
21.05 Zakup w ciemno extra (29) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (294) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (915, 916) – serial paradokumentalny, Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (366-368) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (944) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1338, 1339) – serial paradokumentalny, Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (504-508) – serial kom., Polska

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (130-132) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin 4 (29) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (313, 314) – serial obycz., Pol. 2025
10.25 Świat według Kiepskich (159, 160, 225, 226) – serial kom.
13.00 Ogniem i mieczem FILM – film historyczny, Polska 1999, reż. Jerzy Hoffman, 225 min
16.45 Obsesja – thriller, USA FILM 2009, reż. Steve Shill, wyk. Idris Elba, Beyoncé Knowles, Ali Larter, Bruce McGill, 135 min
19.00 Alfa – film przygodowy, FILM USA/Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes, 120 min

AXN

6.05 FBI: Most Wanted 3 (8, 9) – serial kryminalny, USA 2020
7.35 Agenci NCIS: Hawaje 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2024
9.20 Castle 2 (15, 16) – serial kryminalny, USA 2010
11.10 MacGyver 2 (10, 11) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024
15.05 Agenci NCIS 10 (12, 13) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (11, 12) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny, USA 2010

20

OBYCZAJOWY

20.50 Miłość nad rozlewiskiem (2, 3) Elwira planuje sprzedać sklep i otworzyć salon piękności. Marysia i Antek wracają do Warszawy. Paula zostaje na Mazurach. 105 min
22.35 Rozmowy (nie)wygodne – publ.
23.05 Niezwykłe miejsca
23.15 Dziennik regionów
23.40 Tamte lata, tamte dni
0.10 Słowo daję! – magazyn
0.20 63. KFPP w Opolu – Premiery

MAGAZYN

19.40 Makłowicz w podróży Kucharz odwiedza Kordobę, która słynie z zabytków i upalnej pogody. Odnajdzie tutaj ślady kultury rzymskiej, arabskiej i wizygockiej. 35 min
20.15 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (26) – program rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (53) – kom.
22.50 Tak to leciało! (65)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (5) – talk-show
0.50 Koło fortuny (2042, 2036) – teleturniej

ROZRYWKA

22.00 Idź na całość 2 (9) W każdym odcinku programu zawodnicy próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer i Robert Motyka (obaj na zdj.). 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (7)
1.00 Życie na kredycie 8 (5, 6) – reality show, Pol.
2.10 Dobra robota (9) – dok.
3.00 Detektywi. Na zlecenie 2 (24, 25)
4.10 Szpital (599) – paradok.

KRYMINALNY

17.00 48h. Zaginieni (145, 146) – Polska 2022 Barbara zgłasza zniknięcie syna. Zdaniem kobiety lokalny komisariat nie przykłada się do poszukiwań, więc domaga się przekazania sprawy do Warszawy. 120 min
19.00 Gliniarze (990)
20.00 Ślad (66) – serial krym.
21.00 Gliniarze (785)
22.00 Ambulans (5) – dok.
23.00 Świat według Kiepskich (351, 352)
0.00 Ślad (89) – krym., Pol.

THRILLER

21.00 Hanna – USA/Wielka FILM Brytania/Niemcy 2011 Szkolona na perfekcyjną zabójczynię nastolatka (Saoirse Ronan, zdj.) rusza na pierwszą misję. Odkrywa prawdę o swojej przeszłości. 135 min
23.15 Ukojenie – thriller, USA FILM 2015, reż. Afonso Poyart, 135 min
1.30 Fala zbrodni (72, 73) – serial sensacyjny, Pol.
3.25 Ślad (28, 29) – krym., Pol.
5.25 Na ratunek 112 (856) – serial paradokum., Pol.

SENSACYJNY

21.05 Zabójcza broń 3 (12, 13) – USA 2018 Cole i Roger zostają przydzieleni do śledztwa w sprawie śmierci Marka Hardy'ego. Mężczyzna zginął podczas nielegalnej walki. 115 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (11, 12) – serial krym.
0.45 Castle 2 (17, 18) – krym.
2.40 Zabójcza broń 3 (12, 13) – sens., USA 2018
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (6) – krym., USA

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Czterdziestolatek (11) **9.20** Vasa. Okręt widmo (1, 2) **11.30** Polskie parki narodowe – dok.
12.05 Wszystkie kolory świata **13.05** Brytyjskie odliczanie do wojny (3) **14.00** Królowie (48) – hist., Pol. **14.35** Czterdziestolatek (12) – obycz., Pol.
15.40 Sensacje XX wieku **17.45** Czas honoru. Powstanie (9) **18.35** Generał Władysław Sikorski. Tajemnica śmierci **19.40** Polskie parki narodowe – dok.
20.10 Oficer (4) – sens. **21.15** Zapomniane agentki II wojny światowej (1) **22.15** Antoni Patek – patriota i zegarmistrz **23.35** Sensacje XX wieku

TVP KULTURA DVB T2

12.10 Tajemnice kultowych seriali (1) – dok. **13.05** Serialowa nostalgia: Kariera Nikodema Dyzmy (7-ost.) **14.25** Profesor na drodze – obycz., Pol. 1973
15.40 Personel – obycz., Polska 1975 **17.05** Siedem życzeń (5) – przyg. **18.15** Muzeum Polskiej Piosenki (104) **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Pan wzywał, milordzie? 4 (4) – kom.
20.00 Koncert **21.30** Powrót Sherlocka Holmesa (5) – krym. **22.35** Panorama kina polskiego: Lęk – dramat obycz., Pol./Szwajcaria/Niem. 2023 **0.20** Kino bez granic: Drive My Car – dramat obycz., Japonia 2021

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (700, 701) – paradok. **7.55** Doktor Martin (45, 46) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (31, 32)
11.30 Świat według Kiepskich (433-436) **13.30** Bitwa o palety (22) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (58)
16.00 Ninja Warrior Polska (30) **18.00** Świat według Kiepskich (501, 502, 545, 546) – kom.
20.00 Złomiarze (3) – dok. **21.00** Nieobliczalny – sens., USA/Rumunia 2006 **23.00** Na południe od nieba – krym., USA 2021 **1.25** Świat według Kiepskich (363-367) – kom. **4.00** Nasz nowy dom (237, 238)

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (2, 3) **9.55** MacGyver 2 (21, 22)
12.05 Pułapki umysłu 7 (4) – serial dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (10-13)
15.35 Pod pokładem 11 (17) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia (2) **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (15, 16) – serial sens. **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (1) **23.00** Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (5) – pr. rozr. **0.00** Magia nagości. Polska 4 (6) **1.10** Magia nagości (8) **2.15** I love kabaret (2-4) **5.40** I love kabaret EXTRA (2)

METRO

8.30 Szpital (776, 777) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (345, 346)
12.30 SOS Ekipy w akcji (25) **13.30** Brzydula (21, 22) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (10)
15.45 The Floor (15, 16) – telet. **17.00** Fani czterech kółek 17 (1) **18.00** Prawo Agaty 6 (12) – obycz. **19.00** Kartoteka (12)
20.00 Kartoteka 2 (1) **21.05** Kryminalni 2 (10, 11) – krym. **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (5) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 4 (12) **1.15** Szpital (769) **2.15** Szkoła (523, 524) **3.50** Nowa Maja w ogrodzie 4 (21, 22)

ALE KINO +

7.35 Nadzieja – dramat sens., Pol./Niem. 2006 **9.35** Ciepło **10.00** Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (3, 4) – serial krym.
12.15 Vera 5 (1) – krym. **14.05** Opadające liście – komedio-dramat, Niem./Finlandia 2023
15.50 Bracia ze stali – dramat biograf., USA/Wlk. Bryt. 2023 **18.15** Vera 5 (2) – serial krym.
20.10 Karen Pirie (1) – serial krym. **22.05** Kamdesh. Afgańskie piekło – dramat wojenny, USA/Bułgaria 2019 **0.35** Django (1, 2) **2.45** Powrót (3) **3.35** Wiarołom – dram. obycz., Pol. 2021 **4.50** Meduzy **5.05** Kruk. Szepty słychać po zmroku (1)

TV TRWAM DVB T2

15.50 Ma się rozumieć
16.00 Informacje dnia **16.10** Na zdrowie – mag. **16.30** Rozmowy o edukacji (5) **17.00** Po stronie prawdy **17.55** Poczet wielkich Polaków – hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie (32) **19.30** Bóg z nami
20.00 Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia – publ. **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Był człowiek posłany – dok., Pol. 2024

ANTENA HD DVB T2

8.40 Kabaretowy szał (9) – rozr. **9.40** Co Polak potrafi na drodze? (9) – rozr. **10.45** Detektywi z Bordeaux 3 (9) – krym.
11.55 Klątwa Wyspy Dębów 6 (22, 23) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 2 (7, 8) – dok.
15.50 Wojny kontenerowe (15, 16) – dok. **16.50** 77 TV 3 (4, 6) **18.50** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (4)
20.00 Alex Hugo – górski detektyw (7) – krym., Fr. 2014 **22.10** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (1) **23.20** Detektywi z Bordeaux 4 (8) **0.35** Co Polak potrafi na drodze? (1, 2) – rozr.

TVS

12.25 Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz.
15.45 Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny
19.50 Rosamunde Pilcher: Śniadanie u Tessy – melodramat, Niemcy 2024 **21.50** Rosamunde Pilcher: Węże w raju – melodramat, Niemcy 2013 **23.35** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział – obycz.

WP DVB T

11.00 Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (3) – dok.
12.00 Wariaci za kierownicą 5 (7) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (22, 16, 17) – dok.
16.55 Pogoda (59) – pr. inform. **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4 (3) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa 2 (10) – serial dok.
20.00 Policjanci z sąsiedztwa 5 (19, 20) – dok. **21.50** Pogoda (59) – inf. **22.00** Przebojowe kabarety (1) **23.00** Mistrzowie Kabaretu 11 (8) **0.00** Tajemnice polskich morderstw (1-3)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf.
15.15 Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok.
21.00 Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Disco i relax z Tomkiem Samborskim (92) – pr. muz.
16.00 Hit za hitem – pr. muz.
20.00 Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (69, 70) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (11, 12) **23.00** Zdrady (69)

VIASAT EPIC DRAMA

6.05 Agenci NCIS 17 (19, 20) – krym. **7.45** Lekarze na start (21, 22) **9.15** Poirot 3 (7, 8)
11.25 Zatraceni w miłości (23, 24) – telen., Turcja 2023 **13.30** Agenci NCIS 18 (1, 2) – sens.
15.15 Lekarze na start (23, 24) – obycz. **16.50** Poirot 3 (9, 10) – krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (25, 26) – telen.
21.00 Sprawy pana Booka (2) – krym. **22.15** Projekt Błękitna Księga (6) **23.10** Dalgliesh 2 (3) **1.05** Zatraceni w miłości (25, 26) **2.45** Sprawy pana Booka (2) **3.40** Projekt Błękitna Księga (6) **4.25** Dalgliesh 2 (3)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (1, 2) – serial dok., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.20 Bolek i Lolek – serial animowany, 1963
7.45 Reksio – serial anim. ●
8.10 Siedem życzeń (1, 2) – serial przygodowy
10.30 Akademia Pana FILM **Kleksa** (1/2) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 100 min
12.10 To nie ze mną (1, 2) – serial obyczajowy, 2022
13.40 Noce i dnie (1/2, 2-ost.) FILM – film obyczajowy, 1975, reż. Jerzy Antczak, wyk. Jadwiga Barańska, Jerzy Bińczycki, 245 min
17.45 Czterej pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, 1966

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (96, 97) – serial komediowy, Pol.
6.30 Na sygnale (479, 480) – serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 2 (29) – serial kryminalny, Pol.
8.30 Komisarz Alex 2 (18)
9.25 Rodzinka.pl (98) – kom.
10.00 Klan (1445, 1446)
10.55 Ranczo 8 (96, 97)
12.35 Komisarz Alex 2 (19)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – serial krym.
15.30 Komisarz Alex 2 (20) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (481, 482) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (98, 99) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.20 Blanca 2 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.40 Na granicy: Potworna FILM **matka** – film kryminalny, Niemcy 2021, reż. Christian Bach, 110 min
10.30 Chicago P.D. 11 (10, 11) – serial kryminalny, USA
12.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (7, 8) – serial sensacyjny, USA
14.10 Blanca 2 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.25 Na granicy: Miłość FILM **do ojczyzny** – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, 115 min
18.20 Chicago P.D. 11 (12, 13) – serial kryminalny, USA
20.10 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (9, 10) – serial sensacyjny, USA

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (773) – paradok.
6.00 Superbohaterowie (5)
6.30 Kino Buzz Top 5 (1)
6.45 Zakochani po uszy (79, 80) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (57-60) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (7) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (64) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (25, 26) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (6)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy 2 (5) – magazyn
16.45 Seriaale Top 5 (13)
17.00 Liga potworów FILM – film animowany, USA 2022, 120 min
19.00 Szpital św. Anny (65) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (168) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (982)
6.55 Ranczo 6 (67) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (207, 208)
8.55 Ojciec Mateusz 19 (250, 251) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1053) – teleturniej
11.20 Na sygnale (639, 640)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (70)
13.20 Komisarz Alex 3 (34)
14.15 Ranczo 6 (67, 68)
16.10 Super Gary. Gotuj z Bosacką! (8) – mag.
16.40 Operacja zdrowie (79)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (312) – krym., Pol. 2020
19.20 Ranczo 6 (76) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (279, 280) – serial komediowy, Pol.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (6) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat
7.55 Robert Makłowicz (139, 160) – mag. kulin.
9.45 Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (15, 16) – obycz., Niemcy/Austria
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (4, 1) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (2) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (2, 3) – reality show, Kanada 2013
19.10 Aukcja w ciemno 2 (2, 3) – serial dok., USA

SENSACYJNY

20.00 Ekstradycja 3 (3, 4) Henio zaprasza do współpracy hakerkę Ćmę. Odkrywa ona coś ciekawego. Tuwara obawia się o swoje bezpieczeństwo. 135 min
22.15 Misja Afganistan (9)
23.25 Rozmowy kontrolowane FILM – komedia, 1991, 130 min
1.35 Drogówka – dramat FILM krym., 2013, 160 min ●
4.15 Zwolnieni z życia FILM – dramat obycz., Polska/Francja 1992, 105 min ●

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (100, 101) – Polska 2014 Czerepach podejrzewa, że tłumy fotoreporterów, które zjawiły się w Wilkowyjach, zostały nasłane przez politycznych wrogów senatora. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – serial krym.
1.20 Erynie (5, 6) – serial kryminalny, Pol. 2021 ●
3.15 Wojna zastępcza (6) – szpiegowski, Pol. 2025
4.05 Klan (1445) – telen., Pol.
4.35 Pan Mama (18) – kom.

KRYMINALNY

22.00 Niewidomy detektyw (4) – Niem./Austria 2020 Siostra Alexa walczy o życie po tym, jak wykonała sztuczne oddychanie bankierowi, który został otruty cyjankiem. 115 min
23.55 Niepokojące FILM **zaginięcia: Pod presją 4** – dramat krym., Francja 2022, 115 min
1.50 Na granicy: Miłość FILM **do ojczyzny** – krym., Niemcy 2019, 115 min
3.45 Blanca 2 (7, 8) – krym.

THRILLER

20.00 Grawitacja – USA/ FILM Wielka Brytania 2013 Prom kosmiczny zostaje uszkodzony. Para ocalałych astronautów, Ryan Stone (Sandra Bullock, zdj.) i Matt Kowalski, walczą o życie. 120 min
22.00 Znachor – dram. obycz., FILM Pol. 1981, 165 min
0.45 Zatańcz ze mną FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 130 min
2.55 Seriaale Top 5 (16)
3.05 Szkoła (743) – paradok.
4.05 Ukryta prawda (1343)

KRYMINALNY

21.25 Ojciec Mateusz 32 (409) – Polska 2024 Zespołowi policjantów grozi rozpad. Dziubak i Nocul obejmują posterunek w pobliskim Klimontowie. Dochodzi tam do morderstwa. 55 min
22.20 1941 – komedia, USA FILM 1979, 130 min
0.30 Morderstwa na Côte FILM **Bleue** – film krym., Fr./Belgia 2024, 105 min
2.15 Morderstwa FILM **w Montauban** – film krym., Fr. 2024, 105 min

SENSACYJNY

20.00 Święty – USA 1997, reż. FILM Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue Włamywacz (Val Kilmer, zdj.) ma wykraść projekt wynalazku dr Emmy Russell (Elisabeth Shue, zdj.). Jego plany komplikuje miłość. 155 min
22.35 Szpica – komedia sens., FILM Chiny 2020, 125 min
0.40 Kosmiczny grzech FILM – film s.f., USA 2021, reż. Edward Drake, 120 min
2.40 Noce i dnie (1) – obycz., FILM Polska 1975, 105 min

CANAL+ PREMIUM

9.40 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025 **11.25** Hollywood Buzz – magazyn film. **11.55** Fuks – kom. sens., Polska 1999 **13.25** Cat's Eyes (8-ost.) – serial przyg. **14.20** Prawda czy fałsz. Psychologia trumpizmu **15.55** Making of CANAL+ **16.00** Ultimatum Bourne'a – sens., USA/Niem. 2007 **17.55** Łapu capu – rozr. **18.00** Jason Bourne – thriller, USA 2016 **20.00** Kontyngent (1) **20.45** Herosi wojny – thriller, USA 2024 **22.30** Jeszcze jeden strzał – thriller, Wielka Brytania/USA 2024 **0.10** Grindhouse: Planet Terror – horror, USA 2007

CANAL+ FILM

10.15 Kiler-ów 2-óch – komedia, Polska 1999 **12.10** Łapu capu **12.15** Riefenstahl – dok., Niem. 2024 **14.15** Masz ci los! – kom., Pol. 2023 **15.45** Mamma mia – komedia muz., USA/Wlk. Bryt./Niemcy 2008 **17.35** Hollywood Buzz – mag. **18.00** Jutro będzie nasze – komediodramat, Włochy 2023 **19.55** Łapu capu – rozr. **20.00** Najpierw strzelaj, potem zwiedzaj – komediodram., Belgia/Wlk. Bryt./USA 2008 **21.45** 8. mila – dramat obycz., USA/Niemcy 2002 **23.30** Wspaniałe kilka minut **0.00** Dziki – dramat przygodowy, Polska 2025

FILMBOX+ ONE

6.00 Celnicy 2 (7) **6.35** Panna Marple: Karaibska tajemnica – film krym., Wlk. Bryt./USA 2013 **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (3, 4) – krym. **11.00** Panna Scarlet i komisarz 2 (1, 2) **13.10** Poirot **15.30** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (5) – krym. **16.45** Panna Scarlet i komisarz 2 (3) **17.50** Poirot (1, 2) – krym. **20.00** Dobry rok – komediodram., USA/Wlk. Bryt. 2006 **22.35** Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dramat sens., USA/Wlk. Bryt. 2007 **1.05** Wykidajło – dramat sens., USA 1989 **3.50** Kodeks zabójcy – sens., USA/Kan. 2018

COMEDY CENTRAL

8.55 Przyjaciele 6 (2-7) – kom. **11.55** Teoria wielkiego podrywu 5 (17-22) – kom. **14.30** Dwóch i pół 4 (15-18) – kom. **16.30** Przyjaciele 6 (8-13) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 5 (23, 24) – kom., USA **20.25** Teoria wielkiego podrywu 6 (1-4) – kom. **22.00** The Office PL 2 (1, 2) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (1, 2) – pr. rozr. **0.05** Miasteczko South Park (13) **0.30** Miasteczko South Park 2 (2) **1.00** Pracoholicy 3 (1, 2) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (5, 6, 4) – rozr. **3.15** Miasteczko South Park (10-12) **4.20** Comedy Club 6 (12) – rozr.

HBO

10.05 Harry Potter i Komnata Tajemnic – film przyg., USA/Wielka Brytania/Niemcy 2002 **12.40** Pan Aznavour – dramat biograficzny, Fr. 2024 **14.50** Felek i Tola ratują las – anim., Hol./Belgia/Luksemburg 2024 **16.00** Czerwona Jedynka – kom. przyg., USA 2024 **18.00** Everest – film katastroficzny, Wlk. Bryt./USA/Islandia 2015 **20.00** Księgowy 2 – thriller, USA 2025 **22.10** Ród smoka 3 (2) – fantasy **23.10** Ognie – thriller, Islandia 2025 **0.55** Źródło – dramat psycholog., USA/Kan. 2006 **2.30** Sprawa Friedy – dram. hist., Szwajcaria 2024

FX

9.00 Z archiwum X (16) – serial s.f. **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – krym., USA **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (3, 4) **15.35** SkyMed (9) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5) **18.18** Na wielkim ekranie **18.20** Z archiwum X (17) – s.f. **19.15** FBI 4 (4) – krym. **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) **22.00** Premiera: Matlock (13) **22.55** Z archiwum X (17) **23.50** Liberator 2 – sens., USA 1995 **1.55** Agenci NCIS 10 (4) **2.40** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5)

CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (3) **14.00** Wykrywacz historii 3 (3) **15.00** Co poszło nie tak 3 (6) **16.00** Supersamoloty bojowe (4) **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (17) **17.55** Porzucone konstrukcje (2) **18.50** Wykrywacz historii 3 (2) **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (18) **20.50** Co poszło nie tak 4 (6) – dok. **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (2) – dok. **23.00** Supersamoloty bojowe (2) **23.55** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1)

BBC FIRST

8.45 Lewis 4 (4) – serial krym. **9.40** Ojciec Brown 13 (8) **10.40** Śmierć pod palmami 15 (4) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 2 (9) – krym. **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 3 (3, 4) **14.55** Ojciec Brown 7 (2) – krym. **16.00** Lewis 4 (4) **17.00** My Life is Murder 2 (6) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (4) **19.50** Śmierć pod palmami 15 (5) **21.00** McDonald i Dodds 2 (2) **22.55** Na niebieskich światłach 3 (1, 2) **1.05** Śmierć pod palmami 15 (5) – krym. **2.10** Morderstwa w Midsomer 20 (4) **3.55** My Life is Murder 2 (6)

ROMANCE TV

12.05 Katie Fforde: Dlaczego powiedziałam „tak"? – melodram., USA/Niem. 2016 **14.00** Weekendowi buntownicy – komediodram., Niem. 2023 **16.15** Zakonnica i komisarz – komedia kryminalna, Niemcy 2006 **18.05** Górski lekarz (134, 135) – serial obyczajowy **20.00** Przyjaźń to coś więcej – Na chwałę dnia – dramat obyczajowy, Niemcy 2022 **21.55** Przyjaźń to coś więcej – Poczwórna dawka emocji – dramat obyczajowy, Niem. 2022 **23.50** Górski lekarz (134, 135) – obycz., Niem./Austria 2017

FILMBOX+ HITS

8.05 Disco – kom. muz., Francja 2008 **10.00** Opowieści z ławeczki – kom., Francja 2009 **12.05** Coco Chanel – dramat biograficzny, Francja 2009 **14.05** Wypowiedzenie wojny – dramat obyczajowy, Fr. 2011 **16.00** Delikatność – komedia romantyczna, Fr. 2011 **18.00** Scenariusz na miłość – komedia romantyczna, USA 2014 **20.00** Winner – dramat biograficzny, Kan./USA 2024 **21.55** To nasza młodość – komedia obyczajowa, USA 2014 **23.45** Kolacja pożegnalna – komediodramat, Niemcy 2023

TV 6 DVB T2

8.50 Kobra – oddział specjalny (14, 15) – serial sens., Niemcy **10.55** 48h. Zaginieni (127-129) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1193) – obycz. **14.55** Uroczysko (31, 32) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (16, 17) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (22, 1) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (187, 188) **21.55** Czarna lista (19) – krym. **22.55** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (701, 702) **0.55** Kości (101, 102) **2.50** Cobra Kai (23) **3.30** Septagon (90, 91) **5.35** SuperLudzie Extra (34) – mag.

PARAMOUNT NETWORK

6.00 Czarodziejki 2 (19-22) – serial fantasy **9.25** Policyjna grupa pościgowa 15 (4) – dok. **10.30** Star Trek: Pierwszy kontakt – film s.f., USA 1996 **13.00** Czarodziejki (1, 2) **15.00** Gliniarz z Beverly Hills 3 – komedia sens., USA 1994 **17.25** Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998 **20.00** Ojciec chrzestny – dram. sens., USA 1972 **23.45** Ostra jazda – kom., USA 2000 **1.45** Rambo – sens., USA/Niemcy 2008 **3.05** Pasażer – thriller, USA 2023 **4.45** Śmieszniej nie będzie 3 (14) – pr. rozrywk.

TVN 24
8.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
9.55 **Biznes** – pr. publicyst.
10.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
10.55 **Biznes** – pr. publicyst.
11.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
11.55 **Biznes** – pr. publicyst.
12.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
13.55 **Biznes** – pr. publicyst.
14.00 **Serwis informacyjny, Prognoza pogody**
14.55 **Biznes** – pr. publicyst.
15.00 **15 na żywo** – mag. inf.
16.00 **Fakty po południu** – program informacyjny
18.00 **Tak jest** – pr. publicyst.
19.15 **Serwis informacyjny**
19.30 **Fakty po Faktach** – inf.
20.00 **Kropka nad i** – pr. publ.
20.20 **Fakty o świecie** – inf.

TLC
8.00 **Dom wygrany na loterii 16** – dok.
9.00 **Poligamista szuka żony 4** – serial dokum.
10.00 **Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7** – reality show
11.00 **Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami**
13.00 **Dr Pryszczylla 3** – dok.
14.00 **Dr Pryszczylla 4** – dok.
15.00 **Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11** – reality show
16.00 **Historie wielkiej wagi**
18.00 **Pokonać otyłość** (2)
19.00 **Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3** – reality show
20.00 **Nie do uwierzenia!** – serial dokumentalny

TVN STYLE
5.15 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (2) – reality show, Polska 2016
5.50 **Damy i wieśniaczki. PL 8** (13) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 **Śluby marzeń** (1) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Ugotowani** (9, 10) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2016
13.30 **Kuchenne rewolucje** (16, 15) – program rozrywkowy
15.35 **I nie opuszczę Cię aż do ślubu** (1, 2) – reality show, Polska 2018
17.05 **W czym do ślubu?** (1) – program rozrywkowy
17.40 **Kuchenne rewolucje** (13, 1, 2) – program rozrywkowy

DISCOVERY CHANNEL
7.00 **Budowa na końcu świata** – serial dokum.
8.00 **Gorączka złota: zapomniane kopalnie**
9.00 **Gorączka złota: rzeka skarbów 7** – serial dok.
10.00 **Klan z Alaski** (5) – dok.
11.00 **Przetrwać nad Jukonem** – serial dok.
12.00 **Włoska kontrola celna** (2) – serial dokum.
13.00 **Ed Stafford: inicjacja**
14.00 **Nagi instynkt przetrwania: Elita 3**
15.00 **Złomowisko PL 6** (1)
16.00 **Teorie spiskowe pod lupą** – serial dokum.
17.00 **Nic do zgłoszenia 4** (8)
18.00 **Bracia Collins biorą się do roboty** (9) – rozr.
19.00 **Złomowisko PL 2** (6)
20.00 **Złomowisko PL 3** (1, 2) – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC
11.00 **Plemienna szkoła przetrwania: Chiny** (1) – dok., Wlk. Bryt. 2018
12.00 **Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy** (2) – serial dokumentalny
13.00 **Państwa Osi: Droga ku porażce** (5) – dok.
14.00 **Normandia '44: Inwazja** (3) – film dok., Wielka Brytania 2020
15.00 **Alarm na lotnisku: Peru** (1, 2) – serial dok.
17.00 **Tajemnice dawnych cywilizacji** (1) – film dokumentalny, USA 2021
18.00 **Otchłań: Powstanie i upadek nazizmu** (10) – serial dokumentalny
19.00 **Pustynna porażka Hitlera** – dok., Fr. 2021
20.00 **Katastrofa w przestworzach** (3)

FOKUS TV (DVB-T2)
6.00 **Wehikuł czasu** (701) – program informacyjny
6.05 **48h. Zaginieni** (57) – serial kryminalny, Pol.
7.00 **Byli sobie podróżnicy** – Francja 1997
8.55 **Wehikuł czasu** (701) – program informacyjny
9.00 **Starożytni kosmici** (12) – serial dokum.
10.00 **Gwiazdy lombardu** (10, 1, 2) – reality show
12.00 **Apokalipsa – wojny 1945-1991** (5) – dok.
13.00 **Poszukiwacze historii** (5, 6) – serial dokum.
14.00 **Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej** (1, 2) – dok.
16.00 **Dorwać tuńczyka** (2, 3) – serial dokumentalny
18.00 **Rolnicy. Podlasie** (4, 5) – serial dokumentalny

20

INFORMACYJNY

21.00 **Polska i świat** Program Marty Kuligowskiej (zdj.), który podsumowuje wydarzenia, budzące szczególne zainteresowanie wśród obywateli Polski. 60 min
22.00 **Szkło kontaktowe**
23.00 **Dzień po dniu** – mag.
0.27 **Biznes** – pr. publicyst.
0.45 **Fakty po Faktach** – inf.
1.20 **Kropka nad i** – pr. publ.
1.50 **Tak jest** – pr. publicyst.
2.50 **Nowa Maja w ogrodzie** – mag.
3.10 **Akademia ogrodnika**

DOKUMENTALNY

21.00 **Skórze na ratunek 8** Do doktor Emmy Craythorne trafia dwudziestoletnia Zoe, której problemem jest wyjątkowo duża blizna na twarzy. 60 min
22.00 **Twarz od nowa** – dok.
23.00 **Moje koszmarne stopy 2** – serial dokum.
0.00 **Dr Pryszczylla – kulisy**
1.00 **Nie do uwierzenia!**
2.00 **Skórze na ratunek 8**
3.00 **Twarz od nowa** – dok.
4.00 **Suknie ślubne dla puszystych** – pr. rozr.

DOKUMENTALNY

20.50 **Jestem z Polski** (7) Beata mieszka w okolicach Manchesteru. Prezentuje lokalne atrakcje, w tym jedno z największych europejskich Chinatown. 60 min
21.50 **Jestem z Polski 16** (19)
22.50 **Hotel Paradise 6** (19)
23.50 **Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9**
1.35 **Dorota was urządzi!** (1) – program rozrywk.
2.20 **Nieoczywiste miejsca** (11) – serial dokum.
2.55 **Dieta czy cud?** (1, 2)

REALITY SHOW

22.00 **Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata** (3) – USA 2026 Surwiwaliści z całego świata rywalizują w wymagających czterdziestodniowych zawodach bushcraftowych o nagrodę pieniężną. 120 min
0.00 **Od samochodu do domu 2** – mag.
1.00 **Hot rod wg Kindiga** – serial dokumentalny
2.00 **Najszybsze pościgi Ameryki** – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 **Ukryte pod miastami** (5): Labirynty i legendy W 1924 roku, w trakcie prac budowlanych w Waszyngtonie, natrafiono na labirynt. We Włoszech archeolodzy znajdują grobowiec. 60 min
22.00 **Inżynieria po katastrofie** (1) – dok.
23.00 **Najniebezpieczniejsze drogi Europy** (1)
0.00 **Katastrofa w przestworzach** (10)
1.00 **Ciemna strona świata** (1) – serial dokumentalny

POPULARNONAUKOWY

20.00 **Galileo** (21) Pojawią się propozycje potraw, m.in. deser czekoladowy z kapustą. Widzowie poznają również pięć ciekawostek o Malediwach. 60 min
21.00 **Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy** (4) – serial dok.
22.00 **Czołgi: Ewolucja machiny wojennej** (9) – serial dokumentalny
23.00 **Mordercy z Hitlerjugend** – dok., Fr. 2019
0.00 **Starożytni kosmici** (5)

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA
12.30 Nico wrzuca na ruszt (3, 4) **13.25** M jak mięso 6 (3, 4) **14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (2) **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (1, 2) **15.45** Z pola na stół 2 (2) – dok. **16.15** Jelita vs mózg (1) **16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (3) **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (5, 6) **18.25** Maximum Foodie 4 (6) **19.00** M jak mięso 6 (1) – dok. **19.25** M jak mięso 8 (5, 6) **20.15** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (11, 12) **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (5-7) – dok. **23.55** M jak mięso 10 (5, 6) – mag.

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki – serial obycz., Polska **8.00** Co ludzie powiedzą – serial komediowy, Wlk. Bryt. **9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Bogate dzieciaki bez kasy – reality show **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – program rozrywkowy **3.00** Więzienie kobiet – serial dokum. **4.00** Zdrady – serial paradokum.

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Jak to jest zrobione – samochody marzeń 3 – dok. **7.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **8.00** Jak działa wszechświat? **11.00** Poszukiwacze dinozaurów **12.00** Gigantyczne konstrukcje według Hammonda **13.00** Kosmiczna mapa skarbów – dok. **15.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – serial dokum. **21.00** Śladami Wielkiej Stopy – dok. **23.00** Zaginione miejsca (2) – dok. **1.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **4.00** Poszukiwacze dinozaurów

TVP DOKUMENT
12.20 Korona Gór Polski 2 (2) **12.55** Tajemnice samolotów prezydenckich – film dokum., Fr. 2024 **13.55** Szmaragdowe wyspy (2) **14.55** Król łąk (2) **15.45** Przyczyny upadku cywilizacji Majów **16.50** Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (3) – dok. **17.50** Sanatorium miłości 4 (1) **18.50** Grzesiuk, chłopak z ferajny **20.00** Największe wycieczkowce świata – dok., Fr. 2024 **21.05** W objęciach lodu **22.10** Lucia w pajęczej sieci (3) **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.20** Oblicza wojny **0.25** Sanatorium miłości 3 (10)

PLANETE+
11.25 Jak przetrwać w Australii (2) – serial dokum., Australia **12.35** Żywioły w akcji. Ziemia na krawędzi (1) – dok. **13.45** Ocalić raj (1) – dok. **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (8) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (3) **16.55** 360° Świat bez granic (23) – dok., Fr. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (55, 56) – dok. **18.45** Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (1) **19.45** Homo plasticus **20.50** Kto zapłacił za II wojnę światową? **22.00** TikTok. Chińska superbroń – dok. **23.10** Seks chrzęszczący cityną **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (4)

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)
18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

TVP 3 (DVB-T2)
12.30 Górna półka smaku (8) **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda – pr. inf. **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Serwis Info Dzień **15.30** Program lokalny **19.30** Z indeksem w ręku (2) – mag. **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (185) – obycz.

HGTV
11.40 Usterka 11 (6, 7) – serial fab.-dok. **13.05** Moje miasto, mój dom 8 (1, 2) – pr. rozrywk. **15.05** Mieszkanie na miarę 2 (1, 2) – rozr. **17.00** Polowanie na ogród 7 (9) – pr. rozr. **17.35** Polowanie na ogród (1) – pr. rozr. **18.10** Zgłoś remont 4 (3) **19.05** Będzie pięknie (7) – rozr. **20.05** Dorota inspiruje 3 (7) – reality show **21.00** Dorota was urządzi! (5, 6) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów 7 (5, 6) **23.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (1, 2) **0.45** Kupujemy dom na plaży 29 (3, 4) – dok.

TVP KOBIETA (DVB-T2)
12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Ziołowa apteka (5) **12.50** Przepis dnia (49) – mag. **13.00** Na dobre i na złe (575) **14.00** Omnibus – szybcy i mądrzy (13) **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (13) **15.00** Piękno, zgłoś się! (1) – reality show **15.30** Ojciec Mateusz 34 (439, 440) – krym. **17.30** Wyspa Świętej Heleny **18.30** Gabi Drzewiecka zaprasza (4) **19.30** Miłość i nadzieja (291) **20.30** Wichrowe wzgórze (272) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (264) **22.30** Figurant – dramat obycz., Polska 2023

BBC EARTH
12.20 Malownicze trasy kolejowe 2 (1) – dok. **13.20** Mroźna planeta (6) **14.25** W okowach mrozu 3 (4) – dok. **15.25** Życie na pustkowiu: powroty 3 (9) **16.25** Cywilizacje: rozkwit i upadek (3) – dok. **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (1) – serial dok. **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (6) – serial dokum. **19.45** Pociągiem przez starożytną Grecję (2) **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 4 (1) **21.55** W okowach mrozu 3 (5) – dok. **22.55** Cywilizacje: rozkwit i upadek (4) **0.10** Skarby przeszłości i ich tajemnice (1)

HISTORY
14.00 Tajemnice skryte w mroku (8) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (11) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (55) **16.15** Gwiazdy lombardu 25 (1) **17.10** II wojna światowa w kolorze (11) – serial dok. **18.10** Największe tajemnice świata 5 (3) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (16) – serial dok. **20.00** Starożytni kosmici 17 (6) – dok. **21.00** Premiera: David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) – dok. **22.00** Premiera: Jak to wyjaśnić? 5 (17) – dok. **23.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (7) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
16.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej

EUROSPORT 1

8.30 Cycling Show – mag.
9.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering mężczyzn – finały
10.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
11.00 Snooker: Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu
13.00 Cycling Show – mag.
13.30 Kolarstwo: Tour de France – 14. etap
15.30 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
15.45 Kolarstwo: Tour de France – 16. etap
18.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały

TVP SPORT (DVB T2)

6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie (16) – cykl reportaży, Szwajcaria 2025
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (20) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.35 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy
13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
15.30 Dzień na mundialu (20) – magazyn piłkarski Najważniejsze wydarzenia z aren MŚ, analizy i komentarze do minionych meczów. 90 min

CANAL+ SPORT

8.20 Premier League Stories (20) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – FC Barcelona
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: RCD Espanyol – Celta Vigo
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
15.05 Ligomistrzowe historie (1) – magazyn piłkarski W sezonie 2000/2001 Leeds United. zadebiutowało w Lidze Mistrzów. Pawie sprawiły sensację, docierając do półfinału. 40 min
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Girona FC – FC Barcelona

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.20 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – FC Augsburg
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta BC – Inter Mediolan
11.00 Formuła 3: Grand Prix Austrii
12.30 Formuła 2: GP Austrii
13.40 Made in Italy (15) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: GP Austrii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Bologna FC

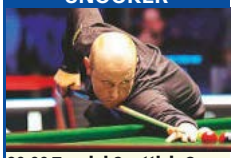
TVP ABC (DVB T2)

10.00 Zagadki zwierzogromadki (15) – mag.
10.20 Bajki Bolka i Lolka
10.30 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Przyjaciele (1)
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (5) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon
LIVE – mecz 2. rundy gry pojedynczej Iga Świątek (zdj.) przystępuje do turnieju jako obrończyni tytułu. Przed rokiem w finale pewnie pokonała Amandę Anisimovą 2:0. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
1.00 Boks

SNOOKER



20.00 Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu Decydujący pojedynek jedenastej rankingowej imprezy w tym sezonie. Triumfator wróci do domu bogatszy o 100 tys. funtów. 120 min
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 14. etap
23.00 Kolarstwo: Tour de France – 16. etap
0.00 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu

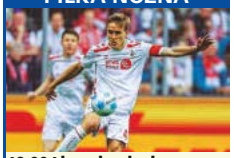
PIŁKA NOŻNA

17.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
LIVE Harry Kane (zdj.) w tym sezonie jest w znakomitej formie strzeleckiej. Chce poprowadzić Anglików po medal na mundialu. 290 min
21.50 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
0.45 Mundial 2026 – Legendy miejskie (14) – cykl reportaży
1.15 Piłka nożna: MŚ
LIVE 2026 – 1/16 finału

MAGAZYN

18.00 Magazyn PGE Ekstraliga Podsumowanie ostatniej kolejki, skróty meczów oraz zakulisowe ciekawostki. 120 min
20.00 Premier League Stories (47) – mag.
20.45 Liderzy. W centrum gry (1) – serial dokum.
21.50 Sporty walki: ONE Friday Fights 160
22.55 Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski
23.50 Liga+ Extra – mag.

PIŁKA NOŻNA



18.00 Liga niemiecka – mecz: 1. FC Köln – Bayern Zespół Jakuba Kamińskiego czekało ciężkie wyzwanie. Bayern Monachium w poprzednim meczu pokonał VfL Wolfsburg aż 8:1. 120 min
20.00 Made in Italy (16) – magazyn piłkarski
20.25 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
20.40 Formuła 1: GP Austrii
22.40 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski
23.10 Made in Italy (8, 7, 6)

ANIMOWANY

17.05 Pszczółka Maja Maja i Gucio przypadkowo usypiają cały rój. Muszą szybko zebrać pyłek z kwiatów, które otwierają się tylko na jeden dzień w roku. 25 min
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.
19.45 Wegezaury 2 – anim.

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

13.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały **15.00** Triathlon: T100 World Tour – Gold Coast
17.00 Snooker: Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu **19.00** Cycling Show – mag. **19.30** Kolarstwo górskie: PŚ w Lenzerheide – cross-country mężczyzn
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 14. etap **21.00** Kolarstwo: Tour de France – 16. etap **22.00** Discovery golf – mag. **22.30** Snooker: Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu

TVN TURBO

10.15 Ciężarówką przez RPA (1) **11.15** 101 napraw (9, 10)
12.15 Jeździć, obserwować (10) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (1, 2) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (2, 3) – pr. rozr.
16.00 Wojny samochodowe (7, 9) **18.00** Raport Turbo – inf. **18.15** Z drugiej ręki (10, 4)
19.45 Moto kombat (6) – mag. **20.30** Zawodowi handlarze (11) – rozr. **21.15** Naprawy nie do naprawy (3) **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować (1, 2) – dok. **23.45** Duda kontra Szafrański (10) **0.30** Nauka jazdy (21) **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (1)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Liga+ Extra – mag. piłkarski **8.10** Żużel: PGE Ekstraliga: KS Toruń – KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa **11.00** Ligomistrzowe historie (3) – mag.
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
17.15 Premier League Stories (46) – magazyn piłkarski
18.00 Snooker: Championship League – 1. runda **23.15** Magazyn Metalkas 2. Ekstraliga – magazyn żużlowy **0.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech Poznań – Legia Warszawa **2.45** Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski **3.15** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.40 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – mag. **9.30** Najlepsze gole VfB Stuttgart – mag. **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: AJ Auxerre – PSG
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Napoli
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: RB Lipsk – Bayern **18.00** Formuła 1: Grand Prix Austrii
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Inter **22.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

NICK JR.

12.25 Psi Patrol 2 – anim. **12.54** Świnka Peppa 8 **13.40** Barbapapa i jego rodzinka 2 **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (8) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 2 – anim.
16.00 Świnka Peppa 5 **16.10** Małe Królestwo Bena i Holly **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim. **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona
20.01 Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 1. rundy
12.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – 2. runda **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 2. runda **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (10, 11) **14.10** Kobiety z piekła rodem (1) **15.05** Tajemnice polskich morderstw (5)
16.00 Pogrzebani za domem 3 **17.00** Lepiej nie otwieraj drzwi (7) – dok. **18.00** Z archiwum 997 (3, 4) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (5) – dok.
20.00 Kobiety z piekła rodem (3) – dok. **21.00** Chippendales: mroczne sekrety (1) **22.00** Spowiedź seryjnego mordercy (3) **23.00** Dowody zbrodni 4 (17) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (2) **0.50** Spowiedź seryjnego mordercy (2)

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (1) **6.30** Kołowrotek (196) **7.00** Dorwać tuńczyka (6, 7) **9.00** Wojny magazynowe 15 (347, 348) **10.00** Wojny kontenerowe (13, 1)
11.00 Hardkorowy lombard (10-15) – dok. **14.00** Polacy za granicą (139, 140) – serial dok.
16.00 Złomiarze (23, 24) – dok. **18.05** Poszukiwacze historii (141, 144-146) – serial dokum.
20.00 Zawód glina (12) – dok. **21.00** Złomiarze (53) – dok. **22.00** Więzienie (218) **22.30** Łowca pedofilów (243) **23.00** Więzienie (180-189) – dok. **4.00** Starożytni kosmici (145, 146)

DTX

9.10 Militaria na warsztat (8, 9)
11.10 Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Niemiecka budowlanka (2, 3) – pr. rozr.
15.10 Fani czterech kółek: w trasie (8) **17.10** Absurdy drogowe (5-8) **19.10** Fani czterech kółek 2 (1, 2) – serial dok.
20.10 Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Królowie kempingu (2) **22.10** Militaria na warsztat (1, 2) – dok. **0.10** Kroniki policyjne: Szwecja – dok. **1.10** Policjanci z Kent – dok. **2.10** Królowie asfaltu (1, 2) **3.40** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (3) – dok.

ELEVEN SPORTS 3

11.30 Bundesliga Clubs – mag. **11.45** Bundesliga Clubs – mag.
12.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Pisa SC – Juventus FC **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Toulouse FC – RC Lens
16.00 Made in Italy (8-11) **17.00** Serie A **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Mainz **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Stade Rennais **0.00** Bundesliga Special (20) – mag. piłkarski **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie
16.05 Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2
20.05 Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA

20.00 TVN 7

Millerowie

HIT

KOMEDIA KRYMINALNA Udający rodzinę sąsiedzi chcą dokonać przemytu. Sprawy się komplikują.

Diler marihuany, David (Jason Sudeikis, zdj.), chce pomóc mieszkającym w sąsiedztwie nastolatkom. Traci towar i gotówkę. Staje się również dłużnikiem dostawcy (Ed Helms). Aby spłacić zobowiązanie, musi sprowadzić z Meksyku partię używek. Dla niepoznaki organizuje sobie pomocników, którzy udają jego najbliższą rodzinę. W drogę wraz z nim wyruszają: striptizerka Rose (Jennifer Aniston, zdj.), fajtłapowaty Kenny (Will Poulter, zdj.) oraz sprytna Casey (Emma Roberts, zdj.).

INFO: USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson Marshall Thurber, wyk. Jason Sudeikis **145 min do godz. 22.20**

19.55 POLSAT

Hitch: Najlepszy doradca przeciętnego faceta

KOMEDIA Pewny siebie Alex (Will Smith) uczy mężczyzn sztuki uwodzenia. Jeden z jego klientów (Kevin James, zdj.) zakochuje się w Allegrze (Amber Valletta, zdj.). **145 min**

USA 2005, reż. Andy Tennant, wyk. Will Smith, Kevin James, Amber Valletta, Eva Mendes

20.00 TV PULS

Kickboxer: Zemsta

SENSACYJNY Kurt Sloane (Alain Moussi, zdj.) jest świadkiem śmierci starszego brata Erica (Darren Shahlavi) podczas walki. Zamierza go pomścić. Prosi o pomoc Duranda (Jean-Claude Van Damme). **115 min**

USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moussi, Gina Carano, T.J. Storm

20.00 CANAL+ PREMIUM

Thelma

KOMEDIA 93-letnia Thelma (June Squibb, zdj.) pada ofiarą oszusta, który podszywa się pod jej wnuka Danny'ego (Fred Hechinger). Dziarska seniorka jest zdeterminowana, by odzyskać pieniądze. **95 min**

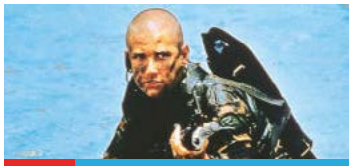
Szwajcaria/USA 2024, reż. Josh Margolin, wyk. June Squibb, Fred Hechinger, Clark Gregg

20.00 STOPKLATKA

Kuloodporni

KOMEDIA SENSACYJNA Funkcjonariusz Carter (Damon Wayans, zdj.) przenika w szeregi mafii. Udaje mu się zaprzyjaźnić z Archiem (Adam Sandler, zdj.), który stopniowo wtajemnicza go w plany szefa. **110 min**

USA 1996, reż. Ernest R. Dickerson, wyk. Damon Wayans, Adam Sandler, James Caan



21.50 STOPKLATKA

G.I. Jane

DRAMAT OBYCZAJOWY Porucznik Jordan O'Neil (Demi Moore, zdj.) dołącza do oddziału komandosów. Ma udowodnić, że kobieta może służyć w armii. Szykanowana przez kolegów z uporem dąży do celu. **160 min**

USA/Wielka Brytania 1997, reż. Ridley Scott, wyk. Demi Moore, Anne Bancroft, Jason Beghe

21.55 TV PULS

Legionista

PRZYGODOWY Alain Lefevre (Jean-Claude Van Damme, zdj.) wygrywa walkę bokserską wbrew zawartej z mafiosem umowie. Zaciąga się do Legii Cudzoziemskiej. Jego tropem podążają gangsterzy. **120 min**

USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, Nicholas Farrell

22.00 TVN

Lepiej późno niż później

KOMEDIA Podstarzały uwodziciel Harry (Jack Nicholson, zdj.) dostaje ataku serca w letnim domku kochanki (Amanda Peet). Kłopotliwym gościem musi zająć się matka dziewczyny (Diane Keaton, zdj.). **155 min**

USA 2003, reż. Nancy Meyers, wyk. Diane Keaton, Keanu Reeves, Jack Nicholson

22.20 POLSAT

Moja dziewczyna wychodzi za mąż

KOMEDIA Uwodziciel Tom (Patrick Dempsey, zdj.) odkrywa, że Hannah (Michelle Monaghan, zdj.), którą kocha, ma wyjść za mąż. Postanawia nie dopuścić do ślubu. **145 min**

USA/Wielka Brytania 2008, reż. Paul Weiland, wyk. Patrick Dempsey, Michelle Monaghan

22.25 TVN 7

Jak boss

KOMEDIA Rośnie zadłużenie sklepu z kosmetykami Mii (Tiffany Haddish) i Mel (Rose Byrne). Doświadczona bizneswoman z branży beauty, Claire Luna (Salma Hayek, zdj.), proponuje przyjaciółkom pomoc. **95 min**

USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Billy Porter

22.50 KINO POLSKA

Boże Ciało

DRAMAT OBYCZAJOWY Po opuszczeniu poprawczaka Daniel (Bartosz Bielenia, zdj.) trafia do prowincjonalnej parafii. Udając księdza, pomaga lokalnej społeczności uporać się z tragicznymi zdarzeniami. **140 min**

Polska 2019, reż. Jan Komasa, wyk. Bartosz Bielenia, Eliza Rycembel, Tomasz Ziętek

23.00 PULS 2

Iluzjonista

DRAMAT KOSTIUMOWY XIX wiek. Słynny magik Eisenheim (Edward Norton, zdj.) pragnie odzyskać ukochaną Sophie (Jessica Biel). Wykorzystuje sztukę iluzji w walce z rywalem (Rufus Sewell). **125 min**

USA/Czechy 2006, reż. Neil Burger, wyk. Edward Norton, Paul Giamatti, Jessica Biel

23.50 TVP 2

Człowiek z magicznym pudełkiem

DRAMAT SF Warszawa, rok 2030. Sprzątacz Adam (Piotr Polak, zdj.) znajduje stare radio. Wkrótce odkrywa, że odbiornik emituje fale umożliwiające podróże w czasie. **110 min**

Polska 2017, reż. Bodo Kox, wyk. Olga Bołądź, Piotr Polak, Sebastian Stankiewicz

TVP 1 (DVB-T2)

5.55 Akacjowa 38 (888) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Dobre historie – magazyn
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (3) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (71) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (79) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (189) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 To się opłaca – magazyn
13.00 Sprawa dla reportera – mag.
14.00 Złoty chłopak (325) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1058) – telet.
16.00 Dziedzictwo (966) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (903) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio

PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026
LIVE – mecz 1/16 finału
Na murawie Los Angeles Stadium możemy być świadkami piłkarskiego spektaklu z udziałem Hiszpanów. Jeśli mistrzowie Europy wygrają grupę H, czeka ich najprawdopodobniej starcie z Austrią lub Algierią. 160 min
23.30 Biało-Czerwoni z Chrząstawy – film dokumentalny, Polska 2013
0.35 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
0.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata
LIVE 2026 – mecz 1/16 finału
3.20 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst.
3.40 Pytanie dnia – program publicyst.

TVP 2 (DVB-T2)

4.55 Rodzinka.pl – serial kom., Polska 2025
5.30 M jak miłość (1786) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Operacja zdrowie (73) – magazyn medyczny
6.55 Barwy szczęścia (3345) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (29, 30) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1877) – teleturniej
13.15 Postaw na milion – teleturniej
14.05 Va banque (1002) – teleturniej
14.35 Na sygnale (867) – serial fab.-dok., Pol.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (424) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1878) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1003) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3346) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (14) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (14) – teleturniej

ROZRYWKA

20.55 Kocham Cię, Polsko! (4)
W drużynie Filipa Gurłacza do rywalizacji stają: Katarzyna Ankudowicz, Anna Rusowicz i Joanna Moro (wszyscy na zdj.). W ekipie Michała Koterskiego pojawią się: Tomasz Oświeciński, Łukasz Zagrobelny i mecenas Piotr Kaszewiak. 90 min
22.25 Daleko od szosy (4) – serial obyczajowy, Polska 1976
23.50 Człowiek z magicznym
FILM **pudełkiem** – dramat s.f., Polska 2017, reż. Bodo Kox, 110 min
1.40 Kruk 2. Czorny Woron nie śpi (1, 2) – serial kryminalny, Polska 2021
3.40 Rodzinka.pl – kom., Polska 2025

POLSAT (DVB-T2)

4.35 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (314, 316) – fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1245, 1246) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (862, 863) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1492, 1493) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Beata z dumą wspiera męża pianistę. Mężczyzna tuż przed recitalem pada ofiarą ataku. Złamane palce przekreślają jego karierę. W trudnych chwilach kobieta odnawia kontakt z dawnym ukochanym. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1059, 1060) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Do komendy trafia anonim. Adam i Olga wracają do zamkniętego śledztwa. Autor listu utrzymuje, że doszło do zbrodni, mimo że sprawę zakwalifikowano jako samobójstwo. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

KOMEDIA

19.55 Hitch: Najlepszy doradca
FILM **przeciętnego faceta** – USA 2005, reż. Andy Tennant
Oparta na sprawdzonym schemacie opowieść o zawiłościach relacji damsko-męskich. Kreację Willa Smitha (zdj.) przyćmił drugoplanowy Kevin James (zdj.) – znany m.in. z sitcomu „Diabli nadali". 145 min
22.20 Moja dziewczyna wychodzi za
FILM **mąż** – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2008, 145 min
0.45 Pitch Perfect – komedia muzyczna,
FILM USA 2012, reż. Jason Moore, 150 min
3.15 Nasz nowy dom (371) – reality show, Polska 2026

TVN (DVB-T2)

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1686) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (3) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (24) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (8) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1465, 1466, 1719) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (103) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (59) – serial obyczajowy, Polska 2025
Daria czuwa przy matce, która powoli wraca do siebie, choć wypiera problem z alkoholem. Na SOR trafia młoda kobieta po punkcji jajników. 65 min
17.55 Młode gliny (11) – serial kryminalny, Polska 2026
Szymon ratuje nastolatka przed samobójstwem. Chłopaka dręczy poczucie winy po tajemniczym zdarzeniu w lesie. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4239) – serial obyczajowy, Polska 2026

ROZRYWKA

20.50 Kuchenne rewolucje (4) – Pol. 2025
Maciek prowadzi w Mrokowie Bistro Kociołek, które zmaga się z problemem braku klientów poza porą obiadową. Włamanie do lokalu dodatkowo komplikuje sytuację przed wizytą Magdy Gessler (zdj.). 70 min
22.00 Lepiej późno niż później – komedia,
FILM USA 2003, reż. Nancy Meyers, 155 min
0.35 OSS 117: Kair, gniazdo szpiegów
FILM – komedia, Francja/Bel. 2006, 115 min
2.30 Uwaga! – magazyn reporterów
2.45 Największe polskie katastrofy (3)
3.35 Detektywi (103) – serial fab.-dokum.
4.25 Recepta na stary dom 3 (6) – pr. rozr.
4.55 Nauka jazdy 5 (13) – pr. rozrywk.

TV4 (DVB-T2)

6.00 Strażnik Teksasu (22, 1) – serial sens.
7.55 Bogaty dom – biedny dom (69)
8.55 Policjantki i Policjanci (498, 499) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1156, 1157) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1525, 1526) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (1338, 1341, 1342) – serial paradokumentalny, Pol.
16.55 Policjantki i Policjanci (1393) – obycz.
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (488) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1394) – obycz.
20.00 Uroczysko (195, 196) – serial kryminalny
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (124) – krym.
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1007) – serial kryminalny, Polska 2026
23.00 Sisu – dramat wojenny, Finlandia/Wielka
FILM Brytania/USA 2022, 115 min
0.55 Love Island. Wyspa miłości (25) – reality show
2.00 Hardkorowy lombard 2 (18) – serial dok.
2.30 Gwiazdy Kabaretu (77) – pr. rozrywk.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (10) – dok.
3.25 Lubię disco! (272) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS (DVB-T2)

6.00 Policjanci z Miami 2 (23) – serial krym.
7.00 Policjanci z Miami 3 (1) – serial krym.
8.00 Kobra – oddział specjalny (4, 5) – serial sensacyjny, Niemcy
10.00 Maria z przedmieścia (43, 44) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (108) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (42) – kostium.
14.00 Kurierzy (27) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (526, 527) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (28) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965, 966) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Kickboxer: Zemsta – film sensacyjny,
FILM USA 2016, reż. John Stockwell, 115 min
21.55 Legionista – film przygodowy, USA
FILM 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, 120 min
23.55 Miasto odkupienia – film sensacyjny,
FILM USA 2014, reż. Keith Parmer, 130 min
2.05 Lombard. Życie pod zastaw 18 (961) – serial obyczajowy, Polska 2026
3.00 Dzielnica strachu 9 (399) – serial krym.
4.00 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 (DVB-T2)

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (4)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (953)
21.00 Dzielnica strachu 9 (405, 406) – krym.
23.00 Iluzjonista – dramat kostiumowy, USA/
FILM Czechy 2006, reż. Neil Burger, 125 min

TVN 7 (DVB-T2)

5.30 Ten moment (49) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (766-768) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1332, 1433, 1434) – serial paradokumentalny, Pol.
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1081-1083) – serial fabularno-dokum., Polska
14.00 Detektywi (116) – serial fabularno-dokum.
15.00 Szpital (770, 771) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (500) – serial fab.-dokum., Polska 2009-2010
18.00 SOS. Ekipy w akcji (12) – paradok., Pol.
19.00 Ukryta prawda (1523) – serial paradok.
20.00 Millerowie – komedia kryminalna,
FILM USA/Wielka Brytania 2013, reż. Rawson
HIT Marshall Thurber, wyk. Jennifer Aniston, Jason Sudeikis, Emma Roberts, Will Poulter, Ed Helms, 145 min
22.25 Jak boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel
FILM Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, Jennifer Coolidge, 95 min
0.00 Kryptonim U.N.C.L.E. – komedia
FILM sensacyjna, USA/Wlk. Bryt. 2015, 145 min
2.25 Zgłoś remont 11 (4) – program rozrywk.
3.15 Fachowcy (5) – serial paradok., Pol. 2017
3.50 Usterka 11 (2) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.25 Dorota was urządzi! (3, 4) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA

12.10 Miłość nad rozlewiskiem (2, 3)
13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (20) – talk-show
14.40 Turystyczna jazda
15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Tamte lata, tamte dni
15.40 Słownik polsko@polski (674)
16.10 Na festiwalowej scenie – widowisko, Pol.
16.30 Barwy szczęścia (3335) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1053) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dok., 2025
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (245) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1132) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
8.15 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (935) – telet.
9.25 Koło fortuny (2042)
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (15) – serial obycz.
14.15 Pan Mama (33, 34) – serial komediowy, Pol.
15.20 Program rozrywkowy
15.30 Tak to leciało! (63) – teleturniej muz., Polska
16.30 Do śmiechu! (72) – rozr.
17.25 Va banque (936) – telet.
18.00 Koło fortuny (2043) – teleturniej

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (17) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (3, 4)
8.30 Kartoteka (2, 3) – serial fabularno-dokum., Polska
10.35 Detektywi (15, 16)
12.35 Zakup w ciemno 7 (24, 25) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (2)
15.35 Złomowisko PL 4
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (1)
18.05 Nauka jazdy 6 (1) – rozr.
18.45 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (5, 6) – rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (32)
21.05 Zakup w ciemno extra (30) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (295) – reality show, Pol. 2023
7.30 Na ratunek 112 (917, 918) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (369-371) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (945) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1340, 1397) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (509-513) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (147, 148) – serial krym.
19.00 Gliniarze (991) – serial paradokum., Polska 2024
20.00 Ślad (67) – serial krym.
21.00 Gliniarze (786) – serial paradokum., Polska 2023

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (133-135) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin 4 (30) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (123, 124) – serial obycz., Pol. 2018
10.25 Świat według Kiepskich (161, 202, 207) – kom.
12.35 Kochaj albo rzuć FILM – komedia, Polska 1977, 140 min
14.55 Jaś Fasola: Nadciąga totalny kataklizm FILM – kom., Wielka Brytania/USA 1997, 115 min
16.50 Wykiwać klawisza FILM – komedia obyczajowa, USA 2005, 145 min
19.15 Nadchodzi Polly FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 105 min

AXN

6.00 FBI: Most Wanted 3 (10, 11) – serial kryminalny, USA 2020
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2024
9.20 Castle 2 (17, 18) – serial kryminalny, USA 2010
11.15 MacGyver 2 (12, 13) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024
15.10 Agenci NCIS 10 (14, 15) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA 2010

20

OBYCZAJOWY

19.15 Ranczo 2 (26)
Zbliżają się urodziny księdza, a zatem i wójta. Lucy wpada na pomysł, żeby przy tej okazji doszło do pojednania braci. 55 min
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda
20.50 Korona Gór Polski – cykl dokumentalny, Pol.
21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Profilerka Jastrę (9) – serial kryminalny, Pol.
23.15 Dziennik regionów

MAGAZYN

18.35 Okrasa łamie przepisy
Prowadzący przygotuje potrawy z czerwonym burakiem. Przyrządzi m.in. kotlet po parysku z królika z wędzonymi warzywami. 65 min
19.40 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
20.10 Postaw na milion
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (43) – pr. rozrywk.
22.50 Kabaret Letnią Porą (9) – program rozrywk.
23.55 Do śmiechu! (74) – rozr.

REALITY SHOW

22.00 Życie na kredycie 8 (7, 8) – Polska 2026
Na półtora tygodnia przed planowanym powrotem do Polski rodzina ze Szkocji musi zmierzyć się z widmem braku dachu nad głową. 65 min
23.05 Żony Podlasia 3 (5)
0.05 Ostre cięcie 12 (6)
1.05 Orzeł czy reszka? 3 (1)
2.05 Dobra robota 3 (20)
2.30 Osadzone. Blok F (15, 16, 18) – paradok.
3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (6) – fab.-dok.

KRYMINALNY

22.00 Komisarz Mama (4)
Maria bada sprawę śmierci prostytutki Cecylii. Trop prowadzi do Romana i Piotra – pracowników firmy Practico, którzy świętowali podpisanie kontraktu. 60 min
23.00 Świat według Kiepskich (353, 354)
0.00 Ślad (90) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (9) – paradok.
2.10 Wydarzenia
2.50 Ewa gotuje (544) – mag.
3.20 SuperLudzie (28) – dok.
3.50 Interwencja – mag.

KOMEDIA

21.00 Zabij mnie, kochanie FILM – Polska 2023
Natalia (Weronika Książkiewicz, zdj.) i Piotr (Mateusz Banasiuk, zdj.) wygrywają fortunę. Żadne z nich nie zamierza się nią dzielić... 120 min
23.00 Szybcy i wściekli 10 FILM – film sensacyjny, USA/Chiny/Jap. 2023, 175 min
1.55 Ślad (5, 30, 31) – serial krym., Polska 2018-2019
4.55 Na ratunek 112 (856, 857) – serial paradokum., Polska 2023

SENSACYJNY

21.05 Agenci NCIS 20 (20)
Córka senator Seleny Grayson zostaje zamordowana. Matka dziewczyny domaga się, by agencja powołała dodatkowego biegłego. 60 min
22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (13, 14) – serial krym.
0.45 Castle 2 (19, 20) – krym.
2.40 Agenci NCIS 20 (20)
3.40 Agenci NCIS: Hawaje 2 (9) – krym.

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Czterdziestolatek (12) – obycz., Pol. **9.45** Korona Gór Polski **10.25** Wszystkie kolory świata – dok. **11.25** Ex Libris **11.50** Podziemne Włochy (5) – dok. **13.00** Zapomniane agentki II wojny światowej (1) – hist. **14.00** Królowie (49) **14.35** Czterdziestolatek (13) **15.35** Sensacje XX wieku **18.15** Czas honoru. Powstanie (10) – wojenny, Pol. **19.10** Ex Libris **19.40** Flesz historii (768) **20.10** Oficer (5) – sens. **21.10** Zbrodnie sprzed lat (5) – dok. **22.05** Zagłębie. Pamięć **23.10** Sensacje XX wieku **1.15** Encyklopedia II wojny światowej

TVP KULTURA DVB T2

13.05 Reżyserzy **14.05** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (1) **15.10** Romeo i Julia z Saskiej Kępy – dramat obycz., Polska 1988 **17.00** Siedem życzeń (6) **18.15** Dzień, w którym umarła gwiazda rocka **18.55** Pan wzywał, milordzie? 4 (5) – kom. **20.00** Koncert **20.55** Czwartkowy klub filmowy – mag. **21.05** Czwartkowy klub filmowy: Kronika wypadków miłosnych – dramat obycz., Polska 1985 **23.15** Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu – film dokum., Fr. 2021 **0.20** Panorama kina polskiego: Lęk – dramat obycz., Pol./Szwajcaria/Niem. 2023

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia **6.45** SuperLudzie Extra (62) **7.00** Na ratunek 112 (702, 703) **8.00** Doktor Martin (47, 48) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (2, 3) **11.30** Świat według Kiepskich (437-440) **13.30** Bitwa o palety (23) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (59) **16.00** Ninja Warrior Polska (31) **18.00** Świat według Kiepskich (503, 504, 547, 548) – kom. **20.00** Złomiarze (4) – serial dok. **21.00** Detonator – sens., USA/Rumunia 2006 **23.00** 8 części prawdy – thriller, USA 2008 **0.50** Świat według Kiepskich (368-373) – serial kom.

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (3, 4) – sens. **9.55** MacGyver 2 (22) – sens. **11.00** MacGyver 3 (1) **12.05** Pułapki umysłu 7 (5) – serial dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (12-15) **15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (1) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia (3) – serial dokum. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 23 (16, 17) – sens. **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (2) **23.00** Magia nagości. Szwecja (4) – rozr. **23.55** Magia nagości 6 (10) – pr. rozr. **1.00** Magia nagości. Dania (4)

METRO

8.30 Szpital (778, 779) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (347, 348) **12.30** SOS Ekipy w akcji (26) **13.30** Brzydula (23, 24) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (11) **15.45** The Floor (17, 18) – telet. **17.00** Fani czterech kółek 17 (2) **18.00** Prawo Agaty 6 (13) **19.00** Kartoteka 2 (2, 3) – serial fab.-dokum. **21.05** Kryminalni 2 (12, 13-ost.) **23.15** Kuba Wojewódzki (6) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (1) – dok. **1.20** Szpital (771) **2.20** Szkoła (524, 525) **3.50** Nowa Maja w ogrodzie 4 (22, 23) **4.40** SOS Ekipy w akcji (24)

ALE KINO +

9.30 Wyraj – krótkometraż. **10.00** Co się zdarzyło w Mount Affinity? 2 (5, 6-ost.) – serial krym. **12.15** Vera 5 (2) **14.10** King Kong żyje – film przyg., USA 1989 **16.20** Terapia dla par – komedio-dramat, Hiszpania 2023 **18.15** Vera 5 (3) – serial kryminalny **20.10** Premiera: Pokuta – melodram., Wlk. Bryt./Francja/USA 2007 **22.35** Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012 **0.35** Dream Scenario – horror kom., USA 2023 **2.30** Powrót (4) **3.15** Cudownie ocalony – komedia obycz., Pol. 2004 **4.50** Misie polarne **5.10** Kruk. Szepty słychać po zmroku (2)

TV TRWAM DVB T2

15.00 Po stronie prawdy **15.50** Ma się rozumieć – pr. religijny **16.00** Informacje dnia **16.10** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **16.35** Sól ziemi **17.00** Modlitwa w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu **19.25** Akademia pro-life – pr. eduk. **19.30** Każdy maluch to potrafi – dla dzieci **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (1) **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (133) – obycz., USA

ANTENA HD DVB T2

9.40 Co Polak potrafi na drodze? (10) – rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 3 (10) – krym. **11.55** Klątwa Wyspy Dębów 6 (24, 25) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 2 (9, 10) **15.50** Wojny kontenerowe 2 (1, 2) – dok. **16.50** 77 TV 3 (11) – rozr. **17.50** 77 TV 4 (4) – rozr. **18.50** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5) – krym. **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (8) – krym. **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (2) – krym. **23.15** Detektywi z Bordeaux 4 (9) **0.30** Ewakuacja Ziemi (5, 6) – dok.

TVS

12.25 Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny – obycz. **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Rosamunde Pilcher: Niespodziewana miłość – obycz., Niem. 2015 **21.50** Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niem./Austria 2007 **23.35** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział

WP DVB T

11.00 Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (4) – serial dok., USA **12.00** Wariaci za kierownicą 5 (8) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (18-20) – dok. **16.50** Pogoda (60) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 4 (4) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (1) **20.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (21, 22) – dok. **21.50** Pogoda (60) **22.05** Mistrzowie Kabaretu 12 (7) **23.05** Mistrzowie Kabaretu 2 (6) – rozr. **0.05** Mistrzowie Kabaretu 9 (3) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 15 (5)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – pr. inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Disco Polo Live (848) **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (71, 72) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (13, 14) – dok. **23.00** Czekając na imprezę (5, 6) – dok.

VIASAT EPIC DRAMA

7.40 Lekarze na start (23, 24) – obycz. **9.10** Poirot 3 (9, 10) **11.20** Zatraceni w miłości (25, 26) – telen., Turcja 2023 **13.25** Agenci NCIS 18 (3, 4) – sens. **15.15** Lekarze na start (25, 26) – obycz., Pol. **16.50** Poirot 4 (1) – krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (27, 28) – telen. **21.00** Premiera: Detektyw Murdoch 19 (3) **21.55** Poirot 13 – krym. **23.55** Morderstwo to nic trudnego (2) – krym. **0.55** Zatraceni w miłości (27, 28) **2.30** Detektyw Murdoch 19 (3) **3.15** Morderstwo to nic trudnego (2) **4.00** Poirot 13

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (2, 3) – serial dok., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.25 Bolek i Lolek – serial animowany
7.45 Reksio – serial anim. ●
8.05 Siedem życzeń (2, 3) – serial przygodowy
10.30 Akademia Pana FILM **Kleksa** (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min
12.05 To nie ze mną (2, 3) – serial obyczajowy, 2022
13.30 Jesteśmy razem – film dokumentalny, 2025
14.35 Tama – etiuda filmowa
15.05 Stara baśń – film FILM kostiumowy, 2003, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbrychski, Michał Żebrowski, 135 min

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (97, 98) – serial komediowy, Pol.
6.25 Na sygnale (480, 481) – serial fabularno-dokum.
7.30 Ojciec Mateusz 2 (30) – serial kryminalny, Pol.
8.30 Komisarz Alex 2 (19)
9.25 Rodzinka.pl (99) – kom.
10.00 Klan (1446, 1447)
10.55 Ranczo 8 (97, 98)
12.35 Komisarz Alex 2 (20)
13.35 Ojciec Mateusz 29 (381) – krym., Pol. 2023
14.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
15.35 Komisarz Alex 2 (21) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (482, 483) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (99, 100) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (383) – krym., Pol. 2023

13 ULICA

6.10 Blanca 2 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.30 Na granicy: Miłość FILM **do ojczyzny** – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, 115 min
10.25 Chicago P.D. 11 (12, 13) – serial kryminalny, USA
12.15 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (11, 12) – serial sensacyjny, USA
14.05 Blanca 2 (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.25 Na granicy: Sprawa FILM **Sikorskiej** – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Kornatz, wyk. Maria Simon, Lucas Gregorowicz, 115 min
18.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (13-16) – serial sensacyjny, USA

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (774) – paradok.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (7) – pr. rozrywk.
6.30 Alfabet filmowy (18)
6.45 Zakochani po uszy (81, 82) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (61-64) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (8) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (65) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (27, 28) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (7)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Najpiękniejsza muzyka filmowa (7)
16.15 List w butelce FILM – melodramat, USA 1999, 165 min
19.00 Szpital św. Anny (66) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (169) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (983) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (68) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (209, 210) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (252, 253) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1054) – teleturniej
11.20 Na sygnale (641, 642)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (71)
13.20 Komisarz Alex 3 (35)
14.15 Ranczo 6 (69, 70)
16.10 Tańcząca ze światem – Maroko (2) – magazyn
16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (4) – magazyn motor.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (313) – krym., Pol. 2020

STOPKLATKA

6.00 Złoty interes (5) – rozr.
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (147, 146) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (16, 1) – obycz., Niemcy/Austria
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (5, 2) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (3) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (3, 4) – reality show, Kanada 2013
19.10 Aukcja w ciemno 2 (3, 4) – serial dok., USA

20

WOJENNY

17.20 Czterej pancerni i pies (3, 4) – 1966
Załoga czołgu 102 rusza w drogę. Janek i Gustlik demaskują szpiega. Pod Studziankami żołnierze niszczą trzy nieprzyjacielskie czołgi. 160 min
20.00 Legiony – film hist., FILM 2019, 170 min
22.50 Boże Ciało – dramat FILM obycz., 2019, 140 min
1.10 Słodko-gorzki – dramat FILM obycz., 1996, 125 min ●
3.15 Supermarket – thriller, FILM 2012, 155 min ●

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 3 (31)
Barbara Nocul wygrywa wyjazd do spa. W tym samym ośrodku przebywa gwiazda Ewa Pol. Niebawem aktorka zostaje zamordowana. 60 min
21.30 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Pol. 2014
23.20 Ojciec Mateusz 30 (384, 385) – serial krym.
1.20 PitBull (18, 19) – sens.
3.25 Wojna zastępcza (7) – szpiegowski, Pol. 2025
4.15 Klan (1446) – telen., Pol.
4.45 Pan Mama (19) – kom.

SENSACYJNY

22.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – Niemcy 2021
Handlarz bronią próbuje dopaść złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc. Podejrzewa, że jednym z przestępców jest jego syn. 120 min
0.00 Flashback (2) – serial kryminalny, Francja 2024
1.10 Na granicy: Sprawa FILM **Sikorskiej** – film krym., Niemcy 2018, 115 min
3.05 Blanca 2 (8-10) – serial kryminalny, Włochy 2023

DRAMAT

20.00 Nocny pościg FILM – USA 2015
Płatny zabójca (Liam Neeson, zdj.) odkrywa, że mafia wydała wyrok na jego syna. Musi zdecydować, po której stronie stanąć. 155 min
22.35 Dunkierka – wojenny, FILM Wlk. Bryt./Holandia/Francja 2017, 130 min
0.45 Spotkanie na Atlantyku – film obyczajowy, FILM Polska 1980, 135 min
3.00 Alfabet filmowy (41)
3.05 Szkoła (744) – paradok.

OBYCZAJOWY

19.20 Ranczo 6 (77)
Hadziukowa prosi o pożyczkę Więcławskiego. Ten jednak w zamian żąda pomocy w sprawie wakacji, o które upomina się jego żona. 50 min
20.10 Rodzinka.pl (281, 282)
21.25 Komisarz Alex 25 (312)
22.20 Planeta singli FILM – komedia romantyczna, Polska 2016, 145 min
0.45 Dracula – horror, USA FILM 1992, 135 min
3.00 Kocham Cię, Polsko! (5) – program rozrywk.

KOMEDIA

20.00 Kuloodporni FILM – USA 1996
Policjant Jack (Damon Wayans, zdj.) przenika w szeregi mafii i zaprzyjaźnia się ze złodziejem aut, Archiem (Adam Sandler, zdj.). 110 min
21.50 G.I. Jane – dramat FILM obyczajowy, USA/Wielka Brytania 1997, 160 min
0.30 Poszukiwany, poszukiwana – kom., FILM Polska 1972, 120 min
2.30 Noce i dnie (2) – obycz., FILM Polska 1975, 105 min

CANAL+ PREMIUM

10.05 Azyl – dramat biograf., Czechy/Wlk. Bryt./USA 2017
12.10 Długi weekend – film obycz., Pol. 2004 **13.25** Luca. Legenda Ferrari (1, 2) – dok.
15.15 Zmierzch – film fantasy, USA 2008 **17.15** Hollywood Buzz – mag. **17.45** Łapu capu – rozr. **17.50** Chopin, Chopin! – dramat biograf., Polska 2025
20.00 Premiera: Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024 **21.35** Bałkańska vendetta 2 – film sens., USA/Wł./Hongkong 2024 **23.00** Piła – thriller, USA 2004, reż. James Wan **0.40** Amerykański gangster – film sensacyjny, USA 2007

CANAL+ FILM

10.25 Łapu capu – rozr. **10.30** Fuks – kom. sens., Pol. 1999
11.55 Sigourney Weaver. Ikona kina akcji **12.50** Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009 **14.55** Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego – film dokum., Polska 2024
16.25 Ultimatum Bourne'a – sens., USA/Niem. 2007 **18.15** Listy do Julii – kom. romant., USA 2010 **19.55** Łapu capu
20.00 Cięcie – thriller, Wielka Brytania/USA 2024 **21.40** Dziedzictwo Bourne'a – sens., USA 2012 **23.50** Skrzyżowanie – dramat obycz., Polska 2024

FILMBOX+ ONE

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (5) – krym. **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (3) – krym.
11.00 Panna Marple: Szaleństwo Greenshawa – krym., Wlk. Bryt. 2013 **13.05** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (6) – serial krym.
16.40 Panna Scarlet i komisarz 2 (4) – serial kryminalny **17.50** Poirot (3, 4) – krym., Wlk. Bryt.
20.00 RoboCop – film s.f., USA 2014 **22.35** Nieuchwytny cel – film sens., USA 1993 **0.45** Zderzenie – film sens., Wlk. Bryt./Niem./Chiny 2016 **2.55** Strzelec wyborowy – sens., USA/Czechy/Hiszpania 1995

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan 2 (5, 6) – kom. **7.00** Dwóch i pół 4 (15-18) **8.55** Przyjaciele 6 (8-13) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 5 (23, 24) **12.50** Teoria wielkiego podrywu 6 (1-4) **14.30** Dwóch i pół 4 (19-22) – kom.
16.30 Przyjaciele 6 (14-19) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (5-10) **22.00** The Office PL 2 (3, 4) **23.05** Comedy Club 5 (3, 4) **0.05** Miasteczko South Park 2 (3, 4) **1.00** Pracoholicy 3 (3, 4) **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (7, 8, 6) **3.15** Miasteczko South Park (12, 13) **3.55** Miasteczko South Park 2 (2) **4.20** Comedy Club 7 (2-5)

HBO

12.55 Horton słyszy Ktosia – film animowany, USA 2008 **14.20** Kurier Francuski z Liberty, Kansas Evening Sun – komediodramat, Niemcy/USA 2021
16.10 Kompletnie nieznany – dramat biograf., USA 2024 **18.30** Wdowa Clicquot – dramat obyczajowy, USA 2023
20.00 Premiera: Wasza wysokość – komedia przygodowa, USA 2011 **21.40** Premiera: Stół powitalny – film dokum., USA 2025 **23.40** Premiera: USA kontra reszta świata: Cztery lata z kadrą narodową (5) – dok. **0.55** Nocna suka – komediodramat, USA 2024

FX

7.10 Kości (21, 1) **9.00** Z archiwum X 2 (17) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (4, 5)
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (15, 16) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (4, 5)
15.35 Premiera: Skymed 2 (1) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) **18.20** Z archiwum X 2 (18) **19.15** FBI 4 (6)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) **22.00** Premiera: Paradise (8) **23.00** Z archiwum X 2 (18) – s.f. **23.55** Bad Boys – kom. sens., USA 1995 **2.15** Tropiciel (20) **3.00** Agenci NCIS 10 (5) **3.45** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6)

CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 2 (4) **14.00** Wykrywacz historii 3 (4) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (1) – dok.
16.00 Supersamoloty bojowe (5) **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (18) **18.00** Porzucone konstrukcje (3) **18.55** Wykrywacz historii 3 (3)
19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (19) – dok. **20.50** Premiera: Koleją przez świat 4 (1) **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (3) – dok. **23.00** Supersamoloty bojowe (3) – serial dok.

BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (5) – serial krym. **9.40** Ojciec Brown 13 (9) **10.35** Śmierć pod palmami 15 (5)
11.45 Zagadki doktora Blake'a 2 (10) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 3 (5, 6) – krym. **15.00** Ojciec Brown 7 (3) – krym.
16.00 Lewis 4 (5) **17.00** My Life is Murder 2 (7) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (5)
19.55 Śmierć pod palmami 15 (6) – krym. **21.00** Na niebieskich światłach 3 (3, 4) **23.10** Lynley (1, 2) **1.10** Śmierć pod palmami 15 (6) – krym. **2.15** Morderstwa w Midsomer 20 (5) **3.55** My Life is Murder 2 (7)

ROMANCE TV

10.15 Statek marzeń – Bahamy – film obycz., Niemcy 2023
12.05 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Nowej Zelandii – film obycz., Niem. 2007 **14.00** Cud w Kapsztadzie – dramat biograficzny, Niemcy 2022
16.15 Inga Lindström: Weekend w Söderholm – film obycz., Niemcy 2007 **18.05** Górski lekarz (136, 137) – serial obycz.
20.00 Inga Lindström: Po prostu powiedz tak – film obyczajowy, Niemcy 2024 **21.55** Toni akuszer – Niemowlę w koszyku – komedia romant., Niem. 2024 **23.50** Górski lekarz (136, 137)

FILMBOX+ HITS

10.55 Przyjaźń czy kochanie? – film kostiumowy, Francja/Holandia/Irlandia 2016
12.40 Prawie przyjaciele – komediodramat, USA 2016 **14.35** Obywatelka Jane – dramat kryminalny, USA 2009
16.15 El camino – dramat obyczajowy, USA 2008 **17.55** Szef – komedia, USA 2014
20.00 Narodziny Imperium – film hist., USA/Uzbekistan/Kazachstan 2026 **22.10** Superbohaterowie – komedia romantyczna, Wł. 2021 **0.25** Gra fortuny – kom. sens., USA/Chiny/Wielka Brytania 2023

TV 6

8.50 Kobra – oddział specjalny (16, 17) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (130-132) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1194) – obycz. **14.55** Uroczysko (33, 34) – krym.
15.55 Kobra – oddział specjalny (18, 19) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (2, 3) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (39, 40) – krym. **21.55** Czarna lista (20) – krym. **22.55** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (703, 704) **0.55** Kości (103, 104) **2.55** Cobra Kai (24) **3.40** Septagon (92, 93) **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag.

PARAMOUNT NETWORK

6.00 Czarodziejki 2 (21, 22) **7.30** Czarodziejki (1, 2) **9.25** Policyjna grupa pościgowa 15 (5) – dok. **10.20** Pingwiny z Madagaskaru 3 **10.50** Star Trek: Rebelia – film s.f., USA 1998
13.00 Czarodziejki (3, 4)
15.00 Jądro Ziemi – dramat s.f., Wlk. Bryt./USA 2003 **17.55** Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Jap./Kan. 2020
20.00 Ojciec chrzestny 2 – film sens., USA 1974 **0.15** Męska gra – dramat obycz., USA 1999 **3.05** American Psycho – thriller, USA/Kan. 2000 **4.45** Śmieszniej nie będzie 3 (17)

● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych LIVE Na żywo

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny

TLC

9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
12.00 Miłość bez tłumaczenia
13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2 – reality show
15.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi (6) – serial dokumentalny
18.00 Pokonać otyłość (3) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show
20.00 Rodzina 10+ 8 (11)

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1) – reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (14) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
6.45 Śluby marzeń (2) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (11, 12) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3, 4) – reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (2) – program rozrywkowy, Polska 2020

DISCOVERY CHANNEL

9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (3) – serial dokum.
13.00 Ed Stafford: inicjacja
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (2)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (1) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (10) – program rozrywkowy
19.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.
21.00 Premiera: Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 Mega Metro (2) – dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (2) – dok., Wlk. Bryt. 2018
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (3) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (1) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (1) – serial dokumentalny
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (3, 4) – serial dok.
17.00 Tajemnice dawnych cywilizacji (1) – film dokumentalny, USA 2021
18.00 USA kontra III Rzesza: Bitwy na Atlantyku (1, 2) – dok., Kanada 2021
20.00 Katastrofa w przestworzach (4) – serial dokumentalny

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (702)
6.05 48h. Zaginieni (58) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (702)
9.00 Starożytni kosmici (13) – serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (11, 3, 4) – reality show
12.00 Apokalipsa – wojny 1945-1991 (6) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (7, 8) – serial dokum.
14.00 Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej (3, 4) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka (4) – serial dokumentalny
17.00 Dorwać tuńczyka 3 (5) – serial dokumentalny
18.00 Rolnicy. Podlasie (6, 7) – serial dokumentalny
20.00 Galileo (22)

20

INFORMACYJNY

19.30 Fakty po Faktach Dziennikarze prowadzący główny serwis informacyjny stacji wraz z zaproszonymi gośćmi komentują makciekawsze wydarzenia. 30 min
20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.20 Fakty o świecie – inf.
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.27 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.

REALITY SHOW

21.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5 Trwają romantyczne przygody osób, które po utracie szansy na miłość za granicą, zapragnęły znów poszukać drugiej połowy. 120 min
23.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu – reality show, USA 2025
1.00 Rodzina 10+ 8 (11)
2.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

ROZRYWKA

17.40 Kuchenne rewolucje (3-5) Georgi i Vasyl prowadzą restaurację Sakartvelo. Mimo ich wysiłków lokal świeci pustkami. Magda Gessler (zdj.) próbuje im pomóc. 190 min
20.50 Jestem z Polski (6) – serial dokumentalny
21.50 Jestem z Polski 16 (18)
22.50 Hotel Paradise 6 (20)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (2) – program rozrywk.

DOKUMENTALNY

22.00 Łowcy opali 8 Przez chorobę Joego Kalmara ekipa Misfits jest zdana sama na siebie. Zespół Bushmen zmaga się za to z presją kończącego się sezonu. 60 min
23.00 Premiera: Akta ekspedycji 2 – dok.
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dokum.
2.50 Królowie asfaltu 11 (12) – reality show

DOKUMENTALNY

21.00 Katastrofy pod lupą (1) Do tragedii promu Columbia, eksplozji platformy Deepwater Horizon oraz katastrofy jądrowej w elektrowni Fukushima. 60 min
22.00 Jak oni to zbudowali? (9) – serial dokumentalny
23.00 Mega Metro (1) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (4)
1.00 Ciemna strona świata (2) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze historii (3-6) Każda miejscowość na szlaku walk z 1945 r. ma swoją legendę. Olaf Popkiewicz sprawdzi historię o dwóch niemieckich pojazdach. 120 min
23.00 Mauthausen. Obóz śmierci – film dok., 2021
0.00 Starożytni kosmici (6) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (21-24) – serial dokum.
5.00 Kołowrotek (1, 2) – magazyn wędkarski

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

12.30 Nico wrzuca na ruszt (5, 6) **13.25** M jak mięso 6 (5, 6) **14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (3) **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (3, 4) **15.45** Z pola na stół 2 (3) – dok. **16.15** Jelita vs mózg (2) **16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (4) **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (7, 8) **18.30** Maximum Foodie 4 (7) – dok. **18.55** M jak mięso 6 (2) **19.25** M jak mięso 9 (1, 2) **20.15** M jak mięso 10 (7, 8) **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 10 (6, 3) – dok. **23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11 (1) – serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – serial obycz., Polska **8.00** halo tu polsat cafe – mag. **10.30** Demakijaż **11.00** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Kolacja w ciemno – rozr. **21.00** Więzienie kobiet – dok. **22.00** Ambulans – dok. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.00** Więzienie kobiet – dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **8.00** Jak działa wszechświat? – dok. **11.00** Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr. **13.00** Kosmiczna mapa skarbów – serial dokumentalny **15.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dokumentalny **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – serial dokum. **21.00** Jak to jest zrobione? – serial dokum. **23.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – serial dokum. **1.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dok. **4.00** Poszukiwacze dinozaurów – serial dok.

TVP DOKUMENT

12.15 Korona Gór Polski 2 (3) – cykl dok. **12.50** Największe wycieczkowce świata – dok., Fr. 2024 **13.55** Szmaragdowe wyspy (3) **14.55** Król łąk (3) **15.45** Ciemna strona Wszechświata **16.55** Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (4) **17.55** Sanatorium miłości 4 (2) **18.50** Legenda. Hubert Jerzy Wagner **20.00** Moda na sportowo **21.05** Latające rzeki Amazonii **22.10** Lucia w pajęczej sieci (4) **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza – magazyn **23.15** Katastrofa Air India. Jak do tego doszło? **0.15** Sanatorium miłości 4 (1)

PLANETE+

11.25 Jak przetrwać w Australii (3) – serial dokum., Australia **12.35** Żywioły w akcji. Ziemia na krawędzi (2) – dok. **13.45** Ocalić raj (2) – dok. **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (9) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (4) **16.55** 360° Świat bez granic (24) – dok., Fr. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (57, 58) – dok. **18.45** Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (2) **19.45** Wojna indochińska. 14 lat piekła (2) **20.50** Normanowie na Sycylii **22.00** Osierocone. Dzieci i wojna (1) **23.10** Strefa nagości (1) – dok. **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (5)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inform.

TVP 3 (DVB-T2)

13.00 Agrobiznes – mag. **13.20** Agropogoda **13.30** Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny **15.20** Serwis Info Dzień – inf. **15.30** Program lokalny **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (186) – obycz.

HGTV

10.00 Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4 (1, 2) – serial dok. **11.05** Zarobić na remoncie 10 (15) – pr. rozrywk. **11.35** Usterka 11 (8, 9) – fab.-dok., Pol. **13.00** Moje miasto, mój dom 8 (3, 4) **15.00** Mieszkanie na miarę 2 (3, 4) – rozr. **17.00** Polowanie na ogród (2, 3) **18.10** Weekendowa metamorfoza 2 (8) **19.05** Weekendowa metamorfoza 3 (1) **20.05** Dorota was urządzi! (7, 8) **21.35** Będzie pięknie (8) **22.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (3-6) **0.45** Kupujemy dom na plaży 29 (5, 6)

TVP KOBIETA (DVB-T2)

12.50 Przepis dnia (83) – mag. **13.00** Cafe Fogg (1) **14.00** Omnibus – szybcy i mądrzy (14) **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (14) **15.00** Operacja zdrowie (57) **15.30** Ojciec Mateusz 34 (441, 442) **17.25** Fontainebleau: prawdziwy dom francuskich monarchów **18.30** Żona dla Polaka. Toronto (4) **19.30** Miłość i nadzieja (292) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (273) – serial obycz. **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (265) **22.30** Fucking Bornholm – komediodramat, Polska 2022

BBC EARTH

12.35 Malownicze trasy kolejowe 2 (2) – dok. **13.35** Mroźna planeta 2 (1) – dok. **14.40** W okowach mrozu 3 (5) – dok. **15.35** Życie na pustkowiu: powroty 4 (1) **16.35** Tajemnice wulkanów (1) – dok., Wlk. Bryt. 2025 **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (2) **18.45** Malownicze trasy kolejowe 2 (7) – dok. **19.45** Poszukiwania ostatniego jednorożca – dok. **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 4 (2) **21.55** W okowach mrozu 3 (6) – dok. **22.55** Zdrowa zmiana 2 (9, 10) – dok. **0.05** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (2) – dok.

HISTORY

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (1) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (12) **15.45** Gwiazdy lombardu 12 (56) **16.15** Gwiazdy lombardu 25 (2) **17.10** II wojna światowa w kolorze (12) – serial dok. **18.10** Największe tajemnice świata 6 (1) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (17) – serial dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (13) – dok. **21.00** Premiera: Klątwa Wyspy Dębów 13 (25) – reality show **22.00** Premiera: Wojny magazynowe 17 (5) **23.00** Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (6) – serial dok., USA

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej (LIVE)
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy (LIVE)

EUROSPORT 1

7.15 Kolarstwo: Tour de France – 16. etap
8.30 Discovery golf – mag.
9.00 Racing on the Edge – magazyn sportowy
9.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
11.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie: K. Wilson – J. Higgins
13.00 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
13.15 Kolarstwo: Tour de France – 18. etap
15.30 Kolarstwo: Tour de France – 19. etap
18.15 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
18.30 Kolarstwo: Tour de France – prezentacja zespołów (LIVE)

TVP SPORT (DVB T2)

6.05 Mundial 2026 – Legendy miejskie (12) – cykl reportaży
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (21) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
12.35 Karate tradycyjne: MP – Pruszków 2026
13.35 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026: Polska – Niemcy
15.45 Mistrzostwa Polski w motocrossie – Prabuty – reportaż
16.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/16 finału
18.35 Dzień na mundialu (21) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia – Widzew Łódź
8.20 Premier League Stories (47) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: CA Osasuna – Real Madryt
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: CA Osasuna – Real Madryt
13.30 Premier League Review – mag. piłkarski
15.30 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: CA Osasuna – Real Madryt
17.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Gezet Stal Gorzów – FOGO Unia Leszno
Beniaminek bardzo dobrze spisuje się w tym sezonie. 165 min

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.20 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
6.40 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Hamburger SV – FC Bayern Monachium
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Bologna FC
11.00 Piłka nożna: Liga portugalska – mecz: FC Porto – Gil Vicente FC
13.15 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Austrii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Inter Mediolan

TVP ABC (DVB T2)

9.30 Domisie
10.00 Przyjaciele – widowisko
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Ugotuj nam bajkę
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (6) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon (LIVE) – mecz 2. rundy gry pojedynczej Barbora Krejcikova (zdj.) ma już w dorobku triumf w Londynie. W 2024 roku pokonała w finale Włoszkę Jasmine Paolini 2:1. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
1.00 Boks

KOLARSTWO

20.00 Tour de France – podsumowanie Najciekawsze wydarzenia 112. edycji Wielkiej Pętli. Tadej Pogačar (zdj.) zamierzał wygrać zmagania drugi raz z rzędu. 60 min
21.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: Kyren Wilson – John Higgins
22.00 Cycling Show – mag.
22.30 Kolarstwo: Tour de France – prezentacja zespołów

PIŁKA NOŻNA

20.00 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/16 finału Na Los Angeles Stadium wystąpi zwycięzca grupy H. Mimo sensacyjnego potknięcia w pierwszym spotkaniu fazy grupowej z Wyspami Zielonego Przylądka (0:0) powinna być to Hiszpania. 290 min
0.10 Piłka nożna: MŚ 2026 (LIVE) – studio
0.50 Piłka nożna: (LIVE) Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

MAGAZYN

20.30 Speedway+: Zapowiedź rundy Już jutro zmierzą się dwaj outsiderzy tego sezonu – Włókniarz Częstochowa i Falubaz Zielona Góra. 30 min
21.00 Liderzy. W centrum gry (1) – serial dokum.
22.10 Premier League Stories (47) – mag.
22.45 Sporty walki: ONE Friday Fights 160
0.00 Liga+ Extra – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Motor – Lech

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka: Lipsk – FC Bayern Monachium Byki w 18. kolejce podejmowały Bawarczyków. Gospodarze chcieli zrewanżować się liderowi za ostatnią dotkliwą porażkę. 120 min
20.00 Made in Italy (17, 15) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: Grand Prix Austrii
22.40 Bundesliga Special (22) – magazyn piłkarski
23.10 Made in Italy (14, 13, 12) – mag.

ANIMOWANY

17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (11, 12) Czwórka przyjaciół i ich mali towarzysze nie są zwykłymi dziećmi. Kiedy na drugim końcu świata jakiś zwierzak ma kłopoty, organizują misję ratunkową. 30 min
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.
19.45 Wegezaury 2 – anim.

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **11.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

14.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering mężczyzn – finały **15.00** Triathlon: T100 World Tour – Singapur **17.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały **18.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering mężczyzn – finały **19.00** Snooker: Turniej Masters w Londynie: Ronnie O'Sullivan – John Higgins **21.00** Cycling Show – magazyn sportowy **21.30** Discovery golf – mag. **22.00** Golf: John Deere Classic – 1. runda

TVN TURBO

10.15 Ciężarówką przez RPA (2) **11.15** 101 napraw 4 (1, 2) **12.15** Jeździć, obserwować (11) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (3, 4) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (4, 5) – pr. rozr. **16.00** Wojny samochodowe (10, 11) – rozr. **18.00** Raport Turbo – mag. inf. **18.15** Wojny samochodowe (6, 12) – pr. rozr. **20.15** Moto kombat (6) – mag. **21.00** Ciężarówką przez Chile – rozr. **22.00** Raport Turbo – inf. **22.15** Jeździć, obserwować (3, 4) – dok. **23.45** Zawodowi handlarze (11) **0.30** Nauka jazdy (22) **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (2)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Liga+ Extra – magazyn piłkarski **8.10** Żużel: PGE Ekstraliga: Betard Sparta Wrocław – GKM Grudziądz **11.15** Ligomistrzowe historie (1) – magazyn piłkarski **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **17.15** Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski **18.00** Snooker: Championship League – 1. runda **23.00** Speedway+ – magazyn sportowy **23.45** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – Widzew **2.15** Ligomistrzowe historie (3) – magazyn piłkarski **3.15** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.00 Magazyn piłkarski **8.50** Magazyn piłkarski **9.30** Magazyn piłkarski **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Strasbourg – Paris Saint-Germain **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter Mediolan – Bologna FC **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Hoffenheim **18.00** Formuła 1: Grand Prix Austrii **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – SSC Napoli **22.00** Ligue 1 Show (35) **22.40** Bundesliga Special (21) **23.45** Bundesliga Clubs **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: AJ Auxerre – PSG

NICK JR.

12.25 Psi Patrol 3 – anim. **12.54** Świnka Peppa 8 **13.40** Barbapapa i jego rodzinka 2 **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (9) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 2 – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Małe Królestwo Bena i Holly **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim. **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.02** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 2. runda **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 2. runda **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 2 (12, 13) **14.10** Kobiety z piekła rodem (2) **15.05** Tajemnice polskich morderstw (6) **16.00** Pogrzebani za domem 3 (2) **17.00** Lepiej nie otwieraj drzwi (8) – dok. **18.00** Z archiwum 997 (5, 6) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (6) – dok. **20.00** Kobiety, które niosły śmierć 11 (1) – serial dok. **21.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (5) – serial dokum. **22.00** Polowanie na pedofila (8) – serial dok. **23.00** Najbardziej szokujące pościgi 2 (11, 12) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (3)

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (2) **6.30** Kołowrotek (197) **7.00** Dorwać tuńczyka (8, 9) **9.00** Wojny magazynowe 15 (349, 350) **10.00** Wojny kontenerowe (2, 3) **11.00** Hardkorowy lombard (16-21) – dok. **14.00** Polacy za granicą (141, 142) – serial dok. **16.00** Złomiarze (25, 26) **18.05** Poszukiwacze historii (147-150) **20.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu (224-227) – dok., Pol. **22.00** Górale (236) – dok. **22.30** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (223, 150, 149, 152, 151, 153-158) – dok. **4.00** Starożytni kosmici (147, 148)

DTX

9.10 Militaria na warsztat (10, 11) – serial dok., Niem. **11.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Niemiecka budowlanka (4, 5) – pr. rozr. **15.10** Fani czterech kółek: w trasie (9) **17.10** Absurdy drogowe (1-4) **19.10** Fani czterech kółek 2 (2, 1) – serial dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Mistrzowie logistyki (3) **22.10** Militaria na warsztat (3, 4) – dok. **0.10** Policjanci z Kent **2.10** Królowie asfaltu (3) **3.40** Metro po szwedzku (1) **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (2)

ELEVEN SPORTS 3

11.45 Bundesliga Clubs – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Cagliari Calcio – Milan **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – Brestois **16.00** Ligue 1 Show (35) – mag. **16.30** Bundesliga Special (22) **17.00** Made in Italy (12-15) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Fiorentina – AC Milan **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Union – BVB **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: AS Monaco – Olympique Lyon **0.00** Bundesliga Special (12) **0.30** Podróż do świata Calcio **1.00** Birds of paradise – film dok.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie **16.05** Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2 **20.05** Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA

19.55 POLSAT

Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara

HIT

PRZYGODOWY Morski awanturnik musi pokrzyżować zbrodniczy plan wroga. Zyskuje sojuszników.

Złowrogi kapitan Salazar (Javier Bardem) ucieka na statku z Diabelskiego Trójkąta. Udręczony duch pragnie zadać śmierć każdemu piratowi, którego napotka na swojej drodze. Aby go powstrzymać, Jack Sparrow (Johnny Depp, zdj.) musi zdobyć Trójząb Posejdona, dający władzę nad morzami. W odnalezieniu go pomaga mu m.in. oskarżana przez władze o uprawianie czarnej magii Carina (Kaya Scodelario). Okazuje się, że do wyścigu o mityczną broń staje też Hector Barbossa (Geoffrey Rush).

INFO: USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg, wyk. Johnny Depp **170 min do godz. 22.45**

20.00 TVN

Legion samobójców

SCIENCE FICTION Harley Quinn (Margot Robbie, zdj.), Deadshot (Will Smith, zdj.) i inni obdarzeni nadludzkimi mocami antybohaterowie mają szansę na odkupienie win. Biorą udział w ryzykownej misji. **155 min**

USA 2016, reż. David Ayer, wyk. Will Smith, Jared Leto, Margot Robbie, Joel Kinnaman

20.00 TVN 7

Walentynki

KOMEDIA Mozaika miłosnych historii. Julia (Jennifer Garner, zdj.) marzy o życiu u boku Harrisona (Patrick Dempsey, zdj.). Nie ma pojęcia, że jest on żonaty i nie wiąże z ich znajomością żadnych planów. **165 min**

USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Ashton Kutcher, Julia Roberts, Jamie Foxx, Anne Hathaway

20.00 TV PULS

Komando

SENSACYJNY Córka byłego żołnierza do zadań specjalnych, Johna Matriksa (Arnold Schwarzenegger, zdj.), zostaje porwana na zlecenie obalonego dyktatora z Ameryki Płd. Ojciec spieszy jej na ratunek. **115 min**

USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya

20.00 METRO

Adwokat diabła

THRILLER Kevin Lomax (Keanu Reeves, zdj.) dostaje posadę w prestiżowej kancelarii prawnej. Oddaje się pracy dla charyzmatycznego szefa Johna Miltona (Al Pacino, zdj.). Płaci za to jednak wysoką cenę. **180 min**

USA/Niemcy 1997, reż. Taylor Hackford, wyk. Al Pacino, Charlize Theron, Keanu Reeves

21.00 SUPER POLSAT

Kod 7500

THRILLER Młody pilot Tobias Ellis (Joseph Gordon-Levitt, zdj.) musi przejąć stery samolotu z Berlina do Paryża, gdy jego kolega ginie z rąk terrorystów. Los niemal stu osób spoczywa w jego rękach. **115 min**

Niem./Austria/USA/Fr. 2019, reż. Patrick Vollrath, wyk. Joseph Gordon-Levitt, Omid Memar

22.00 TV4

Patriota

DRAMAT HISTORYCZNY Rok 1776. Amerykanie walczą z Anglikami. Benjamin Martin (Mel Gibson, zdj.) zamierza pozostać neutralny. Zmienia zdanie, gdy ginie jego syn. Staje się bojownikiem o wolność. **205 min**

USA/Niemcy 2000, reż. Roland Emmerich, wyk. Mel Gibson, Heath Ledger, Gregory Smith

22.00 STOPKLATKA

Taśmy Watykanu

HORROR Angela (Olivia Taylor Dudley, zdj.) w zagadkowy sposób sprowadza cierpienie i śmierć na innych ludzi. Doświadczeni egzorcyści nie zdają sobie sprawy, że czeka ich walka z potężnym demonem. **105 min**

USA 2015, reż. Mark Neveldine, wyk. Olivia Taylor Dudley, Dougray Scott, Michael Pena

22.35 TVN

Jupiter: Intronizacja

SCIENCE FICTION Sprzątaczka Jupiter Jones (Mila Kunis, zdj.) w dramatycznych okolicznościach spotyka zwiadowcę przybyłego na Ziemię z kosmosu. Dowiaduje się, że ma do wypełnienia ważną misję. **160 min**

USA/Wlk. Bryt. 2015, reż. Andy i Lana Wachowscy, wyk. Mila Kunis, Channing Tatum

22.45 POLSAT

Pamięć absolutna

DRAMAT SF Douglas (Colin Farrell, zdj.) poddaje się procedurze wszczepienia wspomnień. Wbrew planom staje się renegatem poszukiwanym przez policję. Żeby się ratować, dołącza do ruchu oporu. **145 min**

USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, wyk. Colin Farrell, Kate Beckinsale, Jessica Biel

22.45 TVN 7

Footloose

MUZYCZNY Wychowany w Bostonie niepokorny Ren (Kenny Wormald, zdj.) przeprowadza się do konserwatywnej miejscowości Bomont. Wbrew zakazowi lokalnego pastora zamierza urządzić bal maturalny. **135 min**

USA 2011, reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid

23.00 PULS 2

Centurion

DRAMAT PRZYGODOWY Piktowie napadają na rzymską twierdzę. Biorą do niewoli Quintusa (Michael Fassbender, zdj.). Jeniec ucieka. Przejmuje dowództwo nad rozbitym przez wroga oddziałem. **120 min**

Wlk. Bryt. 2010, reż. Neil Marshall, wyk. Michael Fassbender, Olga Kurylenko, Dominic West

23.50 TV6

Resident Evil: Retrybucja

HORROR SF Alice (Milla Jovovich, zdj.) ucieka z siedziby korporacji, która odpowiada za epidemię wirusa zmieniającego ludzi w zombi. Podczas misji odkrywa nieznane fakty ze swojej przeszłości. **125 min**

Niem./Kan./USA 2012, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich, Sienna Guillory

TVP 1 DVB-T2

5.50 Akacjowa 38 (889) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Welon, fura i brawura (5)
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (4) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (72) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (80) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (190) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Opowieści z dzikiego Madrytu – film dokumentalny, Hiszpania 2023
14.00 Złoty chłopak (326) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1059) – telet.
16.00 Dziedzictwo (967) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (904) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.00 Sport, pogoda

KRYMINALNY

20.15 Ojciec Mateusz 29 (370) – Pol. 2023
W Sandomierzu dochodzi do napadu na bank. Złodzieje noszą maski i są przebrani w sutanny. W czasie ucieczki mają wypadek. Niebawem do kościoła wpada ranny mężczyzna. Proboszcz udziela mu pomocy. 45 min
21.00 Koncert
23.25 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – mecz 1/16 finału
2.30 Zakochany anioł – komedia
FILM romantyczna, Polska 2005, 100 min
4.10 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst.
4.30 Pytanie dnia – program publicyst.

TVP 2 DVB-T2

4.30 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio
4.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata
LIVE 2026 – mecz 1/16 finału
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Operacja zdrowie (74)– magazyn
12.00 Rodzinka.pl (31) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1878) – teleturniej
13.15 Panna młoda (135) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1003) – teleturniej
14.35 Na sygnale (868) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (425) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
Cruz namawia Alonsa, by przekonał Catalinę do przekazania rodzinnego interesu Lorenzowi. Oznajmia też Pii, że odkryła jej sekret. 55 min
16.00 Koło fortuny (1879) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1004) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Piłka nożna: Mistrzostwa
LIVE świata 2026 – studio

PIŁKA NOŻNA

19.50 Mistrzostwa świata 2026
LIVE – mecz 1/16 finału
Na Dallas Stadium odbędzie się jedno z ostatnich spotkań 1/16 finału. Zmierzą się w nim drużyny, które zajęły drugie miejsca w grupach D i G. Niewykluczone, że jedną z nich będzie reprezentacja Australii. 160 min
22.30 To jest grane – wakacyjnie (95) – program muzyczny
23.10 63. KFPP w Opolu – Hip-hop. Jedno podwórko 2 – skrót koncertu, Polska
0.15 Natalia Kukulska na dobry wieczór – widowisko, Polska 2025
1.25 Akacjowa 38 – telen., Hiszpania 2015
2.20 Rodzinka.pl – serial kom., Polska 2025

POLSAT DVB-T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (317, 318) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1247, 1248) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (864, 865) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.41 Dlaczego ja? (1494, 1495) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Podczas spaceru zostaje porwany syn Adama i Barbary. Mężczyzna podejrzewa swojego podwładnego. Wkrótce wychodzi na jaw, że chłopiec jest owocem pozamałżeńskiego romansu żony. 129 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1061, 1062) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Pobity i okradziony biznesmen nie chce pomocy policji. Detektywi próbują ustalić, co ukrywa. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

PRZYGODOWY

19.55 Piraci z Karaibów: Zemsta
FILM **Salazara** – USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg
HIT Piąta odsłona perypetii sprytnego kapitana, w którego wciela się Johnny Depp (zdj.). Rolę jego antagonisty powierzono Javierowi Bardemowi (zdj.) – laureatowi Oscara za kreację w „To nie jest kraj dla starych ludzi". 170 min
22.45 Pamięć absolutna – dramat s.f.,
FILM USA/Kanada 2012, reż. Len Wiseman, 145 min
1.10 Państwo młodzi: Chuck i Larry
FILM – komedia, USA 2007, reż. Dennis Dugan, 150 min
3.40 Ewa gotuje (560) – magazyn kulinarny

TVN DVB-T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1687) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Babski biznes (4) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1467, 1468, 1720) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (104) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (60) – serial obyczajowy, Polska 2025
Wojtek coraz bardziej odczuwa ciężar skrywanej tajemnicy. Podczas dyżuru spieszy na pomoc spadochroniarzowi, który uległ wypadkowi. W domu Kaśki dzieci zawiązują spisek, by zeswatać mamę z Maćkiem. 65 min
17.55 Młode gliny (12) – serial kryminalny, Polska 2026
Podczas próby układów walk rycerskich biznesmen zostaje zraniony. Umiera w szpitalu. Podejrzenie pada na bibliotekarza wcielającego się w Krzyżaka. Wcześniej doszło między mężczyznami do kłótni. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.50 Uwaga! – magazyn reporterów

SCIENCE FICTION

20.00 Legion samobójców
FILM – USA 2016, reż. David Ayer
Wysokobudżetowe kino akcji w reżyserii twórcy m.in. „Furii". Na ekranie plejada gwiazd Hollywood. W tym gronie znaleźli się m.in. dwukrotnie nominowany do Oscara Will Smith, a także Margot Robbie (oboje na zdj.). 155 min
22.35 Jupiter: Intronizacja – film s.f.,
FILM USA/Wielka Brytania 2015, 160 min
1.15 Godzilla – film s.f., USA/Japonia
FILM 2014, reż. Gareth Edwards, 135 min
3.30 Uwaga! – magazyn reporterów
3.45 Kuba Wojewódzki (12) – talk-show, Polska 2025
4.50 Recepta na stary dom 3 (7) – pr. rozr.

TV4 DVB-T2

6.00 Strażnik Teksasu (2, 3) – serial sens., USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (70) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (500, 501) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1158, 1159) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 Dlaczego ja? (1527, 1528) – serial paradokumentalny, Pol. 2026
13.55 Trudne sprawy (1343-1345) – serial paradokumentalny, Pol. 2024
16.55 Policjantki i Policjanci (1394) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (489) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1395) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Gwiazdy Kabaretu (174, 165) – pr. rozr.
22.00 Patriota – dramat historyczny,
FILM USA/Niemcy 2000, 205 min
1.25 STOP Drogówka – magazyn policyjny
2.25 Love Island. Wyspa miłości (26) – reality show
3.25 Lubię disco! (273) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB-T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 1986
8.00 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (45, 46) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (109) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (43) – serial kostium.
14.00 Kurierzy (28) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (528, 529) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (29) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (966, 967) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Komando – film sensacyjny, USA 1985,
FILM reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min
21.55 Uprowadzona 2 – film sensacyjny,
FILM Francja/USA/Turcja 2012, 110 min
23.45 Szalony lot – dramat sensacyjny, Wielka
FILM Brytania/Rumunia/USA 2007, 130 min
1.55 Lombard. Życie pod zastaw 18 (962) – serial obyczajowy, Polska 2026
2.55 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB-T2

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (5)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (954)
21.00 Dzielnica strachu 9 (406, 407) – krym.
23.00 Centurion – dramat przygodowy, Wielka
FILM Brytania 2010, reż. Neil Marshall, 120 min

TVN 7 DVB-T2

5.30 Ten moment (50) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (769-771) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1333, 1435, 1436) – serial paradokumentalny, Polska
11.55 W-11 – Wydział Śledczy (1084-1086) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
14.00 Detektywi (117) – serial fabularno-dokum.
15.00 Szpital (772, 773) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (501) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
18.00 SOS. Ekipy w akcji (13) – serial paradok.
19.00 Ukryta prawda (1524) – serial paradok.
20.00 Walentynki – komedia romantyczna,
FILM USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, 165 min
22.45 Footloose – film muzyczny, USA 2011,
FILM reż. Craig Brewer, wyk. Kenny Wormald, Julianne Hough, Dennis Quaid, Andie MacDowell, 135 min
1.00 Wehikuł czasu – film s.f., USA/
FILM Zjednoczone Emiraty Arabskie 2002, reż. Simon Wells, wyk. Guy Pearce, 115 min
2.55 Żyjąc z potworem 8 (18) – serial dokumentalny, USA 2020
3.45 Usterka 11 (3) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.20 Dorota was urządzi! (5, 6) – pr. rozrywk.

DVB-T DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

12.00 Polacy światu
12.10 Ja wam pokażę! (7, 8)
13.50 Polonia 24 Tygodnik
15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Wszystko przed nami (93) – serial obycz., Pol.
15.40 Gwiazdy opolskich kabaretonów – pr. rozr.
16.00 Miłosz – dok., Pol. 2013
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1054) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Stacja Arktyka
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.
19.15 63. KFPP w Opolu – Premiery
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (246) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1133) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (936) – telet.
9.25 Koło fortuny (2043)
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (16) – serial obycz.
14.15 Pan Mama (34, 35) – serial komediowy, Pol.
15.20 Program rozrywkowy
15.35 Tak to leciało! (65)
16.35 Do śmiechu! (73) – rozr.
17.25 Va banque (937) – telet.
18.00 Koło fortuny (2044)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.15 Postaw na milion

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (18) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (5, 6)
8.30 Kartoteka (4, 5)
10.35 Detektywi (17, 18)
12.35 Zakup w ciemno 7 (26, 27) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (3)
15.35 Złomowisko PL 5 (1)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Usterka 14 (8) – serial fabularno-dokum., Polska
17.45 Życie na kredycie 8 (7, 8) – reality show, Pol.
18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (2)
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (33)
21.05 Zakup w ciemno extra (40) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (296) – reality show, Pol. 2023
7.30 Na ratunek 112 (919, 920) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (372-374) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (946) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1342, 1343) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (514-518) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (149, 150) – serial krym.
19.00 Gliniarze (992) – serial paradokum., Polska 2024
20.00 Ślad (68) – serial krym.
21.00 Gliniarze (787) – serial paradokum., Polska 2023

POLSAT FILM

6.00 Jedziemy na ryby! (22) – serial dokum., Pol. 2023
6.55 Na ratunek 112 (860) – serial paradokum., Pol.
7.25 Doktor Martin 4 (31) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.25 Przyjaciółki (125, 126) – serial obycz., Pol. 2018
10.25 Świat według Kiepskich (163, 164, 50, 229) – serial kom., Polska
12.45 Nadchodzi Polly FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 110 min
14.35 Zabij mnie, kochanie FILM – komedia romantyczna, Polska 2023, 120 min
16.35 Alfa – przyg., USA/Kan./Chiny 2018, 120 min
18.35 Jumanji: Przygoda w dżungli FILM – film przyg., USA/Australia/Indie 2017, 145 min

AXN

6.15 FBI: Most Wanted 3 (13) – serial kryminalny, USA 2020
7.00 Agenci NCIS: Hawaje 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2024
8.45 Castle 2 (19, 20) – serial kryminalny, USA 2010
10.45 MacGyver 2 (14, 15) – serial akcji, USA 2017-2018
12.45 Agenci NCIS: Hawaje 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2024
14.45 Agenci NCIS 10 (16, 17) – serial sensacyjny, USA 2012
16.40 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (15, 16) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA 2010

20

OBYCZAJOWY

20.50 Echo serca (5) Ordynator Stomma zleca Magdzie nietypowe zadanie. Borska ma nakłonić księdza Grzegorza, by poddał się badaniom. 50 min
21.40 Na sygnale (649, 650) – serial fabularno-dokum.
22.40 Moje przeboje (4)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Matki, żony i kochanki (16) – serial obycz.
0.40 Rodzinka.pl (266) – serial komediowy, Pol.
1.05 Polacy światu

ROZRYWKA

22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (44) Wybór najlepszych skeczy Katarzyny Pakosińskiej (zdj.) i spółki. Scenki ukazują codzienne sytuacje w krzywym zwierciadle. 40 min
22.50 Kabaret Letnią Porą (10) – program rozrywk.
23.50 Do śmiechu! (75) – rozr.
0.45 Niepewne sytuacje 3 (5) – program rozrywk.
1.10 Koło fortuny (2044, 2038) – teleturniej

ROZRYWKA

22.00 Ostre cięcie 12 (7) W Czechowicach-Dziedzicach styliści odwiedzają salon Patrycji, która nie ukrywa, że fryzjerskiego fachu nauczyła się z internetu. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1)
0.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)
1.00 Diabelnie boskie 2 (5, 6) – reality show, Pol.
1.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 2 (1, 2) – serial fabularno-dokum.

DRAMAT

22.00 Łzy słońca – USA 2003 FILM Oddział por. Watersa (Bruce Willis, zdj.) ewakuuje lekarkę i jej podopiecznych z ogarniętej wojną Nigerii. Ścigają ich rebelianci. 155 min
0.35 Pitch Perfect 3 FILM – komedia muzyczna, USA/Chiny 2017, 120 min
2.35 Wydarzenia
3.15 Ewa gotuje (545) – mag.
3.45 Interwencja – mag.
4.00 SuperLudzie (31, 32)
5.00 Interwencja – mag.
5.10 Drwale (1) – serial dok.

THRILLER

21.00 Ukojenie – USA 2015, FILM reż. Afonso Poyart Joe (Jeffrey Dean Morgan, zdj.) tropi seryjnego zabójcę. Próbuje zwerbować do pomocy eksperta od parapsychologii, Johna (Anthony Hopkins, zdj.). 130 min
23.10 Obcy – ósmy pasażer FILM **„Nostromo"** – horror s.f., Wielka Brytania/USA 1979, 145 min
1.35 Ślad (7-9) – serial krym.
4.35 Na ratunek 112 (857, 858) – paradok., Pol.

SENSACYJNY

21.05 Uprowadzona 3 – Fr./Hiszpania/USA 2014 FILM Emerytowany agent wywiadu Bryan Mills (Liam Neeson, zdj.) zostaje oskarżony o zabójstwo byłej żony. Ucieka policji, żeby odnaleźć prawdziwego mordercę. 130 min
23.15 Olimp w ogniu FILM – thriller, USA 2013, reż. Antoine Fuqua, 150 min
1.45 Castle 2 (21, 22) – krym.
3.35 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (15) – krym., USA/Kanada

TVP HISTORIA DVB T2

8.05 Flesz historii (768) **8.40** Czterdziestolatek (13) **9.45** Plaże Europy (1) **10.50** Tajemnice kultowych seriali (2)
11.45 Jacek Cygan. Życie jest sztuką **13.00** Starożytne mocarstwa (4) **14.00** Królowie (50) – hist., Pol. **14.35** Czterdziestolatek (14) – obycz., Pol.
15.35 Sensacje XX wieku **18.00** Czas honoru. Powstanie (11) – wojenny, Pol. **18.55** Wszystkie kolory świata – serial dok.
20.00 Mechanik: Czas zemsty – dramat sens., USA/Niemcy 2005 **21.40** Historia w postaciach zapisana – cykl dokum.
23.30 Sensacje XX wieku

TVP KULTURA DVB T2

12.10 Jim Morrison – ostatnie dni w Paryżu **13.20** Teatr STU. Benefis Zbigniewa Wodeckiego (1) **14.15** Muzeum Polskiej Piosenki (117) **14.35** Książę sezonu – komedia, Pol. 1970
15.45 Wakacje z Madonną – obycz., Pol. 1983 **17.20** Siedem życzeń (7-ost.) – przyg. **18.20** Video Killed the Radio Star – dok. **18.55** Pan wzywał, milordzie? 4 (6) – serial kom.
20.00 Powrót Sherlocka Holmesa (5) **21.00** Koncert **23.45** Czwartkowy klub filmowy **23.50** Czwartkowy klub filmowy: Kronika wypadków miłosnych – dram. obycz., Pol. 1985

SUPER POLSAT DVB T2

8.00 Doktor Martin (49, 50) – obycz., Wlk. Bryt. **10.00** Wydarzenia **10.30** Świat według Kiepskich (441, 442) – kom.
11.35 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (193) **13.30** Bitwa o palety (24) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (60)
16.30 Ninja Warrior Polska (32) **18.30** Świat według Kiepskich (457) – kom., Pol. 2015 **19.00** Rolniczki (12) – serial dokum.
20.00 Kolacja w ciemno (9) **21.00** Kod 7500 – thriller, Niem./Austria/USA 2019 **22.55** Księga Clarence'a – komediodramat, USA/Wł. 2023 **1.35** Backdoor. Wyjście awaryjne (9) – kom.

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (4, 5) – sens. **9.55** MacGyver 3 (1, 2)
12.05 Pułapki umysłu 7 (6) **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (14, 15, 17, 16) – reality show
15.35 Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (2) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia (4) – serial dokum. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat
20.00 Kobra – oddział specjalny 23 (17, 18) – sens. **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (3) **23.00** Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (7) – rozr. **0.00** Magia nagości. Szwecja (4) **1.00** Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski (3)

METRO

8.30 Szpital (780, 781) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (349, 350)
12.30 SOS Ekipy w akcji (27) **13.30** Brzydula (25, 26) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (12)
15.45 The Floor (19) **17.00** Fani czterech kółek 17 (3) **18.00** Prawo Agaty 7 (1) **19.00** Kartoteka 2 (4) – serial fab.-dokum.
20.00 Adwokat diabła – thriller, USA/Niem. 1997 **23.00** Oszukać przeznaczenie 4 – horror, USA 2009 **0.40** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (2) – dok. **1.40** Szpital (772) **2.35** Szkoła (525, 526) **4.15** Nowa Maja w ogrodzie 4 (23, 24)

ALE KINO +

6.30 Polska z góry 5 (3) **7.00** Wolna krowa – krótkometraż. **7.40** Królowa chmur – obycz., Pol. 2003 **9.20** The Hero **10.00** Grantchester 10 (1, 2) – krym.
12.05 Vera 5 (3) **14.00** Smak życia 3, czyli chińska układanka – komediodram., Francja 2013
16.15 Stan wyjątkowy – kom., Czechy 2024 **18.15** Vera 5 (4)
20.10 Na fali ryzyka – thriller, USA 2023 **22.15** Oddział dla zuchwałych (5, 6) **0.45** Niewierny – thriller, USA 2019 **2.45** Powrót (5) – kom. **3.30** Na pastwę lasu – dram. obycz., Polska 2024 **4.55** Kot **5.05** Kruk. Szepty słychać po zmroku (3)

TV TRWAM DVB T2

16.35 Harcerz nr 1. Rzecz o Andrzeju Małkowskim **17.30** Łączy nas historia **17.55** Poczet wielkich Polaków – hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Westerplatte młodych **19.00** Warto zauważyć... w mijającym tygodniu – publ. **19.30** Historie Starego Testamentu **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci
20.00 Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (2) – dok. **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z niebem w sercu

ANTENA HD DVB T2

9.35 Co Polak potrafi na drodze? (11) – rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 4 (1) – krym.
11.55 Klątwa Wyspy Dębów 6 (26, 27) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 3 (1, 2) – dok.
15.50 Wojny kontenerowe 2 (3, 4) **16.50** 77 TV 4 (17, 13) **18.50** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (6) – krym.
20.00 Morderstwa we Francji – Sarlat – thriller, Francja 2017 **22.00** Morderstwa we Francji – Saint-Paul de Vence – krym., Fr. 2017 **0.05** Uprowadzona Elizabeth Smart – dramat biograf., USA 2017 **1.50** 77 TV (1)

TVS

5.30 Pasmo ciekawostek – pr. popularnonaukowy **6.00** Telesprzedaż **10.05** Dzisiaj w regionie – pr. inf. **10.15** Pogoda – mag. **10.20** Ekomisja **10.50** Wochenblatt TV **11.10** Dzisiaj w regionie – inf. **11.15** Pogoda
11.25 Muzyczne dzień dobry – pr. muz. **12.45** Klachy i Lachy **14.25** Spotkanie z balladą
16.55 Muzyczne podróże – pr. muz. **18.00** Koncert życzeń
19.05 Koncert w TVS – program muz. **22.55** Szlagierowa lista – pr. muz. **0.55** Program kulinarny **3.00** Pasmo ciekawostek – pr. popularnonaukowy

WP DVB T

10.00 Zawody z piekła rodem – dok. **11.00** Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (5) – dok.
12.00 Wariaci za kierownicą 5 (9) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (21, 22, 16) – dok.
16.50 Pogoda (61) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (1) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (2)
20.00 Policjanci w akcji (7, 8) **21.55** Pogoda (61) **22.00** 1, 2, 3... Kabaret! (5) **23.00** Przebojowe kabarety (4) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 5 (8) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 12 (1)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf.
15.15 Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok.
21.00 Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

14.00 Weselne przeboje **15.00** Disco Weekend z Blondi (112)
16.00 Hit za hitem – muz. **17.00** Disco Weekend z Blondi (113) – pr. muz. **18.00** Hit za hitem
20.00 24. OFMT Olsztyn 2019 (1-4) – program muzyczny

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Agenci NCIS 18 (3, 4) – sens. **7.35** Lekarze na start (25, 26) **9.05** Poirot 4 (1)
11.20 Zatraceni w miłości (27, 28) – telen. **13.20** Agenci NCIS 18 (5, 6) **15.05** Lekarze na start (27, 28) – obycz., Pol.
16.40 Poirot 4 (2) **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (29, 30)
21.00 Królowa węży (8) **22.15** Sprawy pana Booka (2) **23.20** Projekt Błękitna Księga (6) – s.f. **0.20** Zatraceni w miłości (29, 30) **2.00** Królowa węży (8) **3.00** Sprawy pana Booka (2) **3.55** Projekt Błękitna Księga (6) **4.40** Lekarze na start (27, 28)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (3, 4) – serial dok., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.20 Bolek i Lolek – anim.
7.45 Reksio – serial anim. ●
8.05 Siedem życzeń (3, 4) – serial przygodowy
10.35 Podróż za jeden uśmiech – przyg., 1972, wyk. Alina Janowska, 105 min
12.20 To nie ze mną (3, 4) – serial obyczajowy, 2022
13.45 Pan Anatol szuka miliona – komedia obyczajowa, 1958, reż. Jan Rybkowski, 105 min
15.30 Tam i z powrotem – film obyczajowy, 2001, 135 min
17.45 Czterej pancerni i pies (4, 5) – wojenny

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (98, 99) – serial komediowy, Pol.
6.20 Na sygnale (481, 482) – serial fabularno-dokum.
7.30 Ojciec Mateusz 3 (31) – serial kryminalny, Pol.
8.25 Komisarz Alex 2 (20)
9.25 Rodzinka.pl (100)
10.00 Klan (1447, 1448)
10.50 Ranczo 8 (98, 99)
12.35 Komisarz Alex 2 (21)
13.30 Ojciec Mateusz 30 (382, 383) – serial krym.
15.30 Komisarz Alex 2 (22) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (483, 484) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (100, 101) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (384) – krym., Pol. 2023
20.30 Komisarz Alex 24 (304) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.15 Blanca 2 (9, 10) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.35 Na granicy: Sprawa Sikorskiej – film kryminalny, Niemcy 2018, reż. Stefan Kornatz, wyk. Maria Simon, Lucas Gregorowicz, 115 min
10.30 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (13-16) – serial sensacyjny, USA
14.10 Blanca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023
16.25 Na granicy: Przepaść – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarczyk, Patrick Kalupa, 115 min
18.20 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023

TVN FABUŁA

5.05 Szkoła (775) – paradok.
6.00 Filmowe duety (4)
6.30 Alfabet filmowy (19)
6.45 Zakochani po uszy (83, 84) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (65-68) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (9) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (66) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (29, 30) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (8)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy 2 (4) – magazyn
16.45 Alfabet filmowy (19)
16.55 Wakacje w krzywym zwierciadle – komedia, USA 1983, 125 min
19.00 Szpital św. Anny (67) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

6.00 Na dobre i na złe (984) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (69) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (211, 212) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (254, 255) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1055) – teleturniej
11.20 Na sygnale (643, 543) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (72) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (36)
14.15 Ranczo 6 (71, 72)
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (314) – krym., Pol. 2020
19.20 Ranczo 6 (78) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (283, 284) – serial komediowy, Pol.

STOPKLATKA

6.00 Złoty interes (6) – rozr.
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (188, 149) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (1, 2) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – serial kryminalny, Australia
14.05 Katastrofy w przestworzach (6, 3) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (4) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (4) – reality show, Kanada 2013
19.10 Aukcja w ciemno 2 (4, 5) – serial dok., USA

DRAMAT

20.00 Demony wojny wg Goi – 1998 Bośnia,1996 r. Ludzie mjr. Kellera (Bogusław Linda, zdj.) ratują dziennikarkę. Ma ona dowody kompromitujące prezydenta. 120 min
22.00 Job, czyli ostatnia szara komórka – kom. obycz., 2006, 120 min
0.00 Dzień świra – komediodramat, 2002, 120 min ●
2.00 Trick – komedia sens., 2010, 135 min

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (102, 103) – Polska 2014 Lucy planuje wyjazd z rodziną do Ameryki. Tymczasem Kinga i jej nowy przyjaciel, leśniczy, postanawiają pogodzić Klaudię i Dudę. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 30 (385, 386) – serial krym.
1.20 Oficerowie (5, 6) – serial sensacyjny, Pol.
3.15 Wojna zastępcza (8) – szpiegowski, Pol. 2025
4.10 Klan (1447) – telen., Pol.
4.35 Pan Mama (20) – kom.

KRYMINALNY

22.00 Podróżnik (3) – Fr. Tajemniczy notatnik zawiera listę zbrodni. W trakcie prowadzenia śledztwa Kandinsky odkrywa, że to on jest kolejnym celem.115 min
23.55 Worricker – Drugie starcie – dramat kryminalny, Wielka Brytania 2014, 125 min
2.00 Na granicy: Przepaść – film kryminalny, Niemcy 2022, 115 min
3.55 Blanca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023

FANTASY

20.00 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona – USA 2008 Rodzi się dziecko o wyglądzie starca. Z czasem Benjamin (Brad Pitt, zdj.) młodnieje. 210 min
23.30 Zanim odejdą wody – komedia, USA 2010, reż. Todd Phillips, 125 min
1.35 Jestem legendą – film s.f., USA/Australia 2007, reż. Francis Lawrence, wyk. Will Smith, 125 min
3.40 Zawieruchy przepis na kino (20) – pr. rozr.

KRYMINALNY

21.25 Ojciec Mateusz 34 (436) – Polska 2025 W mieście zjawia się autorka poradników. Wspomina brata, z którym od lat nie ma kontaktu. Policja bada próbę zamachu na pisarkę. 55 min
22.20 Pozdrowienia z Paryża – film sens., Francja 2010, 105 min
0.05 Profilerka (4-6) – serial kryminalny, Polska 2024
3.05 1941 – komedia, USA 1979, reż. Steven Spielberg, 125 min

KOMEDIA

20.00 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – Polska 1976 Stefan Karwowski (Andrzej Kopiczyński, zdj.) nawiązuje znajomość z atrakcyjną piosenkarką. Chce dla niej zostawić swoją żonę. 120 min
22.00 Taśmy Watykanu – horror, USA 2015, reż. Mark Neveldine, 105 min
23.45 Oczy smoka – film sens., USA 2012, 120 min
1.45 Kroll – film sensacyjny, Polska 1991, 135 min ●

CANAL+ PREMIUM

11.40 MTV Unplugged: Maryla Rodowicz **13.00** Hollywood Buzz **13.30** Yintah **15.35** Call me lala – film krótkometraż. **16.00** Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz **18.10** Łapu capu – rozr. **18.15** Niania w Nowym Jorku – komedia romant., USA 2007 **20.00** Czarownice Mayfair 2 (5) – fantasy **20.45** Premierowa jazda – mag. **21.00** Premiera: Rok za rokiem (4) – obycz. **22.00** Ballerina. Z uniwersum Johna Wicka – thriller, USA/Węgry 2025 **0.00** Spalę was wszystkich – horror, Hiszp. 2021

CANAL+ FILM

12.55 W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Pol. 2001 **13.55** Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010 **15.55** Mój jedyny wróg – film krótkometraż. **16.15** L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy – komedia, Polska 2025 **17.45** Battleship: Bitwa o Ziemię – film s.f., USA/Japonia 2012 **19.55** Łapu capu – pr. rozrywk. **20.00** Dotyk – melodramat, Islandia/Wlk. Bryt. 2024 **22.00** Wcielenie zła – horror, Meksyk 2024, reż. Jack Zagha Kababie **23.25** Innego końca nie będzie – film obycz., Polska 2024 **0.50** Paraliż – thriller, USA 2024

FILMBOX+ ONE

6.30 Robin z Sherwood (2, 3) – przyg. **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (6) **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (4) **11.00** Panna Marple: Noc i ciemność – film krym., Wlk. Bryt./USA 2013 **13.05** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (7) – serial krym. **16.40** Panna Scarlet i komisarz 2 (5) **17.50** Poirot (5, 6) **20.00** 12 godzin – film sensacyjny, USA 2012 **22.00** Efekt motyla – thriller, USA 2004 **0.10** Carrie – horror, USA 2013 **2.40** Przychodzą z ciemności – horror, USA/Kolumbia/Hiszp. 2014 **4.30** Bonanza – obycz.

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan 2 (7, 8) – kom. **7.00** Dwóch i pół 4 (19-22) **8.55** Przyjaciele 6 (14-19) – kom. **11.55** Teoria wielkiego podrywu 6 (5-10) – kom., USA **14.30** Dwóch i pół 4 (23, 24) **15.30** Dwóch i pół 5 (1, 2) – kom. **16.30** Przyjaciele 6 (20-25) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 6 (11-16) – kom. **22.00** The Office PL 2 (5, 6) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (5, 6) – pr. rozr. **0.05** Miasteczko South Park 2 (5, 6) **1.00** Pracoholicy 3 (5, 6) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (9, 10, 8) – pr. rozr. **3.15** Miasteczko South Park 2 (2-4) **4.20** Comedy Club 7 (4-7)

HBO

10.10 Wasza wysokość – komedia przygodowa, USA 2011 **11.55** Na planie 23 (27) – mag. **12.25** Detektyw Monk: Ostatnia sprawa – film kryminalny, USA 2023 **14.00** Karate kid – film przygodowy, USA 1984 **16.05** Rozważni i romantyczni – klub miłośników Jane Austen – komediodramat, USA 2007 **17.50** Superman – film przygodowy, USA 2025 **20.00** Premiera: Szybcy i wściekli: Hobbs i Shaw – film sens., USA/Japonia 2019 **22.15** Księgowy – thriller, USA 2016, reż. Gavin O'Connor **0.20** Abigail – horror, USA/Irlandia 2024

FX

5.10 Master Crimes (1, 2) **7.10** Kości (2, 3) **9.00** Z archiwum X 2 (18) **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (6, 7) **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17, 18) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (5, 6) **15.35** Premiera: Skymed 2 (2) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) **18.20** Z archiwum X 2 (19) **19.15** FBI 4 (5) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20) – krym. **22.00** Premiera: Grey's Anatomy: Chirurdzy (16) **22.55** Hellboy – horror s.f., USA 2004 **1.25** Z archiwum X 2 (19) – s.f. **2.20** Zabójcze umysły 14 (6-8)

CANAL+ 360

14.00 Wykrywacz historii 3 (5) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (2) – dok. **16.00** Supersamoloty bojowe 11 (1) – dok. **17.00** Zhołowani: ciężarówki w opałach 8 (19) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (4) – dok. **18.55** Wykrywacz historii 3 (4) – dok. **19.50** Premiera: Zhołowani: ciężarówki w opałach 8 (20) – serial dokum. **20.50** Premiera: Koleją przez świat 4 (2) – serial dok. **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (4) – serial dok. **23.00** Supersamoloty bojowe (4) – serial dok.

BBC FIRST

8.40 Lewis 4 (6) – krym. **9.40** Ojciec Brown 13 (10) **10.40** Śmierć pod palmami 15 (6) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (1) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji 3 (7, 8) – krym. **15.00** Ojciec Brown 7 (4) – krym. **16.00** Lewis 4 (6) **17.00** My Life is Murder 2 (8) **18.00** Morderstwa w Midsomer 20 (6) **19.50** Śmierć pod palmami 15 (7) – krym. **21.00** Lynley (3, 4) **22.55** Tajemnice Brokenwood 12 (1) **0.50** Annika (1) **1.55** Morderstwa w Midsomer 20 (6) **3.45** My Life is Murder 2 (8) **4.30** Moja rodzinka 2 (7) – kom.

ROMANCE TV

12.25 Toni – akuszer. Skradzione marzenia – komedia, Niemcy 2021 **14.20** Inga Lindström: Cud z Sandbergen – film obycz., Niemcy 2008 **16.15** Katie Fforde: Rodzinne wakacje – film obycz., Niem./USA 2018 **18.05** Górski lekarz (138, 139) – serial obyczajowy **20.00** Statek marzeń – Nusantara – film obycz., Niem. 2024 **21.55** Wydział zabójstw Stambuł: Zwłoki w cysternie – film krym., Niem. 2008 **23.50** Wydział zabójstw Stambuł: Morderstwo nad Bosforem – film krym., Niemcy/Turcja 2009

FILMBOX+ HITS

8.50 Guido Superbohater – komedia, Kanada 2010 **10.30** Niewygodna prawda – thriller, USA 2018, reż. Joe Chappelle **12.25** W kręgu zdrady – thriller, Kanada 2017 **14.05** Klub cudownych kobiet – komediodram., Irlandia/Wlk. Bryt. 2023 **15.50** Scenariusz na miłość – komedia romant., USA 2014 **17.50** Spencer – dram. obycz., Wlk. Bryt./Niemcy/USA 2021 **20.00** Tajemnica Trójcy – western, USA 2024 **21.45** Wyspa śmierci – sens., USA/Wlk. Bryt. 2023 **23.25** Dziedzictwo. Hereditary – horror, USA 2018

TV 6

8.55 Kobra – oddział specjalny (18, 19) – serial sens., Niemcy **10.55** 48h. Zaginieni (133-135) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1195) – obycz. **14.55** Uroczysko (35, 36) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (20, 21) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (4, 5) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (41, 42) – krym. **21.55** Kości (105, 106) – krym. **23.50** Resident Evil: Retrybucja – horror s.f., Niem./Kan./USA 2012 **1.55** Krejzi patrol (22-26) **4.30** Kochane pieniądze (78) **5.35** SuperLudzie Extra (1)

PARAMOUNT NETWORK

6.00 Czarodziejki (1-4) – fantasy **9.25** Policyjna grupa pościgowa 15 (6) **10.30** Star Trek: Nemesis – film s.f., USA 2002 **13.00** Czarodziejki (5, 6) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru 3 **15.30** Step Up: Taniec zmysłów – film muzyczny, USA 2006 **17.50** Pompeje – film katastrof., Kan./Niemcy/USA 2014 **20.00** Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone – dramat krym., USA 2020 **23.20** Gorączka – sens., USA 1995 **2.40** Pasażer – thriller, USA 2023 **4.20** Policyjna grupa pościgowa 15 (7) – serial dok.

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Jeden na jeden
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – inf.

TLC

7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Rodzina 10+ 8 (11)
12.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
14.00 Cztery żony i mąż 12
15.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi (7) – serial dokumentalny
18.00 Pokonać otyłość (4)
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (2) – reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 8 (15) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Będzie pięknie (4) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Ugotowani (1, 2) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (4, 3) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywkowy
17.40 Kuchenne rewolucje (3, 6, 7) – program rozrywkowy

DISCOVERY CHANNEL

7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (4) – serial dokum.
13.00 Ed Stafford: inicjacja
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (3)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (2) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (11)
19.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Chiny (3) – dok., Wlk. Bryt. 2018
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (4) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (5) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (2)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (6, 7) – serial dok.
17.00 Tajemnice dawnych cywilizacji (2) – film dokumentalny, USA 2021
18.00 Atak Hitlera na Amerykę – film dokumentalny, USA 2012
19.00 Tajemnica bomby atomowej Hitlera – film dok., Niemcy 2022
20.00 Katastrofa w przestworzach (1)

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (703)
6.05 48h. Zaginieni (59) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.55 Wehikuł czasu (703)
9.00 Starożytni kosmici (14) – serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (12, 5, 6) – reality show
12.00 U-32. Niemiecki okręt podwodny – film dokumentalny, Niemcy 2016
13.00 Poszukiwacze historii (9, 10) – serial dokum.
14.00 Najsłynniejsze akcje bojowe II wojny światowej (5, 6) – dok.
16.00 Dorwać tuńczyka (6, 7)
18.00 Rolnicy. Podlasie (8, 9) – serial dokumentalny
20.00 Największe wynalazki starożytności (6) – dok.

20

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Bez kitu
Przedstawiciele różnych ugrupowań, instytucji i urzędów spotykają się, aby dyskutować na temat polityki, społeczeństwa i gospodarki.60 min
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
23.40 Biznes – pr. publicyst.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.45 Bez kitu – pr. publicyst.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.
2.45 Nowa Maja w ogrodzie – mag.

DOKUMENTALNY

20.00 Baylen – życie na głos 3 (4)
Zaręczyny młodych rozpoczynają przygotowania do ślubu. Baylen leci na Florydę, by szukać sukienki. 60 min
21.00 Premiera: Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
22.00 Wiza na miłość: Single na polowaniu
23.00 Dr Pryszczylla 5 – dok.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Baylen – życie na głos 3 (4)

DOKUMENTALNY

20.50 Jestem z Polski (9)
Jana mieszka z rodziną w Kalifornii. Zabiera widzów na spacer po swojej dzielnicy La Jolla. Pokazuje, czym zaskakują tutejsze domy. 60 min
21.50 Jestem z Polski 16 (15)
22.50 Hotel Paradise 6 (21)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (3) – program rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (1) – serial dokumentalny
2.55 Dieta czy cud? (5, 6)

DOKUMENTALNY

21.00 Specjalistki (6)
Te kobiety postanowiły spróbować swoich sił w typowo „męskich" zawodach i stały się profesjonalistkami w swoim fachu. 60 min
22.00 Bimbrownicy 14 – dok.
23.00 Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata (3) – reality show, USA
1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 Korea Północna: Przestępcy w państwie
Dynastia Kimów od dekad sprawuje dyktatorską władzę. Dokłada starań, aby pomnożyć swój majątek, choć kraj znajduje się na granicy bankructwa. 60 min
22.00 Korea Północna: Kolejny przywódca
23.00 Czechosłowacja: Tajny front zimnej wojny – dok., Fr. 2022
0.00 Wcielenia zła – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Największe mity historii (4)
Przekazywane z pokolenia na pokolenie opowieści przechodzą do pamięci zbiorowej. Dawne czasy wydają się szczęśliwsze niż teraźniejszość. 60 min
22.00 Apokalipsa – niekończąca się wojna 1918 – 1926 (1, 2) – serial dokum.
0.00 Hezbollah. Polowanie na ludzi – dok., Fr. 2024
1.00 Rolnicy. Podlasie

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia – serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA

12.30 Nico wrzuca na ruszt (7, 8) **13.25** M jak mięso 6 (7, 8) **14.25** ABC gotowania – kuchnia francuska (4) **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (5, 6) **15.45** Z pola na stół 2 (4) – dok. **16.15** Jelita vs mózg (3) **16.40** Jamie Oliver: jedz na zdrowie (5) **17.35** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (9, 10) **18.30** Maximum Foodie 4 (8) **18.55** M jak mięso 10 (6-8) **20.15** Eva Longoria w poszukiwaniu hiszpańskich smaków (7) – dok. **21.10** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11 (1-3) **23.55** M jak mięso 10 (7, 8) **0.50** Top Chef 22 (3)

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – obycz., Pol. 2015 **8.00** halo tu polsat cafe **11.00** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **13.00** Drugie życie sukni ślubnej – rozr. **13.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **21.00** Więzienie kobiet – dok., Pol. **22.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.00** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE

8.00 Jak działa wszechświat? **11.00** Gigantyczne konstrukcje według Hammonda – pr. rozr. **12.00** Pomoc drogowa na Alasce – dok. **13.00** Kosmiczna mapa skarbów – serial dok. **15.00** NASA – archiwum tajemnic **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **18.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (1-5) – dok. **21.00** Tajemnice starożytnych mumii – dok. **22.00** Podziemne sekrety (8) – dok. **23.00** Kosmiczna mapa skarbów (3) – dok. **1.00** NASA – archiwum tajemnic – dok. **4.00** Poszukiwacze dinozaurów – dok.

TVP DOKUMENT

12.10 Korona Gór Polski 2 (4) **12.45** Moda na sportowo **13.45** Pójdźki ziemne – historia miłości **14.50** Reunion – laboratorium ewolucji **15.55** Tajemnice piorunów **16.55** Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) – dok., Wlk. Bryt. **17.55** Sanatorium miłości 4 (3) **18.55** Siłaczka **20.00** Ludzie z mikroplastiku – film dokum., Wlk. Bryt./USA 2023 **21.05** Honk – opowieść o pewnym gąsiorze **22.05** Lucia w pajęczej sieci (5) – dok. **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.15** Kuba i Alaska **0.25** Sanatorium miłości 4 (2)

PLANETE+

11.25 Jak przetrwać w Australii (4) – serial dokum., Australia **12.35** Jak się bawi przyroda? **13.45** Ocalić raj (3) **14.50** Najpiękniejsze rzeki świata 2 (10) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (5) **16.55** 360° Świat bez granic (25) – dok., Fr. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (59, 60) – dok. **18.45** Życie codzienne w Protektoracie Czech i Moraw (3) **19.45** Ołtarz pergamoński. Zrabowany zabytek – dok., Niem. 2023 **20.50** Berlusconi. Początki imperium (1) – dok. **22.00** Wytwórz i wyślij (3) **23.10** Strefa nagości (2) **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (6)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.25** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Fakty o świecie **21.00** Kijek w kosmosie **21.40** 24 godziny – mag. inf. **22.50** Fakty o świecie **23.50** Tak jest **0.55** Fakty po Faktach **1.45** Tak jest

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inform.

TVP 3 (DVB-T2)

13.20 Agropogoda – inf. **13.30** Niebezpieczne związki **14.20** Niezwykłe miejsca **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Serwis Info Dzień **15.30** Program lokalny **17.50** Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MŚ: Austria – Polska **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – publ. **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (187) – obycz.

HGTV

8.00 Poszukiwacze domów: Australia (1, 2) **9.00** Remontujemy dom na plaży 5 (19) **10.00** Letnia chata na lata 3 (6, 7) **11.50** Usterka 11 (6) – fab.-dok. **12.30** Usterka 10 (1) **13.00** Moje miasto, mój dom 9 (1, 2) **15.05** Mieszkanie na miarę (1, 2) – rozr. **17.00** Polowanie na ogród (4) **17.40** Polowanie na ogród 2 (1) **18.15** Weekendowa metamorfoza 3 (2, 3) **20.10** Będzie pięknie (8) **21.10** Zgłoś remont 4 (4) – rozr. **22.10** House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (7-10) **0.25** Usterka 11 (2, 4, 8) – fab.-dok.

TVP KOBIETA (DVB-T2)

14.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (15) – teleturniej **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (15) **15.00** Po prostu na wieś (5-ost.) **15.30** Ojciec Mateusz 34 (443, 444) **17.25** Najwspanialsze ikony natury (1) **18.30** 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza **19.30** Miłość i nadzieja (293) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (274) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (266) – obycz. **22.30** Niezapomniany miesiąc miodowy – kom. romant., Kan. **0.15** Daję słowo – Maciej Orłoś

BBC EARTH

12.20 Malownicze trasy kolejowe 2 (3) – dok. **13.20** Mroźna planeta 2 (2) **14.30** W okowach mrozu 3 (6) **15.30** Życie na pustkowiu: powroty 4 (2) **16.30** Dzikie konie Gór Skalistych i ja – dok., Wlk. Bryt. 2025 **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (3) – serial dok. **18.45** Malownicze trasy kolejowe 3 (1) – dok. **19.45** Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. **20.55** Życie na pustkowiu: powroty 4 (3) – dok. **21.55** W okowach mrozu 3 (7) – dok. **22.55** Na krawędzi katastrofy (1) **23.55** Zabójcza pogoda 5 (4)

HISTORY

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (2) – serial dok. **14.50** Największe tajemnice świata 6 (13) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 13 (1) – reality show **16.15** Jak to wyjaśnić? 5 (17) **17.10** Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (15) – dok. **18.10** Największe tajemnice świata 6 (2) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (18) – dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (20) – serial dok. **21.00** Starożytni kosmici 17 (3) **22.00** Premiera: W poszukiwaniu potwora 5 (7) **23.00** Jak to wyjaśnić: tajemnice UFO (6) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

EUROSPORT 1

11.00 Snooker: Turniej Players Championship – mecz finałowy
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap
15.00 Cycling Africa – mag.
15.15 Kolarstwo: Tour de France – prezentacja zespołów
16.45 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie
17.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track kobiet
18.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track mężczyzn
19.15 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie

TVP SPORT

4.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
8.00 Strongman: Puchar Polski – Polkowice 2026
9.00 Mundialowy poranek (22) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.35 Mistrzostwa Polski w motocrossie – Prabuty – reportaż
13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
15.25 Dzień na mundialu (22) – magazyn piłkarski
16.55 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz: Polska – Bośnia i Hercegowina

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – KGHM Zagłębie Lubin
8.20 Speedway+ – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Villarreal CF
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Elche CF – RCD Espanyol
13.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Arka Gdynia
16.15 Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski
16.55 Speedway+ – mag.
17.30 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Bundesliga Clubs
6.20 Bundesliga Clubs
6.40 Bundesliga Clubs
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – FC Bayern Monachium
9.00 Made in Italy (15-17)
9.50 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa
11.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja treningowa
12.15 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
12.30 GP Confidential – mag.
13.10 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – 1. sesja treningowa
14.55 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
15.50 Ligue 1 Show (35)

TVP ABC

8.10 Piotruś Królik – anim.
8.35 Wegezaury 2 – anim.
8.40 Świnka Peppa – anim.
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.
9.30 Domisie
10.00 Ugotuj nam bajkę – program dla dzieci
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików
10.55 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Kocie kalamburki (2, 3) – program dla dzieci
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej Jannik Sinner (zdj.) liczy na powtórzenie sukcesu sprzed roku. Wówczas wygrał Wimbledon, pokonując w finale Carlosa Alcaraza 3:1. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
1.00 Boks

SNOOKER

19.45 Turniej Players Championship – finał Decydująca rozgrywka czternastego rankingowego turnieju w sezonie 2025/2026. Nowy mistrz zgarnie 150 tys. funtów. 135 min
22.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track kobiet
22.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track mężczyzn
23.00 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap

PIŁKA NOŻNA

19.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału Cztery lata temu Australia awansowała do 1/8 finału, w której uległa Argentynie. W tegorocznych MŚ liczy na powtórzenie tego wyniku. W pierwszej kolejce fazy grupowej pokonała Turcję 2:0. 240 min
23.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – studio
23.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału

ŻUŻEL

20.00 PGE Ekstraliga – mecz: Unia Leszno – Sparta Beniaminek przed własną publicznością chce się zrewanżować przeciwnikom za porażkę 40:50 w poprzednim spotkaniu. 180 min
23.00 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
1.15 Premier League Stories (47) – mag.
2.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

FORMUŁA 1

16.30 GP Wielkiej Brytanii – kwalifikacje do sprintu Sesja kwalifikacyjna jest okazją do wypracowania sobie przewagi już na starcie. Na dobrą pozycję liczy m.in. Lewis Hamilton (zdj.). 125 min
18.35 Formuła 1
20.00 Formuła 1
21.20 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
22.25 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna

ANIMOWANY

14.55 Oktonauci Niedźwiedź polarny, pingwin, kot i ich towarzysze ratują stworzenia żyjące pod wodą. 25 min
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (7) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane
18.25 Leo da Vinci 2 (91, 92)

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **11.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

12.00 Kolarstwo: Tour de France – 19. etap **13.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie – finały **15.00** Triathlon: T100 World Tour – Pampeluna **17.00** Snooker: Turniej Players Championship: J. Higgins – Z. Xintong **19.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie **19.45** Kolarstwo: Tour de France – 21. etap **21.00** Kolarstwo górskie: PŚ w La Thuile – short track kobiet **21.30** Kolarstwo górskie: PŚ w La Thuile – short track mężczyzn **22.00** Golf: John Deere Classic – 2. runda

TVN TURBO

8.20 Nic do zgłoszenia (6) – dok. **9.15** Samochód marzeń – kup i zrób 6 (5) – mag. **10.15** Ciężarówką przez RPA (3) – rozr. **11.15** 101 napraw 4 (3, 4) **12.15** Jeździć, obserwować (12) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (5, 6) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (6, 7) – pr. rozr. **16.00** Wojny samochodowe (12, 1) **18.00** Raport Turbo **18.15** Zawodowi handlarze (13-16, 12) **22.00** Raport Turbo **22.15** Wojny samochodowe (1, 2) **0.10** Niebezpieczne dzielnice (1, 2) **1.40** Najpopularniejsze auta świata (3) **2.05** K2 – kierowców dwóch (3)

CANAL+ SPORT 5

8.30 Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga – mecz: Arged – Polonia Piła **11.25** Speedway+ – mag. **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **16.45** Premier League: The Big Interview (39) **17.30** Żużel: PGE Ekstraliga: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra **20.00** Snooker: Championship League – 1. runda **22.15** Boks: Gala w El Paso – waga lekka: S. Han – H. Holm **23.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Górnik Zabrze – Zagłębie Lubin **2.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia

ELEVEN SPORTS 2

9.20 Moi bohaterowie **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Paris FC **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Lipsk – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Atalanta – Inter **15.50** Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna **17.00** Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna **18.00** Formuła 1: GP Austrii **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna **22.00** Bundesliga Special (22) – mag. **22.40** Made in Italy (8) – mag. **23.00** Serie A **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: Strasbourg – PSG

NICK JR.

12.25 Psi Patrol 4 – anim. **12.54** Świnka Peppa 8 **13.40** Barbapapa i jego rodzinka 2 **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (10) – dla dzieci **15.36** Świnka Peppa 2 – anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Małe Królestwo Bena i Holly **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka – anim. **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.02** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 2. rundy **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 3. runda **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 3. runda **23.00** Szef Superligi – mag. **23.30** Tenis: Turniej Wimbledon – 3. runda **1.30** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 3 (2, 3) **14.10** Kobiety z piekła rodem (3) **15.05** Ferie, impreza, morderstwo (1) **16.00** Pogrzebani za domem 3 (3) **17.00** Lepiej nie otwieraj drzwi (9) – dok. **18.00** Z archiwum 997 (7, 8) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (7) – dok. **20.00** Kobiety, które niosły śmierć 11 (4) – dok. **21.00** Psy na służbie z Jimem Belushim (1, 2) **22.00** Seryjni mordercy: Joel Rifkin (2) – dok., USA 2023 **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (4) – dok. **0.50** Spowiedź seryjnego mordercy (4)

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (3) – dok. **6.30** Kołowrotek (198) – mag. **7.00** Dorwać tuńczyka (10, 11) – dok. **9.00** Wojny magazynowe 15 (351, 352) **10.00** Wojny kontenerowe (4, 5) – dok. **11.00** Hardkorowy lombard (22-27) – dok. **14.00** Polacy za granicą (143, 144) – serial dok. **16.00** Złomiarze (27, 28) – dok. **18.05** Poszukiwacze historii (248-250, 245) – serial dokum. **20.05** Chłopaki do wzięcia (489-492) **22.00** Zawód glina (1) **23.05** Łowca pedofilów (165, 167, 169, 171-177) **4.00** Starożytni kosmici (150, 151)

DTX

9.10 Militaria na warsztat (12, 13) – dok., Niemcy 2018 **11.10** Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Niemiecka budowlanka (6, 7) – pr. rozr. **15.10** Fani czterech kółek **17.10** Absurdy drogowe (5, 6) – rozr. **18.10** Absurdy drogowe 10 (7, 8) **19.10** Fani czterech kółek **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Dwa oblicza survivalu: Meksyk **22.10** Uliczne wyścigi **0.10** Policjanci z Kent **2.10** Królowie asfaltu **3.40** Metro po szwedzku (2) – dok. **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (3) – dok.

ELEVEN SPORTS 3

11.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Lazio – SSC Napoli **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC **16.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **17.00** Bundesliga Special (21) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter – Napoli **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: SC Freiburg – FC Köln **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens **0.00** Bundesliga Special (18) – mag. **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Moi bohaterowie – mag.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie **16.05** Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2 **20.05** Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA

22.00 POLSAT

Wrogowie publiczni

HIT

GANGSTERSKI Znienawidzony przez władze, kochany przez tłumy – historia legendarnego przestępcy.

Rok 1933. John Dillinger (Johnny Depp) warunkowo opuszcza więzienie. Wkrótce razem z kompanami dokonuje serii napadów na banki. Popularność bandy wśród Amerykanów, zmęczonych życiem w czasach wielkiego kryzysu, rośnie równolegle z irytacją policji, która jest bezsilna. John zostaje ogłoszony wrogiem publicznym numer jeden. Zadanie jego schwytania otrzymuje nieustępliwy agent Melvin Purvis (Christian Bale, zdj.). Rozpoczyna się pościg, który przejdzie do historii.

INFO: USA 2009, reż. Michael Mann, wyk. Johnny Depp, Christian Bale, Jason Clarke **120 min do godz. 0.00**

20.00 TVN

Poznaj moich rodziców

KOMEDIA Konserwatywni rodzice Pam (Teri Polo) odwiedzają przyszłych teściów córki – byłych hipisów, Berniego (Dustin Hoffman) i Rozalin (Barbra Streisand, zdj.). Konflikt wydaje się kwestią czasu. **150 min**

USA 2004, reż. Jay Roach, wyk. Robert De Niro, Ben Stiller, Dustin Hoffman, Blythe Danner

20.00 TVN 7

Godziny szczytu 2

KOMEDIA SENSACYJNA W Hongkongu detektyw Lee (Jackie Chan, zdj.) zajmuje się sprawą morderstwa dwóch amerykańskich agentów. Pomaga mu Carter (Chris Tucker, zdj.), policjant z Los Angeles. **130 min**

USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, John Lone, Ziyi Zhang

20.00 TVP KULTURA

Whiplash

DRAMAT OBYCZAJOWY Perkusista Andrew (Miles Teller, zdj.) dołącza do szkolnej orkiestry pod kierunkiem Fletchera (J.K. Simmons, zdj.). Surowy nauczyciel wyładowuje swoje frustracje na uczniach. **115 min**

USA 2014, reż. Damien Chazelle, wyk. Miles Teller, J.K. Simmons, Paul Reiser, Austin Stowell

20.00 TV PULS

Najwyższy wyrok

SENSACYJNY Byli komandosi Manning (Steve Austin, zdj.) i Cross (Steven Seagal, zdj.) mają eskortować skazańców z likwidowanego zakładu karnego. Więzienie zostaje zaatakowane przez najemników. **125 min**

USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison

20.00 STOPKLATKA

Nietykalni

DRAMAT KRYMINALNY Chicago, czasy prohibicji. Agent Ness (Kevin Costner) kompletuje zespół, który ma doprowadzić do uwięzienia słynnego gangstera, Ala Capone (Robert De Niro, zdj.). **155 min**

USA 1987, reż. Brian De Palma, wyk. Kevin Costner, Sean Connery, Andy Garcia

20.45 PULS 2

Jak upolować faceta

KOMEDIA Rozwiedziona Stephanie (Katherine Heigl, zdj.) zatrudnia się u kuzyna, który tropi zbiegłych przestępców. Na początek ma namierzyć Joego (Jason O'Mara, zdj.), który kiedyś złamał jej serce. **95 min**

USA 2012, reż. Julie Anne Robinson, wyk. Katherine Heigl, Jason O'Mara, Daniel Sunjata

21.00 CANAL+ PREMIUM

Smashing Machine

DRAMAT BIOGRAFICZNY Koniec lat 90. XX wieku. Mark Kerr (Dwayne Johnson, zdj.), zawodnik MMA, uzależnia się od opiatów. Po odwyku zaczyna przygotowania do najważniejszej walki w karierze. **120 min**

USA 2025, reż. Benny Safdie, wyk. Dwayne Johnson, Emily Blunt, Ryan Bader, Bas Rutten

21.00 SUPER POLSAT

Wydział zabójstw, Hollywood

KOMEDIA SENSACYJNA Joe (Harrison Ford, zdj.) i Calden (Josh Hartnett, zdj.) tropią mordercę. Bardziej niż śledztwem przejmują się jednak prywatnymi sprawami. **150 min**

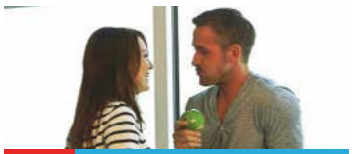
USA 2003, reż. Ron Shelton, wyk. Harrison Ford, Josh Hartnett, Lena Olin, Bruce Greenwood

22.10 TVN 7

Drużyna potępionych

SENSACYJNY Pięciu komandosów wpada w pułapkę w boliwijskiej dżungli. Gdy Clay (Jeffrey Dean Morgan, zdj.) i jego towarzysze uświadamiają sobie, że zostali zdradzeni, obmyślają plan odwetu. **130 min**

USA/Fr. 2010, reż. Sylvain White, wyk. Evan Mirand, Jeffrey Dean Morgan, Zoe Saldana



22.30 TVN

Kocha, lubi, szanuje

KOMEDIA Cal (Steve Carell) cierpi po odejściu żony Emily (Julianne Moore). Pomaga mu playboy Jacob (Ryan Gosling, zdj.). Wciąga on spokojnego domatora w świat rozrywek i przelotnych romansów. **150 min**

USA 2011, reż. Glenn Ficarra, John Requa, wyk. Steve Carell, Ryan Gosling, Emma Stone

22.30 TVP KOBIETA

Milionerzy

CZARNA KOMEDIA Historie ludzi, do których, jak się wydaje, uśmiechnął się los. Paul (Fabrice Eboué, zdj.) i jego żona próbują dotrzeć do Marsylii, by odebrać wygraną w lotto. Mają bardzo mało czasu. **115 min**

Fr. 2024, reż. Maxime Govare, Romain Choay, wyk. Anouk Grinberg, Pauline Clément

23.05 TVP 2

Ślubne wojny

KOMEDIA Najlepsze przyjaciółki Liv (Kate Hudson, zdj.) oraz Emma (Anne Hathaway, zdj.) planują wesela w wymarzonym hotelu. Błąd w rezerwacji sprawia, że stają się zagorzałymi rywalkami. **100 min**

USA 2009, reż. Gary Winick, wyk. Kate Hudson, Anne Hathaway, Chris Pratt

TVP 1 DVB T2

5.50 Słownik polsko@polski (680) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska
6.20 Balans bieli – program religijny
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.40 Rok w ogrodzie – magazyn
8.05 Rok w ogrodzie extra – magazyn
8.20 Pełnosprawni (659) – magazyn dla niepełnosprawnych
8.50 Ranczo 6 (73) – serial obycz., Pol. 2012
9.45 Komisarz Alex 7 (81) – serial krym.
10.40 Ojciec Mateusz 15 (191) – serial kryminalny, Polska 2016
11.40 Natura w Jedynce: Mali mieszkańcy Półwyspu Iberyjskiego (5-ost.) – serial dokumentalny, Hiszp.
12.40 Gwiazdy w południe: Hondo FILM – western, USA 1953, reż. John Farrow, 125 min
14.45 Okrasa łamie przepisy – mag. kulin.
15.20 Rozmowy na medal (4) – magazyn sportowy
16.00 Dziedzictwo (968) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Rolnik szuka żony 12 (5) – telenowela dokumentalna, Pol. 2025
18.20 Program informacyjny 19.30
18.40 Piłka nożna: Mistrzostwa LIVE świata 2026 – studio

TVP 2 DVB T2

3.00 Piłka nożna: Mistrzostwa LIVE świata 2026 – studio
3.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata LIVE 2026 – mecz 1/16 finału
5.55 Barwy szczęścia (3343) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1917) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Górna półka smaku (2) – magazyn kulinarny
11.55 Zmiennicy (5) – serial komediowy, Pol.
13.05 Panna młoda (136) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1880) – teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 (9) – widowisko, Polska 2025
16.20 Na dobre i na złe (986) – serial obyczajowy, Polska 2026
17.20 Panna młoda (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.10 Va banque (1005) – teleturniej
18.45 Wyższa Szkoła Jazdy (5) – magazyn motoryzacyjny
19.10 Słowo na niedzielę
19.25 Rodzinka.pl (298) – serial komediowy, Polska 2025

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 halo tu polsat – magazyn
11.30 Pierwsza miłość (4171-4174) – serial obyczajowy, Polska 2025
14.40 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna FILM – film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus
Nastoletni Percy (Logan Lerman) dowiaduje się, że jest synem Posejdona. Zostaje oskarżony o kradzież pioruna należącego do Zeusa. Bogowie wysyłają za nim mitologiczne bestie, aby odebrały mu broń. 150 min
17.10 Jak rozpętałem II wojnę światową FILM (2/3) – komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski
Franek Dolas (Marian Kociniak) zostaje wcielony do Legii Cudzoziemskiej. Po apelu generała de Gaulle'a legioniści przechodzą na stronę aliantów. Pechowiec trafia do angielskiego obozu jenieckiego. 100 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Prezydenci i premierzy (458) – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1688) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Pogromcy chaosu (9) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.25 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (1) – program rozrywkowy
12.00 Wspinaczka: Zawody World LIVE Series w Krakowie – studio
12.20 Wspinaczka: Zawody World Series LIVE w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały
Na Rynku Głównym do rywalizacji staną specjalistki i specjaliści we wspinaczce na czas. Po raz ostatni przed polską publicznością zaprezentuje się Aleksandra Mirosław. Mistrzyni olimpijska po tym sezonie zakończy karierę. 60 min
13.20 Wspinaczka: Zawody World LIVE Series w Krakowie – studio
13.30 Młode gliny (13) – serial krym., Polska
14.35 Step Up: Taniec zmysłów FILM – film muzyczny, USA 2006, reż. Anne Fletcher, 130 min
16.45 Nigdy w życiu! – komedia FILM romantyczna, Polska 2004, reż. Ryszard Zatorski, 135 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.45 Uwaga! – magazyn reporterów

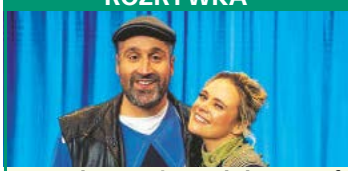
PIŁKA NOŻNA

18.50 Mistrzostwa świata 2026 LIVE – mecz 1/8 finału
Czas zacząć walkę o awans do ćwierćfinału. Jedną z ekip, która wystąpi dziś na stadionie w Houston może być Holandia. Cztery lata temu podczas MŚ Katarze Pomarańczowi znaleźli się w najlepszej ósemce turnieju. 160 min
21.30 Deyna. Geniusz do zatracenia – film dokumentalny, Polska 2024
22.35 Piłka nożna: Mistrzostwa LIVE świata 2026 – studio
22.50 Piłka nożna: Mistrzostwa LIVE świata 2026 – mecz 1/8 finału
1.30 Amok – film psychologiczny, FILM Polska 1998, 115 min

WIDOWISKO

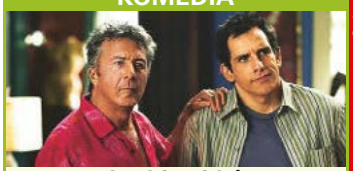
20.00 Lato z Radiem i Telewizją Polską – Polska 2026
Trzecim przystankiem na wakacyjnej trasie koncertowej jest Zakopane. U podnóża Tatr wystąpią m.in. Justyna Steczkowska, Majka Jeżowska, Reni Jusis, Afromental, Piersi, Organek, Universe oraz Brathanki (zdj.). 130 min
22.10 Gabi Drzewiecka zaprasza (4) – talk-show
23.05 Ślubne wojny – komedia FILM romantyczna, USA 2009, reż. Gary Winick, 100 min
0.45 Krytyczna godzina – film kryminalny, FILM Wielka Brytania/USA 2019, 105 min
2.30 Akacjowa 38 – telen., Hiszpania 2015

ROZRYWKA



19.55 Kabaret na żywo. Chyba Czesuaf (173) – Polska 2026
Olga Łasak (zdj.) i artyści z kabaretu Zdolni i Skromni przedstawią m.in skecz o naukach przedmałżeńskich. 125 min
22.00 Wrogowie publiczni FILM – film gangsterski, USA 2009, reż. Michael Mann
HIT Scenariusz oparty na książce Bryana Burrougha przybliża ostatni okres życia legendarnego przestępcy. 120 min
0.00 Escape Room: Najlepsi z najlepszych FILM – horror, RPA/USA/Węgry 2021, reż. Adam Robitel, 175 min
2.55 Świat według Kiepskich (383, 384)
4.05 Kabaretowa Ekstraklasa (102)

KOMEDIA



20.00 Poznaj moich rodziców FILM – USA 2004, reż. Jay Roach
Kontynuacja filmu „Poznaj mojego tatę" z 2000 roku. Gratką dla kinomaniaków jest ekranowy pojedynek hollywoodzkich gigantów: Roberta De Niro i Dustina Hoffmana (zdj.). 150 min
22.30 Kocha, lubi, szanuje – komedia FILM romantyczna, USA 2011, reż. Glenn Ficarra, John Requa, 150 min
1.00 Zmierzch – film fantasy, USA 2008, FILM reż. Catherine Hardwicke, 135 min
3.15 Uwaga! – magazyn reporterów
3.30 Wallander (6) – serial kryminalny, Wielka Brytania/Szwecja/USA 2010
5.10 Nauka jazdy 5 (14) – pr. rozrywk.

20

TV4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (191) – reality show, Polska
7.00 Galileo (1167, 1168) – program popularnonaukowy
9.05 #Jesteśmy dla dzieci – magazyn
9.30 Galileo (1169) – program popularnonaukowy
10.30 Mini Galileo (95, 28) – program popularnonaukowy
11.05 Galileo (1176, 1177) – program popularnonaukowy
13.05 Doktor Dolittle – komedia, USA 1998, FILM reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Ossie Davis, Oliver Platt, Peter Boyle, Richard Schiff, 110 min
14.55 Policjantki i Policjanci (1381-1385) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (121-124) – serial kryminalny, Polska 2026
23.55 Gwiazdy Kabaretu (180, 181) – pr. rozr.
1.55 STOP Drogówka – magazyn policyjny
2.55 Interwencja – magazyn reporterów
3.25 Lubię disco! (274) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – program muzyczny
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Kobra – oddział specjalny (2-4) – serial sensacyjny, Niemcy 2016
9.00 Taki jest świat 11 (27) – program informacyjny
9.25 Boso przez świat – cykl reportaży, Polska 2009
10.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (521, 523, 525, 527, 529) – serial obyczajowy, Polska 2022
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963-967) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Mocne sobotnie kino: Najwyższy wyrok FILM – film sensacyjny, USA 2012, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Michael Paré, Steve Austin, Ian Robison, Aliyah O'Brien, 125 min
22.05 Pasażer – thriller, USA/Francja 2018, reż. FILM Jaume Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Vera Farmiga, Patrick Wilson, Jonathan Banks, Sam Neill, Elizabeth McGovern, Killian Scott, 125 min
0.10 Polowanie na czarownice – film FILM przygodowy, USA 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore, Stephen Graham, 115 min
2.05 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

5.50 Ale numer! 20 (10) – program rozrywk.
6.35 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
7.35 Kacze opowieści – serial animowany
8.35 Corgi, psiak królowej – film FILM animowany, Belgia/USA 2019, 95 min
10.10 Gnomeo i Julia. Tajemnica zaginionych krasnali FILM – film animowany, Wielka Brytania/USA 2018, 105 min
11.55 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (10, 11) – serial dok., Pol. 2015
13.05 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (8, 9) – program rozrywk.
15.05 Kapitan Szablozęby i skarb piratów FILM – film familijny, Norwegia/Wielka Brytania 2014, reż. John Andreas Andersen, 135 min
17.20 Toto rozrabiaka 2 – komedia, Francja FILM 2023, reż. Pascal Bourdiaux, 100 min
19.00 Snoopy i Charlie Brown – film FILM animowany, USA 2015, 105 min
20.45 Jak upolować faceta – komedia FILM romantyczna, USA 2012, 95 min
22.20 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja FILM 1995, reż. Martin Scorsese, 220 min
2.00 Wstydliwe choroby 7 (1, 2) – serial dok.
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (188)
5.00 Kręcimy z gwiazdami (8) – pr. rozrywk.

TVN 7 DVB T2

5.25 Szkoła (772) – serial paradokum., Pol. 2019
6.15 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (1) – program rozrywkowy
7.15 Nowe Zwariowane Melodie – anim.
8.00 Kompas szkieletora – film familijny, FILM USA 2022, reż. Sandra L. Martin, wyk. Luke Loveless, Caleb Baumann, 100 min
9.40 Zgłoś remont 11 (5) – program rozrywk.
10.45 Bitwa o gości (1) – reality show
11.50 Ukryta prawda (1427-1429) – serial paradokumentalny, Polska
14.55 Szpital św. Anny (17, 18) – serial obycz.
16.55 Detektywi (329) – serial fabularno-dokum.
17.55 Kroniki Spiderwick – film fantasy, USA FILM 2008, reż. Mark Waters, wyk. Freddie Highmore, Sarah Bolger, 125 min
20.00 Godziny szczytu 2 – komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, 130 min
22.10 Drużyna potępionych – film FILM sensacyjny, USA/Francja 2010, 130 min
0.20 Matrix Zmartwychwstania FILM – film s.f., USA/Australia 2021, reż. Lana Wachowski, wyk. Keanu Reeves, 160 min
3.00 Żyjąc z potworem 8 (19) – serial dok.
3.50 Fachowcy (6) – serial paradok., Pol. 2017
4.25 Dorota was urządzi! (7, 8) – pr. rozrywk.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

6.30 Kulturalni – magazyn
7.15 Turystyczna jazda
7.30 Pytanie na śniadanie
11.20 Wilczy apetyt – mag.
11.30 Podróże z historią (13)
12.05 Gruby (7-ost.) – przyg.
12.40 Panna z mokrą głową (1) – dla młodzieży, Pol.
13.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dok., 2025
13.45 Echo serca (5) – obycz.
14.35 Na sygnale (649, 650)
15.35 Okrasa łamie przepisy
16.05 Życie lasu. Ptaki – film dokumentalny, Pol. 2018
16.50 Fajna Polska – mag.
17.05 Ja wam pokażę! (9)
17.55 Teleexpress
18.20 Wojna domowa (9, 10)
20.10 Program informacyjny 19.30
20.30 Pogoda
20.40 Zatoka szpiegów (8)

TVP ROZRYWKA

11.50 To jest grane – wakacyjnie (95)
12.20 Prywatne życie zwierząt 14 (7)
12.55 Daję słowo – Maciej Orłoś (5) – talk-show
13.50 Postaw na milion
15.45 Moje przeboje (10)
16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – teleturniej
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1) – teleturniej
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (2) – teleturniej
17.40 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (2) – teleturniej
18.00 Koło fortuny (2045)
18.40 Moje przeboje (12)
19.15 Olga Lipińska zaprasza (9) – talk-show
20.00 Program rozrywkowy

TTV HD DVB T2

7.20 Raport końcowy (824)
7.45 Ciężarówką przez Wietnam (1) – dok., Pol.
8.45 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (2)
9.45 Express – pr. inform.
10.05 Gogglebox. Przed telewizorem 24 (3)
11.05 Nic do zgłoszenia 6 (7)
12.05 Zakup w ciemno extra (29) – reality show
12.35 Zakup w ciemno 7 (30-32) – reality show
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (12)
17.05 Usterka 14 (9)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport – pr. inf.
18.10 Zakup w ciemno 7 (29) – reality show, Pol. 2026
19.05 Zakup w ciemno extra (28) – reality show
19.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (297) – reality show, Polska 2023
7.30 Ewa gotuje (562, 563) – magazyn kulinarny
8.30 Z klimatem i z pasją (249) – program publicystyczny
9.00 Dlaczego ja? (1388-1392) – serial paradokum., Polska 2024
14.00 Sekrety rodziny (152) – serial paradokum., Pol.
15.05 Więzienie kobiet (114-116) – serial dokumentalny, Pol. 2025
16.30 Nasz nowy dom (364) – reality show, Polska 2026
17.45 Polsat Hit Festiwal 2026 (1) – koncert, Polska 2026

POLSAT FILM

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (170) – pr. rozr.
7.55 Sąsiedzi – anim.
8.15 Byli sobie podróżnicy
9.55 Kung Fu Panda: Sekrety Potężnej Piątki – film anim., USA 2008
10.30 Sezon na misia – film animowany, USA 2006, reż. Jill Culton, 100 min
12.10 Ania z Zielonego Wzgórza (1/2) – film obyczajowy, Kanada/RFN/USA 1985, 130 min
14.20 Ghostbusters – pogromcy duchów – komedia, USA/Australia 2016, 140 min
16.40 Krudowie – film anim., USA 2013, 125 min
18.45 Pacific Rim: Rebelia – film s.f., Wlk. Bryt./Chiny/Jap. 2018, 135 min

AXN

6.15 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012, reż. Bill Condon, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner, Peter Facinelli, 115 min
8.10 Rekrut 8 (11, 12) – serial kryminalny, USA 2026
10.05 MacGyver 2 (6-10) – serial akcji, USA 2017-2018
15.05 FBI: Most Wanted 3 (14-18) – serial kryminalny, USA 2020 LaCroix wraz z ekipą ściga Harleya Rossa, brutalnego partnera Lucy Carver. Mężczyzna podczas poszukiwania byłej towarzyszki dokonał wielu zabójstw. 295 min

20

DRAMAT

21.35 Figurant – Polska 2023, reż. Robert Gliński Kraków, połowa XX wieku. Fotograf Bronisław Budny (Mateusz Więcławek, zdj.) wstępuje do SB. Ma rozpracować Karola Wojtyłę. 115 min
23.30 Zawsze z Wami chciałbym być – 30 lat Ich Troje – koncert, Pol.
23.45 Laskowik & Malicki – niedziela wieczór (20) – program rozrywk.
0.40 Ja wam pokażę! (9) – serial obycz., Pol. 2007

ROZRYWKA

20.25 Kabaret Letnią Porą (9, 10) Podczas widowiska, utrzymanego w letniej konwencji, gwiazdy polskiego humoru prezentują swoje najbardziej udane skecze. 120 min
22.25 Postaw na milion – teleturniej
0.20 Koło fortuny (2045)
1.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (1) – teleturniej
1.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (1) – teleturniej

ROZRYWKA

20.00 Idź na całość 2 (9) W każdym odcinku uczestnicy podejmują ryzyko i próbują unikać zonka. Prowadzą Zygmunt Chajzer (zdj.) i Robert Motyka. 60 min
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (9) – program rozrywkowy
22.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (6) – serial fab.-dok.
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1, 2)
1.00 Diabelnie boskie 2 (7, 8) – reality show, Pol.

KOMEDIA

20.20 Pitch Perfect 3 – USA/Chiny 2017, reż. Trish Sie Amy (Rebel Wilson, zdj.), Beca (Anna Kendrick, zdj.) i pozostałe artystki skończyły koledż. Pragną ponownie razem zaśpiewać. Okazją jest udział w tournée. 100 min
22.00 Wojna żeńsko-męska – komedia, Polska 2011, 135 min
0.15 Życzenie śmierci – film sensacyjny, USA 2018, reż. Eli Roth, 140 min
2.35 Interwencja – mag.

SENSACYJNY

21.00 Szybcy i wściekli 10 – USA/Chiny/Japonia 2023, reż. Louis Leterrier Przed laty ekipa Doma Toretto (Vin Diesel, zdj.) doprowadziła do ruiny imperium bossa narkotykowego. Syn przestępcy planuje zemstę. 175 min
23.55 Life – horror s.f., USA 2017, reż. Daniel Espinosa, wyk. Jake Gyllenhaal, 130 min
2.05 Ślad (29, 10, 11) – krym.
5.00 Na ratunek 112 (858, 859) – paradok., Pol.

THRILLER

20.00 Olimp w ogniu – USA 2013, reż. Antoine Fuqua, wyk. Gerard Butler, Aaron Eckhart, Finley Jacobsen Terroryści przejmują kontrolę nad Białym Domem. Do walki z nimi staje Mike (Gerard Butler, zdj.), który był ochroniarzem prezydenta. 150 min
22.30 Londyn w ogniu – film sens., Wlk. Bryt./USA/Bułgaria 2016, 110 min
0.20 Uprowadzona 2 – film sensacyjny, Francja/USA/Turcja 2012, 120 min

TVP HISTORIA DVB T2

11.50 Wszystkie kolory świata – serial dokum. **12.55** Krainy cudów natury (3) **14.00** Ex Libris **14.30** Wielka droga – dramat wojenny, Polska/Wł. 1946 **16.05** Flesz historii (768) **16.35** Tajemnice kultowych seriali (3) – serial dok. **17.25** Blisko, coraz bliżej (10) – obycz., Pol. **19.05** Independence Dawn: The Forgotten Revolution (2) **20.00** Zbrodnie sprzed lat (5) – dok. **20.55** Ferrari – dramat biograf., USA/Wlk. Bryt./Wł. 2023 **23.15** Mechanik: Czas zemsty – dram. sens., USA/Niem. 2005 **1.00** Historia w postaciach zapisana – cykl dok.

TVP KULTURA DVB T2

11.40 Dokument w podróży: Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (1) **12.45** Światła wielkiego miasta – komedia, USA 1931 **14.25** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (2) **15.40** Wydarzenie aktualne **16.15** Retro kino: Lawrence z Arabii – dramat przygodowy, Wielka Brytania 1962 **20.00** Bilet do kina: Whiplash – dramat obycz., USA 2014 **21.55** 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza (2) – koncert **23.00** Kino nocne: Niczego nie żałuję – Edith Piaf – dramat biograf., Fr./Wlk. Bryt./Czechy 2007

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia **6.40** SuperLudzie (38) – dok. **7.15** Była sobie Ziemia **9.30** Kupiliśmy zoo – komediodramat, USA 2011 **11.55** Świat według Kiepskich (541-546) – serial kom., Polska **15.25** Złomiarze (20, 21) – dok. **17.25** Świat według Kiepskich (547-549) – kom. **18.55** Kolacja w ciemno (10, 11) – pr. rozr. **21.00** Wydział zabójstw, Hollywood – kom. sens., USA 2003 **23.30** Gran Turismo – dramat przyg., USA/Jap. 2023 **2.05** Backdoor. Wyjście awaryjne (10) – kom. **2.35** Świat według Kiepskich (378, 379) **3.45** Nasz nowy dom (243, 244)

ZOOM

8.05 Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (8) – dok. **8.35** Jakubiak rozgryza Polskę 2 (1, 2) – mag. **9.40** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **13.00** Stawka większa niż życie (11, 12) – serial wojenny, Pol. **15.45** Gang Olsena idzie na wojnę – komedia sens., Dania 1978 **18.00** Dynamo: Więcej niż magia (1, 2) – serial dok. **20.00** Hity polskiego kabaretu 7 (6) – rozr. **21.00** Psy – dramat sens., Pol. 1992 **23.15** Adam szuka Ewy. Niemcy (3) – rozr. **0.10** Magia nagości. Niemcy – reaktywacja (7) – pr. rozr. **1.15** Magia nagości. Dania (4)

METRO

8.00 Klan z Alaski – serial dok. **10.00** The Floor (7, 8) – telet. **11.15** Złomowisko PL 6 (1, 2) **13.15** Gwiazdy lumpeksów (7) **14.15** Makłowicz w Polsce (5) **14.50** No to lecę! (3) – rozr. **15.50** Niezwykłe Stany Prokopa 6 (8) – rozr. **16.50** Jestem z Polski 2 (5) – dok. **17.50** Kryminalni 2 (6, 7) – serial krym. **20.00** Jak boss – komedia, USA 2020 **22.00** Na zabójczej ziemi – film sens., USA 1994 **0.05** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (3) – dok. **1.05** Szpital (773) – paradok. **2.05** Szkoła (526, 527) **3.35** Nowa Maja w ogrodzie 4 (24, 25) – mag.

ALE KINO +

10.20 Nicolas Cage: Szalony geniusz Hollywoodu – dok. **11.35** The Office PL 3 (1-3) – krom. **13.25** Śmierć na Nilu – film krym., Wlk. Bryt. 1978 **16.10** Opadające liście – komediodramat, Niemcy/Finlandia 2023 **18.00** W sieci wojny – thriller, USA 2025 **20.10** Morderstwo na basenie – thriller, USA 2024 **22.05** Walden – thriller, USA 2023 **0.15** Pokusa – thriller, USA 2012 **2.25** Powrót (6-ost.) – kom. **3.05** Sweat – dram. obycz., Polska 2020 **4.50** Meduzy – film krótkometraż. **5.05** Kruk. Szepty słychać po zmroku (4) – krym.

TV TRWAM DVB T2

17.00 Wybierz więc życie – pr. religijny **17.30** Przełamując bariery – cykl reportaży **17.55** Poczet wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** W Naszej Rodzinie **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Manna z Nieba – pr. dla dzieci **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (3) – dok. **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Warto być ojcem **22.15** Głos serca (134) – obycz., USA

ANTENA HD DVB T2

8.00 Sekretne historie muzyczne (1) – rozr. **9.00** Wojny konteneróme (11-16, 1-4) – dok. **14.00** Australijscy poszukiwacze złota 2 (4) – dok., Australia **15.00** Australijscy poszukiwacze złota 3 (5-7) – serial dok. **18.00** Polska. Największe tajemnice (2) – rozr. **19.00** 77 TV 5 (30) **20.00** Morderstwa we Francji – Plaża Omaha – film krym., Francja/Bel. 2018 **22.00** Girl in Room 13 – dram. obycz., Kan./USA 2022 **0.00** Helen nie żyje – komediodramat, USA 2023 **1.40** Zagłada Ziemi – dok., USA 2013 **3.40** 77 TV 4 (3, 2)

TVS

6.00 Telesprzedaż **7.00** Pogoda – mag. **7.05** Klachy i Lachy – pr. rozr. **7.40** Koncert życzeń **9.25** Muzyczne dzień dobry – pr. muz. **10.05** Przy muzyce po Śląsku **11.00** Klachy i Lachy **11.20** Spotkanie z balladą **12.35** Przy muzyce po Śląsku – pr. rozr. **13.35** Klachy i Lachy – rozr. **14.00** Szlagierowa lista **16.00** Koncert życzeń **17.45** Przy muzyce po Śląsku – rozr. **18.25** Śląska karuzela – muz. **19.55** Hansi Hinterseer zaprasza – pr. rozrywk. **22.00** Koncert w TVS **23.45** Szlagierowa lista **1.40** Program muzyczny

WP DVB T

12.00 Pokochaj lub sprzedaj 6 (10) – dok. **13.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (20) **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (6) **15.00** Policjanci z sąsiedztwa 4 (14, 15) – dok. **16.55** Pogoda (62) – inf. **17.00** Policjanci z sąsiedztwa 4 (16) – dok. **18.00** Strażacy z sąsiedztwa 2 (1) – dok. **19.00** Policjanci w akcji (8) – obycz. **20.00** Kabaretowa noc pod gwiazdami (1, 2) **21.55** Pogoda (62) **22.00** Kabaretowa noc pod gwiazdami (3, 4) **0.00** Kabaret na żądanie (28) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 16 (3) – rozr.

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

12.30 Gwiazdy dla Ciebie (40) **13.00** Polskie szlagiery **14.00** Disco Weekend z Blondi (113) **15.00** Hit za hitem – muz. **19.00** Disco Polo Live (849) – pr. muz. **20.00** Imprezowe sztosy – muz. **23.00** Hit za hitem – pr. muz.

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Lekarze na start (19-23) – serial obyczajowy, Pol. 2017 **9.35** Poirot 3 (5-9) – serial kryminalny, Wielka Brytania 1991 **15.00** Zatraceni w miłości (21-25) – telenowela, Turcja 2023 **20.05** Detektyw Murdoch 19 (3) – krym., Kan./Wielka Brytania **21.00** Dalgliesh 3 (1) – serial krym., Wlk. Bryt. **23.00** Królowa węży (8) – serial kostium., USA **0.05** Zatraceni w miłości (21-25) – telenowela, Turcja 2023 **4.25** Poirot 3 (9) – krym., Wielka Brytania 1991 **5.15** Detektyw Murdoch 19 (3) – serial kryminalny, Kan./Wlk. Bryt.

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (8, 9) – magazyn poradnikowy
7.00 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.15 Miś Kudłatek – anim. ●
7.45 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
8.15 Chłopi (1, 2-ost.) – film FILM obyczajowy, 1973, reż. Jan Rybkowski, 215 min
11.50 Potop Redivivus – film FILM hist., 2014, 240 min
15.50 Hallo Szpicbródka, czyli ostatni występ króla kasiarzy – komedia kryminalna, 1978, 145 min
18.15 Motylem jestem, czyli romans czterdziestolatka – komedia FILM obyczajowa, 1976, reż. Jerzy Gruza, 105 min

DRAMAT

20.00 Niepokonani – USA/ FILM Polska/ZEA 2010 Syberia, 1940 rok. Janusz (Jim Sturgess, zdj.) trafia do sowieckiego łagru. Razem ze współwięźniami decyduje się na ucieczkę. 170 min
22.50 Rozmowy nocą FILM – komedia romantyczna, 2008, 120 min
0.50 Ostatnia misja – film FILM sens., 1999, 135 min
3.05 Dom zły – dramat kryminalny, 2009, 155 min ● FILM
5.40 Diabeł – film krótkometr.

TVP SERIALE

5.15 Na sygnale (856-858) – serial fab.-dokum., Polska 2026
6.40 U Pana Boga w ogródku (7) – serial komediowy, Polska 2008
7.30 Na sygnale (859-863) – serial fab.-dokum., Polska 2026
10.15 Ranczo 8 (95, 96) – serial obycz., Pol. 2014
12.00 Rodzinka.pl (297-299) – serial komediowy, Pol.
13.35 Ojciec Mateusz 29 (376, 377) – serial kryminalny, Polska 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (303) – serial kryminalny, Pol.
16.30 Ranczo 8 (97) – serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Czterdziestolatek (16) – serial obyczajowy, Polska 1976

KOMEDIOWY

18.30 U Pana Boga w ogródku (8) Odbywa się huczne wesele młodszego aspiranta Cielęckiego i córki komendanta. Tymczasem Bocian planuje ślub z Halinką Struzikową. 55 min
19.25 Ojciec Mateusz 29 (378-380) – serial krym.
22.25 Ranczo 8 (98, 99)
0.20 Komisarz Alex 24 (303, 304) – serial krym.
2.10 PitBull (18) – sens., Pol.
3.10 Oficerowie (6) – sens.
4.10 Rodzinka.pl (149, 150)

13 ULICA

6.15 Follow (4) – serial sensacyjny, Francja 2023
7.00 Na granicy: Spadek Hildy – film kryminalny, FILM Niemcy 2022, reż. Eoin Moore, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarczyk, Ada Philine Stappenbeck, Lars Rudolph, 115 min
8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (7-16) – serial sensacyjny, USA 2023
18.05 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2021 Mściwy handlarz bronią próbuje dopaść dwójkę złodziei. Kramer prosi Vicky i Semira o pomoc w sprawie. 120 min

DRAMAT

20.05 Niepokojące zaginięcia: Pod presją 4 – Francja 2022 FILM Zaginęła dyrektorka firmy. Léonore (Julie Depardieu, zdj.) próbuje wyjaśnić okoliczności jej zniknięcia. 115 min
22.00 Morderstwo między wierszami: Słowa mogą zabić – krym., FILM USA 2019, 110 min
23.50 Worricker – Ostateczna rozgrywka – dramat FILM kryminalny, Wielka Brytania 2014, 120 min

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (776) – paradok.
6.00 Superbohaterowie (1)
6.30 Seriaale: rozmowy 2 (1) – magazyn
7.10 Kino Buzz Top 5 (13)
7.20 Dziewczyny z Hollywood 3 (16)
7.35 Prawo Agaty 3 (12, 13) – serial obycz., Pol. 2013
9.30 Prawo Agaty 4 (1, 2) – serial obycz., Pol. 2013
11.40 Tom i Jerry – film FILM familijny, USA/Wlk. Bryt./ Francja 2021, 130 min
13.50 Nowe przygody Aladyna – komedia, FILM Fr./Bel. 2015, 135 min
16.05 Liga potworów FILM – film animowany, USA 2022, 125 min
18.10 Bella i Sebastian 3 FILM – film familijny, Francja 2017, 110 min

OBYCZAJOWY

20.00 Polityka FILM – Polska 2019 Sceny z życia rządzących. Prezes (Andrzej Grabowski, zdj.) przechodzi operację nogi. Poznaje rehabilitanta o innych poglądach politycznych. 170 min
22.50 Zakonnica 2 – horror, FILM USA/Wielka Brytania 2023, 135 min ●
1.05 Nocny pościg – dramat FILM sens., USA 2015, 125 min
3.10 Zawieruchy przepis na kino (19) – pr. rozr.

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (170) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (985) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (70) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (213, 214) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (256, 257) – serial krym.
10.45 Czy wiesz, że? (284)
11.20 Na sygnale (644, 645) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (73) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (37) – serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 6 (73, 74) – serial obycz., Pol. 2012
16.10 Postaw na milion
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 24 (316) – krym., Pol. 2020

OBYCZAJOWY

19.20 Ranczo 7 (79-81) – Polska 2013 Czerepach i Kozioł zakładają Polską Partię Uczciwości. Jej członkiem zostaje m.in. Solejuk. Liczy, że otrzyma immunitet. 180 min
22.20 Dracula – horror, USA FILM 1992, reż. Francis Ford Coppola, wyk. Gary Oldman, 135 min
0.35 Profilerka (7-9) – krym.
3.30 Planeta singli FILM – komedia romantyczna, Polska 2016, 140 min

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 2 (6-9) – krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson i Rex 8 (4, 5) – serial kryminalny, Kan.
12.00 Top Dog. Ameryka (1) – serial dokumentalny
13.35 Tata i małolata FILM – komedia, USA/Francja 1994, reż. Steve Miner, wyk. Gérard Depardieu, Katherine Heigl, 115 min
15.30 Święty – film FILM sensacyjny, USA 1997, reż. Phillip Noyce, wyk. Val Kilmer, Elisabeth Shue, Rade Šerbedžija, 135 min
17.45 RoboCop – film s.f., FILM USA 2014, reż. José Padilha, wyk. Joel Kinnaman, Gary Oldman, Michael Keaton, Abbie Cornish, 135 min

DRAMAT

20.00 Nietykalni – USA 1987 FILM Ness (Kevin Costner, zdj.), uczciwy agent federalny, wypowiada wojnę gangowi Ala Capone. Pomagają mu policjant i księgowy. 155 min
22.35 48 godzin – komedia FILM sens., USA 1982, 120 min
0.35 Przepraszam, czy tu biją? – film sensacyjny, FILM Polska 1976, 115 min
2.30 Klub włóczykijów FILM – film familijny, Polska 2015, 130 min
4.40 Kabaretowe hity (3)

CANAL+ PREMIUM

11.25 Jutro będzie nasze – komediodramat, Wł. 2023 **13.20** Kiedy nadchodzi jesień – dram. obycz., Francja 2024 **15.00** Premiera: Kaśka Sochacka – „Ta Druga na Bis" (Live) **15.50** Niania w Nowym Jorku – komedia romant., USA 2007 **17.30** Ultimatum Bourne'a – film sens., USA/Niem. 2007 **19.25** Thelma – komedia, Szwajcaria/USA 2024 **21.00** Premiera: Smashing Machine – dramat biograficzny, USA 2025 **23.00** Grindhouse: Death Proof – thriller, USA 2007 **0.50** Królestwo – dramat sensacyjny, USA/Niemcy/ZEA 2007

CANAL+ FILM

12.20 Łapu capu – program rozrywk. **12.25** Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009 **14.20** Call me lala **14.45** Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013 **16.05** Azyl – dramat biograf., Czechy/Wielka Brytania/USA 2017 **18.10** Krucjata Bourne'a – thriller, USA/Niemcy 2004 **19.55** Łapu capu – pr. rozrywk. **20.00** Zdążyć przed śmiercią – western, USA 2025, reż. Ned Crowley **21.45** Aftermath – thriller, USA 2024 **23.20** Dom 1000 trupów – horror, USA 2003 **0.45** Małpa – horror, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2025

FILMBOX+ ONE

6.15 Gang Olsena: Paryski plan – kom. krym., Dania 1981 **8.15** Stawka większa niż życie (7, 8) **10.50** Merlin i wojna smoków – film fantasy, USA 2008 **12.45** Mit – film przygodowy, Chiny/Hongkong 2005 **15.05** Dobry rok – komediodramat, USA/Wlk. Bryt. 2006 **17.40** Książę i ja – komedia romantyczna, USA/Czechy 2004 **20.00** American Pie – komedia, USA 1999 **21.55** Patriota – film sensacyjny, USA 1998 **23.50** Strażnik czasu – thriller s.f., USA/Japonia 1994 **2.00** Turistas – thriller, USA 2006 **4.00** Bonanza – serial obyczajowy

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan (21, 22) **7.00** Tata ma plan 2 (1-3) **8.30** Teoria wielkiego podrywu 5 (14-24) **13.05** Teoria wielkiego podrywu 6 (1) – kom. **13.30** Przyjaciele 5 (20-22) **15.00** DMV – Ci od prawka (14-16, 18) – kom. **17.00** 9JKL (7-10) – serial kom. **19.00** Duchy (1, 2) – fantasy **20.00** Depresja gangstera – kom., USA/Australia 1999 **22.00** The Office PL 2 (7, 8) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (7, 8) – pr. rozrywk. **0.05** Miasteczko South Park (9-12) **2.05** Pracoholicy 2 (7-10) – kom. **3.35** Pracoholicy 3 (1) – kom. **4.00** Śmieszniej nie będzie 6 (1-5) – rozr.

HBO

9.30 Jak wytresować smoka – film animowany, USA 2010 **11.10** Pierwsza sprawa – dram. obycz., Francja 2023 **12.55** Nasz syn – dramat obycz., USA 2023 **14.40** Zabawy z piłką – kom., USA/Niemcy 2004 **16.15** Akademia Pana Kleksa – film fantasy, Pol. 2023 **18.25** O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019, reż. Charles Martin Smith **20.00** Premiera: Eleanor Wspaniała – dramat obyczajowy, USA 2025 **21.40** Księgowy 2 – thriller, USA 2025 **23.50** Nóż w nocnej ciszy – horror kom., USA/Wlk. Bryt./Kanada 2023

FX

5.10 Tropiciel (20) – serial krym. **5.55** Matlock (13) **6.50** Agenci NCIS 10 (2-4) **9.35** FBI 4 (2, 3) **11.25** CSI: Kryminalne zagadki Miami (25, 1) – krym. **13.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (11, 12) – serial krym. **15.05** Z archiwum X 2 (15-17) – s.f. **18.00** Faceci w czerni 2 – komedia s.f., USA 2002 **19.45** Faceci w czerni 3 – kom. s.f., USA 2012 **22.00** Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę – sens., USA 2004 **0.05** Pociąg z forsą – sens., USA 1995 **2.15** Paradise (8) – krym. **3.05** Tropiciel (20) – krym. **3.50** Zabójcze umysły 14 (6) – krym.

CANAL+ 360

12.00 Pelé: Król gry **13.00** W trasie z Normanem Reedusem 3 (6) – dok. **13.55** Co poszło nie tak 5 (6) **15.00** Koleją przez świat 4 (1, 2) – dok. **16.55** Wykrywacz historii 6 (1) – serial dok., Wł. **18.00** Nepal – z zachodu na wschód **19.00** Premiera: Speedshop: warsztat marzeń (1) – serial dokum. **20.15** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata (1) – dok. **21.10** Zabójcze drogi (3) – dok. **22.05** Porzucone konstrukcje (5) – dok. **23.00** Wykrywacz historii 6 (3) – dok. **0.05** Co poszło nie tak 5 (4)

BBC FIRST

6.00 Z pamiętnika położnej 10 (6, 7) – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą? 2 (10) **8.40** McDonald i Dodds 2 (2) **10.30** Morderstwa w Midsomer 24 (4) **12.20** Ojciec Brown 6 (3-5) **15.30** My Life is Murder 4 (7, 8) **17.35** Ulica nadziei 5 (7) **18.35** Śmierć z dala od palm (2) **19.50** Śmierć pod palmami 15 (8) – serial krym. **21.00** Annika (2) – krym. **22.05** Milczący świadek 22 (5, 6) **0.20** Śmierć z dala od palm (2) **1.25** Śmierć pod palmami 15 (8) **2.35** Z pamiętnika położnej 10 (7) **3.35** Ojciec Brown 6 (3-5) – krym.

ROMANCE TV

12.25 Gabinet z widokiem na morze: Zaręczyny z przeszkodami – film obycz., Niemcy 2025 **14.20** Statek marzeń – Makau – obycz., Niem. 2015 **16.15** Świeża krew w starym kraju: Beke rozrabia – dramat obyczajowy, Niemcy 2024 **18.05** Świeża krew w starym kraju: Na mieliźnie – dramat obyczajowy, Niemcy 2024 **20.00** Zabójcze tropiki (1, 2) **22.05** Nord Nord Mord – Clüver i szalona noc – krym., Niem. 2017 **0.00** Jeśli to miłość – melodram., Niem. 2016 **1.55** Zabójcze tropiki (1, 2) – krym.

FILMBOX+ HITS

9.45 Romans (jak) z powieści – komediodramat, USA 2011 **11.30** Camino – dramat obycz., Hiszpania 2008 **14.10** Powrót. Historia Howarda Winstone'a – dram. biograf., Wlk. Bryt. 2010 **16.20** Belcanto – melodramat, USA 2018 **18.15** Zaginiona – thriller, USA 2012 **20.00** The Occupant – thriller s.f., Holandia 2025 **22.00** Jazda bez zasad – thriller, USA 2018, reż. Jeremy Ungar, wyk. Bella Thorne **23.30** Olimp w ogniu – thriller, USA 2013 **1.40** Mroczna korona – film fantasy, Wielka Brytania 2025

TV 6 DVB T2

6.00 Jeźdźcy smoków – serial anim. **7.20** Przygody Tintina – film animowany, USA/Nowa Zelandia 2011 **9.35** Cobra Kai (23-25) – serial przygodowy **11.55** Strażnik Teksasu (7, 8) – serial sensacyjny **13.45** Poirot (7, 8) – serial krym. **15.55** Columbo (17, 18) – krym. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (43, 44) – krym. **21.55** Kości (107, 108) – krym. **23.50** S.W.A.T.: Miasto w ogniu – film sensacyjny, USA 2011 **1.40** Kochane pieniądze (79, 80, 1, 2) – paradok., Pol. **5.45** Telezakupy TV Okazje – magazyn rekl.

PARAMOUNT NETWORK

8.55 Dziewczyny z drużyny – komedia obyczajowa, USA 2000 **11.00** Wojownicze Żółwie Ninja: Zmutowany chaos – anim., USA/Japonia/Kan. 2023 **13.05** Lego przygoda – film anim., Australia/Dania/USA 2014 **15.25** Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998, reż. Mimi Leder **17.55** Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Japonia/Kanada 2020 **20.00** Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996 **22.30** Pszczelarz – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024 **0.30** Ojciec chrzestny – dramat sens., USA 1972

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.50 Kadr na Kino – mag.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Dwie strony – program informacyjny
19.05 Kadr na Kino – magazyn filmowy
19.15 Serwis informacyjny Prezentacja najnowszych wiadomości z Polski i ze świata. 10 min
19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny Ciekawe rozmowy reporterów z ważnymi gośćmi, którzy komentują najbardziej interesujące wydarzenia z kraju oraz z całego świata. 35 min

TLC

7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Patchworkowa rodzina Shemwellów
9.00 Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.
10.00 Mój chłopak jest maminsynkiem 2
11.00 Miss świata i jej siostry – serial dokum.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.
13.00 Rodzina 10+ 8 (10)
14.00 Niezwykłe przypadki medyczne 2 (4-7) – dok.
16.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (11) – serial dok.
17.00 Matka w ciąży, córka w ciąży – serial dokum.
18.00 Wiza na miłość 12 (6) – reality show, USA 2026
20.00 Baylen – życie na głos 3 (3) – dok.

TVN STYLE

5.20 Damy i wieśniaczki. PL 8 (16) – serial fab.-dok.
6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień – mag.
7.45 Dzień dobry LIVE **wakacje** – magazyn
11.30 Jestem z Polski 14 (8, 15) – serial dokum.
13.35 Jestem z Polski (5) – serial dokumentalny
14.35 Kobieta na krańcu świata (1) – serial dok.
15.35 Do zobaczenia (7) – magazyn poradnikowy
16.05 Bitwa o gości (8) – reality show, Pol. 2025
17.05 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy
18.05 Ugotowani (8) – pr. kulin.-rozrywk., Polska
19.05 Kuchenne rewolucje (5, 7) – program rozrywk.

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
7.00 Klan z Alaski – dok.
8.00 Bimbownicy 14 – dok.
9.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.
10.00 Łowcy opali 8 – dok.
11.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.
12.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.
13.00 Złomowisko PL 3 (1, 2) – serial dokumentalny
15.00 Nic do ukrycia (9) – serial dokumentalny
16.00 Przygody truckerki (5) – serial dokumentalny
17.00 Ciężarówką przez Afrykę (3) – serial dok.
18.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – serial dokumentalny

NATIONAL GEOGRAPHIC

6.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (3, 4): Akcja na skałach; Strome zbocze – serial dokumentalny
8.00 Inżynieryjne tragedie (1, 2) – serial dokumentalny
10.00 Katastrofa w przestworzach (6-10) – serial dokumentalny
16.00 Premiera: Car SOS (9): Rover P4 – serial dokumentalny
17.00 Krwawe pieniądze: Tajemnice radzieckiej gospodarki (1, 2) – film dokumentalny, Fr. 2024
19.00 UFO: Przełomowe śledztwa (1): Sygnalista UFO – serial dokumentalny

FOKUS TV

DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (704) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (36) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Rolnicy. Podlasie (39, 40) – serial dokum.
9.00 Premiera: Niezwykłe pociągi (3, 4) – dok.
11.00 Porzucone konstrukcje (7, 8) – dok.
13.00 Rolnicy. Podlasie (4-6) – serial dokumentalny
16.00 Podglądacze przyrody (6, 7) – serial dokum.
17.00 Największe statki świata (1) – serial dok.
18.00 Najbardziej niebezpieczne drogi do szkoły (10) – dok.
19.00 Premiera: Jak to wyjaśnić 2 (20, 21)
20.00 Tajemnice zamków (1) – serial dokumentalny

20

MAGAZYN

20.00 Superwizjer Program przybliża pracę dociekliwych dziennikarzy śledczych, którzy zajmują się tropieniem nieprawidłowości w życiu publicznym. 60 min
21.00 Rozmowy o końcu świata – pr. publicyst.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.40 Rozmowy o końcu świata – pr. publicyst.
1.45 Superwizjer – mag.
2.45 Fakty po Faktach – inf.

ROZRYWKA

21.00 Design w australijskim stylu Georgia i Richie zajmują się metamorfozą starego domu nad zatoką, który po metamorfozie zmieni się z sanktuarium muzyki. 60 min
22.00 Gdy jeden mąż to za mało – reality show, USA
23.00 Lekarze od twarzy
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Baylen – życie na głos 3 (3) – serial dok.
2.00 Design w australijskim stylu – pr. rozr.

DOKUMENTALNY

21.05 Taylor Swift kontra Scooter Braun (2) – Wielka Brytania 2024 Zdaniem gwiazdy pop menedżer artystów przejął prawa do jej twórczości. Twórcy badają, czy mogło dojść do przestępstwa. 70 min
22.15 Ślub od pierwszego wejrzenia 10 (11, 12) – reality show, Pol. 2024
0.25 Śluby marzeń (4) – rozr.
1.25 Seks – wypadki (1, 2) – serial fabularno-dokum.
3.25 Dieta czy cud? (7, 8)

DOKUMENTALNY

20.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2): 5 w skali EF Seria burz w Północnej Dakocie przeradza się w tornado, które osiąga najwyższą kategorię EF5 – pierwszą tak silną od ponad 12 lat. 60 min
21.00 Bimbownicy 14 – dok.
22.00 Łowcy opali 8 – dok.
23.00 Akta ekspedycji 2 – serial dokumentalny
0.00 Tajemnice Alaski
1.00 Co kryje Strefa 51? – film dokum., USA 2019
2.00 Łowcy staroci 12

DOKUMENTALNY

20.00 Miasta w liczbach (1) Powstanie kanału łączącego Atlantyk z wodami Pacyfiku skróciło trasy i uczyniło go niezwykle ważnym dla globalnej gospodarki. 60 min
21.00 Tajemniczy świat Majów (4, 2) – dok.
23.00 Ciemna strona świata (8, 9) – serial dokum.
1.00 Złapać przemytnika (2) – serial dokumentalny
2.00 Wyprawa na dno (1, 4)
4.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy (6) – dok.

DOKUMENTALNY

21.00 Niezwykłe konstrukcje 2 (1) Twórcy dają wgląd w osiągnięcia w dziedzinie technologii i inżynierii. Odwiedzają różne zakątki świata, by pokazać nowoczesne konstrukcje. 60 min
22.00 Niewyjaśnione zagadki (5) – dok.
23.00 Premiera: Poza kontrolą: Najtragiczniejszy wypadek drogowy we Francji – film dok., Francja 2021

POLSAT NEWS

12.45 Pogoda – inf. **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda – pr. inf. **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.30** Czysta Polska – pr. inf. **17.10** Interwencja – taka jest Polska – mag. **18.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **18.35** Debata polityczna **19.15** Prezydenci i premierzy – pr. publ. **19.50** Dobry wieczór, Polsko **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

14.30 U sąsiadów w kuchni 16 (7, 8) **15.40** ABC gotowania – kuchnia amerykańska (1) **16.05** M jak mięso 4 (1, 2) – dok. **16.55** Po prostu Jamie: szybko i łatwo (4) – mag. kulin. **17.50** Ekoporady z Julią Oleś 2 (1) – mag. **17.55** Jakubiak rozgryza Polskę (3, 4) – mag. **18.50** Włoska kuchnia Gino: sekrety południa (5, 6) – dok. **19.45** Planeta słodyczy (6) **20.15** Jakubiak rozgryza Włochy (1) – mag. **20.45** Premiera: Kulisy wielkiej kuchni (4) **21.40** Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (7) **22.35** Kuchenny recykling (1, 2) – mag.

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama – serial kryminalny **8.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **11.00** Polacy za granicą – miłość: Ateny – serial dokum. **12.00** Shopping Queens. Królowe Zakupów – pr. rozrywk. **14.00** Nasz nowy dom **15.00** Walka o życie – serial dok., Pol. 2025 **16.00** Kolacja w ciemno – program rozrywkowy **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Dancing with the Stars. Taniec z gwiazdami – rozr. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.05** Więzienie kobiet – dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 NASA – archiwum tajemnic – dok. **8.00** Poszukiwacze dinozaurów – dok. **10.00** Jak to jest zrobione? – serial dok. **12.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dokumentalny **14.00** Jak działa wszechświat? – serial dokum. **16.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dok. **18.00** Jak to jest zrobione? **20.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **22.00** Tajemnice Alaski – dokum. **0.00** Śladami Wielkiej Stopy – dok. **2.00** Zaginione miejsca (2) – serial dok. **4.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń – serial dokum.

TVP DOKUMENT

11.00 Podróże z Agatą Christie i sir Davidem Suchetem (5) **12.00** Korona Gór Polski 2 (5) – cykl dokum. **12.30** Podróże Małej i Dużej 4 (2) **13.00** Tacy byliśmy (3) **13.30** Fascynujące migracje (4) – dok. **14.30** Las Kolorów – Góry Tenasserim **15.35** Eurostar: rewolucyjna kolej **16.35** Plaże Europy (5) **17.40** Sanatorium miłości 4 (4) **18.30** Przy Planty 7/9 **20.10** Jak przejadamy naszą przyszłość **21.40** Tajemnice kultowych seriali (1) **22.35** Żegnam cię, mój świecie wesoły **23.40** Sanatorium miłości 4 (3) **0.40** Podróże z historią (36)

PLANETE+

11.25 Targowiska świata (4) **12.30** Mongolia. Pomiędzy niebem a ziemią (3) **13.35** Cały rok z pandą (1) **14.40** Świetlики. Boskie światło natury **15.50** Concorde. Wyprzedzić własny los **17.00** Ginące rzemiosła Korei (2) – dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (61, 62) **18.40** Mam zamek 2 (2, 3) – dok., Pol. **19.45** Louis de Funes – król francuskiej komedii **20.50** Catherine Denevue. W centrum kadru **22.00** Céline Dion. Tak rodzi się gwiazda **23.10** AC/DC – Forever Young **0.15** Teodor Herzl – człowiek, który wymyślił Izrael

TVN 24 BIS

16.40 Kijek w kosmosie **17.20** Dokument w TVN24 BIŚ **18.05** Podcast ekonomiczny – ekon. **18.35** Horyzont **19.00** Fakty **19.20** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Dokument w TVN24 BIŚ **21.00** Rozmowy na szczycie **21.50** Kobieta na krańcu świata

WYDARZENIA 24

DVB T2

16.25 Wydarzenia **18.00** Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda **22.30** Wydarzenia

TVP 3

DVB T2

12.55 Regiony na TAK **13.25** Lato na ROD'os – dok., Pol. **14.00** Rączka gotuje **14.30** Program lokalny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Program lokalny **19.30** Lato na ROD'os – serial dok. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów – publ. **20.30** Piosenka od Ciebie **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów – inf. **22.20** Pogoda **22.30** Kryminalna siódemka **23.00** Piosenka od Ciebie **23.30** Regiony na TAK **23.55** Panorama **0.25** Serwis Info Wieczór – inf.

HGTV

9.55 Polowanie na ogród 7 (5) – pr. rozrywk. **10.30** Uratuj swój ogród 8 (14) – mag. **11.30** Wymarzony dom za granicą (1, 2) – rozr. **12.35** Będzie pięknie (8) – rozr. **13.35** Weekendowa metamorfoza 3 (1, 2) **15.30** Kamera, akcja, wpadka! (13-15) **17.05** House Hunters – Poszukiwacze domów 4 (6-8) **18.45** Zgłoś remont 4 (4) **19.45** Weekendowa metamorfoza 4 (8) **20.40** Weekendowa metamorfoza 2 (7) – rozr. **21.40** Mieszkanie na miarę 2 (4) **22.35** Mieszkanie na miarę (1) **23.35** Usterka 11 (9, 3, 5, 7)

TVP KOBIETA

DVB T2

12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Pięknie przyprawiONA 2 (7) **13.00** Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru **14.00** Rodzinka.pl (144, 145) – kom., Pol. **15.00** Tańcząca ze światem – Oman (4) **15.30** Ojciec Mateusz 34 (445, 446) **17.25** Karolina Lanckorońska. Polka z wyboru **18.30** Justyna Steczkowska na dobry wieczór **19.30** Miłość i nadzieja (294) – telen., Turcja **20.30** Wichrowe wzgórze (275) **21.30** Cztery pory roku w Hawanie (5) – krym. **22.30** Milionerzy – czarna kom., Fr. 2024

BBC EARTH

9.55 Dzikie konie Gór Skalistych i ja **11.05** Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – serial dok. **12.10** W okowach mrozu 2 (6-10) **17.15** David Attenborough i cuda natury 2 (7) – serial dok. **17.50** Lucy Worsley i zagadki historii: rewolucja amerykańska (1) – dok. **18.55** Najpiękniejsze trasy spacerowe (3) – dok. **19.55** Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) – dok. **22.00** W okowach mrozu 3 (8) – dok. **23.00** Dzikie konie Gór Skalistych i ja **0.05** Na krawędzi katastrofy (1) **1.05** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (2)

HISTORY

12.05 Starożytni kosmici 14 (15) – serial dok. **13.05** Tajemnice skryte w mroku (6) – dok. **14.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (3) – serial dokum. **14.55** Gwiazdy lombardu 25 (14) **15.50** Gwiazdy lombardu 13 (2) **16.15** Tajemnice Dolnego Śląska (4, 5) **17.10** Hitler i narkotyki – film dok., USA 2019 **19.05** Starożytni kosmici 13 (19) **20.00** Starożytni kosmici 14 (14) – dok. **21.00** Starożytni kosmici: geneza (4) – dok. **23.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 3 (39, 40) – serial dok. **0.50** Starożytni kosmici 14 (14)

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB T – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej; DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Magazyn Polskiego Sportu – magazyn sportowy
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – studio
14.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
16.30 Tenis: Turniej
LIVE Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej

EUROSPORT 1

10.15 Kolarstwo górskie: Mistrzostwa świata – Val di Fassa – podsumowanie
10.45 Kolarstwo: Tour de France – podsumowanie
11.45 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track kobiet
12.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track mężczyzn
12.45 Kolarstwo górskie: PŚ
LIVE w La Thuile – zjazd kobiet
14.00 Kolarstwo górskie:
LIVE Zawody PŚ w La Thuile – zjazd mężczyzn
16.15 Kolarstwo: Tour de France – 21. etap
16.45 Kolarstwo: Tour de
LIVE France – 1. etap
19.45 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile

TVP SPORT (DVB T2)

2.45 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – studio
3.20 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
6.40 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
9.00 Mundialowy poranek (23) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
12.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/16 finału
15.00 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/16 finału
16.30 Dzień na mundialu (23) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Radomiak Radom – Lech Poznań
9.00 O krok od tytułu – Mistrzostwa świata 1974 – film dokumentalny, Polska 2024
10.30 Turbokozak – magazyn piłkarski, Polska
11.45 Turbokozak – magazyn piłkarski, Polska
13.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
16.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław

ELEVEN SPORTS 1

6.20 Bundesliga Clubs
6.40 Bundesliga Clubs
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Lipsk – Bayern
9.00 GP Confidential – mag.
9.35 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
10.30 Formuła 3: Grand Prix
LIVE Wielkiej Brytanii – sprint
11.45 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
12.00 Formuła 1: Grand Prix
LIVE Wielkiej Brytanii – sprint
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
15.15 Formuła 1: Grand Prix
LIVE Wielkiej Brytanii – studio
15.55 Formuła 1: Grand Prix
LIVE Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna
18.00 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint

TVP ABC (DVB T2)

8.40 Świnka Peppa – anim.
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.
9.30 Studio Stodoła
10.00 Kocie kalamburki (4, 5)
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Go-tu-jemy (5) – mag.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa 6
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (8) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon
LIVE – mecz 3. rundy gry pojedynczej
Jeden z najbardziej utytułowanych tenisistów Wimbledonu, Novak Djoković (zdj.), spróbuje zawalczyć o kolejne zwycięstwo. 210 min
22.00 Lekkoatletyka:
LIVE Diamentowa Liga w Eugene
0.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
2.00 Boks

JEŹDZIECTWO

20.15 Global Champions
LIVE **Tour w Monako**
Poprzednie zmagania w księstwie wygrał Simon Delestre (zdj.). W tym roku Francuz spróbuje powtórzyć ten wynik. 135 min
22.30 Kolarstwo: Tour de France: Barcelona – Barcelona
0.00 Snooker: Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
1.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap

PIŁKA NOŻNA

18.00 Mistrzostwa świata
LIVE **2026** – mecz 1/8 finału
Rozpoczyna się druga runda fazy pucharowej. Powinniśmy w niej zobaczyć reprezentację Holandii. 240 min
22.00 Piłka nożna: MŚ 2026
LIVE – studio
22.50 Piłka nożna:
LIVE Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
2.00 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
4.00 Boks: Gala w Bournemouth – podsumowanie

MAGAZYN

19.00 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
Najważniejsze wydarzenia minionego sezonu w Champions League. 60 min
20.00 Premiera: Liderzy. W centrum gry (2) – serial dokumentalny
21.00 Premier League Review
22.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
0.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech Poznań

F1 ACADEMY

19.00 Grand Prix
LIVE **Wielkiej Brytanii**
Alisha Palmowski (zdj.) rozpocznie zmagania na torze Silverstone w roli liderki klasyfikacji generalnej. 60 min
20.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
21.30 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii – sprint
22.50 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1-3)

ANIMOWANY

16.05 Pat i świat
Lola i Lucy chcą spędzić noc w namiocie. Pat pomaga dziewczynkom rozstawić sprzęt, a w nocy pilnuje ich bezpieczeństwa. 30 min
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **11.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

10.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie – finały **12.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie **13.30** Triathlon: T100 World Tour – San Francisco **14.30** FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Spa-Francorchamps **16.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie **18.30** Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w La Thuile **19.00** Golf: John Deere Classic – 3. runda **0.00** Kolarstwo: Tour de France – 1. etap

TVN TURBO

8.40 Samochód marzeń – kup i zrób 6 (3) – mag. **9.35** Ciężarówką przez Stany (1-4) – rozr. **12.30** Wojny samochodowe (1-3) **15.30** Zawodowi handlarze (7, 8) **17.00** Mobilni mechanicy (2, 4) – mag. **18.30** Nauka jazdy (21, 22) **19.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) **20.15** Z drugiej ręki (10) **21.00** Naprawy nie do naprawy (3) **21.45** Moto kombat (6) **22.25** Zawodowi handlarze (11) – pr. rozr. **23.10** Wojny samochodowe (6) **0.10** Duda kontra Szafrański (10) **0.55** Niebezpieczne dzielnice (1) **1.40** Najpopularniejsze auta świata (4)

CANAL+ SPORT 5

6.30 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra **9.15** Żużel: PGE Ekstraliga: Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **16.45** Premier League Stories (47) – magazyn piłkarski **17.30** Prawo derbów (1) – serial dok. **18.30** Żużel: Indywidualne MP – 2. runda w Bydgoszczy **22.00** Snooker: Championship League – 1. runda **2.45** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Radomiak – Lech Poznań **5.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

12.00 Made in Italy (17, 16) – mag. **12.30** GP Confidential – mag. **13.05** F2: Chasing the Dream – mag. **13.25** Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii – sesja kwalifikacyjna **14.40** Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: RB Lipsk – Bayern **18.00** Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii – sprint **19.00** Formuła 2: GP Wielkiej Brytanii – sprint **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Atalanta BC – Inter **22.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Paris FC

NICK JR.

12.54 Świnka Peppa 8 **13.40** Barbapapa i jego rodzinka 2 **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (11) **15.36** Świnka Peppa 2 – serial anim. **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa 3 **16.15** Świnka Peppa **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd 2 **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 – anim. **19.25** Przygody Misia Paddingtona **20.01** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka 2

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 3. runda **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 3. runda **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

13.15 Morgan Freeman: wielkie ucieczki 2 (2) – dok. **14.10** Psy na służbie z Jimem Belushim (2) **14.40** Absurdalne przestępstwa (3) **15.05** Absurdalne przestępstwa 3 (2, 4) – dok. **16.00** Daj znać, jak będziesz w domu 2 (13) **17.00** Pogrzebani za domem 6 (9) – dok. **18.00** Dowody zbrodni: Wielka Brytania (5) **19.00** Tajemnice sekt: poligamia (1) – dok. **20.00** Polowanie na pedofila (8) **21.00** Morderstwo w rodzinie 2 (10) **22.00** Protokół zbrodni (1) **23.00** Jak zostałem seryjnym mordercą (10) – dok.

POLSAT PLAY

6.00 Dorwać tuńczyka (12-14) – serial dok. **8.55** Poszukiwacze historii (250, 245) – dok. **9.55** Łowcy nazistów (10-13) **14.15** Zakochana w Hitlerze – dok., Fr. 2007 **15.35** Tajna historia XX wieku (89) – dok. **16.00** Pociągi (1, 2) – dok. **16.55** Polacy za granicą (153) **18.05** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (22-24, 223) – dok., Pol. **20.05** Wakacje z Bałtykiem (51-54) – dok. **22.00** Polacy za granicą (155, 143) **0.00** Łowca pedofilów (159, 166) **2.05** Jedziemy na ryby! (14, 15) **4.05** Starożytni kosmici (152, 153)

DTX

9.10 Królowie asfaltu (3) **10.10** Dwa oblicza survivalu – dok. **12.10** Królowie kempingu (2) **13.10** Farma pełna miłości – dok. **19.10** Będzie pan zadowolony 3 (11, 12) – pr. rozrywk. **20.10** Od samochodu do domu **21.10** Mistrzowie logistyki (3) **22.10** Militaria na warsztat 5 (3) **23.10** Dwa oblicza survivalu: Brazylia **0.10** Dwa oblicza survivalu: Meksyk **1.10** Dziki Frank w Afryce (1) **2.10** Metro po szwedzku (1) **2.55** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (1) **3.40** Królowie asfaltu (1, 2) **5.15** Niemiecka budowlanka (1)

ELEVEN SPORTS 3

10.30 Bundesliga Original Series: Droga na mundial **11.00** Bundesliga Clubs **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: Juventus FC – US Lecce **14.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Lille OSC – Strasbourg **16.00** Made in Italy (8-11) **17.00** Serie A **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Cremonese **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Heidenheim **22.00** Piłka nożna: Olympique Lyon – Brestois **0.00** Bundesliga Special (20) – mag. **0.30** Magazyn piłkarski **1.00** Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90.

MINIMINI+

12.20 Smerfy – anim. **12.50** Moje urodziny **12.55** Baranek Shaun **13.21** Kicia Kocia 2 **13.37** Robotkowo **13.55** Moje urodziny **14.00** Bing **14.20** Strażak Sam 16 **14.45** Looloo Kids **15.01** Gazu, pieski, gazu! – anim. **15.28** Kicia Kocia 2 – anim. **15.45** Jeżyk Happy **16.02** Marta mówi – anim. **16.30** Zouk **16.56** Ciekawski George 7 **17.50** Moje urodziny **17.55** Dora i przyjaciele 2 – anim. **19.40** Smerfy **20.08** Cloudy & Stormy – anim. **20.35** Dolina Muminków 2 **21.01** Wierszyki domowe

FILMOWE HITY DNIA

20.00 POLSAT

Dom Gucci

HIT

KRYMINAŁ Małżeński kryzys wpływowej i zamożnej pary prowadzi do tragicznego finału.

Mediolan, 1978 rok. Wnuk założyciela domu mody, Maurizio (Adam Driver), poślubia ambitną oraz kochającą luksus Patrizię Reggiani (Lady Gaga, zdj.). Z czasem kobieta nabiera przekonania, że w sposobie zarządzania słynną firmą powinny zajść zmiany. Kieruje decyzjami męża, który pozbawiony jest instynktu biznesmena. Ich związek zaczyna trawić kryzys. Mężczyzna porzuca Patrizię dla innej kobiety. Gdy przyznaje żonie zbyt małe alimenty, ta decyduje się podjąć drastyczne kroki.

INFO: Kanada/USA 2021, reż. Ridley Scott, wyk. Lady Gaga, Adam Driver, Al Pacino **200 min do godz. 23.20**

19.45 TVN

Transformers

SCIENCE FICTION Ziemia staje się areną odwiecznej walki inteligentnych maszyn z kosmosu. W środek konfliktu trafia para nastolatków: Sam (Shia LaBeouf, zdj.) oraz Mikaela (Megan Fox, zdj.). **190 min**

USA 2007, reż. Michael Bay, wyk. Shia LaBeouf, Megan Fox, Josh Duhamel, Tyrese Gibson

20.00 TVN 7

Krytyczna decyzja

SENSACYJNY Terroryści przejmują kontrolę nad odrzutowcem pasażerskim. W akcji odbicia maszyny bierze udział David Grant (Kurt Russell, zdj.). Władze podejmują decyzję o zestrzeleniu samolotu. **175 min**

USA 1996, reż. Stuart Baird, wyk. Kurt Russell, Halle Berry, David Suchet, Steven Seagal

20.00 TVP KULTURA

Reguła milczenia

DRAMAT OBYCZAJOWY Prawnik Jim Grant (Robert Redford) ukrywa, że przed 30 laty brał udział w napadzie na bank. Młody reporter Ben Shepard (Shia LaBeouf, zdj.) burzy jego spokojne życie. **130 min**

USA 2012, reż. Robert Redford, wyk. Robert Redford, Shia LaBeouf, Susan Sarandon

20.00 TV PULS

Ostatni ślad

THRILLER Will (Gerard Butler zdj.) na własną rękę próbuje odnaleźć swoją żonę Lisę (Jaimie Alexander, zdj.), która zniknęła na stacji benzynowej. Kiedy bada kolejne tropy, sam staje się podejrzanym. **120 min**

USA 2022, reż. Brian Goodman, wyk. Gerard Butler, Jaimie Alexander, Russell Hornsby

20.00 HBO

Sisu: Droga do zemsty

WOJENNY Aatami (Jorma Tommila, zdj.) rozbiera dom, w którym podczas wojny zamordowano jego rodzinę. Chce go odbudować gdzie indziej. Plany krzyżuje mu odpowiedzialny za zbrodnię radziecki dowódca. **90 min**

Wlk. Bryt./Fin./USA 2025, reż. Jalmari Helander, wyk. Jorma Tommila, Stephen Lang

20.00 STOPKLATKA

Niezgodna

SCIENCE FICTION Przyszłość. Wyjątkowa nastolatka Beatrice (Shailene Woodley, zdj.) nie pasuje do systemu funkcjonującego w utopijnym państwie. Postanawia zbuntować się przeciwko opresji władz. **170 min**

USA 2014, reż. Neil Burger, wyk. Shailene Woodley, Theo James, Ashley Judd, Jai Courtney

20.00 FILMBOX+ ONE

Projekt Koliber

THRILLER Anton (Alexander Skarsgard, zdj.) i Vincent (Jesse Eisenberg, zdj.) chcą zyskać przewagę na Wall Street. Zamierzają umieścić pod ziemią kabel światłowodowy wiodący do serwerów giełdowych. **150 min**

Kan./Bel. 2018, reż. Kim Nguyen, wyk. Salma Hayek, Jesse Eisenberg, Alexander Skarsgard

22.30 TVP KOBIETA

Eiffel

DRAMAT BIOGRAFICZNY Lata 80. XIX w. W Paryżu ma się odbyć światowa wystawa. Francuski rząd chce olśnić gości. Zleca Gustave'owi Eifflowi (Romain Duris, zdj.) stworzenie wyjątkowego projektu. **120 min**

Francja/Belgia/Niemcy 2021, reż. Martin Bourboulon, wyk. Romain Duris, Emma Mackey

22.50 STOPKLATKA

Family Man

KOMEDIODRAMAT Bogaty i samotny Jack (Nicolas Cage, zdj.) budzi się w alternatywnej rzeczywistości. Niechętnie gra rolę męża oraz ojca. Po pewnym czasie jednak zaczyna sprawiać mu to przyjemność. **165 min**

USA 2000, reż. Brett Ratner, wyk. Nicolas Cage, Don Cheadle, Jeremy Piven, Téa Leoni

22.55 TVN

Nieznośny ciężar wielkiego talentu

KOMEDIA SENSACYJNA Gwiazdor z Hollywood Nicolas Cage (zdj.) leci na Majorkę, żeby uświetnić urodziny tajemniczego milionera. Staje się częścią niebezpiecznej gry. **125 min**

USA 2022, reż. Tom Gormican, wyk. Nicolas Cage, Pedro Pascal, Jacob Scipio, Demi Moore

22.55 TVN 7

Oszukać przeznaczenie 5

HORROR W drodze na integracyjne spotkanie Sam (Nicholas D'Agosto, zdj.) ma wizję walącego się mostu. Przekonuje towarzyszy podróży, aby uciekli z autobusu. To jednak dopiero początek ich koszmaru. **110 min**

USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, Miles Fisher

23.30 SUPER POLSAT

Boogeyman

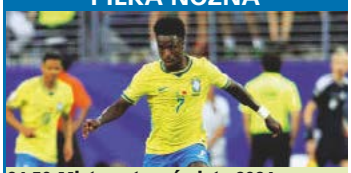
HORROR W domu Sadie (Sophie Thatcher, zdj.) i jej siostry, pogrążonych w żałobie po śmierci matki, zjawia się pacjent ich ojca. Przybywa za nim nadprzyrodzona istota, która karmi się cierpieniem ofiar. **135 min**

Kan./USA 2023, reż. Rob Savage, wyk. Sophie Thatcher, Chris Messina, Vivien Lyra Blair

TVP 1 DVB T2

5.25 Sprawa dla reportera – mag.
6.20 Słownik polsko@polski (681) – talk-show prof. Jana Miodka, Polska
6.55 Słowo na niedzielę
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach
8.00 Tydzień – magazyn rolniczy
8.35 Stawka większa niż życie (8, 9) – serial wojenny, Polska
10.55 Ojciec Mateusz 15 (192) – krym., Pol.
11.55 Między ziemią a niebem – magazyn
12.00 Anioł Pański – transmisja modlitwy Ojca Świętego
12.15 Między ziemią a niebem – magazyn
12.45 Portret kapłana – cykl reportaży, Pol.
13.10 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (3) – serial dok., Wielka Brytania 2023
14.10 Dom (23) – serial obyczajowy, Pol. 2000
16.00 Dziedzictwo (969) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.35 Żona dla Polaka (5) – reality show, Polska 2024
18.40 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.05 Sport, pogoda
20.25 Prokurator (7) – serial kryminalny, Pol.
21.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

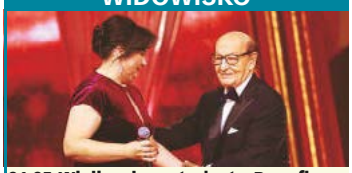


21.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/8 finału
Ćwierćfinał mundialu to najgorszy, ale i najczęstszy wynik Brazylii na MŚ od 1990 r. Kibice Canarinhos na tytuł mistrzowski swoich ulubieńców czekają od 2002 roku. Choć teraz nie są w gronie głównych faworytów, awans do czołowej ósemki to ich obowiązek. 160 min
0.30 Morderstwa w Chartres – krym., Fr. 2025, reż. Sandrine Cohen, 105 min (FILM)
2.15 Hondo – western, USA 1953, reż. John Farrow, 85 min (FILM)
3.40 Sędziowie pod presją – film dokumentalny, Polska 2021
4.35 Sprawdzamy – magazyn

TVP 2 DVB T2

4.40 Barwy szczęścia (3344-3346) – serial obyczajowy, Polska 2026
6.25 M jak miłość (1918) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.20 Dzień z życia artysty (9) – talk-show
11.55 Lato z Radiem i Telewizją Polską – widowisko, Polska 2026
14.00 Familiada – teleturniej
14.35 Koło fortuny (1881) – teleturniej
15.10 Szansa na sukces. Opole 2026 (10) – widowisko, Polska 2025
16.15 Tak to leciało! (66) – teleturniej muzyczny, Polska 2025
17.15 Maxima. Droga na tron (2) – serial biograficzny, Holandia 2024
18.05 Przepis dnia (88) – magazyn kulinarny
18.20 Pan Mama (60-ost.) – serial komediowy, Polska 2026
Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Zamiast porozmawiać, postanawia udawać znawcę tantry, licząc, że zaimponuje dziewczynie. Bruno i Miras tworzą kuriozalną pieśń ku czci patrona szkoły. 35 min
18.55 Kocham Cię, Polsko! (4) – program rozrywkowy
20.20 Postaw na milion – teleturniej

WIDOWISKO



21.25 Wielka sława to żart – Benefis Wiesława Ochmana (1, 2) – Polska 2026
Wybitny tenor Wiesław Ochman (zdj.) słynie nie tylko z muzycznego kunsztu, lecz także z poczucia humoru i scenicznych anegdot. Ponadto jest wielkim pasjonatem malarstwa. Jego benefis uświetnią występy m.in. Eleni i Justyny Steczkowskiej. 125 min
23.30 Na przekór losowi (1, 2) – serial obycz., Wł./Francja/Niem. 2024
1.35 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału (LIVE)

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 halo tu polsat – magazyn
11.30 Sing 2 – film animowany, Japonia/USA 2021, reż. Garth Jennings, Christophe Lourdelet (FILM)
Koala Buster Moon i jego ekipa pragną, by ich widowisko zostało wystawione w światowej stolicy rozrywki. Najpierw muszą przekonać do współpracy gwiazdę rocka, która wiedzie pustelnicze życie. 135 min
13.45 Policja zastępcza – komedia sensacyjna, USA 2010, reż. Adam McKay (FILM)
Sławy nowojorskiej policji giną podczas ryzykownej akcji. Nieudacznicy Terry (Mark Wahlberg) i Allen (Will Ferrell) postanawiają się wykazać. Wpadają na trop afery. 145 min
16.10 Piraci z Karaibów: Zemsta Salazara – film przygodowy, USA 2017, reż. Joachim Ronning, Espen Sandberg, 160 min (FILM)
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

KRYMINALNY

20.00 Dom Gucci – Kanada/USA 2021, reż. Ridley Scott (FILM)
Lady Gaga (zdj.), jedna z najpopularniejszych amerykańskich piosenkarek, ponownie udowadnia, że ma talent aktorski. Jej rolę żony dziedzica włoskiego domu mody wyróżniono nominacjami do Złotego Globu i BAFTA. 200 min (HIT)
23.20 Pięćdziesiąt twarzy Greya – melodramat, USA 2015, reż. Sam Taylor-Johnson, 165 min (FILM) ●
2.05 Ucieczka z piekła – thriller, USA/Tajlandia 2015, reż. John Erick Dowdle, 135 min (FILM)
4.20 Kabaretowa Ekstraklasa (115) – program rozrywkowy

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1689) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (1) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Co za tydzień – magazyn kulturalny
12.15 Niezwykłe Stany Prokopa 4 (2) – program rozrywkowy
12.50 Ugotowani (5) – program kulinarno-rozrywkowy, Polska 2025
14.00 Bella i Sebastian 3 – film familijny, Francja 2017, reż. Clovis Cornillac (FILM)
W wiosce zjawia się nieznajomy (Clovis Cornillac). Twierdzi, że jest prawowitym właścicielem Belli i chce ją zabrać wraz ze szczeniętami. Sebastian (Félix Bossuet) nie zamierza do tego dopuścić. 110 min
15.50 Akademia policyjna – komedia, USA 1984, reż. Hugh Wilson (FILM)
Burmistrz znosi wszelkie wymagania stawiane kandydatom na policjantów. W ich szeregi chce wstąpić m.in. złodziej Mahoney (Steve Guttenberg). Porucznik Harris (G.W. Bailey) stara się zniechęcić kandydatów. 125 min
17.55 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywkowy
19.00 Fakty, sport i pogoda

SCIENCE FICTION

19.45 Transformers – USA 2007, reż. Michael Bay (FILM)
Nominowany do Oscara za efekty specjalne, dźwięk, a także jego montaż film to propozycja dla miłośników nowoczesnego kina science fiction. W rolach głównych Shia LaBeouf (zdj.) oraz Megan Fox. 190 min
22.55 Nieznośny ciężar wielkiego talentu – komedia sensacyjna, USA 2022, reż. Tom Gormican, 125 min (FILM)
1.00 Prime Time – thriller, Polska 2021, reż. Jakub Piątek, 115 min (FILM)
2.55 Największe polskie katastrofy (3)
3.45 Uwaga! – magazyn reporterów
4.05 Detektywi (104) – serial fab.-dokum.

TV4 DVB T2

6.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (192) – reality show, Polska
7.00 Ewa gotuje (474) – magazyn kulinarny
7.30 Nieznane zdjęcia Hitlera (4) – serial dok.
8.30 Kultowe pociągi – najwspanialsze podróże koleją – film dok., Francja 2024
9.40 Galileo (1178, 1179) – program popularnonaukowy
11.40 Mini Galileo (106) – program popularnonaukowy
11.55 Czasy ostateczne: Pozostawieni – film sensacyjny, USA/Kanada 2014, 135 min (FILM)
14.10 Doktor Dolittle – komedia, USA 1998, reż. Betty Thomas, 110 min (FILM)
16.00 Jaś Fasola: Nadciąga totalny kataklizm – komedia, Wielka Brytania/USA 1997, reż. Mel Smith, 115 min (FILM)
17.55 Uroczysko (171-174) – serial krym., Polska
20.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1004-1007) – serial kryminalny, Pol. 2026
0.05 STOP Drogówka – magazyn policyjny
1.05 Polowanie na Hitlera (3, 4) – serial dok.
3.05 Interwencja – magazyn reporterów
3.25 Lubię disco! (275) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

5.50 Taki jest świat 11 (27) – program inform.
6.15 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
8.10 Don Matteo: Boski detektyw 14 (17, 18) – serial kryminalny, Włochy 2024
10.10 Zaklinaczka duchów 4 (66, 67) – serial fantasy, USA 2008-2009
12.15 Złote dziecko – komedia przygodowa, USA 1986, reż. Michael Ritchie, 105 min (FILM)
14.00 Agent XXL: Rodzinny interes – komedia, USA 2011, reż. John Whitesell, wyk. Martin Lawrence, 150 min (FILM)
16.30 Jumper – film przygodowy, USA/Kanada 2008, reż. Doug Liman, 110 min (FILM)
18.20 Polowanie na prezydenta – sens., Finlandia/Wlk. Bryt./Niemcy 2014, wyk. Samuel L. Jackson, Onni Tommila, 100 min (FILM)
20.00 Niedziela z gwiazdami: Ostatni ślad – thriller, USA 2022, reż. Brian Goodman, wyk. Gerard Butler, 120 min (FILM)
22.00 Pole rażenia – thriller, USA 1993, reż. Rowdy Herrington, wyk. Bruce Willis, Sarah Jessica Parker, 125 min (FILM)
0.05 Zatopieni – film sensacyjny, Bułgaria/Wielka Brytania 2005, 120 min (FILM)
2.05 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

6.00 Gwiazdy Mazurskiej Nocy Kabaretowej (10) – program rozrywkowy
7.00 Taki jest świat 11 (27) – program inform.
7.30 Aukcja w ciemno (2, 3) – serial dok., USA
8.35 Wojciech Cejrowski. Boso – Meksyk/Paragwaj (12) – serial dokumentalny, Pol.
9.10 Wojciech Cejrowski. Boso – Luizjana (1, 2) – serial dokum., Polska 2025
10.40 Gamoń – komedia, Fr./Włochy/Hiszpania 1965, 135 min (FILM)
12.55 Człowiek orkiestra – komedia, Francja/Włochy 1970, reż. Serge Korber, 115 min (FILM)
14.50 Najpiękniejsze baśnie: Duch gór – baśń film., Niemcy/Czechy 2017, 120 min (FILM)
16.50 Najpiękniejsze baśnie: Poszukiwacze skarbu – baśń film., Czechy 2012, 115 min (FILM)
18.45 Stańcowane pantofelki – baśń filmowa, Niemcy 2011, reż. Wolfgang Eissler, 75 min (FILM)
20.00 Zabójcze mokradła – horror, Wielka Brytania 2025, reż. Brad Watson, 120 min (FILM)
22.00 Dzielnica strachu 9 (403-407) – krym.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 2 – obycz.
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (189) – serial obyczajowy, Polska 2019
5.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (501) – serial obyczajowy, Polska 2022

TVN 7 DVB T2

5.10 Szkoła (773) – serial paradokum., Pol. 2020
6.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie (2) – program rozrywkowy
6.55 Nowe Zwariowane Melodie – serial animowany, USA 2018
7.25 Alvin i wiewiórki – film familijny, USA 2007, reż. Tim Hill, wyk. Jason Lee, David Cross, Cameron Richardson, 110 min (FILM)
9.15 Ukryta prawda (1430-1434) – serial paradokumentalny, Pol. 2022
14.20 Szpital św. Anny (19, 20) – serial obycz.
16.20 Detektywi (330) – serial fabularno-dokum.
17.25 Jupiter: Intronizacja – film s.f., USA/Wielka Brytania 2015, reż. Andy Wachowski, Lana Wachowski, 155 min (FILM)
20.00 Krytyczna decyzja – film sensacyjny, USA 1996, reż. Stuart Baird, wyk. Kurt Russell, Halle Berry, David Suchet, 175 min (FILM)
22.55 Oszukać przeznaczenie 5 – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, 110 min (FILM)
0.45 Push – thriller s.f., USA/Kanada/Wielka Brytania 2009, reż. Paul McGuigan, 125 min (FILM)
2.50 Żyjąc z potworem 9 (1) – serial dok., USA
3.40 Fachowcy (7) – serial paradok., Pol. 2017
4.15 Usterka 11 (4) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.50 Dorota was urządzi! (9) – pr. rozrywk.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej ● Polecany dla dzieci ● Tylko dla dorosłych LIVE Na żywo

TVP POLONIA

12.50 Słowo na niedzielę
13.00 Transmisja mszy świętej z sanktuarium Najświętszego Imienia Jezusa w Łodzi
14.20 Janosik (13-ost.) – przyg.
15.10 Joanna Kołaczkowska – królowa kabaretu
16.15 Niedziela z... – pr. kult.
17.05 Ja wam pokażę! (10) – serial obycz., Pol. 2007
17.55 Teleexpress
18.15 Kabaretomaniacy (65)
19.10 63. KFPP w Opolu – Kiedy mnie już nie będzie... W hołdzie Magdzie Umer i Agnieszce Osieckiej (1) – koncert, Polska 2026
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

11.50 Postaw na milion
13.40 Prywatne życie zwierząt 14 (8)
14.10 Przyrodnik na tropie (37) – serial dokum., Pol.
14.45 Olga Lipińska zaprasza (9) – talk-show
15.30 Program rozrywkowy
15.45 Moje przeboje (11)
16.20 Omnibus – szybcy i mądrzy (3) – teleturniej
16.50 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (3) – teleturniej
17.10 Omnibus – szybcy i mądrzy (4) – teleturniej
17.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (4) – teleturniej
18.00 Koło fortuny (2046) – teleturniej
18.40 Szansa na sukces. Opole 2026 (3)

TTV HD DVB T2

8.45 Nic do zgłoszenia 5 (3)
9.45 Express – pr. inform.
10.05 Idź na całość 2 (5)
11.10 Zakup w ciemno 7 (29)
12.10 Zakup w ciemno 3 (36)
13.10 Zakup w ciemno extra (30) – reality show
13.40 Damy i wieśniaczki. PL 5 (1) – serial fab.-dok.
14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (11)
15.45 Express – pr. inform.
16.05 Idź na całość 2 (11)
17.10 Życie na kredycie 8 (7)
17.45 Express – pr. inform.
18.00 Pogoda, sport – pr. inf.
18.10 Życie na kredycie 8 (8)
18.45 Żony Podlasia 3 (5)
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Zakup w ciemno 7 (30) – reality show, Pol. 2026
21.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (10)

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Sekrety rodziny (153) – serial paradokumentalny, Polska 2020
7.30 Z klimatem i z pasją (248) – program publicystyczny
8.00 Sekrety rodziny (154) – serial paradokumentalny, Polska 2020
9.00 Trudne sprawy (982-986) – serial paradokum., Polska 2020
14.00 Sekrety rodziny (155) – serial paradokum., Pol.
15.05 Więzienie kobiet (117-119) – serial dokumentalny, Polska
16.30 Nasz nowy dom (365) – reality show, Polska 2026
17.40 Awantura o kasę – teleturniej

POLSAT FILM

6.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo (171) – pr. rozr.
8.00 Sąsiedzi – anim. ●
8.20 Byli sobie podróżnicy – serial anim., Fr. 1997
10.10 Jeźdźcy smoków na końcu świata – serial anim., USA 2016
12.00 Krudowie – film anim., FILM USA 2013, 120 min
14.00 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów FILM – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, 140 min
16.20 Jumanji: Przygoda w dżungli FILM – film przygodowy, USA/Australia/Indie 2017, reż. Jake Kasdan, 145 min
18.45 Liga niezwykłych dżentelmenów FILM – film przygodowy, USA/Niem./Czechy 2003, 135 min

AXN

6.30 Angry Birds 2 Film FILM – film animowany, Finlandia/Kanada/USA 2019, reż. Thurop Van Orman, 100 min
8.10 Zabójcza broń 3 (12, 13) – serial sensacyjny, USA 2018
10.10 MacGyver 2 (11-15) – serial akcji, USA 2017-2018
15.05 FBI: Most Wanted 3 (19-22) – serial kryminalny, USA 2020
19.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (1) – serial kryminalny, USA/Kanada 2010 Policyjni eksperci badają sprawę zamachu bombowego, do którego doszło podczas pogrzebu oficera Clarka. 60 min

20

KRYMINALNY

20.50 Komisarz Alex 23 (284) Licealistka Pola ginie pod kołami pociągu. Alex zauważa w pobliżu miejsca zdarzenia zakapturzoną postać. Wraz z Kozerą ruszają w pościg. 50 min
21.40 Lato z Radiem i Telewizją Polską
23.40 N jak Neo-Nówka (1)
0.40 Ja wam pokażę! (10) – serial obycz., Pol. 2007
1.30 Program informacyjny 19.30
2.00 Pogoda

ROZRYWKA

19.50 N jak Neo-Nówka (1) Członkowie wrocławskiej grupy prezentują absurdy współczesnej rzeczywistości. Angażują do współpracy osoby z widowni. 60 min
20.50 Kocham Cię, Polsko! (6) – program rozrywk.
22.25 Postaw na milion
0.20 Koło fortuny (2046)
1.00 Omnibus – szybcy i mądrzy (3) – teleturniej
1.30 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (3) – teleturniej

DOKUMENTALNY

22.00 Żony Podlasia 3 (6) Markotna Benia pomaga przy żniwach. Marcin i jego synowie postanawiają ją rozweselić. Aldona wybiera się z bliskimi na ryby. 60 min
23.00 Nic do zgłoszenia 5 (4)
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 6 (17) – serial fab.-dok.
1.00 Kanapowcy 5 (4) – rozr.
2.00 SOS. Ekipy w akcji (9, 10) – serial paradok.
3.35 Sędzia Anna Maria Wesołowska (513)
4.20 Szpital (602) – paradok.

SENSACYJNY

20.00 Życzenie śmierci FILM – USA 2018, reż. Eli Roth Żona i córka dra Kerseya (Bruce Willis, zdj.) zostają napadnięte. Wobec bezsilności policji lekarz planuje zemstę na własną rękę. 130 min
22.10 Strzelec wyborowy FILM – film sensacyjny, USA/Rumunia 2005, 130 min
0.20 #Jesteśmy dla dzieci
0.45 Kabaretowa Ekstraklasa (65) – rozr.
1.05 Wydarzenia
1.45 Oblicza Ameryki

HORROR SF

21.00 Obcy – ósmy pasażer „Nostromo” FILM – Wielka Brytania/USA 1979 Bestia dostaje się na pokład statku. Sierżant Ripley (Sigourney Weaver, zdj.) i jej koledzy muszą walczyć o przetrwanie. 135 min
23.15 Jak ukradłem 100 milionów FILM – komedia krym., Pol. 2024, 120 min
1.15 Ślad (30, 31) – krym., Pol.
3.15 Gliniarze (347, 348) – serial paradokum., Pol.
5.20 Na ratunek 112 (860)

SENSACYJNY

20.00 Londyn w ogniu FILM – Wielka Brytania/USA/Bułgaria 2016 Terroryści atakują Londyn w czasie pogrzebu premiera Wielkiej Brytanii. Agent Banning (Gerard Butler, zdj.) musi chronić życie prezydenta USA. 120 min
22.00 Świat w ogniu FILM – film sensacyjny, USA 2019, 140 min
0.20 Obłędny rycerz FILM – komedia przygodowa, USA 2001, 175 min

TVP HISTORIA DVB T2

10.15 Starożytne mocarstwa (4) **11.10** Jacek Cygan. Życie jest sztuką – dok., Polska 2025 **12.15** Wszystkie kolory świata – dok. **13.20** Góry Europy (1) **14.25** Narodziny narodu – dramat hist., USA 1915 **17.40** Blisko, coraz bliżej (11) **19.05** Nieznana wojna na Północy (1) **20.10** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1) – dok. **21.10** 2026 rokiem Andrzeja Wajdy: Wszystko na sprzedaż – dramat psycholog., Pol. 1968 **23.00** Wielka droga – dramat wojenny, Pol./Wł. 1946 **0.45** Opiekunowie (nie)pamięci – dok., Pol. 2026

TVP KULTURA DVB T2

12.30 Opole – koncertowe wspomnienia (10) – cykl fel. **12.45** Opole na bis **13.55** Chiński syndrom – thriller, USA 1979 **16.05** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (3) – obycz., Pol. **17.15** Niedziela z...: Kult. **18.10** Niedziela z...: Porwać się na życie **19.20** Kantor i Jarema. Powrót do Wenecji – reportaż **20.00** Reguła milczenia – dramat obyczajowy, USA 2012 **22.10** Kulturalni (25) – mag. **23.05** Więcej niż fikcja: Wygłodniałe dusze w wielkim mieście. Legenda „Nocnego kowboja” – film dokum., USA 2022 **1.00** Noc krótkich filmów: Afonia

SUPER POLSAT DVB T2

6.05 Wydarzenia **6.40** SuperLudzie (39) – dok. **7.15** Była sobie Ziemia **9.50** SuperMocni (4) – mag. **10.25** Małe kobietki – melodramat, USA 2019 **13.05** Kupiliśmy zoo – komedio-dramat, USA 2011 **15.55** Formuła 1: GP Wielkiej Brytanii **18.25** Świat według Kiepskich (550) – kom. **19.00** Randka w ciemno (3, 4) – rozr. **21.00** Na linii ognia – dramat sens., USA 1993 **23.30** Boogeyman – horror, Kan./USA 2023 **1.45** Backdoor. Wyjście awaryjne (1) **2.15** Świat według Kiepskich (380-382) **3.50** Nasz nowy dom (245, 246)

ZOOM

6.00 Kojak 3 (3, 4) – krym. **8.00** Jakubiak rozgryza Polskę 2 (3-5) – mag. **9.35** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **11.45** Czterej pancerni i pies (1, 2) – wojenny **14.30** Gang Olsena nigdy się nie poddaje – komedia sens., Dania 1979 **16.50** Dynamo: Więcej niż magia (3, 4) – dok. **18.50** Kabaretowe przeboje 4 (2) – pr. rozr. **20.00** Hity polskiego kabaretu 7 (7, 10, 9) – rozr. **23.00** Magia nagości. Najsmaczniejsze kąski (3) – rozr. **0.00** Adam szuka Ewy. Niemcy (3) – rozr. **1.00** Magia nagości. Finlandia 4 (4) – rozr. **1.35** I love kabaret (5-8)

METRO

5.45 Niezwykłe Stany Prokopa 3 (2) – pr. rozr. **6.10** Gorączka złota 11 (2) – dok. **7.50** Klan z Alaski **9.50** The Floor (9, 10) **11.10** Footloose – muz., USA 2011 **13.30** Diagnoza (6, 7) **15.30** Kryminalni 2 (8-10) **18.50** Milionerzy (621, 622) – telet. **20.00** Yellowstone (4, 5) – obycz. **22.00** Millerowie – kom. krym., USA/Wlk. Bryt. 2013 **0.05** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (4) **1.10** Szpital (774) – paradok. **2.10** Szkoła (527, 528) – paradok. **3.40** Nowa Maja w ogrodzie 4 (25, 26) **4.30** Osadzone. Blok F (2) **4.55** Złomowisko PL 6 (2)

ALE KINO +

8.00 Minari – dramat obyczajowy, USA 2020 **10.20** Premiera: Bruce Lee, wejście smoka **11.35** The Office PL 3 (4-6) **13.20** Morderstwo w Orient Expressie – krym., Wielka Brytania 1974 **15.50** Karen Pirie (1) – krym. **17.45** Pokuta – melodramat, Wielka Brytania/Fr./USA 2007 **20.10** Premiera: Niezwykłe miejsce na śmierć (1) – krym. **22.05** Bestie – thriller, Hiszp./Francja 2022 **0.45** Daaaaaali! – komedio-dramat, Francja 2023 **2.30** Król (1) – sens., Pol. **3.40** Żurek – film obycz., Pol. 2003 **4.55** Meduzy **5.05** Kruk. Szepty słychać po zmroku (5) – krym.

TV TRWAM DVB T2

16.50 Mateczniki Polskości (6) **17.00** Natura et Homo – eduk. **17.30** Sól ziemi **17.55** Poczet wielkich Polaków – hist. **18.00** Polonijna Pielgrzymka Rodziny Radia Maryja do Amerykańskiej Częstochowy – pr. religijny **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Od Lutra do Marxa – Historia Kościoła (1) – dok. **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Retrospekcja – pr. publ. **21.45** Stan bezpieczeństwa państwa **21.55** Święty na każdy dzień **22.00** Mocni Jego mocą **22.30** Muzyczne chwile – kult.

ANTENA HD DVB T2

8.15 Papież: Najpotężniejszy człowiek w historii (4) – serial dok. **9.10** Co Polak potrafi na drodze? (7) – pr. rozr. **10.15** Nostradamus: proroctwa na XXI wiek – dok., USA 2015 **12.05** Polska. Największe tajemnice (7, 8) – program rozrywk. **14.05** Łowcy skarbów 3 (2-5) – przyg. **18.00** 77 TV 5 – pr. rozr. **19.00** 77 TV 4 (18) – rozr. **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (27, 28) – krym. **0.10** Girl in Room 13 – dramat obycz., Kanada/USA 2022 **1.55** Nostradamus: proroctwa na XXI wiek **3.50** 77 TV (2) – pr. rozr.

TVS

7.05 Pogoda – mag. **7.15** Klachy i Lachy – rozr. **8.05** Przy muzyce po Śląsku **8.35** Muzyczne dzień dobry **9.35** Przy muzyce po Śląsku **10.45** Klachy i Lachy **11.15** Spotkanie z balladą **12.20** Hansi Hinterseer zaprasza **14.30** Śląska karuzela **16.00** Koncert życzeń **17.50** Szlagierowa lista – pr. muz. **19.45** Koncert w TVS – pr. muz. **21.45** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Upragnione dziecko Amy – dramat obycz., Niemcy 2023 **23.35** Śląska karuzela – muz. **1.20** Program kulinarny **2.50** Pasmo ciekawostek

WP DVB T

10.55 Pogoda (63) – pr. inform. **11.00** Premiera: Whitney Houston: rodzinna tragedia **13.00** Pokochaj lub sprzedaj Quebec 4 (7) – reality show **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (17) – dok. **15.00** Strażacy z sąsiedztwa 2 (2) – dok. **16.00** Policjanci w akcji (7) **16.55** Pogoda (63) **17.00** Policjanci z sąsiedztwa 2 (3-7) – dok. **21.55** Pogoda (63) – inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 10 (4) – pr. rozr. **23.00** Mistrzowie Kabaretu 11 (1) – pr. rozr. **0.00** Przebojowe kabarety (3) **1.00** Mistrzowie Kabaretu 15 (7)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

12.00 Hit za hitem – pr. muz. **13.00** Disco Star (10) – muz. **14.40** Hit za hitem – pr. muz. **19.30** Biesiada w Polsacie – Mrągowo 2025 (1, 2-ost.) – koncert **22.15** Hit za hitem **0.00** Pamiętniki z wakacji (94)

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Lekarze na start (24-28) – obycz., Pol. 2017 **9.35** Poirot 3 (10) – serial kryminalny **10.40** Poirot 4 (1, 2) – serial krym. **15.05** Zatraceni w miłości (26-30) – telenowela, Turcja 2023 **20.00** Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – krym., Australia **21.00** Morderstwo to nic trudnego (3) – serial kryminalny **22.00** Poirot 13 – krym., Wlk. Bryt. **23.55** Zatraceni w miłości (26-30) – telen., Turcja **4.10** Poirot 3 (10) – serial kryminalny **5.05** Zagadki kryminalne nowej panny Fisher (4) – serial kryminalny

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Dom w cenie mieszkania 3 (10, 11)
7.10 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.55 Miś Kudłatek – anim. ●
8.15 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
8.50 Nibylandex
9.30 Jeśli serce masz FILM **bijące** – dramat psychologiczny, 1980, reż. Wojciech Fiwek, 120 min
11.30 1920 Bitwa FILM **Warszawska** – dramat wojenny, 2011, 140 min
13.50 Stara baśń – film FILM kostium., 2003, 150 min
16.20 Poszukiwany, FILM **poszukiwana** – komedia, 1972, 120 min
18.20 Na układy nie ma FILM **rady** – komedia, 2017, 100 min

TVP SERIALE

5.35 Na sygnale (863) – serial fab.-dokum., Polska 2026
6.10 Czterdziestolatek (15-17) – serial obyczajowy, Polska
9.35 U Pana Boga w ogródku (7, 8) – serial komediowy, Polska 2008
11.20 Czterej pancerni i pies (2, 3) – serial wojenny, Polska 1966
13.35 Ojciec Mateusz 29 (378, 379) – serial kryminalny, Polska 2023
15.30 Komisarz Alex 24 (304) – serial kryminalny, Polska 2025
16.30 Ranczo 8 (100) – serial obyczajowy, Polska 2014
17.30 Czterej pancerni i pies (4, 5) – serial wojenny, Polska 1966

13 ULICA

6.15 Follow (5) – serial sensacyjny, Francja 2023
7.00 Na granicy: Miłość FILM **do ojczyzny** – film kryminalny, Niemcy 2019, reż. Christian Bach, Christian Bach, wyk. Lucas Gregorowicz, Marcin Piętowski, Maria Simon, 115 min
8.55 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20): Świadomość winy; Zajęcia pozalekcyjne; W proch się obrócisz; Wielki wycisk – serial sensacyjny, USA 2023
12.35 Chicago P.D. 11 (8-13) – serial kryminalny, USA 2024
18.05 Niewidomy detektyw (4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (777) – paradok.
6.00 Kino w drodze (4) – program kulturalny
6.30 Seriaale: rozmowy 2 (2) – magazyn
7.10 Najpiękniejsza muzyka filmowa (6) – program rozrywkowy
7.25 Prawo Agaty 4 (3-6) – serial obycz., Pol. 2013
11.30 Happy Feet: Tupot FILM **małych stóp** – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min
13.45 Wakacje w krzywym FILM **zwierciadle** – komedia, USA 1983, 125 min
15.50 Zatańcz ze mną FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 135 min
18.05 Grawitacja – thriller FILM s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 115 min

TVP HD

6.00 Na dobre i na złe (986) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (71) – serial obyczajowy, Polska 2012
7.55 Rodzinka.pl (215, 216) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (258, 259) – serial kryminalny, Polska 2018
10.45 Czy wiesz, że? (285) – serial dokumentalny, Fr.
11.20 Na sygnale (646, 647) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (74) – serial kryminalny, Pol.
13.20 Komisarz Alex 3 (38) – serial kryminalny, Pol.
14.15 Ranczo 6 (75, 76) – serial obycz., Pol. 2012
16.10 Postaw na milion – teleturniej
17.10 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Komisarz Rex 2 (9-12) – krym., Niemcy/Austria
10.00 Hudson i Rex 8 (6-8) – serial kryminalny, Kan.
13.00 Top Dog. Ameryka (2) – serial dokumentalny
14.20 Kryptonim Panda FILM – komedia sensacyjna, Chiny 2024, reż. Luan Zhang, wyk. Jackie Chan, Xiang Wei, 130 min
16.30 Czego dusza FILM **zapragnie** – komedia s.f., Wielka Brytania/USA 2015, reż. Terry Jones, wyk. Simon Pegg, Kate Beckinsale, 110 min
18.20 Czyściciel – komedia FILM sensacyjna, USA 2007, reż. Les Mayfield, wyk. Cedric the Entertainer, Lucy Liu, Nicollette Sheridan, 100 min

BIOGRAFICZNY

20.00 Anna German (1) Koniec lat 30. ubiegłego wieku. Niemieccy koloniści z Urgencza, Germanowie, żyją w ciągłym lęku przed aresztowaniem. 65 min
21.05 Anna German. Tajemnica białego anioła (2) – serial biograf.
22.10 Horror Story – czarna FILM komedia, 2023, 115 min
0.05 Ekstradycja 3 (3, 4)
3.35 Mój dług – dramat FILM krym., 2021, 125 min ●
5.40 High Life ●

KRYMINALNY

19.40 Ojciec Mateusz 29 (380, 381) – Polska 2023 Mateusz zostaje oskarżony o morderstwo. Natalia, która wierzy w jego niewinność, postanawia odnaleźć sprawcę na własną rękę. 110 min
21.35 Ojciec Mateusz 30 (382) – krym., Pol. 2023
22.30 Ranczo 8 (101, 102)
0.20 Rodzinka.pl (294, 295)
1.30 Korona królów. Jagiellonowie (9, 10)
2.35 Erynie (6) – krym., Pol. ●
3.30 Londyńczycy (2)

KRYMINALNY

20.00 Morderstwa FILM **w Tours** – Francja 2018 Komendantka policji Louise (Isabel Otero, zdj.) wraz ze swoim synem prowadzi śledztwo w sprawie zabójstwa rzeźbiarza. 120 min
22.00 Morderstwo FILM **w Miribel** – film kryminalny, Francja 2024, 120 min
0.00 Morderstwo FILM **w koronkach** – dramat kryminalny, Francja/Belgia 2025, 120 min

KOMEDIA

20.00 Jak stracić chłopaka FILM **w 10 dni** – USA/Niemcy 2003, reż. Donald Petrie Dziennikarka Andie (Kate Hudson, zdj.) zamierza uwieść Bena, a potem sprawić, żeby ją porzucił. 145 min
22.25 Zwyczajna przysługa FILM – komedia kryminalna, USA/Kan. 2018, 145 min
0.50 List w butelce FILM – melodramat, USA 1999, 140 min
3.10 Zawieruchy przepis na kino (18)

MAGAZYN

17.45 Makłowicz w podróży Po kąpieli w Morzu Martwym Robert Makłowicz (zdj.) z szefem kuchni miejscowego hotelu wspólnie przygotowują kebab. 35 min
18.20 Ojciec Mateusz 25 (317) – krym., Pol. 2021
19.20 Ranczo 7 (82-84) – serial obyczajowy, Polska 2013
22.20 Czarny mercedes FILM – film kryminalny, Polska 2019, 135 min
0.35 Jan Serce (1, 2) – serial obyczajowy, Polska 1981

SCIENCE FICTION

20.00 Niezgodna – USA FILM 2014, reż. Neil Burger Odważna Beatrice (Shailene Woodley, zdj.) buntuje się przeciwko dyktaturze, która przeprowadza selekcję mieszkańców. 170 min
22.50 Family Man FILM – komediodramat, USA 2000, 165 min
1.35 Ciało – komedia, FILM Polska 2003, 130 min
3.45 Pieczone gołąbki FILM – komedia, Polska 1966, 135 min

CANAL+ PREMIUM

8.30 Premiera: Zwierzaki na ratunek – anim., Kan./USA 2024 **9.55** Imagine Dragons: Live at the Hollywood Bowl – koncert **12.10** Ekstremalne opady: niszczycielski żywioł **13.15** Kawałek po kawałku – anim., USA/Dania 2024 **14.50** Kopnięci w czasie – kom., Fr./Bel. 2025 **16.30** Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002 **18.25** LARP. Miłość, trolle i inne questy – kom., Pol. 2025 **20.00** Barry Seal: Król przemytu – biograf., USA/Jap./Kan. 2017 **21.50** Wujowy dwór – kom., Wlk. Bryt./USA 2025 **23.25** Kill Bill: Vol. 1 – sens., USA 2003

CANAL+ FILM

11.50 Łapu capu – pr. rozrywk. **12.05** Sigourney Weaver. Ikona kina akcji – dok., Niemcy 2024 **13.00** Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 2 – film fantasy, USA 2012 **14.50** Zgred – dramat obycz., Polska 2025 **16.15** Peacock – thriller, USA 2010 **17.45** Jason Bourne – thriller, USA 2016 **19.45** Łapu capu – program rozrywkowy **20.00** Canal+ Film w akcji: Pies 51 – thriller, Francja 2025 **21.40** Canal+ Film w akcji: Namierzony – dramat sensacyjny, USA/Włochy 2025 **23.25** Franz Kafka – dramat biograf., Czechy/Polska/Niemcy 2025

FILMBOX+ ONE

5.55 Gang Olsena: Ostatnia misja (14) – komedia sens., Dania 1998 **8.05** Stawka większa niż życie (9, 10) – wojenny **10.45** Komedia małżeńska – komedia obycz., Pol. 1993 **12.45** Przypadkowy bohater – komediodramat, USA 1992 **15.10** RoboCop – film s.f., USA 2014 **17.45** Wyścig – sens., USA/Kanada/Australia 2001 **20.00** Projekt Koliber – thriller, Kan./Bel. 2018 **22.30** Uprowadzona – sens., Fr. 2008 **0.40** Nim diabeł dowie się, że nie żyjesz – dram. sens., USA/Wlk. Bryt. 2007 **3.10** Kodeks zabójcy – film sens., USA/Kan. 2018

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan 2 (4-8) – serial kom. **8.30** Teoria wielkiego podrywu 6 (5-16) – serial kom. **13.30** Przyjaciele 6 (2-5) **15.30** Tata ma plan (21, 22) – kom. **16.30** Tata ma plan 2 (1) **17.00** Duchy (1, 2) – fantasy **18.00** Naga broń 33 1/3: Ostateczna zniewaga – kom., USA 1994 **20.00** Nawrót depresji gangstera – kom., USA 2002 **22.00** The Office PL 2 (9, 10) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (9, 10) **0.05** Miasteczko South Park (13) **0.35** Miasteczko South Park 2 (2-4) – anim. dla dorosłych **2.05** Pracoholicy 3 (2-6) – kom. **4.00** Śmiesznie nie będzie 6 (6-10)

HBO

9.05 O psie, który wrócił do domu – film familijny, Chiny/USA 2019 **10.40** Jeszcze piękniej – komediodramat, Niemcy 2025 **13.00** Lombard – dram. obycz., USA 2024 **14.30** Bird – dram. obycz., Wlk. Bryt./USA/Fr. 2024 **16.25** Vinci 2 – kom. krym., Pol. 2025 **18.20** Blue Moon – dram. biograf., USA/Irlandia 2025 **20.00** Premiera: Sisu: Droga do zemsty – dramat wojenny, Wlk. Bryt./Finlandia/USA 2025 **21.30** Zniknięcia – horror, USA 2025 **23.35** The Order: Ciche braterstwo – thriller, USA/Wielka Brytania/Kanada 2024

FX

5.10 Grey's Anatomy: Chirurdzy (16) – obycz. **5.55** 9-1-1 (17) – obycz. **6.50** Agenci NCIS 10 (5, 6) – sens. **8.40** FBI 4 (4, 6, 7) **11.25** CSI: Kryminalne zagadki Miami (2, 3) – krym. **13.15** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (13, 14) – serial krym. **15.05** Z archiwum X 2 (18, 19) – serial s.f. **17.00** Spider-Man – film przygodowy, USA 2002 **19.25** Królestwo niebieskie – dram. hist., USA/Hiszpania/Wlk. Bryt. 2005 **22.30** Uprowadzona 3 – sens., Fr./Hiszpania/USA 2014 **0.45** Rambo 3 – sens., USA 1988 **2.40** Zabójcze umysły 14 (7, 8) – krym.

CANAL+ 360

12.05 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Legia **14.10** Polska z góry: Stadiony (1) **14.45** Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) **15.50** Speedshop: warsztat marzeń (1) **17.05** Najbardziej ekstremalne miejsca na świecie 2 (4) **18.00** Sung Kang – szybki i dociekliwy (5) **19.00** Co poszło nie tak 3 (2) – dok. **20.00** Porzucone konstrukcje (6) **21.00** Premiera: Projekt Fighter (1) **22.00** Prawo ojca – dramat sens., Pol. 1999 **0.00** Kryptonim Polska (3) – kom. **0.50** Cztery pory Igi (4) – dok.

BBC FIRST

7.35 Detektyw z Chelsea (4) – krym. **8.35** Śmierć z dala od palm (2) **9.40** Lewis 9 (5, 6) **11.45** Duchy (1-3) – kom. **13.45** Śmierć pod palmami 15 (8) **14.55** Ojciec Brown 11 (2) **15.55** Tajemnice Brokenwood 12 (1) **17.50** Ulica nadziei 5 (8) – serial krym. **18.50** Detektyw z Chelsea (4) **19.50** Śmierć pod palmami (1) – krym. **21.00** Tajemnice Brokenwood 12 (2) **22.55** Annika (2) **0.00** Na niebieskich światłach 3 (3, 4) **2.15** Tajemnice Brokenwood 12 (2) **4.10** Ulica nadziei 5 (8) **4.55** Duchy (1, 2)

ROMANCE TV

12.30 Gabinet z widokiem na morze: Dziewięć żyć – film obycz., Niem. 2025 **14.25** Detektyw von Fock (7, 8) – krym. **16.15** Inga Lindström: W twoim życiu – melodramat, Niemcy 2015 **18.05** Dr Nice – Z ręką na sercu – komediodramat, Niemcy 2023 **20.00** Dr Nice – Stare rany – komediodramat, Niemcy 2023 **21.55** Dr Nice – Słodkie kłamstwa – komediodram., Niemcy 2024 **23.50** Rosamunde Pilcher: Zaręczona, zakochana, zagubiona – film obycz., Niemcy/Austria 2011

FILMBOX+ HITS

8.00 Coco Chanel – dramat biograficzny, Francja 2009 **10.00** Wypowiedzenie wojny – dramat obyczajowy, Fr. 2011 **11.55** Delikatność – kom. romant., Fr. 2011 **13.55** Opowieści z ławeczki – kom., Fr. 2009 **16.00** Scenariusz na miłość – komedia romant., USA 2014 **18.00** Wrzawa – dramat obyczajowy, Nowa Zelandia 2023 **20.00** Rozdzielne światy – melodramat, Grecja 2015 **22.25** Granica – dramat fantasy, Szwecja/Dania 2018, reż. Ali Abbasi **0.25** Winner – dramat biograficzny, Kan./USA 2024

TV 6 DVB T2

6.00 Columbo (17, 18) – krym., USA **10.05** Poirot (7, 8) – krym. **12.25** Teoria spisku – film sensacyjny, USA 1997 **15.00** Policjantki i Policjanci (233-235) **18.00** Strażnik Teksasu (9, 10) – serial sensacyjny **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (45, 46) – krym. **21.55** Kości (109, 110) – krym. **23.50** Resident Evil: Zaświaty – horror, Niem./Fr./Wlk. Bryt. 2010 **1.55** Krejzi patrol (27) – krym., Pol. **2.25** Kochane pieniądze (3-5) – paradok., Pol. **5.30** SuperLudzie Extra (62) – mag. **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag. rekl.

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Krowy na wypasie – film animowany, Niem./USA 2006 **11.25** Fantastyczny Pan Lis – anim., USA/Wlk. Bryt. 2009 **13.10** Step Up: Taniec zmysłów – film muzyczny, USA 2006 **15.30** Pompeje – film katastroficzny, Kan./Niem./USA 2014 **17.45** Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996 **20.00** Mission: Impossible 2 – film sens., USA/Niem. 2000 **22.35** Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011 **0.35** Ojciec chrzestny 2 – sens., USA 1974 **4.20** Policyjna grupa pościgowa 15 (9)

TVN 24

6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.15 Kadr na Kino – magazyn filmowy
7.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.45 Kawa na ławę – magazyn
11.55 Loża prasowa – program publicystyczny
12.50 Ewa Ewart poleca: Dokument w TVN 24
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
15.45 Kadr na Kino – magazyn filmowy
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
19.10 Serwis informacyjny
19.25 Fakty po Faktach – program informacyjny

TLC

9.00 Kiedy dzieci mają dzieci – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 2 – reality show
11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 5
13.00 Premiera: Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami – reality show
14.00 Włoskie zdrady (19, 20)
15.00 Miłość za granicą
16.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa 2
17.00 Wiza na miłość: ostatnia szansa
18.00 Premiera: 100 kucharzy – reality show
19.00 Megasknery: Brazylia – serial dokumentalny
20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3) – reality show, Polska 2018
5.55 Rajska posiadłość Pameli Anderson (6) – serial dokumentalny
6.50 Będzie pięknie (5) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.30 Kuchenne rewolucje (2) – program rozrywkowy
12.30 Babski biznes (5) – program rozrywkowy
13.30 Jestem z Polski 16 (18, 15, 19) – serial dokumentalny
16.35 Bitwa o gości (9) – reality show, Polska 2025
17.35 Do zobaczenia (8) – magazyn poradnikowy

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Premiera: Zoom na architekturę: Siedem cudów świata
8.00 Fantastyczne zwierzęta z Forrestem Galante – serial dokumentalny
9.00 Złomowisko PL 3 (1, 2)
11.00 Kamperem przez świat (6) – serial dokum.
12.00 Przygody truckerki (5)
13.00 Ciężarówką przez Afrykę (4) – serial dok.
14.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.
15.00 Specjalistki (5, 6) – dok.
17.00 Nic do ukrycia (9) – serial dokumentalny
18.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.
19.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 Niszczycielskie żywioły (1) – serial dok.
11.00 Porzucone konstrukcje (1) – dok.
12.00 Premiera: Stacja Amsterdam (1) – dok.
13.00 Logistyka na wielką skalę (2) – serial dokum.
14.00 Inżynieria po katastrofie (4) – dok.
15.00 Imperium Mongołów: Historia Czyngis-chana (3) – serial dok.
16.00 Pompeje w ogniu – film dokum., USA 2022
17.00 Wojna szpiegów (1) – dok., USA/Niemcy 2019
18.00 Gułag – system śmierci (1) – film dokumentalny, Fr. 2019
19.00 UFO: Przełomowe śledztwa (2) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (705) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (37) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Rolnicy. Podlasie (41, 42) – serial dokumentalny
9.00 Niezwykły świat ryb – film dok., Niemcy 2020
10.00 Podglądacze przyrody (5, 6) – serial dokumentalny
11.00 Z klimatem i z pasją (7) – program publicystyczny
11.30 Wojny magazynowe (17-21) – reality show, USA 2014
14.00 Premiera: Gwiazdy lombardu 25 (13) – reality show, USA 2023
15.00 Technologie jutra (5, 6) – serial dokumentalny

20

INFORMACYJNY

20.00 W kuluarach Autorzy programu podsumowują najważniejsze wydarzenia dobiegającego końca tygodnia. 90 min
21.30 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.00 Fakty po Faktach – inf.
0.50 Kawa na ławę – mag.
2.00 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
2.30 Szkło kontaktowe
3.30 Fakty po Faktach – inf.

REALITY SHOW

21.00 Wiza na miłość 12 (7) Podczas przyjęcia urodzinowego Catie dochodzi do konfrontacji Josha z mężczyzną, z którym miała ona kiedyś romans. 120 min
23.00 Skórze na ratunek 8 – serial dokumentalny
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 – reality show
2.00 Wiza na miłość 12 (7)
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

KULIN.-ROZRYWK.

18.10 Ugotowani (9) – Pol. W Radomiu rywalizują ze sobą miłośnicy mięsnych potraw. Prezentują swoje popisowe dania, starając się zachwycić nie tylko smakiem, ale i pomysłowością. 60 min
19.10 Kuchenne rewolucje (6, 7) – program rozrywk.
21.05 Kate. Narodziny księżnej (1/3) – 2025
22.10 EuroPOLKI studentki (2) – program rozrywk.
23.10 Cały jej świat (9) – program eduk., Polska

DOKUMENTALNY

20.00 Akta ekspedycji 2: Dziwne, ale prawdziwe Losy dziecka, które były inspiracją dla filmu „Egzorcysta" i odpowiedź na to, czy halucynogenny miód mógł mieć wpływ na wynik starożytnej bitwy. 60 min
21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 – serial dokum.
22.00 W oku cyklonu: Łowcy burz (2) – serial dokum.
23.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.

DOKUMENTALNY

20.00 CIA: Tajemnice i szpiedzy (3) Historia kobiety będącej pierwowzorem postaci Carrie Mathison z „Homeland". Została porwana przez uzbrojonych napastników. 60 min
21.00 Największe katastrofy budowlane (1) – serial dokumentalny
22.00 Katastrofa w przestworzach (1, 2, 9) – serial dokum.
2.00 Alaska: Następne pokolenie (1, 2) – dok.

DOKUMENTALNY

19.00 Rolnicy. Podlasie (24-27) W Kundziczach Ula wspiera Maćka przy wycince gałęzi i montażu platformy pod bocianie gniazdo. 120 min
21.00 Najpiękniejsze domy na wsi (1) – serial dok., Polska
22.00 Korea Północna: następny przywódca – film dokum., USA 2020
23.00 Pogromcy mafii (3)
0.00 Największe śledztwa CBŚP (3) – serial dokum.

POLSAT NEWS

12.50 Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **17.30** Z drugiej strony **18.35** Debata polityczna **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.40** Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii – pr. publ. **20.45** Pogoda – pr. inf. **21.00** Polsat News ujawnia **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

14.50 Kulisy wielkiej kuchni (4) **15.40** Po prostu Jamie: szybko i łatwo (5) **16.30** Ekoporady z Julią Oleś 2 (1) **16.35** Pyszne dania w 10 minut z Julią Oleś 2 (1) **16.50** Z pola na stół (5) **17.15** Premiera: U sąsiadów w kuchni 16 (9, 10) **18.25** Jakubiak rozgryza Tajlandię i Kambodżę (7, 8) **19.20** Jakubiak rozgryza Wietnam (1) **19.45** Dzień dobry, obiad 2 (3, 4) **20.40** M jak mięso 4 (1, 2) – dok. **21.30** Wszystkie smaki fermentacji (4) – dok. **22.05** Podróż przez smaki Chin 2 (1) **23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (2) – serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Komisarz Mama – krym., Pol. **8.00** Bogaty dom – biedny dom **9.00** Rolniczki **11.00** Działkowcy – dok. **12.00** Najpiękniejsze domy na wsi **13.00** Bogaty dom – biedny dom **14.00** Nasz nowy dom **15.05** Demakijaż **16.00** Bogate dzieciaki bez kasy **18.00** Nasz nowy dom **20.00** Bogate dzieciaki bez kasy – reality show **21.00** Gry małżeńskie – reality show **22.00** Kolacja w ciemno – rozr. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.05** Więzienie kobiet – dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Jak działa wszechświat? **8.00** Poszukiwacze dinozaurów **10.00** Jak to jest zrobione? **12.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 **14.00** Czy jest z nami inżynier? (3, 4) **16.00** Jak działa wszechświat? – serial dokum. **18.00** Jak to jest zrobione? – serial dokum. **20.00** Premiera: Wyprawa w nieznane 10 – dok. **21.00** Wyprawa w nieznane 9 – dok. **22.00** Dolina Królów: ostatni sekret faraonów – dok. **0.00** Jak działa wszechświat? – dok. **2.00** NASA – archiwum tajemnic – dok. **4.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok.

TVP DOKUMENT

12.25 Korona Gór Polski 2 (6) **12.55** Podróże Małej i Dużej 4 (3) – mag. **13.25** Tacy byliśmy (4) **14.00** Irańskie gepardy. Czy jest dla nich nadzieja? **15.00** Skrzydła i sieci. Niezwykły taniec w powietrzu (1) **16.00** Sekrety dzikich kwiatów (5) **17.05** Kultura miejska (5) – cykl dok. **18.05** Sanatorium miłości 4 (5) **19.00** Tischner **20.10** The Beatles na Stadionie Shea: tamte słowa, tamten dzień **21.45** Tajemnice kultowych seriali (2) **22.45** Tamte lata, tamte dni **23.25** Jak przejadamy naszą przyszłość **0.50** Sanatorium miłości 4 (4)

PLANETE+

10.20 Targowiska świata (4) – dok. **11.20** Superskały. Historia wykuta w kamieniu (1) **12.25** Jak przetrwać w Australii (1) **13.35** Cały rok z pandą (2) **14.40** Supermoce roślin **15.50** Gustave Eiffel. Nie tylko wieża **17.00** Ginące rzemiosła Korei (3) – dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (63, 64) – dok. **18.40** Mam zamek 2 (4, 5) – dok., Pol. **19.45** Jimmy Somerville. „I Feel Love" **20.45** Niezwykłe życie Buffy Saint-Marie **22.30** Sekta (3) **23.10** Syndrom hawański. Kto pierze umysły Amerykanów? (1) **0.20** Jak oligarchowie korumpują Zachód (1) – dok.

TVN 24 BIS

16.20 Kijek w kosmosie **16.45** Dokument w TVN24 BIŚ **18.00** Alarm dla Ziemi – eduk. **18.35** Horyzont – mag. **19.00** Fakty **19.20** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Bez polityki – publ. **21.30** Dokument w TVN24 BIŚ **23.50** Podcast ekonomiczny – ekon.

WYDARZENIA 24 DVB T2

16.25 Wydarzenia **18.00** Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **19.30** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne

TVP 3 DVB T2

12.20 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie – pr. publicyst. **12.55** Piosenka dla Ciebie **14.00** Rączka gotuje **14.30** Program lokalny **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Program lokalny **19.30** Łódź Kultury (5) – mag. kult. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Pogoda **20.13** Regiony na TAK **20.30** Sanatoria **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie **23.00** Kościół z bliska **23.30** Całkiem niezła historia **23.55** Panorama

HGTV

11.35 Polowanie na ogród 2 (1) **12.05** Polowanie na ogród 4 (4) **12.40** Letnia chata na lata 3 (7, 6) **14.30** Zgłoś remont 4 (4) **15.30** Będzie pięknie (8) **16.35** Weekendowa metamorfoza 5 (7) – rozr. **17.35** Kamera, akcja, wpadka! (13-15) – pr. rozr. **19.15** Kolekcjonerski obłęd wart miliony (1, 2) – pr. rozr. **20.20** House Hunters – Poszukiwacze domów 5 (1, 2) – rozr. **21.25** Dorota inspiruje (1, 2) – reality show **23.20** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (9, 10) – serial dok. **0.25** Sprzątaczki (10-12) – obycz.

TVP KOBIETA DVB T2

12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (22) **13.00** 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza **14.00** Rodzinka.pl (146, 147) **15.00** Podróże Małej i Dużej 6 (13) **15.30** Ojciec Mateusz (1, 2) – krym. **17.25** Tajemnice kultowych seriali (5) **18.30** Daję słowo – Maciej Orłoś (6) **19.30** Miłość i nadzieja (295) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (276) – obycz. **21.30** Cztery pory roku w Hawanie (6) **22.30** Eiffel – dram. biograf., Fr./Bel./Niem. 2021 **0.30** Bardotka (5)

BBC EARTH

11.00 Słynne indyjskie tygrysy **12.05** W okowach mrozu 3 (8) – dok. **13.05** Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. **14.05** Najpiękniejsza droga Wielkiej Brytanii (3, 4) – dok. **16.10** Zdrowa zmiana 2 (9, 10) **17.20** David Attenborough i cuda natury 2 (9) – dok. **17.50** W okowach mrozu 3 (9) – dok. **18.50** Mroźna planeta (5, 6) **21.00** Słynne indyjskie tygrysy – dok., Wlk. Bryt. 2023 **22.05** W okowach mrozu 3 (10) – dok. **23.05** Ben Fogle na Cyprze – dok., Wlk. Bryt. 2022 **0.25** Zdrowa zmiana 2 (9, 10)

HISTORY

13.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 5 (2) – dok. **14.00** Piątka z historii (5) – dok. **14.25** David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (4) **15.20** Starożytni kosmici 17 (10) – serial dok. **16.10** Tajemnice starożytności: śmierć (4) **17.10** Jak Hitler przegrał wojnę (1-3) – dok. **20.00** Tom Hanks: II wojna światowa (10) – serial dok. **21.00** Premiera: II wojna światowa: wyścig zbrojeń (3) – dok. **22.00** Premiera: Tajemnice, które miały trwać wiecznie 2 (16) – serial dok. **23.00** Starożytni kosmici 17 (1, 2) – serial dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej (LIVE)
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej (LIVE)

EUROSPORT 1

6.00 Kolarstwo górskie: PŚ w La Thuile
7.45 Snooker: Turniej World Open – finał: R. O'Sullivan – T. Un-Nooh
8.45 Formuła E: ePrix Chin – 2. wyścig (LIVE)
10.15 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed par mieszanych – finały
11.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
12.30 Kolarstwo: Tour de France – 1. etap
13.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap (LIVE)
18.00 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
18.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
19.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile

TVP SPORT (DVB T2)

6.40 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału
9.00 Mundialowy poranek (24) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału
12.35 Strongman: Super Series – Świebodzin 2026
13.35 Polska Liga Żeglarska
14.05 Wioślarstwo: Zawody PŚ w Lucernie – finały
15.10 Mundial. Teatr emocji – reportaż, Polska 2026
16.15 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje MŚ: Austria – Polska
18.15 Piłka nożna kobiet: Mistrzostwa Europy U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – podsumowanie fazy grupowej
19.30 Dzień na mundialu (24) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Jagiellonia Białystok – KGHM Zagłębie Lubin
8.30 Premier League Review – magazyn piłkarski
10.25 Witaj w akademii (2) – serial dokumentalny
11.00 Liderzy. W centrum gry (2) – serial dokum.
12.10 Turbokozak – magazyn piłkarski
13.20 Turbokozak – magazyn piłkarski
14.30 Magazyn Ligi Mistrzów UEFA
15.35 Liderzy. W centrum gry (2): Rifet Kapić – serial dokumentalny
16.45 Żużel: PGE Ekstraliga: ORLEN OIL Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów (LIVE)

ELEVEN SPORTS 1

6.40 Bundesliga Clubs
7.00 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii
7.50 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
9.20 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii (LIVE)
10.40 F2: Chasing the Dream – mag. motor.
10.55 F1 Academy: Grand Prix Wielkiej Brytanii (LIVE)
12.10 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii (LIVE)
13.20 GP Confidential – mag.
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – parada kierowców (LIVE)
14.30 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio (LIVE)
15.55 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii (LIVE)
18.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii – studio (LIVE)

TVP ABC (DVB T2)

7.30 Małe i duże przygody Miffy – serial anim.
7.40 Ptyś i Bill – serial anim.
7.50 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
8.10 Piotruś Królik – anim.
8.35 Wegezaury 2 – anim.
8.40 Świnka Peppa – anim.
9.00 Tygrysek Percy i jego opowieści – serial anim.
9.30 Ziarno – pr. dla dzieci
10.00 Go-tu-jemy (6, 8) – mag.
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Studio Stodoła
13.00 Zwierzaki Czytaki (172) – program eduk.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon (LIVE) – mecz 4. rundy gry pojedynczej Hubert Hurkacz (zdj.) nie wystąpił w ubiegłorocznym Wimbledonie, a jego największym sukcesem jest półfinał z 2021 roku. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
1.00 Boks

WSPINACZKA

20.15 Zawody World Series w Krakowie – speed par – finały Pierwsza w sezonie rywalizacja duetów. Polskę reprezentować będą m.in. Aleksandra Mirosław (zdj.) z Patrycją Chudziak. 60 min
21.15 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
22.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap
0.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał

PIŁKA NOŻNA

21.00 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału Dla Viniciusa Juniora (zdj.) i jego kolegów z reprezentacji Brazylii awans do 1/8 finału to obowiązek. 240 min (LIVE)
1.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – studio (LIVE)
1.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału (LIVE)
5.00 Boks: Walka o pas WBA w Montrealu – waga superpółśrednia: Mary Spencer – Mikaela Mayer

ŻUŻEL

19.15 PGE Ekstraliga: GKM Grudziądz – PRES Grupa Deweloperska Toruń W poprzednim spotkaniu tych zespołów mistrzowie Polski zwyciężyli 48:42. 135 min (LIVE)
21.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
23.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
0.30 Liderzy. W centrum gry (2): Rifet Kapić
1.45 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Raków – Arka Gdynia

FORMUŁA 1

19.00 GP Wielkiej Brytanii W poprzednim sezonie z wygranej cieszył się Lando Norris (zdj.). Przekonamy się, jak kierowca McLarena poradzi sobie tym razem. 125 min
21.05 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.20 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
23.40 Made in Italy (12) – magazyn piłkarski
0.00 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (4-6) – mag. piłkarski

ANIMOWANY

13.45 Świnka Peppa 6 Sympatyczna świnka, jej brat i rodzice przeżywają kolejne przygody. 10 min
13.55 Świnka Peppa – anim.
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (9) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.45 Rev i Roll (46)
17.05 Pszczółka Maja
17.30 Petronix: Obrońcy...

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy **8.00** Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene **10.00** Minisiatkówka: Finał mistrzostw Polski w Gliwicach **12.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 3. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

8.00 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce **10.00** FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce **13.00** Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile – short track kobiet **13.15** Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile **15.15** Kolarstwo górskie: Zawody Pucharu Świata w La Thuile **17.30** FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce **19.00** Golf: John Deere Classic – finał **0.00** Kolarstwo: Tour de France: Tarragona – Barcelona

TVN TURBO

9.05 Raport końcowy (825) **9.30** Jeździć, obserwować (7) **10.15** Z drugiej ręki (3, 4) – mag. **11.45** Naprawy nie do naprawy (3) **12.30** Wojny samochodowe (7, 4) **14.30** Zawodowi handlarze (8) **15.15** Ciężarówką przez Chile (2) – pr. rozr. **16.15** Moto kombat (1, 2) – mag. **17.45** Raport końcowy (825) – mag. **18.10** Ciężarówką przez Stany (5-8) – pr. rozrywk. **21.10** Wojny samochodowe (7) **22.10** Z drugiej ręki (3) **22.55** Naprawy nie do naprawy (3) **23.40** Ciężarówką przez Chile (2) **0.40** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) – pr. rozrywk.

CANAL+ SPORT 5

8.30 Żużel: Indywidualne MP – 2. runda w Bydgoszczy **12.30** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Orzeł – PSŻ Poznań **15.00** Żużel: Metalkas 2. Ekstraliga: Polonia Piła – Cellfast Wilki Krosno **17.40** Prawo derbów (6) – dok. **19.00** Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm **20.00** Liderzy. W centrum gry (2) – dok. **21.10** Franz (5) **22.00** Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia **23.15** Magazyn PGE Ekstraliga – mag. **1.00** Ligomistrzowe historie (3) – mag. **2.00** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Wisła Płock **4.15** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

10.00 Piłka nożna: Liga francuska – mecz: AJ Auxerre – PSG **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Parma – Inter **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Hoffenheim **18.00** Formuła 3: GP Wielkiej Brytanii **19.00** Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Bologna FC **22.00** Ligue 1 Show (35) – mag. **22.40** Bundesliga Special (21) **23.45** Bundesliga Clubs **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Lille OSC

NICK JR.

13.40 Barbapapa i jego rodzinka 2 **14.10** Barbapapa i jego rodzinka **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (12) **15.36** Świnka Peppa 2 **16.00** Świnka Peppa 5 **16.10** Świnka Peppa 3 **16.15** Świnka Peppa **16.40** Psi Patrol 4 **17.00** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl – anim. **18.00** Barbapapa i jego rodzinka **18.30** Tim Rex wśród gwiazd **18.55** Przygody Misia Paddingtona 2 **19.25** Przygody Misia Paddingtona – anim. **20.01** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **21.00** Barbapapa i jego rodzinka

POLSAT SPORT 3

14.00 Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz o 3. miejsce mężczyzn **15.00** Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz finałowy kobiet **16.00** Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie – mecz finałowy mężczyzn **17.00** Siatkówka plażowa: Turniej ORLEN Beach Volley Tour w Łebie **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – 4. runda

CI POLSAT

13.15 Dowody zbrodni 4 (6) **14.10** 48 godzin 26 (2) **15.05** Morderstwo w rodzinie 2 (10) **16.00** Akta Fajbusiewicza (4) **16.30** Nastoletnie polskie zabójczynie (1) **17.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (5) – dok. **18.00** Kobiety, które zabijają: wyznania zza krat (6) – dok. **19.00** Sprawa Iwony Wieczorek (3) – film dok., Polska 2023 **20.00** Chippendales: mroczne sekrety (3) – dok. **21.00** Nastoletni mordercy (4) – dok. **22.00** Najbardziej szokujące pościgi 2 (13, 14) **23.00** Dowody zbrodni: krwawy Zachód (1)

POLSAT PLAY

8.55 Kołowrotek (234) **9.25** Taaaka ryba (118) **10.00** Jedziemy na ryby! (57, 58) – dok. **12.05** Chłopaki do wzięcia (340, 341) **13.00** Zawód glina (1) **13.55** Budowlańcy (55, 56) **15.00** Złomiarze (53) – dok. **16.00** Polacy za granicą (154, 155) – dok. **18.05** Górale (162-166, 236) – serial dokum. **21.05** Chłopaki do wzięcia (469, 470) – dok. **22.00** Drwale i inne opowieści Bieszczadu (233) – dok. **22.30** Łowca pedofilów (244) – dok. **23.00** Więzienie (229, 218) **0.05** Tajna historia XX wieku (95-102)

DTX

6.00 Militaria na warsztat (12) – dok. **7.05** Fani czterech kółek 15 **9.10** Królowie asfaltu **10.10** Dziki Frank w Afryce (1) **11.10** Dwa oblicza survivalu **12.10** Militaria na warsztat (16) **13.10** Fani czterech kółek – dok. **21.10** Dwa oblicza survivalu: Meksyk – dok. **22.10** Ale jazda 2 (3, 4) **23.10** Królowie kempingu (2) **0.10** Mistrzowie logistyki (3) **1.10** Od samochodu do domu **2.10** Metro po szwedzku (2) **2.55** Retroreanimacja: Pojazdy bojowe (2) **3.40** Królowie asfaltu (3) **5.15** Niemiecka budowlanka (2)

ELEVEN SPORTS 3

11.45 Bundesliga Clubs – mag. **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Genoa CFC **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – RC Lens **16.00** Ligue 1 Show (35) – mag. **16.30** Bundesliga Special (22) **17.00** Made in Italy (12-15) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: SS Lazio – SSC Napoli **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: FC Köln – Wolfsburg **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Lille OSC – Strasbourg **0.00** Bundesliga Special (12) – mag. **0.30** Podróż do świata Calcio **1.00** Birds of paradise – dok.

MINIMINI+

12.20 Smerfy – anim. **12.50** Moje urodziny **12.55** Baranek Shaun **13.21** Kicia Kocia 2 **13.37** Robotkowo **13.55** Moje urodziny **14.00** Bing **14.20** Strażak Sam 16 **14.45** Looloo Kids **15.01** Gazu, pieski, gazu! – anim. **15.28** Kicia Kocia 2 – anim. **15.45** Jeżyk Happy **16.02** Marta mówi – anim. **16.30** Zouk **16.56** Ciekawski George 7 **17.50** Moje urodziny **17.55** Dora i przyjaciele 2 – anim. **19.40** Smerfy **20.08** Cloudy & Stormy – anim. **20.35** Dolina Muminków 2 **21.01** Wierszyki domowe

FILMOWE HITY DNIA

20.00 POLSAT

Szybcy i wściekli 5

HIT

SENSACYJNY Brawurowa ucieczka z więziennego transportu staje się wstępem do wielkiego rabunku.

Skazany na dwadzieścia pięć lat więzienia Dominic Toretto (Vin Diesel, zdj.) z pomocą byłego policjanta Briana O'Connera (Paul Walker, zdj.) i swojej siostry Mii (Jordana Brewster, zdj.) wychodzi na wolność. Cała trójka trafia do Rio de Janeiro. Tam narażają się oni groźnemu bossowi narkotykowemu Hernanowi Reyesowi (Joaquim de Almeida). Aby zapewnić sobie bezpieczeństwo i wolność, planują spektakularny skok.

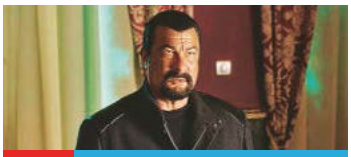
INFO: USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Dwayne Johnson **170 min do godz. 22.50**

20.00 TVN 7

Gniew oceanu

DRAMAT PRZYGODOWY Rok 1991. Załoga kutra pod wodzą kpt. Tyne'a (George Clooney, zdj.) wyrusza na połów mieczników. Czeka ich starcie z potężnym żywiołem. **160 min**

Niemcy/USA 2000, reż. Wolfgang Petersen, wyk. George Clooney, Mark Wahlberg



20.00 TV PULS

Człowiek zasad

SENSACYJNY Coates (Steven Seagal, zdj.) ma zabić gangstera zamieszanego w handel ludźmi. Podczas akcji ratuje jedną z zakładniczek. Naraża się na zemstę przestępcy. **120 min**

Rum./USA 2015, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Byron Mann, Howard Dell

22.00 TVN

Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu

FANTASY Edward (Robert Pattinson, zdj.) porzuca Bellę (Kristen Stewart, zdj.). Załamaną dziewczynę wspiera Jacob (Taylor Lautner). **160 min**

Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, wyk. Kristen Stewart, Robert Pattinson, Taylor Lautner

22.30 TVP KOBIETA

Miłość i turbulencje

KOMEDIA Antoine (Nicolas Bedos, zdj.) spotyka na pokładzie samolotu swoją byłą dziewczynę, Julie (Ludivine Sagnier, zdj.). Oboje mają szansę rozliczyć się z przeszłością. **100 min**

Fr. 2013, reż. Alexandre Castagnetti, wyk. Ludivine Sagnier, Nicolas Bedos, Jonathan Cohen

Zamów najbliższe wydania swojego ulubionego tytułu!

Prenumerata Teleświata

Teleświat możesz kupić dla siebie i swoich bliskich bez wychodzenia z domu.

5 wydań za 21,45 zł lub 13 wydań za 55,77 zł

Możesz też zamówić e-wydanie na www.czytelnia.pl
– to wygodny i szybki dostęp do najlepszych treści na Twoim smartfonie, tablecie czy komputerze.

Aby zamówić kolejne wydania TELEŚWIATA

→ przez internet: wejdź na www.czytelnia.pl
→ telefonicznie (w godz. 8.00-17.00)
zadzwoń pod numer: 67 210 86 05, 67 354 16 05
→ prenumerata@bauer.pl

Tele 14 tele świat CYFROWY

* Najdogodniejszą formą składania zamówień jest nasz sklep www.czytelnia.pl
* Szacowany czas dostawy: 4 dni od daty ukazania się w kiosku
* Wysyłka za pośrednictwem Poczty Polskiej listami ekonomicznymi, na terenie Polski. W przypadku wysyłki poza granice kraju do cen prenumeraty doliczamy opłatę pocztową zgodną z aktualnym cennikiem Poczty Polskiej.

TVP 1 DVB T2

5.50 Akacjowa 38 (890) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Studio Raban – mag. dla młodzieży
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.15 Janosik (5) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (74) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (82) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (193) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Rok w ogrodzie extra – magazyn
12.55 BBC w Jedynce: Planeta Ziemia 3 (3) – serial dok., Wielka Brytania 2023
14.00 Złoty chłopak (327) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1060) – telet.
16.00 Dziedzictwo (970) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (905) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
20.10 Sport, pogoda
20.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

TVP 2 DVB T2

5.00 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.30 M jak miłość (1787) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Rodzina (nie od) święta – magazyn religijny
6.55 Barwy szczęścia (3347) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.25 Okrasa łamie przepisy – magazyn kulinarny
12.00 Wyższa Szkoła Jazdy (5) – magazyn motoryzacyjny
12.35 Koło fortuny (1881) – teleturniej
13.15 Panna młoda (137) – serial obyczajowy, Turcja 2024, wyk. Talya Çelebi, Cenay Türksever, Can Tarakçi
14.05 Va banque (1005) – teleturniej
14.35 Na sygnale (869) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (426) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1882) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1006) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (319, 320) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1249, 1250) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (866, 867) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1496, 1497) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Seniorka trafia do szpitala po udarze, a w jej organizmie wykryta zostaje podejrzana substancja. Uwagę śledczego Mateckiego przykuwa pielęgniarka, której sędziwa pacjentka przepisała cały majątek. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1063, 1064) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Natalia i Kuba wyjaśniają sprawę pobicia dziennikarza. Odkrywają, że relacje między pracownikami redakcji nie są najlepsze. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1690) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (5) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (18) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (4) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1469, 1470, 1721) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (105) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Maria zostaje napadnięta w domu syna. Doszło tam do włamania, a mężczyzna zniknął bez śladu. Kilka godzin wcześniej pokłócił się z żoną. 65 min
16.50 Szpital św. Anny (61) – serial obyczajowy, Polska 2025
Kaśka usiłuje przekonać do właściwego leczenia nieufną matkę pięciolatka. Tymczasem Marta zauważa śledzącego ją mężczyznę. 65 min
17.55 Młode gliny (15) – serial kryminalny, Polska 2026
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4240) – serial obyczajowy, Polska 2026

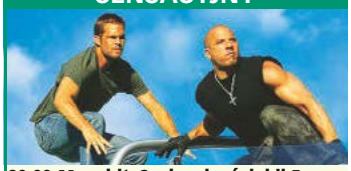
PIŁKA NOŻNA

20.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/8 finału
Reprezentacja Hiszpanii rozpoczęła czempionat od kompromitującego remisu z mundialowym debiutantem, Republiką Zielonego Przylądka (0:0). Czy był to tylko falstart i dziś zobaczymy mistrzów Europy w meczu 1/8 finału na Dallas Stadium? 160 min
23.30 Świat bez fikcji: Przy Planty 7/9 – film dokumentalny, Polska/USA 2016
1.10 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, reż. Jacek Lusiński, 115 min (FILM)
3.05 Amok – film psycholog., Polska 1998, reż. Natalia Koryncka-Gruz, 105 min (FILM)

OBYCZAJOWY

19.25 Barwy szczęścia (3347) – Polska 2026
Oliwka zatrzymuje się u Madzi. Jest pewna, że Tomek wciąż czuje coś do Grażyny. Marek doznaje kontuzji. Trafia pod opiekę Hermana. Mimo sprzeciwu Asi Daniel po raz kolejny zabiera Emila na strzelnicę. 40 min
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (15) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (15) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej
21.50 Na sygnale (861, 862) – serial fab.-dok.
22.55 Złoto dezerterów – komedia wojenna, Polska 1998, 125 min (FILM)
1.00 Rodzinka.pl (298) – serial kom., Polska

SENSACYJNY



20.00 Megahit: Szybcy i wściekli 5 (FILM) – USA 2011, reż. Justin Lin
Dalsze losy amatorów nielegalnych wyścigów, którzy tym razem planują zuchwały napad. Do obsady z takimi gwiazdami jak Vin Diesel i Paul Walker (obaj na zdj.) po raz pierwszy dołączył Dwayne Johnson. 170 min (HIT)
22.50 Metro strachu – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Tony Scott, 135 min (FILM)
1.05 Siła rażenia – film sensacyjny, Rumunia/USA/Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, 130 min (FILM)
3.15 Nasz nowy dom (372) – reality show, Polska 2026

REALITY SHOW

20.50 Bitwa o gości (1) – Polska 2026
Na Mazurach Agata i Patryk zapraszają do kazachskich jurt w otoczeniu natury. Pod Warszawą Karolina oraz Janek proponują pobyt w domkach na drzewach. Finał rywalizacji rozgrywa się w Łodzi. 70 min
22.00 Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009, reż. Chris Weitz, 160 min (FILM)
0.40 Transformers – film s.f., USA 2007, reż. Michael Bay, 160 min (FILM)
3.20 Uwaga! – magazyn reporterów
3.35 Co za tydzień – magazyn kulturalny
4.10 Detektywi (105) – serial fab.-dokum.
5.10 Recepta na stary dom 3 (9) – pr. rozr.

TV4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (4, 5) – serial sens., USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (71) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (502, 503) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1160, 1161) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1529, 1530) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (1346-1348) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1395) – obycz.
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (490) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1396) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Uroczysko (197, 198) – serial kryminalny
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (125) – serial kryminalny, Polska 2026
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1008) – serial kryminalny, Polska 2026
23.05 Sisu – dramat wojenny, Finlandia/Wielka Brytania/USA 2022, 115 min (FILM)
1.00 Love Island. Wyspa miłości (27) – reality show
2.00 Hardkorowy lombard 3 (19) – serial dok.
2.35 Interwencja – magazyn reporterów
2.50 SuperLudzie (36-40) – serial dokum., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (2, 3) – serial krym.
8.00 Kobra – oddział specjalny (6, 7) – sens.
10.00 Maria z przedmieścia (47, 48) – telen.
12.00 Nie igraj z aniołem (110) – obycz.
13.00 Wspaniałe stulecie (44) – kostium.
14.00 Kurierzy (29) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (530, 531) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (30) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (967, 968) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Człowiek zasad – film sensacyjny, Rumunia/USA 2015, 120 min (FILM)
22.00 Komando – film sensacyjny, USA 1985, reż. Mark L. Lester, wyk. Arnold Schwarzenegger, Rae Dawn Chong, Dan Hedaya, Vernon Wells, 115 min (FILM)
23.55 Legionista – film przygodowy, USA 1998, reż. Peter MacDonald, wyk. Jean-Claude Van Damme, 125 min (FILM)
2.00 Dzielnica strachu 9 (400) – serial krym.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (963) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 Taki jest świat 11 (27) – program inform.
4.30 Menu na miarę (4) – program kulinarny
5.00 Dzielnica strachu 9 (403) – serial krym.

PULS 2 DVB T2

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (6)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (955)
21.00 Dzielnica strachu 9 (407) – serial krym.
22.00 Dzielnica strachu 10 (438) – krym., Pol.
23.00 Wstydliwe choroby 7 (1, 2) – serial dok.

TVN 7 DVB T2

5.30 Ten moment (51) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (774-776) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1334, 1437, 1438) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1087-1089) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
13.55 Kryminalni (1) – serial kryminalny, Polska
15.00 Szpital (774, 775) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (502) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (14) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1525) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 Gniew oceanu – dramat przygodowy, Niemcy/USA 2000, reż. Wolfgang Petersen, wyk. George Clooney, 160 min (FILM)
22.40 Bez kompleksów (1) – program rozrywk.
23.40 Głowa rodziny – dramat obyczajowy, USA/Kanada 2016, reż. Mark Williams, wyk. Gerard Butler, Gretchen Mol, 140 min (FILM)
2.00 Millerowie – komedia kryminalna, USA/Wielka Brytania 2013, 110 min (FILM)
3.50 Fachowcy (8) – serial paradok., Pol. 2017
4.25 Dorota was urządzi! (10, 11) – program rozrywkowy

TVP POLONIA

13.50 Pięknie przyprawiONA (7) – magazyn kulin.
14.10 Kulturalni – magazyn
15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Kiedyś to było... – mag.
15.40 62. KFPP w Opolu – Zróbmy więc prywatkę...
16.00 Zaraz wracam 2 (105)
16.30 Barwy szczęścia (3336) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1055) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Słownik polsko@polski (682) – talk-show
18.45 Świętokrzyskie krajobrazy
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (249) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1134) – teleturniej
7.05 Okrasa łamie przepisy
8.15 Familiada – teleturniej
8.45 Va banque (937) – telet.
9.20 Koło fortuny (2046)
9.55 Program rozrywkowy
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (17) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (192, 193)
15.20 Niepewne sytuacje 3 (4) – program rozrywk.
15.50 Kocham Cię, Polsko! (6) – program rozrywk.
17.25 Va banque (938) – telet.
18.00 Koło fortuny (2047)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (19) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (7, 8)
8.30 Kartoteka (6, 7)
10.35 Detektywi (19, 20)
12.35 Zakup w ciemno 7 (28, 29) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (4)
15.35 Złomowisko PL 5 (2)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (3)
18.05 Zakup w ciemno extra (36) – reality show
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (7) – pr. rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (34)
21.05 Zakup w ciemno extra (31) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (298) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (921, 922) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (375-377) – serial paradokum., Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (947) – serial paradokumentalny, Polska 2020
12.30 Dlaczego ja? (1344, 1345) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (519-523) – serial komediowy, Polska 2017-2018
17.00 48h. Zaginieni (151, 152) – serial kryminalny, Polska 2022

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (136-138) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin (32) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (127, 128) – serial obycz., Pol. 2018
10.30 Świat według Kiepskich (165, 166, 230, 22, 23, 50) – serial komediowy, Polska
13.45 Szybcy i wściekli 10 FILM – film sensacyjny, USA/Chiny/Jap. 2023, 175 min
16.40 Pacific Rim: Rebelia FILM – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 135 min
18.55 Plan lotu – thriller, FILM USA 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, Peter Sarsgaard, Sean Bean, 125 min

AXN

6.00 FBI: Most Wanted 3 (14, 15) – serial kryminalny, USA 2020
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (7, 8) – serial kryminalny, USA 2024
9.15 Castle 2 (21, 22) – serial kryminalny, USA 2010
11.15 MacGyver 2 (16, 17) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny, USA 2024
15.10 Agenci NCIS 10 (18, 19) – serial sensacyjny, USA 2012
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny, USA 2010

20

WOJENNY

20.50 Czas honoru. Powstanie (7)
Michał dostaje rozkaz przemieszczenia w rejon Kampinosu. Oddział Bronka udaje się do magazynu na Stawkach po zaopatrzenie. 55 min
21.45 Królowa Bona (6) – hist.
22.45 To jest grane – wakacyjnie (94)
23.15 Dziennik regionów
23.40 Tajemnice kultowych seriali (1) – serial dok.
0.30 Andrzej Wajda – Notatki

TELETURNIEJ

20.15 Postaw na milion
W grze bierze udział dwoje uczestników. Dostają milion złotych. Żeby go nie stracić, muszą odpowiedzieć na osiem pytań. 60 min
21.15 Kabaret Letnią Porą (25) – program rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (54) – kom.
22.50 Lato z Radiem i Telewizją Polską
0.55 Koło fortuny (2047, 2039) – teleturniej
2.20 Kabaret Letnią Porą (3, 33) – pr. rozrywk.

ROZRYWKA

22.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3)
Dominik Abus i Krzysztof Radzikowski (obaj na zdj.) komentują wybrane programy. Nie brakuje okazji do śmiechu i wzruszeń. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (2) – program rozrywkowy
0.00 Damy i wieśniaczki. PL 11 (6) – serial fab.-dok.
1.00 Ciężarówką przez Wietnam (1) – dok., Pol.
2.00 Wyburzacze 8 (5, 6)

PARADOKUMENTALNY

19.00 Gliniarze (993)
Ciężarna zostaje pobita i okaleczona niedaleko domu. Natalia i Kuba odkrywają, że rozstała się z mężem, wyznała zdradę i prowadziła podwójne życie. 60 min
20.00 Ślad (69) – serial krym.
21.00 Gliniarze (788)
22.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (113, 114)
23.00 Świat według Kiepskich (355, 356)
0.00 Ślad (91) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (10) – paradok.

HORROR SF

21.00 Life – USA 2017, reż. FILM Daniel Espinosa
Rory (Ryan Reynolds, zdj.) i inni astronauci badają próbki z Marsa. Muszą się zmierzyć z inteligentnym i zabójczym organizmem. 140 min
23.20 Dracula: Historia nieznana FILM – horror, USA/Japonia 2014, 100 min
1.00 Gliniarze (347, 348) – serial paradokum., Pol.
3.00 Fala zbrodni (74, 75)
5.00 Na ratunek 112 (860, 861) – paradok., Pol.

KRYMINALNY

21.05 FBI: International 4 (12) – USA 2024-2025
Zabójstwo 6-letniego Dillona w Baltimore sprawia, że agentka FBI Riley Quinn dołącza do Fly Team. Chce odnaleźć rodzinę chłopca. 60 min
22.05 FBI: Most Wanted 4 (15) – serial kryminalny
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (17, 18) – serial krym.
0.45 Castle 2 (23, 24) – krym.
2.40 FBI: International 4 (12) – serial kryminalny

TVP HISTORIA DVB T2

9.20 Ex Libris **9.50** Ostatni Mazurzy **10.45** Arsenał. Magazyn militarno-historyczny – mag. **11.15** Krainy cudów natury (3) **12.20** Independence Dawn: The Forgotten Revolution (2) **13.15** Polskie parki narodowe – dok. **13.45** Królowie (51) – hist. **14.25** Czterdziestolatek (15) **15.50** Sensacje XX wieku **18.05** Czas honoru. Powstanie (12) **18.40** Tajemnice początków Polski: Z otchłani pradziejów **20.00** Oficer (6) – sens. **21.05** Wojny Rosji (1/3) **22.05** II wojna światowa w kolorze: Droga do zwycięstwa (1) – dok. **23.15** Sensacje XX wieku – pr. hist.

TVP KULTURA DVB T2

9.00 Siedem życzeń (7-ost.) – serial przyg. **10.00** Czarna suknia – dramat wojenny, Polska 1967 **11.00** Mary Quant. Królowa brytyjskiej mody **12.40** Angielskie śniadanie: Kosmos 1999 (9) – s.f. **13.40** Lawrence z Arabii – dramat przyg., Wielka Brytania 1962 **17.25** Stawiam na Tolka Banana (1) **18.10** Dźwięk Nowego Jorku (6) **18.55** Rawhide (1) **20.00** Alibi na lato: Thelma i Louise – dramat sens., USA/Wlk. Bryt./Fr. 1991 **22.20** Reguła milczenia – dramat obyczajowy, USA 2012 **0.30** Sibelius. Siedem symfonii – serial dok.

SUPER POLSAT DVB T2

8.00 Doktor Martin (51, 52) – obycz. **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (33, 34) **11.30** Świat według Kiepskich (443, 444, 353, 354) – kom. **13.35** Bitwa o palety (1) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (59) – reality show **16.05** Ninja Warrior Polska (33) **18.00** Świat według Kiepskich (458, 459, 551, 552) – kom. **20.00** Złomiarze (5) – dok. **21.00** 21 Jump Street – komedia kryminalna, USA 2012 **23.10** Detonator – sens., USA/Rumunia 2006 **1.20** Świat według Kiepskich (383-387) – kom. **3.55** Nasz nowy dom (247, 248)

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (5, 6) – sens. **9.55** MacGyver 3 (2, 3) **12.05** Pułapki umysłu (1) – dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (16) – reality show **13.50** Wojny magazynowe: Kanada (17) **14.25** Wojny magazynowe: Kanada 2 (18, 19) **15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (3) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia 2 (1) – serial dok. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 23 (18, 19) **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (4) **23.00** Magia nagości 5 (6) **0.05** Magia nagości 4 (9) – rozr.

METRO

8.30 Szpital (782, 783) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (351, 352) **12.30** SOS Ekipy w akcji (28) **13.30** Brzydula (27, 28) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (13) **15.45** The Floor (1, 2) **17.00** Fani czterech kółek 17 (4) **18.00** Prawo Agaty 7 (2) – obycz. **19.00** Kartoteka 2 (5, 6) **21.05** Kryminalni 3 (1, 2) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (6) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (5) **1.15** Szpital (775) **2.15** Szkoła (528, 529) **3.45** Nowa Maja w ogrodzie 4 (26, 27) **4.35** Nowa Maja w ogrodzie 6 (1)

ALE KINO +

6.30 Polska z góry 5 (6) **7.00** Mother Dear – krótkometraż. **7.35** Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006 **9.30** Wyraj **10.00** Grantchester 10 (3, 4) **12.05** Vera 5 (4) – serial krym. **14.00** Tatami – thriller, USA/Wielka Brytania/Gruzja 2023 **16.05** Opera! – dramat obycz., Fr./Wł. 2024 **18.15** Vera 6 (1) **20.10** Premiera: Agent – sens., USA 2024 **22.15** Eskorta – dramat obycz., USA/Fr. 2014 **0.40** Premiera: Żużel – obycz., Pol. 2020 **2.45** Król (2) – sens. **3.55** Moje miasto – film obycz., Pol. 2002 **4.55** Kruk. Szepty słychać po zmroku (6-ost.) – krym., Pol.

TV TRWAM DVB T2

14.20 Muzyczne chwile – kult. **14.30** Powołani **15.00** Wygrana **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Porady medyczne bonifratrów (37) – med. **17.00** Świadkowie – cykl reportaży **17.30** Spotkanie Rodziny Radia Maryja **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (4) **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Z wędką nad wodę w Polskę i świat **22.30** Starowiejski profesor Józef Bielawski

ANTENA HD DVB T2

8.40 Kabaretowy szał – pr. rozr. **9.45** Co Polak potrafi na drodze? (12) – rozr. **10.45** Detektywi z Bordeaux 4 (2) – krym. **11.55** Klątwa Wyspy Dębów 6 (28, 29) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 3 (3, 4) – dok. **15.50** Wojny kontenerowe 2 (5, 6) **16.50** 77 TV 4 (14, 15) **18.55** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7) – krym. **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (9) – krym., Fr. 2014 **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (3) **23.10** Detektywi z Bordeaux 4 (10) **0.25** Polska. Największe tajemnice 2 (6-8)

TVS

12.05 Dzisiaj w regionie – pr. inf. **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher – Niech zdecyduje miłość – obycz., Niemcy 2009 **21.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Przypływy miłości – film obyczajowy, Niem./Austria 2009

WP DVB T

11.00 Premiera: Niepojęte: Strefa tajemnic (6) – serial dok., USA **12.00** Wariaci za kierownicą 5 (10) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (23-25) **16.55** Pogoda (64) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (2) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (3) **20.00** Whitney Houston: rodzinna tragedia **21.50** Pogoda (64) – pr. inf. **22.00** Mistrzowie Kabaretu 5 (1) **23.00** Mistrzowie Kabaretu 12 (2) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 3 (9) **1.00** Kabaretowy śmiech grupowy (2)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Gwiazdy dla Ciebie (40) **15.30** 10 najlepszych... (40) **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (73, 74) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (15, 16) **23.00** Zdrady (71)

VIASAT EPIC DRAMA

7.35 Lekarze na start (27, 28) – obycz., Pol. **9.05** Poirot 4 (2) **11.20** Zatraceni w miłości (29, 30) – telen. **13.25** Agenci NCIS 18 (7, 8) **15.15** Lekarze na start (29, 30) – obycz., Pol. **16.45** Poirot 4 (3) **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (31, 32) **21.00** Projekt Błękitna Księga (7) – s.f. **21.55** Morderstwo to nic trudnego (3) – krym. **23.00** Sprawy pana Booka (1, 2) **1.10** Zatraceni w miłości (31, 32) – telen. **2.50** Projekt Błękitna Księga (7) – s.f. **3.35** Morderstwo to nic trudnego (3) **4.25** Lekarze na start (29, 30)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (4, 5) – serial dok., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.15 Bolek i Lolek – anim.
7.35 Reksio – serial anim. ●
8.00 Siedem życzeń (4, 5) – serial przygodowy
10.35 Akademia Pana
FILM **Kleksa** (1/2) – przyg., Pol./ZSRR 1983, 95 min
12.10 To nie ze mną (4, 5) – serial obyczajowy, 2022
13.40 Powstanie warszawskie – dokument fabularyzowany, 2014
15.40 Motylem jestem, czyli
FILM **romans czterdziestolatka** – komedia obycz., 1976, 120 min
17.40 Czterej pancerni i pies (5, 6) – wojenny

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (99, 100) – serial komediowy, Pol.
6.20 Na sygnale (482, 483) – serial fabularno-dokum.
7.30 Ojciec Mateusz 3 (32) – serial kryminalny, Pol.
8.30 Komisarz Alex 2 (21)
9.25 Rodzinka.pl (101)
10.00 Klan (1448, 1449)
10.55 Ranczo 8 (99, 100)
12.35 Komisarz Alex 2 (22)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (383, 384) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 2 (23) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (484, 485) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (101, 102) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (385) – krym., Pol. 2023
20.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.15 Blanca 2 (11, 12) – serial kryminalny, Włochy 2023
8.30 Na granicy: Przepaść
FILM – film kryminalny, Niemcy 2022, reż. Stephan Rick, wyk. Lucas Gregorowicz, André Kaczmarczyk, Patrick Kalupa, 115 min
10.25 Magnum: Detektyw z Hawajów 5 (17-20) – serial sensacyjny, USA 2023
14.05 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025
16.20 Morderstwo
FILM **w Ramatuelle** – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, Matthieu Burnel, Florent Peyre, 120 min
18.20 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (778) – paradok.
6.00 Filmowe duety (1)
6.30 Kino Buzz Top 5 (2)
6.45 Zakochani po uszy (85, 86) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (69-72) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (10) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (67) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (31, 32) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (9) – serial obycz., Pol. 2013
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale 5 (1) – mag.
16.45 Happy Feet: Tupot
FILM **małych stóp** – film animowany, Australia/USA 2006, 135 min
19.00 Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (171) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (987) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (72) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (217, 218)
8.55 Ojciec Mateusz 20 (260, 261) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1056) – teleturniej
11.20 Na sygnale (648, 649)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (75)
13.20 Komisarz Alex 3 (39)
14.15 Ranczo 6 (77, 78)
16.10 Gwiazdorska kuchnia Ani 3 (29) – mag. kulin.
16.40 Tańcząca ze światem – Maroko (3) – magazyn
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 25 (318) – krym., Pol. 2021
19.20 Ranczo 7 (85) – obycz.

STOPKLATKA

6.00 Kabaretowe hity (7) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (181, 151) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (4) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (2, 3) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (5) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (7, 4) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (5) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show
19.10 Aukcja w ciemno 2 (5, 6) – serial dok., USA

DRAMAT

20.00 Prawo ojca – 1999,
FILM reż. Marek Kondrat Córka Michała Korda (Marek Kondrat, zdj.) zostaje zgwałcona. Ojciec, widząc opieszałość policji, bierze sprawy w swoje ręce. 125 min
22.05 Kroll – film sensacyjny,
FILM 1991, 145 min
0.30 Symetria – dramat
FILM obycz., 2003, 130 min ●
2.40 Zwolnieni z życia
FILM – dramat obycz., Polska/Francja 1992, 125 min ●
4.45 Leben ●

OBYCZAJOWY

21.30 Ranczo 8 (103, 104) Ksiądz wraca po nagłym wezwaniu do kurii. Postanawia zachować temat spotkania w tajemnicy. Michałowa nakłania go do zwierzeń. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 30 (386) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (1) – serial obycz., Polska
1.20 Ratownicy (13-ost.)
2.20 Londyńczycy (1)
3.20 Wojna zaściepcza (9)
4.10 Klan (1448) – telen., Pol.

KRYMINALNY

22.00 Bellefond (1) – Fr. 2022 Prokurator Antoine Bellefond porzuca zawód. Siostrzenica, której nie widział od lat, prosi go o pomoc. 125 min
0.05 Niewidomy detektyw (4) – serial kryminalny, Niemcy/Austria 2020
2.00 Morderstwo
FILM **w Ramatuelle** – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, Lola Dewaere, 120 min
4.00 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025

KOMEDIA

20.00 Ocean's Eleven:
FILM **Ryzykowna gra** – USA/Australia 2001 Złodziej Danny (George Clooney, zdj.) planuje napad na skarbiec kasyn w Las Vegas. 155 min
22.35 Dziewczyna
FILM **w czerwonej pelerynie** – film fantasy, USA/Kan. 2011, 120 min
0.35 Zanim odejdą wody
FILM – komedia, USA 2010, reż. Todd Phillips, 110 min
2.25 Zawieruchy przepis na kino

KOMEDIOWY

20.10 Rodzinka.pl (306, 307) Kuba przedstawia Filipowi Sonię, lecz rozwój wydarzeń wyraźnie mu się nie podoba. Majka czuje się zawiedziona przez dziadka. 75 min
21.25 Ojciec Mateusz 32 (410) – krym., Pol. 2024
22.20 Pojedynek na głosy
FILM – komediodramat, Wielka Brytania 2019, 125 min
0.25 Czarny mercedes
FILM – film kryminalny, Polska 2019, 130 min
2.35 Jan Serce (1, 2) – obycz.

DRAMAT

20.00 Ninja – USA 2009, reż.
FILM Isaac Florentine Młody Amerykanin Casey (Scott Adkins) pobiera w Japonii nauki ninjutsu. Po śmierci mistrza Takedy musi wypełnić jego wolę. 110 min
21.50 Honor zabójcy – film
FILM sensacyjny, Kan./Wielka Brytania 1996, 115 min
23.45 Nieśmiertelny 3:
FILM **Czarnoksiężnik** – film fantasy, Kanada/Francja/Wielka Brytania 1994, 130 min

20

CANAL+ PREMIUM

10.05 Lilly i kangurek – film familijny, Australia 2025
11.50 Miss mokrego podkoszulka – kom., Pol. 2002 **12.50** To nie jest zagadka kryminalna (1) – krym. **13.50** Larger than Life: Złota era boysbandów **15.25** Balony – krótkometraż.
15.55 Zmierzch – film fantasy, USA 2008 **17.55** Łapu capu – pr. rozrywk. **18.00** Jason Bourne – thriller, USA 2016
20.00 Shadow Force – thriller, USA 2025, reż. Joe Carnahan **21.40** Być kochaną – dramat obyczajowy, Norwegia/Szwecja 2024 **23.25** 21 gramów – dramat obycz., USA 2003

CANAL+ FILM

13.05 Masz ci los! – komedia, Polska 2023 **14.30** Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muzyczna, USA/Wielka Brytania/Chiny 2018
16.25 Listy do Julii – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Gary Winick **18.05** Kiedy nadchodzi jesień – dramat obyczajowy, Fr. 2024 **19.45** Łapu capu – program rozrywkowy
20.00 Wieczór zabójczych zwierząt: Zabójcza orka – horror, Australia/USA/Wielka Brytania 2026 **21.25** Wieczór zabójczych zwierząt: Niebezpieczne zwierzęta – thriller, Australia/USA/Kanada 2025

FILMBOX+ ONE

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (7) – krym. **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (5) – krym.
11.00 Panna Marple. Noc w bibliotece – krym., USA 2004 **13.05** Poirot (2) **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8)
16.40 Panna Scarlet i komisarz 2 (6) **17.50** Poirot (7, 8)
20.00 Obóz integracyjny – kom. sens., Portoryko/USA/Wlk. Bryt. 2013 **22.00** Aż do śmierci – thriller, Bułgaria/USA/Wlk. Bryt. 2021 **23.55** Pocałunek śmierci – dramat krym., USA 1995 **2.05** Zderzenie – sens., Wlk. Bryt./Niemcy/Chiny 2016 **4.30** Bonanza – serial obycz.

COMEDY CENTRAL

7.00 Dwóch i pół 4 (23, 24) **7.55** Dwóch i pół 5 (1, 2) – kom. **8.55** Przyjaciele 6 (20-25) – kom.
11.55 Teoria wielkiego podrywu 6 (11-16) – kom. **14.30** Dwóch i pół 5 (3-6) – kom.
16.30 Przyjaciele 7 (1-6) – kom. **19.30** Duchy (3, 4) – fantasy
20.30 Teoria wielkiego podrywu 6 (17-19) – kom. **22.00** The Office PL 2 (11, 12) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (11, 13) – rozr. **0.05** Miasteczko South Park 2 (7, 8) **1.00** Pracoholicy 3 (7, 8) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (11, 12, 10) **3.15** Miasteczko South Park 2 (4-6) **4.20** Comedy Club 7 (6-9)

HBO

10.15 Blue Moon – dramat biograficzny, USA/Irlandia 2025
11.55 Ben nie ma lekko – anim., Czechy 2024 **13.15** Po prostu uwierz – dramat obycz., USA 2024 **14.55** Assassin's Creed – przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016
16.45 Sypiając z innymi – komediodramat, USA 2015 **18.25** Karate Kid: Legendy – film przygodowy, USA/Kan. 2025
20.00 Ród smoka 3 (3) **21.00** Premiera: Miniaturowa żona (3) **21.45** Prawdziwy ból – komediodram., USA 2024 **23.15** Holland – thriller, USA 2025 **1.00** The Royal Hotel – thriller, Australia/Wlk. Bryt. 2023

FX

9.00 Z archiwum X 2 (19) – s.f., USA **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (8, 9) – krym., USA
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19, 20) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (6, 7)
15.35 Premiera: Skymed 2 (3) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) **18.20** Z archiwum X 2 (20) **19.15** FBI 4 (7)
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) – krym. **22.00** Premiera: Tropiciel (21) **22.55** Z archiwum X 2 (20) **23.55** Resident Evil 2: Apokalipsa – horror s.f., Niemcy/Fr./Wlk. Bryt. 2004 **1.50** 9-1-1 (17) **2.35** Agenci NCIS 10 (7) – sens.

CANAL+ 360

12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (1) **13.50** Wykrywacz historii 4 (1) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (3) – dok.
16.00 Supersamoloty bojowe 11 (2) – dok. **16.55** Zholowani: ciężarówki w opałach 8 (20) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (5) – dok. **19.00** Wykrywacz historii 3 (5) – dok.
19.50 Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (1) **20.50** Co poszło nie tak (1) – dok. **21.50** Speedshop: warsztat marzeń (1) – dok. **23.05** Supersamoloty bojowe (5) – dok.

BBC FIRST

8.35 Lewis 4 (7) – krym. **9.40** My Life is Murder 4 (8) – krym. **10.40** Śmierć pod palmami (1)
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (2) **12.55** Śledztwa siostry Bonifacji: odcinek świąteczny 2024 (1, 2) – krym., Wlk. Bryt. 2024 **15.00** Ojciec Brown 7 (5)
16.00 Lewis 4 (7) **17.00** My Life is Murder 2 (9) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (1)
19.55 Śmierć pod palmami (2) **21.00** My Life is Murder 5 (1) **22.00** Diabelski szczyt (1, 2) **0.10** Harry Wild 4 (4) **1.05** Śmierć pod palmami (2) **2.15** Morderstwa w Midsomer 21 (1)

ROMANCE TV

8.30 Górski lekarz (138, 139) – serial obycz. **10.25** Diagnoza Betty (159, 160) – obycz.
12.20 Rzeka życia: Zaginiona na Amazonce – melodramat, Niemcy 2013 **14.15** Bliźniacza miłość – komedia romantyczna, USA 2021
16.15 Statek marzeń – Dolina Rzeki Hudson – film obycz., Niemcy 2024 **18.05** Górski lekarz (140, 141) – serial obycz.
20.00 Wielka prawdziwa miłość – komedia, USA 2022 **21.50** Bella Vita – komedia romant., Niemcy 2010 **23.45** Górski lekarz (140, 141) – serial obycz.

FILMBOX+ HITS

12.30 Magiczny świat Davida Copperfielda – film familijny, Wielka Brytania/USA 2019 **14.40** Ambasador w Bernie – dramat hist., Węgry 2014
16.10 Gorzko-słodki – komedia romantyczna, USA/Tajlandia 2009 **18.10** Książę i ja: Królewskie wesele – komedia romantyczna, USA 2006
20.00 Historia mojego życia – dram. obycz., Węgry/Niemcy/Francja 2021 **23.00** Bardzo grzeczne dziewczyny – dramat obyczajowy, USA 2013 **0.40** Morze Czarne – thriller, Wielka Brytania/USA/Rosja 2014

TV 6

8.55 Kobra – oddział specjalny (20, 21) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (136-138) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1196) – obycz. **14.55** Uroczysko (37, 38) – krym.
15.55 Kobra – oddział specjalny (22, 23) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (6, 7) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (189, 190) **21.55** Czarna lista (21) – krym. **22.55** Łowca pedofilów (181-184) **0.55** Więzienie (203, 205, 204, 206) **2.55** Cobra Kai (25) **3.40** Septagon (94, 95) – krym. **5.45** Telezakupy TV Okazje – mag.

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Pingwiny z Madagaskaru **10.00** Jądro Ziemi – dramat s.f., Wielka Brytania/USA 2003
13.00 Czarodziejki (7) – fantasy **14.00** Czarodziejki 3 (8) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru
15.25 Pompeje – film katastroficzny, Kan./Niem./USA 2014 **17.30** Dzień zagłady – film katastroficzny, USA 1998
20.00 Złap mnie, jeśli potrafisz – komedia krym., USA/Kanada 2002 **23.00** Ojciec chrzestny – dram. sens., USA 1972 **2.30** Pszczelarz – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024 **4.20** Policyjna grupa pościgowa 15 (10) – serial dok.

TVN 24

7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.

TLC

8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelowe rozmowy 7 – reality show
11.00 Kiedy dzieci mają dzieci 7 (10) – serial dok.
12.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – serial dok.
13.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia 3
15.00 Wiza na miłość: pościelowe rozmowy 11 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (5) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show

TVN STYLE

5.20 Damy i wieśniaczki. PL 9 (1) – serial fab.-dok., Polska 2025
6.15 Anatomia piękna 2 (1) – program rozrywkowy
7.10 Co za tydzień – magazyn kulturalny
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (3, 4) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (10, 9) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7, 8) – reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (4) – program rozrywkowy Izabela Janachowska pomaga wybrać suknię dla Wiktorii. 35 min

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Mistrzowie logistyki (15) – serial dokum.
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie – serial dokumentalny
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (5) – serial dokum.
13.00 Ed Stafford: inicjacja
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (4) – serial dokumentalny
16.00 Celnicy na straży Niemiec (1) – serial dok.
17.00 Celnicy na straży Szwecji 4 (7) – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC

10.00 Mega Metro (4) – dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (1)
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (5) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (3) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (6)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (8, 9) – serial dok.
17.00 Pompeje w ogniu – film dokum., USA 2022
18.00 Wielkie konstrukcje III Rzeszy: Atak z powietrza – film dokumentalny, USA 2022
19.00 Wojna widziana z powietrza (2) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (2)

FOKUS TV (DVB-T2)

6.00 Wehikuł czasu (706)
6.05 48h. Zaginieni (60)
7.00 Byli sobie podróżnicy
8.00 Byli sobie wynalazcy
8.55 Wehikuł czasu (706)
9.00 Starożytni kosmici (15) – serial dokum.
10.00 Gwiazdy lombardu (7, 8) – reality show, USA
12.00 I wojna światowa w liczbach (1) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (11, 12) – serial dokum.
14.00 Tajne akta nazistów (1, 2) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (8, 9) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (10, 11) – serial dokum.
20.00 Galileo (23)
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (5) – serial dok.

20

PUBLICYSTYCZNY

20.00 Kropka nad i Pularni politycy odpowiadają na pytania dotyczące bieżących problemów w Polsce. 20 min
20.20 Fakty o świecie – inf.
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika

REALITY SHOW

20.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3 Chcąc zapewnić dobre życie swojemu nowo narodzonemu dziecku, Jose zawiesza karierę muzyczną. 60 min
21.00 Wiza na miłość 12 (6)
23.00 Koleżanki na zabój – dok., USA 2023
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Wiza na miłość: Wielka Brytania 3
2.00 Wiza na miłość 12 (6)
4.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.

ROZRYWKA

17.40 Kuchenne rewolucje (4, 9, 10) Magda Gessler (zdj.) udaje się do Elbląga. Jej wsparcia potrzebuje szefowa restauracji Czwórka. Od dawna zalega z opłatami. 190 min
20.50 Jestem z Polski (16) – serial dokumentalny
21.50 Jestem z Polski 13 (10)
22.50 Hotel Paradise 6 (22)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (4) – program rozrywk.

ROZRYWKA

18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (12) Ostatnie zadanie braci Collins w Indiach okazuje się najtrudniejsze. Rafał nie znosi zapachu ryb, a Grzesiek cierpi na chorobę morską. 60 min
19.00 Nagi instynkt przetrwania 12 – dok.
21.00 Nic do ukrycia (10) – serial dokumentalny
22.00 Premiera: Celnicy na straży Szwecji 4 (8)
23.00 Premiera: Celnicy na straży Niemiec (2)

DOKUMENTALNY

21.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (1) Medialna wrzawa utrudnia badanie przyczyn wypadków. Tak było w trakcie dochodzenia dotyczącego lotu American Airlines 77. 60 min
22.00 Ostatni lot: Anatomia katastrofy (1) – dok.
23.00 Katastrofa w przestworzach (9)
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (10)

DOKUMENTALNY

22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (1, 2) Według legendy pod koniec II wojny światowej Japończycy mieli zakopać cenne rzeczy w filipińskiej dżungli. Badacze ruszają na poszukiwania skarbu. 120 min
0.00 Starożytni kosmici (7) – serial dokumentalny, USA 2011
1.00 Rolnicy. Podlasie (9-12) – serial dokumentalny
5.00 Kołowrotek (9, 10) – magazyn wędkarski

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego **18.00** Najważniejsze pytania **19.15** Gość „Wydarzeń" – publ. **19.50** Debata Gozdyry **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie **23.30** Obraz dnia – serwis informacyjny

CANAL+ KUCHNIA

13.25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (1) – dok. **13.55** Podróż przez smaki Chin 3 (1) – dokum. **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (7, 8) – dok. **15.45** Z pola na stół 2 (5) – dok., Kan. **16.15** Jelita vs mózg (4) **16.40** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (1, 2, 11, 12) **18.30** Maximum Foodie 4 (9) – dok. **18.55** M jak mięso (1, 2) – dok. **19.50** Nie bój ryby! (1) **20.15** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (12, 13) **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11 (3, 4) – dok. **23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (5) – serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą – kom. **9.20** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **21.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **22.00** Walka o życie – dok., Pol. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **3.05** Więzienie kobiet – serial dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 11 – dok. **6.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (1-3) **8.00** Jak działa wszechświat? **11.00** Pomoc drogowa na Alasce – film dok. **13.00** Podziemne sekrety (8) **15.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dok. **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (6, 8-12) – serial dokum. **21.00** Tajemnice lądowania na Księżycu (3, 4) – serial dokum. **23.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dok. **1.00** Zagadki wszechświata z Morganem Freemanem – serial dok. **4.00** Podziemne sekrety (8) – dok.

TVP DOKUMENT

11.00 Kultura miejska (5) **12.00** Korona Gór Polski 2 (7) **12.35** Ludzie z mikroplastiku **13.40** Najwspanialsze drzewo Australii (1) **14.50** Rajskie zakątki Europy (1) – dok. **15.40** Neon **16.45** Magiczny Adriatyk (1) – dok. **17.45** Sanatorium miłości 4 (6) **18.45** Jacek Cygan. Życie jest sztuką **20.00** Kości na handel **21.05** W krainie niedźwiedzia – film dokum., Niemcy 2023 **22.10** Niebezpieczne drogi (1) **23.15** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.25** Naddniestrze, Abchazja i Osetia – fantomowe państwa **0.30** Sanatorium miłości 4 (5)

PLANETE+

11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (1) – dok., Fr. 2023 **12.35** Świat według termitów **13.45** Ocalić raj (4) – dok., Fr. **14.50** Zaginione światy (1) **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (6) **16.55** Świat zawarty w obrazie (1) **17.55** Dokąd dzisiaj? 4 (65) – serial dok. **18.10** Polska z góry 10 (1, 2) – dok. **19.10** Mam zamek 2 (3) – dok. **19.45** Zapomniane królowe epoki żelaza – film dok., Niem. 2022 **20.50** Osierocone. Dzieci i wojna (1) **22.00** Tutanchamon: wielkie odkrycie **23.10** Strefa nagości (3) **0.20** Niezwykłe podróże koleją 8 (7)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 (DVB-T2)

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inform.

TVP 3 (DVB-T2)

13.20 Agropogoda **13.30** Rozmowy (nie)wygodne **14.10** Całkiem niezła historia **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – religijny **15.20** Serwis Info Dzień **15.30** Program lokalny **19.30** Dlaczego krowa... – mag. **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów – inf. **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Kryminalna siódemka – mag. **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (188) – obycz.

HGTV

10.00 Widok, na który cię stać (11, 12) – dok. **11.05** Usterka 11 (10, 11) – fab.-dok., Pol. **12.35** Moje miasto, mój dom 8 (5, 6) – pr. rozr. **14.35** Mieszkanie na miarę (3, 4) – pr. rozr. **16.35** Polowanie na ogród 2 (2-4) **18.15** Weekendowa metamorfoza 3 (4, 5) – pr. rozr. **20.05** Zgłoś remont 4 (4) – pr. rozr. **21.05** Dorota was urządzi! (9, 10) **22.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 8 (11, 12) **23.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (1, 2) **0.45** Kupujemy dom na plaży 29 (11, 12) – dok., USA

TVP KOBIETA (DVB-T2)

12.00 Na tropie przypraw. Pikantnie i słodko **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (23) **12.45** Przepis dnia (85) **13.00** Na dobre i na złe (576) **13.50** Kiedyś to było... **14.25** Okrasa łamie przepisy **15.00** Jak to się mówi, czyli Kasia u Bralczyka (61) **15.30** Ojciec Mateusz (3, 4) **17.25** Najwspanialsze ikony natury (2) **18.30** Hity wszech czasów **19.30** Miłość i nadzieja (296) **20.30** Wichrowe wzgórze (277) – serial obycz. **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (267) **22.30** Miłość i turbulencje – kom. romant., Francja 2013

BBC EARTH

12.45 Malownicze trasy kolejowe 2 (4) – dok. **13.40** Mroźna planeta 2 (3) – dok. **14.45** W okowach mrozu 3 (3) – dok. **15.45** Życie na pustkowiu: powroty 3 (8) **16.45** Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (4) – dok. **18.45** Malownicze trasy kolejowe 3 (2) – dok. **19.45** Tajemnice wulkanów (2) **20.40** Potęga ssaków: kulisy (1) – dok. **20.55** W okowach mrozu 3 (11, 12) – dok. **22.55** Indie z Alexandrem Armstrongiem (1) – dok. **23.55** Paryż-Stambuł z Sue Perkins (1)

HISTORY

14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (4) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (14) **15.45** Gwiazdy lombardu 13 (3) **16.15** Wykute w ogniu 4 (10) **17.10** II wojna światowa w kolorze (13) – serial dok. **18.10** Największe tajemnice świata 6 (5) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (21) – serial dok. **20.00** Starożytni kosmici 14 (19) – serial dok. **21.00** Starożytni kosmici 17 (6) – serial dok. **22.00** Premiera: Największe tajemnice świata 7 (12) – dok. **23.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 2 (8) – serial dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB-T, DVB-T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej Wimbledon – studio (LIVE)
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej (LIVE)
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej (LIVE)

EUROSPORT 1

6.30 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump
8.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie – speed kobiet i mężczyzn – finały
9.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako
11.00 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap (LIVE)
17.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
18.30 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
19.30 FIM World Endurance Championship: Wyścig 8-godzinny w Suzuce

TVP SPORT (DVB T2)

6.00 Strongman: Puchar Polski – Żmigród 2026
7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Włochy – Litwa
9.00 Mundialowy poranek (25) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
12.35 Kamerą TVP Sport
13.20 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
15.45 Dzień na mundialu (25) – magazyn piłkarski Dziennikarze i eksperci zapowiedzą nadchodzące spotkania mistrzostw świata, przybliżą składy i taktyki poszczególnych zespołów. 95 min

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: GKS Katowice – Raków
8.30 Premier League Stories (23) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Real Madryt CF
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – Real Sociedad
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy Najciekawsze wydarzenia zakończonej wczoraj kolejki. 100 min
15.10 Premier League Stories (46) – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Celta Vigo – Real Madryt CF
18.00 Liderzy. W centrum gry (2) – serial dokum.

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – mag.
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (16) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter
18.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: BVB – Bayern
20.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii

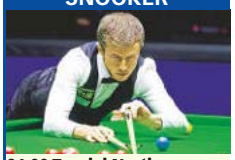
TVP ABC (DVB T2)

10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Figu Migu na planecie Czochras (35) – program dla dzieci
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa – anim.
13.55 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (10) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem – serial animowany
16.05 Pat i świat – anim.

TENIS

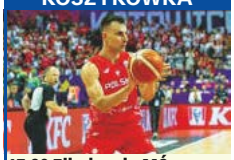
18.30 Turniej Wimbledon (LIVE) – mecz 4. rundy gry pojedynczej Rok temu Alexander Zverev (zdj.) odpadł w 1. rundzie. Teraz, po triumfie we French Open, będzie chciał poprawić swój rezultat w Londynie. 150 min
21.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy

SNOOKER



21.00 Turniej Northern Ireland Open w Belfaście – finał: Jack Lisowski – Judd Trump Decydujący pojedynek dziesiątej edycji zmagań w Irlandii Północnej. Zwycięzca zabierze do domu 100 tysięcy funtów. 60 min
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap: Granollers – Les Angles
0.00 Snooker: Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump

KOSZYKÓWKA



17.20 Eliminacje MŚ – mecz: Polska – Holandia (LIVE) Biało-Czerwoni tę część kwalifikacji kończą starciem z Oranje. Polacy już dużo wcześniej zapewnili sobie awans do kolejnej rundy. 165 min
20.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału (LIVE)
0.05 Quiz TVP Sport – telet.
1.00 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału (LIVE)
5.00 Boks: Gala w Las Vegas: S. Fundora – T. Tszyu

ŻUŻEL

19.00 PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Stal Gorzów Bartosz Zmarzlik (zdj.) i jego koledzy liczą na udany rewanż za porażkę 44:46 w poprzednim starciu z Gorzowianami. 180 min
22.00 Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm
0.15 Liga+ Extra – mag.
2.20 Ligomistrzowe historie (5) – mag.
3.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Cracovia

PIŁKA NOŻNA

20.40 Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC Wicemistrz Włoch kontra beniaminek Serie A. Główni konkurenci Interu w walce o scudetto liczyli na potknięcie zespołu Cristiana Chivu. 120 min
22.40 Serie A – mag. piłkarski
23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.
1.00 Bundesliga Special (22) – magazyn piłkarski
1.30 Bundesliga Goal Special (18) – mag.

ANIMOWANY

16.35 Rev i Roll Ekipa zagania stado lam do zagrody. Rodzice są pod wrażeniem, że udało się ich dzieciom wykonać tak trudne zadanie. 30 min
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej
11.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
21.00 Lekkoatletyka: Diamentowa Liga w Eugene **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

6.30 Kolarstwo: Tour de France – 2. etap **8.30** Motocross: MŚ w Johannesburgu
12.00 Snooker: Turniej Northern Ireland Open w Belfaście: J. Lisowski – J. Trump **15.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Krakowie
18.00 Jeździectwo: Global Champions Tour w Monako
20.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap **22.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria sław Barcelona 1992 – mag. **23.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Atlanta 1996 – mag. sportowy **0.00** Kolarstwo: Tour de France – 3. etap

TVN TURBO

11.15 101 napraw 4 (5, 6)
12.15 Jeździć, obserwować (2) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (7, 8) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (8, 9) – pr. rozr.
16.00 Wojny samochodowe (2, 3) **18.00** Raport Turbo **18.15** Jeździć, obserwować (7) **19.00** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (2) **19.45** Usterka 16 (13)
20.15 Naprawy nie do naprawy (3) – mag. **21.00** Wojny samochodowe (4) – pr. rozr. **22.00** Raport Turbo – inf. **22.15** Jeździć, obserwować (5, 6) – dok. **23.45** Z drugiej ręki (4) **0.30** Nauka jazdy (23) **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (3)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Cracovia **9.00** Żużel: PGE Ekstraliga: Motor Lublin – Gezet Stal Gorzów
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories (1) – magazyn piłkarski **17.30** Snooker: Championship League – 1. runda
22.15 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia **0.30** Górnik. Chłopcy z Zabrza (1) – dok. **1.30** Ligomistrzowe historie (1) – mag. **2.15** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: GKS Katowice – Raków Częstochowa **4.30** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.50 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder Brema – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim **18.00** Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter **22.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **23.05** Made in Italy (13, 12, 11) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Le Havre AC – PSG

NICK JR.

12.00 Rubble i jego ekipa 3 **12.25** Psi Patrol 6 **12.54** Świnka Peppa 8 **13.40** Barbapapa i jego rodzinka **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (13) – dla dzieci **15.34** Świnka Peppa 2 – anim.
16.16 Świnka Peppa 5 **16.35** Psi Patrol 4 **17.05** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 – anim. **17.55** Barbapapa – szczęśliwa rodzinka **18.10** Barbapapa i jego rodzinka **18.40** Dora 2 **19.00** Przygody Misia Paddingtona
20.07 Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **20.55** Barbapapa i jego rodzinka

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 3 (5, 6) **14.10** Morderca z internetu (2, 5) **15.05** Ferie, impreza, morderstwo (2)
16.00 Pogrzebani za domem 3 (4) **17.00** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (1) **18.00** Z archiwum 997 (9, 10) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (8)
20.00 Kobiety, które niosły śmierć 11 (10) – dok. **21.00** Pogrzebani za domem 6 (10) – dok. **22.00** Psy na służbie z Jimem Belushim (1, 2) – dok. **23.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (5) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (5) – dok.

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (4) – dok., Pol. **6.30** Kołowrotek (199) – mag. **7.00** Dorwać tuńczyka (2, 3) – dok., USA **9.00** Wojny magazynowe (179, 180) **10.00** Wojny kontenerowe (6, 7) – dok.
11.00 Hardkorowy lombard (29, 28, 30-33) – dok. **14.05** Polacy za granicą (145, 146)
16.05 Złomiarze (29, 30) – serial dok. **18.10** Poszukiwacze historii (151-154) – serial dokum.
20.05 Złomiarze (39, 53) – dok. **22.05** Siły specjalne – Polska (1, 2) – reality show **1.00** Kołowrotek (188-193) – mag. **4.05** Starożytni kosmici (2, 1) – dok.

DTX

7.05 Fani czterech kółek **9.10** Militaria na warsztat (14, 1)
11.10 Dwa oblicza survivalu – serial dok. **13.10** Niemiecka budowlanka (8, 9) – pr. rozr.
15.10 Fani czterech kółek **17.10** Absurdy drogowe (1-4) **19.10** Fani czterech kółek – dok.
20.10 Niechciani w Gas Monkey **21.10** Od samochodu do domu **22.10** Militaria na warsztat (1, 2) – dok. **0.10** Policjanci z Kent – dok. **2.10** Królowie asfaltu **3.40** Metro po szwedzku (3) **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (4) **5.15** Drwal zawodowiec – dok.

ELEVEN SPORTS 3

11.00 Bundesliga Special (21)
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: AC Milan – Lecce **14.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: FC Nantes – Olympique Lyon
16.00 Bundesliga Special (22) **16.30** Ligue 1 Show (35) **17.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Parma – Juventus
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: 1. FC Köln – Lipsk **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Strasbourg – Lens **0.00** Werder Double – dok. **0.55** Podróż do świata Calcio – mag.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie
16.05 Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2
20.05 Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA

20.00 TVN 7

Player One

HIT

SCIENCE FICTION Uczestnicy gry chcą uratować wirtualny świat przed zagrożeniem.

Rok 2045. Na wyniszczonej Ziemi panuje chaos. Jedyną formą ucieczki od ponurej rzeczywistości jest gra OASIS, oferująca możliwość wcielania się w dowolnie wybraną istotę. Gdy umiera twórca wirtualnego imperium, zostaje ogłoszony konkurs na jego zastępcę. Wychowany w biedzie Wade (Tye Sheridan, zdj.) podejmuje wyzwanie. Jako Parzival wkracza do rozgrywki. Musi odnaleźć trzy klucze.

INFO: USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan, Olivia Cooke **180 min do godz. 23.00**

20.00 POLSAT

Niezniszczalni

SENSACYJNY Najemnicy pod wodzą Barneya Rossa (Sylvester Stallone, zdj.) mają obalić południowoamerykańskiego tyrana, Garzę (David Zayas). Wpadają na trop spisku. **130 min**

USA/Bułg./Hiszp./Niem. 2010, reż. Sylvester Stallone, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham

20.00 TV PULS

Zakon

SENSACYJNY Naukowiec badający tajemniczy rękopis z XI wieku znika bez śladu. Jego syn, przemytnik Rudy (Jean-Claude Van Damme, zdj.), rozpoczyna poszukiwania. **115 min**

USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyk. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff

20.50 TVN

Dziewczyna z pociągu

DRAMAT KRYMINALNY Rachel (Emily Blunt, zdj.) codziennie obserwuje zza okna pociągu parę zajmującą mijany po drodze dom. Staje się świadkiem niepokojących zdarzeń. **145 min**

USA 2016, reż. Tate Taylor, wyk. Emily Blunt, Haley Bennett, Rebecca Ferguson, Luke Evans

22.10 POLSAT

Kryzys

DRAMAT SENSACYJNY Historie, których tłem jest epidemia uzależnień od opioidów w USA. Zmagająca się z nałogiem Claire (Evangeline Lilly, zdj.) poszukuje syna. **160 min**

Kan./Bel. 2021, reż. Nicholas Jarecki, wyk. Gary Oldman, Armie Hammer, Evangeline Lilly

ROZWIĄŻ DLA PRZYJEMNOŚCI!

nauczycielka		fakt prawny		szara papuga		Patryk ..., reżyser	słodka w torcie		na grzbiecie wielbłąda		Katarzyna ..., „Botoks”		wykluwa się z niego pisklę		rywalka Marusi
„... Pana Kleksa”									usterka maszyny					2	
	3			obok kleru		zastąpiła pierzynę	krawędź						silnik w trabancie		działo
symbol graficzny			7						Monika ..., piosenkarka			4			
oddzielna sala dla chorego	wschodni dostojnik		... Blanchett, „Babel”		do przybijania gwoździ	rzadko się odzywa		gromada zwierząt		faza procesu		gorąco, żar			
				6							5	... Kamińska, aktorka		drewno na okręty	
Joe ..., „Chłopcy z ferajny”		współbrzmienie dźwięków						niewierzący							
					atrakcyjność fizyczna						mniej niż trio				
„... Schindlera”, film		normy moralne						w niej szkła okularowe		1					

Rozwiązanie krzyżówki: Litery z numerowanych pól utworzą hasło.

1	2	3	4	5	6	7

TVP 1 DVB T2

7.30 Kościół z bliska – magazyn religijny
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (6) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (75) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (83) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (194) – serial kryminalny, Polska 2016
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Rzeki Chorwacji – film dokumentalny, Chorwacja/Hiszpania 2020
14.00 Złoty chłopak (328) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1061) – telet.
16.00 Dziedzictwo (971) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (906) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda
20.30 Prokurator (8) – serial kryminalny, Pol.
21.25 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

PIŁKA NOŻNA

21.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/8 finału
W meczu na stadionie w Vancouver możemy zobaczyć reprezentację Portugalii. Zespół Cristiano Ronaldo (zdj.) liczy na jeszcze lepszy wynik niż w 2022 roku. Wówczas Portugalczycy zakończyli swoją mundialową przygodę w ćwierćfinale. 160 min
0.30 Zwycięstwo za wszelką cenę – film dokumentalny, Francja 2024
1.35 Warszawa – film obyczajowy, Polska 2003, reż. Dariusz Gajewski, 110 min (FILM)
3.25 Wykrywacz kłamstw – pr. publicyst.
3.45 Pytanie dnia – program publicyst.
4.05 Reporterzy – magazyn reporterów

TVP 2 DVB T2

5.00 Rodzinka.pl – serial komediowy, Polska 2025
5.35 M jak miłość (1788) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Eleos znaczy miłosierdzie – reportaż, Polska 2026
6.55 Barwy szczęścia (3348) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (32, 33) – serial komediowy, Polska 2011
12.35 Koło fortuny (1882) – teleturniej
13.15 Panna młoda (138) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 Va banque (1006) – teleturniej
14.35 Na sygnale (870) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2026
Romek i Ela przeżywają dramatyczne chwile w lesie, gdzie dochodzi do starcia między myśliwymi a kłusownikiem. Jedna osoba wpada w sidła, a dwie zostają ranne. 30 min
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (427) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1883) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

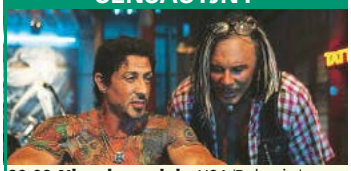
PIŁKA NOŻNA

17.50 Mistrzostwa świata 2026 (LIVE) – mecz 1/8 finału
Jeśli Argentyńczycy zagrają w pierwszych dwóch fazach turnieju zgodnie z przewidywaniami ekspertów, powinni przystąpić do boju o ćwierćfinał w Atlancie. Ich rywalem może być wicemistrz grupy D lub G. 170 min
20.40 Omnibus – szybcy i mądrzy (16)
21.15 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (16) – teleturniej
21.35 Program rozrywkowy
23.00 Na sygnale (863) – serial fab.-dokum.
23.30 Berlin Ku'damm 56 (1) – obycz.
0.25 PitBull (5) – serial sensacyjny, Pol. 2005
1.20 Karol, władca Hiszpanii (4)

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Malanowski i partnerzy (321, 322) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1251, 1252) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (868, 869) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1498, 1499) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Julia trafiła do szpitala po upadku w parku. Policja podejrzewa, że ktoś ją popchnął. W jej rzeczach matka znajduje cenny wisiorek. Okazuje się, że kupił go ojciec przyjaciółki Julii. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1065, 1066) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Na warszawskim osiedlu dochodzi do śmiertelnego potrącenia samochodem kobiety. Ślady i zeznania świadków wskazują na celowe działanie. Kluczem do rozwiązania sprawy okazuje się przeszłość ofiary. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.35 Sport, pogoda

SENSACYJNY



20.00 Niezniszczalni – USA/Bułgaria/Hiszpania 2010, reż. Sylvester Stallone (FILM)
Przebój z udziałem gwiazd kina akcji lat 80. i 90. ubiegłego wieku. Sylvestrowi Stallone'owi (zdj.), który stanął po obu stronach kamery, udało się połączyć nostalgię za epoką kultu macho z pastiszem. 130 min
22.10 Kryzys – dramat sensacyjny, Kanada/Belgia 2021, 160 min (FILM)
0.50 Alfa – film przygodowy, USA/Kanada/Chiny 2018, reż. Albert Hughes, 125 min (FILM)
2.55 Nasz nowy dom (289) – reality show, Polska 2023
4.00 Kabaretowa Ekstraklasa (82) – program rozrywkowy

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1691) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (6) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (14) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (9) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1471, 1472, 1722) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (106) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Pracownica ośrodka wychowawczego dla chłopców otrzymuje przesyłkę z bombą. Wkrótce po tym incydencie jej mąż znika. 65 min
16.50 Szpital św. Anny (62) – serial obyczajowy, Polska 2025
17.55 Młode gliny (15) – serial kryminalny, Polska 2026
Nad stawem odkryto ciała zamordowanej pary. Policja ustala tożsamość ofiar. Na miejscu zbrodni pojawia się tajemniczy obserwator. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4241) – serial obyczajowy, Polska 2026

DRAMAT KRYMINALNY

20.50 Dziewczyna z pociągu – USA 2016 (FILM)
Adaptacja bestsellerowej powieści Pauli Hawkins. Aktorski popis dała tu Emily Blunt (zdj.), która za swoją rolę w „Oppenheimerze" była nominowana do Oscara. 145 min
23.15 Kuba Wojewódzki (13) – talk-show, Polska 2025
0.20 Nostalgia anioła – dramat obyczajowy, USA/Wielka Brytania/Nowa Zelandia 2009, 145 min (FILM)
2.45 Uwaga! – magazyn reporterów
3.00 Wallander 3 (7) – serial kryminalny
4.35 Nauka jazdy 5 (15) – pr. rozrywk.
5.00 Recepta na stary dom 3 (10) – program rozrywkowy

TV4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (6, 7) – serial sens., USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (72) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (504, 505) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1162, 1163) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1531, 1532) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (1349-1351) – paradok.
16.55 Policjantki i Policjanci (1396) – obycz.
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (514) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Uroczysko (199, 200) – serial kryminalny
21.05 Sprawiedliwi. Trójmiasto (126) – serial kryminalny, Polska 2026
22.05 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1009) – serial kryminalny, Polska 2026
23.05 Czasy ostateczne: Pozostawieni – film sensacyjny, USA/Kanada 2014, 140 min (FILM)
1.25 Love Island. Wyspa miłości (28) – reality show
2.30 Hardcorowy lombard 3 (20) – serial dok.
3.05 SuperLudzie Extra (62) – magazyn
3.20 SuperLudzie (40, 41, 1) – serial dok., Pol.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (3, 4) – serial krym.
8.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (49, 50) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (111) – serial obycz.
13.00 Wspaniałe stulecie (45) – serial kostium.
14.00 Kurierzy (30) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (532, 533) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (31) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (968, 969) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Zakon – film sensacyjny, USA/Aruba 2001, reż. Sheldon Lettich, wyk. Jean-Claude Van Damme, Vernon Dobtcheff, Charlton Heston, Sofia Milos, 115 min (FILM)
21.55 Krwawy biznes – film sensacyjny, Kanada 2015, reż. Ernie Barbarash, 125 min (FILM)
0.00 Kickboxer: Zemsta – film sensacyjny, USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. David Bautista, Alain Moussi, 120 min (FILM)
2.00 Dzielnica strachu 9 (401) – serial krym.
3.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (964) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.00 Zobacz to! – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (7)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (956)
21.00 Dzielnica strachu 10 (438, 439) – krym.
23.00 Miasto odkupienia – film sensacyjny, USA 2014, reż. Keith Parmer, 120 min (FILM)

TVN 7 DVB T2

5.30 Ten moment (52) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (777-779) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1335, 1439, 1440)
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1090-1092) – serial fabularno-dokum., Polska 2013
13.55 Kryminalni (2) – serial kryminalny, Polska
15.00 Szpital (776, 777) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (503) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (15) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 Ukryta prawda (1526) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 Player One – film s.f., USA/Indie 2018, reż. Steven Spielberg, wyk. Tye Sheridan, Olivia Cooke, Ben Mendelsohn, T.J. Miller, Simon Pegg, Lena Waithe, 180 min (FILM, HIT)
23.00 Oszukać przeznaczenie 5 – horror, USA/Kanada 2011, reż. Steven Quale, wyk. Nicholas D'Agosto, Emma Bell, 110 min (FILM)
0.50 Drużyna potępionych – film sensacyjny, USA/Francja 2010, 110 min (FILM)
2.40 Zgłoś remont 11 (5) – program rozrywk.
3.30 Fachowcy (9) – serial paradok., Pol. 2017
4.05 Usterka 11 (5) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.40 Dorota was urządzi! (12) – pr. rozrywk.

TVP POLONIA

14.30 Moda na język polski (57) – magazyn
15.00 Myśliciele – sylwetki polskie (9)
15.10 To działa. Polskie innowacje bez granic (6) – serial dokumentalny
16.00 Zaraz wracam 2 (106)
16.30 Barwy szczęścia (3337) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1056) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 Oko na Wschód – publ.
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (250) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1135) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (938) – telet.
9.25 Koło fortuny (2047)
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (18) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (194, 195)
15.25 Kabaret Letnią Porą (7, 8) – program rozrywk.
17.25 Va banque (939) – telet.
18.00 Koło fortuny (2048)
18.35 Okrasa łamie przepisy
19.40 Makłowicz w podróży
20.10 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (24) – program rozrywk.

TTV HD DVB T2

5.15 Złomowisko PL 4
6.00 24 godziny (20) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (9, 10)
8.30 Kartoteka (8, 9)
10.35 Detektywi (21, 22)
12.35 Zakup w ciemno 7 (30, 31) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (5)
15.35 Złomowisko PL 5 (3)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (1)
18.05 Zakup w ciemno extra (39) – reality show
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 5 (8) – pr. rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (35)
21.05 Zakup w ciemno extra (32) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (299) – reality show, Polska 2023
7.30 Na ratunek 112 (923, 924) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (378-380) – serial paradokum., Polska 2024
11.30 Trudne sprawy (948) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1353, 1347) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (524-528) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (153, 154) – serial kryminalny, Polska 2022
19.00 Gliniarze (994) – serial paradokum., Polska 2024

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (139-141) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin (33) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (129, 130) – serial obycz., Pol. 2018
10.25 Świat według Kiepskich (167, 168, 232, 233, 166, 79, 225) – serial komediowy, Pol.
14.35 Nadchodzi Polly FILM – komedia romantyczna, USA 2004, 115 min
16.30 Liga niezwykłych dżentelmenów FILM – film przygodowy, USA/Niem./Czechy 2003, 135 min
18.45 Nie zadzieraj z fryzjerem FILM – komedia, USA 2008, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, 135 min

AXN

6.00 FBI: Most Wanted 3 (16, 17) – serial kryminalny, USA 2020
7.30 Agenci NCIS: Hawaje 3 (9, 10) – serial kryminalny, USA 2024
9.15 Castle 2 (23, 24) – serial kryminalny, USA 2010
11.10 MacGyver 2 (18, 19) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Dowody zbrodni (1, 2) – serial kryminalny, USA 2003
15.10 Agenci NCIS 10 (20, 21) – serial sensacyjny, USA 2012
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (19, 20) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010

20

FANTASY

20.50 Wiedźmin (6) – Polska Geralt ratuje królową Cintry i jej córkę Pavettę. Na dwór przybywają pretendenci do ręki księżniczki. Jeden z nich twierdzi, że została mu obiecana. 55 min
21.45 Ojciec Mateusz 2 (25)
22.40 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (9) – program rozrywk.
23.15 Dziennik regionów
23.40 Jerzy Stuhr. Sam ze sobą – dok., Polska 2014
0.40 Zaraz wracam 2 (106)

KOMEDIOWY

22.10 Rodzinka.pl (55) – Pol. Natalia i Maria odpoczywają w domu od Ludwika i Tomka. Ojciec szkoli swojego najstarszego syna w prowadzeniu samochodu. 40 min
22.50 Tak to leciało! (66)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (5) – talk-show
0.50 Koło fortuny (2048, 2040) – teleturniej
2.10 Kabaret Letnią Porą (4, 32) – pr. rozrywk.
4.20 Hity wszech czasów (1) – magazyn muzyczny

DOKUMENTALNY

22.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) Służby z Wrocławia zamknęły lokal, w którym miejsce miał nielegalny hazard. W Terespolu rozpracowano przemyt papierosów. 60 min
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 22 (5)
0.00 Fachowcy 2 (11)
0.45 Żony Podlasia 3 (6)
1.45 Niebezpieczne dzielnice (5) – dok., Pol.
2.20 Nauka jazdy 5 (7) – rozr.
2.50 Szpital (924) – paradok.
3.35 Szkoła (806) – paradok.

KRYMINALNY

20.00 Ślad (70) – Polska 2019 Biznesmen zostaje utopiony w wannie. Morderca zakłada ubranie denata i na oczach przechodniów skacze z mostu, symulując samobójstwo. 60 min
21.00 Gliniarze (789)
22.00 Łowca pedofilów (170)
23.00 Świat według Kiepskich (357, 358)
0.00 Ślad (92) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (11) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.45 Interwencja – mag.

KOMEDIA

21.00 Jak ukradłem 100 milionów FILM – Polska 2024 Nieuczciwy księgowy Ed (Antoni Królikowski, zdj.) trafia do więzienia. Wmawia narzeczonej (Zuzanna Zielińska), że wyjechał w delegację. 115 min
22.55 Jeszcze dłuższe zaręczyny FILM – komedia romantyczna, USA 2012, 155 min
1.30 Fala zbrodni (74-77) – serial sensacyjny, Pol.
5.25 Na ratunek 112 (862) – serial paradokum., Pol.

KRYMINALNY

21.05 Rekrut 8 (13, 14) Po wygranej na loterii funkcjonariusze z komisariatu Shangri-La odchodzą ze służby. Tim, Lucy, Celina i Miles organizują nabór. 115 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (19, 20) – serial krym.
0.45 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010
2.45 Rekrut 8 (13, 14) – krym.
4.35 Walker: Strażnik Teksasu (10) – krym.
5.20 Blok promocyjny AXN

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Czterdziestolatek (15) – obycz. **9.40** Z matką w sercu **10.40** Plaże Europy (1) **11.40** Góry Europy (1) **12.40** Wojny Rosji (1/3) **13.35** Film dokumentalny **13.40** Królowie (52) – hist. **14.10** Czterdziestolatek (16) – obycz., Pol. **15.40** Sensacje XX wieku **18.05** Tajemnica twierdzy szyfrów (1) – wojenny **19.00** Historia Polski: Było sobie miasteczko **20.00** Oficer (7) – sens. **21.05** Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) **22.10** Nieznana wojna na Północy (1) **23.15** Sensacje XX wieku **1.20** Encyklopedia II wojny światowej

TVP KULTURA DVB T2

11.30 Cyrograf dojrzałości – obycz., Pol. 1967 **12.35** Władysław Szpilman 1911-2000 – własnymi słowami **13.45** Angielskie śniadanie: Kosmos 1999 (10) **14.50** Jańcio Wodnik – dramat obycz., Polska 1993 **16.50** Stawiam na Tolka Banana (2, 3) – obycz. **18.20** Poszukiwacze zaginionych dzieł sztuki (6) **18.55** Rawhide (2) – przyg. **20.00** Teatr Telewizji: Upiór w kuchni – sztuka Patricka G. Clarka **21.25** Kino bez granic: Stan wyjątkowy – komedio-dram., Chorwacja/Pol./Serbia 2018 **23.35** Nocny dokument: Naświetlając Muybridge'a

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (708, 709) – paradok. **7.55** Doktor Martin (53, 54) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (35, 36) **11.30** Świat według Kiepskich (355-358) **13.30** Bitwa o palety (2) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia 6 (60) **16.30** Ninja Warrior Polska (34) **18.25** Świat według Kiepskich (460, 461, 553) – serial kom. **20.00** Złomiarze (6) – dok. **21.10** Opancerzony – film sens., USA 2009 **22.55** Nieobliczalny – film sens., USA/Rumunia 2006 **0.55** Świat według Kiepskich (388-393) – kom. **4.00** Nasz nowy dom (249, 250)

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (6, 7) – sens. **9.55** MacGyver 3 (3, 4) **12.05** Pułapki umysłu (2) – dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (18-21) – reality show **15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (4) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia 2 (2) – serial dok. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 23 (19) – sens. **21.00** Kobra – oddział specjalny 24 (1) – sens. **22.05** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5) **23.00** Magia nagości. Polska (1) **0.00** Magia nagości 5 (6) – rozr. **1.10** Magia nagości. Niemcy (3)

METRO

8.30 Szpital (784, 785) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (353, 354) **12.30** SOS Ekipy w akcji (29) **13.30** Brzydula (29, 30) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (14) **15.45** The Floor (3, 4) **17.00** Fani czterech kółek 17 (5) **18.00** Prawo Agaty 7 (3) – obycz. **19.00** Kartoteka 2 (7, 8) **21.05** Kryminalni 3 (3, 4) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (7) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (6) **1.15** Szpital (777) **2.15** Szkoła (529, 530) **3.45** Nowa Maja w ogrodzie 4 (27, 28) **4.35** Nowa Maja w ogrodzie 6 (2)

ALE KINO +

7.35 Benek – komediodramat, Pol. 2007 **9.35** Problem **10.00** Grantchester 10 (5, 6) – krym. **12.05** Vera 6 (1) – serial krym. **14.00** Ostatni mistrz – dramat obyczajowy, USA 2020 **16.15** Klub wtorkowy – komediodramat, Szwecja 2022 **18.15** Vera 6 (2) – serial kryminalny **20.10** Premiera: Niebo Montany – film obycz., USA 2007 **22.15** WASP. Sieć szpiegów – thriller, Fr./Brazylia/Hiszp. 2019 **0.50** Zabić, jak to łatwo powiedzieć – thriller, USA 2012 **2.50** Król (3) – sens., Pol. **3.50** Wiarołom – dram. obycz., Pol. 2021 **5.05** Kruk. Czorny Woron nie śpi (1)

TV TRWAM DVB T2

17.00 Wierzę w Boga – religijny **17.30** 24. Międzynarodowy Rajd Katyński **17.55** Poczet wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (5) – dok. **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Najświętsze Serce – film religijny, Hiszpania 2020

ANTENA HD DVB T2

9.40 Co Polak potrafi na drodze? (13) – rozr. **10.40** Detektywi z Bordeaux 4 (3) – krym. **11.55** Klątwa Wyspy Dębów 6 (30, 31) **13.50** Australijscy poszukiwacze złota 3 (5, 6) – dok. **15.50** Wojny kontenerowe 2 (6, 7) **16.50** 77 TV 2 (15) – pr. rozr. **17.50** 77 TV 4 (22) – rozr. **18.45** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (8) – krym. **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (10) – serial krym. **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (4) **23.15** Detektywi z Bordeaux 4 (11) **0.25** Polska. Największe dylematy (1-3)

TVS

12.05 Dzisiaj w regionie – pr. inf. **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Węże w raju – melodramat, Niemcy 2013 **21.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Pożegnanie nad rzeką – film obyczajowy, Niemcy 2007

WP DVB T

12.00 Wariaci za kierownicą 3 (1) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (26) – dok. **15.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1, 2) – serial dokum. **16.50** Pogoda (65) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (3) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (4) **20.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (23, 24) – dok. **21.50** Pogoda (65) **22.00** Mistrzowie Kabaretu 13 (2) **23.00** Mistrzowie Kabaretu 15 (8) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 7 (10) – rozr. **0.55** Mistrzowie Kabaretu 5 (2)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Co my tu robimy? Fajnie się bawimy (31) – pr. muz. **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (75, 76) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (17, 18) **23.00** Zdrady (72)

VIASAT EPIC DRAMA

6.00 Agenci NCIS 18 (7, 8) – sens. **7.35** Lekarze na start (29, 30) **9.05** Poirot 4 (3) **11.20** Zatraceni w miłości (31, 32) – telen. **13.20** Agenci NCIS 18 (9, 10) **15.15** Lekarze na start (31, 32) – obycz., Pol. **16.45** Poirot 5 (1, 2) – serial krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (33, 34) – telen. **21.00** Hiszpańska księżniczka (1) **22.15** Domina (1) **23.20** Zatraceni w miłości (33, 34) **1.20** Hiszpańska księżniczka (1) **2.15** Domina (1) **3.10** Lekarze na start (31, 32) **4.20** Zatraceni w miłości (33, 34) – telen.

Oznaczenia stacji: ■ ogólnotematyczne ■ filmowe i serialowe

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (5, 6) – serial dok., 2022
6.50 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.15 Bolek i Lolek – anim.
7.45 Reksio – serial anim. ●
8.05 Siedem życzeń (5, 6) – serial przygodowy
10.50 Akademia Pana Kleksa (2-ost.) – film przygodowy, Polska/ZSRR 1983, 95 min
12.25 To nie ze mną (5, 6) – serial obyczajowy, 2022
13.55 Pan Anatol szuka miliona – komedia obyczajowa, 1958, reż. Jan Rybkowski, 110 min
15.45 Rozmowy nocą – komedia romantyczna, 2008, 125 min
17.50 Czterej pancerni i pies (6, 7) – wojenny

OBYCZAJOWY

20.00 Historie miłosne – 1997, reż. Jerzy Stuhr Moralitet składający się z czterech opowieści. Jeden z bohaterów, Matałowski (Jerzy Stuhr, zdj), musi dokonać trudnego wyboru. 115 min
21.55 Słodko-gorzki – dramat obycz., 1996, 115 min
23.50 Trick – komedia sens., 2010, 130 min
2.00 Mniejsze zło – film obycz., 2009, 160 min ●
4.40 Końce i początki
5.15 Wagary ●

TVP SERIALE

5.20 Rodzinka.pl (100, 101) – serial komediowy, Pol.
6.20 Na sygnale (483, 484) – serial fabularno-dokum.
7.30 Ojciec Mateusz 3 (33) – serial kryminalny, Pol.
8.25 Komisarz Alex 2 (22) – serial kryminalny, Pol.
9.25 Rodzinka.pl (102) – serial komediowy, Pol.
10.00 Klan (1449, 1450)
10.55 Ranczo 8 (100, 101)
12.35 Komisarz Alex 2 (23)
13.30 Ojciec Mateusz 30 (384, 385) – serial krym.
15.30 Komisarz Alex 2 (24) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (485, 486) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (102, 103) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (386) – krym., Pol. 2023

KRYMINALNY

20.30 Ojciec Mateusz 3 (34) Koło hotelu zostają znalezione zwłoki jego kierownika, Bielskiego. W śledztwo włącza się ksiądz Mateusz. 60 min
21.30 Ranczo 8 (104) – serial obycz., Pol. 2014
22.25 Ranczo 9 (105) – obycz.
23.20 Ojciec Mateusz 30 (387) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (2) – serial obycz., Polska
1.20 Polowanie na ćmy (4, 5) – serial hist., Polska

13 ULICA

6.00 Blanca 3 (1, 2) – serial kryminalny, Włochy 2025
8.15 Morderstwo w Ramatuelle – film kryminalny, Francja 2022, wyk. Florence Pernel, 120 min
10.15 Mentalista (1-4) – serial kryminalny, USA 2008
14.00 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2025
16.20 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, wyk. Florence Pernel W Saint-Affrique odnalezione zostają zwłoki farmera. Śledztwo prowadzi m.in. prokurator Elisabeth Richard (Florence Pernel). 120 min
18.20 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008

KRYMINALNY

22.00 Flashback (3) – Fr. Mimo rosnących podejrzeń, Josselin decyduje się skorzystać z pomocy Elsy podczas śledztwa w sprawie utonięcia kobiety. 70 min
23.10 Kobra – oddział specjalny (5, 6) – serial sensacyjny, Niemcy 2021
1.10 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, 120 min
3.10 Blanca 3 (2-4) – serial kryminalny, Włochy 2025

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (779) – paradok.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (3) – pr. rozrywk.
6.30 Seriaale Top 5 (1) – kult.
6.45 Zakochani po uszy (87, 88) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (74-76) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (11) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (68) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (33, 34) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (10)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy 2 (2) – magazyn
16.50 Tom i Jerry – film familijny, USA/Wlk. Bryt./Francja 2021, 130 min
19.00 Szpital św. Anny (69) – serial obycz., Pol. 2025

KOMEDIA

20.00 Ocean's Twelve: Dogrywka – USA/Australia 2004 Minęły trzy lata, odkąd Danny (George Clooney, zdj.) i jego kompani okradli Terry'ego Benedicta. Bogacz stawia im ultimatum. 165 min
22.45 Ciekawy przypadek Benjamina Buttona – film fantasy, USA 2008, 195 min
2.00 Grawitacja – thriller s.f., USA/Wielka Brytania 2013, 90 min

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (172) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (988) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (73) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (219, 220) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (262, 263) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1057) – teleturniej
11.20 Na sygnale (650, 651)
12.25 Ojciec Mateusz 6 (76)
13.20 Komisarz Alex 4 (40)
14.15 Ranczo 7 (79, 80)
16.10 Górna półka smaku (17) – magazyn kulinarny
16.40 Przystanek slow food 3 (9) – mag. kulin.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 25 (319) – krym., Pol. 2021

OBYCZAJOWY

19.20 Ranczo 7 (86) Pietrek, który porzucił karierę dla bliskich, szuka pracy, by uratować rodzinę przed bankructwem. Znajduje zatrudnienie na budowie. 50 min
20.10 Rodzinka.pl (285, 286)
21.25 Ojciec Mateusz 32 (411) – krym., Pol. 2024
22.20 Zdrada – thriller, USA 1997, 120 min
0.20 Syn (6) – serial obycz.
1.15 Służby specjalne (4, 5-ost.) – serial sens.
3.20 Ranczo 8 (95) – obycz.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Kabaretowe hity (8) – program rozrywkowy
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (149, 139) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (5) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (3, 4) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (8, 5) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (6) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show
19.10 Aukcja w ciemno 2 (6, 7) – serial dok., USA

BIOGRAFICZNY

20.00 Podły, okrutny, zły – USA 2019 Liz jest w związku z Tedem (Zac Efron, zdj.), oskarżonym o dokonanie serii zbrodni. Kobiecie trudno uwierzyć, że żyła z psychopatą. 135 min
22.15 Dobre zabijanie – dramat obyczajowy, USA 2014, 135 min
0.30 Fałszerz – thriller, USA 2014, reż. Philip Martin, 125 min
2.35 Ostatnie dni – wojenny, Polska 1969, 115 min

CANAL+ PREMIUM

11.20 Masz ci los! – kom., Pol. 2023 **12.50** To nie jest zagadka kryminalna (2) – krym. **13.45** Maria Callas. Nieznane lata **15.30** Hollywood Buzz – mag. **16.00** Saga „Zmierzch": Księżyc w nowiu – film fantasy, Australia/USA 2009 **18.10** Łapu capu – rozr. **18.15** Listy do Julii – komedia romant., USA 2010 **20.00** Premiera: Zima pod znakiem wrony – thriller, Polska/Wlk. Bryt./Luksemburg 2025 **21.50** Premiera: Triumf i upadek. Historia Michaela Jacksona (1) – dok. **22.55** Wyrwa – thriller, Polska 2023 **0.35** Potępiony – thriller, USA 2007

CANAL+ FILM

10.10 Riefenstahl **12.05** Nadzieja – dramat sens., Pol./Niemcy 2006 **13.45** Jutro będzie nasze – komediodramat, Wł. 2023 **15.40** Wolna krowa – film krótkometraż. **16.10** Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego **17.35** Piękna łąka kwietna – film krótkometr. **18.05** Ultimatum Bourne'a – sens., USA/Niemcy 2007 **19.55** Łapu capu – rozr. **20.00** Uciekinier – film s.f., Wielka Brytania/USA 2025 **22.10** Maria Callas – dramat biograficzny, Wł./Niemcy/Chile 2024 **0.10** Królestwo – dramat sensacyjny, USA/Niem./ZEA 2007

FILMBOX+ ONE

6.30 Robin z Sherwood (4, 5) – przyg. **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher 3 (8) **9.50** Panna Scarlet i komisarz 2 (6) **11.00** Panna Marple: Morderstwo na plebanii – film kryminalny, USA 2004 **13.05** Poirot – krym. **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher (1) – krym. **16.40** Panna Scarlet i komisarz 3 (1) **17.50** Poirot (9, 10) **20.00** Za linią wroga – film sensacyjny, USA 2001 **22.05** Patriota – film sens., USA 1998 **23.55** Nieuchwytny cel – film sens., USA 1993 **2.05** Strażnik czasu – thriller s.f., USA/Jap. 1994 **4.30** Bonanza – obycz.

COMEDY CENTRAL

7.00 Dwóch i pół 5 (3-6) – kom. **8.55** Przyjaciele 7 (1-6) – kom. **11.55** Teoria wielkiego podrywu 6 (17-22) – kom. **14.30** Dwóch i pół 5 (7-10) – kom. **16.30** Przyjaciele 7 (7-12) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) – kom., USA **20.25** Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) – kom. **22.00** The Office PL 3 (1, 2) – kom. **23.05** Comedy Club 5 (14, 15) – rozr. **0.05** Miasteczko South Park 2 (9, 10) **1.00** Pracoholicy 3 (9, 10) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (13, 14, 12) **3.15** Miasteczko South Park 2 (6-8) **4.20** Comedy Club 7 (8-11)

HBO

12.00 Premiera: Przegląd tygodnia: Wieczór z Johnem Oliverem 13 (17) – talk-show **12.45** Marsjanin – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Jordania 2015 **15.05** Potwory kontra obcy: Dynie mutanty z kosmosu – film anim. **15.30** Królestwo niebieskie – dram. hist., USA/Hiszpania/Wielka Brytania 2005 **17.50** Twórca – thriller s.f., USA 2023 **20.00** Premiera: Stamtąd 4 (9) **21.00** Premiera: Ta inna siostra Bennet (3) – kostium. **21.30** Premiera: Życie, Larry i pogoń za nieszczęściem (2) **22.00** Blade Runner 2049 – film s.f., USA/Wlk. Bryt./Węgry 2017

FX

9.00 Z archiwum X 2 (20) – serial s.f. **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (10, 11) – krym. **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21, 22) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (7, 8) **15.35** Premiera: Skymed 2 (4) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) **18.20** Z archiwum X 2 (21) **19.15** FBI 4 (8) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) – serial krym. **22.00** Premiera: 9-1-1 (18) **22.55** Z archiwum X 2 (21) – s.f. **23.50** Resident Evil: Zagłada – horror, Fr./Australia/Niem. 2007 **1.45** Matlock (13) **2.30** Agenci NCIS 10 (8) – sens.

CANAL+ 360

12.50 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (2) **13.50** Wykrywacz historii 4 (2) – dok. **14.50** Grip – w świecie supersamochodów (4) – dok. **15.50** Supersamoloty bojowe 11 (3) – dok. **16.45** Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (1) – dok. **17.45** Porzucone konstrukcje (6) – dok. **18.40** Wykrywacz historii 4 (1) – dok. **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (2) **20.50** Co poszło nie tak (2) – dok. **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (5) – dok. **23.00** Supersamoloty bojowe 11 (1)

BBC FIRST

8.45 Lewis 4 (8) – serial krym. **9.40** Ojciec Brown (1) – krym. **10.40** Śmierć pod palmami (2) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (3) **12.55** Death Valley (1, 2) **15.00** Ojciec Brown 7 (6) **16.00** Lewis 4 (8) **17.00** My Life is Murder 2 (10) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (2) **19.55** Śmierć pod palmami (3) – krym. **21.00** Harry Wild 4 (5) **22.00** Diabelski szczyt (3, 4) **0.10** McDonald i Dodds 2 (2) **2.00** Śmierć pod palmami (3) **3.05** Morderstwa w Midsomer 21 (2) **4.45** Moja rodzinka 2 (9) **5.15** Ojciec Brown 7 (6)

ROMANCE TV

8.40 Górski lekarz (140, 141) **10.30** Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna na Bermudy – film obycz., Niemcy 2010 **12.25** Toni – akuszer. Klasa dla siebie – komedia romant., Niemcy 2023 **14.20** Najlepsze na koniec – kom., Niem. 2024 **16.15** Tego tylko brakowało! – kom., Niem. 2024 **18.05** Górski lekarz (142, 143) – obycz. **20.00** Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niem./Austria 2007 **21.50** Käthe i ja: Śpiąca Królewna – dramat obycz., Niemcy 2019 **23.45** Górski lekarz (142, 143)

FILMBOX+ HITS

11.40 Trattoria – komedia, USA 2012 **13.15** Wampirzyce – horror komediowy, USA 2012 **15.00** Ostatnia rzecz – dramat obycz., USA 2018 **16.45** 10 rzeczy do zrobienia, zanim zerwiemy – komedia romantyczna, USA 2020 **18.10** Pokonać górę – dramat przygodowy, USA 2024 **20.00** Szukając prawdy – dramat kryminalny, USA 2020 **21.50** Kapitan Hook: Klątwa mórz – film przygodowy, Wielka Brytania 2025 **23.35** Ostre słówka – komediodram., USA/Niemcy/Wielka Brytania 2005

TV 6 DVB T2

8.55 Kobra – oddział specjalny (22, 23) – serial sens., Niem. **10.55** 48h. Zaginieni (139-141) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1197) – obycz. **14.55** Uroczysko (39, 40) – krym. **15.55** Kobra – oddział specjalny (24, 25) – sens. **18.00** Strażnik Teksasu (8, 9) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (191, 192) – krym. **21.55** Czarna lista (22) **22.55** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (705, 706) **1.00** Kości (105, 106) **3.00** Cobra Kai (26) **3.40** Septagon (96, 1) **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

5.10 Śmieszniej nie będzie 4 (7, 8) **6.00** Czarodziejki (5-7) **8.25** Czarodziejki 3 (8) **9.25** Policyjna grupa pościgowa 16 (1) **10.25** Pingwiny z Madagaskaru **10.55** Pokój Marvina – dram. psycholog., USA 1996 **13.00** Czarodziejki 3 (9, 10) **15.00** Jądro Ziemi – dramat s.f., Wlk. Bryt./USA 2003 **17.55** Sonic. Szybki jak błyskawica – film familijny, USA/Jap./Kan. 2020 **20.00** Szeregowiec Ryan – dram. wojenny, USA 1998 **23.30** Ojciec chrzestny 2 – film sens., USA 1974 **3.30** Policyjna grupa pościgowa 16 (2, 3) – dok.

TVN 24

7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.
20.00 Kropka nad i – pr. publ.

TLC

7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pierwsze spotkanie, pościelove rozmowy 7 – reality show
11.00 Wiza na miłość 12 (6)
13.00 Klinika bez tajemnic (1, 2) – program med.
15.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11 – reality show
16.00 Historie wielkiej wagi – serial dokumentalny
18.00 Pokonać otyłość (6) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: Romans na Karaibach 3 – reality show

TVN STYLE

5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (4)
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (2) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
6.50 Pogromcy chaosu (6) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Ugotowani (5, 6) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (12, 11) – program rozrywkowy
Magda Gessler odwiedza wrocławską restaurację Beaty. Pandemia spowodowała spadek liczby klientów. 125 min
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (1, 2)

DISCOVERY CHANNEL

6.00 Dorwać komandosa (1) – serial dokumentalny
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski (7) – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (6) – serial dokum.
13.00 Ed Stafford: inicjacja
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (5)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (3) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (13)

NATIONAL GEOGRAPHIC

7.00 Wyprawa na dno (6) – serial dokumentalny
8.00 UFO: Przełomowe śledztwa (5) – dok.
9.00 Tajemnice zaginionych miast (3)
10.00 Mega Metro (1) – dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (2)
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (6) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (2) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (3)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (10, 11) – serial dok.
17.00 Zatopione grobowce Nilu – dok., USA 2021
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (5) – dok.

FOKUS TV DVB T2

6.00 Wehikuł czasu (707) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (61) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy – Francja 1994
8.55 Wehikuł czasu (707) – program informacyjny
9.00 Starożytni kosmici (1) – serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (9, 10) – reality show, USA
12.00 I wojna światowa w liczbach (2) – serial dokumentalny
13.00 Poszukiwacze historii (1, 2) – serial dokum.
14.00 Tajne akta nazistów (3, 4) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (10, 11) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (12, 13) – serial dokum.

20

INFORMACYJNY

20.20 Fakty o świecie
Najważniejsze informacje ze świata z danego dnia, które uzupełniają materiały reporterów i relacje korespondentów z miejsc najciekawszych wydarzeń. 40 min
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe – program rozrywkowy
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.

DOKUMENTALNY

20.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11
W dzień ślubu Liz i Brice'a miejsce, gdzie odbywa się ceremonia, zostaje zalane. 60 min
21.00 Premiera: Rodzina 10+ 8 (12) – pr. rozrywk.
22.00 Premiera: Kiedy dzieci mają dzieci 7 (12)
23.00 Klinika koszmarnej stopy – serial dokum.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Mali ludzie, wielka rodzina 11 – dok.
2.00 Rodzina 10+ 8 (12)

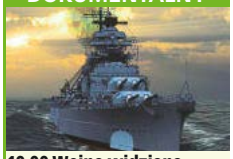
ROZRYWKA

17.05 W czym do ślubu? (1)
Izabela Janachowska (zdj.) szuka sukni dla Anety. Uczestniczka odcinka marzy o efektownej kreacji z trenem i koronką. 35 min
17.40 Kuchenne rewolucje (11-13) – pr. rozrywk.
20.50 Jestem z Polski (13, 8) – serial dokumentalny
22.50 Hotel Paradise 6 (23)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (5) – program rozrywk.

DOKUMENTALNY

19.00 Nagi instynkt przetrwania 10:
Wytrwać do końca
Dwoje byłych narkomanów usiłuje wytrwać w gorących górach Black Hills w RPA. Czeka ich spotkanie z groźnymi drapieżnikami. 120 min
21.00 Premiera: Rolnicy w akcji (1) – serial dok.
22.00 Premiera: W oku cyklonu: Łowcy burz (3) – serial dokumentalny
23.00 Premiera: Bimbrownicy 14 – serial dokum.

DOKUMENTALNY



19.00 Wojna widziana z powietrza (1)
W maju 1941 roku Bismarck wyruszył na misję. HMS Hood, okręt flagowy brytyjskiej floty, nie mógł pozwolić, aby pancernik dotarł na Atlantyk. 60 min
20.00 Katastrofa w przestworzach (10)
21.00 Służby ratownicze: Jukon (3, 4) – serial dok.
23.00 Premiera: Procesy czarownic: Prawdziwe historie (2)

POPULARNONAUKOWY

20.00 Galileo (24)
Widzowie poznają różne rodzaje frytek, nie tylko ziemniaczanych. Twórcy szukają odpowiedzi na pytanie, na czym polega kwantowy internet. 60 min
21.00 Inżynierowie Hitlera: budowniczowie III Rzeszy (6) – serial dok.
22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (3, 4)
0.00 Starożytni kosmici (8)
1.00 Rolnicy. Podlasie (13-16) – serial dokum.

POLSAT NEWS

12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA

13.25 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (2) – dok. **13.55** Podróż przez smaki Chin 3 (2) – dok. **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (9, 10) – dok. **15.45** Z pola na stół 2 (6) – dok., Kan. **16.15** Jelita vs mózg (5) **16.40** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (3, 4, 13, 14) **18.25** Maximum Foodie 4 (10) – dok. **18.55** M jak mięso (2, 3) – dok. **19.50** Nie bój ryby! (2) **20.15** Mistrzowie przekąsek w akcji – Nowa Zelandia (7) **21.10** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 11 (4, 5) – dok. **23.00** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (4) – serial dok.

POLSAT CAFÉ

6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą – kom. **9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.05** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **21.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **22.00** Bogaty dom – biedny dom – reality show **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – rozr. **3.05** Więzienie kobiet – dok. **4.00** Zdrady – paradok.

DISCOVERY SCIENCE

6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (6, 8-10) – serial dokum. **8.00** Jak działa wszechświat? – serial dokum. **10.00** Autostrada spotkań z UFO – serial dok. **11.00** Kosmiczna mapa skarbów – serial dok. **13.00** Podziemne sekrety – dok. **15.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dok. **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (13, 15, 17-19, 1) – serial dok. **21.00** Czy jest z nami inżynier? (5, 6) – serial dok. **23.00** Wybuchowy program – pr. rozrywk. **1.00** NASA – archiwum tajemnic – serial dokum. **4.00** Podziemne sekrety – dok.

TVP DOKUMENT

12.10 Korona Gór Polski 2 (8) **12.45** Kości na handel **13.45** Najwspanialsze drzewo Australii (2) **15.00** Rajskie zakątki Europy (2) – dok., Niem. 2023 **15.55** Wielkie misje kosmiczne Artemis 2 **16.45** Magiczny Adriatyk (2) **17.50** Sanatorium miłości 4 (7) **18.50** Sadeck – gwiazda choreografii, choreograf gwiazd – dok., Fr. 2024 **20.00** Kto rządzi światem? (1) – dok., USA **21.05** Mieszkańcy skandynawskich wód **22.10** Niebezpieczne drogi (2) **23.15** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.20** Dzieci w niewoli lajków **0.30** Sanatorium miłości 4 (6)

PLANETE+

11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (2) – dok., Fr. 2023 **12.35** Świetliki. Boskie światło natury **13.45** Targowiska świata (1) – dok., Francja **14.50** Zaginione światy (2) – serial dok. **15.50** Niezwykłe podróże koleją 8 (7) **16.55** Świat zawarty w obrazie (2) – dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (66, 67) – serial dok. **18.40** Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (1) – dok. **19.45** Zagadka pustynnych latawców – dok. **20.50** Oumuamua, przybysz z gwiazd **22.00** Szepty dawnej Ziemi **23.10** Strefa nagości (4) **0.20** Niezwykłe podróże koleją 9 (1)

TVN 24 BIS

16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 DVB T2

18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inform.

TVP 3 DVB T2

13.20 Agropogoda – inf. **13.30** Bez retuszu **14.20** Poznaj region – cykl fel. **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny **15.20** Serwis Info Dzień – inf. **15.30** Program lokalny **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (189) – obycz. **23.30** Kryminalna siódemka

HGTV

9.00 Remontujemy dom na plaży 10 (6) – pr. rozr. **10.00** Najgorętsze nieruchomości pod słońcem (11, 12) – dok. **11.05** Usterka 11 (12, 13) – fab.-dok. **12.35** Moje miasto, mój dom 8 (7, 8) – pr. rozr. **14.35** Mieszkanie na miarę 4 (1, 2) – pr. rozr. **16.30** Polowanie na ogród 2 (5-7) **18.10** Będzie pięknie (8) **19.05** Zgłoś remont 4 (4) – rozr. **20.05** Dorota inspiruje (3) – reality show **21.00** Dorota was urządzi! (11, 12) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (3-6) **0.40** Kupujemy dom na plaży 29 (13) – dok.

TVP KOBIETA DVB T2

12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Kwiaty na warsztat 2 (24-ost.) **12.45** Przepis dnia (86) **13.00** Na dobre i na złe (577) – obycz. **13.55** Kradzież Księgi Świętego Jakuba (1) **15.00** Rosół polski (30) – mag. **15.30** Ojciec Mateusz (5, 6) **17.25** Najwspanialsze ikony natury (3) – dok. **18.30** Lato z Radiem i Telewizją Polską **19.30** Miłość i nadzieja (297) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (278) – obycz. **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (268) **22.30** Książę i ja: Królewskie wesele – komedia romant., USA 2006

BBC EARTH

12.20 Malownicze trasy kolejowe 2 (5) – dok. **13.20** Mroźna planeta 2 (4) – dok. **14.30** W okowach mrozu 3 (11, 12) **16.25** Pociągiem przez starożytną Grecję (2) – dok. **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (5) – serial dok. **18.45** Malownicze trasy kolejowe 3 (3) – dok. **19.45** Słynne indyjskie tygrysy – dok., Wlk. Bryt. 2023 **20.55** W okowach mrozu 3 (13, 14) – serial dok. **22.55** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (3) – dok. **23.55** W 80 kilo dookoła świata (1) – dok. **1.00** Dziewicze zakątki Ziemi (5) – dok.

HISTORY

13.05 Starożytni kosmici 16 (5) – dok. **14.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (5) – dok. **14.50** Największe tajemnice świata 6 (15) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 13 (4) **16.15** Gwiazdy lombardu 25 (3) **17.10** Jak Hitler przegrał wojnę (1) **18.10** Największe tajemnice świata 6 (4) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (20) **20.00** Starożytni kosmici 16 (1) – dok. **21.00** II wojna światowa w kolorze: największe bitwy (1, 2) – dok. **23.00** II wojna światowa w kolorze – przełomowe momenty (3) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
8.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
LIVE
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
LIVE
Najlepsza ósemka turnieju może liczyć na 480 tys. funtów oraz sporą ilość punktów rankingowych. 120 min

EUROSPORT 1

11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały
12.00 Kolarstwo: Tour de France – 3. etap
12.45 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap
LIVE
18.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
18.45 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
19.30 Motocross: MŚ w Johannesburgu – wyścig w klasie MX2
20.00 Motocross: MŚ w Johannesburgu – wyścig w klasie MXGP
20.30 Endurance Uncovered: Racing for Excellence – mag.

TVP SPORT

6.00 Strongman: Mistrzostwa Polski – Międzyzdroje 2026
7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata – mecz: Polska – Holandia
9.00 Mundialowy poranek (26) – magazyn piłkarski Podsumowanie najciekawszych nocnych wydarzeń na MŚ. 75 min
10.15 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
12.35 Polska Liga Żeglarska – magazyn sportowy
13.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
15.30 Dzień na mundialu (26) – magazyn piłkarski

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań
8.20 Premier League Stories (24) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC
11.15 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Lech Poznań
13.30 Liderzy. W centrum gry (2) – serial dokum.
14.40 Premier League Review – mag. piłkarski
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: FC Barcelona – Sevilla FC
18.00 Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Najlepsi napastnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – FC Bayern Monachium
9.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (17) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter Mediolan

TVP ABC

10.00 Figu Migu na planecie Czochras (14)
10.20 Bolek i Lolek na wakacjach – anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Zagadki zwierzogromadki (15) – mag.
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Oli i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (11) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.

TENIS

18.30 Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
LIVE
Daniił Miedwiediew (zdj.) to podwójny półfinalista Wimbledonu. Przed rokiem sprawił sensację, odpadając już w 1. rundzie. 150 min
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał
1.00 Boks
4.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Turcja – Polska
LIVE

FORMUŁA E

21.00 ePrix Chin – podsumowanie Na torze Shanghai International ponownie odbyły się 2 wyścigi. O drugie z rzędu zwycięstwo na nim walczył Nick Cassidy (zdj.). 60 min
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap: Carcassonne – Foix
0.00 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu
1.30 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap

PIŁKA NOŻNA

17.05 Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału Leo Messi (zdj.) już w pierwszym meczu strzelił hat-tricka. Czy jego znakomita celność doprowadzi Argentynę do medalu? 285 min
LIVE
21.50 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – mecz 1/8 finału
LIVE
1.00 Boks: Gala w Nowym Jorku – podsumowanie
3.00 Boks: Gala w Los Angeles: Badou Jack – Noel Mikaelian

DOKUMENTALNY

21.00 Liderzy. W centrum gry (2): Rifet Kapić Bośniak był jedną z kluczowych postaci Lechii Gdańsk w minionym sezonie. 75 min
22.15 Boks: BKFC Fight Night: Hammond – waga półśrednia: C. Vancamp – G. Cisneros
23.25 Premier League Stories (46) – mag.
0.00 Liga+ Extra – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak Radom

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka: Bayern – TSG 1899 Hoffenheim Die Roten chcieli jak najszybciej powrócić na właściwe tory po serii gorszych wyników. Czekało ich starcie z Hoffenheim. 120 min
20.00 Made in Italy (18, 13) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Ligue1 Season Review (36) – magazyn piłkarski
23.45 Ligue 1 Show (35) – magazyn piłkarski

ANIMOWANY

17.05 Pszczółka Maja Gucio i Maja pomagają pani Pachnicy, która straciła dom. Staruszka chce odnaleźć brata, który mieszka po drugiej stronie sadzawki. 25 min
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.
18.00 Kucharz Shane – anim.
18.25 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.10 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.
19.45 Wegezaury 2 – anim.

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.30** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **11.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej kobiet **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet **18.30** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

15.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering kobiet – finały **16.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – bouldering mężczyzn – finały **17.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Innsbrucku – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały **18.00** Snooker: Turniej UK Championship – finał: Mark Selby – Judd Trump **20.00** Kolarstwo: Tour de France – 4. etap **22.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Sydney 2000 – mag. **23.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Ateny 2004 – mag. sportowy

TVN TURBO

11.15 101 napraw 4 (7, 8) **12.15** Jeździć, obserwować (3) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (9, 10) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (10, 2) – rozr. **16.00** Wojny samochodowe (4, 5) **18.00** Raport Turbo – inf. **18.15** Zawodowi handlarze (8) **19.00** Moto kombat (2) – mag. **19.45** Duda kontra Szafrański (1) **20.30** Prawko na świecie. Jazda bez zasad (3) **21.15** Z drugiej ręki (3) **22.00** Raport Turbo – inf. **22.15** Jeździć, obserwować (7, 8) **23.45** Naprawy nie do naprawy (3) **0.30** Nauka jazdy (24) **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (4)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Arka Gdynia – Radomiak Radom **9.00** Żużel: PGE Ekstraliga: BAYERSYSTEM GKM Grudziądz – KS Toruń **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **16.45** Premier League Stories (2) – magazyn piłkarski **17.30** Snooker: Championship League – 1. runda **22.15** Górnik. Chłopcy z Zabrza (2) – serial dok. **23.15** Ligomistrzowe historie (5) – magazyn piłkarski **0.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lechia Gdańsk – Lech Poznań **3.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.55 Bundesliga Special (21) **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Stade Rennais FC – PSG **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Eintracht Frankfurt **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Werder – FC Bayern Monachium **18.00** Formuła 1 **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter **22.00** Serie A – mag. **23.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – Olympique Marsylia

NICK JR.

12.54 Świnka Peppa 8 – anim. **13.40** Barbapapa i jego rodzinka **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (14) **15.34** Świnka Peppa 2 – anim. **15.56** Świnka Peppa 5 **16.11** Świnka Peppa 2 **16.16** Świnka Peppa 5 **16.35** Psi Patrol 4 **17.05** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 – anim. **17.55** Barbapapa – szczęśliwa rodzinka – serial anim. **18.10** Barbapapa i jego rodzinka **18.40** Dora 2 **19.00** Przygody Misia Paddingtona **20.07** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **20.55** Barbapapa i jego rodzinka

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy gry pojedynczej **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **10.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz 4. rundy **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **18.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 3 (7, 8) **14.10** Morderca z internetu (6, 7) **15.05** Ferie, impreza, morderstwo (3) **16.00** Pogrzebani za domem 3 (5) **17.00** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (2) – dok. **18.00** Z archiwum 997 2 (1, 2) **19.00** Dowody zbrodni: Ślady DNA (9) **20.00** Kobiety, które niosły śmierć 12 (1) – dok. **21.00** Dowody zbrodni: Morderstwa na bagnach (1) – dok. **22.00** Seryjni mordercy: zło z bliska (3) – dok. **23.00** Dzieci, które zabijają 3 (29) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (6)

POLSAT PLAY

7.00 Dorwać tuńczyka (4, 5) – dok., USA **9.00** Wojny magazynowe (181, 182) **10.00** Wojny kontenerowe (8, 9) – dok. **10.55** Hardkorowy lombard (34-39) – dok. **14.05** Polacy za granicą (147, 148) – serial dok. **16.00** Złomiarze (31, 32) **18.05** Poszukiwacze historii (155-158) **20.00** Trzecia Rzesza w obiektywie amatorskiej kamery (1) – dok. **21.10** Tajna historia XX wieku (47, 48) – dok. **22.10** Poszukiwacze historii (246) – dok. **22.35** Pociągi (1) **23.10** Wakacje z Bałtykiem (8-17) **4.05** Starożytni kosmici (3, 4)

DTX

7.05 Fani czterech kółek **9.10** Militaria na warsztat (2, 3) **11.10** Dwa oblicza survivalu **13.10** Niemiecka budowlanka (10) **14.10** Pogromcy kanałów **15.10** Fani czterech kółek **17.10** Absurdy drogowe (5-8) **19.10** Fani czterech kółek – dok. **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Dziki Frank w Afryce (2) **22.10** Militaria na warsztat (3, 4) – dok. **0.10** Policjanci z Kent **2.10** Królowie asfaltu **3.40** Metro po szwedzku (4) **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (5) **5.15** Drwal zawodowiec – dok.

ELEVEN SPORTS 3

12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Parma Calcio 1913 – Genoa **14.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris FC – Lens **16.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (3, 4) **17.00** Serie A **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Napoli – Fiorentina **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: VfL Wolfsburg – BVB **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: FC Nantes – Olympique Lyon **0.00** Birds of paradise – film dok. **0.35** Pewnego razu w Gruzji – historia Khvichy Kvaratskhelii – dok. **0.55** Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – mag.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie **16.05** Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2 **20.05** Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

FILMOWE HITY DNIA

21.30 TVP 1

Tożsamość zdrajcy

HIT

SENSACYJNY Była agentka wywiadu odkrywa spisek i zostaje skompromitowana. Musi udaremnić zamach.

CIA zatrzymuje mężczyznę podejrzanego o planowanie ataku na Londyn. Odsunięta od służby Alice (Noomi Rapace, zdj.) niespodziewanie otrzymuje polecenie, by uczestniczyć w przesłuchaniu przestępcy. Szybko odkrywa, że wśród agentów jest zdrajca. Wskutek jego działań Alice zostaje oskarżona o szpiegostwo. Musi uciekać. W misji udaremnienia biologicznego ataku na miasto pomaga jej tajemniczy Jack (Orlando Bloom).

INFO: Czechy/Szwaj./WIk.Bryt./USA/Fr. 2017, reż. Michael Apted, wyk. Noomi Rapace **105 min do godz. 23.15**

19.55 POLSAT

Słyszeliście o Morganach?

KOMEDIA Będący w separacji Meryl (Sarah Jessica Parker, zdj.) i Paul (Hugh Grant, zdj.) zostają świadkami koronnymi. Ukrywają się na prowincji. To szansa dla ich związku. **135 min**

USA 2009, reż. Marc Lawrence, wyk. Sarah Jessica Parker, Hugh Grant, Natalia Klimas

20.00 TVN 7

Legendy ringu

KOMEDIA Byli bokserzy, Sharp (Sylvester Stallone, zdj.) i McDonnen (Robert De Niro), chcą po latach wyrównać rachunki i rozstrzygnąć, który z nich jest lepszy. **155 min**

USA 2013, reż. Peter Segal, wyk. Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin

20.00 TV PULS

Jacht

THRILLER Po wyjściu z więzienia Bella (Ruby Rose, zdj.) odkrywa, że odziedziczyła po ojcu jacht. Spędza na nim noc. Rano odkrywa, że stała się zakładniczką najemników. **120 min**

USA 2021, reż. Declan Whitebloom, wyk. Ruby Rose, Frank Grillo, Patrick Schwarzenegger

20.50 TVN

Godzilla II: Król potworów

SCIENCE FICTION Ludzkości grozi zagłada, kiedy pojawia się grupa potworów. W sprawę angażuje się mąż porwanej przez ekoterrorystów dr Russell (Vera Farmiga, zdj.). **165 min**

Jap./USA 2019, reż. Michael Dougherty, wyk. Kyle Chandler, Vera Farmiga, Millie Bobby Brown

HOROSKOP

Od 26 czerwca do 9 lipca

Baran 21.3 – 20.4

MIŁOŚĆ Nie czekaj na pierwszy krok. Zaproponuj spotkanie i przejmij inicjatywę. **PRACA** Zwolnisz tempo i spojrzysz z dystansu na cele. Wyznacz sobie jeden priorytet dziennie. **ZDROWIE** Spróbuj złagodzić stres poprzez ruch. Pamiętaj o nawodnieniu w upały.

Byk 21.4 – 21.5

MIŁOŚĆ W uczuciach postaw na spokój i przewidywalność zamiast fajerwerków. **PRACA** Twoją konsekwencję najlepiej potwierdzą liczby i przykłady efektów. Odetnij rozpraszacze. **ZDROWIE** Chroń skórę przed słońcem. Aktywność fizyczna poprawi formę.

Bliźnięta 22.5 – 21.6

MIŁOŚĆ Odezwij się do kogoś, z kim dawno nie miałaś okazji rozmawiać. **PRACA** Lista zadań pozwoli zapanować nad chaosem. Dopilnuj obowiązków przed urlopem. **ZDROWIE** Wysypianie się i ograniczenie czasu przed ekranem zwiększą koncentrację.

Rak 22.6 – 22.7

MIŁOŚĆ Spróbuj spędzić popołudnie z ukochanym bez presji ku perfekcji i telefonu w dłoni. **PRACA** Ustal godziny, po których nie odpowiadasz na wiadomości. Unikaj pochopnych decyzji finansowych. **ZDROWIE** Gdy trudne emocje narastają, pomoże kąpiel i muzyka.

Lew 23.7 – 23.8

MIŁOŚĆ Lwy będą błyszczeć w towarzystwie. Wakacyjny romans doda im skrzydeł. **PRACA** Możesz otrzymać pochwałę od szefa. Nie ignoruj żadnych szczegółów w umowach. **ZDROWIE** Po intensywnym dniu kluczowa jest regeneracja. Medytacja ułatwi wyciszenie.

Panna 24.8 – 23.9

MIŁOŚĆ Zrób porządek w sprawach, które obciążają Twój związek. Zadecyduj, co odpuścić. **PRACA** Działania w zespole przyniosą lepsze efekty, jeśli ograniczysz krytyczne uwagi. **ZDROWIE** Zatroszcz się o swój kręgosłup oraz ergonomię miejsca do pracy.

Waga 24.9 – 23.10

MIŁOŚĆ Teraz kluczowa stanie się harmonia. Czeka Cię romantyczny wieczór. **PRACA** Stawiaj na dyplomację, jednak nie kosztem własnych potrzeb. Zamiast milczeć, proponuj alternatywę. **ZDROWIE** Spróbuj zadbać o równowagę psychiczną. Joga przyniesie Ci ulgę.

Skorpion 24.10 – 23.11

MIŁOŚĆ Uczucia będą intensywne. Możliwa namiętna relacja. W stałym związku unikaj zazdrości. **PRACA** Zamknij zaległą sprawę formalną. Skupisz się na strategicznych decyzjach. **ZDROWIE** Wycieczki za miasto, jazda na rowerze lub pływanie poprawią kondycję.

Strzelec 24.11 – 22.12

MIŁOŚĆ Otworzysz się na ludzi, co może zaowocować ekscytującą znajomością. **PRACA** Pojawi się szansa na doskonalenie kompetencji, udział w projekcie lub szkoleniu. **ZDROWIE** Zorganizuj letnią wyprawę, aby złapać dystans i odciąć się od problemów.

Koziorożec 23.12 – 20.1

MIŁOŚĆ Stabilność budujesz działaniami, więc pokaż ją w drobiazgach i dotrzymanych obietnicach. **PRACA** Zrób przegląd zadań. Zrezygnuj z tych, które nie prowadzą do pożądanego wyniku. **ZDROWIE** Rozważ suplementację witamin po konsultacji ze specjalistą.

Wodnik 21.1 – 19.2

MIŁOŚĆ Zaskoczysz partnera oryginalnym pomysłem. Doceni także Twoją szczerość. **PRACA** Wybierz jeden projekt i zaplanuj trzy niewielkie kroki, które zrobisz bez forsownych przygotowań. **ZDROWIE** Twój układ nerwowy może być teraz bardziej wrażliwy.

Ryby 20.2 – 20.3

MIŁOŚĆ Wybieraj łagodność, ale nie rezygnuj ze stawiania granic i odmawiaj bez poczucia winy. **PRACA** Intuicja pomoże Rybom w decyzjach. Kreatywność przyniesie dodatkowy dochód. **ZDROWIE** Postaw na rozwój wewnętrzny: mniej rozpraszaczy, więcej oddechu.

Rozpowszechnianie wszelkich materiałów redakcyjnych bez zgody Wydawcy jest zabronione. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w programie TV wprowadzone przez stacje po oddaniu pisma do druku. Za treść ogłoszeń redakcja ponosi odpowiedzialność w granicach wskazanych w ust. 2 art. 42 ustawy Prawo prasowe. Wydawca ostrzega P.T. Sprzedawców, że sprzedaż aktualnych i archiwalnych numerów czasopisma po cenie innej niż wydrukowana na okładce jest działaniem na szkodę Wydawcy i skutkuje odpowiedzialnością sądową. Wszelkie skargi, reklamacje i pytania dotyczące publikowanych reklam należy kierować na adres: **reklama@bauer.pl**

Adres redakcji 04-035 Warszawa, ul. Motorowa 1, e-mail: redakcja@teleswiat.pl;
Redaktor naczelna Marta Lubartowska
Redaktor zarządzający Artur Kosiński
Hub Rozrywka i TV: Red. zarządzająca Anita Nawrocka **Planner** Adam Piosik **Koordynator** Dorota Skalska **Redaktorzy** Andrzej Czapski, Bogumiła Deka, Ewa Gassen-Piekarska, Marzena Juraczko, Joanna Kołakowska, Iwona Leończuk, Paulina Miluska, Hanna Miłkowska, Maciej Misiorny, Joanna Pasztelańska, Mirosław Piwowarek, Katarzyna Sobkowicz-Rusiecka **Hub Poradniki: Red. zarządzająca** Monika Bobowska **Hub Graficzny: Dyrektor** Robert Latek **Lider** Mirosław Orzechowski **Koordynator** Marcin Makarewicz **Graficy** Edyta Ciuchta, Dominika Kraśnicka-Walinowicz, Sławomir Kozłowski, Agnieszka Glewicka, Małgorzata Porębska, Piotr Piórkowski **Hub Fotoedycji: Lider** Agata Zasada **Koordynatorzy** Emil Przygodzki, Magdalena Wojno **Fotoedytorzy** Magdalena Dąbek-Makowska, Ludmiła Jeruchimowicz, Anna Jurczewska, Grzegorz Lech, Karolina Liżewska, Mirela Taflińska **Sekretariat** Aleksandra Kominek

Wydawnictwo
Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Zarząd: Prezes Tomasz Namysł
Członkowie Andrzej Choynowski, Marek Lasota
Director, Publishing Management/Dyrektor Pionu Wydawniczego Marek Lasota **Publisher/Wydawca** Justyna Hałas **Biuro reklamy** Izabela Sarnecka (dyrektor biura reklamy), Aneta Rym-Gałka, e-mail: Aneta.Rym@bauer.pl, ul. Motorowa 1, 04-035 Warszawa, www.bauer.pl/reklama/
Dyrektor ds. dystrybucji i obsługi klienta Piotr Ludwicki, e-mail: kolportaz@bauer.pl
Druk Okładka – Drukarnia Prasowa S.A. w Łodzi, Bauer Print Ciechanów Sp. z o.o. Sp. j.,
Copyright Wydawnictwo Bauer Sp. z o.o. Sp. j.
Wydawnictwo jest członkiem Izby Wydawców Prasy i Polskich Badań Czytelnictwa (PBC).
Serwis TV – współpraca: Agencja AKPA.
Prenumerata krajowa i zagraniczna czytelnia.pl, e-mail: prenumerata@bauer.pl, tel.: 67 210 86 05, 67 354 16 05.

TVP 1 DVB T2

5.50 Akacjowa 38 (892) – telen., Hiszpania
7.00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze – program religijny
7.30 Rodzina (nie od) święta – mag.
8.00 Serwis Info – program informacyjny
8.10 Pogoda Info
8.20 Janosik (7) – serial przyg., Polska 1973
9.15 Ranczo 6 (76) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 Komisarz Alex 7 (84) – serial krym.
11.05 Ojciec Mateusz 15 (195) – krym., Pol.
12.00 Serwis Info – program informacyjny
12.10 Agrobiznes – magazyn rolniczy
12.30 Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy
12.55 Natura w Jedynce: Borneo – cudowna dżungla – film dokumentalny, Francja/Niem. 2025
14.00 Złoty chłopak (329) – serial obycz.
15.00 Serwis Info – program informacyjny
15.10 Pogoda Info
15.25 Gra słów. Krzyżówka (1062) – telet.
16.00 Dziedzictwo (972) – serial obycz.
17.00 Teleexpress, pogoda
17.25 Jaka to melodia? – teleturniej muz.
18.05 Reporterzy – magazyn reporterów
18.25 Akacjowa 38 (907) – telen., Hiszpania
19.30 Program informacyjny 19.30
19.55 Pytanie dnia – program publicyst.
20.10 Sport, pogoda

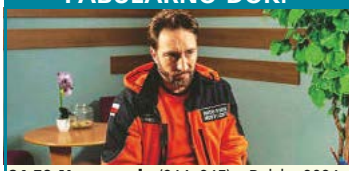
KRYMINALNY

20.30 Prokurator (9) – Polska 2015
Ciało prezesa firmy meblarskiej zostaje znalezione w mieszkaniu hodowcy pająków, który zniknął bez śladu. Zespół wszczyna śledztwo. 60 min
21.30 Tożsamość zdrajcy – film sensacyjny, Czechy/Szwajcaria/Wielka Brytania 2017, reż. Michael Apted
FILM HIT
Za kamerą stanął twórca jednej z odsłon losów Jamesa Bonda („Świat to za mało"). 105 min
23.15 Wieczór z Mistrzem. Andrzej Wajda: Korczak – film biograf., Pol./Niemcy/Wielka Brytania 1990, 130 min
FILM
1.25 Carte Blanche – dramat obyczajowy, Polska 2015, 135 min
FILM

TVP 2 DVB T2

4.35 Na dobre i na złe – serial obyczajowy, Polska 2023
5.30 M jak miłość (1789) – serial obyczajowy, Polska 2024
6.25 Pożyteczni.pl – magazyn
6.55 Barwy szczęścia (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 Pytanie na śniadanie – pobudka – magazyn
7.55 Pytanie na śniadanie – magazyn
11.30 Rodzinka.pl (34, 35) – kom., Pol. 2011
12.35 Koło fortuny (1883) – teleturniej
13.15 Postaw na milion – teleturniej
14.05 Va banque (1007) – teleturniej
14.35 Na sygnale (871) – serial fab.-dok., Pol.
15.05 La Promesa – pałac tajemnic (428) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 Koło fortuny (1884) – teleturniej
16.35 Familiada – teleturniej
17.20 Panna młoda (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 Va banque (1008) – teleturniej
18.50 Jeden z dziesięciu – teleturniej
19.25 Barwy szczęścia (3349) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 Omnibus – szybcy i mądrzy (17) – teleturniej
20.35 Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17) – teleturniej
20.55 Postaw na milion – teleturniej

FABULARNO-DOK.

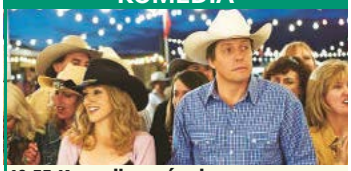


21.50 Na sygnale (864, 865) – Polska 2026
Róża i Romek muszą poradzić sobie z nastoletnim narkomanem, który stał się agresywny w karetce. Ratownicy pomagają też aktorowi ukrywającemu swoją chorobę. Piotr mierzy się z oskarżeniami o brutalność podczas jednej z akcji. 65 min
22.55 Berlin Ku'damm 56 (2) – serial obyczajowy, Niemcy 2016
23.50 PitBull 2 (6) – serial sensacyjny, Polska
0.50 Karol, władca Hiszpanii (5) – serial kostiumowy, Hiszpania 2015
1.45 Nasz dom w górach (12) – serial obyczajowy, Niemcy 2020
2.40 Jak zostać Japończykiem – dok.

POLSAT DVB T2

4.40 Disco Gramy – program muzyczny
5.25 Telezakupy TV Okazje
6.00 Nowy dzień z Polsat News – program informacyjny
8.30 Malanowski i partnerzy (323, 324) – serial fab.-dok., Polska 2011
9.30 Trudne sprawy (1253, 1254) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 Gliniarze (870, 871) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.40 Dlaczego ja? (1500, 1501) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Postrzegany jako nieudacznik Jan zostaje porzucony przez Zuzię. Niebawem dowiaduje się, że otrzymał spadek po niejakim Biernackim. Na wieść o majątku dziewczyna postanawia odbudować relację. 130 min
15.50 Wydarzenia, pogoda
16.25 Interwencja – magazyn reporterów
16.40 Gliniarze (1067, 1068) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Detektywi wyjaśniają sprawę porwania piętnastolatki. Zrozpaczony ojciec oskarża byłą żonę, która straciła prawa rodzicielskie. 130 min
18.50 Wydarzenia
19.15 Gość „Wydarzeń" – program publicystyczny
19.30 Sport, pogoda

KOMEDIA



19.55 Komediowa środa: Słyszeliście o Morganach? – USA 2009, reż. Marc Lawrence
FILM
Pełna humoru opowieść o nietypowym remedium na kryzys małżeński. Drugie filmowe spotkanie Sarah Jessiki Parker i Hugh Granta (oboje na zdj.). Wcześniej aktorzy mieli okazję współpracować na planie thrillera „Krytyczna terapia" z 1996 r. 135 min
22.10 Sąsiedzi – komedia, USA 2014, reż. Nicholas Stoller, 135 min
FILM
0.25 Zła kobieta – komedia, USA 2011, reż. Jake Kasdan, 120 min
FILM
2.25 Boski żigolo – komedia, USA 1999, reż. Mike Mitchell, 135 min
FILM

TVN DVB T2

5.40 Uwaga! – magazyn reporterów
5.55 Ukryta prawda (1692) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 Kuchenne rewolucje (7) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
11.20 Doradca smaku (22) – magazyn kulinarny
11.25 Kuchenne rewolucje (10) – program rozrywkowy
12.35 Ukryta prawda (1473, 1474, 1723) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 Detektywi (107) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
16.50 Szpital św. Anny (63) – serial obyczajowy, Polska 2025
Na oddziale Zyty przebywa młody mężczyzna z podejrzeniem nowotworu jądra. Nieprzytomny Tomek pozostaje pod opieką Marty i Krystyny. 65 min
17.55 Młode gliny (45) – serial kryminalny, Polska 2026
Marian, ojciec Angeliki, która kilka lat temu zmarła wskutek napadu przed klubem, bierze zakładników w centrum sportu i rekreacji. 65 min
19.00 Fakty, sport i pogoda
19.55 Uwaga! – magazyn reporterów
20.15 Na Wspólnej (4242) – serial obyczajowy, Polska 2026

SCIENCE FICTION

20.50 Godzilla II: Król potworów – Japonia/USA 2019
FILM
Widowiskowy film akcji. Jego produkcja kosztowała ponad 170 milionów dolarów. W rolach głównych występują nominowana do Oscara za film „W chmurach" Vera Farmiga oraz znana z serialu „Stranger Things" Milie Bobby Brown (obie na zdj.). 165 min
23.35 Legion samobójców – film s.f., USA 2016, reż. David Ayer, 155 min
FILM
2.10 Uwaga! – magazyn reporterów
2.25 Wallander 3 (8) – serial krym., Wielka Brytania/Szwecja/Niem. 2014
4.00 Detektywi (107) – serial fab.-dokum.
5.00 Nauka jazdy 5 (16) – pr. rozrywk.

20

TV4 DVB T2

6.00 Strażnik Teksasu (8, 9) – serial sens., USA
7.55 Bogaty dom – biedny dom (73) – reality show
8.55 Policjantki i Policjanci (506, 507) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 Na ratunek 112 (1164, 1165) – paradok.
11.55 Dlaczego ja? (1533, 1534) – paradok., Pol.
13.55 Trudne sprawy (752-754) – paradok., Pol.
16.55 Policjantki i Policjanci (1397) – serial obyczajowy, Polska 2026
18.00 Łowcy skarbów. Kto da więcej? (515) – reality show, Polska
19.00 Policjantki i Policjanci (1398) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Uroczysko (201, 202) – serial kryminalny
21.00 Sprawiedliwi. Trójmiasto (127) – serial kryminalny, Polska 2026
22.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (1010) – serial kryminalny, Polska 2026
23.00 Patriota – dramat historyczny, USA/Niemcy 2000, 200 min
FILM
2.20 Hardkorowy lombard 3 (21) – serial dok.
2.55 Śmierć na 1000 sposobów (11) – dok.
3.25 Lubię disco! (276) – program muzyczny
4.25 Top 10 – lista przebojów – pr. muz.
5.30 Telezakupy TV Okazje

TV PULS DVB T2

6.00 Policjanci z Miami 3 (4, 5) – serial krym.
8.00 Kobra – oddział specjalny (8, 9) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 Maria z przedmieścia (51, 52) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 Nie igraj z aniołem (112) – serial obyczajowy, Meksyk 2008
13.00 Wspaniałe stulecie (46) – serial kostiumowy, Turcja 2012-2013
14.00 Kurierzy (31) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 Lombard. Życie pod zastaw 10 (534, 535) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 Kurierzy (32) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (969, 970) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 Jacht – thriller, USA 2021, reż. Declan Whitebloom, wyk. Ruby Rose, Frank Grillo, Patrick Schwarzenegger, 120 min
FILM
22.00 Negocjator – film sensacyjny, USA/Niemcy 1998, reż. F. Gary Gray, 175 min
FILM
0.55 Krwawa gra – film sensacyjny, Kolumbia 2015, reż. Ken Sanzel, 125 min
FILM
3.00 Dzielnica strachu 9 (402) – serial krym.
4.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (965) – serial obyczajowy, Polska 2026
5.00 Dzielnica strachu 9 (405) – serial krym.

PULS 2 DVB T2

7.00 Blaze i megamaszyny – anim., USA 2020
7.30 Psi Patrol – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 Superkoty – serial animowany, USA 2023
8.30 Wielkie przygody małego rekina (8)
8.50 Masza i Niedźwiedź – serial anim., Rosja
9.20 Straszne historie Maszy – serial anim.
9.25 Świnka Peppa – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 Bing – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 Jeżyk i Przyjaciele – serial anim., Polska
10.35 Spidey i superkumple – serial anim.
11.35 Gus. Mały – wielki rycerz – serial anim.
12.00 Psi Patrol – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 Marta mówi – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
13.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
14.00 Kacze opowieści – serial animowany
15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot
16.00 Fineasz i Ferb – serial animowany, USA
17.00 Smerfy – serial animowany, Belgia 1988
17.35 Gumisie – serial animowany, USA 1992
18.00 Pingwiny z Madagaskaru – serial anim.
19.00 Kacze opowieści – serial animowany
20.00 Lombard. Życie pod zastaw 18 (957)
21.00 Dzielnica strachu 10 (439, 440) – krym.
23.00 Kasyno – dramat kryminalny, USA/Francja 1995, reż. Martin Scorsese, 210 min
FILM

TVN 7 DVB T2

5.30 Ten moment (53) – serial paradok., Polska
5.55 Szkoła (780-782) – serial paradokum., Pol.
8.45 Ukryta prawda (1336, 1441, 1442) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 W-11 – Wydział Śledczy (1093-1095) – serial fabularno-dokumentalny, Pol.
13.55 Kryminalni (3) – serial kryminalny, Polska
15.00 Szpital (778, 779) – serial paradokum., Pol.
17.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (504) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 SOS Ekipy w akcji (16) – serial paradok.
19.00 Ukryta prawda (1527) – serial paradok.
20.00 Legendy ringu – komedia, USA 2013, reż. Peter Segal, wyk. Robert De Niro, Sylvester Stallone, Kevin Hart, Alan Arkin, Kim Basinger, Jim Lampley, 155 min
FILM
22.35 Godziny szczytu 2 – komedia sensacyjna, USA 2001, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, 120 min
FILM
0.35 Jak Boss – komedia, USA 2020, reż. Miguel Arteta, wyk. Tiffany Haddish, Rose Byrne, Salma Hayek, 95 min
FILM
2.10 Żyjąc z potworem 9 (2) – serial dok., USA
3.00 Fachowcy (10) – serial paradokumentalny
3.35 Usterka 11 (6) – serial fab.-dok., Pol. 2019
4.10 Dorota was urządzi! (1, 2) – pr. rozrywk.

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej · Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

TVP POLONIA

15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Zakochaj się w Polsce (197) – magazyn
15.35 20 x 20 lat TVP Kultura
16.00 Zaraz wracam 2 (107) – serial obycz., Pol. 2025
16.30 Barwy szczęścia (3338) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1057) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra – magazyn informacyjny
18.15 Mały kawałek Polski – film dokum., Pol. 2017
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.
19.15 Laskowik & Malicki
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (251) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1069) – teleturniej
7.10 Okrasa łamie przepisy
8.20 Familiada – teleturniej
8.50 Va banque (939) – telet.
9.25 Koło fortuny (2048)
10.05 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (19) – serial obycz.
14.15 Rodzinka.pl (196) – serial komediowy, Pol.
14.45 Program rozrywkowy
15.20 Lato z Radiem i Telewizją Polską
17.25 Va banque (940) – telet.
18.00 Koło fortuny (2049) – teleturniej
18.35 Okrasa łamie przepisy (353) – magazyn kulin.

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 5 (1)
6.00 24 godziny (21) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (11, 12)
8.30 Kartoteka (10, 11) – serial fabularno-dokum.
10.35 Detektywi (23, 24) – serial fabularno-dokum.
12.35 Zakup w ciemno 7 (32, 33) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (6)
15.35 Złomowisko PL 5 (4)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 21 (2)
18.05 Zakup w ciemno extra (40) – reality show
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (1) – pr. rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.00 Pogoda – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (300) – reality show, Pol. 2023
7.30 Na ratunek 112 (925, 926) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (381-383) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (949) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1348, 1349) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (529-533) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (155, 156) – serial krym.
19.00 Gliniarze (995) – serial paradokum., Polska 2024
20.00 Ślad (71) – serial krym.
21.00 Gliniarze (790) – serial paradokum., Polska 2023

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (142-144) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin (34) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (131, 132) – serial obycz., Pol. 2018
10.25 Świat według Kiepskich (169, 170, 234, 235, 92, 185) – serial komediowy, Polska
14.05 Pacific Rim: Rebelia FILM – film s.f., Wielka Brytania/Chiny/Japonia 2018, 145 min
16.30 Plan lotu – thriller, FILM USA 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, 125 min
18.35 Logan Lucky – komedia FILM kryminalna, USA/Chiny 2017, reż. Steven Soderbergh, 145 min

AXN

6.00 FBI: Most Wanted 3 (18, 19) – serial kryminalny, USA 2020
7.30 Ostry dyżur (1, 2) – serial obyczajowy, USA 1994-1995
9.25 Castle 3 (1, 2) – serial kryminalny, USA 2010
11.15 MacGyver 2 (20, 21) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Dowody zbrodni (3, 4) – serial kryminalny, USA 2003
15.10 Agenci NCIS 10 (22, 23) – serial sensacyjny, USA 2012
17.10 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial kryminalny, USA/Kanada
19.05 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010

20

OBYCZAJOWY

20.50 Miłość nad rozlewiskiem (4, 5) Kaśka trafia do szpitala. Najbliżsi i znajomi oddają dla niej krew. Małgosia jedzie do Warszawy szukać pomocy u profesora. 105 min
22.35 Rozmowy (nie) wygodne – pr. publicyst.
23.25 Dziennik regionów
23.50 Tamte lata, tamte dni
0.20 63. KFPP w Opolu – Autobiografia. Jubileusz Bogdana Olewicza

MAGAZYN

19.40 Makłowicz w podróży Prowadzący gości w Bremie. Na tarasie restauracji raczy się gładzicą. Sam zaś przygotowuje zupę krem z kalafiorów. 35 min
20.15 Postaw na milion
21.10 Kabaret Letnią Porą (23) – program rozrywk.
22.10 Rodzinka.pl (56) – kom.
22.50 Tak to leciało! (67)
23.50 Gabi Drzewiecka zaprasza (6) – talk-show
0.50 Koło fortuny (2049, 2041) – teleturniej

REALITY SHOW

20.05 Zakup w ciemno 7 (36) Handlarze walczą o produkty w kategoriach mix, hobby i chemia. Mix zapewni emocje, hobby doprowadzi do konfliktu, a chemia nie połączy licytujących. 60 min
21.05 Zakup w ciemno extra (33) – reality show
21.45 Express – pr. inform.
22.00 Idź na całość 2 (11)
23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 20 (3)
0.00 Nic do zgłoszenia 6 (8) – serial dokum., Pol. 2025

DOKUMENTALNY

22.00 Ambulans (6) Praca ratownika medycznego to codzienna walka ze stresem i trudnymi sytuacjami. Wymaga odwagi, szybkiego działania oraz empatii. 60 min
23.00 Świat według Kiepskich (359, 360)
0.00 Ślad (93) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (12) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.50 Ewa gotuje (549, 550)
4.00 Atleci – mag. sportowy
5.10 Drwale (6) – serial dok.
5.30 Telezakupy TV Okazje

HORROR

21.00 Dracula: Historia nieznana FILM – USA/Japonia 2014, reż. Gary Shore Rok 1462. Transylwanią rządzi Vlad (Luke Evans, zdj.). Chcąc ratować rodzinę i poddanych przed sułtanem, oddaje duszę demonowi. 115 min
22.55 Zakładnik z Wall Street FILM – film kryminalny, USA 2016, 120 min
0.55 Fala zbrodni (76, 77)
2.55 Ślad (32, 33) – krym., Pol.
4.50 Na ratunek 112 (862, 863) – paradok., Pol.

SENSACYJNY

21.05 Zabójcza broń 3 (14, 15) – USA 2018 Wbrew ostrzeżeniom Murtaugha Cole prosi Barnesa o pomoc w prywatnej sprawie. Wywołuje to napięcie między partnerami. 115 min
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (21, 22) – serial krym.
0.50 Castle 3 (3, 4) – krym.
2.45 Zabójcza broń 3 (14, 15) – sens., USA 2018
4.40 Walker: Strażnik Teksasu (11) – krym.

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Czterdziestolatek (16) **9.50** Tajemnice początków Polski: Z otchłani pradziejów **11.00** Legenda 27. Wołyńskiej Dywizji Piechoty AK – dok., Pol. 2013 **11.55** Wszystkie kolory świata – dok. **13.00** Starożytny Egipt – kroniki imperium (1) – dok. **14.00** Królowie (53) – hist. **14.35** Czterdziestolatek (17) **15.35** Sensacje XX wieku **18.10** Tajemnica twierdzy szyfrów (2) **19.00** Film dokumentalny **20.05** Oficer (8) – sens. **21.10** Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist. **22.10** Czarnobyl. Polska perspektywa **23.20** Sensacje XX wieku

TVP KULTURA DVB T2

12.30 Tajemnice kultowych seriali (2) – serial dok. **13.30** Co mówią lekarze – film krótkometr. **14.05** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (2) – obycz. **15.20** Ludzie Wisły – melodramat, Pol. 1938 **16.50** Stawiam na Tolka Banana (4, 5) – obycz. **18.10** Muzeum Polskiej Piosenki (3) – pr. rozrywk. **18.30** Informacje kulturalne **18.55** Rawhide (3) – serial przyg. **20.00** Powrót Sherlocka Holmesa (6) – serial krym., Wlk. Bryt. **21.05** Panorama kina polskiego: Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograf., Polska 2019 **23.15** Informacje kulturalne

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (710, 711) – paradok. **7.55** Doktor Martin (55, 56) **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperLudzie (37, 38) **11.30** Świat według Kiepskich (359-362) – kom. **13.30** Bitwa o palety (3) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (61) **16.05** Ninja Warrior Polska (35) **18.00** Świat według Kiepskich (462, 463, 554, 555) – kom. **20.00** Złomiarze (7) **21.00** Gran Turismo – dramat przyg., USA/Japonia 2023 **23.50** Kod 7500 – thriller, Niemcy/Austria/USA 2019 **1.40** Świat według Kiepskich (394-397) – kom. **3.50** Nasz nowy dom (251, 252)

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (7, 8) – sens., USA **9.55** MacGyver 3 (4) – sens. **10.55** MacGyver (5) **12.05** Pułapki umysłu (3) – dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (20-23) – reality show **15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (5) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia 2 (3) – serial dok. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 24 (1, 2) – sens. **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6) **23.00** Adam szuka Ewy VIP. Holandia 2 (6) – rozr. **0.00** Magia nagości. Polska (1) – rozr. **1.05** Magia nagości (9)

METRO

8.30 Szpital (786, 787) – paradok., Pol. **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (355, 356) **12.30** SOS Ekipy w akcji (30) **13.30** Brzydula (31, 32) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (15) **15.45** The Floor (5, 6) **17.00** Fani czterech kółek 17 (6) **18.00** Prawo Agaty 7 (4) – obycz. **19.00** Kartoteka 2 (9, 10) **21.05** Kryminalni 3 (5, 6) **23.15** CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 11 (8) **0.20** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (7) – dok. **1.15** Szpital (779) **2.15** Szkoła (530, 531) **3.50** Nowa Maja w ogrodzie 4 (28, 29) **4.40** SOS Ekipy w akcji (28)

ALE KINO +

6.30 Polska z góry 5 (8) **7.00** The Hero – krótkometraż. **7.45** Królowa chmur – obycz., Pol. 2003 **9.25** Wolna krowa **10.00** Grantchester 10 (7, 8) – krym. **12.05** Vera 6 (2) **14.00** Pod Starym Dębem – dram. obycz., Bel./Fr./Wielka Brytania 2023 **16.15** Alfa. – dramat przyg., Szwajcaria/Hol./Słowenia 2024 **18.15** Vera 6 (3) – krym. **20.10** Premiera: Karen Pirie (2) – krym. **22.00** Ucieczka z Pretorii – thriller, Australia/Niem./RPA 2020 **0.10** Django (3, 4) **2.25** Król (4) – sens. **3.35** Fuks – kom. sens., Pol. 1999 **5.05** Kruk. Czorny Woron nie śpi (2)

TV TRWAM DVB T2

16.00 Informacje dnia **16.10** Na zdrowie – mag. **16.30** Rozmowy o edukacji (6) **17.00** Po stronie prawdy **17.55** Poczet wielkich Polaków – hist. **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.20** Odnaleźć siebie (33) **19.30** Bóg z nami **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Przetrwaliśmy **22.30** Władysław hr. Zamoyski. Pan z Wielkopolski. Władca Tatr – dok., Pol. 2013

ANTENA HD DVB T2

8.50 Żar tropików (1) – sens., Kan./Meksyk **10.00** Detektywi z Bordeaux 4 (4) – serial krym. **11.05** 77 TV 2 (4) – pr. rozrywk. **12.00** Co Polak potrafi na drodze? (14) **13.00** Ciężarówką przez śniegi 2 (1) **14.00** Klątwa Wyspy Dębów 6 (32) **15.00** Wojny kontenerowe 2 (7, 8) **15.55** Australijscy poszukiwacze złota 3 (7, 8) – serial dok. **17.55** 77 TV 4 (21) **19.00** 77 TV 5 (1) **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (11) – krym. **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (5, 6) – krym. **0.30** Co Polak potrafi na drodze? (3-5)

TVS

12.05 Dzisiaj w regionie – pr. inf. **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Melodia miłości – film obycz., Niemcy 2008 **21.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Niespodziewana miłość – film obyczajowy, Niemcy 2015

WP DVB T

12.00 Wariaci za kierownicą 3 (2) – pr. rozr. **13.00** Makłowicz w podróży **14.05** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (3) – dok. **15.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (23, 24) – dok. **16.50** Pogoda (66) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 5 (4) – serial krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (5) – dok. **20.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (25, 27) – dok. **21.45** Pogoda (66) – pr. inf. **21.50** Przebojowe kabarety (5) – pr. rozr. **22.50** Mistrzowie Kabaretu 13 (8) – rozr. **23.55** Tajemnice polskich morderstw (4-6) – dok.

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Disco i relax z Tomkiem Samborskim (93) – pr. muz. **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (77, 78) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (19, 20) **23.00** Zdrady (71)

VIASAT EPIC DRAMA

7.35 Lekarze na start (31, 32) – obycz. **9.05** Poirot 5 (1, 2) **11.20** Zatraceni w miłości (33, 34) – telen. **13.25** Agenci NCIS 18 (11, 12) **15.15** Lekarze na start (33, 34) – obycz., Pol. **16.45** Poirot 5 (3, 4) – serial krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (35, 36) – telen. **21.00** Sprawy pana Booka (3) – krym. **22.10** Projekt Błękitna Księga (7) **23.05** Zatraceni w miłości (35, 36) **1.10** Sprawy pana Booka (3) **2.05** Projekt Błękitna Księga (7) **2.50** Lekarze na start (33, 34) **4.05** Zatraceni w miłości (35, 36)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.00 Zwierzęta Wajraka 3 (6, 7) – serial dok., 2022
6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.25 Bolek i Lolek – anim.
7.45 Reksio – serial anim. ●
8.05 Siedem życzeń (6, 7) – serial przygodowy
10.45 Podróż za jeden uśmiech – przyg., 1972, wyk. Alina Janowska, 100 min
12.25 To nie ze mną (6, 7) – serial obyczajowy, 2022
13.55 Żegnaj, Ameryko! – film obyczajowy, Niem./Pol. 1994, 120 min
15.55 Jeśli serce masz bijące – dramat psychologiczny, 1980, 125 min
18.00 Czterej pancerni i pies (7, 8) – serial wojenny, 1966

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (101, 102) – serial komediowy, Pol.
6.25 Na sygnale (484, 485) – serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (34) – serial kryminalny, Pol.
8.35 Komisarz Alex 2 (23)
9.25 Rodzinka.pl (103)
10.00 Klan (1450, 1451)
10.55 Ranczo 8 (101, 102)
12.35 Komisarz Alex 2 (24)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (385, 386) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 2 (25) – serial kryminalny, Pol.
16.25 Na sygnale (486, 487) – serial fabularno-dokum.
17.35 Ranczo 8 (103, 104) – serial obycz., Pol. 2014
19.30 Ojciec Mateusz 30 (387) – krym., Pol. 2023
20.25 Ojciec Mateusz 3 (35) – serial kryminalny, Pol.

13 ULICA

6.05 Blanca 3 (3, 4) – serial kryminalny, Włochy 2025
8.25 Morderstwo w Larzac – film kryminalny, Francja 2020, reż. Marwen Abdallah, wyk. Florence Pernel, Guillaume Cramoisan, Lola Dewaere, 120 min
10.25 Mentalista (5-8) – serial kryminalny, USA 2008
14.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025
16.15 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, Jeremy Banster, Myra Bitout, Nathalie Roussel, 125 min
18.20 Mentalista (9-12) – serial kryminalny, USA

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (780) – paradok.
6.00 Superbohaterowie (6)
6.30 Numerek z Dorotą
6.45 Zakochani po uszy (89, 90) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (77-80) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (12) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (69) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (35, 36) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (11) – serial obycz., Pol. 2013
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy 2 (1) – magazyn
16.45 Nowe przygody Aladyna – komedia, Fr./Bel. 2015, 135 min
19.00 Szpital św. Anny (70) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

5.25 Zakochaj się w Polsce (173) – magazyn
6.00 Na dobre i na złe (989) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (74) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (221, 222) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 20 (264) – krym., Pol. 2018
9.50 Ojciec Mateusz 21 (265) – krym., Pol. 2019
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1058) – teleturniej
11.20 Na sygnale (652, 653) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (77)
13.20 Komisarz Alex 4 (41)
14.15 Ranczo 7 (81, 82)
16.10 Polska śródziemnomorska (1) – mag. kulin.
16.40 Operacja zdrowie (80)
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży

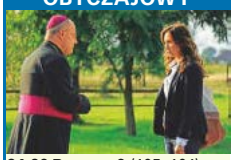
STOPKLATKA

6.00 Złoty interes (7) – rozr.
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (220, 147) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (6) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (4, 5) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (9, 6) – serial dokum., Kanada
17.00 MacGyver 4 (7) – serial sensacyjny, USA/Kanada
18.00 Wojny magazynowe: Kanada – reality show
19.10 Aukcja w ciemno 2 (7, 8) – serial dok., USA

SENSACYJNY

20.00 Ekstradycja 3 (5, 6) Skorumpowany minister ujawnia nazwiska urzędników, których podpisy są potrzebne do przejęcia przez Geobank PKiN-u. 140 min
22.20 Misja Afganistan (10)
23.30 Dzień świra – komediodramat, 2002, 125 min ●
1.35 Supermarket – thriller, 2012, 95 min ●
3.10 Obudź się – dramat obycz., 2022, 110 min ●
5.00 Moja – film krótkometr.

OBYCZAJOWY

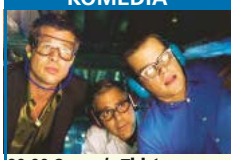


21.30 Ranczo 9 (105, 106) Ksiądz pod okiem Michałowej przygotowuje się do pracy w kurii. Zdenerwowany duchowny boi się, że nie podoła nowym obowiązkom. 110 min
23.20 Ojciec Mateusz 30 (388) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (3) – serial obycz., Polska
1.20 Erynie (6, 7) – krym. ●
3.15 Wojna zastępcza (11)
4.05 Klan (1450) – telen., Pol.
4.35 Pan Mama (23) – kom.

KRYMINALNY

22.00 Niewidomy detektyw (5) – Austria/Niemcy 2021 Alex zostaje poproszony o przeprowadzenie śledztwa w sprawie morderstwa powiązanego z atakiem, w którym stracił wzrok. 115 min
23.55 Bellefond (1) – serial kryminalny, Francja 2022
2.00 Morderstwo na Archipelagu Frioul – film kryminalny, Francja 2021, 125 min
4.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025

KOMEDIA



20.00 Ocean's Thirteen – USA 2007 Danny (George Clooney, zdj.) i jego kumple planują zemstę. Ich ofiarą ma zostać Willy Bank, właściciel kasyn.160 min
22.40 List w butelce – melodramat, USA 1999, 150 min
1.10 Stacja Warszawa – film obyczajowy, Polska 2013, 100 min
2.50 Szkoła (746) – paradok.
3.35 Ukryta prawda (1367, 1368) – paradok.

KRYMINALNY

18.20 Ojciec Mateusz 25 (320) – Polska 2021 Wierna zapisała w testamencie swój dom na rzecz Kościoła. W willi dochodzi do napaści i do akcji musi wkroczyć policja. 60 min
19.20 Ranczo 7 (87) – obycz.
20.10 Rodzinka.pl (287, 288) – serial komediowy, Pol.
21.25 Ojciec Mateusz 32 (412) – krym., Pol. 2024
22.20 Człowiek w żelaznej masce – kostium., Wlk. Bryt./USA 1998, 145 min

SENSACYJNY

20.00 Najlepsi z najlepszych – USA 1989 Tommy (Phillip Rhee, zdj.) trenuje z reprezentacją USA do mistrzostw w taekwondo. Mierzy się z koszmarami po śmierci brata. 120 min
22.00 Czas zemsty – film sensacyjny, USA/Aruba 2003, 110 min
23.50 Naczelny dowódca – sens., USA/Wlk. Bryt./Filipiny 2019, 120 min
1.50 Konsul – komedia krym., Polska 1989, 150 min

CANAL+ PREMIUM

12.55 To nie jest zagadka kryminalna (3) **13.55** Zapaleńcy. Historia polskiego filmu animowanego **15.25** Call me lala **15.50** Saga „Zmierzch": Zaćmienie – film fantasy, USA 2010 **17.50** Premierowa jazda – magazyn **18.05** Łapu capu **18.10** Mamma Mia! Here We Go Again – komedia muzyczna, USA/Wlk. Bryt./Chiny 2018 **20.00** Kontyngent (2) – wojenny **20.45** Smashing Machine – dramat biograficzny, USA 2025 **22.45** Protector – dramat sens., USA 2025 **0.20** Franz Kafka – dramat biograf., Czechy/Polska/Niemcy 2025

CANAL+ FILM

10.25 Kiler – kom. sens., Pol. 1997 **12.05** Łapu capu – rozr. **12.10** Charlie Chaplin: duch włóczęgi **13.40** W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Pol. 2001 **14.40** L.A.R.P. Miłość, trolle i inne questy – kom., Pol. 2025 **16.20** Morderstwo w ambasadzie – krym., Wlk. Bryt. 2025 **17.45** Hollywood Buzz **18.10** Kopnięci w czasie – komedia, Fr./Bel. 2025 **19.55** Łapu capu **20.00** Kuracja – czarna komedia, USA 2024 **21.40** Opętany – horror, Włochy/USA 2023 **23.00** Piła – thriller, USA 2004 **0.40** Wrooklyn Zoo – dramat obyczajowy, Polska 2024

FILMBOX+ ONE

6.30 Robin z Sherwood (5, 6) – przyg. **8.35** Zagadki kryminalne panny Fisher (1) **9.50** Panna Scarlet i komisarz 3 (1) **11.00** Panna Marple: 4:50 z Paddington – film kryminalny, USA 2004 **13.05** Poirot – krym. **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – krym. **16.40** Panna Scarlet i komisarz 3 (2) **17.50** Poirot (1, 2) **20.00** Porachunki – kom., USA/Fr. 2013 **22.15** American Pie – kom., USA 1999 **0.10** Carrie – horror, USA 2013 **2.40** Mów mi Vincent – komediodramat, USA 2014 **4.55** Klasyka krótkich animacji – filmy anim.

COMEDY CENTRAL

7.00 Dwóch i pół 5 (7-10) – kom. **8.55** Przyjaciele 7 (7-12) **11.55** Teoria wielkiego podrywu 6 (23, 24) **12.50** Teoria wielkiego podrywu 7 (1-4) **14.30** Dwóch i pół 5 (11-14) – kom. **16.30** Przyjaciele 7 (13-18) – kom. **19.30** Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10) – kom. **22.00** The Office PL 3 (3, 4) – kom. **23.05** Comedy Club 6 (1, 2) – pr. rozr. **0.05** Miasteczko South Park 2 (11, 12) **1.00** Pracoholicy 3 (11, 12) **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (15, 16, 14) **3.15** Miasteczko South Park 2 (8-10) **4.20** Comedy Club 7 (10-12) – rozr. **5.35** Comedy Club 8 (1)

HBO

9.55 Harry Potter i Czara Ognia – film przygodowy, USA/Wielka Brytania 2005 **12.30** P.S. Kocham Cię – melodramat, USA 2007 **14.35** Pan Popper i jego pingwiny – komedia, USA 2011 **16.10** Lombard – dramat obyczajowy, USA 2024 **17.40** Kompletnie nieznany – dramat biograficzny, USA 2024 **20.00** Sisu: Droga do zemsty – dramat wojenny, Wielka Brytania/Finlandia/USA 2025 **21.30** Ród smoka 3 (3) – fantasy **22.30** Agentka – komedia, USA 2015 **0.30** Królowa ringu – film biograficzny, USA 2024

FX

9.00 Z archiwum X 2 (21) – serial s.f. **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (12, 13) – krym. **11.50** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (1, 2) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (8, 9) **15.35** Premiera: Skymed 2 (5) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) **18.20** Z archiwum X 2 (22) **19.15** FBI 4 (9) **20.10** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) – krym. **22.00** Premiera: Matlock (14) **22.55** Z archiwum X 2 (22) – s.f. **23.55** Twierdza – thriller, USA 1996 **2.30** Agenci NCIS 10 (9) **3.15** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15)

CANAL+ 360

12.55 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (3) **14.00** Wykrywacz historii 4 (3) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (5) – dok. **16.00** Supersamoloty bojowe 11 (4) – dok. **17.00** Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (2) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (7) – dok. **18.55** Wykrywacz historii 4 (2) – dok. **19.50** Premiera: Zholowani: ciężarówki w opałach 9 (3) **20.50** Co poszło nie tak (3) – dok. **21.50** Grip – w świecie supersamochodów (6) – dok. **22.50** Supersamoloty bojowe 11 (2)

BBC FIRST

8.35 Lewis 5 (1) – serial krym. **9.40** Ojciec Brown (2) – krym. **10.40** Śmierć pod palmami (3) **11.45** Zagadki doktora Blake'a 3 (4) **12.55** Death Valley (3, 4) **15.00** Ojciec Brown 7 (7) **16.00** Lewis 5 (1) **17.00** My Life is Murder 3 (1) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (3) **19.55** Śmierć pod palmami (4) – krym. **21.00** McDonald i Dodds 2 (3) **22.55** Na niebieskich światłach 3 (3, 4) **1.05** Death Valley (4) – kom. **2.05** Morderstwa w Midsomer 21 (3) **4.00** My Life is Murder 3 (1) **4.45** Moja rodzinka 2 (10)

ROMANCE TV

10.30 Faceci kumają, kobiety myślą – komedia, Niem. 2011 **12.25** Toni – akuszer. Władza i ciąża – film obycz., Niemcy 2023 **14.20** Rosamunde Pilcher: Pomyłki serca – komedia obyczajowa, Niemcy 1997 **16.15** Lena Lorenz: Kruche szczęście – dramat obycz., Niemcy 2021 **18.05** Górski lekarz (144, 145) – serial obycz. **20.00** Zabójstwo nad Morzem Wattowym – komedia kryminalna, Niem. 2023 **21.55** Pokój ze stajnią: Teściowa na horyzoncie – komedia, Niemcy 2021 **23.50** Górski lekarz (144, 145)

FILMBOX+ HITS

10.45 Rok, w którym Dolly Parton była moją mamą – komediodramat, Kanada 2011 **12.30** Weekend z królem – dramat biograf., Wielka Brytania 2012 **14.15** Ostatnia rzecz – dramat obycz., USA 2018 **16.00** Wykrętasy – komedia romant., Rosja 2010 **17.55** Robin Hood: Początek – przyg., USA/Hongkong/Chorwacja 2018 **20.00** Druga strona miasta – dramat obyczajowy, USA 2020 **21.45** Niewygodna prawda – dramat biograf., Australia/USA 2015 **0.00** Jazda bez zasad – thriller, USA 2018

TV 6

8.55 Kobra – oddział specjalny (24, 25) – serial sens., Niem. **10.55** 48h. Zaginieni (142-144) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1198) – obycz. **14.55** Uroczysko (41, 42) – krym. **16.00** Kobra – oddział specjalny (26, 27) – sens. **18.05** Strażnik Teksasu (10, 11) – serial sens. **20.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (193, 194) **21.55** Czarna lista 2 (23) – krym. **22.55** Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (707, 708) **1.00** Kości (107, 108) **3.00** Cobra Kai (27) **3.35** Septagon (2, 3) **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Policyjna grupa pościgowa 16 (4) – dok., Wlk. Bryt. **10.30** Chłopięcy świat – dramat obyczajowy, USA 1993 **13.00** Czarodziejki 3 (11, 12) **15.00** Pingwiny z Madagaskaru **15.30** Szpiedzy tacy jak my – komedia sens., USA 1985 **17.50** Szybki jak błyskawica – dramat sensacyjny, USA 1990 **20.00** Cast Away: Poza światem – dramat przyg., USA 2000 **23.05** Ojciec chrzestny: Epilog – Śmierć Michaela Corleone – dram. krym., USA 2020 **2.15** Immortals. Bogowie i herosi – film fantasy, USA 2011

TVN 24
6.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
7.30 Rozmowa Piaseckiego – pr. publ.
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – magazyn informacyjny
16.00 Fakty po południu – program informacyjny

TLC
6.00 Salon sukien ślubnych: Beneluks (5, 6) – program rozrywk.
7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11 – reality show
11.00 Wiza na miłość: znowu do wzięcia. Między sporami
13.00 Dr Pryszczylla 4 – dok.
15.00 Wiza na miłość 11
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (7) – serial dokumentalny
19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 – reality show
20.00 Twarz od nowa – dok.

TVN STYLE
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5) – reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (3) – serial fabularno-dokum., Polska
6.45 Śluby marzeń (3) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry LIVE **wakacje** – magazyn
11.20 Ugotowani (7, 8) – pr. kulin.-rozrywk., Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (2, 1) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (3, 4) – reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (2) – program rozrywkowy
17.40 Kuchenne rewolucje (14, 1, 2) – program rozrywkowy

DISCOVERY CHANNEL
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (7) – serial dokum.
13.00 Pojedynki Eda Stafforda (1) – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (6)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (4) – dok.
18.00 Bracia Collins biorą się do roboty (14) – program rozrywkowy

NATIONAL GEOGRAPHIC
10.00 Mega Metro (2) – dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (3)
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (7) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (6) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (4)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (12, 13) – serial dok.
17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (1) – film dokumentalny, USA 2020
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (1) – dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (6) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (9) – serial dokumentalny

FOKUS TV DVB T2
6.00 Wehikuł czasu (708) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (62) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy – Francja 1994
8.55 Wehikuł czasu (708)
9.00 Starożytni kosmici (2) – serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (11, 12) – reality show
12.00 I wojna światowa w liczbach (3) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (3, 4) – serial dokum.
14.00 Tajne akta nazistów (5, 6) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (12, 13) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (14, 15) – serial dokum.
20.00 Galileo (25) – program popularnonaukowy

20

PUBLICYSTYCZNY

18.00 Tak jest
Prowadzący przedstawiają wydarzenia z areny politycznej, które wzbogacają uwagi komentatora. 75 min
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.
20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.20 Fakty o świecie – inf.
21.00 Polska i świat – inf.
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.

DOKUMENTALNY

21.00 Skórze na ratunek 8
Chris ma 120 narośli. Jakki walczy z zaczerwienieniem i opuchlizną na twarzy. 60 min
22.00 Premiera: Moje paranoje – wydanie specjalne 2 – serial dok.
23.00 Moje koszmarne stopy 2 – serial dokum.
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy – serial dokumentalny
1.00 Twarz od nowa – dok.
2.00 Skórze na ratunek 8
3.00 Moje paranoje – wydanie specjalne 2

DOKUMENTALNY

20.50 Jestem z Polski (14)
Alicja mieszka w hiszpańskim mieście Torrevieja. Prezentuje m.in. główny plac miejscowości, starą kamienną wieżę oraz molo. 60 min
21.50 Jestem z Polski 16 (22)
22.50 Hotel Paradise 6 (24)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (6) – program rozrywk.
2.20 Nieoczywiste miejsca (5) – serial dokumentalny
2.55 Dieta czy cud? (5, 6)

DOKUMENTALNY

19.00 Złomowisko PL 3 (3-5)
Krzykacz i Edek, chcąc zarobić na starej maszynie rolniczej, powodują pożar. Kasia zamierza ofiarować domowi opieki mały prezent. 180 min
22.00 Premiera: Nagi instynkt przetrwania: Mistrzostwa świata
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga – serial dokumentalny
2.00 Najszybsze pościgi Ameryki – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 Ukryte pod miastami (6)
Włoscy naukowcy badają tunele. W Niemczech robotnicy trafiają na groby. W Londynie archeolodzy odsłaniają fundamenty bazyliki. 60 min
22.00 Inżynieria po katastrofie (2) – dok.
23.00 Najniebezpieczniejsze drogi Europy (2)
0.00 Katastrofa w przestworzach (2)
1.00 Ciemna strona świata (5) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Symbole zła
– Niemcy 2020
Historia symboli, które pierwotnie miały pozytywne znaczenie, a z czasem zostały przejęte przez ideologie totalitarne. 60 min
22.00 Zaginione złoto II wojny światowej (5, 6) – serial dokumentalny
0.00 Starożytni kosmici (9) – serial dokumentalny
1.00 Rolnicy. Podlasie (17-20) – serial dokum.
5.00 Kołowrotek (3, 4)

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA
12.30 Kolacja z Gavinem Rossdale'em (1) – serial dok. **13.25** Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (3) **13.55** Podróż przez smaki Chin 3 (3) **14.50** U sąsiadów w kuchni 12 (11, 12) **15.45** Z pola na stół 2 (7) – dok., Kan. **16.15** Jelita vs mózg (6) **16.40** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (5, 6, 15, 16) **18.30** Tajemnice indyjskich smaków (1) **18.55** M jak mięso (3, 4) **19.50** Nie bój ryby! (3) **20.15** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (13, 14) **21.20** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (2-4) **23.55** Kolacja z Gavinem Rossdale'em (2)

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** Co ludzie powiedzą – kom. **9.25** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **21.05** Więzienie kobiet – dok. **22.00** Rolniczki – serial dokum. **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozrywk. **3.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE
6.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (13, 15, 17, 18) – dok. **8.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **11.00** Kosmiczna mapa skarbów – dokum. **13.00** Podziemne sekrety – dok. **15.00** NASA – archiwum tajemnic **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (2) – dok. **18.30** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki 16 – dok. **19.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (4-6, 8) – serial dokum. **21.00** Śladami Wielkiej Stopy – dok. **23.00** Zaginione miejsca (3) – dok. **1.00** NASA – archiwum tajemnic – dok. **4.00** Podziemne sekrety – dok.

TVP DOKUMENT
11.05 Magiczny Adriatyk (2) **12.05** Korona Gór Polski 2 (9) **12.40** Kto rządzi światem? (1) – dok. **13.40** Zagadkowe życie ptaków miejskich (1) **14.45** Rajskie zakątki Europy (3) – dok. **15.40** Fale gorąca **16.40** Magiczny Adriatyk (3) **17.45** Sanatorium miłości 4 (8) **18.45** Bohdan Smoleń. W cieniu sceny **20.00** Kto rządzi światem? (2) **21.05** Podróż pelikanów – tajemnica australijskiego outbacku **22.05** Niebezpieczne drogi (3) **23.10** Barbara Włodarczyk zaprasza – mag. **23.15** Tajwan. Niewidzialny naród **0.25** Sanatorium miłości 4 (7)

PLANETE+
11.25 Motyle. Superbohaterowie przyrody (3) – dok., Fr. 2023 **12.35** Dzikie iberyjskie opowieści (1) – dok. **13.45** Targowiska świata (2) – serial dok. **14.45** Zaginione światy (3) – dok., Fr. **15.50** Niezwykłe podróże kolegą 9 (1) **16.55** Świat zawarty w obrazie (3) – dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (68, 69) – serial dok. **18.40** Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (2) – dok. **19.45** Organiczna rewolucja **20.50** O wolny Tybet. Głosy wygnanych – dok., Fr. 2024 **21.55** Czy warto pościć? **23.10** Premiera: Adonis **0.20** Niezwykłe podróże koleją 9 (2) – dok., Fr.

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24 DVB T2
18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

TVP 3 DVB T2
12.00 Telekurier **12.30** Górna półka smaku **13.00** Agrobiznes **13.20** Agropogoda **13.30** Daję słowo – Maciej Orłoś **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego **15.20** Serwis Info Dzień – inf. **15.30** Program lokalny **19.30** Z indeksem w ręku (3) – mag. **19.45** Kryminalna siódemka **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (190) – obycz.

HGTV
11.05 Usterka 11 (14, 15) – serial fabularno-dokum. **12.31** Moje miasto, mój dom 8 (9, 10) – pr. rozr. **14.30** Mieszkanie na miarę 4 (3, 4) – rozr. **16.30** Polowanie na ogród 2 (8) **17.00** Polowanie na ogród 3 (1, 2) **18.10** Zgłoś remont 4 (4) **19.05** Będzie pięknie (8) – rozr. **20.05** Dorota inspiruje (4) – reality show **21.00** Dorota was urządzi! (1, 2) **22.30** House Hunters – Poszukiwacze domów 9 (7, 8) **23.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (1, 2) **0.45** Kupujemy dom na plaży 20 (2, 3) – dok.

TVP KOBIETA DVB T2
12.00 Okrasa łamie przepisy **12.30** Ziołowa apteka (6) **12.45** Przepis dnia (87) – mag. **13.00** Na dobre i na złe (578) **14.00** Omnibus – szybcy i mądrzy (16) **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (16) – telet. **15.00** Piękno, zgłoś się! (2) **15.30** Ojciec Mateusz (7, 8) **17.25** Najwspanialsze ikony natury (4) – dok. **18.30** Gabi Drzewiecka zaprasza (5) **19.30** Miłość i nadzieja (298) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (279) **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (269) **22.30** Zwerbowana miłość – sens., Polska 2009

BBC EARTH
10.10 Życie na pustkowiu: powroty 4 (1) **11.10** Skarby przeszłości i ich tajemnice (2) – dok. **12.10** Malownicze trasy kolejowe 2 (6) – dok. **13.10** Mroźna planeta 2 (5) – dok. **14.15** W okowach mrozu 3 (13, 14) **16.20** Cywilizacje: rozkwit i upadek (4) **17.40** Dziewicze zakątki Ziemi (6) **18.45** Malownicze trasy kolejowe 3 (4) – dok. **19.45** Pociągiem przez starożytną Grecję (3) – dok. **20.55** W okowach mrozu 3 (15, 16) – dok. **22.55** Człowiek: historia ewolucji (1) **0.10** Skarby przeszłości i ich tajemnice (2)

HISTORY
14.00 Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (6) **14.50** Największe tajemnice świata 6 (16) **15.45** Gwiazdy lombardu 13 (5) **16.15** Gwiazdy lombardu 25 (4) – reality show **17.10** Jak Hitler przegrał wojnę (2) – serial dok. **18.10** Największe tajemnice świata 6 (5) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 17 (9) – dok. **20.00** Starożytni kosmici 16 (2) – dok. **21.00** Premiera: David Duchovny: archiwum tajemnic 2 (5) **22.00** Premiera: Jak to wyjaśnić? 5 (18) **23.00** Niewyjaśnione tajemnice wszechświata (1) – serial dokumentalny

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce. DVB T – DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

7.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska
9.00 Polsat Mundial Cast – magazyn piłkarski
10.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska Biało-Czerwone nie mają szczęścia w starciach z reprezentacją Turcji. Dwa ostatnie mecze zakończyły się porażkami 2:3. 60 min
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
14.30 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – ćwierćfinał
16.30 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej

EUROSPORT 1

6.30 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu
8.30 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap
9.45 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
10.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – bouldering kobiet – finały
11.00 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały
12.00 Kolarstwo górskie: Zawody PŚ w La Thuile
13.00 Kolarstwo: Tour de France – 4. etap
13.45 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap LIVE
18.15 Race bikes – mag.
18.45 Formuła E: ePrix Chin – podsumowanie

TVP SPORT

6.00 Strongman: PP – Polkowice 2026
7.00 Koszykówka mężczyzn: Eliminacje mistrzostw świata: Francja – Finlandia
9.00 Mundialowy poranek (27) – magazyn piłkarski
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału
12.30 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz półfinałowy
14.35 Piłka nożna kobiet: ME U-19 – Bośnia i Hercegowina 2026 – mecz półfinałowy
16.35 Dzień na mundialu (27) – magazyn piłkarski
17.20 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał LIVE
19.35 Sportowe ABC – mag.

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – Arka Gdynia
8.20 Premier League Stories (25) – mag.
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico Madryt
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Sevilla FC – Valencia CF
13.30 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy
15.05 Ligomistrzowe historie (3): Manchester United 1998/99
16.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Real Madryt – Atletico Madryt
18.15 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Najlepsi pomocnicy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: FC Bayern Monachium – Eintracht Frankfurt
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (18) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Inter Mediolan – Pisa SC

TVP ABC

10.00 Zagadki zwierzogromadki (16) – mag.
10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat – serial anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Przyjaciele (3)
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (12) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Rev i Roll – serial anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.

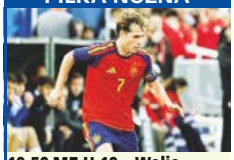
TENIS

18.30 Turniej Wimbledon LIVE – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej Jelena Rybakina (zdj.) ma w dorobku triumf na Wimbledonie z 2022 roku, jednak w ubiegłorocznej edycji odpadła już w 3. rundzie.150 min
21.00 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Turcja – Polska
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
1.00 Boks

SNOOKER

19.45 Turniej Scottish Open – mecz finałowy: Chris Wakelin – Chang Bingyu Chris Wakelin (zdj.) stoi przed szansą na pierwszy w karierze triumf w Edynburgu. 75 min
21.00 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie
21.30 Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie kobiet i mężczyzn – finały
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap

PIŁKA NOŻNA



19.50 ME U-19 – Walia 2026 – półfinał LIVE W ubiegłym roku do najlepszej czwórki awansowała reprezentacja Hiszpanii. 140 min
22.10 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału
23.05 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
1.15 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
3.15 Boks: Gala w Leeds: S. Hickey – A. Venko

MAGAZYN

20.00 Premier League Stories (48) Historie piłkarzy, trenerów, zespołów, legend, a także sędziów jednej z największych lig na świecie 45 min
20.45 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra
23.50 Liga+ Extra – mag.
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Lech Poznań – Górnik Zabrze

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka – mecz: Werder Brema – Bayern W trzech ostatnich potyczkach z Bayernem ekipa Werderu straciła łącznie 12 goli, nie strzelając przy tym nawet jednej bramki. 120 min
20.00 Made in Italy (19, 12)
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Bundesliga Special (21) – magazyn piłkarski
23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag.

ANIMOWANY

17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt (23, 24) Czwórka przyjaciół i ich mali towarzysze organizują misję ratunkową, gdy jakiś zwierzak ma kłopoty. 30 min
18.00 Mała Marinette
18.30 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia
19.25 Piotruś Królik – anim.
19.50 Wegezaury 2 – anim.
19.55 Lupin wśród bajek
20.10 Grizzy i lemingi

POLSAT SPORT 2

5.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Belgia – Dominikana **8.15** Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Tajlandia – USA **12.05** Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Japonia – Brazylia **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej kobiet **18.30** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

13.00 Snooker: Turniej Scottish Open: Chris Wakelin – Chang Bingyu **15.00** Wspinaczka: World Series w Pradze – bouldering kobiet i mężczyzn **17.00** Wspinaczka: Zawody World Series w Pradze – prowadzenie – finały **18.00** Snooker: Turniej Scottish Open – finał: Chris Wakelin – Chang Bingyu **19.30** Race bikes – magazyn kolarski **20.00** Kolarstwo: Tour de France: Lannemezan – Pau **22.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – mag. **23.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – mag.

TVN TURBO

10.15 Ciężarówką przez RPA (6) **11.15** 101 napraw 5 (1, 2) **12.15** Jeździć, obserwować (4) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (11, 12) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (4, 8) – rozr. **16.00** Wojny samochodowe (6, 7) **18.00** Raport Turbo – inf. **18.15** Z drugiej ręki (3, 4) – mag. **19.45** Moto kombat (2) – mag. **20.30** Zawodowi handlarze (8) **21.15** Naprawy nie do naprawy (3) **22.00** Raport Turbo – inf. **22.15** Jeździć, obserwować (9, 10) – dok. **23.45** Duda kontra Szafrański (1) **0.30** Nauka jazdy (25) **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (5)

CANAL+ SPORT 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lech – Górnik Zabrze **9.00** Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: KRONO-PLAST Włókniarz Częstochowa – Stelmet Falubaz Zielona Góra **12.00** Snooker: Championship League – 1. runda **16.45** Premier League Stories (3) – magazyn piłkarski **17.30** Snooker: Championship League – 1. runda **22.15** Górnik. Chłopcy z Zabrza (3) – serial dok. **23.15** Boks: Gala w El Paso: S. Han – H. Holm **0.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia – Arka Gdynia **3.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.50 Bundesliga Special (18, 20) – mag. **10.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Paris Saint-Germain – FC Metz **12.00** Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – Bayern **14.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Udinese Calcio – Inter **16.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Bayern – Eintracht Frankfurt **18.00** Formuła 1 **20.00** Piłka nożna: Liga włoska: Sassuolo – Inter **22.00** Made in Italy (14-17) – mag. **23.00** Bundesliga Special (22) – mag. **23.30** Ligue 1 Show (35) **0.00** Piłka nożna: Liga francuska – mecz: Stade Rennais – PSG

NICK JR.

13.11 Świnka Peppa **13.40** Barbapapa i jego rodzinka **14.35** Zwierzęce zagadki **15.05** Rogata ekipa 2 (15) **15.34** Świnka Peppa 2 **15.56** Świnka Peppa 7 **16.00** Świnka Peppa 5 **16.11** Świnka Peppa 2 **16.16** Świnka Peppa 5 **16.35** Psi Patrol 4 **17.05** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 – anim. **17.55** Barbapapa – szczęśliwa rodzinka – serial anim. **18.10** Barbapapa i jego rodzinka 2 **18.40** Dora 2 **19.00** Przygody Misia Paddingtona **20.07** Świnka Peppa **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **20.55** Barbapapa i jego rodzinka

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **10.45** Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Ukraina – Włochy **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry podwójnej **16.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał **19.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **21.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 3 (9, 10) **14.10** Morderca z internetu (8, 9) **15.05** Ferie, impreza, morderstwo (4) **16.00** Pogrzebani za domem 3 (6) **17.00** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (3) **18.00** Z archiwum 997 2 (3, 4) **19.00** Dowody zbrodni: ślady DNA (10) **20.00** Kobiety, które niosły śmierć 12 (6) **21.00** Chippendales: mroczne sekrety (2) **22.00** Spowiedź seryjnego mordercy (4) **23.00** Kroniki seryjnych morderców – Zimny chirurg (1) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (7)

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (6) **6.30** Kołowrotek (201) **7.00** Dorwać tuńczyka (6, 7) **9.00** Wojny magazynowe (183, 184) **9.55** Wojny kontenerowe (10, 11) **10.55** Hardkorowy lombard (40-45) – dok. **14.00** Polacy za granicą (149, 150) – serial dok. **16.00** Złomiarze (33, 34) **18.05** Poszukiwacze historii (159-162) **20.00** Zawód glina (1) – serial dok. **21.00** Złomiarze (54) – dok. **22.00** Więzienie (219) – dok. **22.30** Łowca pedofilów (244) – dok. **23.00** Więzienie (190-199) – dok. **4.00** Starożytni kosmici (5, 6) – serial dok.

DTX

7.05 Fani czterech kółek **9.10** Militaria na warsztat (4, 5) **11.10** Dwa oblicza survivalu (1, 5) **13.10** Pogromcy kanałów **15.10** Fani czterech kółek **17.10** Absurdy drogowe (9-11) **18.40** Ale jazda (1) **19.10** Fani czterech kółek – serial dokum. **20.10** Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Królowie kempingu (3) **22.10** Militaria na warsztat (5, 6) **0.10** Najszybsze pościgi Ameryki **2.10** Królowie asfaltu **3.40** Metro po szwedzku (5) **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (6) **5.15** Drwal zawodowiec

ELEVEN SPORTS 3

11.00 Bundesliga Special (18, 16) – magazyn piłkarski **12.00** Piłka nożna: Liga włoska: SSC Napoli – Sassuolo **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – OGC Nice **16.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **17.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska – mecz: Milan – Como **20.00** Piłka nożna: Liga niemiecka: Stuttgart – FC Köln **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris FC – Lens **0.00** Bundesliga Dino – dok. **0.45** Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90.

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie **16.05** Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2 **20.05** Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

Polecany dla dzieci · Tylko dla dorosłych · LIVE Na żywo

FILMOWE HITY DNIA

22.00 TVN

Rocketman

HIT

DRAMAT BIOGRAFICZNY Artysta zdobywa sławę. W jego życiu wzloty przeplatają się z upadkami.

Pochodzący z angielskiej prowincji Reginald Dwight od małego wykazuje zdolności wokalne i zachwyca grą na pianinie. Mimo braku wsparcia ze strony rodziców jako dorosły mężczyzna (Taron Egerton, zdj.) osiąga sukces pod pseudonimem Elton John. Wraz ze sławą, pieniędzmi i uznaniem w jego życiu pojawiają się używki, rozpusta, wolna miłość, nieudane związki, a w efekcie poważne problemy osobiste. Twórca pogrąża się w nałogach. W końcu trafia na odwyk.

INFO: Wlk. Bryt./Kan./USA 2019, reż. Dexter Fletcher, wyk. Taron Egerton, Jamie Bell **150 min do godz. 0.30**

20.00 POLSAT

Wpadka

KOMEDIA Alison (Katherine Heigl, zdj.) świętuje awans w klubie. Spędza upojne chwile z nieznajomym. Gdy odkrywa, że zaszła w ciążę, chce odnaleźć ojca dziecka. Okazuje się nim Ben (Seth Rogen, zdj.). **170 min**

USA 2007, reż. Judd Apatow, wyk. Seth Rogen, Katherine Heigl, Paul Rudd, Leslie Mann

20.00 TVN 7

Stażyści

KOMEDIA Dwaj koledzy po czterdziestce, Billy (Vince Vaughn, zdj.) i Nick (Owen Wilson, zdj.), tracą pracę. Po długich poszukiwaniach trafiają na staż. Rywalizują z bystrzejszymi od nich studentami. **165 min**

USA 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Max Minghella

20.00 TV PULS

Kula w łeb

KRYMINAŁ Nowy Orlean. Zawodowy zabójca Bonomo (Sylvester Stallone, zdj.) i policjant Kwon (Sung Kang) zawierają sojusz w celu schwytania wspólnego wroga. Wpadają na trop afery korupcyjnej. **115 min**

USA/Indie/Szwajcaria 2012, reż. Walter Hill, wyk. Sylvester Stallone, Sung Kang, Sarah Shahi

20.00 TVN FABUŁA

Ocean's 8

KOMEDIA KRYMINALNA Profesjonalna złodziejka Debbie Ocean (Sandra Bullock, zdj.) zamierza zdobyć naszyjnik o wartości 150 milionów dolarów. W tym celu kompletuje zespół ekspertek. **145 min**

USA 2018, reż. Gary Ross, wyk. Sandra Bullock, Cate Blanchett, Anne Hathaway, Rihanna

20.00 STOPKLATKA

Podwodna pułapka

THRILLER Siostry Kate (Claire Holt, zdj.) i Lisa (Mandy Moore, zdj.) nurkują w specjalnej klatce do obserwacji rekinów. Dochodzi do awarii. Dziewczyny mają tylko godzinę na wydostanie się z pułapki. **115 min**

Wlk. Bryt./USA/Dominikana 2017, reż. Johannes Roberts, wyk. Mandy Moore, Claire Holt

21.35 CANAL+ PREMIUM

Powrót do Silent Hill

HORROR James (Jeremy Irvine, zdj.) na prośbę byłej ukochanej wraca do Silent Hill. Odkrywa, że jego mieszkańcy zapadli na dziwną chorobę, a miasto opanowały potwory. Próbuje rozwiązać zagadkę tego miejsca. **105 min**

Fr./Wlk. Bryt./Niem./Serb./Jap./USA 2026, reż. Christophe Gans, wyk. Jeremy Irvine

21.55 TV PULS

Pitbull. Ostatni pies

SENSACYJNY Policjanci prowadzą śledztwo w sprawie zabójstwa kolegi. Despero (Marcin Dorociński, zdj.) wnika w szeregi ludzi Gawrona (Cezary Pazura). W wojnę włącza się również żona mafiosa. **145 min**

Polska 2018, reż. Władysław Pasikowski, wyk. Marcin Dorociński, Krzysztof Stroiński

22.30 TVP KOBIETA

Powrót do tamtych dni

DRAMAT OBYCZAJOWY Alek (Maciej Stuhr, zdj.) powraca z USA, gdzie pracował. Chce nadrobić stracony czas z żoną (Weronika Książkiewicz, zdj.) i synem (Teodor Koziar, zdj.). Pogrąża się w nałogu. **120 min**

Pol. 2021, reż. Konrad Aksinowicz, wyk. Maciej Stuhr, Weronika Książkiewicz, Teodor Koziar

22.45 FILMBOX+ ONE

12 godzin

SENSACYJNY Will (Nicolas Cage, zdj.) wychodzi z więzienia, w którym odbywał karę za napad na bank. Dawny wspólnik mężczyzny porywa jego córkę, żeby wymusić na nim zwrot łupu sprzed lat. **120 min**

USA 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, Danny Huston, Sami Gayle

22.50 POLSAT

Mój chłopak się żeni

KOMEDIA Autorka poradników Julianne (Julia Roberts, zdj.) dowiaduje się, że jej przyjaciel Michael (Dermot Mulroney, zdj.) planuje ślub. Uświadamia sobie, że go kocha. Postanawia nie dopuścić do ceremonii. **130 min**

USA 1997, reż. P.J. Hogan, wyk. Julia Roberts, Cameron Diaz, Dermot Mulroney, Philip Bosco

23.00 TV4

W jak morderstwo

KOMEDIA KRYMINALNA W Podkowie Leśnej dochodzi do zbrodni. Magda (Anna Smołowik, zdj.), miłośniczka kryminałów, postanawia pomóc komisarzowi Sikorze (Paweł Domagała, zdj.) w śledztwie. **140 min**

Pol. 2021, reż. Piotr Mularuk, wyk. Anna Smołowik, Paweł Domagała, Piotr Adamczyk

23.35 TVP KULTURA

Ikar. Legenda Mietka Kosza

DRAMAT BIOGRAFICZNY Niewidomy pianista Mieczysław Kosz (Dawid Ogrodnik, zdj.) odnosi wielki sukces. Kariera nie przynosi mu jednak spełnienia. Swoje problemy stara się zagłuszyć alkoholem. **135 min**

Pol. 2019, reż. Maciej Pieprzyca, Ewa Brodzka, wyk. Dawid Ogrodnik, Cyprian Grabowski

TVP 1 DVB T2

5.50 **Akacjowa 38** (893) – telen., Hiszpania
7.00 **Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Matki Bożej na Jasnej Górze** – program religijny
7.30 **Pełnia wiary** – magazyn religijny
8.00 **Serwis Info** – program informacyjny
8.10 **Pogoda Info**
8.20 **Janosik** (8) – serial przyg., Polska 1973
9.15 **Ranczo 6** (77) – serial obycz., Pol. 2012
10.10 **Komisarz Alex 7** (85) – serial krym.
11.05 **Ojciec Mateusz 15** (196) – krym., Pol.
12.00 **Serwis Info** – program informacyjny
12.10 **Agrobiznes** – magazyn rolniczy
12.30 **Agropogoda**
12.40 **To się opłaca** – magazyn
13.00 **Sprawa dla reportera** – mag.
14.00 **Złoty chłopak** (330) – serial obycz.
15.00 **Serwis Info** – program informacyjny
15.10 **Pogoda Info**
15.25 **Gra słów. Krzyżówka** (1063) – telet.
16.00 **Dziedzictwo** (973) – serial obycz.
17.00 **Teleexpress, pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?** – teleturniej muz.
18.05 **Reporterzy** – magazyn reporterów
18.25 **Akacjowa 38** (908) – telen., Hiszpania
19.30 **Program informacyjny 19.30**
20.10 **Sport, pogoda**
20.30 **Ojciec Mateusz 30** (388) – krym., Pol.
21.25 **Piłka nożna:** Mistrzostwa świata 2026 – studio (LIVE)

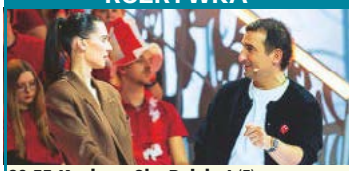
PIŁKA NOŻNA

21.50 **Mistrzostwa świata 2026** (LIVE) – mecz ćwierćfinałowy
Wielu kibiców nie wyobraża sobie, by w walce o awans do strefy medalowej zabrakło Francuzów. Trójkolorowi zagrali w finale dwóch poprzednich mundiali – w 2018 roku triumfowali, a cztery lata później musieli przełknąć gorycz porażki. 160 min
0.30 **Morderstwa w Cantal** – film kryminalny, Francja 2023, reż. Sandrine Cohen, 110 min (FILM)
2.20 **Korczak** – film biograficzny, Polska/Niemcy/Wielka Brytania 1990, 120 min (FILM)
4.20 **Wykrywacz kłamstw** – program publicystyczny

TVP 2 DVB T2

4.30 **Na dobre i na złe** – obycz., Pol. 2023
5.30 **M jak miłość** (1790) – serial obycz.
6.20 **Operacja zdrowie** (75) – magazyn medyczny
6.55 **Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
7.30 **Pytanie na śniadanie – pobudka** – magazyn
7.55 **Pytanie na śniadanie** – magazyn
11.30 **Rodzinka.pl** (36, 37) – kom., Pol. 2011
12.35 **Koło fortuny** (1884) – teleturniej
13.15 **Panna młoda** (139) – serial obyczajowy, Turcja 2024
14.05 **Va banque** (1008) – teleturniej
14.35 **Na sygnale** (872) – serial fabularno-dokumentalny, Polska
15.05 **La Promesa – pałac tajemnic** (429) – serial obyczajowy, Hiszpania 2022
16.00 **Koło fortuny** (1885) – teleturniej
16.35 **Familiada** – teleturniej
17.20 **Panna młoda** (140) – serial obyczajowy, Turcja 2024
18.15 **Va banque** (1009) – teleturniej
18.50 **Jeden z dziesięciu** – teleturniej
19.25 **Barwy szczęścia** (3350) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.05 **Omnibus – szybcy i mądrzy** (18) – teleturniej
20.35 **Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka** (18) – teleturniej

ROZRYWKA



20.55 **Kocham Cię, Polsko!** (5)
W drużynie Michała Koterskiego (zdj.) wystąpią II Wicemiss Świata 2025 Maja Klajda (zdj.), Miss Polonia 2023 Ewa Jakubiec i Miss Polonia 2025 Maja Todd. W ekipie Filipa Gurłacza zobaczymy m.in. Kazimierza Mazura. 90 min
22.25 **Daleko od szosy** (5) – serial obyczajowy, Polska 1976
23.50 **PitBull 2** (7) – serial sensacyjny, Polska 2007
0.45 **Krytyczna godzina** – film kryminalny, Wielka Brytania/USA 2019, reż. Steven C. Miller, 105 min (FILM)
2.30 **Kruk 2. Czorny Woron nie śpi** (3, 4) – serial kryminalny, Polska 2021

POLSAT DVB T2

4.40 **Disco Gramy** – program muzyczny
5.25 **Telezakupy TV Okazje**
6.00 **Nowy dzień z Polsat News** – program informacyjny
8.30 **Malanowski i partnerzy** (325, 326) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2011
9.30 **Trudne sprawy** (1255, 1256) – serial paradokumentalny, Polska 2024
11.35 **Gliniarze** (872, 873) – serial paradokumentalny, Polska 2023
13.35 **Dlaczego ja?** (1502, 1503) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Maria spiera się z Barbarą o spadek. Twierdzi, że siostra została adoptowana i powinna zrzec się domu. Powołuje się na wolę zmarłej matki. 135 min
15.50 **Wydarzenia, pogoda**
16.25 **Interwencja** – magazyn reporterów
16.40 **Gliniarze** (1069, 1070) – serial paradokumentalny, Polska 2025
Zgwałcona nastolatka walczy o życie w szpitalu. Podejrzenia padają na mężczyznę, który w wieczór napaści zaczepiał poszkodowaną w lokalnym bistro. 130 min
18.50 **Wydarzenia**
19.15 **Gość „Wydarzeń"** – program publicystyczny
19.35 **Sport, pogoda**

KOMEDIA

20.00 **Wpadka** – USA 2007, reż. Judd Apatow (FILM)
Reżyser „40-letniego prawiczka" ponownie eksploruje temat dojrzewania do związków. U boku gwiazdy „Chirurgów" Katherine Heigl (zdj.) wystąpił Seth Rogen (zdj.) – tegoroczny laureat Złotego Globu za kreację w serialu komediowym „Studio". 170 min
22.50 **Mój chłopak się żeni** – komedia romantyczna, USA 1997, reż. P.J. Hogan, 130 min (FILM)
1.00 **Pitch Perfect 2** – komedia muzyczna, USA 2015, reż. Elizabeth Banks, 155 min (FILM)
3.35 **Nasz nowy dom** (290) – reality show, Polska 2023

TVN DVB T2

5.40 **Uwaga!** – magazyn reporterów
5.55 **Ukryta prawda** (1693) – serial paradokumentalny, Polska 2025
6.50 **Kuchenne rewolucje** (8) – program rozrywkowy
7.45 **Dzień dobry wakacje** – magazyn
11.20 **Doradca smaku** (28) – magazyn kulinarny
11.25 **Kuchenne rewolucje** (11) – program rozrywkowy
12.35 **Ukryta prawda** (1475, 1476, 1724) – serial paradokumentalny, Polska
15.45 **Detektywi** (108) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2024
Chłopak klientki zostaje zatrzymany przez policję pod zarzutem handlu narkotykami. Dziewczyna zwraca się do śledczych z prośbą o udowodnienie jego niewinności. 65 min
16.50 **Szpital św. Anny** (64) – serial obyczajowy, Polska 2025
Bartek postanawia wyprowadzić się od Darii. Na kardiologię trafia emerytowany strażak z podejrzeniem zawału. Zachowanie dzieci mężczyzny sprawia, że jego stan się pogarsza. 65 min
17.55 **Młode gliny** (17) – serial kryminalny, Polska 2026
19.00 **Fakty, sport i pogoda**
19.55 **Uwaga!** – magazyn reporterów

OBYCZAJOWY

20.15 **Na Wspólnej** (4243) – Polska 2026
Smolny trafia na trop Jana Ryby, pośrednika w sprzedaży fałszywych dyplomów. Rozważa prowokację z udziałem Marceliny. 35 min
20.50 **Kuchenne rewolucje** (5) – pr. rozr.
22.00 **Rocketman** – dramat biograficzny, Wielka Brytania/Kanada/USA 2019, reż. Dexter Fletcher (FILM)
Poruszająca opowieść o życiu Eltona Johna w reżyserii producenta „Bohemian Rhapsody". 150 min (HIT)
0.30 **OSS 117: Rio nie odpowiada** – komedia, Francja 2009, 115 min (FILM)
2.25 **Uwaga!** – magazyn reporterów
2.40 **Największe polskie katastrofy** (4)

TV4 DVB T2

6.00 **Strażnik Teksasu** (10, 11) – serial sens.
7.55 **Bogaty dom – biedny dom** (74) – reality show
8.55 **Policjantki i Policjanci** (508, 509) – serial obyczajowy, Polska 2019
10.55 **Na ratunek 112** (1166, 1167) – paradok.
11.55 **Dlaczego ja?** (1535, 1536) – paradok., Pol.
13.55 **Trudne sprawy** (755-757) – paradok., Pol.
16.55 **Policjantki i Policjanci** (1398) – obycz.
18.00 **Łowcy skarbów. Kto da więcej?** (516) – reality show, Polska
19.00 **Policjantki i Policjanci** (1399) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 **Uroczysko** (203, 204) – serial kryminalny
21.00 **Sprawiedliwi. Trójmiasto** (128) – krym.
22.00 **Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny** (1011) – serial kryminalny, Polska 2026
23.00 **W jak morderstwo** – komedia kryminalna, Polska 2021, 140 min (FILM)
1.20 **Love Island. Wyspa miłości** (29) – reality show
2.30 **Interwencja** – magazyn reporterów
2.55 **Śmierć na 1000 sposobów** (12) – dok.
3.25 **Lubię disco!** (277) – program muzyczny
4.25 **Top 10 – lista przebojów** – pr. muz.
5.30 **Telezakupy TV Okazje**

TV PULS DVB T2

6.00 **Policjanci z Miami 3** (5, 6) – serial kryminalny, USA 1986
8.00 **Kobra – oddział specjalny** (9, 10) – serial sensacyjny, Niemcy 2017
10.00 **Maria z przedmieścia** (53, 54) – telenowela, Meksyk 1995
12.00 **Nie igraj z aniołem** (113) – serial obycz.
13.00 **Wspaniałe stulecie** (47) – serial kostium.
14.00 **Kurierzy** (32) – serial fab.-dok., Pol. 2023
15.00 **Lombard. Życie pod zastaw 10** (536, 537) – serial obyczajowy, Polska 2022
17.00 **Kurierzy** (33) – serial fab.-dok., Pol. 2023
18.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (970, 971) – serial obyczajowy, Polska 2026
20.00 **Kula w łeb** – film kryminalny, USA/Indie/Szwajcaria 2012, reż. Walter Hill, wyk. Sylvester Stallone, Sung Kang, 115 min (FILM)
21.55 **Pitbull. Ostatni pies** – film sensacyjny, Polska 2018, 145 min (FILM)
0.20 **Wściekłe psy** – film sensacyjny, USA 1992, reż. Quentin Tarantino, wyk. Harvey Keitel, Tim Roth, 120 min (FILM) ●
2.20 **Dzielnica strachu 9** (403) – serial krym.
3.20 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (966) – serial obyczajowy, Polska 2026
4.20 **Zobacz to!** – programy powtórkowe

PULS 2 DVB T2

7.00 **Blaze i megamaszyny** – anim., USA 2020
7.30 **Psi Patrol** – serial anim., Kan./USA 2013
7.50 **Superkoty** – serial animowany, USA 2023
8.30 **Wielkie przygody małego rekina** (9)
8.50 **Masza i Niedźwiedź** – serial anim., Rosja
9.20 **Straszne historie Maszy** – serial anim.
9.25 **Świnka Peppa** – serial anim., Wlk. Bryt.
9.45 **Bing** – serial anim., Wielka Brytania/Irlandia
10.00 **Jeżyk i Przyjaciele** – serial anim., Polska
10.35 **Spidey i superkumple** – serial anim.
11.35 **Gus. Mały – wielki rycerz** – serial anim.
12.00 **Psi Patrol** – serial anim., USA/Kan. 2021
12.35 **Marta mówi** – anim., USA/Kanada/Filipiny
13.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988
13.35 **Gumisie** – serial anim., USA 1991-1992
14.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
15.00 **Miraculous: Biedronka i Czarny Kot**
16.00 **Fineasz i Ferb** – serial animowany, USA
17.00 **Smerfy** – serial animowany, Belgia 1988
17.35 **Gumisie** – serial animowany, USA 1992
18.00 **Pingwiny z Madagaskaru** – serial anim.
19.00 **Kacze opowieści** – serial animowany
20.00 **Lombard. Życie pod zastaw 18** (958)
21.00 **Dzielnica strachu 10** (440, 441) – krym.
23.00 **Jak upolować faceta** – komedia romantyczna, USA 2012, 110 min (FILM)

TVN 7 DVB T2

5.30 **Ten moment** (54) – serial paradok., Polska
5.55 **Szkoła** (783-785) – serial paradokum., Pol.
8.45 **Ukryta prawda** (1337, 1443, 1444) – serial paradokumentalny, Polska
11.50 **W-11 – Wydział Śledczy** (1096-1098) – serial fabularno-dokum., Polska 2013
13.55 **Kryminalni** (4) – serial kryminalny, Polska
15.00 **Szpital** (780, 781) – serial paradokum., Pol.
17.00 **Sędzia Anna Maria Wesołowska** (505) – serial fabularno-dokum., Pol. 2009-2010
18.00 **SOS Ekipy w akcji** (17) – serial paradokumentalny, Polska 2018
19.00 **Ukryta prawda** (1528) – serial paradokumentalny, Polska 2023
20.00 **Stażyści** – komedia, USA 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Aasif Mandvi, 165 min (FILM)
22.45 **Walentynki** – komedia romantyczna, USA 2010, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Ashton Kutcher, Jamie Foxx, Anne Hathaway, 155 min (FILM)
1.20 **Za duży na bajki** – film familijny, Polska 2022, reż. Kristoffer Rus, wyk. Maciej Karaś, Amelia Fijałkowska, 115 min (FILM)
3.15 **Zgłoś remont 11** (5) – program rozrywk.
4.05 **Dorota was urządzi!** (3, 4) – pr. rozrywk.

20

TVP POLONIA

12.00 Polacy światu
12.10 Miłość nad rozlewiskiem (4, 5)
13.50 Daję słowo – Maciej Orłoś 2 (17) – talk-show
14.40 Turystyczna jazda
15.00 Słowo daję! – magazyn
15.10 Tamte lata, tamte dni
15.40 Słownik polsko@ polski (682) – talk-show
16.10 Rozrywka retro
16.30 Barwy szczęścia (3339) – obycz., Pol. 2026
17.00 Gra słów. Krzyżówka (1058) – teleturniej
17.30 Teleexpress
17.50 Teleexpress Extra
18.15 UNESCO: Skarby Polski – serial dok., 2025
18.45 Info Wilno – pr. inform.
19.05 Wileńszczyzna w obiektywie: Portret własny – pr. inform.

TVP ROZRYWKA

6.10 Zakochaj się w Polsce (252) – magazyn
6.40 Gra słów. Krzyżówka (1070) – teleturniej
7.05 Przepis dnia – mag.
7.15 Okrasa łamie przepisy (353) – magazyn kulin.
8.20 Familiada – teleturniej
8.55 Va banque (940) – telet.
9.30 Koło fortuny (2049)
10.10 Makłowicz w podróży
10.45 Postaw na milion
12.35 Familiada – teleturniej
13.15 Matki, żony i kochanki (20) – serial obycz.
14.20 Pan Mama (35, 36) – serial komediowy, Pol.
15.30 Tak to leciało! (66) – teleturniej muz., Polska
16.30 Do śmiechu! (74) – rozr.
17.25 Va banque (941) – telet.
18.00 Koło fortuny (2050) – teleturniej

TTV HD DVB T2

5.10 Złomowisko PL 5 (2)
6.00 24 godziny (22) – inf.
7.10 Express – pr. inform.
7.35 DeFacto 13 (13, 14)
8.30 Kartoteka (12)
9.35 Kartoteka 2 (1)
10.35 Detektywi (25, 26)
12.35 Zakup w ciemno 7 (34, 35) – reality show
14.35 Nic do zgłoszenia (7)
15.35 Złomowisko PL 5 (5)
16.45 Express – pr. inform.
16.58 Pogoda, sport – pr. inf.
17.05 Gogglebox. Przed telewizorem 23 (1)
18.05 Nauka jazdy 6 (2) – rozr.
18.40 Niezwykłe Stany Prokopa 6 (2) – pr. rozr.
19.45 Express – pr. inform.
20.05 Zakup w ciemno 7 (37)
21.05 Zakup w ciemno extra (34) – reality show
21.45 Express – pr. inform.

POLSAT 2

5.50 Wydarzenia
6.30 Nasz nowy dom (301) – reality show, Pol. 2024
7.30 Na ratunek 112 (927, 928) – serial paradokum., Polska 2024
8.30 Sekrety rodziny (384-386) – paradok., Pol.
11.30 Trudne sprawy (950) – serial paradokum., Pol.
12.30 Dlaczego ja? (1350, 1396) – serial paradokum., Polska 2024
14.30 Świat według Kiepskich (534-538) – serial komediowy, Pol.
17.00 48h. Zaginieni (157, 158) – serial krym.
19.00 Gliniarze (996) – serial paradokum., Polska 2024
20.00 Ślad (72) – serial krym.
21.00 Gliniarze (791) – serial paradokum., Polska 2023

POLSAT FILM

6.05 Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (145-147) – dok., Polska 2019-2026
7.30 Doktor Martin (35) – serial obycz., Wlk. Bryt.
8.30 Przyjaciółki (133, 134) – serial obycz., Pol. 2018
10.25 Świat według Kiepskich (171, 172, 236, 237, 170, 22, 23) – serial komediowy, Pol.
14.30 Gruby i chudszy 2: Rodzina Klumpów – komedia, USA 2000, reż. Peter Segal, 130 min
16.40 Nie zadzieraj z fryzjerem – komedia, USA 2008, 135 min
18.55 Moja dziewczyna wychodzi za mąż – komedia romantyczna, USA/Wielka Brytania 2008, 125 min

AXN

6.25 FBI: Most Wanted 3 (21) – serial kryminalny
7.10 Ostry dyżur (3, 4) – serial obyczajowy, USA
9.10 Castle 3 (3, 4) – serial kryminalny, USA 2010
11.10 MacGyver 2 (22, 23) – serial akcji, USA 2017-2018
13.10 Dowody zbrodni (5, 6) – serial kryminalny, USA
15.10 Agenci NCIS 10 (24) – serial sensacyjny, USA
16.10 Agenci NCIS: Hawaje (1) – serial kryminalny
17.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kanada
18.05 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kanada
19.05 Castle 3 (5, 6) – serial kryminalny, USA 2010

OBYCZAJOWY

19.15 Ranczo 3 (27) W wyniku pożaru Wioletka zostaje pozbawiona pracy. Michałowa nie chce dopuścić do odbudowy restauracji. Wójt ją w tym popiera. 55 min
20.10 Program informacyjny 19.30
20.40 Pogoda
20.50 Korona Gór Polski – cykl dokumentalny, Pol.
21.20 Polonia 24 Tygodnik
22.25 Profilerka Jastrę (10) – serial kryminalny, Pol.
23.15 Dziennik regionów

MAGAZYN

18.35 Okrasa łamie przepisy Kucharz przygotowuje dania z ryb. Pierwszą propozycją jest rosół z wędzonym węgorzem i makaronem. Drugą – smażony lin. 65 min
19.40 Makłowicz w podróży – magazyn kulinarny
20.10 Postaw na milion
22.10 Tygodnik Moralnego Niepokoju – The Best of (44) – pr. rozrywk.
22.50 Kabaret Letnią Porą (11) – program rozrywk.
23.50 Do śmiechu! (76) – rozr.

REALITY SHOW

22.00 Życie na kredycie 8 (9, 10) – Polska 2026 Wiesia zaskakuje przyjaciółki zwierzeniami o lękach dotyczących związku. Jarek zamierza powiedzieć dzieciom o problemach. 65 min
23.05 Żony Podlasia 3 (6)
0.05 Ostre cięcie 12 (7)
1.05 Orzeł czy reszka? 3 (2)
2.05 Dobra robota 3 (21)
2.30 Osadzone. Blok F (19-21) – serial paradok.
3.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 8 (7) – fab.-dok.

KRYMINALNY

22.00 Komisarz Mama (5) Zamordowano chorego na białaczkę Stefana. Podejrzenie pada na grupę nielegalnych pokerzystów. Świadkowie zeznają, że mężczyznę zaatakował Azjata. 60 min
23.00 Świat według Kiepskich (361, 362)
0.00 Ślad (94) – krym., Pol. ●
1.00 Zdrady II (13) – paradok.
2.05 Wydarzenia
2.45 Ewa gotuje (551, 552)
3.45 Interwencja – mag.
4.00 SuperLudzie (36, 37)

KOMEDIA

21.00 Jeszcze dłuższe zaręczyny – USA 2012 Violet (Emily Blunt, zdj.) i Tom (Jason Segel, zdj.) rozpoczynają przygotowania do ślubu. Muszą zmierzyć się z niespodziankami losu. 160 min
23.40 King's Man: Pierwsza misja – komedia sensacyjna, USA/Wielka Brytania 2021, 160 min
2.20 Ślad (9, 34, 35) – serial krym., Polska 2018-2019
5.20 Na ratunek 112 (864) – serial paradokum., Pol.

SENSACYJNY

21.05 Agenci NCIS 20 (21) Zabójstwo w archiwach marynarki wojennej okazuje się powiązane z rosyjskimi szpiegami. Trop prowadzi śledczych do informacji o planowanym ataku. 60 min
22.05 Agenci NCIS: Hawaje 2 (10) – krym.
23.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 3 (23) – krym., USA/Kanada
23.45 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 4 (1) – krym., USA/Kanada

TVP HISTORIA DVB T2

8.30 Czterdziestolatek (17) – obycz., Pol. **9.40** Korona Gór Polski **10.20** Wszystkie kolory świata – dok. **11.20** Ex Libris **11.45** Podziemne Włochy (6) **12.50** Zapomniane agentki II wojny światowej (2) – hist. **13.50** Królowie (54) – hist. **14.30** Czterdziestolatek (18) **15.40** Sensacje XX wieku **18.10** Tajemnica twierdzy szyfrów (3) – wojenny **19.05** Ex Libris **19.35** Flesz historii (769) **20.00** Oficer (9) **21.05** Zbrodnie sprzed lat (6) **22.00** Fundusz Obrony Narodowej (1) **22.55** Sensacje XX wieku **1.05** Encyklopedia II wojny światowej

TVP KULTURA DVB T2

11.55 Reżyserzy (4) – dok. **12.50** Na kredyt – obycz. **13.40** Serialowa nostalgia: Noce i dnie (3) – obycz. **14.45** Chce się żyć – dramat obycz., Polska 2013 **16.50** Stawiam na Tolka Banana (6, 7-ost.) **18.15** Dzień, w którym umarła gwiazda rocka **18.55** Rawhide (4) – przyg. **20.00** Czwartkowy klub filmowy – mag. **20.05** Czwartkowy klub filmowy: Wielki Tydzień – dram. wojenny, Polska 1995 **21.55** Genesis – suma talentów – dok., Wlk. Bryt. 2022 **23.35** Panorama kina polskiego: Ikar. Legenda Mietka Kosza – dramat biograficzny, Polska 2019

SUPER POLSAT DVB T2

6.55 Na ratunek 112 (712, 713) – paradok. **7.55** Doktor Martin (57, 58) – obycz. **10.00** Wydarzenia **10.30** SuperMocni (4) **11.00** Świat według Kiepskich (363-367) – kom. **13.30** Bitwa o palety (4) **14.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia (62) **16.00** Ninja Warrior Polska (36) **18.00** Świat według Kiepskich (464, 465, 556, 557) – kom. **20.00** Złomiarze (8) **21.00** Patriota – dram. hist., USA/Niem. 2000 **0.20** Wydział zabójstw, Hollywood – kom. sens., USA 2003 **2.45** Świat według Kiepskich (398, 399) – kom. **3.55** Nasz nowy dom (253, 254)

ZOOM

8.05 Strażnik Teksasu 9 (8, 9) – sens. **9.55** MacGyver (5, 6) **12.05** Pułapki umysłu (4) – dok. **13.15** Wojny magazynowe: Kanada 2 (22-25) – reality show **15.35** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (6) **16.35** Dynamo: Więcej niż magia 2 (4) – serial dok. **17.50** Wojciech Cejrowski – boso przez świat **20.00** Kobra – oddział specjalny 24 (2, 3) – sens. **22.00** Pod pokładem: Morze Śródziemne 9 (7) – reality show **23.00** Magia nagości. Szwecja (5) – rozr. **0.00** Magia nagości 7 (1) **1.05** Magia nagości. Dania (5) **1.55** I love kabaret (3-5)

METRO

7.35 Tajemnice miłości (27) – paradok., Pol. **8.30** Szpital (788, 789) **10.30** Sędzia Anna Maria Wesołowska (357, 358) **12.30** SOS Ekipy w akcji (31) **13.30** Brzydula (33, 34) **14.35** Kiedy ktoś kocha bardziej (16) **15.45** The Floor (7, 8) **17.00** Fani czterech kółek 17 (7) **18.00** Prawo Agaty 7 (5) – obycz. **19.00** Kartoteka 2 (11, 12) **21.05** Kryminalni 3 (7, 8) **23.15** Kuba Wojewódzki (7) **0.25** Zbrodnie z pierwszych stron gazet 5 (8) – dok. **1.25** Szpital (781) **2.20** Szkoła (531, 532) **3.50** Nowa Maja w ogrodzie 4 (29, 30) **4.40** SOS Ekipy w akcji (29)

ALE KINO +

9.25 The Hero – krótkometraż. **10.00** Patience (1, 2) – krym. **12.05** Vera 6 (3) – krym. **14.00** Na pustyni nie ma cienia – dramat obycz., Fr./Izrael 2023 **16.15** Exodus – dramat obycz., Szwecja 2023 **18.15** Vera 6 (4) **20.10** Premiera: Gorący temat – dramat biograficzny, USA/Kan. 2019 **22.25** Wind River. Na przeklętej ziemi – thriller, Wlk. Bryt./Kanada/USA 2017 **0.35** Pokusa – thriller, USA 2012 **2.35** Król (5) – sens. **3.40** W kogo ja się wrodziłem? – film obycz., Pol. 2001 **4.40** Warszawa, Holandia **5.00** Kruk. Czorny Woron nie śpi (3)

TV TRWAM DVB T2

16.35 Sól ziemi **17.05** Akademia pro-life **17.15** Muzyczne chwile **17.30** Odpowiedzialni za Kościół **17.55** Poczet wielkich Polaków **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Każdy maluch to potrafi **19.45** Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Śladami historii (6) **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski punkt widzenia **22.00** Głos serca (135) – obycz., USA

ANTENA HD DVB T2

8.50 Żar tropików (2) – sens. **9.55** Detektywi z Bordeaux 4 (5) – krym. **11.05** 77 TV 2 (5) – rozr. **12.00** Co Polak potrafi na drodze? (15) **13.05** Ciężarówką przez śniegi 2 (2) **14.00** Klątwa Wyspy Dębów 6 (33) **15.00** Wojny kontenerowe 2 (8, 9) **15.55** Australijscy poszukiwacze złota 3 (9, 10) – serial dok. **18.00** 77 TV 5 (3, 2) – pr. rozr. **20.00** Alex Hugo – górski detektyw (12) – krym. **22.05** Astrid i Raphaëlle: Kryminalne Geniuszki (7, 8) – krym. **0.30** Nostradamus: proroctwa na XXI wiek **2.20** Celnicy 3 (5, 6) – dok.

TVS

12.05 Dzisiaj w regionie – pr. inf. **12.10** Pogoda **12.25** Muzyczne dzień dobry **13.30** Emeryci na tropie – krym. **14.40** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **15.45** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **16.50** Wydział kryminalny Kitzbühel **17.50** Doktor z alpejskiej wioski – nowy rozdział **18.50** Doktor Kleist – lekarz rodzinny **19.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Mężczyzna moich marzeń – obycz., Niemcy/Austria 2007 **21.50** Kino TVS: Rosamunde Pilcher: Serca na wietrze – film obycz., Niem. 2008

WP DVB T

12.00 Wariaci za kierownicą 3 (3) **13.00** Makłowicz w podróży **14.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 3 (25, 26) – dok. **16.00** Pokochaj lub sprzedaj Vancouver 5 (1) – dok., Kan. **16.55** Pogoda (67) **17.00** Komisarz Cassandre: Zbrodnie w Alpach 6 (1) – krym. **19.00** Strażacy z sąsiedztwa (6) – dok. **20.00** Policjanci z sąsiedztwa 5 (29, 30) – dok. **21.55** Pogoda (67) **22.00** Mistrzowie Kabaretu 10 (5) **23.00** Mistrzowie Kabaretu 11 (3) **0.00** Mistrzowie Kabaretu 4 (6) – rozr. **0.55** Mistrzowie Kabaretu 15 (9)

ESKA TV DVB T2

13.00 Eska TV info – inf. **13.15** Eska on the Beach **14.00** Eska TV info **14.15** Eska on the Beach **15.00** Eska TV info – inf. **15.15** Podwójna Gorąca 20 **18.00** Historia jednej piosenki **19.00** Polacy za granicą – dok. **21.00** Hardcorowy lombard

POLO TV DVB T2

15.00 Disco Polo Live (849) **16.00** Hit za hitem – pr. muz. **20.00** Kochamy Lata 90! **21.00** Chłopaki do wzięcia (79, 80) – dok. **22.00** Wakacje z Bałtykiem (21, 22) – dok. **23.00** Czekając na imprezę (7, 8) – dok.

VIASAT EPIC DRAMA

7.35 Lekarze na start (33, 34) – obycz. **9.05** Poirot 5 (3, 4) **11.20** Zatraceni w miłości (35, 36) – telen. **13.30** Agenci NCIS 18 (13, 14) **15.10** Lekarze na start (35, 36) – obycz., Pol. **16.45** Poirot 5 (5, 6) – serial krym. **19.00** Premiera: Zatraceni w miłości (37, 38) – telen. **21.00** Premiera: Detektyw Murdoch 19 (4) **21.55** Agenci NCIS 17 (1, 2) **23.45** Morderstwo to nic trudnego (3) **0.50** Zatraceni w miłości (37, 38) **2.25** Detektyw Murdoch 19 (4) **3.10** Agenci NCIS 17 (1, 2) **4.40** Lekarze na start (35, 36)

Oznaczenia stacji: ogólnotematyczne, filmowe i serialowe

DVB T DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

KINO POLSKA

6.55 Polska Kronika Filmowa – serial dokum.
7.25 Bolek i Lolek – anim.
7.55 Reksio – serial anim. ●
8.20 Siedem życzeń (7)
9.20 Stawiam na Tolka Banana (1, 2) – obycz.
11.05 Podróże Pana Kleksa FILM (1/2) – film przygodowy, Pol./ZSRR 1986, 115 min
13.00 To nie ze mną (7, 8)
14.30 Ranking naj polskiego kina (3) – pr. rozrywk.
15.15 Syn szczęścia – film krótkometrażowy, 2024
15.35 Hallo Szpicbródka, FILM **czyli ostatni występ króla kasiarzy** – kom. krym., 1978, 130 min
17.45 Czterej pancerni i pies (8) – wojenny
18.50 Stawka większa niż życie (2) – wojenny

TVP SERIALE

5.25 Rodzinka.pl (102, 103) – serial komediowy, Pol.
6.25 Na sygnale (485, 486) – serial fabularno-dokum.
7.35 Ojciec Mateusz 3 (35) – serial kryminalny, Pol.
8.35 Komisarz Alex 2 (24) – serial kryminalny, Pol.
9.30 Rodzinka.pl (104) – serial komediowy, Pol.
10.05 Klan (1451, 1452)
11.00 Ranczo 8 (102, 103)
12.40 Komisarz Alex 2 (25)
13.35 Ojciec Mateusz 30 (386, 387) – serial krym.
15.35 Komisarz Alex 2 (26) – serial kryminalny, Pol.
16.20 Na sygnale (487, 488) – serial fabularno-dokum.
17.30 Ranczo 8 (104) – obycz.
18.30 Ranczo 9 (105) – obycz.
19.30 Ojciec Mateusz 30 (388) – krym., Pol. 2023

13 ULICA

6.05 Blanca 3 (5, 6) – serial kryminalny, Włochy 2025
8.15 Morderstwo FILM **na Archipelagu Frioul** – film kryminalny, Francja 2021, reż. Sylvie Ayme, wyk. Francis Huster, Jeremy Banster, Myra Bitout, 125 min
10.20 Mentalista (9-12) – serial kryminalny, USA
14.00 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025
16.15 Morderstwo FILM **w Guilvinec** – film kryminalny, Francja 2024, reż. Jean-Marc Thérin, wyk. Evelyne Bouix, Jeremy Banster, Antoine Chappey, Karina Marimon, 125 min
18.20 Mentalista (13-16) – serial kryminalny, USA

TVN FABUŁA

5.10 Szkoła (781) – paradok.
6.00 Top 100: filmy wszech czasów (8) – pr. rozrywk.
6.30 Kino Buzz Top 5 (3)
6.45 Zakochani po uszy (91, 92) – telen., Pol. 2019
7.45 Detektywi (81-84) – serial fabularno-dokum.
9.50 Prawo Agaty 3 (13) – serial obycz., Pol. 2013
10.55 Szpital św. Anny (70) – serial obycz., Pol. 2025
11.55 Miłość czy pomyłka? (37, 38) – telen., Turcja
13.55 Prawo Agaty 3 (12)
14.55 Detektywi – fab.-dok.
16.00 Seriaale: rozmowy (2)
16.50 Alfabet filmowy (32)
16.55 Wakacje w krzywym FILM **zwierciadle** – komedia, USA 1983, 125 min
19.00 Szpital św. Anny (71) – serial obycz., Pol. 2025

TVP HD

6.00 Na dobre i na złe (990) – serial obycz., Pol. 2026
6.55 Ranczo 6 (75) – obycz.
7.55 Rodzinka.pl (223, 224) – serial komediowy, Pol.
8.55 Ojciec Mateusz 21 (266, 267) – serial krym.
10.45 Gra słów. Krzyżówka (1059) – teleturniej
11.20 Na sygnale (654, 655) – serial fabularno-dokum.
12.25 Ojciec Mateusz 6 (78)
13.20 Komisarz Alex 4 (42)
14.15 Ranczo 7 (83, 84)
16.10 Tańcząca ze światem – Maroko (3) – magazyn
16.40 Wyższa Szkoła Jazdy (5) – magazyn motor.
17.10 Okrasa łamie przepisy
17.45 Makłowicz w podróży
18.20 Ojciec Mateusz 25 (321) – krym., Pol. 2021
19.20 Ranczo 7 (88) – obycz.

STOPKLATKA DVB T2

6.00 Złoty interes (8) – rozr.
6.50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat – cykl reportaży, Polska
7.50 Robert Makłowicz (162, 188) – mag. kulin.
9.40 Zagadki kryminalne panny Fisher (7) – serial kryminalny, Australia
10.55 Górski lekarz (5, 6) – serial obycz., Niemcy
12.55 Zagadki kryminalne panny Fisher (8) – serial kryminalny, Australia
14.00 Katastrofy w przestworzach (10, 7) – serial dok., Kan.
17.00 MacGyver 4 (8) – sens.
18.00 Wojny magazynowe: Kanada (9) – reality show, Kanada 2013
19.10 Aukcja w ciemno 2 (8, 9) – serial dok., USA

KOMEDIA

20.00 Horror Story – 2023, FILM reż. Adrian Apanel Tomek (Jakub Zając, zdj.), absolwent bankowości, nie może znaleźć pracy. Swoimi rozterkami dzieli się ze współlokatorami. 125 min
22.05 Ostatnia misja – film FILM sens., 1999, 140 min
0.25 Wesele – dramat FILM obyczajowy, Polska/Łotwa 2021, 155 min ●
3.00 7 uczuć – komediodramat, 2018, 165 min ● FILM
5.45 Szumy i fonie

KRYMINALNY

20.25 Komisarz Alex 24 (305) Pożar domu, w którym ginie kobieta, okazuje się próbą zatarcia śladów zabójstwa. Gustaw podejrzewa o zbrodnię byłego męża ofiary. 60 min
21.30 Ranczo 9 (106, 107)
23.25 Ojciec Mateusz 30 (389) – krym., Pol. 2023
0.20 U Pana Boga w Królowym Moście (4) – serial obycz., Polska
1.20 PitBull (19, 20) – sens.
3.20 Wojna zastępcza (12)
4.15 Klan (1451) – telen., Pol.

SENSACYJNY

22.00 Kobra – oddział specjalny (7, 8) – Niemcy 2021 Vicky potrzebuje pilnego przeszczepu nerki. Jej dawcą ma być Marc. Semir prowadzi ważne poszukiwania. 120 min
0.00 Flashback (3) – serial kryminalny, Francja 2024
1.10 Morderstwo FILM **w Guilvinec** – film kryminalny, Francja 2024, 125 min
3.15 Blanca 3 (7, 8) – serial kryminalny, Włochy 2025

KOMEDIA

20.00 Ocean's 8 FILM – USA 2018 Debbie (Sandra Bullock, zdj.) chce zrealizować największy skok w życiu. Kompletuje ekipę wspólniczek. 145 min
22.25 Jak stracić chłopaka FILM **w 10 dni** – komedia romantyczna, USA/Niemcy 2003, 140 min
0.45 Zakonnica 2 – horror, FILM USA/Wielka Brytania 2023, 135 min ●
3.00 Top 100: filmy wszech czasów

KOMEDIOWY

20.10 Rodzinka.pl (289, 290) Boscy wspólnie z Marią i Markiem rozmawiają o wyzwaniach młodego pokolenia. Kuba przedstawia rodzicom swoją dziewczynę. 75 min
21.25 Komisarz Alex 25 (313)
22.20 Córka trenera FILM – dramat obyczajowy, Polska 2018, 105 min
0.05 Wykapany ojciec FILM – komedia, USA 2013, reż. Ken Scott, 115 min
2.00 Kocham Cię, Polsko! (6) – program rozrywk.

THRILLER

20.00 Podwodna pułapka FILM – Wielka Brytania/USA/Dominikana 2017, reż. Johannes Roberts Kate (Claire Holt, zdj.) i jej siostra nurkują w klatce do obserwacji rekinów. Gdy dochodzi do awarii, muszą walczyć o życie. 115 min
21.55 Taśmy Watykanu FILM – horror, USA 2015, reż. Mark Neveldine, 105 min
23.40 Obrońca – film sens., FILM USA/Niemcy/Rumunia 2004, 125 min ●

CANAL+ PREMIUM

11.50 Wszyscy święci – film obycz., Polska 2002 **13.10** To nie jest zagadka kryminalna (4) – krym. **14.10** Ocean, nasz dom – dok., Szwajcaria 2024
15.45 Saga „Zmierzch": Przed świtem. Część 1 – film fantasy, USA 2011 **17.40** Hollywood Buzz **18.10** Łapu capu **18.15** Niania w Nowym Jorku – komedia romant., USA 2007
20.00 Aftermath. Most w ogniu – thriller, USA 2024 **21.35** Premiera: Powrót do Silent Hill – horror, Fr./Wlk. Bryt./Niemcy 2026 **23.20** Piła 2 – thriller, USA 2005 **0.50** Małpa – horror, USA/Wlk. Bryt./Kan. 2025

CANAL+ FILM

11.35 Zgred – dram. obycz., Pol. 2025 **13.00** Liza Minnelli. Niesamowita historia absolutnie prawdziwa **14.40** Zmierzch – film fantasy, USA 2008
16.35 Łapu capu **16.40** Ida – dram. obycz., Polska/Dania/Fr. 2013 **18.00** Tożsamość Bourne'a – thriller, USA/Niemcy/Czechy 2002 **19.55** Łapu capu
20.00 Siedem zasłon – dramat psychologiczny, Kan./Finlandia/USA 2023 **21.45** Wcielenie zła – horror, Meksyk 2024 **23.10** 30 dni mroku – horror, USA/Nowa Zelandia 2007 **0.55** Utrata równowagi – dramat psychologiczny, Polska 2024

FILMBOX+ ONE

8.35 Zagadki kryminalne panny Fisher (2) – krym. **9.50** Panna Scarlet i komisarz 3 (2) – krym.
11.00 Panna Marple: Morderstwo odbędzie się... – film krym., USA/Wlk. Bryt. 2005 **13.05** Poirot **15.15** Zagadki kryminalne panny Fisher (3) – serial krym.
16.40 Panna Scarlet i komisarz 3 (3) **17.50** Poirot (3, 4)
20.00 Missisipi w ogniu – dramat krym., USA 1988 **22.45** 12 godzin – sens., USA 2012 **0.45** Honor zabójcy – film sens., Kanada/Wlk. Bryt. 1996 **2.50** Zacznij od śniadania – kom., Kan. 2020 **4.50** Klasyka krótkich animacji – filmy anim.

COMEDY CENTRAL

6.00 Tata ma plan 2 (15, 16) **7.00** Dwóch i pół 5 (11-14) – kom., USA **8.55** Przyjaciele 7 (13-18)
11.55 Teoria wielkiego podrywu 7 (5-10) – kom., USA **14.30** Dwóch i pół 5 (15-18) – kom.
16.30 Przyjaciele 7 (19-24) – kom.
19.30 Teoria wielkiego podrywu 7 (11-16) – kom. **22.00** The Office PL 3 (5, 6) – kom. **23.05** Comedy Club 6 (3, 4) – pr. rozr.
0.05 Miasteczko South Park 2 (13, 14) **1.00** Pracoholicy 3 (13, 14) – kom. **2.00** Śmieszniej nie będzie 6 (17, 18, 16) **3.15** Miasteczko South Park 2 (10-12) **4.20** Comedy Club 7 (12) **4.45** Comedy Club 8 (1-3)

HBO

11.20 Green Book – dramat obyczajowy, USA 2018 **13.30** Nierozłączni – film anim., Bel./Fr./Hiszpania 2023
15.00 Pan Aznavour – dramat biograficzny, Fr. 2024 **17.10** Bambi: Opowieść leśna – film familijny, Francja 2024 **18.25** Jane Austen zrujnowała mi życie – kom. romant., Fr. 2024
20.00 Miasto złodziei – dramat kryminalny, USA 2010 **22.00** Macierzyństwo inaczej – dok., Węgry 2024 **23.20** Premiera: Wieczne Wartości: Kult piękna (1) – film dok., USA 2026 **0.15** Assassin's Creed – film przyg., USA/Fr./Wlk. Bryt. 2016

FX

9.00 Z archiwum X 2 (22) – serial s.f. **10.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami (14, 15) – krym.
11.50 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (3, 4) – krym. **13.45** Agenci NCIS 10 (9, 10)
15.35 Premiera: Skymed 2 (6) **16.30** CSI: Kryminalne zagadki Miami (16, 17) – krym. **18.20** Z archiwum X 2 (23) – s.f., USA **19.15** FBI 4 (10) – serial krym.
20.10 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (5, 6) – krym. **22.00** Premiera: Zakłamanie (1) **23.00** Z archiwum X 2 (23) – s.f. **0.00** Speed: Niebezpieczna prędkość – sens., USA 1994 **2.20** Tropiciel (21)

CANAL+ 360

13.00 Hot Roads – Najniebezpieczniejsze drogi świata 3 (4) **14.00** Wykrywacz historii 4 (4) – dok. **15.00** Grip – w świecie supersamochodów (6) – dok.
16.00 Supersamoloty bojowe 11 (5) – dok. **17.00** Zhołowani: ciężarówki w opałach 9 (3) – dok. **18.00** Porzucone konstrukcje (8) – dok. **18.55** Wykrywacz historii 4 (3) – dok.
19.50 Premiera: Zhołowani: ciężarówki w opałach 9 (4) **20.50** Premiera: Koleją przez świat 4 (3) **22.00** Grip – w świecie supersamochodów (7) **23.00** Supersamoloty bojowe 11 (3)

BBC FIRST

6.55 Death Valley (3, 4) **8.40** Lewis 5 (2) **9.35** Ojciec Brown (3) **10.40** Śmierć pod palmami (4)
11.45 Zagadki doktora Blake'a 3 (5) **12.55** Death Valley (5, 6) **15.00** Ojciec Brown 7 (8)
16.00 Lewis 5 (2) **17.00** My Life is Murder 3 (2) **18.00** Morderstwa w Midsomer 21 (4)
19.50 Śmierć pod palmami (5) – krym. **21.00** Na niebieskich światłach 3 (5, 6) **23.10** Lynley (3, 4) **1.10** Death Valley (6) **2.10** Morderstwa w Midsomer 21 (4) **3.55** My Life is Murder 3 (2) – krym. **4.40** Moja rodzinka 2 (11) **5.10** Ojciec Brown 7 (8)

ROMANCE TV

8.45 Górski lekarz (144, 145) – serial obycz. **10.40** Trening z Nancy – kom., Niemcy 2019
12.30 Stracona szansa – komedia romantyczna, USA 2024 **14.20** Przyjaźń to coś więcej – Na chwałę dnia – dramat obyczajowy, Niemcy 2022
16.15 Rejs ku szczęściu – Podróż poślubna do Toskanii – film obycz., Niem. 2021 **18.05** Górski lekarz (146, 147) – obycz.
20.00 Inga Lindström: Pisarz i ja – film obycz., Niemcy 2022 **21.55** Toni akuszer – Szczęście innych – obycz., Niemcy 2024 **23.50** Górski lekarz (146, 147)

FILMBOX+ HITS

11.25 Mój najlepszy przyjaciel – kom. obycz., Fr. 2006 **13.10** W harmonii – dramat obycz., Fr. 2015 **14.50** Melodia wiatru – dramat obycz., Boliwia 2019
16.20 Książę i ja: Królewskie wesele – komedia romant., USA 2006 **18.10** Magik z Nowego Jorku – komediodramat, USA 2014, reż. Tom McCarthy
20.00 Powodzenia, Leo Grande! – komediodramat, Wielka Brytania/USA 2022 **21.50** Wyspa śmierci – film sensacyjny, USA/Wielka Brytania 2023 **23.30** Ostatni gliniarz – komedia kryminalna, Niemcy 2019

TV 6 DVB T2

8.55 Kobra – oddział specjalny (26, 27) – serial sens., Niemcy
10.55 48h. Zaginieni (145-147) – krym. **13.55** Policjantki i Policjanci (1199) – obycz. **14.55** Uroczysko (43, 44) – krym.
16.00 Kobra – oddział specjalny (28, 29) – sens. **18.05** Strażnik Teksasu (12, 13) – serial sens.
20.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (47, 48) – krym. **22.00** Czarna lista 2 (24) – krym.
23.00 Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny (709, 710) **1.00** Kości (109, 110) **3.00** Cobra Kai (28) **3.35** Septagon (4, 5) **5.45** Telezakupy TV Okazje

PARAMOUNT NETWORK

9.25 Policyjna grupa pościgowa 16 (6) **10.25** Pingwiny z Madagaskaru **11.00** Zostańmy przyjaciółmi – kom. romant., Niem./USA/Kan. 2005
13.00 Czarodziejki 3 (13, 14)
15.00 Mission: Impossible – film sensacyjny, USA 1996 **17.20** Mission: Impossible 2 – film sensacyjny, USA/Niem. 2000
20.00 Forrest Gump – komediodramat, USA 1994 **23.00** Pszczelarz – thriller, USA/Wlk. Bryt. 2024 **1.00** Złap mnie, jeśli potrafisz – kom. krym., USA/Kan. 2002 **3.40** Policyjna grupa pościgowa 16 (7, 8)

TVN 24
8.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
9.55 Biznes – pr. publicyst.
10.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
10.55 Biznes – pr. publicyst.
11.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
11.55 Biznes – pr. publicyst.
12.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
13.55 Biznes – pr. publicyst.
14.00 Serwis informacyjny, Prognoza pogody
14.55 Biznes – pr. publicyst.
15.00 15 na żywo – mag. inf.
16.00 Fakty po południu – program informacyjny
18.00 Tak jest – pr. publicyst.
19.15 Serwis informacyjny
19.30 Fakty po Faktach – inf.
20.00 Kropka nad i – pr. publ.
20.20 Fakty o świecie – inf.

TLC
6.00 Salon sukien ślubnych: Beneluks (7, 8) – program rozrywk.
7.00 Suknie ślubne dla puszystych – pr. rozr.
8.00 Dom wygrany na loterii 17 – dok.
9.00 Poligamista szuka żony 4 – serial dokum.
10.00 Wiza na miłość: pościelove rozmowy 11 – reality show
11.00 Wiza na miłość: Stephanie i Erika
12.00 Miłość bez tłumaczenia
13.00 Przyjaźń wielkiej wagi 2 – reality show
15.00 Wiza na miłość 11
16.00 Historie wielkiej wagi
18.00 Pokonać otyłość (8)
19.00 Wiza na miłość: rajski romans 4 (2)

TVN STYLE
5.15 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (7) – reality show, Polska 2018
5.50 Damy i wieśniaczki. PL 9 (4) – serial fabularno-dokumentalny, Polska 2025
6.45 Śluby marzeń (1) – program rozrywkowy
7.45 Dzień dobry wakacje – magazyn
LIVE
11.20 Ugotowani (9, 10) – program kulinarno-rozrywkowy, Pol. 2016
13.30 Kuchenne rewolucje (5, 4) – program rozrywkowy
15.35 I nie opuszczę Cię aż do ślubu (5, 6) – reality show, Polska 2018
17.05 W czym do ślubu? (3) – program rozrywkowy, Polska 2019

DISCOVERY CHANNEL
7.00 Budowa na końcu świata – serial dokum.
8.00 Gorączka złota: zapomniane kopalnie
9.00 Gorączka złota: rzeka skarbów 7 – serial dok.
10.00 Klan z Alaski (11) – dok.
11.00 Przetrwać nad Jukonem – serial dok.
12.00 Włoska kontrola celna (8) – serial dokum.
13.00 Pojedynki Eda Stafforda (2) – dok.
14.00 Nagi instynkt przetrwania: Elita 3
15.00 Złomowisko PL 6 (7)
16.00 Teorie spiskowe pod lupą – serial dokum.
17.00 Na straży duńskiego lotniska 2 (5) – dok.
18.00 Lotnisko (1) – serial dok.
19.00 Nagi instynkt przetrwania 10 – dok.

NATIONAL GEOGRAPHIC
10.00 Mega Metro (3) – dok.
11.00 Plemienna szkoła przetrwania: Ekstremalne safari (4)
12.00 Przetrwanie w kanadyjskiej dziczy (8) – serial dokumentalny
13.00 Wojenna szkoła przetrwania (4) – dok.
14.00 II wojna światowa: Ukryta prawda (5)
15.00 Alarm na lotnisku: Peru (14, 15) – serial dok.
17.00 Tajemnicze mumie z Sakkary (2) – film dokumentalny, USA 2020
18.00 Sztuka obrony: Wojny w Europie (3) – dok.
19.00 Wojna widziana z powietrza (3) – dok.
20.00 Katastrofa w przestworzach (7) – serial dokumentalny

FOKUS TV
DVB T2
6.00 Wehikuł czasu (709) – program informacyjny
6.05 48h. Zaginieni (63) – serial kryminalny, Pol.
7.00 Byli sobie wynalazcy – Francja 1994
8.55 Wehikuł czasu (709)
9.00 Starożytni kosmici (3) – serial dokumentalny
10.00 Gwiazdy lombardu (13, 14) – reality show
12.00 I wojna światowa w liczbach (4) – dok.
13.00 Poszukiwacze historii (5, 6) – serial dokum.
14.00 Tajne bazy nazistów (1, 2) – serial dokum.
16.00 Dorwać tuńczyka 3 (14, 15) – serial dokum.
18.00 Rolnicy. Podlasie (16, 17) – serial dokum.
20.00 Galileo (26) – program popularnonaukowy

20

INFORMACYJNY

21.00 Polska i świat Autorski program informacyjny, który podsumowuje najważniejsze wydarzenia z kraju i z zagranicy. 60 min
22.00 Szkło kontaktowe
23.00 Dzień po dniu – mag.
0.25 Biznes – pr. publicyst.
0.45 Fakty po Faktach – inf.
1.20 Kropka nad i – pr. publ.
1.50 Tak jest – pr. publicyst.
2.50 Nowa Maja w ogrodzie – mag.
3.10 Akademia ogrodnika
3.20 Kropka nad i – pr. publ.

ROZRYWKA

20.00 Rodzina 10+ 8 (12) Członkowie familii konfrontują się z Lidią i Zackiem, zarzucając im skłonność do oceniania innych. 60 min
21.00 Premiera: Wielkie lato małych ludzi (1)
22.00 Premiera: Wiza na miłość – oczami bohaterów 7
23.00 Skórze na ratunek 7
0.00 Dr Pryszczylla – kulisy
1.00 Rodzina 10+ 8 (12)
2.00 Wielkie lato małych ludzi – reality show

ROZRYWKA

17.40 Kuchenne rewolucje (3-5) Magda Gessler (zdj.) pomaga ocalić hotel z restauracją. Prowadzący je Kamila i Patryk nie mają doświadczenia w tej branży. 190 min
20.50 Jestem z Polski 13 (11) – serial dokumentalny
21.50 Jestem z Polski 16 (21)
22.50 Hotel Paradise 6 (25)
23.50 Ślub od pierwszego wejrzenia: Australia 9
1.35 Dorota was urządzi! (7) – program rozrywk.

DOKUMENTALNY

21.00 Gorączka złota: na kłopoty Freddy Dodge 5 Gdy w kopalni dochodzi do poważnej awarii, wśród pracowników narasta bunt. Freddy i Juan starają się opanować kryzys. 120 min
23.00 Premiera: Akta ekspedycji 2 – dok.
0.00 Od samochodu do domu 2 – mag.
1.00 Hot rod wg Kindiga
2.00 Mistrzowie logistyki (1) – serial dokumentalny

DOKUMENTALNY

21.00 Katastrofy pod lupą (2): Droga na skróty W Nowym Jorku dochodzi do zawalenia dźwigu, we Włoszech runie fragment mostu, a w Korei – centrum handlowe. 60 min
22.00 Jak oni to zbudowali? (10) – serial dokum.
23.00 Mega Metro (2) – dok.
0.00 Katastrofa w przestworzach: Raport specjalny (5)
1.00 Ciemna strona świata (10) – serial dokum.

DOKUMENTALNY

21.00 Poszukiwacze historii (7-10) Lotnisko w Toruniu zostało zbudowane przed I wojną. Olaf z Radkiem próbują odnaleźć pozostałości po historii tego miejsca. 120 min
23.00 Premiera: Kulisy historii. Lądowanie w Normandii. Niespodziewane zwycięstwo – film dokumentalny, Fr. 2020
0.00 Starożytni kosmici (10) – serial dokum.

POLSAT NEWS
12.00 W rytmie dnia – serwis informacyjny **12.45** Pogoda **12.50** Wydarzenia 12:50 **13.30** W rytmie dnia – serwis informacyjny **13.55** Pogoda **14.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **14.55** Pogoda **15.00** W rytmie dnia – serwis informacyjny **15.30** Sport, pogoda **15.50** Wydarzenia 15:50 **16.10** Więcej „Wydarzeń" – inf. **16.30** Punkt widzenia Jankowskiego – publ. **18.00** Punkt widzenia Szubartowicza – publ. **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publ. **19.50** Debata Gozdyry – publ. **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.30** Dzień na świecie – inf.

CANAL+ KUCHNIA
13.30 Kulinarne szlaki: Południowa Afryka (4) – dok. **13.55** Podróż przez smaki Chin 3 (4) **14.50** U sąsiadów w kuchni 13 (1, 2) **15.45** Z pola na stół 2 (8) **16.10** Kulinarna mapa Wielkiej Brytanii (1) **16.40** Jamie Oliver – łatwe przepisy na co dzień (7, 8, 17, 18) **18.30** Tajemnice indyjskich smaków (2) – dok. **18.55** M jak mięso (4, 5) – dok. **19.50** Nie bój ryby! (4) **20.15** M jak mięso 10 (8) – mag. **20.40** M jak mięso 7 (1) – dok. **21.15** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 8 (5) – dok. **22.05** Anthony Bourdain – miejsca nieznane 7 (1, 2) – serial dok.

POLSAT CAFÉ
6.00 Przyjaciółki – obycz. **8.00** halo tu polsat cafe – mag. **11.00** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **12.30** Bogaty dom – biedny dom – reality show **14.30** 10 lat młodsza w 10 dni – pr. rozr. **16.30** Hell's Kitchen – Piekielna Kuchnia – reality show **18.00** Nasz nowy dom – reality show **20.00** Kolacja w ciemno – pr. rozr. **21.05** Więzienie kobiet – dok. **22.00** Ambulans – dok., Polska **23.00** Gry małżeńskie – reality show **1.00** Kolacja w ciemno – pr. rozrywk. **3.05** Więzienie kobiet – dok., Pol. **4.00** Zdrady – paradok., Pol.

DISCOVERY SCIENCE
7.00 Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki (4, 5) **8.00** Autostrada spotkań z UFO – dok. **11.00** Kosmiczna mapa skarbów **13.00** Podziemne sekrety **15.00** NASA – archiwum tajemnic (16) **17.00** The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) – film dokum., Wlk. Bryt. 2023 **18.00** Zwykłe rzeczy – niezwykłe wynalazki **21.00** Jak to jest zrobione? – dok. **23.00** Jak to jest zrobione – samochody marzeń 2 – dok. **1.00** NASA – archiwum tajemnic (16) **3.00** The Ocean Race: Żeglarska obsesja (1) **4.00** Podziemne sekrety **5.00** Poszukiwacze dinozaurów

TVP DOKUMENT
12.05 Mokradła **12.40** Kto rządzi światem? (2) – dok., USA **13.40** Zagadkowe życie ptaków miejskich (2) – dok. **14.50** Rajskie zakątki Europy (4) – serial dok. **15.45** Pszczeli dylemat – profity czy ochrona gatunku **16.45** Magiczny Adriatyk (4) **17.50** Sanatorium miłości 4 (9) **18.50** Lubię wracać tam, gdzie byłem **20.00** Kto rządzi światem? (3) – dok. **21.05** Kerkini – grecka przystań ptaków **22.10** Niebezpieczne drogi (4) **23.15** Barbara Włodarczyk zaprasza **23.20** Kim Jo Dzong. Czerwona księżniczka – dok., Fr. 2022 **0.30** Sanatorium miłości 4 (8)

PLANETE+
11.25 Najmniejsze cuda świata (1) – film dokum., Niem. 2023 **12.35** Dzikie iberyjskie opowieści (2) – dok. **13.45** Targowiska świata (3) – serial dok. **14.50** Zaginione światy (4) – dok., Fr. **15.50** Niezwykłe podróże koleją 9 (2) **16.55** Świat zawarty w obrazie (4) – dok. **18.00** Dokąd dzisiaj? 4 (70, 71) – serial dok. **18.40** Związani z ziemią. Dzieje życia na wsi (3) – dok. **19.45** Żydowski nazista (1) **20.50** Tutanchamon: wielkie odkrycie **22.00** Osierocone. Dzieci i wojna (2) **23.10** Strefa nagości (5) – dok. **0.20** Niezwykłe podróże koleją 9 (3) – dok., Fr.

TVN 24 BIS
16.00 Dzień na świecie **18.30** Fakty o świecie **19.00** Fakty **19.30** Fakty po Faktach – inf. **20.00** Kropka nad i **20.20** Fakty o świecie **21.00** Rozmowy dnia **21.40** 24 godziny **22.55** Fakty o świecie **23.35** Polska i świat **0.35** Fakty po Faktach

WYDARZENIA 24
DVB T2
18.00 Wydarzenia, pogoda **18.50** Wydarzenia 18.50 **19.15** Gość „Wydarzeń" – pr. publicyst. **20.00** Wydarzenia **21.00** Wydarzenia, pogoda **21.40** Pogoda **21.50** Wydarzenia wieczorne **22.25** Pogoda – pr. inf.

TVP 3
DVB T2
13.00 Agrobiznes – mag. **13.20** Agropogoda **13.30** Bez trybu. Justyna Dobrosz-Oracz **14.20** Poznaj region **14.30** Program informacyjny 14.30 **14.50** Pogoda **15.00** Koronka do Miłosierdzia Bożego – pr. religijny **15.20** Serwis Info Dzień – inf. **15.30** Program lokalny **19.30** Całkiem niezła historia **19.45** Kryminalna siódemka – mag. **20.00** Dziennik regionów **20.10** Pogoda **20.13** Gość Regionów **20.30** Telekurier **21.00** Program lokalny **22.00** Dziennik regionów **22.20** Pogoda **22.30** Złoty chłopak (191) – obycz.

HGTV
9.05 Remontujemy dom na plaży 6 (3) **10.00** Poszukiwacze domów – domy nad wodą 4 (3, 4) **11.00** Usterka 11 (16, 17) **12.31** Moje miasto, mój dom 8 (11, 12) – rozr. **14.35** Mieszkanie na miarę (1, 2) – pr. rozr. **16.30** Polowanie na ogród 3 (3, 4) – rozr. **17.40** Polowanie na ogród 4 (1) **18.15** Weekendowa metamorfoza 3 (7, 8) **20.05** Dorota was urządzi! (3, 4) – pr. rozrywk. **21.35** Zgłoś remont 4 (5) – rozr. **22.35** House Hunters – Poszukiwacze domów 10 (3-6) **0.45** Kupujemy dom na plaży 20 (4, 5) – dok.

TVP KOBIETA
DVB T2
12.30 Pięknie przyprawiONA 2 (8) – mag. **12.50** Przepis dnia (88) **13.00** Cafe Fogg (2) **14.00** Omnibus – szybcy i mądrzy (17) **14.35** Omnibus – szybcy i mądrzy – dogrywka (17) **15.00** Operacja zdrowie (58) – mag. **15.30** Ojciec Mateusz (9, 10) – krym. **17.25** Najwspanialsze ikony natury (5) **18.30** Żona dla Polaka. Toronto (5) **19.30** Miłość i nadzieja (299) – telen. **20.30** Wichrowe wzgórze (280) – serial obycz. **21.30** La Promesa – pałac tajemnic (270) **22.30** Powrót do tamtych dni – dramat obycz., Polska 2021

BBC EARTH
10.35 Życie na pustkowiu: powroty 4 (2) – dok., Wlk. Bryt. **11.35** Skarby przeszłości i ich tajemnice (3) **12.35** Malownicze trasy kolejowe 2 (7) **13.35** Mroźna planeta 2 (6) **14.40** W okowach mrozu 3 (15, 16) **16.35** Tajemnice wulkanów (2) **17.40** Attenborough i morski smok **18.45** Malownicze trasy kolejowe 3 (5) – serial dokum. **19.45** Morze Śródziemne: przyroda w potrzasku (1) – dok. **20.55** W okowach mrozu 3 (17, 18) – dok. **22.55** Zdrowa zmiana 2 (11, 12) – dok. **0.05** Superchirurdzy: szansa na życie 2 (3)

HISTORY
13.05 Starożytni kosmici 16 (7) – dok. **14.00** Niewyjaśnione tajemnice świata 4 (7) – dok. **14.50** Największe tajemnice świata 6 (17) – dok. **15.45** Gwiazdy lombardu 13 (6) **16.15** Gwiazdy lombardu 25 (5) **17.10** Jak Hitler przegrał wojnę (3) **18.10** Największe tajemnice świata 6 (10) – dok. **19.05** Starożytni kosmici 13 (22) **20.00** Starożytni kosmici 16 (3) **21.00** Premiera: Klątwa Wyspy Dębów 13 (26) **22.00** Premiera: Wojny magazynowe 17 (6) **23.00** Absurdy przeszłości: historie pełne ryzyka (7) – dok.

Oznaczenia stacji: informacyjne, rozrywkowe, popularno-naukowe, sportowe/męskie, dziecięce; DVB T, DVB T2 – stacje dostępne za darmo w naziemnej telewizji cyfrowej

POLSAT SPORT 1

5.45 Siatkówka kobiet: LIVE Liga Narodów – mecz: USA – Polska
8.30 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej
11.00 Halo, tu Wimbledon – magazyn tenisowy
12.00 Kronika Wimbledonu – magazyn tenisowy
13.00 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – studio
14.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – mecz półfinałowy gry pojedynczej kobiet
16.00 Tenis: Turniej Wimbledon LIVE – półfinał kobiet Przegrana tego starcia zainkasuje 900 tysięcy funtów i cenne punkty rankingowe. 120 min
18.00 Tenis: Turniej LIVE Wimbledon – studio

EUROSPORT 1

6.30 Snooker: Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: Kyren Wilson – John Higgins
8.30 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap: Lannemezan – Pau
9.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Pekin 2008 – mag. sportowy
10.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Londyn 2012 – mag. sportowy
11.00 Kolarstwo: Tour de France – 5. etap: Lannemezan – Pau
12.15 Kolarstwo: Tour de LIVE France – 6. etap
18.15 Biegi górskie: GT World Series – Quebec – podsumowanie
18.45 FIA WEC: Wyścig 6-godzinny w Imoli

TVP SPORT

7.00 Retro TVP Sport (45) – magazyn sportowy
9.00 Mundialowy poranek (28) – magazyn piłkarski
9.40 Kamerą TVP Sport
10.15 Piłka nożna: MŚ 2026 – 1/8 finału
12.35 Jeździectwo: WKKW Strzegom Horse Trials 2026
13.40 Sportowe ABC – mag.
13.55 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał
16.00 Piłka nożna: ME U-19 – Walia 2026 – półfinał
18.05 Piłka nożna: Mistrzostwa świata 2026 – podsumowanie 1/8 finału
19.00 Dzień na mundialu (28) – magazyn piłkarski
20.30 Piłka nożna: LIVE MŚ 2026 – studio

CANAL+ SPORT

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Lechia Gdańsk – Motor Lublin
8.20 Premier League Stories (48) – magazyn piłkarski
9.00 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona
11.15 Piłka nożna: Liga hiszpańska – mecz: Valencia CF – Celta Vigo
13.30 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – podsumowanie sezonu 2025/2026
14.35 Ligomistrzowe historie (5) – mag.
15.45 Piłka nożna: Liga hiszpańska: Atletico Madryt – FC Barcelona
18.00 Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: Unia Leszno – Betard Sparta Wrocław

ELEVEN SPORTS 1

6.00 Najlepsi obrońcy Bundesligi lat 90. – magazyn piłkarski
6.45 Bundesliga Clubs – magazyn piłkarski
7.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Borussia Dortmund – FC Bayern Monachium
9.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Sassuolo Calcio – Inter Mediolan
11.00 Formuła 3: Grand Prix Wielkiej Brytanii
12.30 Formuła 2: Grand Prix Wielkiej Brytanii
13.40 Made in Italy (19) – magazyn piłkarski
14.00 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
16.00 Piłka nożna: Liga włoska: US Cremonese – Inter Mediolan

TVP ABC

10.20 Bolek i Lolek wyruszają w świat – serial anim.
10.45 Rodzina Treflików 2
11.10 Odo – serial animowany
11.35 Stacyjkowo – anim.
11.55 Pszczółka Maja – anim.
12.25 Domisie
13.00 Ugotuj nam bajkę
13.20 Tru i Tęczowe Królestwo – anim.
13.45 Świnka Peppa 7
14.10 Pająk Lucas 2 – anim.
14.30 Olí i Luna – serial anim.
14.55 Oktonauci – serial anim.
15.20 Cześć, czy mogę Cię zjeść? (13) – mag.
15.40 Billy – chomik, który został kowbojem
16.05 Pat i świat – anim.
16.35 Dino Ranczo – anim.
17.05 Pszczółka Maja – anim.
17.30 Petronix: Obrońcy zwierząt – serial anim.

SIATKÓWKA KOBIET

19.45 Liga Narodów – mecz: LIVE Serbia – Francja Ostatnie starcie pomiędzy Trójkolorowymi a Serbkami obfitowało w emocje. Po pięciosetowym meczu górą były Francuzki. Reprezentacja Serbii będzie chciała zrewanżować się za tę porażkę przed własną publicznością. 135 min
22.00 Tenis: Turniej Wimbledon
23.00 Tenis: Turniej Wimbledon
1.00 Boks

SNOOKER

20.15 Turniej Masters w Londynie – finał: K. Wilson – J. Higgins Decydujący pojedynek imprezy, w której uczestniczy elitarne grono szesnastu czołowych graczy snookerowego rankingu. 105 min
22.00 Kolarstwo: Tour de France – 6. etap
23.45 Cycling Essential Stories – mag. sportowy
0.00 Snooker: Turniej Players Championship – finał: J. Higgins – Z. Xintong

PIŁKA NOŻNA

21.50 Mistrzostwa świata 2026 – mecz LIVE ćwierćfinałowy W dwóch ostatnich mundialach Francja grała w finale. Kylian Mbappé (zdj.) i jego koledzy liczą na kolejną walkę o złoto. 205 min
1.15 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie
3.15 Boks: Gala w Los Angeles – waga lekka: J. Mansour – M. A. Juarez
4.00 Boks: Gala w Las Vegas – podsumowanie

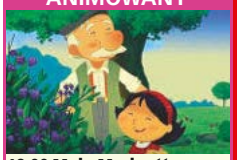
MAGAZYN

21.00 Premier League Review Podsumowanie poszczególnych kolejek ligi angielskiej, a w nim obszerne skróty wszystkich spotkań. 120 min
23.00 Boks: BKFC Liberty Brawl: Philadelphia
0.00 Liga+ Extra – magazyn piłkarski
2.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Arka Gdynia – Pogoń Szczecin
4.20 Magazyn PGE Ekstraliga – magazyn żużlowy

PIŁKA NOŻNA

18.00 Liga niemiecka: Bayern – Eintracht Frankfurt W poprzedniej rundzie Bayern pokonał Eintracht 3:0. Celem liderujących w tabeli Bundesligi Bawarczyków było powtórne zwycięstwo. 120 min
20.00 Made in Italy (20, 11) – magazyn piłkarski
20.40 Formuła 1: Grand Prix Wielkiej Brytanii
22.40 Serie A – mag. piłkarski
23.45 Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag.

ANIMOWANY



18.00 Mała Marinette Dziewczynka chce się nauczyć wypasać kozy. Nikt z rodziny nie wierzy, że sobie poradzi. 30 min
18.30 Leo da Vinci 2 – anim.
19.00 Ptyś i Bill – serial anim.
19.15 Czarodziejskie miasteczko Pinokia – serial animowany
19.25 Piotruś Królik – anim.
19.50 Wegezaury 2 – anim.
19.55 Lupin wśród bajek
20.10 Grizzy i lemingi – anim.
20.25 Opowieści z zielonego lasu

POLSAT SPORT 2

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz ćwierćfinałowy **8.00** Siatkówka kobiet: Liga Narodów **10.00** Siatkówka kobiet: Liga Narodów
12.05 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Japonia – Tajlandia. Brak zwycięstwa reprezentacji Kraju Kwitnącej Wiśni byłby niespodzianką. **14.00** Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry podwójnej kobiet
16.30 Siatkówka kobiet: Liga Narodów **18.30** Tenis: Turniej Wimbledon
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon **1.00** Sporty walki: FEN

EUROSPORT 2

12.15 Formuła E: ePrix Chin – 2. wyścig **13.00** Snooker: Turniej Masters w Londynie **15.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Rio 2016 – magazyn sportowy
16.00 Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Tokio 2020 – mag. **17.00** Igrzyska Olimpijskie: Galeria Sław Paryż 2024 – mag. **18.00** Snooker: Turniej Masters w Londynie – mecz finałowy: K. Wilson – J. Higgins
20.00 Kolarstwo: Tour de France: Pau – Gavarnie-Gedre **22.00** Golf: ISCO Championship – 1. runda **1.00** Kolarstwo: Tour de France – 6. etap

TVN TURBO

10.15 Ciężarówką przez RPA (7) **11.15** 101 napraw 5 (3, 4)
12.15 Jeździć, obserwować (6) – dok. **13.00** Mobilni mechanicy (13, 14) – mag. **14.30** Zawodowi handlarze (9, 10) – rozr.
16.00 Wojny samochodowe (8, 9) – pr. rozr. **18.00** Raport Turbo – mag. inf. **18.15** Wojny samochodowe (7, 4) – pr. rozr.
20.15 Moto kombat (2) – mag. **21.00** Ciężarówką przez Chile (3) **22.00** Raport Turbo **22.15** Jeździć, obserwować (11, 12) – dok. **23.45** Zawodowi handlarze (8) **0.30** Usterka 16 (1) – fab.-dok. **1.00** 101 gadżetów motoryzacyjnych (6) – mag.

CANAL+ SPORT 5

6.00 Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa – mecz: Legia Warszawa – GKS Katowice **9.00** Żużel: PGE Ekstraliga – mecz: FOGO Unia Leszno – Sparta
12.00 Snooker: Championship League – 1. runda
16.45 Premier League Stories (48) – magazyn piłkarski **17.30** Snooker: Championship League – 1. runda
22.15 Górnik. Chłopcy z Zabrza (4) – serial dokum., Pol. **23.20** Ligomistrzowe historie (4) – magazyn piłkarski **0.30** Piłka nożna: PKO BP Ekstraklasa: Legia Warszawa – GKS Katowice **3.00** Przerwa techniczna

ELEVEN SPORTS 2

8.00 HHH – Hamburger SV – dok. **8.50** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (5, 6) **10.00** Piłka nożna: Liga francuska: Le Havre AC – PSG
12.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: Bayern – Hoffenheim **14.00** Piłka nożna: Liga włoska: Inter – Pisa SC
16.00 Piłka nożna: Liga niemiecka: Borussia Dortmund – Bayern **18.00** Formuła 1
20.00 Piłka nożna: Liga włoska: Udinese – Inter **22.00** Ligue 1 Show (36) – mag. **23.05** Made in Italy (13, 12, 11) **0.00** Piłka nożna: Liga francuska: Paris Saint-Germain – FC Metz

NICK JR.

15.34 Świnka Peppa 2 – anim. **15.56** Świnka Peppa 7 – anim.
16.00 Świnka Peppa 5 **16.11** Świnka Peppa 2 **16.16** Świnka Peppa 5 **16.35** Psi Patrol 4 **17.05** Rubble i jego ekipa 2 – anim. **17.30** Pan Krokodyl 2 – anim. **17.55** Barbapapa – szczęśliwa rodzinka **18.10** Barbapapa i jego rodzinka 2 **18.40** Dora 2 **19.00** Przygody Misia Paddingtona **19.30** Przygody Misia Paddingtona 2
19.55 Przygody Misia Paddingtona – anim. **20.07** Świnka Peppa – anim. **20.30** Małe Królestwo Bena i Holly **20.55** Barbapapa i jego rodzinka

POLSAT SPORT 3

6.00 Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej **8.00** Tenis: Turniej Wimbledon – ćwierćfinał gry pojedynczej
10.45 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Belgia – Kanada **14.15** Siatkówka kobiet: Liga Narodów – mecz: Chiny – Ukraina
16.15 Siatkówka kobiet: Liga Narodów: Czechy – Holandia **19.00** Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał gry pojedynczej
21.00 Tenis: Turniej Wimbledon – mecz półfinałowy gry pojedynczej **23.00** Tenis: Turniej Wimbledon – półfinał **1.00** Sporty walki: Babilon MMA

CI POLSAT

12.20 Zbrodnia prawie doskonała 3 (11, 12) **14.10** Morderca z internetu (11, 13) **15.05** Ferie, impreza, morderstwo (6)
16.00 Pogrzebani za domem 3 (7) **17.00** I nie opuścisz mnie aż do śmierci 5 (4) – dok. **18.00** Z archiwum 997 2 (5, 6) **19.00** Dowody zbrodni 3 (12) – dok.
20.00 Kobiety, które niosły śmierć 12 (7) **21.00** Zbrodnia: oszukać prawdę (1) **22.00** Polowanie na pedofila (9) **23.00** Najbardziej szokujące pościgi 2 (13, 14) **23.55** Kobiety, które niosły śmierć 11 (8) **0.50** Tajemnica mojej śmierci (3)

POLSAT PLAY

6.00 Budowlańcy (8) **6.30** Kołowrotek (202) **7.00** Dorwać tuńczyka (8, 9) **9.05** Wojny magazynowe (185, 186) **10.05** Wojny kontenerowe (12, 13)
11.00 Hardkorowy lombard (46-51) – serial dok. **14.05** Polacy za granicą (39, 40) – dok.
16.05 Złomiarze (35, 36) – serial dok. **18.00** Poszukiwacze historii (164, 165) – serial dokum.
20.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu (228-231) **22.00** Górale (237) **22.30** Rolnicy – Tak się żyje u nas na wsi (224, 160, 159, 162, 161, 163-168) **4.00** Starożytni kosmici (7, 8)

DTX

7.05 Fani czterech kółek **9.10** Militaria na warsztat (6, 7)
11.10 Dwa oblicza survivalu (6) **13.10** Pogromcy kanałów
15.10 Fani czterech kółek **17.10** Ale jazda (2-5) – pr. rozr. **19.10** Fani czterech kółek – dok.
20.10 Niechciani w Gas Monkey **21.10** Premiera: Mistrzowie logistyki (4) **22.10** Militaria na warsztat 3 (1, 2) – dok. **0.10** Najszybsze pościgi Ameryki – dok. **2.10** Królowie asfaltu (1, 2) **3.40** Metro po szwedzku (6) – dok. **4.25** Śmigłowiec ratunkowy – Kornwalia (7) **5.15** Drwal zawodowiec – dok.

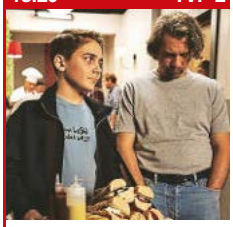
ELEVEN SPORTS 3

11.00 Bundesliga Special (21)
12.00 Piłka nożna: Liga włoska: Juventus – Napoli **14.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Marsylia – Olympique Lyon
16.00 Bundesliga Special (22) **16.30** Ligue 1 Show (35) **17.00** Bundesliga Original Series: Droga na mundial (1, 2) – mag. **18.00** Piłka nożna: Liga włoska: Juventus FC – SS Lazio
20.00 Piłka nożna: Liga niemiecka – mecz: BVB – Mainz **22.00** Piłka nożna: Liga francuska: Olympique Lyon – OGC Nice **0.00** Werder Double – dok. **0.55** Podróż do świata Calcio

MINIMINI+

14.03 Kicia Kocia 2 **14.22** Cloudy & Stormy **14.45** Gazu, pieski, gazu! **15.10** Baranek Shaun – anim. **15.36** Jeżyk Happy – anim. **15.55** Mały Charlie
16.05 Mega Ekspres **16.30** Ciekawski George 6 **17.00** Tomek i przyjaciele 20 – anim. **17.25** Staś i fajna Babcia – anim. **17.50** Moje urodziny **17.56** Smerfy – anim. **18.25** Leśna rodzina: Pamiętnik Frei **18.50** Baczne oczka **19.05** Kicia Kocia 2 **19.25** Mały Charlie **19.36** Jeżyk Happy **19.52** Basia 2
20.05 Wierszyki domowe **20.35** Dolina Muminków 3 – anim.

18.20 TVP 2



Pan Mama

KOMEDIOWY

ND Miras próbuje odnaleźć się po długiej serii nieudanych przedsięwzięć biznesowych. Przypadkowo trafia na mukbang, czyli transmisję, podczas której prezentowane jest spożywanie dużej ilości jedzenia. Początkowo wydaje mu się to dziwne. Z czasem jednak zaczyna nagrywać podobne filmiki. Szybko zdobywa fanów.
W tym samym czasie Renata organizuje nietypową sesję terapeutyczną, którą uczestnicy przeżywają bardzo emocjonalnie. Atmosfera staje się coraz bardziej intensywna, a wydarzenia szybko wymykają się spod kontroli. Sylwester oraz Patrycja całują się, czym zaskakują nie tylko terapeutkę, ale też siebie nawzajem. **odc. 59**

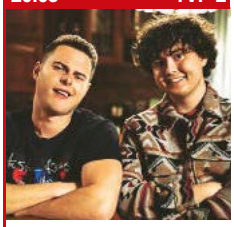
19.25 TVP 2

Barwy szczęścia

OBYCZAJOWY

PT Łukasz spotyka się z czytelnikami. Następnie spędza z Celiną namiętny wieczór. Justin chce porozmawiać z Oliwką o tym, jak traktuje ona Olę, jednak ukochana go powstrzymuje. Karol zostaje zaatakowany przez pacjenta uzależnionego od leków przeciwbólowych. Po kilku godzinach Hubert przekazuje Darkowi tragiczne wieści...
CZ W związku Oliwki i Tomka narasta napięcie. Sytuację pogarsza Madzia, której nie umknęło zainteresowanie Kępskiego sprawami Grażyny. Dominika usiłuje skłonić Renatę, by stawiła czoło uzależnieniu. Daniel przypomina byłej żonie, że wejdzie na drogę sądową w razie próby ograniczania jego kontaktów z Emilem. **odc. 3341, 3346**

20.05 TVP 2



Rodzinka.pl

KOMEDIOWY

PT Dianka poznaje lepiej Ludwika i jego bliskich. Podczas nieobecności przyjaciela zjawia się Marek. Adela zastanawia się nad celem jego wizyty. U Tomka oraz Magdy gości Paula, która przy okazji spotyka Sonię. Między dziewczynami dochodzi do ostrej wymiany zdań. Natalia odkrywa marzenia męża. Jest nimi rozczarowana.
SO Boska zamierza zaprosić na kolację rodziców Magdy. Uważa, że młodych trzeba wesprzeć finansowo. Agata ma sercowe problemy. Ludwik jej doradza. Adela staje się świadkiem niejednoznacznej sytuacji. Violka zamierza poddać się operacjom plastycznym. Okazuje się, że Kacper kompletnie stracił głowę dla Pauli. **odc. 296, 297**

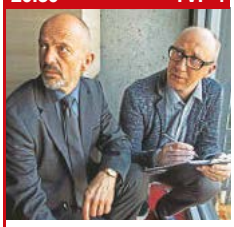
20.15 TVN

Na Wspólnej

OBYCZAJOWY

PO Jolanta szantażuje Milenę kompromitującymi zdjęciami z aplikacji randkowej. Igor wyjeżdża służbowo. Julka wyłudza pieniądze od Anki, próbuje też zdobyć narkotyki.
WT Matka Brygidy oddaje Remkowi łupy. Basia przekonuje się, że Marcelina nie zamierza odejść z redakcji. Leon dochodzi do wniosku, że Julka jest niedojrzała. Zrywa z nią.
ŚR Syn Cieślików wciąż mierzy się z falą hejtu. Fiona trafia na pewien trop. Krzysztof chwali wywiad Marceliny, ale Sandra nie szczędzi krytyki.
CZ Po powrocie do domu Igor kłóci się z córką. Fiona wyznaje Kajetanowi, że prześladowczynią jest Paulina. Chłopak konfrontuje się z koleżanką. **odc. 4236-4239**

20.30 TVP 1



Prokurator

KRYMINALNY

WT W renomowanej agencji reklamowej w centrum Warszawy dochodzi do zbrodni. Ofiarą jest księgowa firmy, Beata. Sprawca pozbawił kobietę życia, wielokrotnie uderzając jej głową o pancerne okno. Sidlecka doszukuje się jednak innej przyczyny zgonu. Na tym nie koniec niespodzianek.
Okazuje się, że denatka mieszkała w ekskluzywnym apartamencie, chociaż niskie zarobki by jej na to nie pozwalały. W mieszkaniu zostaje znaleziony też podarty voucher na wakacje na Malediwach dla dwojga. Gdy do zabójstwa nieoczekiwanie przyznaje się koleżanka ofiary, Anna, Proch wie, że to jeszcze nie koniec śledztwa. Chce dojść do prawdy. **odc. 6**

22.20 TVP 2

Na sygnale

FABULARNO-DOK.

PO Sylwia ulega wypadkowi na skuterze. Z pomocą spieszą jej ekipy Basi oraz Piotra. Podopiecznym doktor Reiter jest mężczyzna uczulony na mięso. Doznał reakcji anafilaktycznej po zjedzeniu dania z wegańskiego baru.
WT Zespół Góry zajmuje się dziewczyną, która zasłabła przed studniówką, gdyż próbowała szybko się odchudzić. Alek i Nowy pomagają psychiatrze, który ma problemy z kręgosłupem. Podają mu leki i zaczynają kłócić się o Britney.
ŚR Alek i Piotr zostają wezwani do ofiar wypadku. Jeden z kierowców ucieka ich karetką. Zszokowani ratownicy podejmują pościg. Nowy i Romek jadą do kobiety z bólem w klatce piersiowej. **odc. 855-860**

18.20 TVP 2

Pan Mama

KOMEDIOWY

ND Sylwester obawia się zbliżenia z Patrycją. Nie potrafi jednak zdobyć się na szczerość wobec niej. Zamiast otwartej rozmowy, pozwala się ponieść niepraktycznej poradzie. W efekcie zaczyna udawać znawcę tantry. Liczy, że ten fałszywy wizerunek doda mu odwagi i sprawi, że spodoba się kobiecie, a nawet jej zaimponuje.
Miras oraz Bruno wpadają na zaskakujący pomysł. Tworzą kuriozalną, lekko żartobliwą pieśń na cześć patrona szkoły, do której chodzi chłopak. Wierzą, że taki niecodzienny wyczyn zwróci uwagę nauczycieli i poprawi kiepskie oceny. Absurdalny plan prowadzi do szeregu zabawnych oraz nieprzewidywalnych sytuacji. **odc. 60-ost.**

19.25 TVP 2

Barwy szczęścia

OBYCZAJOWY

PO Oliwka zatrzymuje się u Madzi. Jest przekonana, że Tomek wciąż czuje coś do Grażyny. Marek doznaje kontuzji na imprezie Witka. Dzięki Oldze trafia pod opiekę Hermana. Mimo sprzeciwu Asi Daniel znów zabiera Emila na strzelnicę.
ŚR Załamanego po rozstaniu Patryka wspierają Justin i Ola. Oliwka wraca do Kępskiego, ale w ich relacji wciąż panuje napięcie. Stan Krystyny ulega pogorszeniu. Jaworski postanawia zorganizować wieczór brydżowy.
CZ Rawiczowa nie może uzyskać zgody na widzenie z synem. Błaga Natalię, aby odwiedziła Cezarego. Z kolei Tomasz ożywia się po otrzymaniu wiadomości o końcu związku Grażyny i Patryka. **odc. 3347-3350**

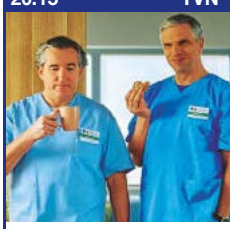
19.25 TVP 2

Rodzinka.pl

KOMEDIOWY

SO Majka jest mocno zaskoczona, gdy dowiaduje się, że ciocia Maria nocowała u dziadków. W tym czasie do Tomka oraz jego żony przyjeżdżają rodzice Magdy. Starają się lepiej poznać wnuczkę. Pragną nawiązać z dziewczynką bliższą relację.
Natalia już po raz kolejny porusza wraz ze swoimi przyjaciółkami temat operacji plastycznych. Żywa dyskusja nabiera tempa, gdy Paula włącza się do rozmowy, podając się za ekspertkę w tej dziedzinie. Później Boska oraz jej małżonek postanawiają nieco uatrakcyjnić i ożywić rutynowe spotkania towarzyskie. Dzięki wspólnej inicjatywie organizują wieczór przebierańców, co kończy się komicznie. **odc. 298**

20.15 TVN



Na Wspólnej

OBYCZAJOWY

PO Julka kradnie ojcu pieniądze na używki. Leon zastaje ją w ciężkim stanie. Z kolei Sandra szantażuje Smolnego. Ten postanawia sprawdzić jej dyplom z poznańskiej uczelni.
WT Kalski zachęca kolegów do biegu charytatywnego. Leon stawia Julce, która przedawkowała narkotyki, ultimatum. Po powrocie do domu nastolatka musi poddać się testom.
ŚR Brygida pokazuje Bożydarowi lokal na dachu. Zachwycony nim Klusek jest pewien, że restauracja odniesie sukces. Igor postanawia kontrolować córkę.
CZ Kajetan dostaje niepokojącą wiadomość od Pauli. Krystyna wraca z sanatorium. Nowa znajomość z Januszem wyraźnie dodaje jej energii. **odc. 4240-4243**

20.30 TVP 1

Prokurator

KRYMINALNY

ND W trakcie przedstawienia teatralnego ginie jeden z aktorów, który zgodnie z treścią dramatu przystawił sobie do głowy pistolet, a następnie nacisnął na spust. Okazuje się, że ktoś podmienił rekwizyt z atrapy na prawdziwą broń.
WT Policjanci wyjaśniają okoliczności zgonu pewnego lekarza. Wychodzi na jaw, że był wplątany w głośną sprawę uśmiercenia terminalnie chorego mężczyzny, a jako poseł próbował przeforsować ustawę o eutanazji.
ŚR Ciało prezesa firmy meblarskiej zostaje znalezione w mieszkaniu zaginionego hodowcy pająków egzotycznych. Sidlecka przekazuje przybyłym do proseektorium śledczym pewną ciekawostkę. **odc. 7-9**

21.50 TVP 2

Na sygnale

FABULARNO-DOK.

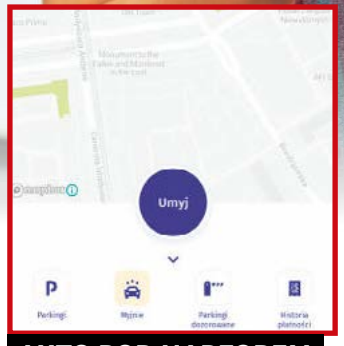
PO Britney zabiera matkę na wycieczkę, by oderwać ją od problemów. Dobromir próbuje porozmawiać z Wandą, która odcięła się od rodziny. Na dyżurze zajmuje się starszą kobietą, która zasłabła przez grypę.
WT Pacjentką dr Reiter jest nastolatka z dużym krwiakiem, skarżąca się na silny ból brzucha. Zespół Vicka odpowiada na wezwanie do kuriera, imigranta z Pakistanu, który został ciężko pobity. Cudzoziemiec wpada w panikę.
ŚR Róża i Romek mierzą się z trudnym zadaniem, gdy nastoletni narkoman staje się agresywny w karetce. Ratownicy pomagają też aktorowi ukrywającemu chorobę. Piotr oraz Potocka zmagają się z oskarżeniami. **odc. 861-865**

ZNAJDŹ I OPŁAĆ PARKING W APLIKACJI

Nie musisz już krążyć w poszukiwaniu parkingu – **dzięki tym bezpłatnym aplikacjom szybko znajdziesz wolne miejsce, opłacisz postój lub pobierzesz bilet cyfrowy przy centrach handlowych.**

PROSTE ROZWIĄZANIE

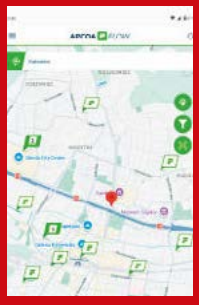
EASYPARK – ŁATWE PARKOWANIE pobierzesz z Google Play i App Store. Po zainstalowaniu otwórz apkę, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a, aby się zalogować. W menu (w prawym górnym rogu ekranu) wybierz „Pojazdy" i dodaj auto, wpisując numer rejestracyjny – możesz dodać kilka pojazdów. Kliknij lupę i wpisz nazwę miasta, by sprawdzić możliwość opłaty w strefach parkowania oraz lokalizacje parkingów. Zapłacisz w apce kartą, Google Pay lub Blikiem.



AUTO POD NADZOREM

ANYPARK (DAWNIEJ PANGO) jest dostępna w Google Play i App Store (jako ANYPARK). Zainstaluj aplikację, zaakceptuj zgody, podaj numer telefonu i wpisz kod z SMS-a. Możesz korzystać z wersji bezpłatnej lub włączyć premium (9,99 zł/mies.) – oferuje m.in. informacje o wolnych miejscach w czasie rzeczywistym i powiadomienie o zakończeniu parkowania. Konto doładujesz kartą, Blikiem lub szybkim przelewem. W aplikacji znajdziesz też myjnie i parkingi strzeżone.

DOBRA NA ZAKUPY



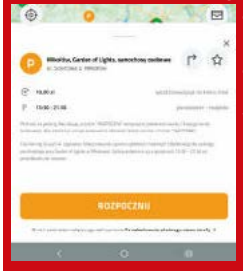
APCOA FLOW. PROSTE PARKOWANIE to apka, którą pobierzesz z Google Play lub App Store. Zarejestruj się, podając adres e-mail oraz numer telefonu. Dodaj pojazd, wpisując numer rejestracyjny (możesz dodać kilka aut), i wybierz metodę płatności. Zapłacisz za postój na blisko 50 parkingach, także tych ze szlabanami i automatycznym odczytem tablic. Włącz lokalizację lub wpisz miasto, aby sprawdzić parkingi na mapie. Aplikacja sprawdzi się m.in. przy centrach handlowych, gdzie darmowy postój wymaga pobrania biletu.

WOLNOŚĆ WYBORU

MOBILET to aplikacja dostępna na telefony z Androidem i iPhone'y. Możesz w niej opłacić postój w strefach płatnego parkowania lub na parkingach przy centrach handlowych w ponad 200 miejscowościach. Po pobraniu apki podaj numer telefonu, adres e-mail i ustal hasło. Potem doładuj konto w systemie moBilet (np. przelewem lub Blikiem). Wpisz nazwę miasta, aby znaleźć parking dostępny w systemie. Kliknij i wybierz czas postoju – opłata zostanie pobrana automatycznie.

WYGODA PONAD GRANICAMI

CITYPARKAPP – PŁAĆ ZA PARKING działa w ponad 70 miastach. Pobierz apkę i zaloguj się przez konto Google lub zarejestruj się, podając adres e-mail. Ustaw hasło i wpisz kod weryfikacyjny z e-maila. Wybierz kraj (Polska, Litwa, Łotwa, Estonia), ustaw PIN, wpisz numer rejestracyjny i kliknij Kontynuuj. Dodaj metodę płatności (np. Blik, Google Pay). Przy włączonej lokalizacji zobaczysz parkingi w okolicy i ceny. Kliknij strzałkę, a nawigacja poprowadzi cię do celu.



FOT: ADOBE STOCK, MATERIAŁY PRASOWE (4)

BEZPRZEWODOWY • 8 NARZĘDZI W 1 • GOTOWY DO PRACY W 30 SEKUND

REKLAMA

PRZEŁOM 2026!

WYKONAJ PRACE W OGRODZIE Z LEKKOŚCIĄ

HEDGRO 8-W-1 MAX

Bezprzewodowe MULTI-NARZĘDZIE 8-w-1!

OD TRAWY, PRZEZ KRZAKI, PO GRUBE GAŁĘZIE – 1 URZĄDZENIE!

ZAMÓW ZA 299 zł
OFERTA DO WYCZERPANIA ZAPASÓW

AKUMULATOR LITOWO-JONOWY

HEDGRO 8-W-1 MAX zmienia 4-godzinną harówkę w 90-minutową przyjemność. 1 przycisk – 8 funkcji: kosa elektryczna, podkaszarka żyłkowa, nożyce do żywopłotu, piła ogrodowa, wykrawacz krawędzi, wykaszarka do zarośli, przycinarka teleskopowa do gałęzi, kosa do zboczy... **Zero kabli, zero benzyny, duża wygoda.**

Stalowe Ostrza: Tną twarde chwasty i małe krzewy

Tarcza Tnąca: Przycina krzewy i grubsze gałęzie

Plastikowe Ostrza: Koszą delikatną trawę

Podwójna Żyłka: Wykrawa idealne krawędzie i długą trawę

REGULOWANY TELESKOPOWY UCHWYT

W ZESTAWIE OTRZYMUJESZ:

- Narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX
- Akumulator litowo-jonowy 1300 mAh (90 minut pracy)
- Uchwyt teleskopowy (80–120 cm)
- 4 typy ostrzy: stalowe/tarcza/plastik/żyłka
- Osłona bezpieczeństwa + kółka prowadzące+ ładowarka
- PREZENT: Okulary + rękawice (wartość 49 zł)

Dlaczego warto używać multi-narzędzie HEDGRO 8-W-1 MAX?

Lekkie i Przenośne: komfortowa praca nawet przez kilka godzin.

Regulowane i uniwersalne: 3 wysokości, 3 kąty, 4 ostrza – idealnie do każdego zadania.

Kompletny zestaw: zawiera elementy ochronne zapewniające bezpieczne użytkowanie.

Montaż = Klik-Klik-Start: Od pudełka do pracy w 5 minut – instrukcja obrazkowa.

3 RÓŻNE KĄTY NACHYLENIA OSTRZA

4 WYMIENNE TYPY OSTRZY W ZESTAWIE

KOMPAKTOWY I SKŁADANY

MOCNY SILNIK

DO 90 MINUT PRACY NA 1 ŁADOWANIU!

LEKKIE I ŁATWE W OBSŁUDZE

* Masa urządzenia bez akumulatora.

Tylko do wyczerpania zapasów – cena 299 zł

Przytnij trawnik, zarośla i gałęzie SZYBKO I WYGODNIE

HEDGRO 8-W-1 MAX to jedyne narzędzie, którego potrzebujesz. Cisza (65dB), zero spalin, zero kabli. Bezprzewodowy, z wydajnym akumulatorem Li-Ion, daje do 90 minut pracy!

- 4 wymienne ostrza – od precyzyjnych krawędzi po grube gałęzie (Ø25mm)
- Teleskopowy uchwyt 80-120cm – praca w wygodnej pozycji!
- Lekka konstrukcja – **2,3 kg***
- Poziom dźwięku zbliżony do cichej rozmowy (ok. 65 dB)

CZERWCOWA OFERTA TELEFONICZNA:
Zadzwoń i zamów za 299 zł!

PREZENT: okulary ochronne + rękawice (wartość katalogowa 49 zł)

EKSPRESOWA DOSTAWA KURIEREM

Płatność przy odbiorze – 0 zł przedpłaty

Zadzwoń TERAZ:

☎ 42 300 33 85

(Pon.-pt. 8:00-20:00, sob. i niedz. 9:00-20:00; standardowy koszt połączenia telefonicznego dla danego operatora)

Szczegóły oraz informacje dotyczące zwrotów i reklamacji dostępne są pod adresem sprzedawcy: Nargo Invest Sp. z o.o., ul. Żołnierzy i Armii Wojska Polskiego 10/B6, 81-383 Gdynia, +48 538448631, contactpl@globadvice.info. Regulamin: https://customers-statute.com/statute/pl/.