BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Panorama BRZEGU DOLNEGO

NR 5 (119), ROK 6
CZWARTEK, 12.03.2020
ISSN 2449-5379

300 tysięcy zł pozyskane na Dom Seniora+

Gmina Brzeg Dolny otrzymała 300 tys. zł w ramach programu Senior+, realizowanego przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na lata 2015-2020. Otrzymana kwota jest maksymalną, o jaką mogła ubiegać się gmina. Str. 3

Plebiscyt Sportowy rozstrzygnięty!

Od 25 lutego do 6 marca mogli Państwo oddawać głosy drogą SMS na Najpopularniejszego Sportowca, Nadzieję Sportu, Trenera oraz Organizację propagującą sportowy i aktywny tryb życia. Przedstawiamy wyłonionych przez Państwa, najpopularniejszych sportowców 2019 roku. Str. 25

Informujemy, iż działalność Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury zostaje ZAWIESZONA DO ODWOŁANIA.

Zaplanowane na najbliższy czas wydarzenia nie odbędą się.

W związku z istniejącym zagrożeniem epidemiologicznym spowodowanym przez koronawirusa SARS-CoV-2, który wywołuje chorobę COVID-19, informuję o ograniczeniu dostępności budynków urzędów skarbowych dla Klientów tylko do sal obsługi podatnika.

Proponowane formy kontaktu z jednostkami organizacyjnymi KAS: środki komunikacji elektronicznej (e-mail), profilu zaufanego oraz infolinii, składanie zeznań rocznych za pomocą usługi Twój e-PIT i e-Deklaracje.

SZEF KRAJOWEJ ADMINISTRACJI SKARBOWEJ
Magdalena Rzeczkowska Sekretarz Stanu

KOMUNIKAT

Brzeg Dolny, 11.03.2020 r.

KOMUNIKAT BURMISTRZA BRZEGU DOLNEGO

W związku z decyzją Prezesa Rady Ministrów o zamknięciu na dwa tygodnie wszystkich placówek edukacyjnych i opiekuńczych w kraju, od poniedziałku 16 marca 2020 r. zawieszam zajęcia dydaktyczno-wychowawcze w gminnych placówkach oświatowych. Oznacza to, że Liceum Ogólnokształcące im. J. M. Ossolińskiego, szkoły podstawowe, przedszkola, klub dziecięcy na terenie miasta i gminy Brzeg Dolny nie będą prowadziły zajęć dydaktycznych i opiekuńczych. W dniach 12-13 marca, czyli w najbliższy czwartek i piątek, placówki edukacyjne nie będą prowadziły zajęć dydaktycznych, a jedynie opiekuńcze w uzasadnionych, wyjątkowych sytuacjach. Apeluję do rodziców o rozwagę i odpowiedzialność, a w związku z tym – o pozostawienie dzieci w najbliższych dniach w domach. Proszę o śledzenie informacji na stronie www.brzegdolny.pl oraz na stronach placówek oświatowych.

Od poniedziałku 16 marca zawieszone zostają również dowozy dzieci do szkół.

Informacje na temat zasiłku opiekuńczego dla rodziców:
www.bit.ly/3396Ucj

Informacje Ministerstwa Edukacji Narodowej:
www.bit.ly/2Q5oSai

Paweł Pirek
Burmistrz Brzegu Dolnego

Podziękowanie

Dziękujemy wszystkim,
którzy uczestniczyli
w pogrzebie mojej Żony

Grażyny Szumilas

oraz okazali wiele serca,
życzliwości i współczucia
w trudnych dla naszej
rodziny chwilach.

Składamy wyrazy wdzięczności.

Mąż z Rodziną
oraz Mama i Siostra z Rodziną

Brzeg Dolny na archiwalnej fotografii

Rynek z początku XX w. – widok na ulicę Pańską (Herrenstrasse) obecnie Kochanowskiego.
W oddali widoczne wieże pałacu. Z lewej strony ulicy karczma „Pod Żółtym Lwem", zwana wielką karczmą. W roku 1723 została przeniesiona do narożnego budynku w Rynku z charakterystyczną na elewacji głową lwa. Obok wejścia do karczmy znajdował się dystrybutor paliwa firmy Shell. Po prawej stronie ulicy sklep ze sprzętem gospodarstwa domowego, artykułami kolonialnymi, tytoniem.

Wybór i opis zdjęć: Józef Szumilas.

Dwutygodnik Samorządowy „Panorama Brzegu Dolnego"

Wydawca: Dolnobrzeski Ośrodek Kultury, Danuta Chłód – dyrektor. **Nakład:** 7 000 egzemplarzy.
Adres wydawcy: ul. Kolejowa 29, 56-120 Brzeg Dolny, tel. 71 319 52 52.
Druk: Agora SA
Kontakt z redakcją: tel. 71 319 51 17 (wew. 258); e-mail: panorama@brzegdolny.pl, reklama.panorama@brzegdolny.pl.
Redaktor naczelna: Justyna Bazylak, **dziennikarz:** Sandra Jagieła, Wojciech Medyński,
dziennikarz, korekta: Marta Wabiszczewicz-Krawczuk **korekta:** Angelika Furgacz, **skład, grafika, reklama:** Mateusz Mrozek (**MROZEK.ORG**).
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść i charakter reklam i ogłoszeń.
Zastrzegamy sobie prawo do zmiany tytułów i adiustacji nadesłanych tekstów bez naruszenia głównej myśli autora.

300 tys. złotych – pozyskana dotacja na Dom Seniora+

Gmina Brzeg Dolny otrzymała 300 tys. zł w ramach programu Senior+, realizowanego przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na lata 2015-2020.

Celem projektu są działania o wymiarze opiekuńczym, ale również aktywizującym dla osób w wieku 60 lat i więcej. W naszym mieście Dzienny Dom Senior+ powstanie na terenie pawilonów przy ulicy Zwycięstwa. Otrzymana kwota jest maksymalną, o jaką mogła ubiegać się gmina. Dotacja zostanie przeznaczona na prace remontowo-budowalne oraz wyposażenie. Koszt inwestycji wyniesie milion złotych, a pozyskane środki pokryją 1/3 kosztów projektu. Prace remontowo-adaptacyjne rozpoczną się w najbliższym czasie.

jb

Dzienny Dom Senior + dopisany do budżetu

9 marca na wniosek burmistrza w trybie nadzwyczajnym zwołana została XVIII sesja Rady Miejskiej. Na sesji omawiano i przegłosowano zmiany budżetu gminy Brzeg Dolny na 2020 rok. Zmiany w budżecie spowodowane są wprowadzeniem nowego zadania, jakim jest utworzenie i wyposażenie Dziennego Domu Opieki Senior+.

Zadania tego nie dopisano do pierwotnej wersji budżetu gminy, ponieważ nie wiadomo było, czy konkurs „Senior+" będzie ogłoszony. Mówiło się, że program ten jest na wyczerpaniu, przynajmniej w takiej formule, w jakiej do tej pory funkcjonował. Wnioski na dofinansowanie złożono już na początku stycznia 2020 roku bez pewności otrzymania dofinasowania, bo zainteresowanie było spore. Gmina Brzeg Dolny dostała najwyższe dofinansowanie na Dolnym Śląsku, czyli 300 tys. zł. Do zmian w budżecie gminy na ten rok dopisano również zadanie zakupu i wyposażenia świetlicy wiejskiej we wsi Pysząca. Dzienny Dom Senior+ ma powstać do końca tego roku. Wartość tego zadania w kosztorysie inwestorskim to 1 mln 200 tys. i z tego 300 tys. będzie pochodziło z środków ministerstwa. 15 głosami za przy 0 wstrzymujących się i 0 przeciwnych przegłosowano uchwałę o zmianie budżetu gminy na 2020 rok.

sj

Spotkanie w sprawie koronawirusa

W sali kawiarnianej Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury odbyło się spotkanie kierowników jednostek samorządowych oraz dyrektorów szkół z głównym inspektorem sanitarnym w powiecie wołowskim Krystyną Fesz-Chlebowską, prezesem PCM Piotrem Burdachem, urzędnikami do spraw bezpieczeństwa w gminie oraz przedstawicielami władz samorządowych.

Celem spotkania było omówienie problemu koronawirusa oraz środków zapobiegania rozprzestrzeniana się wirusa w gminie Brzeg Dolny. Jak powiedziała Krystyna Fesz-Chlebowska, sprawą priorytetową jest zachowanie zasad higieny oraz rozwaga w kontaktach oraz wyjazdach. Przypominamy raz jeszcze, że jeśli pojawią się: wysoka gorączka, kaszel oraz duszności, należy niezwłocznie poinformować o tym służby sanitarne lub zadzwonić pod numer 112. Pod żadnym pozorem nie można samemu udawać się do przychodni czy szpitala, gdyż grozi to rozprzestrzenianiem się wirusa.

Apelujemy o korzystanie wyłącznie ze sprawdzonych źródeł informacji o koronawirusie, które znajdziecie Państwo w serwisach instytucji publicznych, na stronach: www.gis.gov.pl, gov.pl/koronawirus lub dzwoniąc pod numer bezpłatnej infolinii NFZ 800-190-590.

sj

reklama
Rzeczoznawca Majątkowy
Wycena Nieruchomości
Paulina Kozakiewicz
tel. 731 156 693
atut.wycena.nieruchomosci@gazeta.pl

Najważniejsze są odpowiedzialność i zdrowy rozsądek

Z Państwowym Powiatowym Inspektorem Sanitarnym w Wołowie Krystyną Fesz-Chlebowską oraz Starszym Asystentem Sekcji Epidemiologii Małgorzatą Makulus rozmawiam o działaniach podejmowanych przez Państwową Inspekcję Sanitarną w kwestii koronawirusa w naszym powiecie oraz o środkach ostrożności, jakie w tej sytuacji powinien przedsięwziąć każdy z nas.

Asystent Sekcji Epidemiologii Małgorzata Makulus

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Wołowie Krystyna Fesz-Chlebowska

Co dzisiaj wiemy o koronawirusie? Czy jest to całkiem nowa odmiana wirusa?

K.F-Ch.: Koronawirusy są znane od lat 60. ubiegłego wieku. Poznane zostały różne gatunki u ptaków i ssaków, tym również gatunki u człowieka. Powodują one u ludzi zakażenia dróg oddechowych i pokarmowych o lekkim przebiegu. W XXI wieku pojawiły się jednak nowe, dużo bardziej groźne koronawirusy człowieka. W 2002 roku pojawił się koronawirus SARS wywołujący u ludzi zespół ciężkiej ostrej niewydolności oddechowej, a jego źródłem są najprawdopodobniej małe nietoperze owadożerne z Chin. W 2012 roku został wykryty koronawirus MERS (zespół bliskowschodniej niewydolności oddechowej), pochodzący od wielbłądów, jednak jego przenoszenie się z człowieka na człowieka jest bardzo słabe. W 2019 roku wykryto trzeci, nazywany początkowo koronawirusem z Wuhan, następnie 2019-nCoV, a ostatecznie nadano mu nazwę SARS-CoV-2 (koronawirus SARS typu 2), ponieważ ma on 80-procentowe podobieństwo genetyczne do wirusa SARS z 2002 r. oraz wywołuje bardzo podobne objawy. Istnieje również bardzo duże prawdopodobieństwo, że obecny koronawirus SARS-CoV-2 pochodzi od nietoperzy z Chin. Jest bardzo możliwe, że wirus przeszedł bezpośrednio lub pośrednio (poprzez inne ssaki) na człowieka, a wskutek zachodzących w nim mutacji nabył zdolności namnażania się w komórkach ludzkich. SARS-Cov-2 stał się już wirusem ludzkim przenoszącym się z człowieka na człowieka. Wywołuje chorobę nazwaną COVID-19. Objawy choroby, przypominające lekkie przeziębienie lub ciężką grypę, rozwijają się w przeciągu 2-14 dni od zakażenia. U osób tych namnaża się wirus i zakażają innych ludzi, pomimo że same nie mają jeszcze objawów choroby. Obecnie mamy również wzmożony okres zachorowań na grypę i choroby grypopodobne. Sprawia to, że nadzór epidemiologiczny nad rozprzestrzenianiem się wirusa jest bardzo trudny.

Kto jest najbardziej narażony na zakażenie koronawirusem?

K.F-Ch.: Koronawirus przenosi się bezpośrednio drogą kropelkową. Powstające w trakcie kichania, kaszlu, mówienia drobne kropelki wydzieliny zawierają wirusa i mogą być przyczyną zakażenia. Odległość 1–1,5 m jest traktowana jako bezpieczna, jeżeli osoba nie kaszle i nie kicha. Koronawirus może przenosić się również pośrednio poprzez skażone wydzieliną oddechową, podczas kaszlu i kichania, przedmioty i powierzchnie. Pomimo że wirus nie przetrwa poza organizmem człowieka, to jednak przez kilkanaście godzin może być jeszcze zakaźny. Stąd tak bardzo ważna jest higiena rąk. Obserwując sytuację epidemiologiczną na świecie, związaną z rozwojem choroby COVID-19, można stwierdzić, że istnieje wysokie powiązanie przebiegu choroby i wieku, bowiem śmiertelność rośnie wraz z wiekiem pacjenta i w grupie powyżej 70. roku życia wynosi kilkanaście procent. Poważnym zagrożeniem koronawirus SARS- CoV-2, zresztą tak jak wirus grypy, jest dla osób z przewlekłymi chorobami układu oddechowego, osób obciążonych poważnymi schorzeniami, chorobami nowotworowymi, z upośledzeniem odporności, po przeszczepach. U tych osób przebieg choroby może być bardzo ciężki i skończyć się śmiercią.

Od kilku dni media alarmują o zachowaniu ostrożności, dotyczy to szczególnie podróżnych wracających z zagranicy. Jakie kroki powinna podjąć osoba, która przyjechała z regionu, gdzie odnotowano zakażenia, lub która miała kontakt z kimś, kto z takiego obszaru wrócił?

M.M.: Jeśli osoba, która przebywała na obszarze, gdzie jest transmisja zakażenia, miała kontakt z osobą podejrzaną o zachorowanie bądź osobą chorą, powinna zgłosić ten fakt telefonicznie do Inspekcji Sanitarnej czyli sanepidu. Wtedy z taką osobą ustalamy, czy ma objawy, które wskazywałyby na zakażenie, czy jest bezobjawowa. Jeżeli u pacjenta nie wystąpiły objawy, to zostanie objęty nadzorem stacji. Jeśli wywiad wykaże, ze u danej osoby występuje jeden z objawów – czyli gorączka powyżej 38 stopni, kaszel bądź duszności, taka osoba jest proszona o udanie się, najlepiej karetką pogotowia, do jednego z czterech szpitali zakaźnych w naszym województwie. Najbliższe oddziały zakaźne znajdują się we Wrocławiu – na ulicy Koszarowej i na ulicy Chałubińskiego. Ważne jest, by w tej sytuacji nie korzystać z transportu publicznego, by nie narażać innych na ewentualny kontakt. W szpitalu lekarz zdecyduje, czy pacjent zostanie poddany hospitalizacji. Jeżeli nie będzie poddany hospitalizacji lub zostanie ona zakończona przed upływem14 dni, pacjent zostanie objęty nadzorem stacji.

W jaki sposób można się uchronić? Jakie środki ostrożności przedsięwziąć?

K.F-Ch.: Należy myć bardzo często ręce ciepłą wodą z mydłem, używać ręczników jednorazowych, a w przypadku niemożliwości umycia rąk stosować preparaty odkażające na bazie alkoholu. Kichamy i kaszlemy w zagłębienie łokcia lub chusteczkę higieniczną i natychmiast ją wyrzucamy i myjemy ręce. Unikamy dotykania dłońmi okolicy ust, nosa i oczu. Nigdy nie kichamy w otwarte dłonie, żeby potem przez zanieczyszczone ręce nie pozostawić wirusa na rzeczach, które staną się zakaźne. Utrzymujemy odległość kontaktu co najmniej 1 m, jeżeli ktoś kicha i kaszle, ma gorączkę bądź objawy przeziębienia. Jeśli chodzi o maseczki, to powinny być one używane tylko przez personel medyczny, który zajmuje się chorymi i przez chorego czy podejrzanego o zachorowanie na czas transportu do szpitala, by ograniczyć rozprzestrzenianie się wirusa. Są to specjalistyczne maseczki z odpowiednimi filtrami. Powtórzę: myjmy dłonie ciepłą wodą z mydłem. Instrukcje, jak prawidłowo to wykonywać, są dostępne na stronach internetowych GIS-u, ministerstwa zdrowia, również PSSE w Wołowie. Należy odkażać ręce preparatami na bazie alkoholu, ponieważ ten wirus, jak wszystkie wirusy z tej grupy, jest wrażliwy na jego działanie. Możemy używać tych preparatów szczególnie, kiedy nie możemy umyć rąk wodą z mydłem. Obecnie bardzo ważna jest również odpowiedzialność osób, które powracają do kraju z regionów, gdzie wystąpiły zakażenia i zachorowania na nowego koronawirusa. Nawet w przypadku braku objawów powinny one zastosować kwarantannę, czyli pozostać w domu przez 14 dni i prowadzić samokontrolę. Również osoby z ich bliskiego otoczenia, rodzina, zamieszkujący razem powinni ograniczyć kontakty z innymi ludźmi i pozostać w domu. Osoby powracające powinny również niezwłocznie powiadomić powiatową stację. Pracownicy udzielą niezbędnych informacji i wyjaśnią wątpliwości.

Jakie są procedury w razie pojawienia się koronawirusa na terenie naszego kraju?

K.F-Ch.: W sytuacji, jaką mamy obecnie, otrzymujemy wytyczne z Głównego Inspektoratu Sanitarnego. W zależności od tego, których instytucji one dotyczą – szkół, przedszkoli, podmiotów medycznych, hoteli bądź obiektów świadczących usługi hotelarskie – przesyłamy je do wykorzystania i postępowania zgodnie z nimi. Wszystko po to, by ludzie działający w tych obszarach wiedzieli, jak postępować z osobami, które się do nich zgłoszą. Są to schematy postępowania w przypadku podejrzenia zakażenia koronawirusem SARS-CoV-2. Najważniejszy jest zdrowy rozsądek. Istotne jest, aby w przypadku wątpliwości skontaktować się jak najszybciej z Powiatową Stacją Sanitarno-Epidemiologiczną w Wołowie, przekazując wszelkie niezbędne dane, w tym kiedy i z jakiego regionu osoba powróciła, czy i od kiedy oraz jakie występują u niej objawy.

Czy odbierają Państwo sygnały od zaniepokojonych ludzi z naszego powiatu?

Telefonów jest sporo. Najczęściej dzwonią zaniepokojeni ludzie, lecz nie w swojej sprawie, tylko martwią się o najbliższe osoby bądź pracowników lub uczniów. Często różne pytania zadaje ktoś z rodziny, kto obawia się, co zrobić, jeżeli osoba powracająca do domu z zagranicy się rozchoruje, gdzie szukać pomocy. Wszystkich zaniepokojonych informujemy, że osoby te powinny pozostać w domu na 14-dniowej kwarantannie i obserwować swój stan zdrowia. Powinny skontaktować się z powiatową stacją w Wołowie. Dotychczas odnotowaliśmy kilka zgłoszeń ludzi powracających z rejonów, gdzie były zachorowania. Osoby te, jak również ich bliscy, pozostają pod nadzorem epidemiologicznym lub w kwarantannie. W przypadku wystąpienia gorączki powyżej 38 stopni i duszącego kaszlu chory powinien zgłosić się na oddział zakaźny. Lista oddziałów na terenie województwa dolnośląskiego znajduje się na naszej stronie, można również zawsze do nas zadzwonić. Pracodawca może powierzyć pracownikowi wykonywanie pracy w domu. Jeśli osoby te mogą poświęcić swój urlop bądź wziąć zwolnienie lekarskie, jest to dobre rozwiązanie. Jeśli osoba obawia się, że miała styczność z koronawirusem, chociaż nie ma objawów, a wróciła z obszaru, gdzie są zakażenia i zachorowania, PPIS

reklama

w Wołowie może wydać decyzję o kwarantannie. Ta decyzja jest formą przymusu pozostania w domu, obserwowania siebie, ale ta decyzja jednocześnie powoduje, że pracownik zachowuje prawo do świadczeń za czas nieobecności w pracy. To procedura zgodna z kodeksem pracy, naszymi ustawami i rozporządzeniami. Sanepid jest w tej chwili organem doradczym, a przede wszystkim udzielamy niezbędnych informacji, pomagamy i wyjaśniamy.

Jak skontaktować się z sanepidem?

K.F-Ch.: Kontakt z Państwowym Powiatowym Inspektorem Sanitarnym możliwy jest przez całą dobę pod numerem telefonu: 604208816. W godzinach 7:25 do 15:00 czynne są numery stacjonarne: 71 389 26 72, 71 389 28 56. Każdy dzwoniący uzyska rzetelne informacje, wyjaśnione zostaną wątpliwości. Numery telefonu podane są zarówno na stronie BIP, jak i na stronie internetowej stacji. Umieszczane są tam również bieżące informacje oraz materiały i instrukcje do pobrania. Znajdują się tam także adresy stron, na których można śledzić najświeższe informacje o rejonach, gdzie występują kolejne zachorowania i o sytuacji epidemiologicznej w Polsce.

jb

Bać się rozważnie

O koronawirusie: zagrożeniu, które niesie, o tym, jak zachowywać się aby ograniczyć ryzyko zachorowania i dlaczego panika jest najgorszym wrogiem – wywiad z Piotrem Burdachem, Prezesem Powiatowego Centrum Medycznego w Wołowie.

Prezes Powiatowego Centrum Medycznego w Wołowie Piotr Burdach

Panie Prezesie, czy powinniśmy się bać koronawirusa?

Chyba niewiele osób na świecie zna odpowiedź na to pytanie. Wirus SARS – CoV2, bo tak brzmi jego pełna nazwa, jest wirusem nowym, zarówno dla naszych organizmów, jak i dla naukowców. To że jest nowy dla naszych organizmów oznacza, że nasz układ immunologiczny nie wytwarza wobec niego przeciwciał swoistych, więc jest w znacznym stopniu bezbronny. To, że jest nowy dla naukowców oznacza, że nie znamy do końca jego zjadliwości czy uczymy się dopiero dróg jego transmisji. Z tego co wiemy, dotychczasowa śmiertelność w przebiegu choroby nie jest bardzo wielka, podobna jak w przypadku wirusa grypy z 1968 roku, tzw. wirusa Hong-Kong. Głównym zagrożeniem są tu dwa elementy: masowość zachorowań oraz wynikająca z niej częstość występowania największego powikłania tej choroby, którym jest śródmiąższowe zapalenie płuc i będąca jego następstwem ciężka niewydolność oddechowa, czyli zespół SARS. W przypadku masowych zachorowań, tej najcięższej postaci może być także dużo, a to może być problemem dla naszego systemu opieki zdrowotnej, ponieważ dostępność do respiratorów w naszych niedofinansowanych szpitalach nie jest nieograniczona.

Co w takim razie powinniśmy robić?

Jak wcześniej powiedziałem, choroba jest nowa. To powoduje, że nie istnieje lek zwalczający bezpośrednio wirusa, jakim na przykład w przypadku wirusa grypy jest oseltamiwir (Tamiflu czy Tamivil). Trwają usilne prace nad stworzeniem takich leków, ale póki co ich po prostu nie ma i z chorobą walczy się lekami objawowymi. Nie ma także szczepionek, które są najskuteczniejszą bronią w walce z chorobami wirusowymi. Także i w tym przypadku trwają usilne prace w kilku ośrodkach, ale na skuteczną i sprawdzoną szczepionkę trzeba będzie poczekać co najmniej kilka miesięcy i to przy założeniu, że zostanie ona użyta jeszcze przed zakończeniem wszystkich badań klinicznych. Tak naprawdę jedyną skuteczną bronią, którą posiadamy w tej chwili, jest zachowanie reżimu sanitarnego i nie dopuszczenie do przenoszenia się wirusa pomiędzy kolejnymi osobami. Na co dzień trzeba regularnie myć ręce, bo jest potwierdzone, że wirus przenosi się nie tylko drogą kropelkową, ale także poprzez bezpośredni kontakt. W razie pojawienia się objawów infekcji, bo od tego zaczyna się CoViD-19, jak obecnie nazywa się chorobę wywołaną nowym koronawirusem, trzeba kontaktować się z lekarzem. W sytuacjach zaś pojawienia się infekcji u osoby, która miała kontakt z osobą chorą na CoViD-19 lub przebywała w miejscach, gdzie ta choroba wystąpiła epidemicznie, należy poinformować właściwy terytorialnie Sanepid i udać się na Izbę Przyjęć szpitala zakaźnego, oczywiście nie transportem zbiorowym. Zresztą takie informacje zostały przygotowane przez Głównego Inspektora Sanitarnego i są regularnie przedstawiane chociażby w telewizji publicznej.

Przede wszystkim jednak nie powinniśmy poddawać się panice. Znakomita większość zachorowań na CoViD-19 kończy się wyzdrowieniem. Dbajmy o higienę, nie zarażajmy innych swoimi chorobami, postępujmy według wytycznych GIS, a za parę miesięcy będziemy wspominać obecne zachorowania tak, jak tzw. „świńską grypę" wywoływaną przez wirusa AH1N1 przed 10 laty.

jb

Jeśli w ciągu ostatnich 14 dni byłeś w miejscu gdzie występuje

KORONAWIRUS

i zaobserwowałeś u siebie objawy, takie jak:
GORĄCZKA, KASZEL, DUSZNOŚĆ I PROBLEMY Z ODDYCHANIEM, to:

bezzwłocznie powiadom **telefonicznie** stację sanitarno-epidemiologiczną

tel. **71 389 28 56, 71 389 26 72 lub 604 208 816**
(7.25-15.00) (7.25-15.00) (całodobowo)

lub

w przypadku nasilonych objawów zadzwoń pod numer alarmowy 112
lub zgłoś się bezpośrednio do oddziału zakaźnego – najbliższy oddział

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny, Oddział Zakaźny, ul. Koszarowa 5, Wrocław
tel. 71 326 13 27 do 31, 71 395 75 05
Wrocław - Śródmieście, Uniwersytecki Szpital Kliniczny, ul. T. Chałubińskiego 2-2a, Wrocław
tel. 71 770 31 51, 71 770 31 55

INFOLINIA NFZ W SPRAWIE KORONAWIRUSA – **800 190 590**

PAMIĘTAJ!!!

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzeniania się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśniaj **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych osób w poczekalni!!!

- Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
- Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
- Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
- Nie zbliżaj się do osób chorych.

Ministerstwo Zdrowia NFZ

reklama

*Przykład reprezentatywny do pożyczki Zimowej: całkowita kwota kredytu: 4200 zł, czas obowiązywania umowy: 16 miesięcy, stopa oprocentowania kredytu w skali roku: 9,99% (zmienne), opłata przygotowawcza: 0 zł prowizja: 252 zł, koszt ubezpieczenia: 0 zł, opłata za prowadzenie IKS Plus 16 złza 16 miesięcy, rzeczywista roczna stopa oprocentowania (RRSO): 20,89%, rata: 281,43 zł, całkowita kwota do zapłaty: 4770,96 zł, w tym odsetki: 302,96 zł. Niniejsza informacja nie stanowi oferty w rozumieniu kodeksu cywilnego. Szczegółowe informację dotyczące warunków udzielenia pożyczki gotówkowej, oprocentowania, opłat i prowizji są dostępne w oddziałach SKOK „Śląsk". Pożyczka gotówkowa udzielana jest na warunkach i zasadach szczegółowo określonych w umowie zawieranej z klientem. Dostępność pożyczki uzależniona jest od wyniku przeprowadzonej przez SKOK analizy zdolności kredytowej klienta.

Radni obradowali po raz 17.

Na czwartkowej sesji Rady Miejskiej 27 lutego radni zgodnie przegłosowali uchwałę dotyczącą programu opieki nad zwierzętami bezdomnymi oraz zapobiegania bezdomności zwierząt na terenie gminy Brzeg Dolny. Przegłosowano uchwałę w sprawie regulaminu utrzymania czystości i porządku na terenie naszej gminy oraz uchwałę odnośnie szczegółowego określenia zakresu świadczenia usługi w zakresie odbierania i zagospodarowania odpadów komunalnych od właścicieli nieruchomości zamieszkałych przez mieszkańców.

Radni pozytywnie odnieśli się do uchwały w sprawie przyjęcia programu usuwania azbestu i wyrobu zawierającego azbest z terenu miasta i gminy Brzeg Dolny na lata 2020/2032.

Przychylili się również do zmiany wieloletniej prognozy finansowej na lata 2020/2029, udzielenia dotacji celowej województwu dolnośląskiemu na realizację zadania w zakresie organizowania transportu zbiorowego w wojewódzkich kolejowych przewozach pasażerskich na linii Brzeg Dolny–Wrocław Główny, Wrocław Główny–Brzeg Dolny. Burmistrz Paweł Pirek poinformował, że Urząd Wojewódzki od 1 marca uruchomi dwa dodatkowe połączenia z Wrocławiem, do których dopłaci gmina. Poprawi to warunki osób dojeżdżających do Wrocławia do pracy czy szkoły.

Zmiana KHS-u na MOSiR

W trakcie sesji podjęto uchwałę w sprawie likwidacji zakładu budżetowego o nazwie Kompleks Hotelowo-Sportowy Rokita w Brzegu Dolnym w celu przekształcenia w jednostkę budżetową o nazwie Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Brzegu Dolnym. Skarbnik Anna Gawarecka-Siewruk poinformowała, że zmiany dotyczą przede wszystkim spraw finansowych. Pod względem merytorycznym zadania realizowane będą jak dotychczas. Funkcjonowanie zakładu budżetowego wiąże się z tym, że może uzyskać od gminy tylko do 50 proc. swoich przychodów dotacji przedmiotowej, jednak ta formuła nie sprawdza się. Będąc jednostką budżetową, MOSiR będzie musiał wszystkie zrealizowane dochody odprowadzić do budżetu gminy, a gmina będzie musiała zapewnić środki na finansowanie działalności.

Żłobek

Radni przegłosowali uchwałę w sprawie zmiany uchwały Rady Miejskiej dotyczącej utworzenia Żłobka Miejskiego nr 1 oraz uchwałę o odpłatności i zasad korzystania z niego. Naczelnik Oświaty Małgorzata Bołdyn odniosła się do opłaty, mówiąc, że została skalkulowana za pobyt 10-godzinny. Będzie to opłata stała w wysokości 176 złotych za cały miesiąc, którą wniosą rodzice. Koszty wyżywienia zostały obliczone na podstawie aktualnych cen wyżywienia, z uwzględnieniem specyfiki dzieci poniżej 3. roku życia, i to jest 8 złotych za całodzienne wyżywienie dziecka. Będzie też opłata za wydłużony czas opieki w przypadku nieodebrania dziecka w terminie – jest to 50 złotych za każdą rozpoczętą godzinę. Kwoty są obowiązujące na czas trwania projektu.

Uchwała intencyjna w sprawie utworzenia szkoły muzycznej

Radni podjęli uchwałę w sprawie zamiaru utworzenia szkoły muzycznej I stopnia w Brzegu Dolnym. Naczelnik Małgorzata Bołdyn podkreśliła, że jest to uchwała intencyjna dotycząca utworzenia tego typu placówki. Umożliwi ona burmistrzowi złożenie wniosku do Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, który będzie podstawą, by ministerstwo zajęło się tym projektem i podjęło decyzję, czy taka szkoła może powstać w naszym mieście. Przygotowanie uchwały poprzedzone zostało ankietą wśród rodziców, którzy w większości odpowiedzieli pozytywnie na pomysł utworzenia szkoły muzycznej.

Różne sprawy

W temacie żłobków w trakcie sesji podjęto uchwałę dotyczącą zmiany uchwały Rady Miejskiej w sprawie wysokości zasad ustalania dotacji celowej dla podmiotów prowadzących żłobki lub kluby dziecięce w Brzegu Dolnym. Intencją uchwały jest umożliwienie nowym podmiotom składanie wniosków o dotację. Podjęto uchwałę odnośnie organizacji wspólnej obsługi dla jednostek organizacyjnych prowadzonych przez gminę Brzeg Dolny. Włączenie nowoutworzonego Żłobka nr 1 sprawia, że wszystkie jednostki organizacyjne prowadzone przez gminę podlegają jednej obsłudze.

Burmistrz Paweł Pirek przedstawił sprawozdanie z działalności w okresie międzysesyjnym. Rozpoczął od podkreślenia przypadających na dzień obrad sesji miejskiej – 27 lutego – 88. urodzin Honorowego Obywatela Miasta księdza prałata Jana Kwasika.

Burmistrz odbył spotkanie z prezesem PCC Rokita Wiesławem Klimkowskim, które związane było z wycinką drzew na działce gospodarowanej przez spółkę. Ustalenia dotyczyły nasadzeń w pasie izolacyjnym po stronie PCC, by te odbywały się w koordynacji z pracami gminy. Burmistrz spotkał się również z prezesem PCM-u Piotrem Burdachem. Omawianym tematem było dostosowanie budynku szpitala w Brzegu Dolnym do prowadzenia oddziału internistycznego. Następstwem tego było spotkanie z przedstawicielami biura projektowego, które opracuje w formie projektu wykaz prac związanych z przeniesieniem oddziału – jeśli do tego dojdzie – by ten mógł funkcjonować. Zastępca burmistrza Artur Michałek wziął udział w seminarium „Sztuczna inteligencja – szanse dla wrocławskiego obszaru metropolitalnego", dotyczącym wykorzystania sztucznej inteligencji w rozwoju miast, oraz w spotkaniu „Niesamowity Dolny Śląsk", dotyczącym promocji gminy.

Konsultacje w sprawie odłączenia gminy Wińsko

W trakcie sesji rady głos zabrał wicestarosta Jarosław Iskra odnośnie konsultacji, jakie odbywają się w powiecie wołowskim, dotyczących odłączenia się gminy Wińsko od powiatu wołowskiego. Referendum przeprowadzone w Wińsku zakończyło się chęcią odłączenia od powiatu wołowskiego, zaś konsultacje w Lubinie wykazały chęć przyjęcia gminy Wińsko do powiatu lubińskiego. Do końca marca wojewoda dolnośląski musi podjąć decyzję i zarekomendować odpowiedniemu ministrowi, a ten prezesowi rady ministrów, który do 31 lipca podejmie decyzję co do ewentualnych zmian granic naszego powiatu. Wicestarosta odczytał list wystosowany do mieszkańców naszego powiatu. Konsultacje w tej sprawie odbędą się od 2 do 13 marca w filii Powiatowego Urzędu pracy w Brzegu Dolnym oraz w mobilnych biurach konsultacyjnych.

jb

reklama

Ból kręgosłupa dopada Cię częściej niż zwykle?
Cierpną i mrowią Ci ręce podczas snu?

Nowo otwarty Gabinet Fizjoterapii

oferuje pomoc w zakresie:
- terapii manualnej
- masażu sportowego
- masażu tkanek głębokich
- igłoterapii suchej

O reszcie przekonaj się sam!

ZADZWOŃ 726 429 214

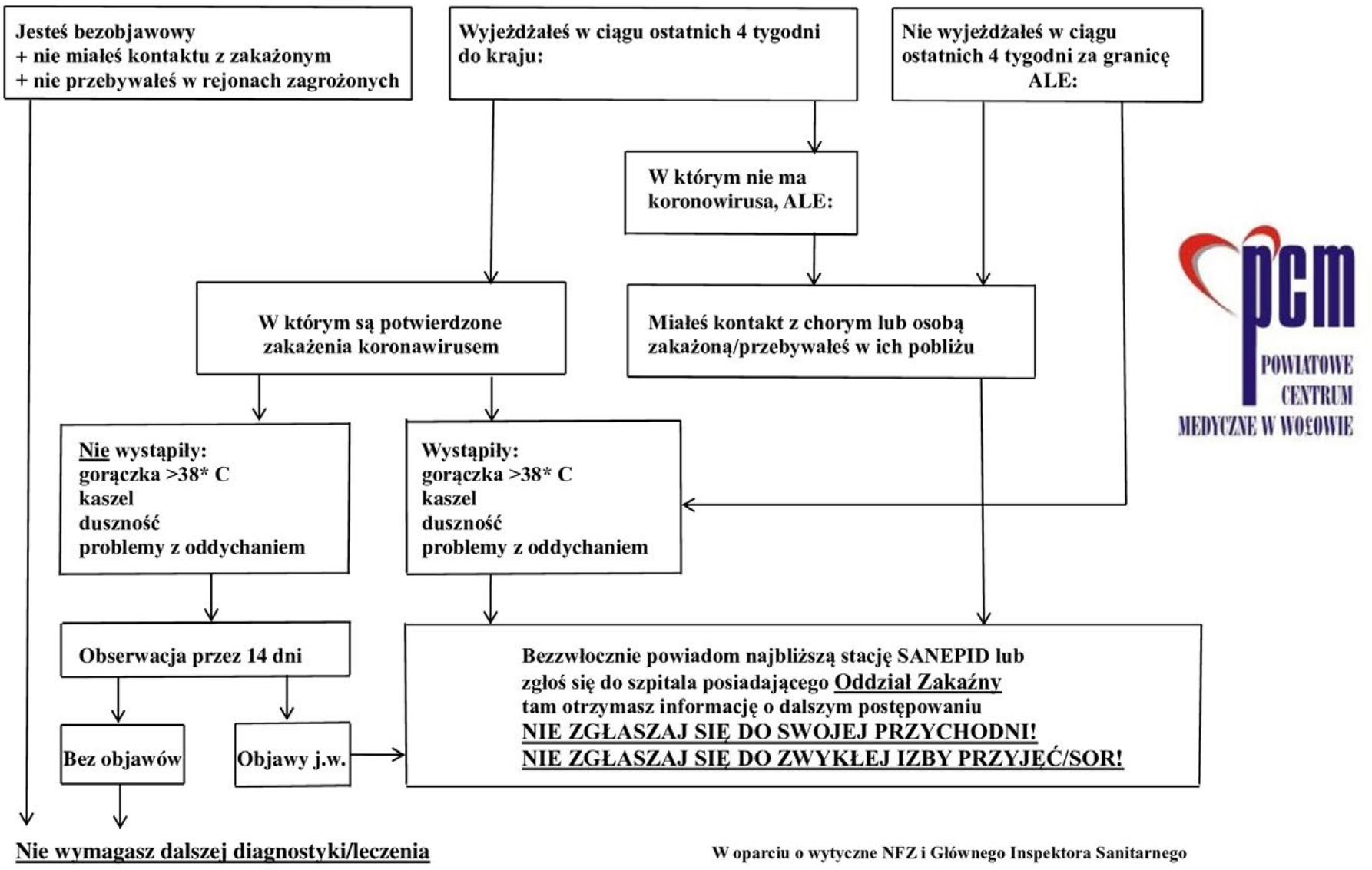
reklama

TWÓJ OGRODNIK

Zaplanuj swój ogród już teraz

ZADZWOŃ
881 436 131

Koronawirus: Sposób postępowania dla pacjentów



Powiatowe Centrum Medyczne w Wołowie

Ministerstwo Zdrowia

Państwowa Inspekcja Sanitarna

NFZ

KORONAWIRUS powoduje gorączkę, kaszel, duszności, bóle mięśni i zmęczenie.

Przenosi się drogą kropelkową, a więc podczas kaszlu, kichania czy mówienia.

Jak zapobiegać zakażeniu?

Często myj ręce, używając mydła i wody.

Kiedy kaszlesz lub kichasz, **zakrywaj usta i nos**.

Zachowaj co najmniej 1 metr odległości od osób, które kaszlą i kichają.

Jeśli **wracasz z regionu**, gdzie występuje koronawirus i **masz objawy** choroby lub miałeś **kontakt z osobą zakażoną**, powiadom telefonicznie o tym stację sanitarno-epidemiologiczną lub zgłoś się do oddziału obserwacyjno-zakaźnego.

PAMIĘTAJ !!!

W przypadku kiedy istnieje podejrzenie zakażenia ale nie masz jeszcze objawów pozostań w domu, **unikaj kontaktu z innymi osobami** aby nie doszło do rozprzestrzeniania się wirusa.

Wszelkie wątpliwości dotyczące swojego stanu zdrowia wyjaśniaj **TELEFONICZNIE** lub innymi metodami zdalnej konsultacji.

NIE ZGŁASZAJ SIĘ SAM DO PRZYCHODNI POZ (chyba, że zostaniesz o to poproszony w określonym terminie) **ani nie udawaj się do szpitala** bez wcześniejszego uzgodnienia gdzie masz się zgłosić i czy jest to potrzebne.

Jeden chory pacjent (**również Ty**) może być źródłem zakażenia wszystkich pozostałych osób w poczekalni!!!

Myj często ręce wodą z mydłem lub środkiem odkażającym na bazie alkoholu.
Unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.
Zasłaniaj usta i nos zgiętym ramieniem lub jednorazową chusteczką kiedy kaszlesz lub kichasz.
Nie zbliżaj się do osób chorych.

Infolinia NFZ

800 190 590

www.gov.pl/koronawirus

Budżet obywatelski

Od 2 marca można składać wnioski do budżetu obywatelskiego Brzegu Dolnego.

Do 13 marca trwa składanie wniosków, które zostaną poddane procedurze weryfikacji. Każdy mieszkaniec, który ukończył 16 lat, może zaproponować projekt, który jego zdaniem powinien być zrealizowany w przyszłym roku. Najciekawsze projekty, które pozytywnie przejdą weryfikację, w kwietniu ostatecznie zostaną przegłosowane. Budżet obywatelski to okazja, by zająć się miejscami, które wg mieszkańców Brzegu Dolnego zasługują na szczególną uwagę.

sj

Przedstawiamy komentarz przewodniczącego Komisji Legislacyjnej Rady Miejskiej Kamila Kasiny.

Budżet obywatelski obowiązuje w gminie Brzeg Dolny od bardzo dawna, choć może nie w takiej formie i „oprawie", jak ten przyjęty przez Radę Miejską w Brzegu Dolnym obecnej kadencji. Aktualna formuła (w której składanie wniosków rozpoczęło się 2 marca 2020 r.) stanowi inicjatywę bardziej sformalizowaną, nadzorowaną i kierowaną przez specjalnie w tym celu powołany zespół oraz – przede wszystkim – wprowadzającą głosowanie mieszkańców nad konkretnymi projektami.

Moim zdaniem zaproponowana wersja budżetu obywatelskiego stanowi impuls do angażowania mieszkańców gminy w sprawy najbardziej bieżące. Możliwość napisania wniosku oraz poddanie go powszechnemu głosowaniu jest przejawem demokratycznego podejścia do decydowania o sprawach ważnych dla samych mieszkańców. Ponadto wspomniana forma budżetu obywatelskiego niesie ze sobą walor edukacyjny, kreujący w szczególności postawy społeczeństwa obywatelskiego (w myśl zasady „nic o nas bez nas"). Szczególnie w tym aspekcie upatrywałbym doniosłej roli budżetu obywatelskiego. Nic przecież tak nie umacnia społeczeństwa na gruncie samorządności lokalnej, jak możliwość współdecydowania o zadaniach własnych gminy, o tym, co się w naszej gminie robi.

Dlatego też namawiam do angażowania się w taki rodzaj aktywności społecznej, korzystanie z dobrodziejstwa budżetu obywatelskiego i oddania głosu na pomysł w największym stopniu spełniający oczekiwania nas samych – mieszkańców.

GOPS Brzeg Dolny

u nas znajdziesz pomoc

Raport z badania „Diagnoza lokalnych zagrożeń społecznych gmina Brzeg Dolny" – cd.

Nikotynizm
Historia palenia tytoniu w Europie sięga XV wieku, kiedy Krzysztof Kolumb przywiózł tytoń z wyprawy na nieznane lądy. Biały człowiek zapalił pierwszy raz w 1492 – były to suszone liście tytoniu zwinięte w rulonik z większego liścia palmy.
Modę na palenie w Europie zapoczątkował ambasador Francji Jean Nicote, od którego nazwiska z resztą pochodzi nazwa nikotyna.
Nikotyna to organiczny związek chemiczny z grupy alkaloidów pirydynowych, silnie trujący i uzależniający, jak alkohol czy narkotyki. Małe dawki nikotyny pobudzają czynność układu nerwowego, większe zaś powodują zatrucie, nawet śmiertelne, wskutek porażenia układu oddechowego.
Nikotyna jest substancją psychoaktywną. Oznacza to, że ma zdolność oddziaływania na ośrodkowy układ nerwowy i odpowiada za występowanie uzależnienia. Z punktu oddziaływania jest substancją pobudzającą, wbrew powszechnie panującej opinii o jej właściwościach uspokajających: stymuluje nerwy przywspółczulne, powoduje wzrost ciśnienia tętniczego, przyspiesza akcję serca.

CYKL UZALEŻNIENIA
Gdy pierwszy raz sięgasz po papierosa, to jesteś pewien, że nic Ci nie grozi i nigdy się nie uzależnisz. Początkowa faza uzależnienia wydaje się przyjemna – nikotyna pobudza w mózgu substancje chemiczne odpowiedzialne za odczuwanie przyjemności, pobudza aktywność, złudnie poprawia się pamięć i koncentracja. Mózg szybko przyzwyczaja się do tych odczuć, aż dochodzi do tego, że człowiek nie może funkcjonować bez papierosów.
Palisz coraz więcej, odczucie głodu nikotyny wcale się nie zmniejsza, a każdy kolejny papieros zaspokaja Cię tylko na chwilę, wciągając w coraz większy nałóg.

CO WDYCHA PALĄCY?
Naftalen – składnik środka owadobójczego; tlenek węgla – gaz powodujący zablokowanie układu krwionośnego, składnik spalin silnikowych; amoniak – gaz drażniący, stosowany w chłodnictwie i jako składnik nawozów; arsen – stosowany jako składnik trujących gazów bojowych; dibenzoakrydyna – stosowana do produkcji barwników; tuloidyna – rozpuszczalnik chemiczny; fenol – składnik środków żrących; DDT – silny środek owadobójczy; butan – składnik paliw silnikowych; aceton i toluidyna – trujący rozpuszczalnik organiczny; piren – związek silnie trujący; chlorek winylu – wykorzystywany w produkcji plastiku; kadm – metal ciężki; substancje rakotwórcze – naftyloamina, dimetylonitrozoamina, benzopiren, uretan, cyjanowodór.

CO GROZI PALACZOWI?
Szybsze łysienie, stępienie węchu i smaku, choroby zębów (próchnica i zażółcenie, choroby dziąseł, paradontoza, nieprzyjemny zapach z ust), nikotynowa twarz, wcześniejsze oznaki starzenia, osłabienie pamięci, bóle głowy, osłabienie wzroku, przebarwienia palców, problemy ze skupieniem uwagi, zgaga, częste infekcje górnych dróg oddechowych, mniejsza potencja i płodność, rozedma płuc, zawał serca, choroby żołądka i dwunastnicy, udary mózgu, nadciśnienie tętnicze, choroba wieńcowa, miażdżyca
Dodatkowo nowotwory: płuc, gardła, języka, krtani, wargi, przełyku, żołądka, pęcherza moczowego, trzustki, nerek.

Zgodnie z oceną brytyjskich uczonych wypalenie papierosa pozbawia palacza 11 minut życia.

BIERNE PALENIE, czyli wdychanie dymu papierosowego przez osoby przebywające w pobliżu palącego jest **BARDZO SZKODLIWE**. Najczęściej w grupie osób palących biernie niestety znajdują się dzieci, które stanowią około 1/3 wszystkich ofiar niepalących, które jednak zmarły z powodu wdychania dymu papierosowego. Ponadto dzieci narażone na bierne palenie rozwijają się wolniej od rówieśników.
Palenie w ciąży bądź narażanie się na bierne palenie szkodzi nie tylko kobiecie, ale również dziecku, które jest niedotlenione i niedożywione; może mieć zaburzenia w obrębie układu oddechowego oraz układu krążenia, ma także większą podatność na choroby i jest słabsze.

KORZYŚCI ZDROWOTNE NIEPALENIA
Organizm rozpoczyna proces oczyszczania się i regenerowania już w momencie wygaszania papierosa:

- w ciągu 20 minut tętno obniży się i ciśnienie krwi wróci do normy;
- w ciągu 8 godzin wzrośnie ilość tlenu w krwi i zmniejszy się ilość tlenku węgla;
- w ciągu 24 godzin znacznie zmniejszy się ryzyko ostrego zwału serca;
- w ciągu 28 godzin do normy wraca zmysł węchu i smaku;
- od 2 tygodni do 3 miesięcy poprawi się kondycja fizyczna, wzmocnieniu ulegnie układ krążenia;
- od 1 do 9 miesięcy poprawi się wydolność układu oddechowego, wzrośnie wydolność płuc;
- po 1 roku ryzyko zachorowania na niedokrwienność serca zmniejszy się o połowę;
- po 5 latach o połowę zmniejszy się ryzyko zachorowania na raka płuc, krtani, jamy ustnej, przełyku; obniży się ryzyko wystąpienia udaru;
- po 10 latach ryzyko zachorowania na chorobę niedokrwienną serca będzie takie, jak u osoby nigdy nie palącej
- po 15 latach ryzyko zachorowania na raka płuc będzie podobne, jak u osoby nigdy nie palącej.

konsultant.gops@brzegdolny.pl

U nas znajdziesz pomoc i wsparcie w zakresie:

- Pomoc społeczna
- Wsparcie rodzin
- Profilaktyka i rozwiązywanie problemów uzależnień
- Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie
- Świadczenia rodzinne
- Świadczenia alimentacyjne
- Świadczenia wychowawcze Rodzina 500+

Wykwalifikowana kadra Ośrodka to:

Pracownicy socjalni | Asystenci rodziny | Pedagodzy | Wychowawcy | Psycholodzy | Konsultanci ds. uzależnień | Opiekunowie domowi | Pracownicy administracyjno-biurowi

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
Rynek 18, 56-120 Brzeg Dolny
Tel./fax 71 319 56 62
gops@brzegdolny.pl
www.gops.brzegdolny.pl

53 lata w Brzegu Dolnym

„Z Łaski Bożej jestem tym czym jestem… kapłanem na wieki" – takie motto przyjął w swojej posłudze. Z Księdzem Prałatem Janem Kwasikiem, byłym proboszczem parafii pw. Chrystusa Króla w Brzegu Dolnym, rozmawiał Artur Michałek.

Jakie drogi przywiodły księdza do Brzegu Dolnego?

Urodziłem się w Kukizowie, oddalonym o 15 km od Lwowa. Nie mieliśmy biedy. Rodzice posiadali dość duże jak na tamte czasy gospodarstwo – ok. 16 ha dobrej ziemi. Nie pamiętam, żebym był kiedyś głodny, ale to były trudne czasy.

Początkowo uczyłem się w Kukizowie. Później musiałem na piechotę chodzić do szkoły aż do Jaryczowa. Błoto na tej drodze było straszne, po kolana i do tego całkiem czarne. Czasem, gdy nauczyciel nie przyjechał na lekcje ze Lwowa, dzień był stracony i trzeba było wracać kawał drogi do domu.

Naprawdę ciężkie czasy rozpoczęły się wraz z okupacją. Gdy wkroczyli Rosjanie, wywozili Polaków na Sybir. Później, jak przyszli Niemcy, zaczęły się mordy na Polakach. W mojej wsi było dużo Ukraińców. Mieszkali u nas też koloniści z centralnej Polski, którzy tu się osiedlili. Mieszkańcy jednej z tych kolonii pojechali na targ do Jaryczowa, a w domu zostawili 15-letniego chłopaka. Ukraińcy odwiedzili gospodarstwo w biały dzień. Podpalili dom, związali chłopaka drutem i wrzucili go do ognia. I on tak żywcem biedny spłonął.

Później wyprowadziliśmy się do Lwowa. Mieszkaliśmy tam przez kilka lat, a gdy rozpoczęły się przesiedlenia, to pojechaliśmy na zachód, w nieznane. Dotarliśmy aż do województwa opolskiego, do miejscowości Korfantów. Tam zamieszkałem wraz z rodzicami i rodzeństwem. Rodzice pracowali na gospodarstwie, a ja chodziłem do gimnazjum w Opolu.

Czułem, że rodzi się we mnie powołanie. Czułem wpływ Łaski Bożej. Rodzice byli dla mnie ważnym wzorem, ale miałem takie upodobania, że chodziłem na wszystkie nabożeństwa. Sam chciałem i nikt mnie do tego nie zmuszał. Tak to się rozwijało. Po ukończeniu gimnazjum i liceum wstąpiłem do wrocławskiego seminarium. W wieku 23 lat zostałem wyświęcony i od razu rzucony na głęboką wodę. Nie było zmiłuj się. Zostałem proboszczem w Ligocie Książęcej, pomimo że wcześniej nie byłem nawet wikarym.

W Ligocie czekały na mnie poważne wyzwania. Jako proboszcz musiałem się zabrać za budowę, a właściwie odbudowę kościoła. Moi parafianie pochodzili z Ottyni, z województwa stanisławowskiego. Przywieźli ze sobą ze wschodu ołtarz i trzeba było przystosować do ołtarza styl kościoła. Odbudowa nie była łatwa. Nie udzielano wtedy pozwoleń na budowę świątyń, trwała otwarta walka z Kościołem. Parafianie byli pobożnymi ludźmi, chcieli mieć jakieś miejsce, gdzie można byłoby odprawić mszę świętą, więc zrobili sobie kaplicę w szkole w Brzozowcu. Dopóki nie było nauki w szkole, to odprawiali tam sobie nabożeństwa, ale przyszedł czas, kiedy trzeba było otworzyć szkołę. I w zamian za to, że ludzie pozwolili szkole normalnie pracować, dostaliśmy pozwolenie na odbudowę kościoła. Mogliśmy rozpocząć budowę, jednak nie mieliśmy żadnych materiałów budowlanych. Wszystko było na przydział, a ja nie miałem w tym zakresie żadnego doświadczenia. Jak to zrobiłem? Zobowiązałem każdego parafianina, żeby swój przydział ofiarował na kościół. W ten sposób zgromadziliśmy potrzebne zapasy, a następnie w ciągu półtora roku odbudowaliśmy świątynię – pierwszą, którą poświęcił arcybiskup Kominek. W Ligocie miałem też problem z plebanią, która była zamieszkana przez ludzi, a na dodatek była w niej urządzona kaplica. Jak człowiek wychodził z nabożeństwa, był cały mokry. Lokatorom plebanii musiałem znaleźć inne mieszkania, żeby się wyprowadzili. Odetchnąłem jednak dopiero po poświęceniu kościoła. Przepracowałem na tej parafii 12 lat. Władze województwa opolskiego nie pałały zbytnią sympatią do Kościoła i ciągle miałem jakieś problemy. Po 12 latach poprosiłem więc o przeniesienie i wtedy trafiłem do Brzegu Dolnego.

W Brzegu Dolnym było choć trochę lżej?

Sytuacja była bardzo podobna jak w Ligocie. Wtedy Kościół nie miał osobowości prawnej. Na plebanii mieszkały cztery rodziny. Wśród nich gospodarz, który poprzednio dostał byle jaką chatkę i po wyniesieniu wszystkich swoich rzeczy podpalił ją. Nie miał gdzie mieszkać, więc pozwolono mu zamieszkać tymczasowo na plebanii, która wtedy była jeszcze pusta, bo proboszcz urzędował w rynku. Ale gdy gospodarz wprowadził się na plebanię, zapisał się do partii, a partia mu to mieszkanie przydzieliła. I plebania przepadła. Gdy przyjechałem tu z matką i siostrą, mieszkaliśmy na plebanii w dwóch pokoikach, a gospodarz kazał mi płacić za pobyt.

I jak rozwiązaliście ten problem?

To nie była prosta sprawa. Nawet wikary mieszkał gdzie indziej, bo na plebanii nie było miejsca. Kupiłem wtedy gospodarstwo, ale daleko, prawie na końcu ul. Naborowskiej. Przez pewien czas tam mieszkałem, ale stamtąd było za daleko do kościoła. Zaproponowałem więc gospodarzowi z plebanii zamianę. Jemu tam bardziej pasowało niż na plebanii, gdzie nie było warunków na prowadzenie gospodarstwa. Zgodził się, ale w czasie przeprowadzki zażyczył sobie, żebym mu do tej zamiany jeszcze dopłacił. Nie zgodziłem się i powiedziałem, że w takim razie wracamy z powrotem. – No to już niech będzie – powiedział gospodarz i jednak się z plebanii wyprowadził. Mieszkały tam jeszcze trzy rodziny, ale i dla nich powoli znalazłem jakieś lokum. Jak już pozałatwiałem sprawy własnościowe, trzeba się było zabrać za jakiś remont. Na plebanii nie było sanitariatu i trzeba było chodzić na podwórko do toalety, a karaluchów było tyle, że jak się zaświeciło wieczorem żarówkę, podłoga była czarna. Żeby się ich pozbyć, zerwałem z podłóg wszystkie deski. Kolejnym problemem było to, że kościół parafialny był mały, a ludzi przychodziło do niego mnóstwo. Podczas nabożeństwa ludzie do komunii świętej musieli chodzić okrężną drogą, przez zakrystię. Dzięki Panu Bogu dostaliśmy pozwolenie na budowę nowego kościoła. To było jedyne pozwolenie wydane wtedy w całej diecezji. Można by zgłosić do Rzymu, że to był cud.

Teraz się Ksiądz śmieje, ale to był zdaje się dopiero początek tytanicznej pracy przy budowie nowej świątyni.

Jak już mieliśmy pozwolenie można było stawiać kościół. Już nie trzeba było szukać miejsca na budowę. Architekta, który wykonał projekt nowego kościoła i wykonawcę , który zrobił plany znalazłem aż w Oleśnie Śląskim. Gdy zaczęliśmy budować okazało się, że grunt jest w tym miejscu bardzo grząski. Jak przyszły opady wszystko grzęzło w błocie. Trzeba było osuszać teren. Nie było łatwo, ale dzięki Bogu jakoś to wszystko szło.

Gdy wykopaliśmy rowy pod fundamenty przyszła taka ulewa, że wszystko zalała. Musieliśmy wypompować całą wodę i pogłębić wykopy do twardego gruntu. Pan Bóg jakoś tak mi pomagał, że nie miałem problemów z materiałami budowlanymi, których nie można było nigdzie kupić. W pewnym momencie mieliśmy już tyle materiałów, że nawet Rokita od nas pożyczała. Na dworze stał silos, w którym składowaliśmy dużo cementu. Kiedyś przyszedł do mnie dyrektor Rokity, żebym pożyczył mu cementu.

Dzisiaj trudno w to uwierzyć.

A jednak. Powiedział: – Proszę księdza, potrzebujemy na gwałt cementu. Zapytałem ile im potrzeba. Odpowiedział, że 30 ton. Pożyczyłem. Taki układ mi odpowiadał, bo cement się starzał, a dzięki naszej umowie później miałem świeży.

W czasie, w którym powstawał kościół, działała Solidarność. Panował klimat zrywu narodowego i do pracy na budowie zgłaszało się dzień w dzień wielu mieszkańców Brzegu Dolnego. Przychodziło czasem nawet ok. 150 osób i ciężko było znaleźć dla nich jakieś zajęcie. Wszyscy pracowali społecznie. Dzięki temu po trzech latach powstał kościół, i to wraz z wyposażeniem. To było niespotykane, bo kościoły buduje się często długimi latami.

Z krótkim okresem budowy wiąże się ciekawa historia. Kiedyś obiecałem, że jeśli w trzy lata zakończymy budowę, to zaproszę prymasa. Ludzie sobie o tym przypomnieli i jakoś trzeba to było załatwić. Pojechaliśmy do arcybiskupa Gulbinowicza i powiedzieliśmy, że chcemy poświęcić kościół i ludzie proszą o księdza arcybiskupa, ale proszą też o prymasa. Arcybiskup Gulbinowicz podczas zjazdu episkopatu poprosił więc prymasa o przyjazd do Brzegu Dolnego. Z zaproszeniem do prymasa pojechaliśmy także bezpośrednio z Brzegu Dolnego. Prymas nas przyjął bardzo serdecznie i obiecał, że jeśli wszystko będzie dobrze przyjedzie 11 listopada 1984 r. Swoją wizytę u prymasa zrelacjonowaliśmy później arcybiskupowi Gulbinowiczowi. Arcybiskup nas wysłuchał, zamyślił się i powiedział: – A jednak połknął haczyk...

Ksiądz prymas Glemp przyjechał w umówionym terminie i odbyła się konsekracja. No i dzięki Bogu, jakoś to się odbyło. Przyjechali księża, była wielka uroczystość z udziałem wiernych.

Proszę powiedzieć coś jeszcze o czasach Solidarności w Brzegu Dolnym.

Gdy nastała Solidarność rozpoczęły się prześladowania. Zaczęto zamykać ludzi do więzienia. W naszej parafii przechowywaliśmy sztandar Solidarności, odprawialiśmy tu również nabożeństwa dla członków związku. Miałem przez to trochę kłopotów. Ciągali mnie na UB, ale jakoś dawałem sobie radę. Mówili: „Ksiądz Kwasik to jest dyplomata. Obiecą, a swoje zrobi". W tym czasie pomagałem wielu ludziom i co bardzo ważne, nie dałem się wciągnąć w żadną grę z organami bezpieczeństwa. Mam spokojne sumienie, choć wiem, że w tym czasie w kościele trafiali się księża tzw. „patrioci", którzy współpracowali z władzą.

Gdy opowiadam dzisiaj swoim dzieciom, że w stanie wojennym trzeba było stać w kolejkach, że jedzenie było na kartki, to nie rozumieją o czym ja mówię. Jedno trzeba podkreślić, że ludzie byli wtedy bardzo blisko siebie.

To prawda, kolejki były tasiemcowe, a i tak niczego nie można było dostać. Było biednie, ale ludzie dużo ze sobą rozmawiali. W tym sensie bieda jednoczy. Dzisiaj brakuje kontaktu pomiędzy ludźmi. Między innym przez telefony komórkowe, które są bardzo dobrym wynalazkiem, ale też bardzo uzależniają, zwłaszcza młodych, którzy mają ze sobą coraz mniej bezpośredniego kontaktu. Wszyscy wpatrują się w ekrany.

Gdy jechałem ostatnio pociągiem do Wrocławia, chwilę po odjeździe pociągu wszyscy pasażerowie wyciągnęli telefony. Kiedyś ludzie, którzy siedzieli naprzeciwko siebie i mieli przed sobą daleką podróż, rozmawiali. Dziś wszyscy pochylają się nad smartfonami.

To jest choroba, ale żeby nie wylewać dziecka z kąpielą trzeba powiedzieć, że dzięki telefonom mamy też ciągły kontakt z całym światem i pomiędzy sobą. Grunt to nie popadać w uzależnienie.

Ochrzcił ksiądz i pożenił dwa albo trzy pokolenia mieszkańców Brzegu Dolnego, wybudował ksiądz dwa kościoły. Jest się czym pochwalić.

Własnymi siłami nie dałbym rady wszystkiego zrobić. Trzeba zaufać Panu Bogu. Ja zaufałem i Bogu, i Matce Bożej. Zawsze w trudnych chwilach do nich się zwracam. Jeśli polegałbym tylko na sobie, nie udałoby się tego wszystkiego dokonać.

Nie mam już tyle siły co kiedyś. Z wiekiem człowiek staje się trochę słabszy i tylko dzięki Bogu jeszcze funkcjonuje. Najważniejsze, że wiem jak się nazywam i gdzie mieszkam, że głowa funkcjonuje jak powinna. Obecnie, pomimo swoich lat, bardzo dużo pomagam w parafii. Jestem właściwie takim drugim wikarym. Kuria z powodu mniejszej liczby powołań wzięła się trochę na sposób i wtedy, gdy w parafii jest emeryt, zmniejsza liczbę wikarych. Kiedy byłem proboszczem, to miałem dwóch wikarych, a teraz praktycznie sam przejąłem obowiązki jednego z nich. Gdy księża idą do szkoły uczyć religii, to ja odprawiam pogrzeby, a jest ich prawie 50 w ciągu roku, więc jest co robić. Dzięki Bogu przeżyłem w Brzegu Dolnym 53 lata, a księdzem jestem już 65 lat. Przez 52 lata byłem proboszczem – 12 lat w Ligocie Książęcej i 40 lat tutaj.

`Spisał:
Wojciech Medyński

Spotkanie z posłem

W sobotę 7 marca w sali konferencyjnej dolnobrzeskiego Kompleksu Hotelowo-Sportowego „Rokita" odbyło się spotkanie z posłem Lewicy – Krzysztofem Śmiszkiem.

Spotkanie, które zgromadziło ponad 30 osób, dotyczyło bieżącej pracy posła oraz aktualnych zagadnień politycznych.

Krzysztof Śmiszek opowiadał o procesach zjednoczeniowych, zachodzących na lewej stronie sceny politycznej oraz krytykował reformy wprowadzane przez obecny rząd, m.in. zmiany w sądownictwie, które skutkują problemami w zakresie praworządności. Nie zabrakło także wątków lokalnych. Pytany o plany odłączenia się Wińska od powiatu wołowskiego poseł Śmiszek zaapelował o rzeczową, spokojną dyskusję, ponad podziałami partyjnymi. Odnosząc się do problemów z powiatową służbą zdrowia, poseł przypomniał postulaty Lewicy w tym zakresie, dotyczące m.in. szerszego finansowania szpitali lokalnych czy stałej refundowanej ceny leków na receptę.

wm

UWAGA

Zgodnie z decyzją ministra kultury i dziedzictwa narodowego o zamknięciu instytucji kultury Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna będzie zamknięta dla Czytelników od 12 marca 2020.

O terminie ponownego otwarcia biblioteki zawiadomimy Czytelników odrębnym komunikatem.

Podsumowanie ferii zimowych na Komisji Oświaty

Członkowie Komisji Oświaty Rady Miejskiej podsumowali działalność jednostek samorządowych w trakcie ferii zimowych. Jak co roku zajęcia organizował Kompleks Hotelowo-Sportowy „Rokita", biblioteka miejska oraz Dolnobrzeski Ośrodek Kultury.

Dzieci z gminy Brzeg Dolny korzystały z zajęć ogólnorozwojowych na hali sportowej oraz na basenie. W bibliotece największą popularnością cieszyły się zajęcia z programowania z robotem Photon, natomiast w Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury najwięcej dzieci korzystało z warsztatów tematycznych. W szkołach nie organizowano zajęć w trakcie zimowych ferii. Półkolonie będą odbywały się w okresie wakacyjnym w lipcu w Szkole Podstawowej nr 5. W okresie ferii zimowych w zajęciach bibliotecznych wzięło udział 198 dzieci, a w zajęciach w DOK prawie 1100.

Na Komisji Oświaty ustalono również, że 22 sierpnia 2020 roku, po raz pierwszy w gminie Brzeg Dolny, zorganizowany zostanie Piknik Rodzinny, na którym organizatorzy przewidują wiele atrakcji dla dzieci i całych rodzin. Szczegółowe informacje na ten temat już wkrótce.

sj

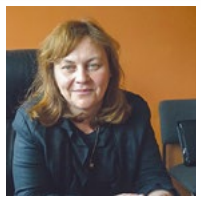
DYŻURY APTEK W BRZEGU DOLNYM MARZEC 2020

12.03.2020	„Dolnobrzeska", ul. Kętrzyńskiego 1, tel. 71 383 14 03
13.03.2020	„Dolnobrzeska", ul. Kętrzyńskiego 1, tel. 71 383 14 03
14.03.2020	„Apteka w Przychodni", Al. Jerozolimskie 28, tel. 71 319 59 13
15.03.2020	„Apteka w Przychodni", Al. Jerozolimskie 28, tel. 71 319 59 13
16.03.2020	„Lawendowa", ul. Zwycięstwa 9, tel. 71 319 09 21
17.03.2020	„Lawendowa", ul. Zwycięstwa 9, tel. 71 319 09 21
18.03.2020	„Tęczowa", Al. Jerozolimskie 33, tel. 71 319 03 35
19.03.2020	„Tęczowa", Al. Jerozolimskie 33, tel. 71 319 03 35
20.03.2020	„Stella", ul. Słowackiego 4, tel. 71 319 86 83
21.03.2020	„Stella", ul. Słowackiego 4, tel. 71 319 86 83
22.03.2020	„Lawendowa", ul. Zwycięstwa 9, tel. 71 319 09 21
23.03.2020	„Lawendowa", ul. Zwycięstwa 9, tel. 71 319 09 21
24.03.2020	„Dolnobrzeska", ul. Kętrzyńskiego 1, tel. 71 383 14 03
25.03.2020	„Dolnobrzeska", ul. Kętrzyńskiego 1, tel. 71 383 14 03

Kancelaria Radcy Prawnego
Ilona Skalska-Lipczyńska
ul. 1 Maja 10 a
(budynek Banku Zachodniego WBK)
tel. 503 130 009
kancelaria.skalska@gmail.com

Marzec 2020:
Poniedziałki 15.00-18.00
Wtorki 9.00-12.00
Bezpłatna pomoc dla mieszkańców gminy Brzeg Dolny.
Proszę o wcześniejsze potwierdzenie terminu.

Radca prawny Ilona Skalska-Lipczyńska
udziela porad prawnych w zakresie:



- prawa rodzinnego i opiekuńczego, w tym spraw alimentacyjnych,
- prawa spadkowego,
- prawa cywilnego,
- prawa konsumenckiego,
- prawa pracy i ubezpieczeń społecznych,
- informacje prawne dla osób, które rozpoczynają działalność gospodarczą, oraz dla właścicieli małych przedsiębiorstw, działających na terenie gminy Brzeg Dolny.

Osoby zainteresowane uzyskaniem porady prawnej powinny w miarę możliwości zabrać ze sobą dokumenty dotyczące tematu, co pozwoli na dokładne zapoznanie się z problemem prawnym.

Godziny pracy Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym

Poniedziałek	–	7.30-17.00
Wtorek	–	7.30-15.30
Środa	–	7.30-15.30
Czwartek	–	7.30-15.30
Piątek	–	7.30-14.00

Konsultacje w sprawie wyjścia gminy Wińsko z powiatu wołowskiego

Do 13 marca potrwają, zorganizowane przez Starostwo Powiatowe w Wołowie, konsultacje społeczne, dotyczące wyjścia gminy Wińsko z powiatu wołowskiego i przyłączenia jej do powiatu lubińskiego.

Za lub przeciw wyjściu Wińska z powiatu wołowskiego można głosować w punktach konsultacyjnych utworzonych w Powiatowym Urzędzie Pracy w Wołowie, filii Powiatowego Urzędu Pracy w Brzegu Dolnym oraz w mobilnych punktach konsultacyjnych, działających na terenie gminy Wińsko. Każdy mieszkaniec powiatu wołowskiego może wypowiedzieć się w tej sprawie, w dowolnie wybranym przez siebie punkcie.

W konsultacjach przeprowadzonych w ubiegłym roku przez Urząd Gminy Wińsko wzięło udział 1291 osób. Za przejściem gminy do powiatu lubińskiego opowiedziały się 733 osoby, a 396 osób było przeciw. W konsultacjach, zorganizowanych w styczniu obecnego roku przez Starostwo Powiatowe w Lubinie, uczestniczyły 424 osoby, z czego większość zagłosowała za przyjęciem Wińska do powiatu lubińskiego. Wyniki konsultacji, prowadzonych obecnie przez powiat wołowski, poznamy już niebawem.

wm

Harmonogram pracy placówek oświatowych w miesiącach lipiec-sierpień 2020

Lp.	Nazwa placówki	1-31.07.2020	1-31.08.2020
1.	Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1 w Brzegu Dolnym	tak	nie
2.	Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2 w Brzegu Dolnym	nie	tak
3.	Szkoła Podstawowa nr 5 w Brzegu Dolnym	tak	nie
4.	Szkoła Podstawowa w Pogalewie Wielkim	nie	tak
5.	Przedszkole Samorządowe nr 1 w Brzegu Dolnym	nie	tak
6.	Przedszkole Samorządowe nr 3 w Brzegu Dolnym	tak	nie

URZĄD MIEJSKI
czynny w pon. w godz. 7:30-17:00
oraz wt.-pt. w godz. 7:30-15:30

Sekretariat
71 319 51 17
fax 71 319 56 83
um@brzegdolny.pl

Burmistrz Paweł Pirek
71 319 51 17
Przyjmuje mieszkańców w każdy wtorek w godz. 10:00-12:00 oraz 14:00-16:00

Przewodniczący RM Andrzej Lech
71 319 51 17 wew. 254 (Biuro RM)
alech00@poczta.onet.pl
Przyjmuje mieszkańców w każdy wtorek w godz. 14:00-16:00

Biuro Rady Miejskiej
71 319 51 17 wew. 254
brm@brzegdolny.pl

Referat ds. Dowodów Osobistych i Ewidencji Ludności
71 319 51 17 wew. 144
71 319 51 17 wew. 141
71 319 54 64

Referat Podatków Lokalnych
71 319 51 17 wew. 125

Urząd Stanu Cywilnego
71 319 51 17 wew. 137
71 319 79 59

Biuro Bezpieczeństwa
71 319 51 17 wew. 257
71 319 61 39

Wydział Rolnictwa
71 319 51 17 wew. 244

Działalność Gospodarcza
71 319 51 17 wew. 263

Organizacje pozarządowe i współpraca międzynarodowa
71 319 51 17 wew. 259

Referat Promocji i Informacji
71 319 51 17 wew. 400
promocja@brzegdolny.pl

PLACÓWKI OŚWIATOWE

Przedszkole Samorządowe nr 1 „Perełka"
ul. Zwycięstwa 1
71 319 56 60
www.ps1brzegdolny.szkolnastrona.pl

Przedszkole Samorządowe nr 3 „Balbinka"
ul. Przedszkolna 1
71 319 56 95
www.balbinka.brzegdolny.pl

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 1 im. Mikołaja Kopernika
ul. Młodzieżowa 2
71 319 51 06
www.zsp1.brzegdolny.pl

Zespół Szkolno-Przedszkolny nr 2
ul. Mickiewicza 14
71 319 51 06

Szkoła Podstawowa nr 5 im. Marii Skłodowskiej-Curie
ul. Zwycięstwa 10
71 319 58 30
www.sp5bd.szkolnastrona.pl

Szkoła Podstawowa w Pogalewie Wielkim im. Janusza Kusocińskiego
Pogalewo Wielkie 12h
71 319 63 79
www.szkolapogalewo.jimdo.com

Liceum Ogólnokształcące im. J. M. Ossolińskiego
ul. Wilcza 10
71 319 98 28
www.pzs.brzegdolny.pl

Zespół Szkół Zawodowych im. Komisji Edukacji Narodowej
ul. 1 Maja 1a
71 319 58 94
www.zsz.brzegdolny.pl

Zespół Placówek Resocjalizacyjnych
ul. 1 Maja 21
71 319 51 79
71 319 51 85
71 728 08 88
www.zprbrzegdolny.pl

KULTURA I SPORT

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury – Kino „Odra"
71 319 52 52
www.dok.brzegdolny.pl
dok@brzegdolny.pl

Galeria Miejska DOK
ul. Zwycięstwa
71 319 55 25

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
ul. Zwycięstwa 3
71 319 55 09
www.biblioteka.brzegdolny.pl

MiGBP – Filia nr 1 w Rynku
ul. Rynek 5
71 319 00 99

MiGBP – Filia nr 2 w Pogalewie Wielkim
71 319 63 79

MiGBP – Filia nr 3 na os. Warzyń
ul. Młodzieżowa 2
71 319 01 66

Kompleks Hotelowo-Sportowy „Rokita"
71 380 80 71
fax 71 380 80 68
www.khs.brzegdolny.pl
khs@brzegdolny.pl
khsbd@wp.pl

Pływalnia Aquasport
71 380 80 49
fax 71 380 80 68
khsbasen@wp.pl

Stadion Miejski
71 319 03 61
71 319 87 90
stadionkhs@wp.pl

POZOSTAŁE

Hotel „Rokita"
71 380 80 30
khshotel@wp.pl

Komisariat Policji w Brzegu Dolnym
71 319 50 38
71 380 82 20

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej
71 319 56 62
www.gops.brzegdolny.pl
gops@brzegdolny.pl

Środowiskowy Dom Samopomocy
71 319 90 48
sds@brzegdolny.pl

Punkt Konsultacyjny „MONAR"
71 319 78 83

Powiatowy Urząd Pracy – Filia Brzeg Dolny
Ul. Kochanowskiego 5
71 319 50 33

Urząd Skarbowy w Wołowie
71 389 24 40
fax 71 389 19 41
www.wolow.us.sisco.info

Stacja PKP
Informacja Kolejowa dla abonentów TP S.A. 19 757
dla abonentów pozostałych operatorów (42) lub (22) 19 436

Zakład Gospodarki Komunalnej
ul. Urazka 11
71 319 54 35
zgk@brzegdolny.pl
ul. Ogrodowa
71 319 62 88
71 319 59 23

Usługi Pogrzebowe
71 319 54 35 (godz. 7:00-15:00)
660 543 406 (godz. 15:00-7:00)

SŁUŻBA ZDROWIA

Szpital Powiatowy w Wołowie – nocna i świąteczna opieka zdrowotna
Wołów, ul. Inwalidów Wojennych 26
71 380 58 11

Przychodnia Brzeg Dolny – rejestracja ogólna
Aleje Jerozolimskie 28
71 380 53 33
503 848 236

Przychodnia Brzeg Dolny – rejestracja dzieci
71 380 53 95
503 847 170

WAŻNE NUMERY

Pogotowie Gazowe
alarmowy – 992

Pogotowie Energetyczne
71 319 55 55

Ochotnicza Straż Pożarna
71 319 58 49
www.osp.brzegdolny.pl
osp@brzegdolny.pl

Pogotowie Ratunkowe w Wołowie – biuro
71 389 24 30

PARAFIE

Rzymskokatolicka parafia pw. Chrystusa Króla
ul. Naborowska 5
695 286 615
brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl
www.christusrex.wbrzegudolnym.pl

Rzymskokatolicka parafia pw. Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel
Rynek 23
71 319 56 89
mbsz.brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl

Rzymskokatolicka parafia pw. Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski
ul. Zielona 2
71 319 58 00
mbkp.brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl
www.krolowapolski.brzegdolny.pl

Kolejne przypadki usiłowań dokonania oszustw na szkodę osób starszych

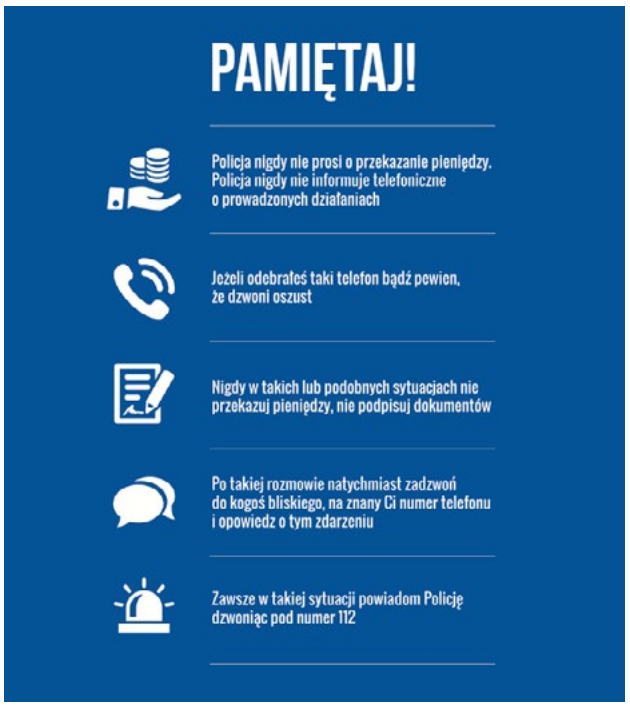
Już po raz kolejny oszuści chcieli wyłudzić oszczędności od mieszkańców powiatu wołowskiego. Sprawcy dzwoniący na telefon stacjonarny podawali się za policjantów i wypytywali o stan rachunku bankowego i oszczędności.

Policjanci ustalają wszystkie okoliczności zdarzenia oraz apelują o ostrożność w kontaktach z nieznajomymi. „W dniu 26 lutego br., do mieszkanki powiatu wołowskiego zadzwonił telefon stacjonarny. W słuchawce odezwała się osoba podająca się za policjanta. W rozmowie wypytywała o stan konta oraz oszczędności. Na szczęście rozsądne osoby nie dały wiary słowom oszustów."

Dzięki podejmowanym przez wołowskich funkcjonariuszy różnorodnym działaniom prewencyjnym, takim jak spotkania z seniorami, uświadamianie dzieci i młodzieży, spotkania z bankowcami, a także współpraca z lokalnymi mediami i samorządami, niewątpliwie wiedza mieszkańców naszego powiatu na temat taktyki oszustów znacznie wzrosła.

Pamiętajmy jednak, że przebiegłość i pomysłowość oszustów jest nieograniczona. W dalszym ciągu apelujemy o ostrożność. Zanim podejmiemy jakiekolwiek kroki, upewnijmy się, że dana osoba jest rzeczywiście tym, za kogo się podaje. W przypadku, gdy zadzwoni do nas rzekomy policjant, opowiadając o prowadzonych akcjach i wiążącej się z tym konieczności wypłat pieniędzy – nie wierzmy jego słowom! O swoich obawach i podejrzeniach jak najszybciej poinformujmy Policję. Policjanci nigdy nie żądają pieniędzy, nie informują również telefonicznie o szczegółach prowadzonych spraw czy akcji.

sierż. szt. Marzena Pawlik
KPP w Wołowie



Nowe znaczki turystyczne z Brzegu Dolnego!

Miło nam poinformować, że od niedawna można zdobyć dwa nowe kolekcjonerskie znaczki turystyczne z Brzegu Dolnego. Na nowych znaczkach widnieje kościół pw. Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel oraz klasztor ss. boromeuszek.

Znaczek turystyczny przedstawia miejsce, do którego dotarł turysta. Jest pamiątką i potwierdzeniem pobytu. Nie można go kupić poza miastem, którego dotyczy. Nie brakuje kolekcjonerów tego typu gadżetów.

Obecnie Brzeg Dolny ma cztery znaczki turystyczne: z zespołem pałacowo-parkowym, kaplicą św. Jadwigi, kościołem Najświętszej Maryi Panny z Góry Karmel oraz klasztorem ss. boromeuszek.

Dolnobrzeskie znaczki turystyczne zakupić można w sklepie Minutka przy ul. Kochanowskiego 11 w Brzeg Dolnym.

sj

Kupony „Panoramy" nr 4 (118)

Zaproszenie do kina „Odra"
Halina Szczepańska, Brzeg Dolny

KUPON KUPON KUPON

Zaproszenie do kina „ODRA" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....

Miejscowość .....

Telefon.....

Punkty składania kuponów: **(termin: 23.03.2020)**
DOK przy ul. Kolejowej 29 **| sklep „Smaczek"** (warzywniak) na os. Warzyń **| biblioteka** na os. Fabrycznym **|** punkt dorabiania kluczy na targowisku miejskim **PHU „Dominik"**

Zaproszenie na pływalnię
Krzysztof Horbacz, Brzeg Dolny

KUPON KUPON KUPON

Zaproszenie na pływalnię Aquasport dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....

Miejscowość .....

Telefon.....

Punkty składania kuponów: **(termin: 23.03.2020)**
DOK przy ul. Kolejowej 29 **| sklep „Smaczek"** (warzywniak) na os. Warzyń **| biblioteka** na os. Fabrycznym **|** punkt dorabiania kluczy na targowisku miejskim **PHU „Dominik"**

Dobre Foto
Roman Kaczmarek, Brzeg Dolny

KUPON KUPON KUPON

Darmowe zdjęcie do dowodu osobistego

Imię i Nazwisko.....

Miejscowość .....

Telefon.....

Punkty składania kuponów: **(termin: 23.03.2020)**
DOK przy ul. Kolejowej 29 **| sklep „Smaczek"** (warzywniak) na os. Warzyń **| biblioteka** na os. Fabrycznym **|** punkt dorabiania kluczy na targowisku miejskim **PHU „Dominik"**

Urodziny ZSP nr 1

Święto patrona szkoły Mikołaja Kopernika to uroczystość celebrowana przez wszystkich uczniów oraz nauczycieli z zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 1. Twórca heliocentrycznej teorii wszechświata od wielu lat jest patronem jednej z dolnobrzeskich szkół podstawowych.

Obchody święta patrona szkoły to ważne wydarzenie dla całej społeczności szkolnej. To okazja do zaprezentowania umiejętności uczniów i ich zaangażowania oraz do pogłębienia wiedzy o wielkim astronomie i wszechświecie. O godz. 8:40 rozpoczął się uroczysty apel, na którym odśpiewano hymn szkoły, uczniowie przedstawili życie astronoma, który „wstrzymał słońce, ruszył ziemię", a szkolny chór przygotował na tę okazję specjalne utwory muzyczne.

sj

Jak powinien działać samorząd uczniowski?

W Liceum Ogólnokształcącym J. M. Ossolińskiego w czwartkowe przedpołudnie odbyły się warsztaty dla przedstawicieli samorządów uczniowskich, prowadzone przez radnego gminy Brzeg Dolny Piotra S. Kozdrowickiego. Przedstawiciele samorządów dolnobrzeskich szkół mieli okazję porozmawiać o tym, jak powinna funkcjonować rada uczniów i z jakich przywilejów może korzystać.

Na zajęcia przyszli przedstawiciele ze Szkoły Podstawowej nr 5, ZSP nr 1, ZSP nr 2 oraz Liceum im. J. M. Ossolińskiego. W przygotowanych kopertach opisane były problemy samorządu uczniowskiego z fikcyjnej szkoły podstawowej w Pechowie Wielkim. Na podstawie wymyślonych historii próbowano stwierdzić, co samorząd szkolny może, a czego nie powinien czy wręcz nie ma prawa robić. Po zapoznaniu się z problemami uczestnicy warsztatów starali się wypracować rozwiązania i ciekawe pomysły. Dyskutowano o takich zagadnieniach, jak powołanie członków samorządu i ich przedstawiciela, obowiązujący regulamin czy postulaty, jakie samorząd może wystosować do dyrekcji szkoły. Wszystkie przedstawione problemy i ich rozwiązania miały swoje uzasadnienie w odpowiednich punktach prawa oświatowego, z którym mogli zapoznać się uczniowie.

sj

„Królewna Śnieżka” w Zetce

Zespół Szkół Zawodowych dobrą współpracę ze środowiskiem lokalnym uważa za jeden z priorytetów. Stosujemy różnorodne formy współpracy, które służą całej społeczności. Jednym z elementów tej współpracy i zaangażowania jest wspólne przedsięwzięcie i przygotowanie dla szerszej publiczności przedstawienia teatralnego.

W pierwszym tygodniu marca uczniowie klasy 2a Liceum Ogólnokształcącego w Zespole Szkół Zawodowych w Brzegu Dolnym wcielili się w bohaterów baśni braci Grimm „Królewna Śnieżka i siedmiu krasnoludków”. Przedstawienie adresowane było do uczniów wszystkich dolnobrzeskich szkół podstawowych oraz przedszkoli.

Młodzi aktorzy-amatorzy wraz z nauczycielami – Katarzyną Czerepok i Mileną Dąbrowską-Mol – zaangażowali się w przygotowanie przedstawienia: uczyli się ról, przygotowywali stroje, rekwizyty, scenografię, opracowywali muzykę. Na kanwie baśni oparto również spektakl adresowany do starszej widowni – uczniów klas siódmych i ósmych, nawiązujący do tematyki uzależnień i ochrony przed HIV/AIDS. Gra aktorów, piękne stroje oraz dekoracje przyciągnęły uwagę nie tylko dzieci, ale także dorosłych, którzy z dużym zainteresowaniem oglądali przedstawienie.

ZSZ

Klasa 4 Technikum – wychowawca: Artur Nohr

W sobotę 1 lutego w „Starej Stołówce” w Brzegu Dolnym reprezentacyjnego poloneza zatańczyli uczniowie i nauczyciele Zespołu Szkół Zawodowych. W tym roku na balu bawiły się trzy klasy maturalne.

Klasa 3A LO – wychowawca: Lidia Lewandowska

Klasa 3B LO – wychowawca: Agnieszka Grams-Gumowska

Stowarzyszenie Miast Partnerskich Brzegu Dolnego zaprasza

członków oraz wszystkich, którzy chcieliby dołączyć do naszego grona, na spotkanie sprawozdawczo wyborcze, które odbędzie się

18 marca 2020 (środa) o godzinie 18:00

(II termin – godz. 18:15)

KHS Rokita przy ul. Wilczej

Jesteśmy Stowarzyszeniem neutralnym pod względem wyznaniowym i politycznym oraz działamy bezinteresownie. Naszym głównym zadaniem jest wspieranie porozumienia między narodami poprzez międzynarodowe spotkania, wspieranie kontaktów naszego miasta ze wszystkimi europejskimi sąsiadami, wychodząc również poza istniejące kontakty partnerskie.

Naszym celem jest wspieranie wymiany osób w dziedzinie sportu, oświaty i kultury; rozwój i upowszechnianie współpracy młodzieży oraz wspieranie porozumienia pomiędzy narodami i integracji europejskiej.

Jeżeli ktoś z Państwa miałby chęć uczestniczyć w naszych działaniach lub miałby pomysły, jak tę współpracę wzmocnić, miałby ochotę np. udzielić noclegu uczestnikom spotkań międzynarodowych (okazja do poznania innej kultury i poćwiczenia swoich kompetencji językowych) – serdecznie zapraszamy. Nasze spotkanie jest otwarte dla wszystkich chętnych. ZAPRASZAMY.

W imieniu Zarządu SMP
Małgorzata Stangenberg, przewodnicząca

Dni Brzegu Dolnego 2019

Wizyta dzieci z Czerniachowska w SP 6 we wrześniu 2019 r.

Modlitwa grającego

W kościele Najświętszej Maryi Panny Królowej Polski można było 1 marca wysłuchać wspaniałego koncertu ks. Jacka Tomaszewskiego, który umilił wieczór wszystkim obecnym, śpiewając utwory we własnej aranżacji. Koncert nosił tytuł „Modlitwa grającego. O Bogu, życiu i gitarze".

Od początku swojej kariery muzycznej ks. Jacek grał w zespołach młodzieżowych, później także w scholach, z którymi jeździł grać koncerty w różnych parafiach. Repertuar stanowiły oczywiście piosenki religijne, jednak w nieco innej aranżacji – akompaniamentem były gitary elektryczne, bas i perkusja. Modlitwa może przybierać rozmaite formy. Na niedzielnym koncercie ks. Jacek Tomaszewski, oprócz śpiewu i gry na gitarze, przygrywał do melodii małą perkusją nożną. Można było usłyszeć utwory muzyczne mówiące o modlitwie, takie jak: „Modlitwa wędrownego grajka", „Modlitwa do dobrego Boga", „Pieśń słoneczna".

sj

Biuro informacji wszelakiej

Z KSIĘGARNI WZIĘTE...

To jedna z gałęzi naszej księgarskiej działalności.

„Jak dojechać?"

„Gdzie kupić?"

„Jak zrobić?"

I nasze ulubione: „Dlaczego poczta jest nieczynna?". Kto nie wie, spieszymy z wyjaśnieniem, sąsiadujemy z urzędem pocztowym, który ma swoje godziny otwarcia, inne niż nasze.

Tych życiowych pytań jest cała masa, nie starczyłoby miejsca w rubryce i to nawet wtedy, gdyby je zostawić bez odpowiedzi. Jest to sympatyczne, nierzadko zabawne, chwilami kłopotliwe, że nasi goście pokładają w nas nadzieję w znalezieniu odpowiedzi na nurtujące ich pytania.

Oczywiście najbardziej lubimy te, które prowadzą do rozmowy i wymiany myśli. Poruszają w nas czułą strunę i pozostawiają z niezatartym wrażeniem. I nie mamy tu na myśli głębokich i filozoficznych kwestii. Często są to pytania zwyczajne i niepozorne.

I tak było ostatnio, niespełna kilka dni temu, kiedy w księgarni pojawił się pewien pan i zapytał, czy wyszła po polsku książka o George'u Harrisonie.

Nic szczególnego, prawda? Zwykłe pytanie o książkę. Jednak od razu uderzyło w czułe miejsce: sentyment do muzyki, zarówno The Beatles, jak i solowych dokonań muzyków (no, może oprócz Ringo).

Z tego sentymentu i pewnego poczucia obowiązku w księgarni znalazła się szczególna książka dla dzieci. Ukazała się całkiem niedawno i nie jest pierwszą pozycją tego autora na naszym rynku. W 2006 roku premierę miał zachwycający tytuł „Wysoko w chmurach" (polecamy poszukać w antykwariatach). Wracając do teraźniejszości, w styczniu, staraniem wydawnictwa Tekturka, pojawiła się książka „Hej, Przedziadku!". Paul McCartney, bo on jest autorem tej krótkiej opowieści, zainspirował się swoimi wnukami i postanowił opisać ich relację w książce dla dzieci. Jest to bardzo prosta historia o tym, że spędzanie czasu z dziadkami może mieć wymiar magiczny i prowadzić do wielu przygód. Książka zaczyna się bardzo wymownie i – mamy wrażenie – dotyka powszechnego problemu. Wnukowie nudzą się u dziadków, nie bardzo wiedząc co ze sobą zrobić, kiedy nie mają obok swoich zabawek i gadżetów. McCartney pokazuje, że kluczem do rozwiązania jest uwaga, którą sobie nawzajem poświęcają. Dziadek przy pomocy pocztówek z całego świata i magicznej busoli przenosi się z wnukami w miejsca wspólnych przygód. Umówmy się, jest to książka i nikt z nas (może się mylimy) nie ma magicznej busoli, która na hasło „Wpraw busoli igłę w ruch – czas wyruszyć w podróż znów!" przenosi nas w nieznane, ale czas i uwagę każdy może poświęcić. Może wystarczy wspólnie przeczytać książkę, a później zbudować namiot z koców w jednym z pokoi, albo wybrać się na spacer do parku i wypełnić kieszenie skarbami? Udać się na działkę i poszukać wiosny? Magiczna busola to metafora, ale słusznie wskazuje kierunek, w którym wnukowie i dziadkowie powinni wspólnie zmierzać.

A gdyby kogoś nurtowało pytanie, to odpowiadamy: nie ma żadnego tytułu po polsku o Harrisonie (o Ringo jest).

Paul McCartney, Kathryn Durst „Hej, Przedziadku!". Wydawnictwo Tekturka.

Taniec z ciszą Anity Gybej

W niezwykłą podróż po swojej twórczości w sobotnie popołudnie 7 marca zaprosiła artystka Anita Gybej. W galerii Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury przy ulicy Zwycięstwa odbył się niezwykły wernisaż prac autorki, w którym bardzo licznie uczestniczyła rodzina, znajomi oraz miłośnicy fotografii.

Zgromadzonych przywitała dyrektor Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury Danuta Chłód, która w swoich słowach podkreśliła, że galeria po raz pierwszy gości tak niezwykłą i oryginalną twórczość, po czym głos zabrała Renata Karpiak: „Fotografia artystyczna jest tajemniczą formą przekazu, opartą głównie na kompozycji i kolorystyce. Dominuje w niej symetria, dzięki zastosowaniu różnych technik fotograficznych. Każdy z nas w tych fotografiach dostrzeże coś innego przez połączenie impresjonizmu z abstrakcją, co czyni każdą z nich ciekawą”.

Swoją twórczość najpiękniej opisała sama autorka zdjęć. Zapytana o to jak powstają jej prace odpowiedziała: „To natchnienie, to najgłębsza część mnie, której ja nie kontroluję. Nie chcę, by ona się uczyła, chce by zawsze była sobą. To taka cząstka mnie, która wypływa z ciszy. Żeby być w zgodzie ze światem, trzeba być w zgodzie ze sobą. By być w zgodzie ze sobą, trzeba spotkać się w sobie z ciszą. Zawsze szukam zgody w sobie, zanim zacznę jej szukać w świecie. Różne relacje łączą mnie z ciszą, różne mam z nią doświadczenia. W tej wystawie chciałam zawrzeć bardzo dużo różnych emocji, one są bardzo prawdziwe. Tytuł „Taniec z ciszą” nawiązuje do faktu, że nasze życie jest tańcem. Każdy z nas ma ciszę wokół, a w tej ciszy brzmi głos, który jest najbardziej cichy, najbardziej nasz, który chce przemawiać. U mnie ten najcichszy głos od dziecka mówił, jednak ja nie traktowałam go poważnie. Moja ścieżka zawodowa poszła w inną stronę, natomiast ten głos ciągle był i domagał się uwagi i ten głos przemawia w fotografiach, w poezji. To po prostu jest życie. Życie, które jest istnieniem, w którym nie pamiętamy o tym głosie w nas, pracując, dążąc do sukcesów. To głos, który kocha porażki, na nic może się uczyć. To głos, który mówi, że jesteś wspaniały taki jaki jesteś. Ten głos był zawsze i będzie mówił zawsze. Jestem osobą, która go słucha. Moim zadaniem jest zrobić zdjęcie temu, co w tej ciszy do mnie przemawia. Nie rozumiem tego i nie chcę tego rozumieć rozumem. Zapraszam do tańca poprzez moje zdjęcia. Można na nie patrzeć z dystansu lub podejść bliżej, można pozwolić się tworzyć przed jednym z nich. Szczególnie w wodzie jest poczucie wolności, dla mnie stanowi najlepsze płótno do robienia zdjęć. Jest wolna, jest sobą, a do tego jeszcze mówi. Proszę posłuchać jej głosu i zatańczyć z nią”.

To popołudnie wypełniła niezwykła wrażliwości artystki przenikająca z fotografii, ale również ogrom dobrych, ciepłych, serdecznych emocji i uczuć, jakie można było odczuć tego popołudnia we wnętrzu galerii DOK.

Anita Gybej urodziła się i mieszka w Brzegu Dolnym. Fotografowanie jest jej pasją od wielu lat. Artystka nieustannie poszukuje sposobów, by wyrazić uczucia obrazem. Jej prace łączą w sobie impresjonizm i abstrakcję. Kolor i nieostrość są dla niej istotną formą ekspresji. Inspiracje czerpie z tętna naszego miasta.

Serdecznie zapraszamy na wystawę Anity Gybej, którą można obejrzeć do 27 marca. Galeria czynna jest od wtorku do piątku od 17.00 – 18.00.

jb

CICHOCIEMNI

INFORMACJA

Związek Kombatantów Rzeczypospolitej Polskiej i Byłych Więźniów Politycznych koło nr 4 w Brzegu Dolnym informuje, że siedziba naszego Stowarzyszenia została przeniesiona do nowego lokalu. Obecnie nasze biuro mieści się w siedzibie Harcerskiej Organizacji Wychowawczo-Patriotycznej „CICHOCIEMNI" przy ul. Zwycięstwa 3 na pierwszym piętrze (budynek biblioteki na osiedlu Fabrycznym) Biuro jest czynne w każdy czwartek w godzinach 15.00-18.00.

Upamiętnili „Zaporę"

7 marca w Bełżycach wzięliśmy udział w uroczystości upamiętniającej 71. rocznicę śmierci Cichociemnego majora Hieronima Dekutowskiego ps. „Zapora" i jego sześciu podkomendnych.

W wydarzeniu wzięli udział między innymi: szef Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych, przedstawiciele Wojska Polskiego oraz członkowie Grupy Rekonstrukcyjno-Historycznej im. cc. mjr. H. Dekutowskiego „Zapory". Obchody zakończyły się złożeniem wieńców i zapaleniem zniczy przed pomnikiem Matki Boskiej Partyzanckiej i Pomnikiem Czynu Niepodległościowego. Hieronim Dekutowski jest patronem 2. Miłocińskiej Drużyny Harcerskiej, która działa w strukturach naszej Organizacji. 7 marca 1949 „Zapora" i sześciu jego podkomendnych zostali zamordowani w więzieniu Ministerstwa Bezpieczeństwa Publicznego na warszawskim Mokotowie strzałami w tył głowy. Potem, pod osłoną nocy, trafili do dołów na warszawskiej Łączce. W 2012 roku szczątki Dekutowskiego odnaleźli specjaliści z zespołu IPN. „Zapora" spoczął w Panteonie Mauzoleum Wyklętych-Niezłomnych na Cmentarzu Powązkowskim w Warszawie.

Uroczystości ku czci Wyklętych w Mielcu

W Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych – 1 marca – nasi harcerze i kadra instruktorska wzięli udział w uroczystościach w Mielcu, gdzie po mszy świętej w intencji żołnierzy wyklętych odbył się Marsz Pamięci oraz Bieg Tropem Wilczym, w którym biegli również członkowie naszej Organizacji. Na terenie Góry Cyranowskiej odbyło się poświęcenie i wmurowanie kamienia węgielnego pod fundament Pomnika Żołnierzy Wyklętych Niezłomnych w Mielcu. Następnie odbył się apel pamięci, a na zakończenie uroczystości koncert muzyczny. 56 z 316 Cichociemnych z rzuconych do Polski jako żołnierze wyklęci walczyło w antykomunistycznych strukturach wojskowych, w działaniach zwanych powstaniem antykomunistycznym. Byli to m.in. Cichociemni: kpt. Mieczysław Szczepański oraz ppor. Czesław Rossiński, którzy uczestniczyli w planowaniu (zaniechanego) zamachu na przewodniczącego KRN Bolesława Bieruta oraz przewodniczącego PKWN Edwarda Osóbkę-Morawskiego. Obaj Cichociemni zostali zamordowani 12 kwietnia 1945 roku po północy na schodach podziemi Zamku w Lublinie.

Jubileuszowy „Pegazik” – eliminacje gminne

W tym roku odbywa się 25. edycja Konkursu Recytatorskiego „Pegazik”. Gminne eliminacje miały miejsce 9 marca w Dolnobrzeskim Ośrodku Kultury.

Uczniów ze Szkoły Podstawowej nr 5 oraz Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 1, którzy pięknie zaprezentowali swoje umiejętności recytatorskie, oceniało jury w składzie: Sandra Jagieła z Referatu Promocji i Informacji Urzędu Miejskiego, Marta Wabiszczewicz-Krawczuk reprezentująca „Panoramę Brzegu Dolnego” oraz Jarosław Paczkowski prowadzący warsztaty teatralne w DOK. Jurorzy mieli naprawdę trudne zadanie – jak zauważył J. Paczkowski – repertuar w tym roku był wyjątkowo ambitny. Widać było ogromny wysiłek uczestników włożony w przygotowanie wybranych utworów.

Uczestnicy kategorii klas IV-VI szkół podstawowych prezentowali wiersz lub fragment prozy, zaś w kategorii klas VII-VIII – wiersz i prozę. Jury oceniało dobór repertuaru, interpretację utworów, kulturę słowa i ogólny wyraz artystyczny.

mw

Wyniki eliminacji gminnych:

Kategoria uczniów młodszych – kl. IV-VI:

I miejsce – **Milena Oparska** (SP 5)
A. Jędrzejczyk „Zrób coś ze sobą, dziewczyno” (fragm.)

II miejsce – **Pola Jagieła** (ZS-P 1)
S. Wydera „Ostatnia klasa”

III miejsce – **Nina Konieczna** (ZS-P 1)
J. Kulmowa „Myśliciel”

Wyróżnienie: **Martyna Wolska** (ZS-P 1)
W. Chotomska „Kurczę blade”

Wyróżnienie: **Oliwier Skrzek** (SP 5)
W. Chotomska „Kundel”

Wyróżnienie: **Alicja Woś** (ZS-P 1)
D. Wawiłow „Wędrówka”

Kategoria uczniów starszych – kl. VII-VIII:

I miejsce – **Zuzanna Juskowiak** (SP 5)
wiersz: T. Różewicz „List do ludożerców”, proza: R. Riggs „Osobliwy dom pani Peregrine”

II miejsce – **Martyna Kij** (ZS-P 1)
wiersz: W. Szymborska „Prospekt”, proza: R. Lippincott i in. „Trzy kroki od siebie”

III miejsce – **Wiktor Wolski** (ZS-P 1)
wiersz: L. J. Kern „O rodzicach”, proza: B. Bartnikowski „Dzieciństwo w pasiakach”

Depresja – choroba, która może dotknąć każdego

Dotyka wszystkich, bez względu na wiek, płeć czy status społeczny. Depresja to temat często przemilczany, a chorzy nie zawsze wiedzą, gdzie szukać pomocy. 23 lutego obchodzony był Światowy Dzień Walki z Depresją. Celem ustanowienia tego dnia jest upowszechnianie wiedzy i edukacja na temat depresji. W tym numerze „Panoramy" kontynuujemy cykl artykułów dotyczących problemu tej choroby widziany oczami młodzieży.

Wszystko zaczęło się od zerwania...

Nie wiem, jak mogła to zrobić. Nie wiem, czym zasłużyłem. W zasadzie to moja wina, ale wszyscy mówili, że nie... że to ją poniosło.

Miało się ułożyć, to miała być tylko sprzeczka, a wyszło... no właśnie, słabo.

Myślałem, żeby ze sobą skończyć. Jedna pętla czy jedno cięcie i po problemie. Ale nie chciałbym oglądać łez moich rodziców. Zresztą, nikomu nie przyniosłoby to korzyści.

Noce były najgorsze, nie mogłem spać. A nawet jak już zasypiałem, to śniła mi się ona... i wszystko szło w cholerę. Tyle chusteczek wchłonęło moje łzy, że gwarantuję, zapełniłyby cały kosz na śmieci, a może i więcej.

W szkole lepiej nie było. Najważniejsze, to ogarnąć się, założyć przysłowiowego „banana" na twarz i wyjść.

Szkoda tylko, że chodziłem z nią do klasy. Nie pomagało mi to w życiu. Nawet na WF-ie musiałem biegać w bluzie. Wszystko po to, żeby nie było dramy o moje cięcia na rękach.

Nie było łatwo ukrywać ich przed znajomymi, a w szczególności przed rodzicami. Czasem zastanawiam się, jak takie coś mogło się wydarzyć. I to wszystko przez jedną osobę.

Zrozumiałem w końcu, że nie jest to warte moich zmartwień.

To był najgorszy okres w moim życiu. Na szczęście zdołałem w porę się ogarnąć. Pomogli mi przyjaciele, a czas uleczył rany.

Dziś jestem szczęśliwy i nie mogę uwierzyć, że przez kilka miesięcy byłem w takim stanie.

Gracjan Zięba

Rys. Antonina Godlewska

To ja, Choroba Depresja

Jestem choroba. Choroba Depresja. Może mnie znasz, a może nigdy o mnie nie słyszałeś. Masz problem? Zawsze przyjdę. Po cichu, niespodziewanie. Ale ty będziesz wiedzieć od razu. Powoli oswoisz się ze mną, aż odczujesz skutki. Ale nie martw się. Później przyzwyczaisz się do mnie, uzależnisz od moich rad, pomysłów. Kolejne dni będą ukojeniem. Myśl o mnie, gdy zaczniesz mnie potrzebować. To nie szkodzi, ja cię nie opuszczę. Wręcz przeciwnie. Zostanę z tobą, pomogę ci. Nie zmuszę cię do niczego, o to się nie bój. Bądź spokojny, nie okazuj żadnych uczuć. Ludzie cię nie zrozumieją. Będą wyśmiewać, szykanować. Kilka dni ze mną pozwolą ci zrezygnować z uczuć. Nie będą ci potrzebne. Kolejne dni, a nawet miesiące spędzisz w domu. Ze mną, pod kołdrą i z herbatą w jednej ręce. W drugiej zaś znajdziesz ode mnie malutki prezent. Śliczny metal, który przyniesie ci jeszcze większe ukojenie. Będziesz miał dwa wyjścia. Skorzystać z mojej pomocy i ufać mi w stu procentach, czy opuścić mnie tak, jak inni opuścili ciebie. W pierwszej sytuacji będziesz znał granice swoich możliwości. Chociaż nie, nic cię nie ogranicza. Jesteś wolny! Ja chcę dla ciebie jak najlepiej. Kiedy zdenerwujesz się lub poczujesz gorzej, znajdziesz odosobnione miejsce. Usiądziesz na podłodze, uniesiesz głowę wysoko i pomyślisz o wszystkich, którzy kiedykolwiek zrobili ci krzywdę. Użyjesz mojego prezentu. Tym malutkim, ostrym przedmiocikiem przejedziesz po swoim przedramieniu tyle razy, ile razy poczułeś się odrzucony. Czujesz spokój? Zaczyna działać. Poddaj się uczuciu lekkości, a ciemność otuli cię i zabierze do siebie. Dobre rozwiązanie? Też tak uważam. Jednak, żeby upewnić cię, przedstawię ci drugą sytuację. Oddasz mi prezent. Zakopiesz gdzieś, schowasz. Odrzucisz moją pomoc. Ale czemu? To przecież ja byłam, gdy wszyscy inni odeszli. Zranisz mnie. Poprosisz o pomoc tych, którzy za każdym razem cię skrzywdzą. Będziesz musiał żyć ze świadomością odrzucenia wspaniałej możliwości wstąpienia do raju. Bez krzywdy, bez ludzi. Wybór należy do ciebie. Ja poczekam. Pomyśl dokładnie czego pragniesz. Ale pamiętaj, że to ja będę zawsze, żeby cię wesprzeć. Bo jestem choroba. Choroba Depresja.

Rys. Patrycja Piechocka

Maja Żyża, 1ap

Nasza koleżanka depresja:

- nigdy nie chodzi z nami na imprezy
- nigdy nie chce z nami rozmawiać
- zawsze siedzi sama w kącie
- zawsze siedzi cicho
- nigdy nie udziela się na tle klasy
- wszystko jest dla niej obojętne
- nigdy się nie uśmiecha
- zawsze chodzi z głową w dół
- często przyłapujemy ją na płaczu
- zawsze ubiera się na czarno
- przestała się malować
- przestała się uczyć
- przestała mówić o swoich problemach

Wiktoria Pniewska

Marzenia się spełniają.
„Niezwykła Kraina" wkrótce będzie gotowa

Odrobina historii. Z chwilą podpisania aktu notarialnego Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych w Wołowie nabyło od Starostwa Powiatowego w Wołowie prawa do gruntu. Od tej pory poczuliśmy, że mamy kawałek własnego nieba, pod którym powstanie Ośrodek Rehabilitacyjno-Opiekuńczo-Wychowawczy „Niezwykła Kraina".

Nasze myśli, rozmowy wciąż krążyły wokół tematu i tworzyły przyjazne miejsce na ziemi dla dzieci z wadami rozwojowymi, które wymagają nieustannej opieki i rehabilitacji. Tak, takie były nasze marzenia i już niedługo, jeszcze tylko kilka tygodni, a się spełnią. „Niezwykła Kraina" to miejsce, gdzie znajdą oparcie rodzice, którym właśnie zawalił się świat, bo dowiedzieli się, że ich dziecko nie będzie zdrowe. W „Niezwykłej Krainie" ich dzieci znajdą specjalistyczną, wszechstronną pomoc. Znajdą tu też miejsce osoby niepełnosprawne, niezdolne do samodzielnego życia, w momencie, gdy zabraknie już ich najbliższych. „Niezwykła Kraina" otoczy opieką dzieci z całego powiatu wołowskiego.

Ośrodek Rehabilitacyjno-Opiekuńczo-Wychowawczy „Niezwykła Kraina" powstaje dzięki środkom od darczyńców indywidualnych i firm, dzięki tym, którzy przekazują nam 1 proc. podatku, dzięki środkom PFRON przekazanych przez Zarząd Województwa Dolnośląskiego w wysokości 1 838 000 zł oraz przyznanej nam dotacji w wysokości 5 964 658,38 zł ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego w ramach poddziałania 6.1.1 Inwestycje w infrastrukturę społeczną Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Dolnośląskiego 2014-2020. Wszystkim, którzy udzielali nam pomocy w realizacji tego ogromnego przedsięwzięcia, bardzo serdecznie dziękujemy i wciąż prosimy o pamięć i dalsze wsparcie, zarówno finansowe oraz – jakże ważne – duchowe .

Lada moment nasze marzenie się spełni. Nie możemy doczekać się przeprowadzki. Jeszcze tylko drobne prace wykończeniowe, sprzątanie, meblowanie i będziemy udzielać pomocy w godnych warunkach.

Zarząd Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych w Wołowie

Pomagamy Kacperkowi

Trwa akcja pomocy dla Kacpra Kulika, 6-letniego mieszkańca Brzegu Dolnego, chorującego na nieoperacyjnego guza pnia mózgu.

W sobotę 15 lutego w Pogalewie Wielkim odbyła się impreza charytatywna „W te ferie sercem wspieraj serce", z której cały dochód został przeznaczony na kosztowną diagnostykę w Szwajcarii oraz leczenie chłopca. Na Facebooku powstała grupa pn. „Kiermasz dla naszego wojownika Kacperka", gdzie prowadzone były charytatywne licytacje rozmaitych przedmiotów i usług. Z kolei 29 lutego na dolnobrzeskim targowisku miało miejsce Święto Ciasta, w czasie którego grupa wolontariuszy sprzedawała wypieki i inne przysmaki, aby wspomóc rodzinę Kacpra w zbieraniu funduszy.

mw

Zabawkowe cudo

Rozstrzygnięcie konkursu „Zabawkowe cudo", który organizowany był w Przedszkolu Samorządowym nr 3, nastąpiło 21 lutego. Prace konkursowe wykonywały dzieci przedszkolne pod kierunkiem swoich rodziców.

Zadaniem uczestników konkursu było wykonanie przestrzennej pracy plastyczno-technicznej pod tytułem „Zabawkowe cudo". Technika mogła być dowolna – plastelina, glina, masa papierowa, materiały przyrodnicze, materiały z recyklingu itp. Komisja, oceniając prace, wzięła pod uwagę staranność, pomysłowość, zastosowany materiał, ogólne wrażenie artystyczne i nawiązanie do tematu.

Organizatorkami konkursu były nauczycielki: Marta Jasińska (grupa 4) i Wioletta Solarewicz (grupa 5). Głównymi celami były rozwijanie wyobraźni i pomysłowości, wzmacnianie więzi rodzinnych poprzez wspólne wykonywanie zadania oraz radość i satysfakcja z tworzenia dzieła plastycznego.

Dyrektor Przedszkola i Nauczycielki

Komisja konkursowa nagrodziła prace następujących uczestników:

Dzieci młodsze – 3-latki:
I miejsce – Aleksandra M., gr. 2
II miejsce – Magdalena D., gr. 2

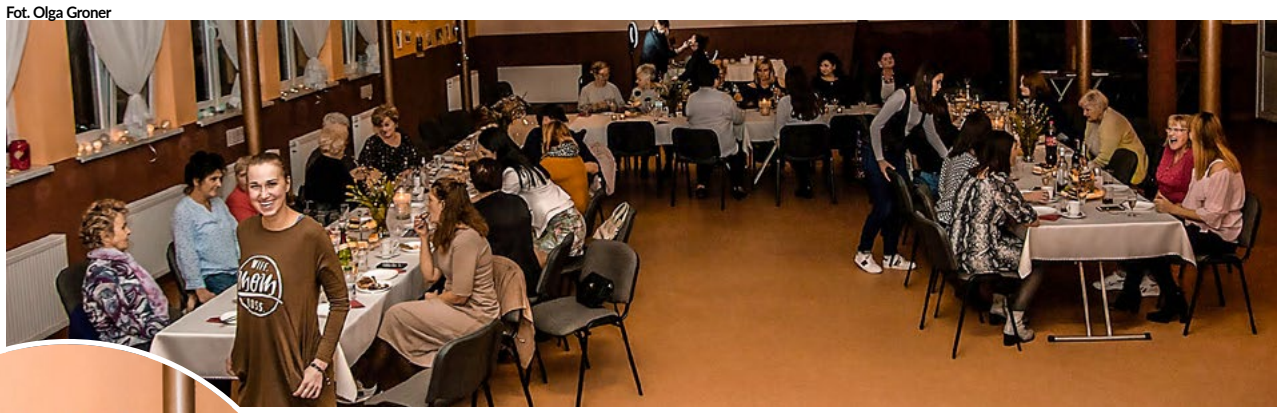
Dzieci starsze – 4-5-latki:
I miejsce – Maksymilian Z.
II miejsce – Maja R., gr. 2
III miejsce – Zuzanna L., gr. 4

Dzień Kobiet w Radeczu

W świetlicy wiejskiej w Radeczu odbył się Dzień Kobiet, zorganizowany 7 marca przez Stowarzyszenie Mieszkańców Wsi Radecz. Panie, które przybyły z terenu całego powiatu, spędziły wspólnie czas, poznając się i rozmawiając. Rozrywkę zagwarantował występ lokalnego Kabaretu Blade Pojęcie, który wprowadził wszystkich w świetny humor. Kolejną atrakcją była wizyta wizażystki – Karen Art, która wyczarowała piękne, makijażowe metamorfozy. Wzniesiono toast za zdrowie obecnych Pań. Rozmowy toczyły się do późnych godzin.

mo

Fot. Olga Groner



Dieta – lekarstwem na zdrowie

Pod tym hasłem 10 marca w dolnobrzeskim Klubie Seniora Powiatowa Rada Seniorów przygotowała prezentację bezpiecznego i zdrowego żywienia, połączoną z degustacją zdrowych past śniadaniowych. Prezentację przygotował przewodniczący Powiatowej Rady Seniorów Andrzej Rajzer.

Jak możemy poprawić odporność organizmu?

Po pierwsze, dbajmy o ruch na świeżym powietrzu i o regularne wietrzenie pomieszczeń (szczególnie sypialni) o każdej porze roku, ponieważ hartuje to nasz organizm i przyzwyczaja go do zmieniającej się pogody i temperatury. Ćwiczenia fizyczne znacznie polepszają kondycję organizmu oraz odporność, ponieważ wpływają na pracę układu krążeniowo-oddechowego i zmniejszają ryzyko występowania infekcji i przeziębień. Umiarkowany i dobrze dobrany wysiłek poprawia pracę makrofagów (akomórek zwalczających bakterie i wirusy) oraz limfocytów. Trening elektrostymulacji bardzo dobrze się tu sprawdza.

Po drugie zadbajmy o odpowiednią suplementację witaminami A, D, E, K oraz C i prawidłowe, zbilansowane odżywianie.

Po trzecie, nie zapominajmy o świeżym imbirze, czarnym bzie, tymianku, majeranku, czosnku i cebuli. Herbata z kwiatu czarnego bzu parzona pięć minut i pita trzy razy dziennie bardzo szybko zwalcza nie tylko grypę i przeziębienie, ale i gorączkę. Warto zakupić miód malinowy i pić go ze świeżym imbirem. Jeśli chodzi o sam imbir, zalecamy ssanie go (obrany i niewielki kawałek) kilka minut rano i wieczorem – świetnie działa na patogeny. Maść majerankowa pomaga w katarze – wystarczy posmarować ją nos koło dziurek.

Po czwarte i ostatnie, nie zapominajmy o niwelowaniu oraz kontrolowaniu poziomu stresu w naszym życiu. Niestety jest on jednym z głównych faktorów „przyciągających" choroby. Medytujmy, oddychajmy odpowiednio i świadomie min. kilka razy dziennie, unikajmy pośpiechu i zgubnego multitaskingu. Wysypiajmy się i zwracajmy uwagę na higienę snu. Dbajmy o bycie „tu i teraz". Chętnie podpowiemy Wam, jak skutecznie radzić sobie ze stresorami i jak wyciszać się. Stres bardzo pogarsza kondycję układu odpornościowego.

Życzymy zdrowia i do zobaczenia na treningach!

Am Active
Tel. 508605348
Hala Sportowa, ul. Wilcza 8,
Brzeg Dolny

Sparingi KS-u

W ostatnim czasie KS Brzeg Dolny rozegrał trzy sparingi. Drużyna mierzyła się z ekipami Bresny Brzeźno, Zorzy Wilkszyn oraz Odry Rzeczyca. Dziękujemy za dobre zawody!

Bilans to dwie porażki oraz jedno zwycięstwo z chłopakami z Rzeczycy. W sobotę 14 marca piłkarzy czeka ostatni test przed rozgrywkami ligowymi. Przeciwnikiem będzie drużyna Czarnych Białków. Mecz odbędzie się na sztucznym boisku w Środzie Śląskiej o godzinie 18:00. Zapraszamy!

Inf.

Zapaśnicy walczyli w Chęcinach

W dniach 6-8 marca w Chęcinach koło Kielc odbyły odbył się I Puchar Polski Kadetów i I Eliminacje do finałów Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży. W zawodach udział wzięło 230 zawodników z 67 klubów.

Poniżej przedstawiamy wyniki naszych zapaśników:
Kacper Szyra (45 kg) – 7. miejsce
Arkadiusz Daniel (60 kg) – 7. miejsce
Michał Dubowski (80 kg) – 7. miejsce
Mateusz Kobylan (80 kg) – 10. miejsce
Wojciech Hawrylczak (92 kg) – 9. miejsce
Hubert Panek (110 kg) – 15. miejsce
Antoni Megan (110 kg) – 16. miejsce

Siedmiu zawodników zdobyło miejsce w eliminacjach do OOM, która odbywać się będzie w dniach 6-8 maja we Włodawie.

Inf.

Trampkarze U-15 przed ligą wojewódzką

Trampkarze (rocznik 2005-2006) trenera Piotra Stadnika wkroczyli w drugą część przygotowań do nowego sezonu ligi wojewódzkiej.

Po tygodniowym obozie w Pleszewie, gdzie zawodnicy AP Brzeg Dolny szlifowali swoje umiejętności indywidualne pod okiem doświadczonych trenerów, zespół wrócił do treningów drużynowych. W tej części przygotowań głównym założeniem jest rozegranie czterech meczy sparingowych w okresie dwóch tygodni oraz skupienie się na wzmacnianiu siły własnego ciała, a także dobra regeneracja po rozegranych meczach. Ostatnim etapem przygotowań do sezonu, który drużyna U-15 rozpocznie 21 marca wyjazdowym meczem w Świdnicy przeciwko miejscowej Polonii-Stali, będą treningi doskonalące schematy gry i funkcjonowanie taktyczne drużyny na boisku.

Rozegrane sparingi:
WKS Śląsk Wrocław U-14 – AP Brzeg Dolny U-15 3:3
Miedź Legnica U-14 – AP Brzeg Dolny U-15 4:3
AP Brzeg Dolny U-15 – Jarota Jarocin U-15 7:0
Polonia Środa Śląska U-15 – AP Brzeg Dolny U-15 0:16
AP Brzeg Dolny U-15 – AP Rawia Rawicz U-14 6:0

AP Brzeg Dolny

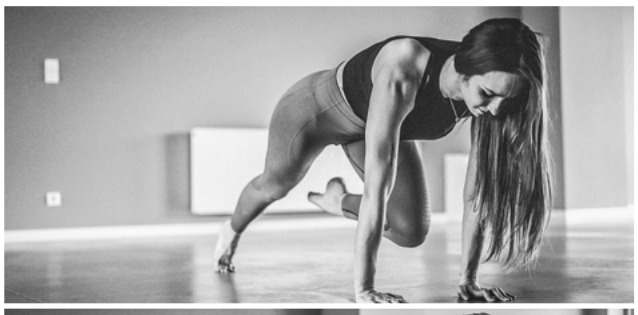
FitStyle
FITNESS IS MY LIFE

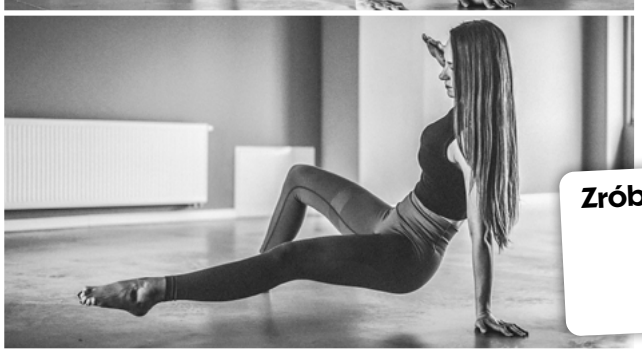
Animal flow

To już kolejny rok jak jestem z Wami – dla Was!

Moja miłość do sportu nadal trwa. Uczestniczę w kolejnych szkoleniach, DUŻO czytam, a wszystko po to, by zadbać o Was na każdej płaszczyźnie treningowej i prowadzić Was odpowiednią drogą do uzyskania wymarzonego celu.

Jakiś czas temu rozpoczęłam swoją przygodę z animal flow. Jest to trening bazujący na ruchach zwierząt, zawiera w sobie elementy jogi i capoeiry. Ten rodzaj treningu rozwija naszą ogólną sprawność, zwiększa mobilność i wzmacnia ciało. A co najważniejsze, jest świetna zabawą!





Seminarium z Mistrzem Jerzym Jedutem w Głubczycach

Ponad 70 osób zgłosiło swój akces do udziału w głubczyckiej edycji seminarium prowadzonego przez Mistrza Jerzego Jeduta VIII Dan.

Do Głubczyc przyjechali zawodnicy i trenerzy zrzeszeni w PZTKD oraz reprezentant Irlandii. Używając słów rodem z czasów propagandy sukcesu, było to międzynarodowe seminarium. Avasatare reprezentowała grupa 15 osób, które dzielnie znosiły trudy sobotnich sesji treningowych.

Dużo ruchu, atak i kontratak. Wiele zmian w parach, a więc dużo zdobytego doświadczenia, tak niezbędnego w walce sportowej. Pomimo pięciu godzin intensywnej pracy, jaką mieli w nogach uczestnicy seminarium, tempo podczas ostatniej odsłony szkolenia wcale nie było mniejsze niż na jego wstępie.

Mistrz Jerzy Jedut mówił dużo o podstawowych zasadach walki – o taktyce. Seminarium szkoleniowe w Głubczycach przeszło do historii. Obserwując pracę uczestników przez obiektyw aparatu, widać było ich bardzo duże zaangażowanie i koncentrację na wykonywanych ćwiczeniach.

Avasatare

Pierwsze w powiecie

Powiatowe igrzyska w minisiatkówce zespołów 4-osobowych dziewcząt odbyły się 27 lutego w hali sportowej KHS Rokita.

Dziewczęta z Zespołu Szkolno-Przedszkolnego nr 1 zajęły pierwsze miejsce w powiecie. Tym samym wywalczyły awans do eliminacji międzypowiatowych strefy wrocławskiej.

Pierwszy skład: Nina Konieczna (5a), Kalina Frolek (6b), Amelia Sikora (6b), Nikola Laskowska (6b).

Drugi skład: Alicja Woś (6c), Wiktoria Wojtas (6b), Lena Adamska (6c), Zuzanna Różańska (6c).

Anna Gruszczyńska

Plebiscyt Sportowy
Brzeg Dolny 2019

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2019

Plebiscyt Sportowy rozstrzygnięty!

Od 25 lutego do 6 marca mogli Państwo oddawać głosy drogą SMS na Najpopularniejszego Sportowca, Nadzieję Sportu, Trenera oraz Organizację propagującą sportowy i aktywny tryb życia. Przedstawiamy wyłonionych przez Państwa najpopularniejszych sportowców 2019 roku.

Najpopularniejszy Sportowiec 2019 roku

MICHAŁ DUBOWSKI, MKS Rokita
Zapasy trenuje od 7 lat. Dzięki ciężkiej, systematycznej i tytanicznej pracy osiąga bardzo dobre wyniki na arenie krajowej oraz międzynarodowej. Uczeń I klasy Technikum informatycznego. Powołany do kadry narodowej na rok 2020. W tym roku przeszedł już do grupy wiekowej kadetów. W marcu br. bierze udział w turnieju kwalifikacyjnym do mistrzostw Europy.
Osiągnięcia w 2019 roku:
- Ogólnopolski Turniej w Miliczu – 1. miejsce;
- Międzynarodowe Mistrzostwa, Dzierżoniów – 1. miejsce;
- Mistrzostwa Makroregionu w stylu klasycznym – 1. miejsce;
- Mistrzostwa Makroregionu w stylu wolnym – 1. miejsce;
- Ogólnopolski Turniej w sumo, Brzeg Dolny – 2. miejsce;
- Mistrzostwa Polski, Stargard – 2. miejsce.

Najpopularniejszy Trener 2019

KAMIL UCHNAST, Avasatare Brzeg Dolny
Trener klubu Avasatare w Brzegu Dolnym. „Praca z ludźmi opierająca się o ich rozwój, osiąganie celów, pokonywanie ograniczeń, to jest to, czego zacząłem uczyć się właśnie na treningach taekwon-do w wieku kilku lat. Obecnie jest to najważniejsza część mojej pracy. To wszystko znalazłem i staram się tworzyć w Avasatare. Tego właśnie chcę uczyć naszych podopiecznych".

Najpopularniejsza Nadzieja sportu 2019 roku

KINGA ŻAK, Avasatare Brzeg Dolny
Zapałem do treningów mogłaby obdzielić cały klub.
Jej najważniejsze osiągnięcia w 2019 roku:
- Wyróżniona przez kapitułę miasta Brzeg Dolny w kategorii Nadzieja Sportu;
- Srebrny medal na międzynarodowym turnieju Mazovia Masters Cup w walkach;
- Srebrny medal na międzynarodowym turnieju Mazovia Masters Cup w układach;
- Srebrny medal na międzynarodowym turnieju Czech Open w walkach.

Organizacja propagująca sportowy i aktywny tryb życia

KLUB SPORTOWY AVASATARE POLAND
Chcemy, aby sport łączył się w Avasatare z wychowaniem i budowaniem społeczności. Chcemy razem z naszymi wychowankami tworzyć miejsce, gdzie każdy znajdzie przestrzeń do rozwoju i pokonywania ograniczeń. Staramy się wykorzystywać sport do kształtowania mądrych i zaradnych ludzi.

Spośród wszystkich zgłoszonych kandydatur Kapituła wybierała najlepszego: sportowca, trenera i nadzieję sportu, oraz przyznała nagrodę specjalną za całokształt pracy sportowej.

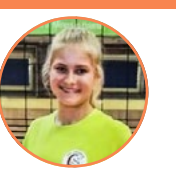
Najlepszy Sportowiec 2019 roku

MICHAŁ DUBOWSKI, MKS Rokita
Zapasy trenuje od 7 lat. Dzięki ciężkiej, systematycznej i tytanicznej pracy osiąga bardzo dobre wyniki na arenie krajowej oraz międzynarodowej. Uczeń I klasy Technikum informatycznego. Powołany do kadry narodowej na rok 2020. W tym roku przeszedł już do grupy wiekowej kadetów. W marcu br. bierze udział w turnieju kwalifikacyjnym do mistrzostw Europy.
Osiągnięcia w 2019 roku:
- Ogólnopolski Turniej w Miliczu – 1. miejsce;
- Międzynarodowe Mistrzostwa, Dzierżoniów – 1. miejsce;
- Mistrzostwa Makroregionu w stylu klasycznym – 1. miejsce;
- Mistrzostwa Makroregionu w stylu wolnym – 1. miejsce;
- Ogólnopolski Turniej w sumo, Brzeg Dolny – 2. miejsce;
- Mistrzostwa Polski, Stargard – 2. miejsce.

Najlepszy trener 2019 roku

PIOTR ZACZKIEWICZ MKS Rokita
MKS Rokita. Trener z 30-letnim stażem lekcji piłki siatkowej dziewcząt. Wychowawca wielu utalentowanych zawodniczek tej dyscypliny sportowej, które biorą udział w rozgrywkach Dolnośląskiej Ligi kadetek oraz młodziczek. Absolwent AWF w Poznaniu. W wielu turniejach rangi dolnośląskiej oraz ogólnopolskiej zawodniczki Miejskiego Klubu Sportowego Rokita osiągały tytuły MVP na poszczególnych pozycjach. Trener zespołów młodziczek oraz kadetek w sezonie 2019/2020. Siatkówka to jego życie.

Najlepsza Nadzieja Sportu 2019 roku



EMILIA SOLAREWICZ MKS Rokita
Piłka siatkowa; uczestniczka rozgrywek Dolnośląskiej Ligi Młodziczek, pełni rolę pierwszej atakującej zespołu MKS Rokita, który uplasował się na 10. miejscu na Dolnym Śląsku w 2020 roku. Jest także zawodniczką grającą bardzo dobrze na pozycji środkowej w rozgrywkach Dolnośląskiej Ligi Kadetek. Nagradzana indywidualnie w ogólnopolskich turniejach piłki siatkowej. Zawodniczka pracowita i zaangażowana w treningi. Jest aktualnie w kręgu zainteresowań kadry Dolnego Śląska, zarówno w piłce siatkowej halowej, jak i plażowej.

Organizacja propagująca sportowy i aktywny tryb życia

MKS ROKITA
Wielosekcyjny klub z ponad 70-letnią tradycją. Powstał w 1946 roku, pierwotnie pod nazwą Zakładowy Klub Sportowy. W jego strukturach działa aż 7 sekcji: zapasy, tenis stołowy, brydż sportowy, piłka siatkowa, pływanie, szachy i sumo.

Nagroda specjalna Burmistrza Brzegu Dolnego

FILIP ŁUKOJKO
Uprawia freestyle football, który jest nową dyscypliną, polegającą na wykonywaniu sztuczek przy pomocy piłki nożnej. Za „ojca" freestyle footbolu uważany jest Diego Maradona. Filip Łukojko, mieszkaniec Brzegu Dolnego, wraz z Michałem Nowackim wywalczyli brązowy medal Mistrzostw Świata w Pradze na Super Ball World Open Freestyle Football Championships 2019.

Informację w sprawie wręczenia nagród laureaci Plebiscytu otrzymają w najbliższym czasie.

Banaszkiewicz drugi!

W Kwidzynie w dniach 7-8 marca rozegrano VII Grand Prix Polski Weteranów w tenisie stołowym.

W kategorii M75 Ryszard Banaszkiewicz zajął drugie miejsce, w finale przegrywając 1:3 (8:11, 6:11, 11:6, 2:11) z Henrykiem Glurą z Bydgoszczy.

Warto zaznaczyć, że Banaszkiewicz o wejście do finału pokonał 3:0 (11:4, 11:3, 11:7) Eugeniusza Góreckiego z Gdańska, aktualnego mistrza Polski. Kolejny sprawdzian formy 18 i 19 kwietnia w Radomiu, w VIII GP Polski Weteranów.

Inf.

Kolejny udany sparing seniorów KP

Pomimo fatalnej pogody i ciężkiego boiska w Pisarzowicach, nasz zespół zagrał na dobrym poziomie, pokonując rywala.

Nie chodziło tu o wynik, chociaż skuteczność też cieszy. Nasza drużyna miała postawione założenia, które wykonała. Jestem zadowolony z zaangażowania naszych zawodników, którzy poważnie podeszli do tego sparingu. Niektórzy postawili sobie też dodatkowe zadanie, aby wybiegać w meczu 10 km – to też im się udało. Widać, że okres przygotowawczy powoli przynosi efekty!

Huragan Mrozów
KP Brzeg Dolny
0:10 (0:6)

Bramki: Jacek Iskra 1 (karny), Mateusz Kowalski 1, Przemysław Bobkiewicz 3, Patryk Bobkiewicz 1, Kamil Karbowski 1, Michał Racki 1, Jakub Mazur 2.

Skład: J. Kołodziejczyk, M. Cygan, M. Kowalski, J. Mazur, P. Biernacki, M. Racki, K. Karbowski, Przemysław Bobkiewicz, T. Woś, Patryk Bobkiewicz, J. Iskra, D. Szumilas, P. Górniak.

KP Brzeg Dolny

FITnessacja
FITNESS & HEALTH

Powitanie wiosny z Fitnessacją!

Jeśli przez całą zimę po głowie krążyła Ci myśl „Na wiosnę się wezmę za siebie!" to jest właśnie ten moment, aby się z nami zapoznać i rozpocząć drogę ku zdrowszemu stylowi życia!

Zapraszamy serdecznie na DZIEŃ OTWARTY FITNESSACJA!
Będzie to niepowtarzalna okazja poznać całą kadrę Fitnessacja, poznać szczegółowo ofertę usług Fitnessacja. Będziecie mieć możliwość rozmowy z nami w cztery oczy, zadawania nam pytań, a my będziemy starali się odpowiadać wyczerpująco i będziemy naprawdę pomocni!
Będziecie mieć możliwość uczestniczenia w pokazowych lekcjach fitness, ale
UWAGA! Tu będą zapisy!
Będziecie mieć możliwość zmierzyć skład ciała za pomocą analizatora składu ciała! Będziecie mieć możliwość uczestnictwa w Fitnessacjowych Konkursach i Konkurencjach. Nic nie stoi na przeszkodzie, aby zabrać ze sobą znajomych! A może to będzie ten historyczny dzień, gdy zarazimy ich pozytywną energią na zawsze!
Warto tego dnia dołączyć do nas, ponieważ oprócz możliwości spalenia dużej liczby kalorii podczas udziału w lekcjach pokazowych czy konkursach i konkurencjach Fitnessacjowych, będziecie mieć okazję wygrania nagród w postaci treningów personalnych czy karnetów zajęć grupowych. Do tego dorzucamy RABAT 10% dla każdego Uczestnika, który w tym dniu zechce wykupić pakiet treningów personalnych lub karnet na zajęcia grupowe fitness! Brzmi wspaniale? NAJWSPANIALEJ NA ŚWIECIE:)
Serdecznie zapraszamy!!!

HARMONOGRAM DNIA POWITANIA WIOSNY Z FITNESSACJĄ:
11.00 – Rzeźba Ciała (PUMP) – na tę część wydarzenia obowiązują zapisy, polecamy spieszyć się z deklaracją uczestnictwa, ponieważ ilość sprzętu ograniczona. Będzie liczyć się kolejność zgłoszeń.
12.00 – Trening Dnia - na tę część wydarzenia również obowiązują zapisy, ale postaramy się przyjąć każdą liczbę chętnych.
Od 13.00 do 15.00 – przygotujemy dla Was konkurencje i konkursy, podczas których wygrać będziecie mogli treningi personalne, karnety na zajęcia grupowe czy wejściówki na zajęcia grupowe. Śledźcie nas na Facebooku, ponieważ na pewno pojawi się propozycja konkurencji jakie dla Was przygotujemy!

Pamiętajcie więc... DLA KAŻDEGO UCZESTNIKA FIT DAY DZIEŃ OTWARTY możliwość zakupienia w tym dniu karnetu zajęć fitness lub pakietu treningów personalnych ze zniżką 10% !!!

Zapraszamy na Powitanie Wiosny z ... FITnessacja
KIEDY? 21.03.2020 (sobota)
GDZIE? Sp1 Brzeg Dolny
Startujemy o 11.00:
11.00 Rzeźba Ciała PUMP (zapisy!)
12.00 Trening Dnia (zapisy!)
Od 13.00 do 15.00:
Konkursy, konkurencje, nagrody FITNESSACJOWE
Wstęp FREE!!!

Jeśli macie jakieś pytania z dziedziny treningu i odżywiania piszcie do nas śmiało!
tel. 503 985 712 | aneta.piatek@fitnessacja.pl | www.fitnessacja.pl

Puchar Polski w Taekwon-do. Dolnobrzeżanie wywalczyli trzy medale!

Jeden srebrny i dwa brązowe medale wywalczyli zawodnicy Avasatare podczas Pucharu Polski Taekwon-do w Nowej Rudzie. Od 28 lutego do 1 marca na matach w Centrum Turystyczno-Sportowym rywalizowało ponad 300 zawodniczek i zawodników z 42 klubów sportowych z całej Polski.

Wyniki indywidualne zawodników Avasatare:

1. Jakub Jakubczak – II miejsce w walkach Juniorów (68 kg).
2. Malwina Szpyra – III miejsce w walkach Juniorek (50 kg).
3. Emilia Szpyra – III miejsce w walkach Juniorek (50 kg).

Stuprocentowa skuteczność zawodników, dająca trzy miejsca na podium trzem startujących wychowankom Avasatare, pokazuje jakość szkolenia w klubie oraz jest ogromnym motorem napędowym do kolejnych sukcesów. Wyniki indywidualne każdego z tej trójki są ich największym sukcesem w karierze Taekwon-do, a na uwagę zasługuje fakt, że brali udział w rywalizacji ze starszymi od siebie o 3-4 lata przeciwnikami.

Kuba (rocznik 2004) oraz Malwina i Emilia (rocznik 2005) rywalizowali w grupie wiekowej 17-latków i 18-latków. Skalę sukcesu potęguje fakt, że był to ich debiut na zawodach tak wysokiej rangi. Każde z nich udowodniło progres w stosunku do ostatniego turnieju, w jakim brali udział, i rozbudziło marzenia o medalach Mistrzostw Polski. Podium na najważniejszej dla nich imprezie wydaje się być realne, ale aby mogło się to udać, potrzebne będzie najpierw udowodnienie swoich umiejętności na arenie lokalnej.

Już za kilka dni drużyna Avasatare wystąpi w roli gospodarza na Międzywojewódzkich Mistrzostwach Taekwon-do, na które zapraszamy wszystkich mieszkańców! Doping będzie bardzo potrzebny, ponieważ nasi juniorzy młodsi będą walczyć o kwalifikacje do mistrzostw Polski podczas tej imprezy.

Warto przypomnieć, że w opublikowanym na początku roku przez Ministerstwo Sportu rankingu, dotyczącego współzawodnictwa w sporcie młodzieżowym za rok 2019, Avasatare zgromadziło 31 pkt. i okazało się najlepszym w naszym mieście i powiecie jednosekcyjnym klubem sportowym. Szkolenie sportowe dzieci i młodzieży realizowane jest od lat przez Klub Avasatare dzięki wsparciu ze strony PCC Rokita oraz Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym.

Avasatare

Postępy juniorów młodszych U-16

Juniorzy (rocznik 2004) trenera Przemysława Matuszki, przygotowujący się do sezonu wiosennego w Okręgowej Lidze Juniora Młodszego, rozegrali dotychczas kilka wartościowych sparingów.

Należy pamiętać, że drużyna ta jest obecnie w fazie budowy, spora część zawodników wróciła do treningów po minimum półrocznej przerwie. Ponadto nasi zawodnicy rywalizują z drużynami z rocznika 2003, występującymi w wyższych ligach.

Pomimo tych utrudnień, z dnia na dzień widać, jak młodzi zawodnicy czynią postępy i mocno wierzymy, że dzięki uporowi trenera oraz ciężkiej pracy na treningach zespół będzie świetnie przygotowany do sezonu wiosennego.

Rozegrane sparingi:

AP U-15 – AP U-16 2:3

Polonia Trzebnica U-17 – AP U-16 6:3

Sporting Wrocław U-17 – AP U-16 3:1

Parasol Wrocław U-17 – AP U-16 4:1

Ślęza Wrocław U-17 – AP U-16 10:0

AP Brzeg Dolny

Przygotowania do rozgrywek ligowych młodzików

Początek roku rozpoczął się dla chłopców Akademii Piłkarskiej turniejami halowymi w Obornikach Śląskich i Brzegu Dolnym. Treningi naszych najmłodszych ligowców były prowadzone na odkrytych boiskach (Orliki), to jednak decyzja była jednogłośna – próbujemy swoich sił na hali.

Po sprawdzeniu drużyny na hali trener prowadzący Leszek Pieróg postanowił dalszą cześć przygotowań wraz z sparingami prowadzić na świeżym powietrzu. „Zawodnicy lepiej czują grę na murawie niż na hali, dlatego damy im więcej radości, gdy będą grać na trawie" – powiedział. Taka decyzja trenera ma na celu adaptację zawodników do gry na boiskach, która jest odzwierciedleniem ligowych warunków meczowych. Treningi przygotowawcze przed obozem były ukierunkowane na budowę zespołu i doskonalenie gry. Liczne sparingi wewnętrzne z trampkarzami trenera Michała Kowala dały nam pewność siebie i wzmocnienie naszych zawodników. Na uwagę zasługują chłopcy, którzy aspirują do drużyny młodzików z grupy orlik, prowadzonej przez trenera Krzysztofa Jaworskiego.

Zimowy obóz sportowy prowadzony przez trenerów Perfect football i trenera Grzegorza Nicińskiego dał nową inspirację i odwagę w dążeniu do marzeń. Praca na obozie została dobrze wykonana, a przekonać mogliśmy się o tym dość szybko, bo na zakończenie obozu pokonaliśmy znakomity zespół ŁKS Gołuchów.

Planowane sparingi:

1) Piast Żmigród, 2) Olimpic Wrocław, 3) Śląsk Wrocław, 4) LKS Odra Malczyce.

Rozpoczęcie rozgrywek – 21.03.2020 r.

IV Liga Okręgowa Młodzików – strefa Wrocław

1. Forza I Wrocław
2. Olympic IV Wrocław
3. AP II Oleśnica
4. Polonia I Środa Śląska
5. UKS Academy I Kiełczów
6. FC Wrocław III Academy
7. PKS Łany

AP Brzeg Dolny

WAŻNE

Termin kwalifikacji wojskowej dla mieszkańców gminy Brzeg Dolny został wyznaczony w następujących dniach:

25, 26, 27 marca 2020 r.

Kwalifikacja dotyczy mężczyzn urodzonych w 2001 roku oraz w latach 1996-2000, którzy nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.

Kwalifikacja odbywać się będzie w siedzibie Starostwa Powiatowego w Wołowie, Plac Piastowski 2.

Do osób, które podlegają kwalifikacji wojskowej na terenie gminy Brzeg Dolny, wysłane zostaną imienne wezwania ze wskazaniem terminu oraz godziny stawienia się przed Powiatową Komisją Lekarską.

Informacji w sprawie kwalifikacji wojskowej udziela: Biuro Bezpieczeństwa Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym Tel. 71 319 51 17 wew. 257 lub 602 23 33 50

Podstawa prawna:
1. Ustawa z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony RP (Dz.U.2019.1541)
2. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 23 listopada 2009 r. w sprawie kwalifikacji wojskowej (Dz.U.2017.1980)
3. Rozporządzenie Ministra Spraw Wewnętrznych i Ministra Obrony Narodowej z dnia 4 października 2019 r. w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej w 2020r. (Dz.U.2019.1981)

OBWIESZCZENIE WOJEWODY DOLNOŚLĄSKIEGO

z dnia 16 stycznia 2020 r.
w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej na terenie województwa dolnośląskiego w 2020 roku

Na podstawie art. 35 ust. 1 ustawy z dnia 21 listopada 1967 roku o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej (Dz. U. z 2019 r., poz. 1541 z późn. zm.) w związku z § 3 rozporządzenia Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 23 listopada 2009 roku w sprawie kwalifikacji wojskowej (Dz. U. z 2017 r., poz.1980) oraz rozporządzeniem Ministra Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Ministra Obrony Narodowej z dnia 4 października 2019 roku w sprawie przeprowadzenia kwalifikacji wojskowej w 2020 roku (Dz. U. z 2019 r., poz. 1981) podaję do wiadomości, co następuje:

1. W okresie od dnia 3 lutego do dnia 30 kwietnia 2020 roku przeprowadzona zostanie na terenie województwa dolnośląskiego kwalifikacja wojskowa.
2. Do stawienia się do kwalifikacji wojskowej wzywa się:
   - 2.1 mężczyzn urodzonych w 2001 roku;
   - 2.2 mężczyzn urodzonych w latach 1996–2000, którzy nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej;
   - 2.3 osoby urodzone w latach 1999–2000, które:
     - a) zostały uznane przez powiatowe komisje lekarskie za czasowo niezdolne do czynnej służby wojskowej ze względu na stan zdrowia, jeżeli okres tej niezdolności upływa przed zakończeniem kwalifikacji wojskowej;
     - b) zostały uznane przez powiatowe komisje lekarskie za czasowo niezdolne do czynnej służby wojskowej ze względu na stan zdrowia, jeżeli okres tej niezdolności upływa po zakończeniu kwalifikacji wojskowej i złożyły, w trybie art. 28 ust. 4 i 4 „b" ustawy z dnia 21 listopada 1967 r. o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, wniosek o zmianę kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej przed zakończeniem kwalifikacji wojskowej;
   - 2.4 kobiety urodzone w latach 1996–2001, posiadające kwalifikacje przydatne do czynnej służby wojskowej oraz kobiety pobierające naukę w celu uzyskania tych kwalifikacji, które w roku szkolnym lub akademickim 2019/2020 kończą naukę w szkołach lub uczelniach medycznych i weterynaryjnych oraz na kierunkach psychologicznych albo będące studentkami lub absolwentkami tych szkół lub kierunków, o których mowa w § 2 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 28 kwietnia 2017 roku w sprawie wskazania grup kobiet poddawanych obowiązkowi stawienia się do kwalifikacji wojskowej (Dz. U. z 2017 r., poz. 944);
   - 2.5 osoby, które ukończyły 18 lat i zgłosiły się ochotniczo do pełnienia służby wojskowej do końca roku kalendarzowego, w którym kończą 24 lata życia, jeżeli nie posiadają określonej kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.
3. Osoby podlegające obowiązkowi stawienia się do kwalifikacji wojskowej zameldowane na pobyt stały lub pobyt czasowy trwający ponad trzy miesiące na terenie powiatu wołowskiego winny obowiązek ten spełnić w terminie **od 19.03.2019 r. do 31.03.2020 r.** w siedzibie Powiatowej Komisji Lekarskiej **w Starostwie Powiatowym w Wołowie, Plac Piastowski 2**.
4. Osoba stawiająca się do kwalifikacji wojskowej przedstawia:
   - 4.1 wójtowi lub burmistrzowi (prezydentowi miasta):
     - a) dowód osobisty lub inny dokument pozwalający na ustalenie tożsamości;
     - b) dokument potwierdzający przyczyny niestawienia się do kwalifikacji wojskowej, jeżeli stawienie się do kwalifikacji wojskowej w terminie określonym w wezwaniu nie było możliwe;
   - 4.2 powiatowej komisji lekarskiej – posiadaną dokumentację medyczną, w tym wyniki badań specjalistycznych, przeprowadzonych w okresie dwunastu miesięcy przed dniem stawienia się do kwalifikacji wojskowej;
   - 4.3 wojskowemu komendantowi uzupełnień:
     - a) aktualną fotografię o wymiarach 3x4 cm (bez nakrycia głowy) – nie dotyczy w przypadku posiadania wojskowego dokumentu osobistego;
     - b) dokumenty potwierdzające poziom wykształcenia lub pobieranie nauki oraz posiadane kwalifikacje zawodowe;
     - c) wojskowy dokument osobisty w przypadku jego posiadania.
5. Osoby podlegające stawieniu się do kwalifikacji wojskowej, które w okresie od dnia ogłoszenia kwalifikacji wojskowej do dnia jej rozpoczęcia zmieniły miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące, zgłaszają się do wójta lub burmistrza (prezydenta miasta) właściwego ze względu na ich nowe miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące. Wójt lub burmistrz (prezydent miasta) wyznacza im miejsce i termin stawienia się do kwalifikacji wojskowej.
   Osoby podlegające stawieniu się do kwalifikacji wojskowej, które po rozpoczęciu kwalifikacji wojskowej na danym terenie zamierzają zmienić miejsce pobytu stałego lub pobytu czasowego trwającego ponad trzy miesiące, stawiają się do kwalifikacji wojskowej przed opuszczeniem miejsca dotychczasowego pobytu.
6. W razie niestawienia się osoby do kwalifikacji wojskowej bez uzasadnionej przyczyny, wójt lub burmistrz (prezydent miasta) z urzędu albo na wniosek przewodniczącego powiatowej komisji lekarskiej lub wojskowego komendanta uzupełnień, na podstawie art. 32 ust. 10 ustawy z dnia 21 listopada 1967 roku o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, nakłada na osobę podlegającą kwalifikacji wojskowej grzywnę w celu przymuszenia albo zarządza przymusowe doprowadzenie przez Policję do kwalifikacji wojskowej, w trybie przepisów o postępowaniu egzekucyjnym w administracji. Osoby, które nie stawią się do kwalifikacji wojskowej przed wójtem lub burmistrzem (prezydentem miasta), przed właściwą komisją lekarską lub przed wojskowym komendantem uzupełnień w określonym terminie i miejscu, nie stawią się do wojskowej pracowni psychologicznej, albo nie przedstawią dokumentów, których przedstawienie zostało nakazane, oraz nie zgłoszą się w określonym terminie i miejscu na wezwanie właściwych organów w sprawach dotyczących powszechnego obowiązku obrony lub odmówią poddania się badaniom lekarskim, na podstawie art. 224 pkt l i 3 wskazanej ustawy o powszechnym obowiązku obrony Rzeczypospolitej Polskiej, podlegają grzywnie albo karze ograniczenia wolności.
7. Osoby wymienione w pkt 2.3 lit. „b" oraz w pkt 2.5 w niniejszym obwieszczeniu, zamierzające stawić się do kwalifikacji wojskowej składają właściwemu Wojskowemu Komendantowi Uzupełnień wnioski o ustalenie lub zmianę kategorii zdolności do czynnej służby wojskowej.

Wojewoda Dolnośląski
Jarosław Obremski

Urząd Miejski w Brzegu Dolnym uprzejmie informuje, że Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych w skrócie PSZOK został przeniesiony na teren Zakładu Gospodarki Komunalnej Sp. z o.o., który znajduje się przy ul. Urazkiej 6C w Brzegu Dolnym.

PSZOK umożliwia pozbycie się odpadów komunalnych posegregowanych (szczególnie tych, których nie da się wrzucić do kontenera lub worka) w ramach miesięcznej opłaty za gospodarowanie odpadami komunalnymi.

PSZOK czynny jest:

poniedziałek: 7:00-17:00

środa: 07:00-15:00

W PSZOK-u przyjmowane są następujące odpady komunalne WYŁĄCZNIE od mieszkańców Brzegu Dolnego:

1. papier;
2. metale;
3. tworzywa sztuczne;
4. odpady opakowaniowe wielomateriałowe;
5. szkło;
6. bioodpady;
7. przeterminowane leki i chemikalia;
8. zużyte baterie i akumulatory;
9. meble i inne odpady wielkogabarytowe;
10. odpady niebezpieczne, m. in. żarówki i termometry;
11. zużyty sprzęt elektroniczny i elektryczny;
12. odpady budowlane i rozbiórkowe;
13. zużyte opony;
14. odpady z tekstyliów i odzieży.

UWAGA!

Przed dostarczeniem odpadów do PSZOK-u należy je posegregować.

Do PSZOK-u nie będą przyjmowane odpady pochodzące z prowadzonej działalności gospodarczej lub jej likwidacji, z innej gminy oraz jeśli byłoby to sprzeczne z przepisami prawa oraz mogłoby zagrażać zdrowiu i życiu ludzi.

Pracownik PSZOK nie wyjmuje i nie umieszcza w pojemnikach przywiezionych odpadów, wskazuje jedynie miejsce, pojemnik lub kosz, w którym dostarczający powinien umieścić odpad.

Urząd Miejski w Brzegu Dolnym informuje, że odpady biodegradowalne z nieruchomości wielorodzinnych należy wyrzucać do brązowych pojemników oznaczonych napisem BIO, które znajdują się przy osłonach śmietnikowych.

Natomiast mieszkańcy budynków jednorodzinnych zobowiązani są do korzystania z brązowych worków, które należy wystawiać przed posesję zgodnie z harmonogramem odbioru odpadów komunalnych lub dostarczyć do Punktu Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych, który znajduje się na terenie ZGK przy ul. Urazkiej 6C.

Zakaz jest wyrzucania odpadów biodegradowalnych w miejscach, gdzie dotychczas stały kontenera na odpady zielone.

JAK POPRAWNIE SEGREGOWAĆ ODPADY?

TO NALEŻY WRZUCAĆ

TEGO NIE NALEŻY WRZUCAĆ

PAPIER

- OPAKOWANIA Z PAPIERU, KARTON, TEKTURĘ TAKŻE FALISTĄ
- KATALOGI, ULOTKI, PROSPEKTY
- GAZETY I CZASOPISMA
- PAPIER SZKOLNY I BIUROWY, ZADRUKOWANE KARTKI
- ZESZYTY I KSIĄŻKI
- PAPIER PAKOWY
- TORBY I WORKI PAPIEROWE

- RĘCZNIKÓW PAPIEROWYCH I ZUŻYTYCH CHUSTECZEK HIGIENICZNYCH
- UBRAŃ
- KARTONÓW PO MLEKU I NAPOJACH
- PAPIERU LAKIEROWANEGO I POWLECZONEGO FOLIĄ
- PAPIERU ZATŁUSZCZONEGO LUB MOCNO ZABRUDZONEGO
- PAPIEROWYCH WORKÓW PO NAWOZACH, CEMENCIE I INNYCH MATERIAŁACH BUDOWLANYCH I TAPET
- PIELUCH JEDNORAZOWYCH I INNYCH MATERIAŁÓW HIGIENICZNYCH
- ZATŁUSZCZONYCH JEDNORAZOWYCH OPAKOWAŃ Z PAPIERU I NACZYŃ JEDNORAZOWYCH

METALE I TWORZYWA SZTUCZNE

- ODKRĘCONE I ZGNIECIONE PLASTIKOWE BUTELKI PO NAPOJACH,
- NAKRĘTKI, O ILE NIE ZBIERAMY ICH OSOBNO W RAMACH AKCJI DOBROCZYNNYCH
- PLASTIKOWE OPAKOWANIA PO PRODUKTACH SPOŻYWCZYCH
- OPAKOWANIA WIELOMATERIAŁOWE NP. KARTONY PO MLEKU I SOKACH
- OPAKOWANIA PO ŚRODKACH CZYSTOŚCI NP. PROSZKACH DO PRANIA, KOSMETYKACH NP. SZAMPONACH, PAŚCIE DO ZĘBÓW ITP.
- PLASTIKOWE TORBY, WORKI, REKLAMÓWKI, FOLIE
- ALUMINIOWE PUSZKI PO NAPOJACH I SOKACH
- PUSZKI PO KONSERWACH
- FOLIĘ ALUMINIOWĄ
- METALE KOLOROWE
- KAPSLE,
- ZAKRĘTKI OD SŁOIKÓW

- BUTELEK I POJEMNIKÓW Z ZAWARTOŚCIĄ
- PLASTIKOWYCH ZABAWEK
- OPAKOWAŃ PO LEKACH I ZUŻYTYCH ARTYKUŁÓW MEDYCZNYCH
- OPAKOWAŃ PO OLEJACH SILNIKOWYCH
- CZĘŚCI SAMOCHODOWYCH
- ZUŻYTYCH BATERII I AKUMULATORÓW
- PUSZEK I POJEMNIKÓW PO FARBACH I LAKIERACH
- ZUŻYTEGO SPRZĘTU ELEKTRONICZNEGO I AGD

SZKŁO

- BUTELKI I SŁOIKI PO NAPOJACH I ŻYWNOŚCI W TYM BUTELKI PO NAPOJACH ALKOHOLOWYCH I OLEJACH ROŚLINNYCH
- SZKLANE OPAKOWANIA PO KOSMETYKACH JEŻELI NIE SĄ WYKONANE Z TRWALE POŁĄCZONYCH KILKU SUROWCÓW

- CERAMIKI, DONICZEK, PORCELANY, FAJANSU, KRYSZTAŁÓW
- SZKŁA OKULAROWEGO
- SZKŁA ŻAROODPORNEGO
- ZNICZY Z ZAWARTOŚCIĄ WOSKU
- ŻARÓWEK I ŚWIETLÓWEK
- REFLEKTORÓW
- OPAKOWAŃ PO LEKACH, ROZPUSZCZALNIKACH, OLEJACH SILNIKOWYCH
- LUSTER
- SZYB OKIENNYCH I ZBROJONYCH
- MONITORÓW I LAMP TELEWIZYJNYCH
- TERMOMETRÓW I STRZYKAWEK

BIO

- ODPADKI WARZYWNE I OWOCOWE W TYM OBIERKI ITP.
- GAŁĘZIE DRZEW I KRZEWÓW
- SKOSZONĄ TRAWĘ, LIŚCIE, KWIATY
- TROCINY I KORĘ DRZEW
- NIEZAIMPREGNOWANE DREWNO
- RESZTKI JEDZENIA

- KOŚCI ZWIERZĄT
- OLEJU JADALNEGO
- ODCHODÓW ZWIERZĄT
- POPIOŁU Z WĘGLA KAMIENNEGO
- LEKÓW
- DREWNA IMPREGNOWANEGO
- PŁYT WIÓROWYCH I PILŚNIOWYCH MDF
- ZIEMI I KAMIENI
- INNYCH ODPADÓW KOMUNALNYCH W TYM NIEBEZPIECZNYCH

ODPADY ZMIESZANE

- DO POJEMNIKA Z ODPADAMI ZMIESZANYMI NALEŻY WRZUCAĆ WSZYSTKO TO, CZEGO NIE MOŻNA ODZYSKAĆ W PROCESIE RECYKLINGU, Z WYŁĄCZENIEM ODPADÓW NIEBEZPIECZNYCH

- PRZETERMINOWANE LEKI I CHEMIKALIA
- ZUŻYTY SPRZĘT ELEKTRONICZNY I AGD
- ZUŻYTE BATERIE I AKUMULATORY
- MEBLE I INNE ODPADY WIELKOGABARYTOWE
- ODPADY BUDOWLANE I ROZBIÓRKOWE
- ZUŻYTE OPONY

ogłoszenia drobne

NIERUCHOMOŚCI

117.1. Kupię mieszkanie lub dom w Brzegu Dolnym, może być zadłużone i do remontu. Tel. 725158021.

117.2. Sprzedam działkę rekreacyjną 6,5 ar. („Sielanka"). Altanka murowana, podłączony prąd. Tel. 509333688, po godz. 16.

117.3. Na sprzedaż działki budowlane w Lipnicy, różne kształty, każda o powierzchni 1300m², wydane warunki wod.-kan. i elektryczne, w cenie udział w drodze wewnętrznej 35 zł/m². Tel. 781036887.

118.1. Sprzedam działkę budowlano-usługową, uzbrojoną, 1359 m² oraz działkę budowlaną 3800 m² w Żerkówku. Nr tel. 782235277, 723507389.

118.2. Sprzedam na atrakcyjnej i zagospodarowanej ogrodzonej działce o pow. 720 m² zadbany, parterowy dom, 4 pokoje, 2 łazienki, garaż, strych, ogrzewanie gazowe oraz kominek. Brzeg Dolny, ul. Jaworowa 41. Tel. 501464061.

118.3. Zamienię mieszkanie 37,7 m², ul. Wyspiańskiego 5 , I piętro, środkowe mieszkanie – ciepłe, gotowe do wprowadzenia się – na mieszkanie 60 m². Tel. 880391147.

118.4. Sprzedam mieszkanie 2-pokojowe z balkonem, o metrażu 32,72 m², na os. Fabrycznym, po remoncie – parter. Tel. 724070955.

118.5. Zamienię mieszkanie 3 pokoje z balkonem, II piętro, przy ul. Wilczej, na 2 pokoje na starym os. Warzyń, na parterze. Tel. 538998433.

118.6. Sprzedam mieszkanie własnościowe z ks. wieczystą, 48,1 m², II pietro, na os. Warzyń, 2 pokoje, okna plastikowe, drzwi wymienione, panele, kafelki, łazienka po remoncie, instalacja wodna wymieniona, mieszkanie do odświeżenia. Cena 204 tys. zł do niewielkiej negocjacji. Tel. 781106178.

118.7. Sprzedam działkę budowlaną w Jodłowicach, 10 ar, 45 zł/m², media w drodze. Tel. 668535226.

119.1 Sprzedam garaż o pow. 16 m², usytuowany przy ulicy Rajdowej w Brzegu Dolnym. Cena 10 tys. zł. Nr kontaktowy: 661279024.

119.2 Sprzedam mieszkanie 48 m², II piętro, 3 pokoje, os. Warzyń – ul. Słowackiego. Cena 245 tys. zł. Tel. 668910618.

119.3 Bardzo pilne! Poszukuję pokoju do wynajęcia w Brzegu Dolnym w cenie 400 zł/mies. Płacę za trzy miesiące z góry. Tel. 663907386.

119.4 Wynajmę lokal na działalność gospodarczo-handlowo-usługową, pow. 43 m², ul. Słowackiego – budynek wolnostojący. Tel. 713197385, 884981331.

119.5 Sprzedam działkę budowlano-rekreacyjną 10 ar. Brzeg Dolny, Wały Śl., tylko 50 m od kąpieliska, idealna dla wędkarzy, żeglarzy, miłośników sportów wodnych. Teren niezalewowy. Tel. 790203820.

119.6 Wynajmę kawalerkę ul. Tęczowa, mieszkanie umeblowane, z pełnym wyposażeniem. Cena 1300 zł – 1 osoba, 1350 zł – 2 osoby (opłaty wliczone), gaz + prąd – według zużycia, mieszkanie dostępne od 16.03.2020 r. tel. 608371919.

119.7 Sprzedam garaż o pow. 16 m² usytuowany przy ulicy Rajdowej w Brzegu Dolnym. Cena 10 tys. zł. Tel. 661279024.

MOTORYZACJA

118.1. Sprzedam Mazdę 6 Kombi, rocznik 2005, przebieg 187 tys. – cena 2000 zł do negocjacji, uszkodzona panewka, możliwa sprzedaż na części. Kontakt 606782346.

118.2. Sprzedam Nissan Micra 1,2, 2005 rok, klimatyzacja, ABS, poduszki 2x, kurtyny 2x, wspomaganie, mały przebieg, alufelgi, stan mechaniczny bdb, 3-drzwiowy, niebieski metalik, 2 komplety kół zima-lato, isofix 2x, cena 5200 zł do negocjacji. Tel. 730575103 lub 531586723.

119.1 Sprzedam VW Golf V rok prod. 2006, poj. 1,6 benzyna , przebieg 145 tys. km, 85KW, stan b. dobry, garażowany, cena 13,5 tys. (do uzgodnienia). Więcej informacji pod nr tel. 660770290.

119.2 Sprzedam 4 opony letnie Continental eco 205/55 R16VXL, stan bardzo dobry, przebieg 7000 km. Cena 800 zł,do negocjacji przy odbiorze własnym. Tel. 668109092.

119.3 Sprzedam 4 felgi aluminiowe 5x112 et 37 7jR16 wraz z oponami 205/55 R16, 2 opony Norauto 5,5 mm bieżnik, 2 opony Kleber 3-4 mm bieżnik. Tel. 602671368.

119.4 Sprzedam Renault Clio rocznik 2004 1,5 DCI, przebieg 140 tys. km, cena do uzgodnienia. Tel. 668527405.

119.5 Sprzedam Hyundai Santa Fe 2007 rok, stan b. dobry, czarny, OC, AC, NNW do 12.12.2020 r., przegląd do 17.01.2021, standard bezwypadkowy, nie wymaga wkładu finansowego, w ciągłej eksploatacji, plus opony zimowe. Polecam! Cena 18900 zł. Tel. 604317276.

119.6 Kupię auto do 800 zł, zarejestrowane, może być uszkodzone. Tel. 604317276 całą dobę.

SPRZEDAM/KUPIĘ

117.5. Sprzedam wiatrówkę Remington Airmaster 77 K.I.T. 4,t5 mm. Prędkość poniżej 17J. tel. 502269028.

117.1. Sprzedam paczkę pampersów SEMI dla dorosłych, rozmiar 4, 30 szt., odbiór w Brzegu Dolnym, cena 60 zł. Tel. 660770290.

117.3. Kupię używany dwuteownik i ceownik (trawerzy) o długości 5 metrów lub więcej i szerokości 18 cm, tzw. „18". Może być z rozbiórki w dobrym stanie. Odbiorę własnym transportem. Tel. 504868493.

117.4. Sprzedam egzemplarze „Małego modelarza" – 43 szt. z lat 1983-1996. Cena 25 zł za szt. tel. 502269028.

117.2. Sprzedam maszynę parową do czyszczenia Karcher, używany, cena 2500 zł, tel. 574191337.

117.6. Sprzedam nieużywaną pralkę Siemens IQ10 oraz kuchnię gazową z elektrycznym piekarnikiem (3 razy używana). Kontakt 509577988.

118.1. Sprzedam fotelik samochodowy dla dziecka 0-13 m-cy MAXI COSI CABRIO FIX (tzw. skorupka); gratis: adaptery do wózka, moskitiera, wkładka dla małego dziecka; fotelik bezwypadkowy. Tel. 607033280.

118.2. Sprzedam po promocyjnej cenie 40 profili do płyt G-K (CD 60, dł. 4m, gr 0,6#). Tel. 694609338.

118.3. Materac nowy, sprężynowy – 3 sztuki, wym. 60 x 90 cm. Tel. 71 3195402.

118.4. Sprzedam rożno elektryczne. Tel. 71 3195402.

118.5. Sprzedam bramkę ogrodzeniową działkową, konstrukcji stalowej. Wym. Szer. 100 cm, wys. 190 cm. Cena do uzgodnienia. Tel. 664041226.

118.6. Sprzedam nowy worek inwalidzki. Tel. 508510449.

118.7. Do sprzedania zestaw biurowy – biurka, szafa, stoliki do biurek, za symboliczną cenę. Tel. 509577988.

118.8. Sprzedam stare niemieckie pianino. Tel. 509577988.

118.9. Sprzedam używane łóżko drewniane. Wym. Zewnętrzne 160 x 210 (rama na materac 140 x 200). Cena 200 zł. Tel. 693326214.

118.10. Sprzedam brony ciężkie, lekkie, na stelażu, do C330 Ursus oraz wóz przerobiony. Tel. 664290979.

118.11. Sprzedam pralkę Beco (na gwarancji) oraz ławę o regulowanym blacie. Cena do uzgodnienia. Tel. 787132379.

119.1. Sprzedam nagrzewnicę (dmuchawę) olejową (diesel) Zelmech o mocy 20 kW zakupioną pod koniec stycznia 2019 r. Przebieg max ok. 200-300 h. W pełni sprawna, zatankowana (ok. 5 l ON z Orlenu). Stan idealny. Brzeg Dolny. Tel. 506171241.

119.2 Sprzedam białą meblościankę z wbudowanym biurkiem, stan db, cena 200 zł. Tel. 506078400.

119.3 Sprzedam solidne biurko z wysuwanym blatem. Cena 50 zł. Tel. 606191223, Jan.

119.4 Sprzedam piłę elektryczną Faworyt, cena 100 zł i el. nożyce do żywopłotu NAC, cena 100 zł. Tel. 606191223, Jan.

119.5 Sprzedam szafę 195 cm wysoka, szer. 80 cm, dwudrzwiowa; komoda duża wys. 86 cm, szer. 125 cm; komoda mała wys. 86 cm, szer. 40 cm. Kolor orzech. Stan mebli bardzo dobry, meble są bardzo ładne i pakowne. Cena 1000 zł. Tel. 788404409.

119.6 Sprzedam kanapę rozkładaną, kolor brązowy, w srebrne paski. Do kanapy dodaję dwie oryginalne poduszki. Długość kanapy 190 cm. Stan bardzo dobry, cena 300 zł. Tel. 788404409.

119.7 Sprzedam odkurzacz dla alergików dobrej firmy, mało używany, cena 180 zł. Tel. 604317276.

PRACA

118.1. Szukam pani do sprzątania. Tel. 574191337.

119.1 Posprzątam mieszkanie, dom, biuro. Tel. 574191337.

119.2 Poszukuję pomocy domowej – jestem osobą starszą. Tel. 71 3805008.

ODDAM

119.1 Oddam podwójne łóżko z materacami drewniane, jasne. Wymiary jednego łóżka 90x200 (x2 szt.). Nie zniszczone. Tel. 519164282.

INNE

119.1 Skradziona została uprząż dla psa, jak na zdjęciu, ale w kolorze czarnym. Gdyby ktoś znalazł, proszę o oddanie. Tel. 574191337.

Ogłoszenia prosimy przesyłać na: panorama@brzegdolny.pl, wrzucić kupon do oznaczonego pojemnika w jednym z naszych punktów lub zadzwonić pod nr tel. 71 319 51 17 wew. 258.

Dodaj ogłoszenie drobne. Wypełnij ten kupon i wrzuć do jednego z naszych punktów: w saloniku prasowym w Rynku, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym lub w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

.....

.....

treść ogłoszenia z numerem tel.

PRACOWNIA OPTYCZNA

PRACOWNIA OPTYCZNA
Dorota Przewoźna, Rynek 9/2

Rozwiąż i wygraj!

Sponsorem nagrody dla zwycięzcy losowania z nr 5 (119) jest PRACOWNIA OPTYCZNA – Dorota Przewoźna, Rynek 9/2. Bon 50 zł z nr 4 (118) na zakup okularów w Pracowni Optycznej w Rynku otrzymuje Stanisława Zimna

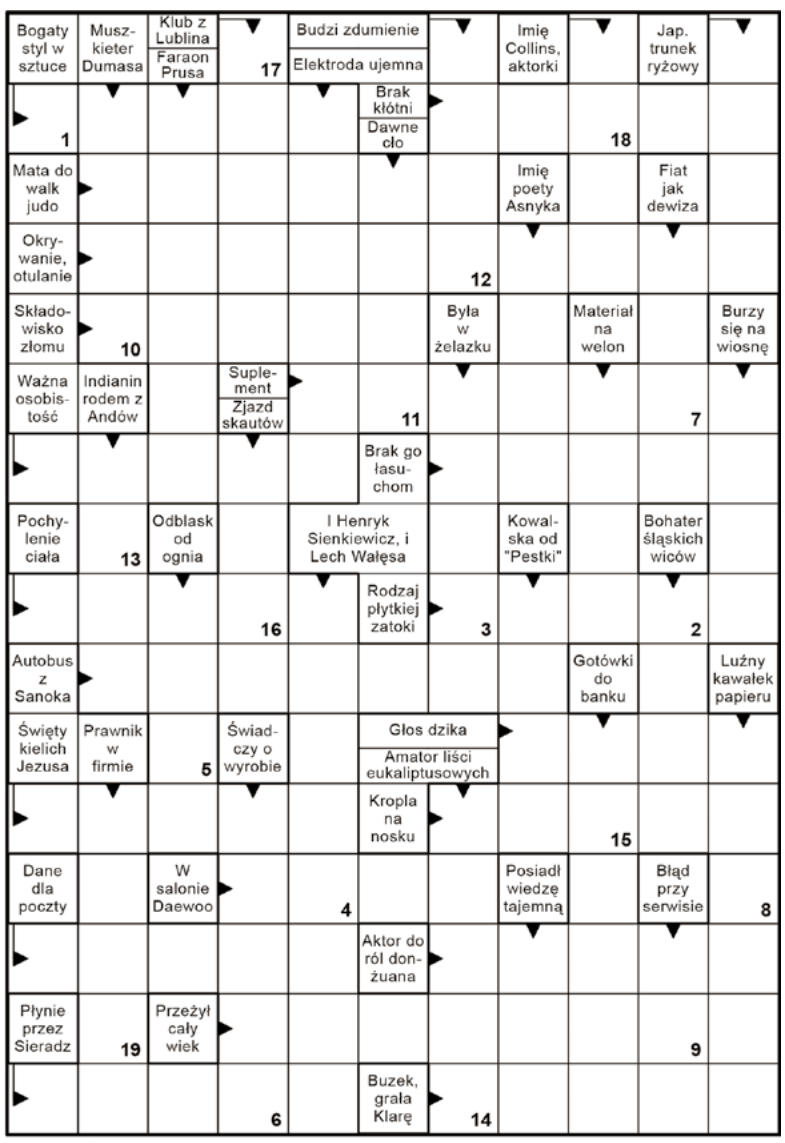
Kupon krzyżówkowy „Panoramy" nr 5 (119)

Imię i Nazwisko .....

Telefon .....

Hasło .....

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w sklepie Ami (ul. Kochanowskiego), sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"



Litery z pól ponumerowanych utworzą rozwiązanie końcowe.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19

HOROSKOP 12-25.03.2020

BARAN

Nadchodzą dobre dni dla stałych związków. Wyjedźcie gdzieś razem, a w nowej scenerii partner również wyda ci się atrakcyjnie odmieniony. Jesteś samotny? Życie towarzyskie wciągnie cię, a wśród nowo poznanych osób może pojawić się ktoś inteligentny, pełen humoru i ciepła. A więc ruszaj tam, gdzie słychać gwar i śmiech. Planety sprzyjają stabilnym związkom, więc nie będzie to tylko przelotne zauroczenie.

BYK

Byki bez pary, którym ostatnio zabrakło refleksu, teraz nie będą miały zbyt wielu szans na zawarcie bliższej znajomości z kimś interesującym, a jeśli nawet, nie będzie to jeszcze prawdziwa zażyłość. Dla związanych receptą na dobra atmosferę okaże się atrakcyjne życie towarzyskie. Potrzebujecie trochę rozrywek, warto zaplanować weekendowy wyjazd z przyjaciółmi lub tyko we dwoje.

BLIŹNIĘTA

Zawarte niedawno znajomości wyjdą poza fazę platoniczną. Temperament da o sobie znać. Związki, które rozpoczną się właśnie teraz, będą pełne fantazji, radosnych niespodzianek, a także silnie podszyte erotyzmem. Dla osób z samego początku znaku słowo przestrogi: uważaj, bo możesz zrobić coś, czego będziesz żałować. Zielone światło nie oznacza, że droga jest właściwa.

RAK

Masz wrażenie, że najlepsze już za tobą? Nie przesadzaj. Dostałeś szansę? Skorzystałeś? Wspaniale. Teraz warto tę miłość udomowić. Ale to nie znaczy założyć jej domowe pantofle! Podpowiedź Księżyca: Nie zapominaj, że on szuka swojej drugiej połówki, a nie troskliwej mamusi. Dlatego rano zamiast szykować mu pożywne śniadanko, wzbudź w nim prawdziwy głód miłości.

LEW

Słońce w twoim znaku przyniesie ci zastrzyk energii, pod jego wpływem doświadczysz gwałtownego przypływu miłosnych pragnień. Romanse, które do tej pory rozwijały się jeszcze nieśmiało, nabiorą przyspieszenia. Przyciąga was do siebie jakaś zawrotna siła. Niewykluczone zaskakujące, ale warte rozważenia propozycje matrymonialne Podpowiedź Marsa: Nie zatrzymuj tej lokomotywy, niech gna!

PANNA

Jeśli urodziłeś się na początku znaku, niewykluczona jest pierwsza sprzeczka zakochanych. A jeśli próbowałeś trzymać coś w tajemnicy, sekret ujrzy światło dzienne. Jesteś na tropie miłości? Powinieneś odznaczać się większą bystrością, by odróżnić szlachetny kamień od zwykłego szkiełka. Choć na oko wyglądają podobnie, ich prawdziwego blasku porównać się nie da.

WAGA

Jowisz, patrzący na ciebie z sympatią, obdarzy cię lekkością bytu, w tym tygodniu pomnożoną przez dwa. Koniec z uczuciową sennością, koniec z nudną poprawnością, koniec z ciągłym wahaniem. Szykuje się przypływ miłosnego niepokoju i miłe sercowe niespodzianki. Pora wspiąć się na palce i sięgnąć gwiazdki z nieba, czyli zbliżyć się wreszcie do osoby, która rozpala twoją wyobraźnię.

SKORPION

W najbliższych dniach uczucia znajdą się na drugim planie. Absorbująca okaże się praca lub nauka. Wciąż wolne Skorpiony nie będą narzekać na samotność, ale wydaje się, że nie jesteś teraz szczególnie spostrzegawczy, tym bardziej że osoba, która się tobą interesuje, kompletnie nie wie, jak ci to dać do zrozumienia. Zwróć uwagę na kogoś, kto oferuje ci pomoc, wpada do ciebie bez powodu... Czy nic się pod tym nie kryje?

STRZELEC

Przyciągasz teraz ludzi do siebie nieodpartym urokiem, który roztaczają osoby kochające życie. A więc śmiało naprzód! Dobry nastrój będzie sprzyjał także... rozstaniom. Dlatego bez żalu zostawisz kogoś, kto zwodził cię obietnicami bez pokrycia. Słuszna decyzja. Za najbliższym zakrętem czeka prawdziwa miłość. Jeśli jednak urodziłeś się na początku znaku - uważaj, łatwo zrobić fałszywy ruch.

KOZIOROŻEC

Uczuciowe wzloty i upadki mieścić się teraz będą w granicach normy. W stałych związkach spokój, ale uważaj, bo miłość za mocno oswojona jest jak motyl przekłuty szpilką. Nie staraj się więc wszystkiego w szczegółach zaplanować, przewidzieć. Jesteś wolny? Pamiętaj, że wokół upatrzonej „ofiary" trzeba teraz trochę pokrążyć. Nie atakuj wprost, mile widziany będzie jakiś pretekst.

WODNIK

W związkach więcej słońca. Jeśli macie za sobą nie najlepsze chwile, może przyjdzie ci do głowy, by skończyć niepotrzebną wojną. W sercach tych Wodników, które powiedziały komuś „do widzenia", pojawi się wolna przestrzeń. Puste miejsce wkrótce się zapełni, tylko nie rób żadnych założeń z góry, ani że będzie to wielka miłość, ani nieważny flirt. Pozwól się mile zaskoczyć.

RYBY

Nowa znajomość, która na początku wydawała się porywająca, będzie się teraz rozwijała wolniej, ale nie panikuj. Taki spowolniony rytm pozwoli wam lepiej się poznać. Tylko w sercowych życiorysach Ryb z początku znaku możliwe są jakieś większe zawirowania. Bądź ostrożny, bo możesz wdać się w romans, który okaże się bardziej skomplikowany, niż myślisz. Nie rób niczego pochopnie.

Nadchodzi Polly

TVN, sobota 14.03, godz. 22.40

Reuben Feffer (Ben Stiller) pracuje w firmie ubezpieczeniowej jako analityk ryzyka. W życiu prywatnym jest jednak przesadnie ostrożny i zapobiegliwy, dokładnie planuje każdy dzień swojego życia. Właśnie ożenił się z Lisą Kramer (Debra Messing), agentką nieruchomości, którą uważa za ideał kobiety. Jednak już pierwszego dnia miesiąca miodowego na Karaibach zostaje przez nią porzucony dla muskularnego instruktora nurkowania, Clauda (Hank Azaria). W biurze wszyscy mu współczują, gdyż jego niedyskretna matka opowiedziała szefowi o perypetiach syna. Upokorzony i załamany, postanawia już nigdy więcej nie wiązać się z żadną kobietą. Mimo to jego najlepszy przyjaciel Sandy Lyle (Philip Seymour Hoffman) zapoznaje go z sympatyczną kelnerką, Polly Prince (Jennifer Aniston), jak się okazuje dawną szkolną koleżanką. Pełna temperamentu dziewczyna jest zupełnym przeciwieństwem zapobiegliwego Feffera - żyje pełnią życia i co chwilę wpada na szalony pomysł. Mimo wcześniejszego postanowienia Reuben zakochuje się w Polly i chce wprowadzić do swojego życia odrobinę szaleństwa. Gdy w końcu postanawia się jej oświadczyć, w jego domu pojawia się skruszona Lisa.

Tylko dla odważnych

TVP 1, sobota 14.03, godz. 21.35

Praca w straży pożarnej jest powołaniem Erica Marsha (Josh Brolin), który służy w niej od ponad dwóch dekad. Żona strażaka, Amanda (Jennifer Connoly), każdego dnia mierzy się z lękiem o jego życie. Mężczyzna stoi na czele ekipy Granite Mountain Hotshots, która zdobyła certyfikat superjednostki. Specjalizuje się w gaszeniu pożarów lasów. W czerwcu 2013 roku nadchodzi dzień prawdziwej próby. Oddział Marsha stawia czoło żywiołowi pochłaniającemu lasy Arizony. Próby powstrzymania płomieni, które wkrótce dotrą do miasteczka Yarnell, okazują się bezskuteczne. Strażacy w każdej chwili mogą znaleźć się w pułapce bez wyjścia, nie przerywają jednak akcji.

Karate po polsku

TVP 2 niedziela 15.03, godz. 22.35

Do sennego miasteczka na Mazurach przybywają dwaj plastycy, Piotr (Edward Żentara) i Michał (Michał Anioł). Mają tam namalować kościelny fresk. Towarzyszy im piękna partnerka Piotra, Dorota (Dorota Kamińska). Niedługo po przyjeździe przybysze ratują z opresji byłego oficera AK (Jerzy Trela), atakowanego przez grupę chuliganów. Przewodzi im Roman (Zbigniew Buczkowski), krewny kombatanta. Po tym zdarzeniu konflikt artystów z miejscowymi przybiera na sile. Banda Romana czuje się bezkarna i wciąż prowokuje awantury. Dorota ma do Piotra, mistrza karate, pretensję, że boi się użyć swej siły i przeciwstawić zbirom. Niebawem jednak dochodzi do ostatecznej konfrontacji.

Hobbit. Niezwykła podróż

TVP 2, niedziela 15.03, godz. 20.00

Hobbit Bilbo Baggins to prawdziwy smakosz, domator i elegant. Pewnego dnia, za namową zaprzyjaźnionego czarodzieja Gandalfa, postanawia on wziąć udział w wyprawie mającej na celu odzyskanie Ereboru - utraconego królestwa krasnoludów zagarniętego przez smoka Smauga. W ryzykownej misji uczestniczy także trzynastu krasnoludów pod wodzą legendarnego wojownika, Thorina Dębowej Tarczy

Droga do zapomnienia

TVP 2, niedziela 15.03, godz. 22.55

Podczas podróży pociągiem Eric Lomax poznaje śliczną współpasażerkę, Patti Wallace. Zakochuje się w niej z wzajemnością. Niebawem para bierze ślub. Po pewnym czasie jednak dręczony wojennymi wspomnieniami Eric zaczyna mieć destrukcyjny wpływ na dobrze zapowiadający się związek. Opowiada żonie swoją historię. W trakcie II wojny światowej młody Eric jest specjalistą w dziedzinie łączności. Trafia do japońskiej niewoli. Podczas pobytu w obozie jenieckim jest zmuszany do ciężkiej pracy w fatalnych warunkach przy budowie linii kolejowej łączącej Birmę z Tajlandią. Pochłonęła ona tysiące ludzkich istnień, a po wojnie nazwano ją Koleją Śmierci. Pewnego dnia władze obozowe odkrywają przy Ericu radio skonstruowane dzięki pomocy pozostałych więźniów.

© www.telepress24.com telepress24@gmail.com

TV Panorama Brzegu Dolnego Program
BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Program telewizyjny 12.03 – 25.03.2020

Jak ona to robi?

TVP 1, niedziela 22.03, godz. 22.00

Boston. Kate Reddy jest finansistką w dużej korporacji. Jej mąż, architekt Richard, pracuje w domu. Para wychowuje dwoje dzieci: sześcioletnią Emily i młodszego Bena. Kate lubi swoją pracę i spędza w niej dużo czasu. Mimo to, bez problemu godzi obowiązki zawodowe z życiem rodzinnym. W sprawy dotyczące swojej córki angażuje się nie mniej, niż niepracujące matki. Wszyscy wokół zastanawiają się, jak ona to robi.

Chłopak z sąsiedztwa

TVN, poniedziałek 23.03, godz. 22.35

Nauczycielka Claire Peterson jest w trakcie rozwodu z mężem, który ją zdradził. Wkrótce do domu obok wprowadza się przystojny nastolatek. Chłopak zaczyna z nią flirtować. Noah) jest uroczy i pomocny, zaprzyjaźnia się też z synem Claire, Kevinem. W chwili słabości kobieta spędza noc z nowym sąsiadem, jednak następnego dnia ma poczucie winy i próbuje zakończyć znajomość. Noah nie przyjmuje odtrącenia, zapisuje się na zajęcia prowadzone przez Claire, próbuje skompromitować nauczycielkę w pracy, a także wykorzystuje przyjaźń z jej synem

Żona na niby

Polsat, środa 25.03, godz. 22.10

Danny Maccabee jest wziętym chirurgiem plastycznym, któremu nieco gorzej wiedzie się w życiu prywatnym. Mężczyzna jest święcie przekonany, że kobiety są zainteresowane żonatymi facetami, dlatego gdy spotyka zjawiskowo piękną i dużo od siebie młodszą Palmer, ucieka się do niewinnego kłamstwa. Roztacza przed nią dramatyczną wizję życia u boku okrutnej żony, która go bije i zdradza. Nie bierze pod uwagę, że dziewczyna może być do bólu uczciwa. Palmer uznaje bowiem, że mimo wszelkich kłopotów małżeńskich nie chce rozbijać jego związku. Zdesperowany Danny wmawia jej więc, że jest z żoną w separacji, a ich rozwód jest już przesądzony i to tylko kwestia czasu. Na potwierdzenie tych słów mężczyzna prosi swoją asystentkę Katherine, by udawała jego zołzowatą małżonkę. W intrygę zostają również zaangażowane dzieci kobiety oraz kuzyn lekarza. Wkrótce wszyscy udają się na Hawaje, gdzie mają spędzić uroczy weekend. Okaże się, że długo go nie zapomną. Sytuacja bowiem coraz bardziej się komplikuje. Danny zręcznie lawiruje między swoimi kolejnymi wymyślonymi historyjkami.

CZWARTEK, 12 MARCA

TVP 1
5.05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.40 Jaka to melodia?
6.20 Przysięga (127) - serial
7.05 Elif (684) - serial
8.00 Wiadomości
8.10 Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów (347) - telenowela
9.20 Ranczo s.X (120) - Próba ognia - serial
10.15 Komisarz Alex s.X (127) - Kolory milczenia - serial
11.00 Ojciec Mateusz s.I (5) - Róża - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 To się opłaca - magazyn
13.00 Nowe gatunki. Wyprawa stulecia, cz. 1 - film dok.
14.00 Elif (685) - serial
15.00 Wiadomości
15.10 Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.50 Przysięga (128) - serial
16.45 Skoki Narciarskie - PŚ - Trondheim - konkurs indywidualny
16.55 Teleexpress
17.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Trondheim - konkurs indywidualny
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.35 Ojciec Mateusz s.XXIII (293) - Ryzykowna teoria - serial
21.30 Sprawa dla reportera
22.25 Magazyn śledczy
23.00 Magazyn kryminalny 997
23.50 Magazyn Ekspresu Reporterów
0.55 Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat
1.35 Godziny grozy (4) - serial
2.30 Ratownicy (2) - serial
3.30 Sprawa dla reportera
4.25 Magazyn śledczy
4.55 Zakończenie dnia

TVP 2
4.35 Koło fortuny - teleturniej
5.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (59) - Marzenia - serial
6.05 Operacja Zdrowie
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.05 Pogoda
11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.V (111) - Oświecenie - serial
11.55 Barwy szczęścia (2213) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (46) - teleturniej
13.35 Na sygnale (212) - Małżeństwo doskonałe - serial
14.10 Na dobre i na złe (771) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (86) - Tajemnice - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (260), Turcja
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Va Banque (47) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (112) - Gips - serial
19.30 Barwy szczęścia (2213) - serial
20.00 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2214) - serial
20.40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot (16) - felieton
20.45 Filmowe czwartki - McImperium - film obyczajowy, USA, reż. John Lee Hancock, wyk. Michael Keaton, Laura Dern, Patrick Wilson, Nick Offerman, Linda Cardellini
HIT
22.55 Kontrakt na zabijanie - thriller, USA, Niemcy, reż. Bruce Beresford, wyk. John Cusack, Morgan Freeman, Megan Dodds
0.40 Rok komety - film fabularny, USA, reż. Peter Yates, wyk. Tim Daly, Penelope Ann Miller, Ian Richardson
2.20 Dzielnica bankowa (2) - serial
3.25 Art Noc - Scena alternatywna - Reni Jusis

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Nasz nowy dom
21.10 Przyjaciółki
22.10 Zdrady

23.10 28 dni - dramat, USA, 2000, reż. Betty Thomas, wyk. Sandra Bullock, Viggo Mortensen, Dominic West, Elizabeth Perkins
HIT
- Gwen Cummings jest nowojorską dziennikarką, która uwielbia barwne, rozrywkowe życie. Eleganckie przyjęcia i całonocne eskapady po knajpach to dla niej i jej chłopaka, Jaspera, codzienność. Oboje lubią nowe wrażenia, więc nie ograniczają się tylko do alkoholu, eksperymentują też z narkotykami. Gwen nie zdaje sobie sprawy, że stopniowo uzależnia się od używek. Wkrótce coraz trudniej jest jej się bez nich obyć. Podczas przyjęcia weselnego swojej siostry, Lily, Gwen upija się na umór ...
1.30 Chirurdzy
3.30 Tajemnice losu

TVN
4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Na Wspólnej - serial
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
15.25 Milionerzy
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - informacje
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy

22.30 Pieniądze to nie wszystko - komedia, Polska 2001, reż. Juliusz Machulski, wyk. Marek Kondrat, Stanisława Celińska, Sylwester Maciejewski, Cezary Kosiński, Hanna Mikuć, Magdalena Wójcik, Andrzej Chyra, Tomasz Sapryk
HIT
0.50 Superwizjer - magazyn reporterów
1.25 Uwaga! - program interwencyjny
1.50 NOC Magii

TV 4
6.00 Strażnik Teksasu
6.50 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
12.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
17.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Stażyści - komedia, USA, 2013, reż. Shawn Levy, wyk. Vince Vaughn, Owen Wilson, Rose Byrne, Aasif Mandvi
HIT
0.05 Kobiety i mafia
1.05 Kobiety i mafia
2.05 Interwencja
2.25 Interwencja
2.40 Disco Polo Life
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.35 Ukryta prawda
10.40 Mango Telezakupy
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Kac Vegas III - komedia, USA 2013, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, Ken Jeong, John Goodman, Melissa McCarthy, Heather Graham
HIT
23.10 Planeta Singli - komedia romantyczna, Polska 2016, reż. Mitja Okorn, wyk. Maciej Stuhr, Agnieszka Więdłocha, Piotr Głowacki, Weronika Książkiewicz
1.55 Druga strona medalu - talk show
2.30 NOC Magii

TV PULS
6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
17.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Asy bez kasy - komedia, USA 2016, reż. Jared Hess, wyk. Zach Galifianakis, Kristen Wiig, Owen Wilson, Ross Kimball
HIT
21.55 Jackass: Bezwstydny dziadek - komedia, USA 2013, reż. Jeff Tremaine, wyk. Georgina Cates, Greg Harris, Jackson Nicoll, Johnny Knoxville
23.50 Insanitarium - horror, USA 2008, reż. Jeff Buhler, wyk. Carla Gallo, Jesse Metcalfe, Olivia Munn, Peter Stormare
1.25 Ojciec Ted - serial
2.40 Tajemnice medyczne - serial
3.45 Taki jest świat
4.20 Z archiwum policji
5.35 Dyżur

Stopklatka
7.20 Plebania - serial 8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.15 Fabryki od kuchni - serial 10.20 Allo, Allo - serial 11.25 Życie po zagładzi - serial 12.20 Katastrofy w przestworzach 14.30 Szpital nadziei - serial 15.25 Chicago Fire - serial 17.05 Nowa Scena Śmiechu 18.00 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 18.55 Allo, Allo - serial 20.00 Burza - film sensacyjny 22.00 Narcos: Meksyk - Camelot - serial

TTV
9.00 Gogglebox. Przed telewizorem 10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12.30 Mania sprzątania 13.30 Ukryta prawda 14.30 Królowe życia 15.20 Uwaga! 15.45 Express 16.05 Damy i wieśniaczki. Ukraina 17.10 Patent na... 17.45 Express 18.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 19.45 Express 20.05 Kto to kupi? 20.55 Królowe życia 21.45 Express 22.00 Usterka 23.00 Kanapowcy 23.55 Ostre cięcie

TV6
6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Czysta chata 15.15 Czysta chata 16.15 Diagnoza morderstwo 17.15 Diagnoza morderstwo 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Nożownik - thriller sensacyjny, USA, 2003, reż. William Friedkin 1.00 STOP Drogówka 2.00 Benny Hill

TVP SPORT
6.05 Piłka nożna - kobiet. eliminacje ME. Polska - Mołdawia 8.15 Kolarstwo torowe - MŚ, Berlin - podsumowanie 10.50 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1 finału - Podsumowanie 13.00 Piłka nożna - Puchar Hiszpanii - Podsumowanie 15.10 Lech TV - magazyn sportowy 15.40 Legia TV - magazyn 16.15 Skoki Narciarskie - PŚ - Trondheim - konkurs indywidualny 17.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Trondheim - konkurs indywidualny 19.35 RING TVP SPORT - magazyn 19.40 Coppa Italia - podsumowanie 1 finału 20.30 Sportowy Wieczór 21.00 Piłka parzy (16) - felieton 21.15 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1. runda 1 23.00 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1.runda 2 1.00 Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża - walka wieczoru. A. Szpilka - S. Radczenko 2.00 Sporty walki - Gala MMA - ACA Ałmaty, Kazachstan

EUROSPORT
8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Ofterschwang, Niemcy 10.00 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim 11.00 Kolarstwo. World Tour, Włochy 1. etap 12.00 Kolarstwo. World Tour, Francja 4. etap 13.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Ofterschwang, Niemcy 13.50 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim 14.50 Biathlon. PŚ, Nove Mesto 15.20 Biathlon. PŚ, Kontiolahti S 16.45 Sporty zimowe 17.00 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim 18.45 Sporty zimowe 19.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are, Szwecja Slalom równoległy 20.35 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim 21.35 Biathlon. PŚ, Kontiolahti Sprint mężczyzn na 10 km 22.50 Kolarstwo. World Tour, Włochy 2. etap 23.35 Kolarstwo. World Tour, Francja 5. etap 0.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are, Szwecja Slalom równoległy 1.30 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim 2.15 Biathlon. PŚ, Kontiolahti Sprint mężczyzn

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Joker 8.00 Trudne sprawy 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Dlaczego ja? 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 14.00 Świat według Kiepskich - serial komediowy 14.30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 15.00 Trudne sprawy 16.00 Nasz nowy dom 17.00 Sekrety rodziny 18.00 Malanowski i Partnerzy 18.30 Malanowski i Partnerzy 19.00 Gliniarze 20.05 Wydarzenia 20.45 Trudne sprawy 21.45 Dlaczego ja? 22.50 Świat według Kiepskich - serial komediowy 23.20 Świat według Kiepskich - serial komediowy 23.50 Ślad 0.50 Zdrady 1.50 Interwencja 2.05 Wydarzenia 2.50 Wystarczy chcieć 3.20 Echo lasu 3.50 Cafe Futbol 5.20 SuperLudzie 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Dora poznaje świat 7.30 Bąbelkowy świat gupików 8.00 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Świat według Bundych 10.30 Nasz nowy dom 11.30 SuperLudzie 12.00 Przyjaciółki 13.00 TOP CHEF 14.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 18.00 Chirurdzy 19.00 Nasz nowy dom 20.00 Salt - thriller, USA, 2010, reż. Phillip Noyce, wyk. Angelina Jolie, Liev Schreiber, Chiwetel Ejiofor, Daniel Olbrychski - Evelyn Salt, zaufana i lojalna agentka CIA, zostaje zmuszona do ucieczki, gdy pewnemu rosyjskiemu zdrajcy udaje się przekonać jej przełożonych, że jest ona podwójną agentką 22.15 Świat według Kiepskich 23.00 Peacemaker - film sensacyjny, USA, 1997 1.40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 3.30 Gliniarze

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.49 Pogoda 14.59 Serwis Info 15.29 Info Dzień 15.54 Pogoda 15.59 Info Dzień 16.55 Teleexpress 16.59 Teleexpress Extra 17.16 Serwis Info 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi - magazyn 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Minęła 20ta 21.00 Nie da się ukryć - magazyn 21.19 Flesz Info Wieczór 21.26 Kasta - magazyn 21.40 Studio LOTTO 21.50 W tyle wizji 22.24 Serwis Info 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.03 Wiadomości 0.31 Gość Wiadomości 0.46 Kasta - magazyn 1.00 Pogoda 1.15 Minęła 20ta 2.15 W tyle wizji 2.49 Serwis Info 2.55 W tyle wizji Extra 3.24 Taśmy bezpieki - Kulisy Magdalenki

TV TRWAM
11.35 Szansa na dziecko - naprotechnologia 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Po stronie prawdy 13.20 Filmowe Życiorysy. Wichura - Zielony Trójkąt 14.25 Łaski pełna 15.45 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Z wędką nad wodę 16.35 Porady Medyczne Bonifratrów 17.00 Przegląd Tygodnika Rodzin Katolickich "Źródło" 17.05 Duszpasterz 17.30 Okiem kamery 17.55 40 dni ze św. Janem Pawłem II 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Przyjaciele i bohaterowie 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Głos Polski 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski Punkt Widzenia 22.00 Filmowe życiorysy 22.35 Z wędką nad wodę 23.50 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA
7.00 Afisz kulturalny 7.20 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.25 Studio Kultura - Rozmowy 8.45 Tamań - film TVP 9.30 Faustyna - film biograficzny 11.00 Blisko, coraz bliżej Wszystko dla syna. Rok 1905 - serial 12.30 Engagement - film TVP 13.40 Daniel - film kr.metr. 14.15 15 Krajowy Festiwal Piosenki Polskiej Opole '77. Nastroje. Nas troje - koncert 15.45 Studio Kultura - Rozmowy 16.10 W syberyjskich lasach 18.00 Dokument tygodnia - Bihar doc - film dok. 19.20 Kronos - Pomniki - magazyn kulturalno - społeczny 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Czwartkowy klub filmowy - Afera Thomasa Crowna - film fabularny 22.15 Recital Piotra Orzechowskiego - film dok. 22.35 Recital Marka Brachy i Aleksandra Dębicza - koncert 23.20 Portrety - Still alive - film o Krzysztofie Kieślowskim - film dok.

PIĄTEK, 13 MARCA

TVP 1
5.10 DNA doskonały lekarz - film dok.
6.15 Przysięga (128) - serial
7.05 Elif (685) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów - taka historia... (41) - telenowela
9.10 Magazyn śledczy
9.40 Okrasa łamie przepisy - Kuchnia nad Drwęcą - magazyn kulinarny
10.15 Komisarz Alex s.X (128) - serial
11.05 Ojciec Mateusz s.I (6) - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Magazyn Rolniczy
13.00 Nowe gatunki. Wyprawa stulecia
14.00 Elif (686) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka- teleturniej
16.05 Przysięga (129) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3628) - telenowela
18.30 Korona królów - taka historia... (61) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.35 Archiwista (10) - serial
21.30-- Idealny plan - thriller, Kanada, reż. Aaron Woodley, wyk. Kevin Zegers, Ray Liotta, Laura Vandervoort, Victor Garber, Dustin Milligan
HIT
23.05 Zawód. Amerykanin s.II (16) - serial
23.55 Kompania X s.III (25) - serial
0.50 Siła strachu - thriller, USA, reż. John Polson, wyk. Robert De Niro, Dakota Fanning, Famke Janssen, Elisabeth Shue
2.40 Magazyn kryminalny 997
3.30 Ocaleni - reality show
4.35 Notacje - cykl dok.
4.50 Zakończenie dnia

TVP 2
4.35 Koło fortuny - teleturniej
5.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (60) - Ciemne chmury - serial
6.05 Anna Dymna - spotkajmy się
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.25 Rodzinka.pl s.V (112) - Gips - serial
11.55 Barwy szczęścia (2214) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (47) - teleturniej
13.35 Na sygnale (213) - Trauma - serial
14.05 Czterdziestolatek (9) - Rodzina, czyli obcy w domu - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (87) - Duże dzieci, duży kłopot - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (261), Turcja
18.00 Panorama, Pogoda
18.30 Va Banque (48) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (113) - Nowe gniazdo - serial
19.30 Barwy szczęścia (2214) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2215) - serial
20.35 STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! - program rozrywkowy
22.10 STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! (Wyniki)
22.35 Raz się żyje - film fabularny, USA, reż. Nash Edgerton, wyk. David Oyelowo, Charlize Theron, Joel Edgerton
HIT
0.35 Ona to on - komedia, USA, reż. Andy Fickman, wyk. Amanda Bynes, Channing Tatum, Jessica Lucas, James Kirk
2.25 McImperium - film obyczajowy, USA, reż. John Lee Hancock, wyk. Michael Keaton, Laura Dern, Patrick Wilson, Nick Offerman, Linda Cardellini
4.15 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami
22.05 Tylko jeden. Droga do KSW

23.20 Piła 5 - horror, USA, Kanada, 2008, reż. David Hackl, wyk. Tobin Bell, Costas Mandylor, Scott Patterson, Betsy Russell
HIT
- W wyniku dramatycznych wydarzeń agentka Perez ginie, a Strahm próbuje wydostać się z podziemnego labiryntu domu towarowego. Ogłuszony przez nieznanego napastnika odzyskuje przytomność ze szklanym akwarium na głowie. Przy każdym ruchu woda wlewa się do środka. Aby się nie utopić, Strahm przebija sobie tchawicę. Budynek opuszcza również Hoffman, który twierdzi, że nikt nie przeżył. Jest zdziwiony, widząc Strahma na noszach.
1.20 Tajemnice losu

TVN
4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Na Wspólnej - serial
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Milionerzy
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - informacje
19.50 Uwaga! - program interwencyjny

20.00 Jurassic World - film przygodowy, USA 2015, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Irrfan Khan, Vincent D'Onofrio, Ty Simpkins, Nick Robinson
HIT
22.40 Ultimatum Bourne'a - film sensacyjny, USA, Niemcy 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles, David Strathairn, Scott Glenn, Albert Finney, Joan Allen
1.00 Kuba Wojewódzki - talk show
2.00 Uwaga! - program interwencyjny
2.20 NOC Magii

TV 4
6.00 Strażnik Teksasu
6.50 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Sekrety sąsiadów
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
12.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
17.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Sekrety sąsiadów
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Gwiazdy Kabaretu
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.05 Szósty zmysł - thriller, USA, 1999, reż. M. Night Shyamalan, wyk. Bruce Willis, Haley Joel Osment, Olivia Williams, Toni Collette
HIT
1.25 STOP Drogówka
2.25 Interwencja
2.40 Disco Polo Life
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.35 Ukryta prawda
10.40 Mango Telezakupy
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
18.55 Anna German - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Ślub od pierwszego wejrzenia
22.00 Oczy węża - film sensacyjny, USA, Kanada 1998, reż. Brian De Palma, wyk. Nicolas Cage, Gary Sinise, John Heard, Carla Gugino, Stan Shaw, Kevin Dunn, Michael Rispoli
HIT
0.10 Zakochani - komedia romantyczna, Polska 2000, reż. Piotr Wereśniak, wyk. Magdalena Cielecka, Bartosz Opania, Katarzyna Figura, Jan Frycz, Beata Tyszkiewicz, Cezary Pazura, Olaf Lubaszenko
2.30 NOC Magii

TV PULS
6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Kickboxer: Odwet - film akcji, USA 2018, reż. Dimitri Logothetis, wyk. Alain Moussi, Jean-Claude Van Damme, Mike Tyson, Hafþór Júlíus Björnsson, Sara Malakul Lane
22.10 Kobiety mafii - film sensacyjny, Polska 2018, reż. Patryk Vega, wyk. Agnieszka Dygant, Bogusław Linda, Katarzyna Warnke, Olga Bołądź, Piotr Stramowski
HIT
1.00 Zasady walki III: Odkupienie - film akcji, USA 2009, reż. Gerry Lively, wyk. Anthony "Treach" Criss, Warren Derosa, Sung Hi Lee, Janet Carroll
2.55 Niesamowite!
3.35 Na jedwabnym szlaku
3.55 Menu na miarę - serial
4.35 Z archiwum policji
5.00 Dyżur
5.35 Dyżur

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial 7.05 Plebania - serial 8.05 Apokalipsa: I wojna światowa - serial 10.20 Stawka większa niż życie cz. 3 - 4 - serial 13.05 Katastrofy w przestworzach I 14.55 Chicago Fire - serial 16.45 Nowa Scena Śmiechu 17.45 Skok Henryego - komedia 20.00 Nigdy nie mów nigdy - komedia romantyczna 22.05 Paranormal Activity 4 - horror 23.55 Od zmierzchu do świtu - film kryminalny 2.10 Biwak - etiuda

TTV
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12.25 Mania sprzątania - serial 13.25 Ukryta prawda 14.30 Królowe życia 15.20 Uwaga! 15.45 Express 16.05 Największa restauracja świata 17.05 Patent na... 17.45 Express 18.00 Damy i wieśniaczki. Za granicą 18.55 Kto to kupi? 19.45 Express 20.05 Down the road. Zespół w trasie 20.35 Gogglebox. Przed telewizorem 21.45 Express 22.00 O tym się nie mówi 22.15 Królowe życia 23.40 Zamiana żon

TV6
6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 MacGyver 8.00 MacGyver 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.40 Bumerang 14.15 Czysta chata 15.15 Czysta chata 16.15 Diagnoza morderstwo 17.15 Diagnoza morderstwo 18.15 Miodowe lata 19.05 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Cyborg - film sci - fi, USA, 1989 0.45 STOP Drogówka 1.45 STOP Drogówka

TVP SPORT
5.30 Sportowy Wieczór 6.05 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1 finału - Podsumowanie 8.15 Lekkoatletyka - Halowe Mistrzostwa Polski - Toruń - podsumowanie 10.50 Ultimate Strongman 11.50 Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża. F. Czerkaszyn - P. Mendy 12.50 Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża - walka wieczoru. A. Szpilka - S. Radczenko 13.55 RING TVP SPORT - magazyn 14.55 Ultimate Strongman (4) - magazyn 15.55 Skoki Narciarskie - PŚ - Trondheim - konkurs indywidualny 17.45 Piłka ręczna kobiet - PGNiG Superliga. 21.kolejka. MKS Perła Lublin - Metraco Zagłębie Lubin 20.00 Sporty walki - Gala PL MMA 22.20 Sportowy Wieczór 23.00 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 2 runda 1 1.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Row Air - Podsumowanie, cz. 2 skrót z Lillehammer i Trondheim

EUROSPORT
4.00 Kolarstwo. World Tour, Włochy 2. etap 5.00 Kolarstwo. World Tour, Francja 5. etap 6.00 Biathlon. PŚ, Nove Mesto Sprint kobiet 7.00 Biathlon. PŚ, Nove Mesto Sztafeta kobiet 8.00 Biathlon. PŚ, Nove Mesto 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego 8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are, Szwecja Slalom równoległy 9.30 Snooker. Gibraltar Open Round 13.55 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Gigant kobiet, 1. przejazd 15.00 Biathlon. PŚ, Kontiolahti Sprint kobiet na 7, 5 km 16.30 Sporty zimowe 17.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Gigant kobiet, 2. przejazd 18.00 Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund 19.15 Sporty zimowe 19.50 Snooker. Gibraltar Open Round 3 - 5 21.30 Kolarstwo torowe. Six - Day Series, Manchester 23.35 Kolarstwo. World Tour, Włochy 3. etap 0.20 Kolarstwo. World Tour, Francja 6. etap 1.00 Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Joker 8.00 Trudne sprawy 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Dlaczego ja? 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Świat według Kiepskich 14.00 Świat według Kiepskich 14.30 Świat według Kiepskich 15.00 Trudne sprawy 16.00 Nasz nowy dom 17.00 Sekrety rodziny 18.00 Malanowski i Partnerzy 18.30 Malanowski i Partnerzy 19.00 Gliniarze 20.05 Wydarzenia 20.45 Tylko jeden. Droga do KSW 21.45 Zdrady 22.45 Świat w płomieniach - thriller sensacyjny, USA, 2013, reż. Roland Emmerich, wyk. Channing Tatum, Jamie Foxx, Maggie Gyllenhaal, Jason Clarke 1.20 Kabaretowa Ekstraklasa 2.00 Wydarzenia 2.45 Wystarczy chcieć 3.15 Echo lasu 3.50 Cafe Futbol 5.20 SuperLudzie 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Dora poznaje świat 7.30 Bąbelkowy świat gupików 8.00 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Świat według Bundych 10.30 Nasz nowy dom 11.30 Na ratunek 112 12.00 Przyjaciółki 16.00 Kabaret na żywo 18.00 Chirurdzy 19.00 Nasz nowy dom 20.05 Peacemaker - film sensacyjny, USA, 1997, reż. Mimi Leder, wyk. George Clooney, Nicole Kidman, Marcel Iures, Aleksandr Bałujew 22.40 Och, Karol - komedia obyczajowa, Polska, 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński, Dorota Kamińska, Danuta Kowalska, Jolanta Nowak 0.45 Nikodem Dyzma - komedia obyczajowa, Polska, 1956, reż. Jan Rybkowski 3.00 Fucha - film obyczajowy, Polska, 1983, reż. Michał Dudziewicz 4.25 Kabaretowa Ekstraklasa 5.00 Nasz nowy dom

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.49 Pogoda 14.59 Serwis Info 15.29 Info Dzień 15.54 Pogoda 15.59 Info Dzień 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii - magazyn 18.37 O tym się mówi - magazyn 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Forum 21.00 Kasta - magazyn 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizji 22.24 Serwis Info 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.31 W akcji 23.51 Nie da się ukryć Extra 0.10 Wiadomości 0.38 Gość Wiadomości 0.54 Kasta - magazyn 1.39 Pogoda 1.50 Forum 2.50 W tyle wizji 3.25 Serwis Info 3.30 W tyle wizji Extra 4.15 Taśmy bezpieki - Rozliczenie zbrodniarzy hitlerowskich po II wojnie światowej

TV TRWAM
14.15 Ziemia Mojego Zbawiciela - Magnifikat 14.55 Słowo Życia 15.00 Koronka do Bożego Miłosierdzia 15.20 Mocni w wierze 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Siódmy sakrament 16.35 Świat na wyciągnięcie ręki. Ziemia Święta 16.55 Filmowe życiorysy 17.30 Okiem kamery 17.55 40 dni ze św. Janem Pawłem II 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte Młodych 18.55 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" 19.00 Warto zauważyć... 19.30 Opowieści Theo 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 22.00 Ziemia Obiecana 22.50 100 cudownych miejsc na świecie 23.00 Ukryci w łonie Matki 23.30 Świętość w codzienności - św. Joanna Beretta Molla

TVP KULTURA
7.00 Afisz kulturalny 7.20 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.25 Studio Kultura - Rozmowy 8.40 Witkacego wywoływanie duchów - film anim. 9.10 W syberyjskich lasach, Francja 11.00 Blisko, coraz bliżej Obcy wśród swoich. Rok 1914 - serial 12.35 Koncert na 707 ulic - program rozrywkowy 13.40 Leonard Bernstein - koncert, Niemcy 14.50 Studio Kultura - Rozmowy 15.10 Daleko na północy - film anim. 16.40 Personel - film obyczajowy 18.00 Reżyserzy s.I - Howard Hawks - cykl dok. 19.10 Tygodnik Kulturalny 20.00 Informacje kulturalne 20.30 WPłomienie - film fabularny, Korea Połudn. 23.10 Fabryka hitów - Dźwięk i obraz - cykl dok. 0.10 Tygodnik Kulturalny 0.55 Figury niemożliwe i inne historie II - film anim. 1.10 III - film anim. 1.35 Czwartkowy klub filmowy - Afera Thomasa Crowna - film fabularny, USA

SOBOTA, 14 MARCA

TVP 1

5.35 Klan (3626) - telenowela
6.00 Klan (3627) - telenowela
6.25 Sprawa dla reportera
7.20 Rok w ogrodzie
7.45 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
8.00 Pełnosprawni (344) - magazyn
8.25 wojsko - polskie.pl (92) - reportaż
8.55 Studio Raban
9.25 Rodzinny ekspres - Żal za grzechy
9.55 Najgorszy rewolwerowiec Dzikiego Zachodu - komedia, USA
11.45 Dziewczyny ze Lwowa s.I (2) - serial
12.45 Fascynujący świat - Kawa, herbata i kakao. Historia w filiżance
13.50 Okrasa łamie przepisy - Z wojskowej menażki
14.20 Z pamięci - Bazar Różyckiego
14.30 Jak to działa (154) - magazyn
15.05 Sanatorium miłości s.II (10) - reality show
16.05 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs drużynowy
17.30 Teleexpress
17.40 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs drużynowy
18.45 Jaka to melodia?
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.35 Komisarz Alex s.XIV (167) - serial
21.35 Hit na sobotę - Tylko dla odważnych - film akcji, USA, reż. Joseph Kosinski, wyk. Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges HIT
23.55 Milczenie owiec - thriller, USA, reż. Jonathan Demme, wyk. Jodie Foster, Anthony Hopkins, Scott Glenn, John Lighow
2.00 Jaka to melodia?
2.40 Idealny plan - thriller, Kanada, reż. Aaron Woodley, wyk. Kevin Zegers, Ray Liotta, Laura Vandervoort, Victor Garber, Dustin Milligan
4.15 Z pamięci - Bazar Różyckiego
4.20 Zakończenie dnia

TVP 2

4.35 Koło fortuny - teleturniej
5.15 Barwy szczęścia (2211) - serial
5.45 Barwy szczęścia (2212) - serial
6.20 M jak miłość (1500) - serial
7.15 Pytanie na śniadanie
11.20 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny
11.55 STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! - program rozrywkowy
13.35 STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! (Wyniki)
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020
16.20 Rodzinka.pl (280) - Empatyczny grzechotnik - serial
16.55 O mnie się nie martw s.XII (2) - serial
17.50 Słowo na niedzielę - Ratunek dla kamiennego serca
18.00 Panorama, Pogoda
18.35 Echo serca s.III (35) - serial
19.30 Lajk!
20.00 Dance Dance Dance s. II
22.05 Dance Dance Dance s. II - Extra

22.35 Karate po polsku - film obyczajowy, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Edward Żentara, Dorota Kamińska, Zbigniew Buczkowski, Jerzy Trela, Halina Buyno - Łoza, Bernard Ładysz, Piotr Grabowski, Stanisław Pąk, Franciszek Trzeciak HIT
0.15 Hobbit. Niezwykła podróż - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, Martin Freeman, Hugo Waeving, Cate Blanchett
3.05 Zakończenie dnia

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
7.45 Scooby - Doo i upiorny strach na wróble - film anim.
8.15 Potwory kontra obcy: Wielka ucieczka B.O.B.- a - film anim.
8.35 Scooby - Doo i KISS! Straszenie na scenie - film anim.
10.10 Ewa gotuje
10.45 Disco Polo - 25 lat później

11.45 Jak długo jeszcze? - komedia familijna, USA, 2007, reż. Steve Carr, wyk. Ice Cube, Nia Long, John C. McGinley, Aleisha Allen
13.45 The Four. Bitwa o Sławę
15.45 Kabaret na żywo. Przystanek Radość
17.50 Chłopaki do wzięcia
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 The Four. Bitwa o Sławę
22.10 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
0.25 Ballistic - film sensacyjny, USA, Niemcy, 2002, reż. Wych Kaosayananda, wyk. Antonio Banderas, Lucy Liu, Gregg Henry, Ray Park -W wyścigu po genialny wynalazek tylko dwoje ludzi może pochwalić się umiejętnościami, talentem i przebiegłością niezbędną by go zdobyć. Niestety, to zaprzysięgli wrogowie. Agentka, znana jedynie pod pseudonimem Sever, z której specjalistyczne szkolenie uczyniło śmiertelne narzędzie, jest drobiazgowa i niezmordowana w dążeniu do celu.
2.20 Tajemnice losu
4.55 Disco Gramy
5.40 Telezakupy TV Okazje

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
7.30 Efekt Domina
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Na Wspólnej Omnibus - serial
13.20 MasterChef Junior
14.55 O!Ilśnienia kultury - gala nagród Onetu i Miasta Kraków
16.00 Dorota inspiruje
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 36,6°C - magazyn medyczny
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.44 Raport smogowy
19.45 Uwaga! - program interwencyjny
20.00 Fryderyki 2020. Najpiękniejsza polska muzyka

22.40 Nadchodzi Polly - komedia, USA 2004, reż. John Hamburg, wyk. Ben Stiller, Jennifer Aniston, Philip Seymour Hoffman, Debra Messing, Alec Baldwin, Hank Azaria, Bryan Brown HIT
0.45 Gniew Tytanów - film przygodowy, USA, Hiszpania 2012, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Edgar Ramírez, Rosamund Pike, Bill Nighy
2.45 Uwaga! - program interwencyjny
3.05 NOC Magii

TV 4

6.00 Przygody Kota w butach
6.35 Przygody Kota w butach
7.05 101 dalmatyńczyków
7.35 101 dalmatyńczyków
7.55 101 dalmatyńczyków
8.25 101 dalmatyńczyków
8.55 Galileo
9.55 Galileo
10.55 Święty - serial
12.55 Mistrz kierownicy ucieka, cz. 1 - komedia sensacyjna, USA, 1977, reż. Hal Needham, wyk. Burt Reynolds, Sally Field, Jerry Reed, Jackie Gleason
15.00 STOP Drogówka
16.00 Policjantki i Policjanci
17.00 Policjantki i Policjanci
18.00 Policjantki i Policjanci
19.00 Galileo
20.00 Policjantki i Policjanci
21.00 Policjantki i Policjanci
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
0.05 Wstrząsy - horror komediowy, USA, 1990, reż. Ron Underwood, wyk. Kevin Bacon, Michael Gross, Fred Ward, Reba McEntire HIT
2.10 Zagadkowe zgony
2.40 Najdziwniejsze zwierzęta świata
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

4.50 Ukryta prawda
5.50 Mango - Telezakupy
7.50 Ukryta prawda
10.50 Hotel Paradise
13.50 Dziewczyny z drużyny III - komedia, USA 2006, reż. Steve Rash, wyk. Hayden Panettiere, Solange Knowles - Smith, Gus Carr, Marcy Rylan, Rihanna
15.50 Naga broń 2 1 - komedia, USA 1991, reż. David Zucker, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, George Kennedy, O.J. Simpson, Robert Goulet, Richard Griffiths
17.35 Nieoczekiwana zmiana miejsc - komedia, USA 1983, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Dan Aykroyd, Ralph Bellamy, Don Ameche, Denholm Elliott, Jamie Lee Curtis, Kristin Holby, Frank Oz, James Belushi
20.00 Harry Potter i Komnata Tajemnic - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, Kenneth Branagh, Richard Harris, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Alan Rickman HIT
23.20 Zaklęte piętro - horror, USA 2008, reż. Stephen Cragg, wyk. John Bishop, Kirk Bovill, Ryan Doom, Austin Highsmith
1.00 Druga strona medalu - talk show
2.40 NOC Magii

TV PULS

5.50 Czynne całą dobę - serial
6.25 Czynne całą dobę - serial
7.00 Taki jest świat
7.50 Bibliotekarze - serial
8.50 13 Posterunek 2 - serial
9.30 13 Posterunek 2 - serial
10.10 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
11.05 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
12.05 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
13.05 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
14.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
15.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Riddick - film sci - fi, USA 2013, reż. David Twohy, wyk. Bokeem Woodbine, Dave Bautista, Jordi Molla, Katee Sackhoff, Matt Nable, Raoul Trujillo, Vin Diesel HIT
22.20 Zamknięty krąg - film sensacyjny, Francja 2009, reż. Laurent Tuel, wyk. Gaspard Ulliel, Jean Reno, Sami Bouajila, Vahin Giocante
0.30 Pogranicze - thriller, USA 2008, reż. Kevin Bray, wyk. Cuba Gooding Jr, Dean Norris, Evan Ross, Omari Hardwick, Sharon Leal
2.05 Taki jest świat
3.00 Na jedwabnym szlaku
3.35 Menu na miarę
4.00 Menu na miarę
4.35 Z archiwum policji
5.00 Dyżur
5.35 Dyżur

Stopklatka

6.00 Linia życia - etiuda 6.15 Nowa Scena Śmiechu 7.00 Scena Śmiechu 7.55 Komisarz Rex - serial 10.55 Stawka większa niż życie cz. 3 - Hotel Excelsior - serial 12.15 Stawka większa niż życie cz. 4 - Cafe Rose - serial 13.50 Hidalgo - ocean ognia - film przygodowy 16.35 Kosmiczna katastrofa - thriller sci - fi 18.25 Facet od WF - u - komedia 20.00 Predator - film sci - fi 22.10 Narcos: Meksyk - serial 23.35 Narcos: Meksyk - serial

TTV

10.05 Niszczycielskie żywioły - serial 11.05 DeFacto 11.35 Kto to kupi? 12.20 Królowe życia 13.00 Orzeł czy Reszka 14.00 Pierwszy raz za granicą... 14.40 Kanapowcy 15.45 Express 16.05 Ostre cięcie 16.55 Gogglebox. Przed telewizorem 17.45 Express 18.05 Usterka 18.35 Damy i wieśniaczki. PL 19.45 Express 20.00 Patent na kasę 20.15 Zamiana żon 21.15 Królowe życia 22.00 Kanapowcy 22.55 Gogglebox. Przed telewizorem

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 Galileo 8.00 Gwiazdy Kabaretu 9.05 Legenda Longwood - film familijny 11.10 Wielki Joe - film przygodowy 13.35 Columbo 15.35 Detektyw Monk 17.40 Kres drogi - dramat wojenny, Wielka Brytania, 2017, reż. Saul Dibb, wyk. Sam Claflin, Asa Butterfield, Paul Bettany, Tom Sturridge 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Więcej niż wszystko - film sensacyjny, USA

TVP SPORT

7.30 Jeździectwo - Cavaliada Warszawa - WKKW + potęga skoku 9.15 Skoki Narciarskie - PŚ - Row Air 10.15 Stan futbolu 11.15 Liga Mistrzów - Liverpool - Atletico Madryt 13.20 Weekend ze skokami narciarskimi 13.40 Skoki Narciarskie - Puchar Kontynentalny, Zakopane - konkurs indywidualny 15.45 Weekend ze skokami narciarskimi 16.30 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund 18.30 Weekend ze skokami narciarskimi 19.15 Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa 19.50 Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa 22.30 Sportowy Wieczór 23.05 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs drużynowy 0.05 Hokej na lodzie - NHL 2019. Boston Bruins - Toronto Maple Leafs 3.00 Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża - pozostałe walki

EUROSPORT

8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Gigant kobiet 9.20 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Gigant mężczyzn 10.25 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Slalom kobiet 11.25 Kombinacja Norweska. PŚ, Schonach 12.20 Sporty zimowe 12.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia 13.30 Sporty zimowe 13.45 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Slalom kobiet 14.30 Kombinacja Norweska. PŚ, Schonach 15.00 Biathlon. PŚ, Kontiolahti 15.30 Sporty zimowe 15.45 Biathlon. PŚ, Kontiolahti 16.25 Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund 18.25 Sporty zimowe 19.00 Biegi narciarskie. Quebec 20.00 Snooker. Gibraltar Open Round 3 - 5 21.30 Kolarstwo torowe. Six - Day Series, Manchester 23.25 Kolarstwo. World Tour, Włochy 4. etap 0.00 Kolarstwo. World Tour, Francja 7. etap 1.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Dlaczego ja? 10.00 Dlaczego ja? 11.00 Dlaczego ja? 12.00 Dlaczego ja? 13.00 Dlaczego ja? 14.00 Przyjaciółki 15.00 Nasz nowy dom 16.00 Cztery wesela 17.00 W rytmie serca 18.00 Zawsze warto 19.00 Malanowski i Partnerzy 19.30 Malanowski i Partnerzy 20.05 Wydarzenia 20.45 Świat w płomieniach - thriller sensacyjny, USA, 2013, reż. Roland Emmerich, wyk. Channing Tatum, Jamie Foxx, Maggie Gyllenhaal, Jason Clarke 23.35 8 MM / Osiem milimetrów - thriller, USA, Niemcy, 1999, reż. Joel Schumacher, wyk. Nicolas Cage, Joaquin Phoenix, James Gandolfini, Peter Stormare 2.00 Wydarzenia 2.45 #JesteśmyDlaDzieci 3.15 Echo lasu 3.45 W bliskim planie 4.35 W bliskim planie 5.20 Górale 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Bąbelkowy świat gupików 7.30 Rycerka Nella 8.00 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Świat według Bundych 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Kopernik była kobietą 14.40 Żona dla Australijczyka - komedia muzyczna, Polska, 1964, reż. Stanisław Bareja, wyk. Wiesław Gołas, Elżbieta Czyżewska, Edward Dziewoński, Mieczysław Czechowicz 16.40 Goofy w College'u - film anim. 18.15 Między nami wampirami - film anim. 20.00 Och, Karol - komedia obyczajowa, Polska, 1985, reż. Roman Załuski, wyk. Jan Piechociński, Dorota Kamińska, Danuta Kowalska, Jolanta Nowak 22.10 Klopsiki i inne zjawiska pogodowe - film anim. 0.00 Festiwal Weselnych Przebojów - Mrągowo 2018 3.20 Kabaretowa Ekstraklasa 3.30 Na ratunek 112

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info weekend 14.22 Pogoda 14.29 Serwis Info weekend 14.53 Pogoda 15.00 Debata TVP INFO - program publicystyczny 15.29 Info Dzień 15.54 Pogoda 15.59 Info Dzień 16.46 ALE SIĘ DZIEJE 17.00 Studio Wschód - magazyn 17.30 Teleexpress 17.34 Teleexpress Extra 17.51 Serwis Info weekend 18.00 Panorama 18.20 Serwis Info weekend 18.30 Kobiecym okiem - magazyn 18.52 Serwis Info weekend 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Minęła 20ta 21.00 Nie da się ukryć - magazyn 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.50 Studio Polska - magazyn 23.30 INFO Wieczór 0.00 Wiadomości 0.28 Gość Wiadomości 0.55 Salon dziennikarski - program publicystyczny 1.50 Minęła 20ta 2.50 Nie da się ukryć - magazyn 3.18 Flesz Info Wieczór

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Warto zauważyć... 12.50 Porady Medyczne Bonifratrów 13.20 Siódmy sakrament 13.45 Ocalić od zapomnienia 13.55 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 14.00 Czterdzieści nocy 15.25 Święty na każdy dzień 15.30 Wierzę w Boga 16.00 Informacje dnia 16.10 Polacy w bitwie o Anglię 16.50 100 cudownych miejsc na świecie 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 Okiem kamery 17.55 40 dni ze św. Janem Pawłem II 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza 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 22.00 Modlitwa o pokój 23.40 Ja, Paweł

TVP KULTURA

7.00 Teledyski 7.10 Tyle słońca - przeboje Anny Jantar 8.10 Informacje kulturalne 8.40 Wojna domowa - serial 9.10 Na kredyt - film obyczajowy 9.50 Recital Piotra Orzechowskiego - film dok. 10.15 Recital Marka Brachy i Aleksandra Dębicza 10.50 W poszukiwaniu umami - film dok. 12.00 Wrony - dramat 13.20 Miasto z morza - film obyczajowy 15.20 Szlakiem Kolberga - Błażej Król 15.55 Wydarzenie aktualne 16.20 Sabrina - film fabularny 18.25 Baletownik - magazyn 18.25 Portrety Komitetu Honorowego 17. Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina - Krzysztof Penderecki 18.45 Elvis Presley. '56 Special 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Bardzo poszukiwany człowiek - thriller 22.40 Aerosmith. Rocks Donington 2014 - koncert 0.35 Seans kultowy - Człowiek w dziczy - western, USA

NIEDZIELA, 15 MARCA

TVP 1

5.35 Klan (3628) - telenowela
6.05 Słownik polsko@polski
6.35 wojsko - polskie.pl (92) - reportaż
7.00 MszaTransmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.30 Zakochaj się w Polsce (159) Pławniowice - magazyn
9.05 Ziarno - Droga Krzyżowa - upadki Pana Jezusa - magazyn
9.40 Las bliżej nas (26) - magazyn
10.15 Noce i dnie (3) - Babcia - serial
11.20 Klasztorne smaki - magazyn
11.50 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański, Polska
12.15 Między ziemią a niebem
12.40 Życiowe wybory - Aborcja
13.20 BBC w Jedynce - Serengeti, cz. 6
14.20 Z pamięci - Jan Lenica - felieton
14.25 Weterynarze z sercem - /83/
15.05 Komisarz Alex s.XIV (167) - serial
16.05 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs indywidualny
17.30 Teleexpress
17.40 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs indywidualny
18.45 Jaka to melodia?
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.15 Stulecie Winnych s.II (14) - serial
21.15 To był rok!
22.25 Zakochana Jedynka - Legalna blondynka 2 - komedia, USA, reż. Charles Herman - Wurmfeld, wyk. Bob Newhart, Reese Witherspoon, Sally Field, Jessica Caufiel, Ruth Wiliamson HIT
0.10 Tylko dla odważnych - film akcji, USA, reż. Joseph Kosinski, wyk. Josh Brolin, Miles Teller, Jeff Bridges
2.25 Jaka to melodia?
3.00 Milczenie owiec - thriller, USA, reż. Jonathan Demme, wyk. Jodie Foster, Anthony Hopkins, Scott Glenn, John Lighow
4.55 Z pamięci - Jan Lenica - felieton
5.00 Zakończenie dnia

TVP 2

4.00 Koło fortuny - teleturniej
4.30 Słowo na niedzielę - Ratunek dla kamiennego serca
4.40 Barwy szczęścia (2213) - serial
5.15 Barwy szczęścia (2214) - serial
5.45 Barwy szczęścia (2215) - serial
6.20 M jak miłość (1501) - serial
7.15 Pytanie na śniadanie
11.20 Dance Dance Dance s. II
13.25 Dance Dance Dance s. II - Extra
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko muzyczne
16.20 Rodzinka.pl (281) - serial
16.50 Lepsza połowa (5) - serial
17.20 Lepsza połowa (6) - serial
17.50 Zainwestuj w marzenia s.II (22) - serial
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Na dobre i na złe (771) - serial
19.25 Na sygnale (262) - serial
20.00 Hobbit. Niezwykła podróż - film przygodowy, Nowa Zelandia, USA, reż. Peter Jackson, wyk. Ian McKellen, Martin Freeman, Hugo Waeving, Cate Blanchett, James Nesbitt
22.55 Kino bez granic - Droga do zapomnienia - dramat, Australia, Wielka Brytania, reż. Jonathan Teplitzky, wyk. Colin Firth, Nicole Kidman, Stellan Skarsgaard, Jeremy Irvine, Hiroyuki Sanada HIT
1.00 Księżyc i Valentino - dramat, USA, reż. David Anspaugh, wyk. Elizabeth Perkins, Whoopie Goldberg, Gwyneth Paltrow, Kathleen Turner, Jon Bon Jovi
2.55 Karate po polsku - film obyczajowy, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Edward Żentara, Dorota Kamińska, Zbigniew Buczkowski, Jerzy Trela, Halina Buyno - Łoza, Bernard Ładysz, Piotr Grabowski, Stanisław Pąk, Franciszek Trzeciak, Michał Anioł
4.30 Zakończenie dnia

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.35 Epoka lodowcowa: Wielkanocne niespodzianki - film anim.
9.05 Księga smoków - film anim.
9.30 Krowy na wypasie - film anim.

11.15 Tata kontra tata - komedia, USA, 2015, reż. Sean Anders, wyk. Will Ferrell, Mark Wahlberg, Thomas Haden Church, Scarlett Estevez
13.30 Smerfy - film familijny, USA, 2011, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Jayma Mays, Sofía Vergara - Przygody uwielbianych przez wszystkich Smerfów - tym razem na dużym ekranie. Uciekając przed Gargamelem, Smerfy przedostaną się przez magiczny portal do dziwnego świata, niepodobnego do niczego, co do tej pory widziały. do Nowego Jorku. Papa Smerf i jego rodzina będą desperacko szukać drogi powrotnej do domu, zanim Gargamel ich dopadnie.
15.40 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
17.40 Nasz nowy dom
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie
20.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość HIT
22.10 W rytmie serca
23.10 Ślad
0.10 Deadpool - film sci - fi, USA, 2015, reż. Tim Miller, wyk. Ryan Reynolds, Morena Baccarin, Ed Skrein, Gina Carano
2.40 Tajemnice losu

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
7.25 Nowa Maja w ogrodzie
7.55 Akademia ogrodnika
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Efekt Domina
12.05 Co za tydzień - magazyn
12.40 Kod genetyczny
13.40 Ameryka Express
15.15 Jurassic World - film przygodowy, USA 2015, reż. Colin Trevorrow, wyk. Chris Pratt, Bryce Dallas Howard, Irrfan Khan, Vincent D'Onofrio, Ty Simpkins, Nick Robinson
18.00 Dorota inspiruje
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.44 Raport smogowy
19.45 Uwaga! - program interwencyjny
20.00 MasterChef Junior Anna Starmach, Michel Moran i Mateusz Gessler po raz kolejny poszukują najbardziej utalentowanego kucharza w Polsce. Jurorzy testują wyczucie smaku, kulinarne umiejętności, a także kreatywność uczestników.

21.30 Gniew Tytanów - film przygodowy, USA, Hiszpania 2012, reż. Jonathan Liebesman, wyk. Sam Worthington, Liam Neeson, Ralph Fiennes, Edgar Ramírez, Rosamund Pike, Bill Nighy HIT
23.35 Motyw - serial
0.35 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
1.35 Uwaga! - program interwencyjny
1.55 NOC Magii

TV 4

6.00 Przygody Kota w butach
7.05 101 dalmatyńczyków
8.00 Kod Karola Wielkiego - film przygodowy, Niemcy, 2008, reż. Ralf Huettner, wyk. Benjamin Sadler, Bettina Zimmermann, Hark Bohm, Stephan Kampwirth
10.30 Galileo
12.35 Gwiazdy Kabaretu
14.45 Kung Fu Yoga - komedia przygodowa, Chiny, Indie, USA, Hongkong, 2017, reż. Stanley Tong, wyk. Jackie Chan, Yixing Zhang, Mu Qimiya, Disha Patani
16.55 Mistrz kierownicy ucieka, cz. 1 - komedia sensacyjna, USA, 1977, reż. Hal Needham, wyk. Burt Reynolds, Sally Field, Jerry Reed, Jackie Gleason
19.00 Galileo
20.00 Kickboxer - film sensacyjny, USA, 1989, reż. Mark DiSalle, David Worth, wyk. Jean - Claude Van Damme, Dennis Chan, Michel Qissi, Dennis Alexio HIT
22.05 Wszyscy jesteśmy Chrystusami - dramat, Polska, 2006, reż. Marek Koterski, wyk. Marek Kondrat, Andrzej Chyra, Michał Koterski, Janina Traczykówna
0.25 Kobiety i mafia
2.25 Interwencja
2.40 Disco Polo Life
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

4.55 Ukryta prawda
5.55 Mango - Telezakupy
7.55 Wpadki filmowe - program rozrywkowy
8.30 Ukryta prawda
10.30 Hotel Paradise
11.25 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie
12.25 Zakochani po uszy - serial
12.55 Zakochani po uszy - serial
13.30 Zakochani po uszy - serial
14.05 Zakochani po uszy - serial
14.35 Anna German - serial
15.40 Ślub od pierwszego wejrzenia
16.45 Harry Potter i Komnata Tajemnic - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, Kenneth Branagh, Richard Harris, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Alan Rickman, Tom Felton
20.00 Szybcy i wściekli V - film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson HIT
22.40 Oczy węża - film sensacyjny, USA, Kanada 1998, reż. Brian De Palma, wyk. Nicolas Cage, Gary Sinise, John Heard, Carla Gugino, Stan Shaw, Kevin Dunn, Michael Rispoli
0.50 Druga strona medalu - talk show
1.25 Druga strona medalu - talk show
2.00 Druga strona medalu - talk show
2.35 NOC Magii

TV PULS

5.25 Tajemnice medyczne - serial
7.10 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.05 Mali geniusze - film familijny, USA 1999, reż. Bob Clark, wyk. Kathleen Turner, Christopher Lloyd, Kim Cattrall, Peter MacNicol
11.05 Most do Terabithii - film familijny, USA 2007
13.20 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: O soli cenniejszej niż złoto - baśń, Niemcy 2015
14.30 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Woda życia - baśń
15.45 Góra Czarownic - film familijny, USA 2009, reż. Andy Fickman, wyk. Dwayne Johnson, AnnaSophia Robb, Alexander Ludwig, Carla Gugino
17.45 Pamiętnik księżniczki - komedia, USA 2001
20.00 John Wick 2 - thriller, USA 2017, reż. Chad Stahelski, wyk. Ian McShane, Keanu Reeves, Laurence Fishburne, Ricardo Scamarcio HIT
22.20 Osaczony - thriller, Niemcy, USA 2005
0.50 Czas zbrodni - thriller, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Austin Abrams, Cuba Gooding Jr, Neal McDonough, Nicki Aycox
2.55 Na wariackich papierach - serial
3.55 Taki jest świat
4.50 Na jedwabnym szlaku
5.30 Z archiwum policji

Stopklatka

6.00 Nowa Scena Śmiechu 7.50 Komisarz Rex - serial 10.50 Przygody Merlina - serial 13.40 Drużyna specjalnej troski - komedia 15.55 Nigdy nie mów nigdy - komedia romantyczna 18.15 Poirot: Morderstwo w Orient Expressie - film kryminalny 20.00 Amerykanin - dramat sensacyjny 22.05 Misja Afganistan - Przesyłka z Pakistanu - serial 23.05 Autostopowicz - thriller 0.50 Wesele - dramat 3.00 Lincz - thriller

TTV

10.35 DeFacto - Flesz 10.50 DeFacto 11.20 Usterka 11.50 Damy i wieśniaczki. PL 12.55 Ostre cięcie 13.35 Zamiana żon 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 15.45 Express 16.00 Kto to kupi? 16.40 Kanapowcy 17.45 Express 18.00 Królowe życia 19.25 O tym się nie mówi 19.45 Express 20.00 DeFacto 21.00 Orzeł czy Reszka 22.05 Down the road. Zespół w trasie - serial 22.30 Królowe życia 23.20 Damy i wieśniaczki. Ukraina

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 Detektyw Monk 7.55 Jaś Fasola 8.30 Galileo 9.30 Galileo 10.40 Wielki Joe - film przygodowy 13.00 Święty - serial 15.00 Policjantki i Policjanci 19.00 Policjantki i Policjanci 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.55 Szklane piekło - dramat kryminalny, Francja, Belgia, 2017, reż. Eric Summer, wyk. Claire Forlani, Jamie Bamber, Riley Jackson, Isaac Rouse 0.55 Spadkobiercy

TVP SPORT

5.30 Sportowy Wieczór 6.05 Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa 8.05 Jeździectwo - Cavaliada Warszawa - zaprzęgi + S&M - relacja 9.45 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs drużynowy 11.40 Skoki Narciarskie - Puchar Kontynentalny, Zakopane - konkurs indywidualny 13.50 Tenis stołowy - ITTF Pro Tour, Gliwice 1/2F 15.50 Weekend ze skokami narciarskimi w TVP SPORT - STUDIO 16.30 Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs indywidualny 18.30 Weekend ze skokami narciarskimi w TVP SPORT - STUDIO 19.30 Jeździectwo - Cavaliada Warszawa - konkurs GP - relacja 21.20 Sportowy Wieczór 22.05 Skoki narciarskie PŚ Vikersund 23.00 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 3 runda 1 1.00 Sporty walki - Gala Enfusion 96 w Eindhoven

EUROSPORT

8.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Gigant mężczyzn 9.20 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Slalom mężczyzn 10.30 Kombinacja Norweska. PŚ, Schonach 12.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora 13.30 Biathlon. PŚ, Kontiolahti Supermikst 14.00 Snooker. Gibraltar Open 15.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Slalom mężczyzn 15.30 Sporty zimowe 16.30 Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund 18.15 Sporty zimowe 19.20 Snooker. Gibraltar Open 20.00 Snooker. Gibraltar Open 22.05 Superbike. MŚ, Doha, Katar 22.35 Superbike. MŚ, Doha, Katar Wyścig 2. 23.05 Supersport. MŚ, Doha, Katar 23.35 Kolarstwo torowe. Six - Day Series, Manchester 1.05 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia 1.30 Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Trudne sprawy 10.00 Trudne sprawy 11.00 Trudne sprawy 12.00 Trudne sprawy 13.00 Trudne sprawy 14.00 Przyjaciółki 15.00 Nasz nowy dom 16.00 Kabaret na żywo 18.00 Cztery wesela 19.00 Malanowski i Partnerzy 19.30 Malanowski i Partnerzy 20.05 Wydarzenia 20.45 Skorumpowani - film sensacyjny, Polska, 2008, reż. Jarosław Żamojda, wyk. Olivier Gruner, Wenanty Nosul, Robert Żołędziewski, Mariusz Pujszo 23.25 Tylko jeden. Droga do KSW 0.25 Zdrady 1.25 Kabaretowa Ekstraklasa 2.00 Wydarzenia 2.45 #JesteśmyDlaDzieci 3.15 Oblicza Ameryki 3.45 Piotr Rubik Koncert Wielkanocny 4.50 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 5.20 Ciemna strona miasta 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Bąbelkowy świat gupików 7.30 Rycerka Nella 8.00 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 SuperLudzie 10.45 Między nami wampirami - film anim. 12.30 Nasz nowy dom 13.30 SuperLudzie 14.30 GOPR - na ratunek 15.05 Gale KSW 17.00 Pieczone gołąbki - komedia, Polska, 1966, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Adam Mularczyk, Jerzy Karaszkiewicz, Krzysztof Litwin, Wacław Kowalski 19.00 Zawsze warto 20.05 Klopsiki i inne zjawiska pogodowe - film anim. 22.00 Ja, szpieg - komedia przygodowa, USA, 2002, reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Owen Wilson, Malcolm McDowell, Famke Janssen 0.00 Pan Anatol szuka miliona - komedia obyczajowa, Polska, 1958, reż. Jan Rybkowski 3.50 Kabaretowa Ekstraklasa 4.00 Małe Wielkie Marzenia

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info weekend 14.29 Serwis Info weekend 14.52 Pogoda 15.00 Debata Senior 15.30 Okiem Wiary - magazyn 15.59 Info Dzień 16.52 Pogoda 17.00 Serwis Info weekend 17.30 Teleexpress 17.34 Teleexpress Extra 17.49 Teleexpress na deser - 18.00 Panorama 18.18 Serwis Info weekend 18.30 Studio Zachód 19.00 Głębia ostrości 19.25 Serwis Info weekend 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Minęła 20ta 21.00 W pełnym świetle - magazyn 21.24 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.49 Strefa starcia 23.00 INFO Wieczór 23.21 Nie da się ukryć Extra 0.00 Serwis Info weekend 0.05 Wiadomości 0.33 Gość Wiadomości 0.55 Magazyn śledczy 1.33 Woronicza 17 2.45 Minęła 20ta 3.45 W pełnym świetle - magazyn

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem 12.20 Wieś - to też Polska 13.30 Papież Polak do Rodaków 13.50 Cud wirującego słońca 14.20 Sztuka obmowy czyli nędza 15.50 100 cudownych miejsc na świecie 16.00 Informacje dnia 16.10 Koncert życzeń 17.00 Gorzkie Żale. Nabożeństwo pasyjne 17.30 Okiem kamery 17.55 40 dni ze św. Janem Pawłem II 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Opowieści Starego Testamentu 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja 21.45 Santkuarium Maryi Matki Słowa w Kibeho w Rwandzie 22.40 Tak Go pamiętam 23.00 Jak my to widzimy 23.30 Antykultura. Strefa euro - ekonomiczna dominacja

TVP KULTURA

7.00 Teledyski 7.45 Informacje kulturalne 8.20 Wszystkie stworzenia duże i małe - serial 9.25 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 10.30 Piotruś i wilk - film anim. 11.10 Trzeci punkt widzenia 11.40 Goran - the Camel Man - film dok. 12.00 Dom Jeża - film anim. 12.20 Niezapomniany romans - dramat 14.25 Niżyński - Balet Johna Neumeiera - balet 16.45 Zaginione Skarby - Starodruk Mikołaja Kopernika "De revolutionibus orbium coelestium" 17.00 Niedziela z... Janem Ptaszynem Wróblewskim - Jan Ptaszyn Wróblewski i przyjaciele 19.25 Ballady jazzowe Jana Ptaszyna Wróblewskiego 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Kultura na bis - Agata Zubel/Andrzej Bauer/Cezary Duchnowski - koncert 21.35 Niebezpieczne związki - film kostiumowy, Wielka Brytania, USA 23.45 Alter - magazyn kulturalny

PONIEDZIAŁEK, 16 MARCA

TVP 1

5.05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (129) - serial
7.05 Elif (686) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów - taka historia... (61) - telenowela
9.20 Ranczo s.X (121) - serial
10.15 Komisarz Alex s.X (129) - serial
11.00 Ojciec Mateusz s.I (7) - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.35 To się opłaca - magazyn
12.50 BBC w Jedynce - Serengeti, cz. 6
14.00 Elif (687) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (130) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3629) - telenowela
18.30 Korona królów (348) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.30 Leśniczówka (206) - serial
21.00 Teatr Telewizji - Wykapany zięć - spektakl teatralny, reż. Paweł Szkotak, wyk. Barbara Szcześniak, Beata Ziejka, Karolina Krawczyńska, Jakub Kotyński HIT
22.50 Świat bez fikcji - Niemcy - powrót nazizmu - film dok.
23.50 Archiwista (10) - serial
0.45 To był rok!
1.50 Legalna blondynka 2 - komedia, USA, reż. Charles Herman - Wurmfeld, wyk. Bob Newhart, Reese Witherspoon, Sally Field, Jessica Caufiel, Ruth Wiliamson
3.35 Jak powstrzymać stwardnienie rozsiane? - film dok.
4.05 Wielki przełom w medycynie. edytowanie genów - film dok.
4.40 Notacje - cykl dok.

TVP 2

4.40 Koło fortuny - teleturniej
5.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (61) - Sprawy miłosne - serial
6.10 Coś dla Ciebie - magazyn
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.35 Rodzinka.pl s.V (113) - Nowe gniazdo - serial
12.00 Barwy szczęścia (2215) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (48) - teleturniej
13.35 Na sygnale (214) - Polowanie na małpy - serial
14.05 Coś dla Ciebie - magazyn
14.30 Operacja Zdrowie - .
15.05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (88) - Jak pies z kotem - serial
15.50 Zainwestuj w marzenia s.II (23) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (262), Turcja
18.00 Panorama, Pogoda
18.30 Va Banque (49) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (114) - Dziadkowie kontratakują - serial
19.30 Barwy szczęścia (2215) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2216) - serial
20.45 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1502) - serial
21.50 O mnie się nie martw s.XII (3) - serial
22.50 Trzy dni Kondora (3) - serial
23.50 Życie jest piękne - dramat, Włochy, USA, reż. Roberto Benigni, wyk. Roberto Benigni, Nicoletta Braschi, Giorgio Cantarini, Sergio Bustric, Amerigo Fontani HIT
1.55 Głęboka woda - sezon II (11) - Więzienie" - serial
2.55 Droga do zapomnienia - dramat, Australia, Wielka Brytania, reż. Jonathan Teplitzky, wyk. Colin Firth, Nicole Kidman, Stellan Skarsgaard, Jeremy Irvine, Hiroyuki Sanada
4.50 Zakończenie programu

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

20.05 MEGA HIT - Deadpool - film sci - fi, USA, 2015, reż. Tim Miller, wyk. Ryan Reynolds, Morena Baccarin, Ed Skrein, Gina Carano - Wade Wilson - były żołnierz służb specjalnych, pewnego dnia dowiaduje się, że zachorował na złośliwy nowotwór. Niedługo potem na jego drodze pojawia się człowiek, który składa mu kuszącą propozycję. Zdeterminowany by walczyć z chorobą Wade przystaje na jego warunki. HIT
22.20 Elizjum - dramat sci - fi, USA, 2013, reż. Neill Blomkamp, wyk. Matt Damon, Jodie Foster, Sharlto Copley, Alice Braga
0.50 Niezniszczalni 3 - film sensacyjny, USA, Francja, 2014, reż. Patrick Hughes, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham, Harrison Ford, Arnold Schwarzenegger
3.35 Tajemnice losu

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Nowa Maja w ogrodzie
6.50 Akademia ogrodnika
7.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Efekt Domina
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Kod genetyczny

22.30 Nieuchwytny - film sensacyjny, USA 1996, reż. John Gray, wyk. Steven Seagal, Keenen Ivory Wayans, Bob Gunton, Brian Cox, John M. Jackson, Michelle Johnson HIT
0.30 Co za tydzień - magazyn
1.05 Wewnętrzny wróg - serial
2.00 Uwaga! - program interwencyjny
2.25 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
6.50 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
12.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
17.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Wstrząsy - horror komediowy, USA, 1990, reż. Ron Underwood, wyk. Kevin Bacon, Michael Gross, Fred Ward, Reba McEntire HIT
23.40 Czas apokalipsy - dramat wojenny, USA, 1979, reż. Francis Ford Coppola, wyk. Marlon Brando, Martin Sheen, Robert Duvall, Frederic Forrest
3.25 Graffiti
3.35 SuperLudzie
4.05 Magazyn Atleci Polsat Sport 2020
4.40 Trans World Sport 2020
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

TVN 7, poniedziałek, 2020 - 03 - 16
5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.55 Ukryta prawda
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Volta - komedia, Polska 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska, Katarzyna Herman HIT
23.15 Harry Potter i Komnata Tajemnic - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2002, reż. Chris Columbus, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, Kenneth Branagh, Richard Harris, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Alan Rickman, Tom Felton
2.35 NOC Magii

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - seria
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Triumf sprawiedliwości - film kryminalny, USA 2016, reż. Keoni Waxman, wyk. Claudiu Bleont, Florian Piersic Jr, Jade Ewen, Jonathan Rosenthal, Ovidiu Niculescu, Steven Seagal HIT
21.45 Kickboxer: Odwet - film akcji, USA 2018, reż. Dimitri Logothetis, wyk. Alain Moussi, Christopher Lambert, Jean - Claude Van Damme, Mike Tyson
0.00 Ryzykanci - film sensacyjny, USA 1997, reż. Hark Tsui, wyk. Dennis Rodman, Jay Benedict, Jean - Claude Van Damme, Mickey Rourke, Paul Freeman
1.50 Taki jest świat
2.30 Niesamowite!
4.15 Na jedwabnym szlaku
4.55 Dyżur

Stopklatka

6.20 Złotopolscy - serial **7.20** Plebania - serial **8.25** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **9.15** Fabryki od kuchni: rower - serial **10.25** Allo, Allo - serial **11.25** Życie po zagładzie - serial **12.20** Katastrofy w przestworzach **14.30** Szpital nadziei - serial **15.25** Chicago Fire - serial **17.15** Scena Śmiechu **18.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **18.55** Allo, Allo- serial **20.00** Mścicielka - film kryminalny **22.00** Predator - film sci - fi

TTV

9.00 Gogglebox. Przed telewizorem **10.35** Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.30** Mania sprzątania - serial **13.35** Ukryta prawda **14.35** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. Ukraina **17.05** Patent na... **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.10** Uwaga! po Uwadze **21.05** Patent na kasę **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed telewizorem **23.45** DeFacto

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **11.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **12.55** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **15.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **17.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **19.05** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny

TVP SPORT

5.30 Sportowy Wieczór **6.10** Piłka nożna - II liga. 23 kolejka. GKS Katowice - Górnik Łęczna **8.10** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa **10.15** Skoki Narciarskie - Puchar Kontynentalny, Zakopane - podsumowanie **11.45** Skoki Narciarskie - PŚ w lotach - Vikersund - konkurs indywidualny **13.45** transmisja **14.30** transmisja **15.20** Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania **16.05** Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania **16.55** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa **19.00** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **20.00** Sportowy Wieczór **20.30** GOL - felieton **22.25** Gol - magazyn piłkarski **23.00** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 3 runda 2 **1.00** Skoki Narciarskie - PŚ - Row Air **2.00** Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża

EUROSPORT

8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are **9.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora **10.30** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund Konkurs drużynowy **11.30** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund **12.30** Kolarstwo. World Tour, Francja 8. etap **13.30** Kolarstwo. World Tour, Włochy **17.00** Jeździectwo. FEI World Cup, Hertogenbosch **18.00** Igrzyska Olimpijskie. Olympic Outpost **18.30** Igrzyska Olimpijskie. Kolarska Galeria Sław **19.40** Kolarstwo. World Tour, Włochy 6. etap **20.30** Kolarstwo. World Tour, Francja 8. etap **21.35** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund Konkurs drużynowy **23.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Gigant mężczyzn, 2. przejazd **0.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Slalom mężczyzn, 2. przejazd **1.00** Kolarstwo. World Tour, Włochy 6. etap **1.30** Igrzyska Olimpijskie. Olympic Outpost

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich **23.20** Świat według Kiepskich **23.50** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.50** Trans World Sport **4.50** SuperLudzie **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych - serial komediowy **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Linia życia. Niepokonani **12.00** Przyjaciółki **13.00** TOP CHEF **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Ja, szpieg - komedia przygodowa, USA, 2002, reż. Betty Thomas, wyk. Eddie Murphy, Owen Wilson, Malcolm McDowell, Famke Janssen **22.05** Wielki błękit - dramat przygodowy, Francja, 1988, reż. Luc Besson, wyk. Jean Reno, Jean Bouise, Jean - Marc Barr, Rosanna Arquette **1.40** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **3.30** Gliniarze **4.30** Na ratunek 112 **5.00** Nasz nowy dom

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20ta **20.38** Warto rozmawiać **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.50** Nie da się ukryć Extra **0.09** Wiadomości **0.37** Gość Wiadomości **0.53** Kasta - magazyn **1.05** Pogoda **1.10** Minęła 20ta **1.48** Warto rozmawiać **2.50** W tyle wizji **3.25** Serwis Info **3.30** W tyle wizji Extra **4.00** Taśmy bezpieki (1) Filmowcy z SB

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Opowieści Starego Testamentu **12.50** Antykultura. Strefa euro - ekonomiczna dominacja **13.20** Koncert życzeń **14.10** Żołnierz Niezłomny Kościoła **15.20** Dobre Zawody **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Sanktuaria polskie **16.30** Zew natury **16.55** Świadkowie **17.20** 100 cudownych miejsc na świecie **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Jay Jay Odrzutowiec **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 **22.00** Stan bezpieczeństwa państwa **22.10** Mojżesz - 10 przykazań **23.10** Śladami apostoła Pawła

TVP KULTURA

7.00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką **8.05** Informacje kulturalne **8.30** Studio Kultura - Rozmowy **8.45** Czy można się przysiąść - film dok. **9.35** Personel - film obyczajowy **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.20** Meta - film TVP **13.40** Elvis Presley. '56 Special **14.50** Studio Kultura - Rozmowy **15.10** Niedziela z... Janem Ptaszynem Wróblewskim **16.10** Siódma pieczęć - dramat **18.00** Holoubek - portret aktora - film dok. **19.15** Teledysk **19.30** Trzeci punkt widzenia **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Panorama kina polskiego - Generał Nil - dramat historyczny **22.40** Powidoki - program publicystyczny **22.55** Antyfonie - Bartek Zaskórski / Radosław Sirko - film dok. **23.30** Więcej niż fikcja - Pustynni biegacze - film dok. **0.40** Żelazna klasyka - Faust - dramat **2.35** Informacje kulturalne

WTOREK, 17 MARCA

TVP 1

5.00 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.40 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (130) - serial
7.10 Elif (687) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów (348) - telenowela
9.20 Ranczo s.X (122) - Wszystko jest teatrem - serial
10.15 Komisarz Alex s.X (130) - Trzeci człowiek - serial
11.05 Ojciec Mateusz s.I (8) - Wyrok - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.35 Magazyn Rolniczy
12.50 Olbrzymy z antarktycznych głębin - film dok.
14.00 Elif (688) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (131) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3630) - telenowela
18.30 Korona królów (349) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.30 Leśniczówka (207) - serial
20.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
21.05 Zniewolona (26) - serial
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Ocaleni - reality show
0.05 Głębia ostrości
0.35 Jeźdźcy - film fabularny, USA, reż. John Frankenheimer, wyk. Omar Sharif, Jack Palance, Leigh Taylor - Young, David de Keyser, Peter Jeffrey
2.35 Bez tożsamości (28) - serial
3.25 Bez tożsamości (29) - serial
4.05 Magazyn Ekspresu Reporterów
4.55 Zakończenie dnia

TVP 2

5.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (62) - Obawy - serial
6.10 Radość... - reportaż
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie - w tym. Panorama i Pogoda
11.35 Rodzinka.pl s.V (114) - Dziadkowie kontratakują - serial
12.00 Barwy szczęścia (2216) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (49) - teleturniej
13.35 Na sygnale (215) - Ani słowa - serial
14.10 M jak miłość (1502) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (89) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (263), Turcja
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Va Banque (50) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (115) - Rywalizacja ojciec - syn - serial
19.30 Barwy szczęścia (2216) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2217) - serial
20.45 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1503) - serial
21.50 Echo serca s.III (36) - serial
22.45 Zainwestuj w marzenia s.II (23) - serial
22.55 Ludzkie historie - Kontrapunkt - Siła modlitwy
23.55 Rodzinka.pl (281) - serial
0.25 O mnie się nie martw s.XII (3) - serial
1.25 Nowa (3) - serial
2.20 Życie jest piękne - dramat, Włochy, USA, reż. Roberto Benigni, wyk. Roberto Benigni, Nicoletta Braschi, Giorgio Cantarini, Sergio Bustric, Amerigo Fontani
4.15 Spotkanie ze Stephenem Hawkingiem - film dok.
5.00 Zakończenie programu

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

20.10 Niezniszczalni 3 - film sensacyjny, USA, Francja, 2014, reż. Patrick Hughes, wyk. Sylvester Stallone, Jason Statham, Harrison Ford, Arnold Schwarzenegger Barneyowi Rossowi i jego ekipie najemników udaje się odbić z niewoli komandosa, znanego jako Doc. Mistrzowsko władający bronią sieczną kompan spędził siedem lat w więzieniu. Niezniszczalni po zwieńczonej sukcesem akcji ruszają do Somalii. Ich zadaniem jest zlikwidowanie miliardera, który handluje bronią i odpowiada za zbrodnie wojenne w Afryce. HIT
22.55 Stan oblężenia - thriller sensacyjny, USA, 1998, reż. Edward Zwick, wyk. Denzel Washington, Annette Bening, Bruce Willis
1.20 Fałszerz - thriller, USA, 2014, reż. Philip Martin, wyk. John Travolta, Christopher Plummer, Tye Sheridan, Abigail Spencer

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Na Wspólnej - serial
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Milionerzy

16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Motyw - serial
22.30 Kuba Wojewódzki - talk show
23.30 Superwizjer - magazyn reporterów
0.05 36,6°C - magazyn medyczny
1.05 Zabójcza broń - serial
2.05 Uwaga! - program interwencyjny
2.30 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Zabójcze wody - horror, Kanada, USA, 2006, reż. Tibor Takács, wyk. Charlie O'Connell, Victoria Pratt, Kristi Angus, Cory Monteith HIT
23.30 Nocna bestia - horror, Wielka Brytania, 2010, reż. Jonathan Glendening, wyk. Isabella Calthorpe, Tom Felton, Gemma Atkinson, Joshua Bowman
1.10 Galileo
2.15 Interwencja
2.35 SuperLudzie
3.05 Magazyn Atleci Polsat Sport 2020
3.40 Trans World Sport 2020
4.40 SuperLudzie
5.10 SuperLudzie
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.55 Ukryta prawda
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Z ust do ust - komedia, USA, Australia 2005, reż. Rob Reiner, wyk. Jennifer Aniston, Kevin Costner, Shirley MacLaine, Mark Ruffalo, Richard Jenkins, Mena Suvari, Christopher McDonald HIT
23.05 Volta - komedia, Polska 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska, Katarzyna Herman
1.20 Druga strona medalu - talk show
1.55 Druga strona medalu - talk show
2.30 NOC Magii

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Uciec, ale dokąd? - film akcji, USA 1993, reż. Robert Harmon, wyk. Jean - Claude Van Damme, Kieran Culkin, Rosanna Arquette, Ted Levine HIT
21.55 John Wick 2 - thriller, USA 2017, reż. Chad Stahelski, wyk. Ian McShane, Keanu Reeves, Laurence Fishburne, Ricardo Scamarcio, Ruby Rose
0.15 Piątek trzynastego - horror, USA 2009, reż. Marcus Nispel, wyk. Amanda Righetti, Danielle Panabaker, Jared Padalecki, Richard Burgi, Travis Winkle
2.15 Tajemnice medyczne - serial
3.15 Na jedwabnym szlaku
3.55 Na jedwabnym szlaku
4.35 Z archiwum policji
5.00 Dyżur

Stopklatka

7.15 Plebania - serial **8.20** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **9.15** Fabryki od kuchni: słodycze - serial **10.15** Allo, Allo - serial **11.20** Życie po zagładzie - serial **12.20** Katastrofy w przestworzach **14.25** Szpital nadziei - serial **15.15** Chicago Fire - serial **17.00** Scena Śmiechu **18.00** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Facet od WF - u - komedia **21.45** Potępieńcy - thriller **23.45** Autostopowicz - thriller

TTV

10.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.30** Mania sprzątania - serial **13.35** Ukryta prawda **14.35** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. Ukraina **17.10** Patent na... **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Usterka **20.35** Damy i wieśniaczki. PL **21.45** Express **22.00** Ostre cięcie **22.40** Kto to kupi? **23.25** Down the road. Zespół w trasie - serial

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **15.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **0.00** Ruiny - horror, USA, Niemcy, Australia, 2008, reż. Carter Smith **1.55** Benny Hill **2.30** SuperLudzie Extra

TVP SPORT

7.30 Skoki Narciarskie - Puchar Kontynentalny, Zakopane - podsumowanie **9.00** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 27.kolejka. Lech Poznań - Legia Warszawa **11.00** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **12.00** GOL - felieton **14.00** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - 1 finału 1 **17.15** Piłka ręczna mężczyzn - PGNiG Superliga 26.kolejka. Energa Kalisz - Azoty Puławy **17.40** Piłka ręczna mężczyzn - PGNiG Superliga 26.kolejka. Energa Kalisz - Azoty Puławy **19.55** RETRO TVP SPORT - piłka nożna ME Francja - Portugalia - magazyn **22.00** Sportowy Wieczór **22.40** Biegi narciarskie - PŚ - Minneapolis - Sprint kobiet i mężczyzn **0.35** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 4 runda 1 **2.00** Turniej WTA. Indian Wells - 4 runda **3.55** Sporty walki - Gala ONE Championship - Singapur

EUROSPORT

8.35 Kolarstwo torowe. Six - Day Series, Manchester **10.05** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Gigant kobiet, 2. przejazd **10.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Slalom kobiet, 2. przejazd **11.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Gigant mężczyzn, 2. przejazd **12.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Slalom mężczyzn, 2. przejazd **13.00** Kolarstwo. World Tour, Włochy **17.15** Kolarstwo. Mediolan - San Remo 2008 **17.45** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund Konkurs drużynowy **18.30** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund **19.20** Jeździectwo. Rolex Grand Slam, 's - Hertogenbosch **20.25** Kolarstwo. Tirreno Adriatico 7. etap **21.30** Biegi narciarskie. Quebec **22.35** Biegi narciarskie. Minneapolis **0.15** Kolarstwo. Tirreno Adriatico 7. etap **1.30** Biegi narciarskie. Minneapolis **3.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Are Gigant kobiet

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich **23.20** Świat według Kiepskich - serial komediowy **23.50** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.50** Trans World Sport **4.50** SuperLudzie **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych - serial komediowy **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Przyjaciółki - serial obyczajowy **12.30** TOP CHEF **14.00** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Wielki błękit - dramat przygodowy, Francja, 1988, reż. Luc Besson, wyk. Jean Reno, Jean Bouise, Jean - Marc Barr, Rosanna Arquette **23.25** Podróż przedślubna - komedia romantyczna, USA, 1999, reż. Bronwen Hughes, wyk. Ben Affleck, Sandra Bullock, Maura Tierney, Steve Zahn **1.50** Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program rozrywkowy **3.50** Kabaretowa Ekstraklasa **4.00** Gliniarze **5.00** Nasz nowy dom

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.19** Flesz Info Wieczór **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.50** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Wiadomości **0.31** Gość Wiadomości **0.46** Kasta - magazyn **1.00** Pogoda **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.49** Serwis Info **2.55** W tyle wizji Extra **3.45** Taśmy bezpieki (2) Propaganda antysolidarnościowa **4.15** Taśmy bezpieki

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Sanktuaria polskie **12.40** Savionalia **13.30** Misja Bilaj **14.00** Mojżesz - 10 przykazań **15.00** Św. Gerard Majella - święty na nasze czasy **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Jestem mamą **16.30** Kalejdoskop Młodych **16.50** Express Studencki **17.00** Głos z Brukselii **17.10** Prosto o gospodarce **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **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 **22.00** Paweł VI. Papież czasów burzy **23.40** W Solankowej Dolinie

TVP KULTURA

7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.45** Przystań - **9.10** Siódma pieczęć - dramat **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.15** Dzień wielkiej ryby - film obyczajowy **13.40** Sztuka Francji - 1 Między trwaniem a zmianą - serial dok. **14.35** Studio Kultura - Rozmowy **14.55** Szlakiem Kolberga - Błażej Król **15.35** Joanna - film dok. **16.30** Jeszcze nie wieczór - film obyczajowy, Polska **18.00** Dokument.pl - Casa Blanca - film dok. **19.00** Teledysk **19.15** Powidoki - program publicystyczny **19.30** Antyfonie - Bartek Zaskórski / Radosław Sirko - film dok. **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Teatr Telewizji - Dwa teatry - spektakl teatralny **21.50** Lekkie obyczaje - Milou w maju - komedia, Włochy, Francja **23.45** Alter - magazyn kulturalny **0.15** Młoda Polska - Spitsbergen - film kr.metr.

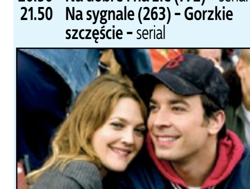
ŚRODA, 18 MARCA

TVP 1

5.05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (131) - serial
7.05 Elif (688) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów (349) - telenowela
9.20 Ranczo s.X (123) - Depresja Biskupa - serial
10.15 Komisarz Alex s.XI (131) - Braterstwo krwi - serial
11.05 Ojciec Mateusz s.I (9) - Aktor - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
12.55 Pole pełne życia - film dok.
14.00 Elif (689) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (132) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3631) - telenowela
18.30 Korona królów (350) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiadomości, Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.25 Leśniczówka (208) - serial
20.55 Liga Mistrzów - 1/8 FC Barcelona - SSC Napoli
23.10 Historia bez tajemnic - Barbra Streisand. narodziny gwiazdy
0.15 Mordercza miłość - thriller, USA, reż. Bram Coopens, wyk. Wes Bentley, Jaimie Alexander, Cam Gigandet, Alexandra Breckenridge
1.50 wojsko - polskie.pl
2.15 Warto rozmawiać
3.10 Jeźdźcy - film fabularny, USA, reż. John Frankenheimer, wyk. Omar Sharif, Jack Palance, Leigh Taylor - Young, David de Keyser, Peter Jeffrey
4.55 Zakończenie dnia

TVP 2

5.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (63) - Niezabliźnione rany - serial
6.10 Historia dziewczynki z getta
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.35 Rodzinka.pl s.V (115) - serial
12.00 Barwy szczęścia (2217) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (50) - teleturniej
13.35 Na sygnale (216) - Miało być inaczej - serial
14.10 M jak miłość (1503) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (90) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (264), Turcja
18.00 Panorama, Pogoda
18.30 Va Banque (51) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (116) - Dzieci nas wyprzedzają - serial
19.25 Barwy szczęścia (2217) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.05 Barwy szczęścia (2218) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.50 Na dobre i na złe (772) - serial
21.50 Na sygnale (263) - Gorzkie szczęście - serial



22.30 Kino relaks - Miłosna zagrywka - film obyczajowy, USA, reż. Bobby Farrelly, Peter Farelly, wyk. Drew Barrymore, Jimmy Fallon, Armando Riesco (HIT)
0.25 Geniusz. Picasso (1) - serial,
1.25 Woda i władza. kalifornijski przekręt - film dok.
3.00 Oficer (13) - Sto rąk - serial

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Nasz nowy dom
21.10 Zawsze warto

22.10 To tylko seks - komedia romantyczna, USA, 2011, reż. Will Gluck, wyk. Justin Timberlake, Mila Kunis, Patricia Clarkson, Jenna Elfman - Jamie to młoda, żyjąca pełnią życia specjalistka od rekrutacji. Dzięki swojej pracy poznaje Dylana, dyrektora artystycznego z Los Angeles i namawia go na zmianę pracy i przeprowadzkę do Nowego Jorku, gdzie sama mieszka. Przy okazji oboje odkrywają, że "nadają na tych samych falach" - szybko się zaprzyjaźniają i, jako wrogowie romantycznej miłości, postanawiają wykorzystać wzajemne zauroczenie i spróbować związku bez zobowiązań. Sytuacja komplikuje się, kiedy odkrywają, że ich wzajemne relacje są bardziej romantyczne niż im się wydawało. (HIT)
0.35 Nasz nowy dom

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Na Wspólnej - serial
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Milionerzy
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Ameryka Express

23.00 Krwawa profesja - film sensacyjny, USA 2002, reż. Clint Eastwood, wyk. Clint Eastwood, Jeff Daniels, Anjelica Huston, Wanda De Jesus, Tina Lifford, Paul Rodriguez, Dylan Walsh (HIT)
1.20 Mentalista VII - serial
2.20 Uwaga! - program interwencyjny
2.45 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
7.00 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
12.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
17.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Conan Niszczyciel - film fantasy, USA, Meksyk, 1984, reż. Richard Fleischer, wyk. Arnold Schwarzenegger, Grace Jones, Mako, Tracey Walter (HIT)
23.45 Zaginiony w akcji - film sensacyjny, USA, 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, Lenore Kasdorf
1.55 Zagadkowe zgony
2.25 Interwencja
2.40 Disco Polo Life
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.55 Ukryta prawda
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Steve Jobs - film obyczajowy, USA, Wielka Brytania 2015, reż. Danny Boyle, wyk. Michael Fassbender, Kate Winslet, Seth Rogen, Jeff Daniels, Michael Stuhlbarg (HIT)
23.30 Kac Vegas III - komedia, USA 2013, reż. Todd Phillips, wyk. Bradley Cooper, Ed Helms, Zach Galifianakis, Justin Bartha, Ken Jeong, John Goodman, Melissa McCarthy, Heather Graham
1.35 Druga strona medalu - talk show
2.10 Druga strona medalu - talk show
2.40 NOC Magii

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Władcy ognia - film przygodowy, USA 2002, reż. Rob Bowman, wyk. Alice Krige, Christian Bale, Gerard Butler, Izabella Scorupco, Matthew McConaughey, Scott Moutter (HIT)
22.05 Riddick - film sci - fi, USA 2013, reż. David Twohy, wyk. Bokeem Woodbine, Dave Bautista, Jordi Molla, Katee Sackhoff, Matt Nable, Raoul Trujillo, Vin Diesel
0.35 Rasa - film katastroficzny, Niemcy, RPA, USA 2006, reż. Nicholas Mastandrea, wyk. Michelle Rodriguez, Oliver Hudson, Taryn Manning
2.10 Niesamowite!
2.45 Niesamowite!
3.20 Taki jest świat
4.00 Na jedwabnym szlaku
4.35 Z archiwum policji
5.00 Dyżur

Stopklatka

8.20 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **9.15** Fabryki od kuchni: buty - serial **10.25** Allo, Allo - serial **11.25** Życie po zagładzie - serial **12.25** Katastrofy w przestworzach **14.30** Szpital nadziei sezon 5 - serial **15.25** Chicago Fire - serial **17.05** Scena Śmiechu **18.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Misja Afganistan - Przesyłka z Pakistanu - serial **21.00** Yuma - dramat sensacyjny **23.10** Futro - komedia

TTV

9.00 Gogglebox. Przed telewizorem **10.45** Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.30** Mania sprzątania **13.30** Ukryta prawda **14.30** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. Ukraina **17.05** Patent na... **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Usterka **20.35** Damy i wieśniaczki. PL **21.45** Express **22.00** DeFacto **22.30** Zamiana żon **23.30** Gogglebox. Przed telewizorem

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **15.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **0.00** Niezwyciężony - film sensacyjny, Rosja, 2007, reż. Oleg Pogodin **2.30** SuperLudzie Extra **2.40** TOP 10 Lista

TVP SPORT

9.00 reportaż **9.30** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie Polska - Czarnogóra **10.05** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie Czechy - Brazylia **11.00** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 4 runda 2 **12.30** Pełnosprawni (344) - magazyn dla niepełnosprawnych **13.00** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - 1 finału 2 **17.15** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie - podsumowanie 4 meczów **19.00** Lech TV - magazyn sportowy **19.25** Legia TV - magazyn **20.00** Liga Mistrzów - 1 F, Wielka Brytania **21.05** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F **23.00** Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania **23.45** Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania **0.35** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F 1 **2.00** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells

EUROSPORT

8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kvitfjell, Norwegia Supergigant mężczyzn **9.20** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo**12.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Zjazd mężczyzn **13.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Zjazd kobiet **14.30** Kolarstwo. Tirreno Adriatico 7. etap **15.30** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **17.30** Szermierka. Grand Prix Series, Anaheim **18.35** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Zjazd mężczyzn **19.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Zjazd kobiet **20.30** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **21.25** Jeździectwo. Rolex Grand Slam, 's - Hertogenbosch **22.35** Narciarstwo Dowolne. PŚ, Idre, Szwecja **23.35** Narciarstwo Dowolne. PŚ, Idre, Szwecja **0.35** Kolarstwo. Tirreno Adriatico 7. etap **1.30** Kolarstwo. Pro Series, Belgia

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich **23.20** Świat według Kiepskich **23.50** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.50** Magazyn Atleci **4.20** Magazyn Atleci **4.50** Magazyn Atleci **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Misja Weteran **12.00** Przyjaciółki **13.00** TOP CHEF **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Podróż przedślubna - komedia romantyczna, USA, 1999, reż. Bronwen Hughes, wyk. Ben Affleck, Sandra Bullock, Maura Tierney, Steve Zahn **22.10** Turysta - thriller sensacyjny, USA, 2010, reż. Florian Henckel von Donnersmarck, wyk. Johnny Depp, Angelina Jolie, Paul Bettany, Timothy Dalton **0.25** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **2.30** Kabaretowa Ekstraklasa **3.00** Gliniarze **4.00** Na ratunek 112 **4.30** Na ratunek 112

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.19** Flesz Info Wieczór **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Wiadomości **0.31** Gość Wiadomości **0.46** Kasta - magazyn **1.00** Pogoda **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.50** Serwis Info **2.56** W tyle wizji Extra **3.25** Taśmy bezpieki (5) Ucieczki stanu wojennego

TV TRWAM

9.25 Sanktuaria polskie **9.45** Święty na każdy dzień **9.50** 100 cudownych miejsc na świecie **10.00** Audiencja Generalna **11.00** Świat na wyciągnięcie ręki. Wyprawa na kraniec Syberii **11.15** 100 cudownych miejsc na świecie **11.25** Myśląc Ojczyzna **11.40** Prosto o gospodarce **12.00** Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Rękopis błogosławionych **14.00** Albert Schweitzer **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Na zdrowie **16.30** Regał **17.00** Po stronie prawdy **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Brat Franciszek **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** Sabina K. 0.05 Programy powtórkowe

TVP KULTURA

7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.40** Vive le Cinematograph! - film dok. **9.30** Jeszcze nie wieczór - film obyczajowy **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.25** Niespotykanie spokojny człowiek - film TVP **13.40** Ikony muzyki - Queen - cykl dok. **14.30** Studio Kultura - Rozmowy **14.45** Koło pióra - magazyn **15.20** Kratka - film TVP **16.25** Tatarak - dramat obyczajowy **18.00** Pina mnie kiedyś zapytała... - film dok. **19.05** Teledyski **19.30** Co dwie sztuki, to nie jedna **19.50** Którędy po sztukę - Jerzy Nowosielski - magazyn **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Na wschód od Hollywood - Undergro-und - film fabularny **23.25** Ziemia, planeta ludzi - Jądra Tarzana - film dok. **1.20** Tribute to Ella. Ewa Bem z zespołem Jana Ptaszyna Wróblewskiego - koncert

CZWARTEK, 19 MARCA

TVP 1

5.05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (132) - serial
7.05 Elif (689) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów (350) - telenowela
9.15 Ranczo s.X (124) - Wet za wet - serial
10.10 Komisarz Alex s.XI (132) - Maestro - serial
11.00 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica
12.10 Wiadomości
12.25 To się opłaca - magazyn
12.45 Chile. dzika podróż - film, USA
14.00 Elif (690) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (133) - serial
17.00 Teleexpress
17.20 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3632) - telenowela
18.30 Korona królów (351) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.35 Ojciec Mateusz s.XXIII (294) - serial
21.30 Sprawa dla reportera
22.25 Magazyn śledczy
23.00 Magazyn kryminalny 997
23.50 Magazyn Ekspresu Reporterów
0.55 Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat
1.35 Godziny grozy (5) - serial
2.30 Ratownicy (3) - serial
3.30 Sprawa dla reportera
4.25 Magazyn śledczy
4.55 Zakończenie dnia

TVP 2

4.30 Koło fortuny - teleturniej
5.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (64) - Poczucie odpowiedzialności - serial
6.05 Operacja Zdrowie - .
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.35 Rodzinka.pl s.V (116) - Dzieci nas wyprzedzają - serial
12.00 Barwy szczęścia (2218) - serial
12.35 Koło fortuny - teleturniej
13.05 Va Banque (51) - teleturniej
13.35 Na sygnale (217) - To się jeszcze okaże... - serial
14.10 Na dobre i na złe (772) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (91) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (265), Turcja
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Va Banque (52) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (117) - Powrót do szkoły - serial
19.30 Barwy szczęścia (2218) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2219) - serial
20.40 Filmowe czwartki - Wiesław Kot (17) - felieton
20.45 Filmowe czwartki - Wielki Gatsby - dramat, USA, Australia, reż. Baz Luhrmann, wyk. Leonardo diCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan (HIT)
23.20 Szlak śmierci - film fabularny, USA, reż. James Cotten, wyk. Ray Liotta, Danny Trejo, Andy Garcia
1.05 Na granicy - dramat sensacyjny, USA, reż. Tony Richardson, wyk. Jack Nicholson, Harvey Keitel, Valerie Perrine, Warren Oates
3.00 Dzielnica bankowa (3) - serial
4.00 Art Noc - Scena alternatywna - Król
4.30 Zakończenie dnia

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Nasz nowy dom
21.10 Przyjaciółki
22.10 Zdrady

23.10 Plan lotu - thriller, USA, 2005, reż. Robert Schwentke, wyk. Jodie Foster, Peter Sarsgaard, Sean Bean, Marlene Lawston - Świeżo owdowiała Kyle Pratt leci z sześcioletnią córką Julie z Berlina do Nowego Jorku. Śmierć jej męża nastąpiła nagle - w luku bagażowym znajduje się trumna z jego ciałem, które ma być pochowane w Stanach. Kyle zasypia po zażyciu środków nasennych. Po przebudzeniu stwierdza z przerażeniem, że dziewczynki nie ma w samolocie. Ani członkowie załogi, ani pasażerowie nie przypominają sobie dziecka. Kyle rozpaczliwie szuka córki... (HIT)
1.25 Chirurdzy
3.25 Tajemnice losu
4.55 Disco Gramy

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Na Wspólnej - serial
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Milionerzy
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy

22.30 Ile waży koń trojański? - komedia, Polska 2008, reż. Juliusz Machulski, wyk. Ilona Ostrowska, Maciej Marczewski, Robert Więckiewicz, Danuta Szaflarska, Sylwia Dziorek (HIT)
1.05 Superwizjer - magazyn reporterów
1.45 Uwaga! - program interwencyjny
2.10 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
7.00 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
12.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
17.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Kickboxer - film sensacyjny, USA, 1989, reż. Mark DiSalle, David Worth, wyk. Jean - Claude Van Damme, Dennis Chan, Michel Qissi, Dennis Alexio (HIT)
23.40 Kobiety i mafia
0.40 Kobiety i mafia
1.40 STOP Drogówka
2.40 Disco Polo Life
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

5.10 Szkoła - serial
6.10 Mango Telezakupy
7.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.55 Ukryta prawda
11.00 Idealna niania - program obyczajowy
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
17.30 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Nieoczekiwana zmiana miejsc - komedia, USA 1983, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Dan Aykroyd, Ralph Bellamy, Don Ameche, Denholm Elliott, Jamie Lee Curtis, Kristin Holby, Frank Oz, James Belushi (HIT)
23.30 Szybcy i wściekli V - film sensacyjny, USA 2011, reż. Justin Lin, wyk. Vin Diesel, Paul Walker, Jordana Brewster, Tyrese Gibson
2.05 Druga strona medalu - talk show
2.40 NOC Magii

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Nash Bridges - serial
8.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
11.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
17.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Uciekająca panna młoda - komedia romantyczna, USA 1999, reż. Garry Marshall, wyk. Julia Roberts, Richard Gere, Joan Cusack, Hector Elizondo (HIT)
22.35 Wielkie wesele - komedia, USA 2013, reż. Justin Zackham, wyk. Amanda Seyfried, Diane Keaton, Katherine Heigl, Robert De Niro, Robin Williams, Susan Sarandon
0.10 Fanfan Tulipan - film przygodowy, Francja 2003, reż. Gérard Krawczyk, wyk. Didier Bourdon, Michel Muller, Penélope Cruz, Vincent Perez
2.05 Ojciec Ted - serial
2.40 Ojciec Ted - serial
3.05 Taki jest świat
3.55 Z archiwum policji
5.35 Dyżur

Stopklatka

8.30 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **9.20** Fabryki od kuchni: chleb - serial **10.25** Allo, Allo - serial **11.30** Życie po zagładzie - serial **12.25** Katastrofy w przestworzach **14.30** Szpital nadziei sezon 5 - serial **15.25** Chicago Fire - serial **17.05** Scena Śmiechu **18.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Wampir w Brooklynie - horror komediowy **22.05** Narcos: Meksyk - serial

TTV

9.00 Gogglebox. Przed telewizorem **10.40** Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.30** Mania sprzątania **13.30** Ukryta prawda **14.30** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. Ukraina **17.05** Patent na... **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.05** Kto to kupi? **20.55** Królowe życia **21.45** Express **22.00** Usterka **23.00** Kanapowcy **23.55** Ostre cięcie

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **13.15** Bumerang **14.15** Czysta chata **15.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **19.05** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Rywal - dramat sensacyjny, Rosja, 2016, reż. Nurbek Egen **1.20** STOP Drogówka **2.20** SuperLudzie Extra

TVP SPORT

7.40 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F 1 **9.10** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F 2 **10.30** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - kwalifikacje **11.00** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - kwalifikacje **12.55** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - 1 finału 4 **17.05** Lech TV - magazyn sportowy **17.35** Legia TV - magazyn **18.15** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - kwalifikacje **19.35** RING TVP SPORT - magazyn **20.30** Sportowy Wieczór **21.05** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F **22.55** Piłka parzy (17) - felieton **23.20** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - 1/2F 2A **1.00** RING TVP SPORT - magazyn **2.00** Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - 1/4F **4.00** Boks - Gala w Ontario, Kalifornia. Jermell Charlo - Tony Harrison

EUROSPORT

8.30 Skoki narciarskie. PŚ, Trondheim **9.30** Skoki narciarskie. PŚ, Vikersund **10.25** Sporty zimowe **11.00** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **12.15** Sporty zimowe **13.00** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **13.45** Biegi narciarskie. Minneapolis **14.15** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **14.30** Kolarstwo. Grand Prix de Denain Pro Series, Francja **16.00** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **16.55** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy **19.05** Kolarstwo. Grand Prix de Denain Pro Series, Francja **20.05** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **21.05** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **22.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, **0.00** Kolarstwo. Grand Prix de Denain Pro Series, Francja **1.00** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **1.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich - serial komediowy **23.20** Świat według Kiepskich - serial komediowy **23.50** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.45** Cafe Futbol **5.20** SuperLudzie **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Nasz nowy dom **11.30** SuperLudzie **12.00** Przyjaciółki **13.00** TOP CHEF **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Turysta - thriller sensacyjny, USA, 2010, reż. Florian Henckel von Donnersmarck, wyk. Johnny Depp, Angelina Jolie, Paul Bettany, Timothy Dalton **22.10** Furia - thriller, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. Martin Campbell, wyk. Mel Gibson, Ray Winstone, Danny Huston, Bojana Novakovic **0.40** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **2.40** Kabaretowa Ekstraklasa **3.00** Gliniarze **4.00** Na ratunek 112 **4.30** Na ratunek 112 **5.00** Nasz nowy dom

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.19** Flesz Info Wieczór **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.50** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Wiadomości **0.31** Gość Wiadomości **0.46** Kasta - magazyn **1.00** Pogoda **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.49** Serwis Info **2.55** W tyle wizji Extra **3.37** Taśmy bezpieki (6) Działania bezpieki wobec legalnej Solidarności

TV TRWAM

12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Po stronie prawdy **13.20** Filmowe Życiorysy. Pani Maria - od Syberii do Puszczykowa **14.45** Joanna d'Arc **15.45** Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Z wędką nad wodę **16.35** Porady Medyczne Bonifratrów **17.00** Przegląd Tygodnika Rodzin Katolickich "Źródło" **17.05** Czy udało się zabić prawdę **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Przyjaciele i bohaterowie **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Głos Polski **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Polski Punkt Widzenia **22.00** Filmowe Życiorysy. Najstarszy ministrant w Polsce - Pan Zygmunt **22.35** Z wędką nad wodę

TVP KULTURA

7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.45** Inventorium śladów - film anim. **9.20** Tatarak - dramat obyczajowy **11.00** Blisko, coraz bliżej Witajcie w domu. Rok 1921 - serial **12.35** Piżama - film TVP **13.10** Chciałbym się ogolić - film TVP **13.40** Pałac - film dok. **15.05** Studio Kultura - Rozmowy **15.25** "Czterdziecha" - recital jubileuszowy Wojciecha Młynarskiego, cz. 1 **16.30** Ga, ga. Chwała bohaterom - film science fiction **18.00** Dokument tygodnia - W poszukiwaniu umami - film dok. **19.05** Teledyski **19.15** Kronos - magazyn **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Czwartkowy klub filmowy - Bullitt - film kryminalny **22.30** Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert **23.20** Portrety - Życie Samuela Fullera - film dok. **0.55** Kronos - magazyn

PIĄTEK, 20 MARCA

TVP 1
5.05 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
5.40 **Jaka to melodia?**
6.15 **Przysięga (133) -** serial
7.10 **Elif (690) -** serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Korona królów (351) -** telenowela
9.15 **Magazyn śledczy**
9.40 **Okrasa łamie przepisy - Z wojskowej menażki**
10.15 **Komisarz Alex s.XI (133) - Imiona gwiazd -** serial
11.05 **Ojciec Mateusz s.I (10) - Szantaż -** serial
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.45 **Magazyn Rolniczy**
13.00 **Leming - mały olbrzym północy -** film animowany
14.05 **Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica -** konkurs indywidualny
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3633) -** telenowela
18.30 **Korona królów - taka historia... (62) -** telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.25 **Sport, Wiadomości, Pogoda**
20.10 **Alarm! -** magazyn
20.35 **Archiwista (11) -** serial
21.30 **Sezon na zabijanie -** film akcji, Belgia, USA, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Robert de Niro, John Travolta HIT
23.10 **Zawód. Amerykanin s.II (17) -** serial
0.05 **Kompania X s.III (26) -** serial
0.55 **Mechanik -** film fabularny, USA, reż. Michael Winner, wyk. Charles Bronson, Keenan Wynn, Jan - Michael Vincent, Jill Ireland, Linda Ridgeway
2.40 **Magazyn kryminalny 997**
3.35 **Ocaleni -** reality show
4.35 **Notacje - Jan Matyjaszkiewicz. Ja cesarz. -** cykl dok.
4.50 **Zakończenie dnia**

TVP 2
4.35 **Koło fortuny -** teleturniej
5.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (65) - Trucizna -** serial
6.05 **Anna Dymna - spotkajmy się**
6.35 **Familiada -** teleturniej
7.05 **Przepis dnia s.II**
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.35 **Rodzinka.pl s.V (117) - Powrót do szkoły -** serial
12.00 **Barwy szczęścia (2219) -** serial
12.30 **Koło fortuny -** teleturniej
13.05 **Va Banque (52) -** teleturniej
13.35 **Na sygnale (218) - Pomóżcie jej -** serial
14.00 **Czterdziestolatek (10) - Pocztówka ze Spitzbergenu, czyli oczarowanie -** serial
15.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (92) -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.10 **Więzień miłości (266), Turcja**
18.00 **Panorama**
18.20 **Pogoda**
18.30 **Va Banque (53) -** teleturniej
18.55 **Rodzinka.pl s.V (118) - Walentynki -** serial
19.30 **Barwy szczęścia (2219) -** serial
19.55 **Przepis dnia s.II**
20.10 **Barwy szczęścia (2220) -** serial
20.45 **STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! -** program rozrywkowy
22.20 **STARVOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! (Wyniki)**
22.45 **Pozycja obowiązkowa -** komedia, USA, reż. Bill Holderman, wyk. Jane Fonda, Diane Keaton, Candice Bergen, Mary Steenburgen, Andy Garcia HIT
0.35 **Miłosna zagrywka -** film obyczajowy, USA, reż. Bobby Farrelly, Peter Farelly, wyk. Drew Barrymore, Jimmy Fallon, Armando Riesco
2.25 **Wielki Gatsby -** dramat, USA, Australia, reż. Baz Luhrmann, wyk. Leonardo diCaprio, Tobey Maguire, Carey Mulligan
4.45 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Sekrety rodziny**
11.00 **Dlaczego ja?**
12.00 **Gliniarze**
13.00 **Trudne sprawy**
14.00 **Pierwsza miłość**
14.45 **Dlaczego ja?**
15.50 **Wydarzenia, Pogoda**
16.15 **Interwencja**
16.30 **Na ratunek 112**
17.00 **Gliniarze**
18.00 **Pierwsza miłość**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami**
22.05 **Tylko jeden. Droga do KSW**

23.20 **Piła 6 -** horror, USA, Kanada, 2009, reż. Kevin Greutert, wyk. Tobin Bell, Costas Mandylor, Betsy Russell, Mark Rolston HIT
- John Kramer, zwany Panem Zagadką, miał obsesję na punkcie wartości i sensu życia. Śmiertelnie chory na nowotwór, udowadniał wybrańcom, że tak naprawdę nie szanują daru, jakim jest życie. Wplątywał ich w krwawą grę, by zmusić do zadania sobie pytania, ile krwi są w stanie przelać, aby ratować własne istnienie. Niszczył ich wiarę w siebie i człowieczeństwo, doprowadzając do sytuacji, w której stawali się katami. Po jego śmierci wiernym wyznawcą filozofii Jigsawa zostaje porucznik Mark Hoffman.
1.10 **Tajemnice losu**

TVN
4.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.15 **Mango - Telezakupy**
6.20 **Na Wspólnej -** serial
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.30 **Afera fryzjera -** program rozrywkowy
12.15 **Ukryta prawda**
13.15 **Szpital -** program obyczajowy
14.15 **Detektywi -** program kryminalny
15.25 **Milionerzy**
16.00 **Szpital -** program obyczajowy
17.00 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **Ukryta prawda**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy**
19.50 **Uwaga! -** program interwencyjny

20.00 **Kobieta sukcesu -** komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Robert Wichrowski, wyk. Agnieszka Więdłocha, Mikołaj Roznerski, Bartosz Gelner, Julia Wieniawa, Paulina Gałązka, Małgorzata Foremniak, Tomasz Karolak HIT
22.10 **Dziedzictwo Bourne'a -** film sensacyjny, USA, Japonia 2012, reż. Tony Gilroy, wyk. Jeremy Renner, Rachel Weisz, Edward Norton, Stacy Keach, Dennis Boutsikaris, Oscar Isaac, Joan Allen, Albert Finney, Scott Glenn
1.00 **Kuba Wojewódzki -** talk show
2.00 **Uwaga! -** program interwencyjny
2.20 **NOC Magii**

TV 4
6.00 **Strażnik Teksasu**
7.00 **Strażnik Teksasu**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Sekrety sąsiadów**
9.30 **Demakijaż**
10.00 **Przez żołądek do serca**
10.30 **Demakijaż**
11.00 **Awantura o kasę**
12.00 **Awantura o kasę**
13.00 **Magicy z ulicy**
13.30 **STOP Drogówka**
14.30 **Emil pogromca mandatów**
15.00 **Policjantki i Policjanci**
16.00 **Słoneczny patrol**
17.00 **Słoneczny patrol**
18.00 **Sekrety sąsiadów**
18.30 **Sekrety sąsiadów**
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Gwiazdy Kabaretu**
21.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
23.05 **4.3.2.1. -** dramat obyczajowy, Wielka Brytania, 2010, reż. Noel Clarke, Mark Davis, wyk. Ophelia Lovibond, Shanika Warren - Markland, Emma Roberts, Tamsin Egerton HIT
1.30 **STOP Drogówka**
2.30 **Graffiti**
2.40 **Disco Polo Life**
3.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
4.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
5.10 **Szkoła -** serial
6.10 **Mango Telezakupy**
7.50 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
8.55 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
9.55 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
11.00 **Idealna niania -** program obyczajowy
11.45 **Zakochani po uszy -** serial
12.15 **Sąd rodzinny -** program sądowy
13.15 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.15 **Szkoła -** serial
15.15 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
16.15 **19 + -** serial
16.55 **Brzydula -** serial
17.30 **Brzydula -** serial
18.00 **Szkoła -** serial
18.55 **Anna German -** serial
20.00 **Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie**
21.00 **Ślub od pierwszego wejrzenia**
22.00 **Wrogowie publiczni -** film sensacyjny, USA, Japonia 2009, reż. Michael Mann, wyk. Christian Bale, Johnny Deep, Marion Cotillard, Stephen Graham, David Wenham, Stephen Dorff HIT
0.55 **Magic Mike XXL -** komedia, USA 2015, reż. Gregory Jacobs, wyk. Channing Tatum, Matt Bomer, Joe Manganiello, Kevin Nash, Amber Heard, Donald Glover
3.20 **NOC Magii**

TV PULS
6.00 **Nash Bridges -** serial
8.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
9.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
10.00 **Zaklinaczka duchów -** serial
12.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
13.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
14.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
16.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
18.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
20.00 **Krzyżowy ogień -** film akcji, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Andrew French, Ivan Kaye, Jean - Claude Van Damme, Kevin Chapman, Scott Adkins HIT
22.00 **Uciec, ale dokąd? -** film akcji, USA 1993, reż. Robert Harmon, wyk. Jean - Claude Van Damme, Kieran Culkin, Rosanna Arquette, Ted Levine
23.55 **Czas zbrodni -** thriller, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Austin Abrams, Cuba Gooding Jr, Neal McDonough, Nicki Aycox
2.00 **Niesamowite!**
2.35 **Dyżur**
3.00 **Niesamowite!**
3.35 **Na jedwabnym szlaku**
4.00 **Menu na miarę**
4.35 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**
5.35 **Dyżur**

Stopklatka
6.00 Ojciec Adnana - etiuda **6.35** Złotopolscy - serial **7.35** Plebania - serial **8.35** Apokalipsa: I wojna światowa - serial **10.50** Stawka większa niż życie cz. 5 - 6 - serial **13.15** Katastrofy w przestworzach **15.25** Chicago Fire - serial **17.15** Nowa Scena Śmiechu sezon 2 - program rozrywkowy **18.20** I tak, i nie - komedia **20.00** Miasto aniołów - dramat **22.30** Dzieci kukurydzy - horror **0.10** Mroczne nieba - thriller sci - fi **2.10** Dług - thriller

TTV
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 1 **12.25** Damy i wieśniaczki. Ukraina **13.30** Ukryta prawda **14.30** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** Najbrzydsze zwierzaki świata **17.05** Patent na... **17.45** Express **18.00** Damy i wieśniaczki. Za granicą **18.55** Kto to kupi? **19.45** Express **20.05** Down the road. Zespół w trasie **20.35** Gogglebox. Przed telewizorem **21.45** Express **22.00** O tym się nie mówi **22.15** Królowe życia **23.40** Zamiana żon

TV6
6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **12.55** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku **23.00** Zaginiony w akcji - film sensacyjny, USA, 1984, reż. Joseph Zito **1.05** STOP Drogówka **2.05** Benny Hill **2.40** TOP 10 Lista Przebojów

TVP SPORT
5.30 Sportowy Wieczór **6.05** Ultimate Strongman (4) **7.00** Skoki Narciarskie - PŚ - Row Air **8.00** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica **9.20** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie Polska - Brazylia **10.05** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie - Czechy - Czarnogóra **11.00** Niezwykłe historie Biało - Czerwonych - Jerzy Młynarczyk **11.20** Koszykówka mężczyzn - Kwalifikacje olimpijskie Turcja - Polska **12.45** Ultimate Strongman (5) **13.45** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica **16.55** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia **18.05** Biegi narciarskie - PŚ Canmore - 10km kobiet **18.50** Piłka ręczna mężczyzn - Górnik Zabrze - Pogoń Szczecin **21.15** Sportowy Wieczór **21.50** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs indywidualny **23.35** Hokej na lodzie - NHL

EUROSPORT
7.00 Kolarstwo. World Tour, Francja 8. etap **7.45** Kolarstwo. Tirreno Adriatico 7. etap **8.30** Kolarstwo. Pro Series, Belgia **9.15** Kolarstwo. Grand Prix de Denain Pro Series, Francja **10.00** Igrzyska Olimpijskie. Olympic Outpost **10.30** Igrzyska Olimpijskie. Kolarska Galeria Sław **11.30** Kolarstwo. Mediolan - San Remo 2008 **12.00** Piłka nożna. Liga Mistrzów, Losowanie **12.30** Kolarstwo. Grand Prix de Denain Pro Series, Francja **13.00** Piłka nożna. Liga Europy Losowanie **13.30** Biathlon. PŚ, Oslo Sprint kobiet 7, 5 km **14.00** Sporty zimowe **14.30** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **16.15** Sporty zimowe **16.45** Biathlon. PŚ, Oslo Sprint mężczyzn na 10 km **17.50** Biegi narciarskie. Canmore **18.45** Biegi narciarskie. Canmore **20.05** Wyścigi samochodowe. Sebring, Stany Zjednoczone **1.35** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Tylko jeden. Droga do KSW **21.45** Zdrady **22.45** Strzelec wyborowy - thriller sensacyjny, USA, 2005, reż. Marcus Adams, wyk. Wesley Snipes, Emma Samms, William Hope, Anthony Warren **0.50** Kabaretowa Ekstraklasa **2.00** Wydarzenia **2.45** Wystarczy chcieć **3.15** Echo lasu **3.45** Cafe Futbol **5.20** SuperLudzie **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Na ratunek 112 **12.00** Przyjaciółki **13.00** Przyjaciółki **14.00** Przyjaciółki **15.00** Przyjaciółki **16.00** Kabaret na żywo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.05** Furia - thriller, USA, Wielka Brytania, 2010, reż. Martin Campbell, wyk. Mel Gibson, Ray Winstone, Danny Huston, Bojana Novakovic **22.30** Kingsajz - komedia, Polska, 1987, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jerzy Stuhr, Jacek Chmielnik, Katarzyna Figura, Grzegorz Heromiński **0.45** Kung - fu - dramat psychologiczny, Polska, 1979, reż. Janusz Kijowski **3.05** Człowiek na torze - dramat psychologiczny **5.00** Nasz nowy dom

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Forum - program publicystyczny **21.00** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.31** W akcji **23.51** Nie da się ukryć Extra **0.10** Wiadomości **0.38** Gość Wiadomości **0.54** Kasta - magazyn **1.39** Pogoda **1.50** Forum - program publicystyczny **2.50** W tyle wizji **3.25** Serwis Info **3.30** W tyle wizji Extra **4.15** Taśmy bezpieki (8) Mniejszość grecka w PRL

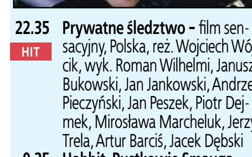
TV TRWAM
12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Jestem gotowy na wszystko... **13.05** Cena nadziei **14.25** Ziemia Mojego Zbawiciela - Kolebka Mesjasza **14.55** Słowo Życia **15.00** Koronka do Bożego Miłosierdzia **15.20** Mocni w wierze **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Siódmy sakrament **16.35** Świat na wyciągnięcie ręki. Ziemia Święta **17.00** Peru - Piura **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Westerplatte Młodych **18.55** Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" **19.00** Warto zauważyć... **19.30** Opowieści Theo **19.35** 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 **22.00** Ziemia Obiecana **22.55** Liturgia pokutna

TVP KULTURA
7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.40** Ja gorę! - film TVP **9.25** Ga, ga. Chwała bohaterom - film science fiction **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.30** Ogłoszenie matrymonialne - film obyczajowy **13.40** Koncert - Muzyka w Opactwie Mischa Maisky **15.05** Studio Kultura - Rozmowy **15.25** Esterhazy - film anim. **15.55** Rzymskie wakacje - komedia romantyczna **18.00** Reżyserzy - George Cukor - cykl dok. **19.10** Tygodnik Kulturalny **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Marty - film fabularny **22.15** Fabryka hitów - Jestem moją muzyką **23.10** Tygodnik Kulturalny **0.00** Pożeracze truskawek - film anim. **0.15** Manifestacja geniuszu w czterech aktach - film anim. **0.40** Bullitt - film kryminalny **2.40** Informacje kulturalne **3.15** Szwedzka teoria miłości - film dok.

SOBOTA, 21 MARCA

TVP 1
5.15 **Klan (3629 - 3631) -** telenowela
6.25 **Sprawa dla reportera**
7.20 **Rok w ogrodzie**
7.45 **Rok w ogrodzie Extra -** magazyn
8.00 **Pełnosprawni (345) -** magazyn
8.25 **wojsko - polskie.pl (93) -** reportaż
8.55 **Studio Raban**
9.25 **Rodzinny ekspres - Mocne postanowienie poprawy**
9.55 **Szlachetna rasa -** western, USA, reż. Andrew V. McLaglen, wyk. James Stewart, David Brian, Don Galloway
11.40 **Dziewczyny ze Lwowa s.I (3) - Donosy i kontrole -** serial
12.40 **Fascynujący świat - Mózg w niebezpieczeństwie -** film dok.
13.50 **Okrasa łamie przepisy - Ziemniaki, kapusta i kasza**
14.20 **Z pamięci - Ewa Garztecka**
14.25 **Kulisy -** Postaw na milion (220)
14.35 **Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica -** konkurs indywidualny
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.25 **Postaw na milion -** teleturniej
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm! -** magazyn
20.35 **Komisarz Alex s.XIV (168) -** serial
21.35 **Hit na sobotę - Creed. Narodziny legendy -** dramat, USA, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson HIT
23.55 **Pluton -** dramat wojenny, USA, reż. Oliver Stone, wyk. Tom Berenger, Willem Dafoe, Charlie Sheen, Forest Whitaker, Richard Edson
2.00 **Jaka to melodia?**
2.50 **Sezon na zabijanie -** film akcji, Belgia, USA, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Robert De Niro, John Travolta, Milo Ventimiglia, Elizabeth Olin
4.25 **Z pamięci - Ewa Garztecka**
4.30 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.15 **Barwy szczęścia (2216) -** serial
5.45 **Barwy szczęścia (2217) -** serial
6.20 **M jak miłość (1502) -** serial
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.25 **To je Borowicz. Podróże ze smakiem -** magazyn kulinarny
11.55 **STAR VOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! -** program rozrywkowy
13.35 **STAR VOICE. GWIAZDY MAJĄ GŁOS! (Wyniki)**
14.00 **Familiada -** teleturniej
14.35 **Koło fortuny -** teleturniej
15.15 **Szansa na sukces. Opole 2020 -** widowisko muzyczne
16.25 **Rodzinka.pl (281) - Porzucona narzeczona -** serial
16.55 **O mnie się nie martw s.XII (3) -** serial
17.50 **Słowo na niedzielę - Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu**
18.00 **Panorama, Pogoda**
18.35 **Echo serca s.III (36) -** serial
19.30 **Lajk!**
20.00 **Dance Dance Dance s. II**
22.05 **Dance Dance Dance s. II - Extra**



22.35 **Prywatne śledztwo -** film sensacyjny, Polska, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Roman Wilhelmi, Janusz Bukowski, Jan Jankowski, Andrzej Pieczyński, Jan Peszek, Piotr Dejmek, Mirosława Marcheluk, Jerzy Trela, Artur Barciś, Jacek Dębski HIT
0.25 **Hobbit. Pustkowie Smauga -** Film fantasy, Nowa Zelandia, USA, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Richard Armitage, Evangeline Lilly
3.05 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
7.45 **Scooby - Doo! Mechaniczny pies**
8.15 **Pierwszy lot -** film anim.
8.30 **Scooby - Doo! Pora Księżycowego Potwora -** film anim.
10.05 **Ewa gotuje**
10.35 **Disco Polo - 25 lat później**
11.40 **Szalone wakacje na kółkach -** komedia przygodowa, USA, 2006, reż. Barry Sonnenfeld
- Rodzina Munro już cieszy się na myśl o długo oczekiwanych, wymarzonych wakacjach na Hawajach. Jednak szef taty poleca mu wziąć udział w zebraniu w Kolorado, w przeciwnym razie zwolni go z pracy. Bob Munro musi szybko wymyślić plan awaryjny. Wynajmuje więc duży, kampingowy samochód i zabiera swoją "niesforną" rodzinę na cudowną wyprawę do Kolorado. Ma nadzieję, że podczas wspólnej przygody i przebywania razem uda mu się podreperować napięte stosunki i odbudować rodzinne więzi.
13.45 **The Four. Bitwa o sławę**
15.45 **Kabaret na żywo. Przystanek Radość**
17.50 **Chłopaki do wzięcia**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **The Four. Bitwa o sławę**

22.05 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo**
0.10 **Detonator -** thriller sensacyjny, USA, Rumunia, 2006, reż. Po - Chih Leong, wyk. Wesley Snipes, Silvia Colloca, Tim Dutton, William Hope
2.30 **Tajemnice losu**

TVN
4.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.15 **Mango - Telezakupy**
7.30 **Efekt Domina**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.30 **Na Wspólnej Omnibus -** serial
13.20 **MasterChef Junior**
14.55 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
16.00 **Dorota inspiruje**
17.00 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **36,6°C -** magazyn medyczny
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.44 **Raport smogowy -** informacje
19.45 **Uwaga! -** program interwencyjny

20.00 **Notting Hill -** komedia romantyczna, Wielka Brytania, USA 1999, reż. Roger Michell, wyk. Julia Roberts, Hugh Grant, Richard McCabe, Rhys Ifans, James Dreyfus, Dylan Moran HIT
22.40 **40 - letni prawiczek -** komedia, USA 2005, reż. Judd Apatow, wyk. Steve Carell, Catherine Keener, Paul Rudd, Romany Malco, Seth Rogen, Elizabeth Banks, Leslie Mann
1.00 **Annabelle -** horror, USA 2014, reż. John R. Leonetti, wyk. Annabelle Wallis, Ward Horton, Tony Amendola, Alfre Woodard, Kerry O'Malley
3.05 **Uwaga! -** program interwencyjny
3.25 **NOC Magii**

TV 4
6.00 **Przygody Kota w butach**
6.35 **Przygody Kota w butach**
6.55 **101 dalmatyńczyków**
7.25 **101 dalmatyńczyków**
7.55 **101 dalmatyńczyków**
8.25 **101 dalmatyńczyków**
8.55 **Galileo**
9.55 **Galileo**
11.00 **Święty -** serial
11.30 **Święty -** serial
12.00 **Święty -** serial
12.30 **Święty -** serial
13.00 **Król Lew -** film anim.
14.55 **STOP Drogówka**
16.00 **Policjantki i Policjanci**
17.00 **Policjantki i Policjanci**
18.00 **Policjantki i Policjanci**
19.00 **Galileo**
20.00 **Policjantki i Policjanci**
21.00 **Policjantki i Policjanci**
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
23.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
0.05 **Gallows Hill -** horror, USA, 2013, reż. Víctor García, wyk. Peter Facinelli, Sophia Myles, Nathalia Ramos, Sebastian Martínez HIT
1.55 **Kobiety i mafia**
2.55 **Zagadkowe zgony**
3.25 **Interwencja**
3.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
4.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.55 **Ukryta prawda**
5.55 **Mango - Telezakupy**
8.00 **Ukryta prawda**
11.00 **Hotel Paradise**
14.00 **Dziewczyny z drużyny IV -** komedia, USA 2007, reż. Steve Rash, wyk. Ashley Benson, Cassie Scerbo, Noel Areizaga, Jennifer Tisdale
15.55 **Naga broń 33 1/3 -** komedia, USA 1994, reż. Peter Segal, wyk. Leslie Nielsen, Priscilla Presley, George Kennedy, O.J. Simpson, Fred Ward, Kathleen Freeman
17.35 **Wiek Adaline -** melodramat, USA, Kanada 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michiel Huisman, Harrison Ford, Kathy Baker, Ellen Burstyn
20.00 **Harry Potter i więzień Azkabanu -** film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman, Emma Thompson HIT
23.00 **Volta -** komedia, Polska 2017, reż. Juliusz Machulski, wyk. Andrzej Zieliński, Olga Bołądź, Aleksandra Domańska, Michał Żurawski, Jacek Braciak, Joanna Szczepkowska, Katarzyna Herman
1.20 **Druga strona medalu -** talk show
2.25 **NOC Magii**

TV PULS
5.50 **Czynne całą dobę -** serial
6.25 **Czynne całą dobę -** serial
7.00 **Taki jest świat**
7.50 **Bibliotekarze -** serial
8.50 **13 Posterunek 2 -** serial
9.30 **13 Posterunek 2 -** serial
10.10 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
11.05 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
12.05 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
13.05 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
14.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
15.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
20.00 **W obronie własnej -** thriller, USA 2013, reż. Gary Fleder, wyk. Jason Statham, James Franco, Izabela Vidovic, Kate Bosworth HIT
21.55 **Triumf sprawiedliwości -** film kryminalny, USA 2016, reż. Keoni Waxman, wyk. Claudiu Bleont, Florian Piersic Jr, Jade Ewen, Jonathan Rosenthal, Ovidiu Niculescu, Steven Seagal
23.30 **Władcy ognia -** film przygodowy, USA 2002, reż. Rob Bowman, wyk. Alice Krige, Christian Bale, Gerard Butler, Izabella Scorupco, Matthew McConaughey, Scott Moutter
1.50 **Taki jest świat**
2.30 **Na jedwabnym szlaku**
3.15 **Menu na miarę**
4.00 **Menu na miarę**
4.35 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**

Stopklatka
6.05 Scena Śmiechu **7.00** Scena Śmiechu **7.55** Komisarz Rex - serial **10.55** Stawka większa niż życie cz. 5 - 6 - serial **13.15** Allo, Allo - serial **13.50** Drużyna specjalnej troski - komedia **16.05** Koszmarny lot - thriller sci - fi **17.55** Penelope - film fantasy **20.00** Predator 2 - film sci - fi **22.10** Narcos: Meksyk - Kolumbijski łącznik - serial **23.35** Narcos: Meksyk - Ostateczna granica - serial **0.45** Prawo ojca - film sensacyjny

TTV
10.05 Niszczycielskie żywioły - serial **11.05** DeFacto **11.35** Kto to kupi? **12.20** Królowe życia **13.00** Orzeł czy Reszka **14.00** Pierwszy raz za granicą... **14.40** Kanapowcy **15.45** Express **16.05** Ostre cięcie **16.55** Gogglebox. Przed telewizorem **17.45** Express **18.05** Usterka **18.35** Damy i wieśniaczki. PL **19.45** Express **20.00** Patent na kasę - Flesz **20.15** Zamiana żon **21.15** Królowe życia **22.00** Kanapowcy **22.55** Gogglebox. Przed telewizorem

TV6
6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** Galileo **8.00** Gwiazdy Kabaretu **9.00** Jaś Fasola **9.40** Baśń o sześciu łabędziach - film familijny **11.35** Kod Karola Wielkiego - film przygodowy **14.05** Columbo **16.00** Detektyw Monk **18.00** Siedem pomysłów na randki, czyli jak ratować małżeństwo - komedia romantyczna **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku **22.50** Na uwięzi - film sensacyjny **0.45** Spadkobiercy

TVP SPORT
7.40 Biegi narciarskie - Ski Classics, Lillehammer - Birkebeinerrennet, 54km **11.00** Stan futbolu **11.55** Droga do EURO 2020 (1) - magazyn **12.30** Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia **13.45** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica **17.25** Biegi narciarskie - PŚ Canmore - 10km kobiet, bieg pościgowy **18.15** Ultimate Strongman (4) **19.15** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia **19.50** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia **22.30** Sportowy Wieczór **23.00** Boks - Gala w Rydze - Finał WBSS. M. Briedis - Y. Dorticos **23.55** Boks - Gala w Rydze - Finał WBSS. M. Briedis - Y. Dorticos **0.05** Hokej na lodzie - NHL 2019 . Toronto Maple Leafs - Columbus Blue Jackets **4.30** Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża . F. Czerkaszyn - P. Mendy

EUROSPORT
8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Kranjska Gora, Słowenia Gigant mężczyzn **8.50** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn, **10.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom kobiet **11.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn **13.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom kobiet **14.30** MŚ w lotach narciarskich, Planica **16.30** Kolarstwo. World Tour, Włochy **17.25** Biegi narciarskie. Canmore **18.05** Biathlon. PŚ, Oslo Bieg pościgowy mężczyzn **19.45** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **20.50** Biathlon. PŚ, Oslo Bieg pościgowy kobiet 10 km **21.30** Jeździectwo. Saut Hermes, Paryż **22.30** Jeździectwo. Saut Hermes, Paryż **23.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Awantura o kasę **8.00** Nasz nowy dom **9.00** Dlaczego ja? **10.00** Dlaczego ja? **11.00** Dlaczego ja? **12.00** Dlaczego ja? **13.00** Dlaczego ja? **14.00** Przyjaciółki **15.00** Nasz nowy dom **16.00** Cztery wesela **17.00** W rytmie serca **18.00** Zawsze warto **19.00** Malanowski i Partnerzy **19.30** Malanowski i Partnerzy **20.05** Wydarzenia **20.45** Strzelec wyborowy - thriller sensacyjny, USA, 2005, reż. Marcus Adams, wyk. Wesley Snipes, Emma Samms, William Hope, Anthony Warren **22.50** W cywilu 5: Pole bitwy - film sensacyjny, USA, 2017, reż. James Nunn, wyk. wyk. Mike 'The Miz' Mizanin, Maryse Mizanin, Heath Slater **0.50** Kabaretowa Ekstraklasa **2.00** Wydarzenia **2.45** #JesteśmyDlaDzieci **3.15** Echo lasu **3.45** W bliskim planie **4.30** W bliskim planie **5.20** Górale **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Bąbelkowy świat gupików **7.30** Rycerka Nella **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Świat według Bundych **11.00** Świat według Bundych **11.30** Świat według Bundych **12.00** Świat według Bundych **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Kopernik była kobietą **14.40** Pieczone gołąbki - komedia **16.40** Kacze opowieści: Poszukiwacze zaginionej lampy - film anim. **18.15** Wpuszczony w kanał - film anim. **20.00** Kingsajz - komedia, Polska, 1987, reż. Juliusz Machulski, wyk. Jerzy Stuhr, Jacek Chmielnik, Katarzyna Figura, Grzegorz Heromiński **22.15** Klopsiki kontratakują - film anim. **0.30** Festiwal Weselnych Przebojów - Mrągowo 2018 **3.00** Na ratunek 112 **4.00** Na ratunek 112 **4.30** Na ratunek 112 **5.00** Nasz nowy dom

TVP INFO
5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info weekend **14.22** Pogoda **14.29** Serwis Info weekend **14.53** Pogoda **15.00** Debata TVP INFO - program publicystyczny **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** Studio Wschód - magazyn **18.00** Panorama **18.20** Serwis Info weekend **18.30** Kobiecym okiem - magazyn **18.52** Serwis Info weekend **19.30** Wiadomości - **19.58** Gość Wiadomości - **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.28** Flesz Info Wieczór **21.40** Studio LOTTO **21.50** Studio Polska - magazyn **23.30** INFO Wieczór **0.00** Wiadomości - **0.28** Gość Wiadomości - **0.55** Salon dziennikarski - program publicystyczny **1.50** Minęła 20ta **2.50** Nie da się ukryć - magazyn **3.18** Flesz Info Wieczór **3.42** Kobiecym okiem - magazyn

TV TRWAM
12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Warto zauważyć... **12.50** Porady Medyczne Bonifratrów **13.20** Siódmy sakrament **13.45** Ocalić od zapomnienia **13.55** Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" **14.00** Katedra w głębinach **15.10** Petra - tajemnicze miasto **15.30** Wierzę w Boga **16.00** Informacje dnia **16.10** Lodowa podróż **17.00** Z Parlamentu Europejskiego **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Katecheza ks. bp. Antoniego Długosza **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 **22.00** Ewangelia wg św. Jana **23.45** Jerash - starożytne miasto Jordanii

TVP KULTURA
7.00 Teledyski **7.20** Tyle słońca - przeboje Anny Jantar **8.15** Informacje kulturalne **8.45** Wojna domowa - serial **9.20** Głowa do góry - film anim. **9.45** Radwan - film dok. **10.05** Scena Klasyczna - Maciej Frąckiewicz - koncert **10.55** Nie marnuj jedzenia - film dok. **11.55** Żółty szalik - film TVP **13.05** Sugarland Express - dramat **15.05** Szlakiem Kolberga - Mikromusic - reportaż **15.35** Wydarzenie aktualne **16.00** Gwiazda szeryfa - western **17.45** Baletownik - magazyn **17.50** Portrety Komitetu Honorowego 17. Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina - Jiri Kylian **18.10** Poszukując Lennona - film dok. **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Bilet do kina - Wolny strzelec - dramat **22.35** The Dillinger Escape Plan live at Hellfest 2017 - koncert **23.45** Seans kultowy - Ptak o kryształowym upierzeniu - dramat

NIEDZIELA, 22 MARCA

TVP 1

5.15 Klan (3632 - 3633) - telenowela
6.05 Słownik polsko@polski
6.35 wojsko - polskie.pl (93) - reportaż
7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.30 Zakochaj się w Polsce (160) Giżycko - magazyn
9.05 Ziarno - Wiara, nadzieja, miłość
9.35 Las bliżej nas (14) - magazyn
10.05 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs drużynowy
12.25 Między ziemią a niebem
12.30 Anioł Pański, Polska
12.45 Między ziemią a niebem
13.20 BBC w Jedynce - Alpejskie opowieści o przetrwaniu, cz. 1 - serial
14.15 Z pamięci - Krzysztof Gruszczyński - felieton
14.25 Weterynarze z sercem
15.05 Komisarz Alex s.XIV (168) - serial
16.05 Postaw na milion - teleturniej
17.00 Teleexpress
17.20 Pogoda
17.30 Ośmiu wspaniałych - reality show
18.30 Jaka to melodia?
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.15 Stulecie Winnych s.II (15) - serial
21.15 To był rok!
22.20 Zakochana Jedynka - Jak ona to robi? - komedia, USA, reż. Douglas McGrath, wyk. Sarah Jessica Parker, Pierce Brosnan, Greg Kinnear, Christina Hendricks HIT
0.00 Creed. Narodziny legendy - dramat, USA, reż. Ryan Coogler, wyk. Michael B. Jordan, Sylvester Stallone, Tessa Thompson
2.25 Jaka to melodia?
3.20 Miłość nad fiordem. Koniec ery lodowcowej - film obyczajowy, Niemcy, reż. Jörg Grünler, wyk. Senta Berger, Sandra Borgmann, Thure Lindhandt
4.50 Z pamięci - Krzysztof Gruszczyński - felieton
4.55 Zakończenie dnia

TVP 2

3.55 Koło fortuny - teleturniej
4.30 Słowo na niedzielę - Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu
4.40 Barwy szczęścia (2218) - serial
5.10 Barwy szczęścia (2219) - serial
5.45 Barwy szczęścia (2220) - serial
6.20 M jak miłość (1503) - serial
7.15 Pytanie na śniadanie
11.15 Dance Dance Dance s. II
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko muzyczne
16.20 Rodzinka.pl (282) - Twardziel - serial
16.50 Lepsza połowa (7) - serial
17.20 Lepsza połowa (8) - serial
17.50 Zainwestuj w marzenia s.II (23) - serial
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Na dobre i na złe (772) - serial
19.25 Na sygnale (263) - Gorzkie szczęście - serial
20.00 Hobbit. Pustkowie Smauga - film fantasy, Nowa Zelandia, USA, reż. Peter Jackson, wyk. Martin Freeman, Orlando Bloom, Ian McKellen, Richard Armitage, Evangeline Lilly HIT
22.45 Kino bez granic - Bardzo poszukiwany człowiek - thriller, USA, Niemcy, Wielka Brytania, reż. Anton Corbijn, wyk. Philip Seymour Hoffman, Willem Dafoe, Robin Wright, Rachel McAdams, Grigoriy Dobrygin
0.55 Opowieść Podręcznej - dramat, Niemcy, USA, reż. Voelker Schloendorff, wyk. Natasha Richardson, Robert Duvall, Faye Dunaway, Aidan Quinn, Elizabeth McGovern, Victoria Tennant, Blanche Baker, Traci Lind
2.50 Prywatne śledztwo - film sensacyjny
4.25 Zakończenie dnia

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.40 Przygody Kota w butach
9.10 Dawno, dawno temu w Idolu - film animowany
9.25 Klopsiki i inne zjawiska pogodowe - film anim.

11.15 Brzdąc w opałach - komedia familijna, USA, 1994, reż. Patrick Read Johnson, wyk. Joe Mantegna, Joe Pantoliano, Adam Robert Worton, Brian Haley
- Uroczy dziewięciomiesięczny Bink, syn zamożnego małżeństwa, zostaje uprowadzony dla okupu przez trzech porywaczy, Eddiego, Norby'ego i Veeko, podających się za fotografów jednej z gazet. Na szczęście niezwykle sprytny chłopczyk wykorzystuje niezdarność kidnaperów i wymyka się im, realizując marzenia o samodzielnej wyprawie do miasta.
13.30 Smerfy 2 - film familijny, USA, 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria, Neil Patrick Harris, Brendan Gleeson, Jayma Mays
15.45 Twoja Twarz Brzmi Znajomo
17.40 Nasz nowy dom
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie
20.00 Kabaret na żywo. Przystanek Radość HIT
22.10 W rytmie serca
23.10 Ślad
0.10 Marsjanin - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, 2015, reż. Ridley Scott, wyk. Matt Damon, Jessica Chastain, Kristen Wiig, Jeff Daniels
3.25 Tajemnice losu

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
7.25 Nowa Maja w ogrodzie
7.55 Akademia ogrodnika
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Efekt Domina
12.05 Co za tydzień - magazyn
12.40 Kod genetyczny
13.40 Ameryka Express
15.15 Sala samobójców. Hejter - kulisy produkcji
15.50 Królewna Śnieżka - baśń filmowa, USA, Kanada 2012, reż. Tarsem Singh, wyk. Julia Roberts, Lily Collins Armie Hammer, Nathan Lane, Jordan Prentice
18.00 Dorota inspiruje
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.44 Raport smogowy - informacje
19.45 Uwaga! - program interwencyjny
20.00 MasterChef Junior

21.30 Na skraju jutra - film S - F, USA, Kanada 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson, Bill Paxton, Jonas Armstrong HIT
23.55 Motyw - serial
0.55 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
1.55 Uwaga! - program interwencyjny
2.15 NOC Magii

TV 4

6.00 Przygody Kota w butach
6.55 101 dalmatyńczyków
7.25 101 dalmatyńczyków
7.55 Dzielna Mysz
8.10 Poszukiwacze świętej włóczni - film przygodowy, Niemcy, 2010, reż. Florian Baxmeyer, wyk. Kai Wiesinger, Bettina Zimmermann, Fabian Busch, Sonja Gerhardt
10.35 Galileo
11.35 Galileo
12.40 Gwiazdy Kabaretu
13.40 Gwiazdy Kabaretu
14.50 Król Lew - film animowany
16.45 Czerwony skorpion - film sensacyjny, RPA, USA, 1989, reż. Joseph Zito, wyk. Dolph Lundgren, M. Emmet Walsh, Al White, T.P. McKenna
19.00 Galileo
20.00 W otchłani - thriller, Kanada, USA, 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean - Claude Van Damme, Dolph Lundgren, Patrick Kilpatrick, John Posey HIT
22.20 Czas apokalipsy - dramat wojenny, USA, 1979, reż. Francis Ford Coppola, wyk. Marlon Brando, Martin Sheen, Robert Duvall, Frederic Forrest
2.00 Kobiety i mafia
3.05 Interwencja
3.25 Interwencja
3.40 TOP 10 Lista Przebojów
4.40 TOP 10 Lista Przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7

4.55 Ukryta prawda
5.55 Mango - Telezakupy
8.00 Sala samobójców. Hejter - kulisy produkcji
8.35 Ukryta prawda
10.45 Hotel Paradise
11.45 Hotel Paradise - Rajskie Rozdanie
12.45 Zakochani po uszy - serial
15.00 Projekt Lady
16.00 Ślub od pierwszego wejrzenia
17.00 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman, Emma Thompson, Julie Christie, Timothy Spall, Julie Walters, Tom Felton
20.00 Piraci z Karaibów: Klątwa Czarnej Perły - film przygodowy, USA 2003, reż. Gore Verbinski, wyk. Johnny Deep, Geoffrey Rush, Orlando Bloom, Keira Knightley, Jack Davenport, Jonathan Pryce HIT
23.00 Looper. Pętla czasu - film sensacyjny, USA 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon - Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels
1.25 Druga strona medalu - talk show
2.35 NOC Magii

TV PULS

5.35 Tajemnice medyczne - serial
7.35 Lombard: Życie pod zastaw - serial
9.15 Rozbitkowie na Pacyfiku - film familijny, USA 1998, reż. Stewart Raffill, wyk. Jane Seymour, David Carradine, James Keach
11.20 Góra Czarownic - film familijny
13.30 Najpiękniejsze baśnie: Historia Kopciuszka - baśń, Niemcy 2010, reż. Susanne Zanke
15.20 Pamiętnik księżniczki - komedia, USA 2001
17.40 Uciekająca panna młoda - komedia romantyczna, USA 1999
20.00 Bodyguard Zawodowiec - komedia sensacyjna, USA 2017, reż. Patrick Hughes, wyk. Elodie Yung, Gary Oldman, Ryan Reynolds, Salma Hayek, Samuel L. Jackson HIT
22.15 Angielska robota - film kryminalny, Australia, USA, Wielka Brytania 2008, reż. Roger Donaldson, wyk. Jason Statham, Saffron Burrows, Stephen Campbell Moore, Daniel Mays
0.35 Ninja - film akcji, USA 2009, reż. Isaac Florentine, wyk. Mika Hijii, Scott Adkins, Tsuyoshi Ihara
2.10 Na wariackich papierach - serial
3.25 Taki jest świat
4.10 Menu na miarę
4.55 Z archiwum policji
5.35 Z archiwum policji

Stopklatka

6.00 Wygrać, przegrać albo polec 6.25 Nowa Scena Śmiechu 7.20 Komisarz Rex - serial 10.10 Przygody Merlina - serial 12.55 Silverado - dramat 15.40 Miasto aniołów - dramat 17.55 Poirot: Śmierć lorda Edgwarea - film kryminalny 20.00 Gattaca - Szok przyszłości - dramat 22.05 Misja Afganistan - Nikogo nie zostawiamy - serial 23.10 Wampir w Brooklynie - horror komediowy 1.15 W imię... - dramat 3.20 MiłośćKropka.pl

TTV

10.50 DeFacto 11.20 Usterka 11.50 Damy i wieśniaczki. PL 12.55 Ostre cięcie 13.35 Zamiana żon 14.40 Gogglebox. Przed telewizorem 15.45 Express 16.00 Kto to kupi? 16.40 Kanapowcy 17.45 Express 18.00 Królowe życia 18.40 Królowe życia 19.25 O tym się nie mówi 19.45 Express 20.00 DeFacto 21.00 Orzeł czy Reszka 22.05 Down the road. Zespół w trasie - serial 22.30 Królowe życia 23.20 Damy i wieśniaczki. Ukraina

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 Detektyw Monk 9.00 Galileo 11.00 Merlin i księga bestii - film fantasy 13.00 Święty - serial 15.00 Policjantki i Policjanci 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.00 Nocna bestia - horror, Wielka Brytania, 2010, reż. Jonathan Glendening, wyk. Isabella Calthorpe, Tom Felton, Gemma Atkinson, Joshua Bowman 0.50 Spadkobiercy VII 1.50 Włatcy móch 2.15 Włatcy móch 2.40 TOP 10 Lista

TVP SPORT

8.05 Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia 9.45 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica 13.05 Ultimate Strongman (4) 16.55 Biegi narciarskie - PŚ Canmore - sztafeta 4x5km mix 18.10 Droga do EURO 2020 (1) - magazyn 18.45 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs drużynowy 20.30 Sportowy Wieczór 21.05 Tenis ziemny - Turniej WTA. Indian Wells - Finał 23.15 Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - Finał 3 1.00 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs indywidualny 1.50 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs indywidualny 2.40 Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża - walka wieczoru. A. Szpilka - S. Radczenko 3.45 Sporty walki - Gala Glory 75 w Utrechcie 5.20 Zakończenie dnia

EUROSPORT

7.45 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn 8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom kobiet, 2. przejazd 8.50 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant kobiet, 1. przejazd 10.00 Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica 12.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant kobiet, 2. przejazd 13.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom mężczyzn, 2. przejazd 14.30 Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica 15.35 Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy mężczyzn 15 km 16.30 Biegi narciarskie. Canmore 17.45 Curling. MŚ, Kanada 19.00 Curling. MŚ, Kanada 22.05 Jeździectwo. Saut Hermes, Paryż 23.30 Curling. MŚ, Kanada 0.00 Curling. MŚ, Kanada Finał kobiet 3.00 Wyścigi samochodowe. Sebring

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Trudne sprawy 10.00 Trudne sprawy 11.00 Trudne sprawy 12.00 Trudne sprawy 13.00 Trudne sprawy 14.00 Przyjaciółki 15.00 Nasz nowy dom 16.00 Kabaret na żywo - program rozrywkowy 18.00 Cztery wesela 19.00 Malanowski i Partnerzy 19.30 Malanowski i Partnerzy 20.05 Wydarzenia 20.45 W cywilu 5: Pole bitwy - film sensacyjny, USA, 2017, reż. James Nunn, wyk. Mike 'The Miz' Mizanin, Maryse Mizanin, Heath Slater 22.45 Tylko jeden 23.45 Zdrady 0.45 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy 2.00 Wydarzenia 2.45 #JesteśmyDlaDzieci 3.15 Oblicza Ameryki 3.45 Piotr Rubik Koncert Wielkanocny (Najlepsze Oratoria) 4.55 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 5.20 Ciemna strona miasta 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Bąbelkowy świat gupików 7.30 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 SuperLudzie 10.45 Wpuszczony w kanał - film anim. 12.30 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami 14.30 Kulisy tańca z Gwiazdami 15.05 Gale KSW 17.00 Człowiek z M - 3 - komedia, Polska, 1969, reż. Leon Jeannot, wyk. Bogumił Kobiela, Iga Mayr, Alicja Wyszyńska, Ewa Szykulska 20.00 Klopsiki kontratakują - film anim. 22.05 Świat według Kiepskich 22.40 Świat według Kiepskich 23.10 Dzień dobry TV - komedia obyczajowa, USA, 2010, reż. Roger Michell, wyk. Rachel McAdams, Harrison Ford, Diane Keaton, Jeff Goldblum 1.35 Inspekcja pana Anatola - komedia, Polska, 1959, reż. Jan Rybkowski 3.30 Kabaretowa Ekstraklasa 4.00 Małe Wielkie Marzenia

TVP INFO

5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info weekend 14.29 Serwis Info weekend 14.52 Pogoda 15.00 Debata Senior - program publicystyczny 15.30 Okiem Wiary - magazyn 15.59 Info Dzień 16.51 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 Teleexpress na deser - 17.47 Serwis Info weekend 18.00 Panorama 18.18 Serwis Info weekend 18.30 Studio Zachód - magazyn 19.00 Głębia ostrości 19.25 Serwis Info weekend 19.30 Wiadomości - 19.58 Gość Wiadomości - 20.13 Minęła 20ta 21.00 W pełnym świetle - magazyn 21.24 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.49 Strefa starcia - program publicystyczny 23.00 INFO Wieczór 23.21 Nie da się ukryć Extra 0.00 Serwis Info weekend 0.05 Wiadomości - 0.33 Gość Wiadomości - 0.55 Magazyn śledczy 1.33 Woronicza 17

TV TRWAM

10.35 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 10.40 Cuda Jezusa 11.35 Drabina Jakubowa 12.00 Anioł Pański 12.20 Wieś - to też Polska 13.30 Papież Polak do Rodaków 14.00 Zambia - Lusaca 14.15 Ewangelia wg św. Jana 16.00 Informacje dnia 16.10 Koncert życzeń 17.00 Gorzkie Żale. Nabożeństwo pasyjne 17.30 Okiem kamery 17.55 40 dni ze św. Janem Pawłem II 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Opowieści Starego Testamentu 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Retrospekcja 21.45 Sanktuarium Dobrej Matki Marsylczyków de la Garde 22.40 Tak Go pamiętam 23.00 Jak my to widzimy 23.30 Antykultura - Globalne ocieplenie zielona polityka

TVP KULTURA

7.00 Teledyski 7.45 Informacje kulturalne 8.20 Wszystkie stworzenia duże i małe - serial 9.20 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 10.30 Całe królestwo króla - spektakl teatralny 11.40 Trzeci punkt widzenia 12.20 Louise nad morzem - dramat 13.50 Słomiany wdowiec - komedia, USA 15.40 Eufonie 2019 - Francesco Tristano - Conversations with Wojciech Kilar - koncert 16.45 Zaginione Skarby - Tryptyk "Emalia z Limoges" - film anim. 17.00 Niedziela z... Adamem Strugiem 17.50 Niedziela z... Adamem Strugiem - Kultura na bis - Kwadrofonik i Adam Strug - Requiem ludowe - koncert 19.05 Niedziela z... 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Werdykt - dramat, USA 22.45 Koncert Jubileuszowy - Mazolewski/Porter 23.10 Trzeci punkt widzenia 23.40 Boży Przemytnicy - film dok. 0.50 Wolny strzelec - dramat

PONIEDZIAŁEK, 23 MARCA

TVP 1

5.05 Jeden z dziesięciu - teleturniej
5.40 Jaka to melodia?
6.15 Przysięga (133) - serial
7.10 Elif (690) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Korona królów - taka historia... (62) - telenowela
9.20 Ranczo s.X (125) - Polityczny zombie - serial
10.15 Komisarz Alex s.XI (134) - Źli chłopcy - serial
11.05 Ojciec Mateusz s.I (11) - Zemsta - serial
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 To się opłaca - magazyn
12.55 BBC w Jedynce - Alpejskie opowieści o przetrwaniu, cz. 1
14.00 Elif (691) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (134) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3634) - telenowela
18.30 Korona królów (352) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.30 Leśniczówka (209) - serial
21.00 Teatr Telewizji - Zemsta - spektakl teatralny
22.50 Świat bez fikcji - Ślub za milion dolarów - film dok. HIT
23.55 Archiwista (11) - serial
0.50 To był rok!
2.00 Jak ona to robi? - komedia, USA, reż. Douglas McGrath, wyk. Sarah Jessica Parker, Pierce Brosnan, Greg Kinnear, Christina Hendricks
3.40 Rycerz Stefan
4.25 Notacje - Edward Dębicki. Wychowałem się w taborze
4.40 Zakończenie dnia

TVP 2

4.40 Koło fortuny - teleturniej
5.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (66) - Zmiany - serial
6.10 Coś dla Ciebie - magazyn
6.35 Familiada - teleturniej
7.05 Przepis dnia s.II
7.15 Pytanie na śniadanie
11.30 Rodzinka.pl s.V (118) - Walentynki - serial
12.00 Barwy szczęścia (2220) - serial
12.35 Koło fortuny - teleturniej
13.10 Va Banque (53) - teleturniej
13.35 Na sygnale (219) - Nic śmiesznego - serial
14.05 Coś dla Ciebie - magazyn
14.30 Operacja Zdrowie - Otyłość
15.00 Koło Fortuny - extra - teleturniej
15.05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (93) - serial
15.50 Zainwestuj w marzenia s.II (24) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (267), Turcja
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.30 Va Banque (54) - teleturniej
18.55 Rodzinka.pl s.V (119) - Komunia - serial
19.30 Barwy szczęścia (2220) - serial
19.55 Przepis dnia s.II
20.10 Barwy szczęścia (2221) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1504) - serial
21.50 O mnie się nie martw s.XII (4) - serial
22.50 Trzy dni Kondora (4) - serial
23.50 Birdman czyli - dramat, USA
2.00 Głęboka woda - sezon II (12) - Szczęściarze - serial
2.55 Bardzo poszukiwany człowiek - thriller, USA, Niemcy, Wielka Brytania, reż. Anton Corbijn, wyk. Philip Seymour Hoffman, Willem Dafoe, Robin Wright, Rachel McAdams, Grigoriy Dobrygin
4.55 Zakończenie programu

POLSAT

6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Sekrety rodziny
11.00 Dlaczego ja?
12.00 Gliniarze
13.00 Trudne sprawy
14.00 Pierwsza miłość
14.45 Dlaczego ja?
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja
16.30 Na ratunek 112
17.00 Gliniarze
18.00 Pierwsza miłość
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

20.05 MEGA HIT - Marsjanin - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, 2015, reż. Ridley Scott, wyk. Matt Damon, Jessica Chastain, Kristen Wiig, Jeff Daniels HIT
- Straszliwa burza piaskowa sprawia, że marsjańska ekspedycja, w której skład wchodzi Mark Watney, musi ratować się ucieczką z Czerwonej Planety. Kiedy ciężko ranny Mark odzyskuje przytomność, stwierdza, że został na Marsie sam. Czyżby był to jego koniec? Nic z tego. Mark rozpoczyna heroiczną walkę o przetrwanie, której bohaterem nieoczekiwanie staną się... ziemniaki.
23.15 Terminator 3: Bunt maszyn - film sci - fi, USA, Niemcy, Wielka Brytania, 2003, reż. Jonathan Mostow, wyk. Arnold Schwarzenegger, Nick Stahl, Claire Danes, Kristanna Loken
1.45 Jack Reacher: Jednym strzałem - film sensacyjny, USA, 2012
4.35 Kabarety

TVN

4.50 Uwaga! - program interwencyjny
5.15 Mango - Telezakupy
6.20 Nowa Maja w ogrodzie
6.50 Akademia ogrodnika
7.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.30 Afera fryzjera - program rozrywkowy
12.15 Ukryta prawda - program obyczajowy
13.15 Szpital - program obyczajowy
14.15 Detektywi - program kryminalny
14.50 Detektywi - program kryminalny
15.25 Efekt Domina
16.00 Szpital - program obyczajowy
17.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
18.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - informacje
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Kod genetyczny

22.35 Chłopak z sąsiedztwa - film sensacyjny, USA 2015, reż. Rob Cohen, wyk. Jennifer Lopez, Ryan Guzman, Ian Nelson, John Corbett, Kristin Chenoweth HIT
0.20 Co za tydzień - magazyn
0.55 Wewnętrzny wróg - serial
1.55 Uwaga! - program interwencyjny
2.20 NOC Magii

TV 4

6.00 Strażnik Teksasu
7.00 Strażnik Teksasu
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Święty - serial
9.30 Demakijaż
10.00 Przez żołądek do serca
10.30 Demakijaż
11.00 Awantura o kasę
13.00 Magicy z ulicy
13.30 STOP Drogówka
14.30 Emil pogromca mandatów
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Słoneczny patrol
18.00 Sekrety sąsiadów
18.30 Święty - serial
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Święty - serial
20.30 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.40 Wałęsa. Człowiek z nadziei - film biograficzny, Polska, 2013, reż. Andrzej Wajda, wyk. Robert Więckiewicz, Agnieszka Grochowska, Iwona Bielska, Zbigniew Zamachowski HIT
0.05 Conan Niszczyciel - film fantasy, USA, Meksyk, 1984, reż. Richard Fleischer, wyk. Arnold Schwarzenegger, Grace Jones, Mako, Tracey Walter
2.20 Galileo
3.20 Graffiti
3.35 SuperLudzie
4.05 Magazyn Atleci Polsat Sport 2020
4.40 Trans World Sport 2020

TVN 7

5.00 Szkoła - serial
6.00 Mango Telezakupy
7.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska
8.45 Ukryta prawda
10.55 Idealna niania
11.45 Zakochani po uszy - serial
12.15 Sąd rodzinny - program sądowy
13.15 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.15 Szkoła - serial
15.15 Ukryta prawda
16.15 19 + - serial
16.55 Brzydula - serial
18.00 Szkoła - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy - serial
20.00 Hotel Paradise
21.00 Porady na zdrady - komedia romantyczna, Polska 2017, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Anna Dereszowska, Krzysztof Czeczot, Weronika Rosati, Tomasz Karolak, Olga Borys HIT
23.10 Harry Potter i więzień Azkabanu - film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2004, reż. Alfonso Cuarón, wyk. Daniel Radcliffe, Rupert Grint, Emma Watson, David Thewlis, Michael Gambon, Alan Rickman, Maggie Smith, Robbie Coltrane, Gary Oldman, Emma Thompson, Julie Christie, Timothy Spall
2.05 Druga strona medalu - talk show
2.40 NOC Magii

TV PULS

6.00 Nash Bridges - serial
7.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
8.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
9.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
10.00 Zaklinaczka duchów - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 Kobra - oddział specjalny - serial
14.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
16.00 Reporterzy. Z życia wzięte - serial
18.00 Lombard: Życie pod zastaw - serial
20.00 Ninja - film akcji, USA 2009, reż. Isaac Florentine, wyk. Mika Hijii, Scott Adkins, Tsuyoshi Ihara HIT
21.45 Krzyżowy ogień - film akcji, USA 2011, reż. Ernie Barbarash, wyk. Andrew French, Ivan Kaye, Jean - Claude Van Damme, Kevin Chapman, Scott Adkins
23.45 Ochroniarz - film akcji, Kanada 1998, wyk. Albert Schultz, Dolph Lundgren, Fred Williamson, Kam Heskin, Kate Vernon, Padraigin Murphy, Phillip Mackenzie, Tony De Santis
1.50 Taki jest świat
2.30 Niesamowite!
3.10 Niesamowite!
3.55 Na jedwabnym szlaku
4.35 Z archiwum policji
5.00 Dyżur

Stopklatka

8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.20 Fabryki od kuchni: czekolada - serial 10.25 Allo, Allo - serial 11.30 Życie po zagładzie - serial 12.25 Katastrofy w przestworzach 14.30 Szpital nadziei - serial 15.25 Chicago Fire - serial 17.05 Scena Śmiechu 18.00 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 18.55 Allo, Allo - Enigma - serial 19.25 Allo, Allo - serial 20.00 Wyniszczenie - film sensacyjny, Hong Kong 21.50 Predator 2 - film sci - fi

TTV

10.25 Sędzia Anna Maria Wesołowska 12.25 Damy i wieśniaczki. Ukraina 13.35 Ukryta prawda 14.35 Królowe życia 15.20 Uwaga! 15.45 Express 16.05 DeFacto. Bosacka 16.20 Przyłapani na zdradzie 17.25 Patent na kasę 17.45 Express 18.00 Sędzia Anna Maria Wesołowska 18.40 Gogglebox. Przed telewizorem 19.45 Express 20.08 Raport smogowy 20.10 Uwaga! po Uwadze 21.05 Patent na kasę 21.45 Express 22.00 Gogglebox. Przed telewizorem

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów 7.00 MacGyver 9.00 Policjanci i Policjanci 10.00 Detektywi w akcji 12.00 Miodowe lata 13.45 Czysta chata 16.15 Diagnoza morderstwo 17.15 Diagnoza morderstwo 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny 0.00 Zabójcze wody - horror, Kanada, USA, 2006, reż. Tibor Takács 1.50 Benny Hill 2.25 SuperLudzie Extra 2.40 TOP 10 Lista

TVP SPORT

8.10 Piłka nożna - Pogoń Szczecin - Cracovia 10.10 Niezwykłe historie Biało - Czerwonych - Stanisław Marusarz 10.35 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica 12.30 Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - konkurs drużynowy 14.20 Liga Mistrzów - 1 F. FC Barcelona - SSC Napoli, Wielka Brytania 16.25 Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania 17.10 Liga Mistrzów - Skróty meczów, Wielka Brytania 18.00 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski 18.30 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski 19.05 Magazyn piłkarski 20.00 GOL - felieton 22.00 Sportowy Wieczór 22.30 Gol - magazyn piłkarski 23.05 Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia 0.10 Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia 1.15 Sporty walki - Gala ONE Championship - Wietnam

EUROSPORT

8.30 Kolarstwo. World Tour, Włochy 10.00 Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy kobiet 10.45 Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy mężczyzn 11.30 Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica 14.30 Kolarstwo. World Tour, Włochy 15.50 Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 1. etap 17.15 Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica 18.00 Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica 19.00 JUDO. Turniej Wielkiego Szlema, Jekaterynburg, Rosja 19.30 Zapasy. Letnie Igrzyska Olimpijskie, Tokio 20.00 Zapasy. Letnie Igrzyska Olimpijskie, Tokio 20.30 Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 1. etap 21.30 Kolarstwo. World Tour, Włochy 22.35 Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy kobiet 12, 5 km 23.15 Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy mężczyzn 15 km 0.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy 7.00 Joker 8.00 Trudne sprawy 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Dlaczego ja? 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 14.00 Świat według Kiepskich - serial komediowy 14.30 Świat według Kiepskich - serial komediowy 15.00 Trudne sprawy 16.00 Nasz nowy dom 17.00 Sekrety rodziny 18.00 Malanowski i Partnerzy 18.30 Malanowski i Partnerzy 19.00 Gliniarze 20.05 Wydarzenia 20.45 Trudne sprawy 21.45 Dlaczego ja? 22.50 Świat według Kiepskich 23.20 Świat według Kiepskich 23.50 Ślad 0.50 Zdrady 1.50 Interwencja 2.05 Wydarzenia 2.50 Wystarczy chcieć 3.20 Echo lasu 3.50 Trans World Sport 4.50 SuperLudzie 5.20 Gliniarze 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra 6.25 Wydarzenia 7.00 Dora poznaje świat 7.30 Bąbelkowy świat gupików 8.00 Rycerka Nella 8.30 Psi patrol 9.00 Psi patrol 9.30 Wróżkowie chrzestni 10.00 Świat według Bundych 10.30 Nasz nowy dom 11.30 Linia życia. Niepokonani 12.00 Przyjaciółki 13.00 TOP CHEF 14.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 18.00 Chirurdzy 19.00 Nasz nowy dom 20.00 Dzień dobry TV - komedia obyczajowa, USA, 2010, reż. Roger Michell, wyk. Rachel McAdams, Harrison Ford, Diane Keaton, Jeff Goldblum 22.20 Świat według Kiepskich 23.00 Sekretne okno - thriller, USA, 2004, reż. David Koepp, wyk. Johnny Depp, John Turturro, Maria Bello, Timothy Hutton 1.00 Twoja Twarz Brzmi Znajomo 3.00 Gliniarze 4.00 Na ratunek 112 4.30 Na ratunek 112 5.00 Nasz nowy dom

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.49 Pogoda 14.59 Serwis Info 15.29 Info Dzień 15.54 Pogoda 15.59 Info Dzień 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii - magazyn 18.37 O tym się mówi - magazyn 19.30 Wiadomości - 19.58 Gość Wiadomości - 20.13 Minęła 20ta 20.38 Warto rozmawiać 21.26 Kasta - magazyn 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizji 22.24 Serwis Info 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.50 Nie da się ukryć Extra 0.09 Wiadomości - 0.37 Gość Wiadomości - 0.53 Kasta - magazyn 1.05 Pogoda 1.10 Minęła 20ta 1.48 Warto rozmawiać 2.50 W tyle wizji 3.25 Serwis Info 3.30 W tyle wizji Extra 4.00 Taśmy bezpieki Marginesu w PRL. alkoholizm 4.36 Podróże z historią

TV TRWAM

11.00 Pielgrzymka WSKSiM na Jasną Górę 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Opowieści Starego Testamentu 12.50 Antykultura - Globalne ocieplenie zielona polityka 13.20 Koncert życzeń 14.10 Powrót 15.25 Betafo 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Zew natury 16.55 Świadkowie 17.20 Gospodarka lesna na terenie RDLP w Toruniu 17.30 Spotkanie Rodziny Radia Maryja w parafii pw. Chrystusa Króla w Brzegu Dolnym 19.25 40 dni ze św. Janem Pawłem II 19.30 Jay Jay Odrzutowiec 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 22.00 Stan bezpieczeństwa państwa 22.10 Mojżesz - 10 przykazań 23.10 Śladami apostoła Pawła

TVP KULTURA

7.00 Niezapomniany Leonard Bernstein - Spotkania z muzyką 8.05 Informacje kulturalne 8.30 Studio Kultura - Rozmowy 8.50 Rzymskie wakacje - komedia romantyczna 11.00 Blisko, coraz bliżej - serial 12.30 Mała sprawa - film TVP 13.25 Poszukując Lennona - film dok. 15.05 Studio Kultura - Rozmowy 15.20 Niedziela z... Adamem Strugiem 16.15 Westerplatte - dramat wojenny 18.00 Zygmunt Hubner - gra z rzeczywistością - film dok. 19.10 Teledyski 19.30 Trzeci punkt widzenia 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Panorama kina polskiego - Bikini Blue - dramat, Wielka Brytania, Polska 22.00 Powidoki - Homer 22.15 Antyfonie - Biuro Dźwięku Katowice - film dok. 22.45 Więcej niż fikcja - Indie. ostatnie objazdowe kina - film dok. 23.50 Sobowtór - dramat historyczny, Japonia, USA 2.40 Informacje kulturalne

WTOREK, 24 MARCA

TVP 1

5.05 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
5.35 **Jaka to melodia?**
6.15 **Przysięga (134) -** serial
7.05 **Elif (691) -** serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Korona królów (352) -** telenowela
9.20 **Ranczo s.X (126) - Edukacyjne dylematy -** serial
10.15 **Komisarz Alex s.XI (135) - Motocykliści -** serial
11.05 **Ojciec Mateusz s.I (12) - Aniołek -** serial
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.35 **Magazyn Rolniczy**
12.50 **Atlantyckie olbrzymy. Azory**
14.00 **Elif (692) -** serial
15.00 **Wiadomości, Pogoda**
15.15 **Alarm! -** magazyn
15.35 **Gra słów. Krzyżówka -** teleturniej
16.05 **Przysięga (135) -** serial
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3635) -** telenowela
18.30 **Korona królów (353) -** telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm! -** magazyn
20.30 **Leśniczówka (210) -** serial
20.55 **Zniewolona. Kulisy (27)**
21.05 **Zniewolona (27) -** serial
21.55 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
23.00 **Ocaleni -** reality show
0.05 **Głębia ostrości**
0.35 **Ostatni pociąg z Haserabadu -** film przygodowy, Wielka Brytania, reż. J. Lee Thompson, wyk. Kenneth More, Lauren Bacall, Ian Hunter
2.55 **Bez tożsamości (30) -** serial
3.45 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
4.35 **Notacje - Anna Polony. Spotkanie z Konradem -** cykl dok.
4.45 **Zakończenie dnia**

TVP 2

5.15 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (67) - Trudny poród -** serial
6.10 **Światełko nadziei -** reportaż
6.35 **Familiada -** teleturniej
7.05 **Przepis dnia s.II**
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.30 **Rodzinka.pl s.V (119) - Komunia -** serial
12.00 **Barwy szczęścia (2221) -** serial
12.35 **Koło fortuny -** teleturniej
13.10 **Va Banque (54) -** teleturniej
13.40 **Na sygnale (220) - Iluzjonista -** serial
14.15 **M jak miłość (1504) -** serial
15.00 **Koło Fortuny - extra -** teleturniej
15.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (94) -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.10 **Więzień miłości (268), Turcja**
18.00 **Panorama**
18.25 **Pogoda**
18.30 **Va Banque (55) -** teleturniej
18.55 **Rodzinka.pl s.V (120) - Dorastanie -** serial
19.30 **Barwy szczęścia (2221) -** serial
19.55 **Przepis dnia s.II**
20.10 **Barwy szczęścia (2222) -** serial
20.40 **Kulisy serialu**
20.55 **M jak miłość (1505) -** serial
21.50 **Echo serca s.III (37) -** serial
22.45 **Zainwestuj w marzenia s.II (24) -** serial
22.55 **Ludzkie historie - Bruce Lee i Hajduk -** film dok.
0.25 **Rodzinka.pl (282) - Twardziel -** serial
0.55 **O mnie się nie martw s.XII (4) -** serial
1.55 **Nowa (4) -** serial
2.50 **Straż wiejska -** komedia, USA, reż. Jay Chandrasekhar, wyk. Jay Chandrasekhar, Kevin Heffernan, Steve Lemme, Marisa Coughlan
4.35 **Brańsk - miasto Sprawiedliwych -** film dok.
5.05 **Zakończenie programu**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Sekrety rodziny**
11.00 **Dlaczego ja?**
12.00 **Gliniarze**
13.00 **Trudne sprawy**
14.00 **Pierwsza miłość**
14.45 **Dlaczego ja?**
15.50 **Wydarzenia, Pogoda**
16.15 **Interwencja**
16.30 **Na ratunek 112**
17.00 **Gliniarze**
18.00 **Pierwsza miłość**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**

20.10 HIT **Jack Reacher: Jednym strzałem -** film sensacyjny, USA, 2012, reż. Christopher McQuarrie, wyk. Tom Cruise, Rosamund Pike, Richard Jenkins, David Oyelowo - W Pittsburghu zostaje zastrzelonych pięć przypadkowych osób. Dowody wskazują na byłego wojskowego i wyszkolonego snajpera Jamesa Barra, który zostaje aresztowany. Mężczyzna twierdzi, że jest niewinny. Godzi się, by broniła go ambitna prawniczka Helen Rodin, prosi też o sprowadzenie Jacka Reachera...
22.55 **Pewnego razu w Meksyku: Desperado 2 -** film sensacyjny, USA, 2003, reż. Robert Rodriguez, wyk. Antonio Banderas, Salma Hayek, Johnny Depp, Mickey Rourke
1.20 **Foxcatcher -** dramat biograficzny, USA, 2014, reż. Bennett Miller, wyk. Steve Carell, Channing Tatum, Mark Ruffalo, Vanessa Redgrave

TVN

4.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.15 **Mango - Telezakupy**
6.20 **Na Wspólnej -** serial
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.30 **Afera fryzjera -** program rozrywkowy
12.15 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
13.15 **Szpital -** program obyczajowy
14.15 **Detektywi -** program kryminalny
14.50 **Detektywi -** program kryminalny
15.25 **Milionerzy**
16.00 **Szpital -** program obyczajowy
17.00 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy -** informacje
19.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Na Wspólnej -** serial

20.55 **Milionerzy**
21.30 **Motyw -** serial
22.30 **Kuba Wojewódzki -** talk show
23.30 **Superwizjer -** magazyn reporterów
0.05 **36,6°C -** magazyn medyczny
1.05 **Zabójcza broń -** serial
2.05 **Uwaga! -** program interwencyjny
2.30 **NOC Magii**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu**
7.00 **Strażnik Teksasu**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Święty -** serial
9.30 **Demakijaż**
10.00 **Przez żołądek do serca**
10.30 **Demakijaż**
11.00 **Awantura o kasę**
12.00 **Awantura o kasę**
13.00 **Magicy z ulicy**
13.30 **STOP Drogówka**
14.30 **Emil pogromca mandatów**
15.00 **Policjantki i Policjanci**
16.00 **Słoneczny patrol**
17.00 **Słoneczny patrol**
18.00 **Sekrety sąsiadów**
18.30 **Święty -** serial
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Święty -** serial
20.30 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.40 HIT **W otchłani -** thriller, Kanada, USA, 2018, reż. Pasha Patriki, wyk. Jean - Claude Van Damme, Dolph Lundgren, Patrick Kilpatrick, John Posey
23.50 **Paragraf 78 -** thriller sci - fi, Rosja, 2007, wyk. Gosza Kucenko, Anastasia Slanewskaja, Władimir Wdowiczenkow, Grigorij Sijatwinda
2.35 **SuperLudzie**
3.05 **Magazyn Atleci Polsat Sport 2020**
3.40 **Trans World Sport 2020**
4.40 **SuperLudzie**
5.10 **SuperLudzie**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7

5.00 **Szkoła -** serial
6.00 **Mango Telezakupy**
7.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
8.45 **Ukryta prawda**
10.55 **Idealna niania -** program obyczajowy
11.45 **Zakochani po uszy -** serial
12.15 **Sąd rodzinny -** program sądowy
13.15 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.15 **Szkoła -** serial
15.15 **Ukryta prawda**
16.15 **19 + -** serial
16.55 **Brzydula -** serial
17.30 **Brzydula -** serial
18.00 **Szkoła -** serial
19.00 **19 + -** serial
19.30 **Zakochani po uszy -** serial
20.00 **Hotel Paradise**
21.00 HIT **Wiek Adaline -** melodramat, USA, Kanada 2015, reż. Lee Toland Krieger, wyk. Blake Lively, Michiel Huisman, Harrison Ford, Kathy Baker, Ellen Burstyn
23.30 **Wrogowie publiczni -** film sensacyjny, USA, Japonia 2009, reż. Michael Mann, wyk. Christian Bale, Johnny Deep, Marion Cotillard, Stephen Graham, David Wenham, Stephen Dorff
2.15 **Druga strona medalu -** talk show
2.50 **NOC Magii**

TV PULS

6.00 **Nash Bridges -** serial
7.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
8.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
9.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
10.00 **Zaklinaczka duchów -** serial
11.00 **Zaklinaczka duchów -** serial
12.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
13.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
14.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
16.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
17.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
18.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
20.00 HIT **Połączenie -** thriller, USA 2013, reż. Brad Anderson, wyk. Abigail Breslin, Evie Thompson, Halle Berry, Morris Chestnut, Roma Maffia
21.55 **W obronie własnej -** thriller, USA 2013, reż. Gary Fleder, wyk. Jason Statham, James Franco, Izabela Vidovic, Kate Bosworth
23.55 **Wiosła w dłoń -** komedia, Nowa Zelandia, USA 2004, reż. Steven Brill, wyk. Dax Shepard, Matthew Lillard, Nadine Bernecker, Seth Green
1.55 **Tajemnice medyczne -** serial
2.55 **Na jedwabnym szlaku**
4.35 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**
5.35 **Dyżur**

Stopklatka

8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **8.50** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **10.25** Allo, Allo - serial **11.30** Życie po zagładzie - serial **12.25** Katastrofy w przestworzach **14.30** Szpital nadziei - serial **15.25** Chicago Fire - serial **17.05** Nowa Scena Śmiechu **18.00** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Prawo ojca - film sensacyjny **22.05** Gattaca - Szok przyszłości - dramat

TTV

12.25 Damy i wieśniaczki **13.35** Ukryta prawda **14.35** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** DeFacto. Bosacka **16.20** Przyłapani na zdradzie **17.25** Patent na kasę **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.03** Raport smogowy **20.05** Usterka **20.35** Damy i wieśniaczki. PL **21.45** Express **22.00** Ostre cięcie **22.40** Kto to kupi? **23.25** Down the road. Zespół w trasie

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **15.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **0.00** Zamotani - horror **2.00** Benny Hill **2.40** TOP 10 Lista Przebojów **3.40** Disco Polo Life

TVP SPORT

8.15 Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia **10.35** Biegi narciarskie - PŚ Canmore - sztafeta 4x5km mix **11.35** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia **12.40** Piłka nożna - PKO Ekstraklasa. 28.kolejka. Pogoń Szczecin - Cracovia **13.45** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **14.15** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **14.45** GOL - felieton **16.45** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica - podsumowanie **18.15** transmisja **20.35** transmisja **21.00** Sportowy Wieczór **21.45** Droga do EURO 2020 - zapowiedź - magazyn sportowy **23.40** Hokej na lodzie - NHL - skrót **0.05** Hokej na lodzie - NHL 2019 . Washington Capitals - St. Louis Blues **2.55** Boks - Gala w Chicago. Oleksandr Usyk - Chazz Witherspoon **3.50** Sporty walki - Gala Glory 75 w Utrechcie

EUROSPORT

8.30 Judo. Turniej Wielkiego Szlema, Jekaterynburg, Rosja **9.00** Zapasy. Letnie Igrzyska Olimpijskie, Tokio **10.00** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica **11.45** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 1. etap **12.45** Biegi narciarskie. Canmore **14.45** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania **17.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Zjazd kobiet **18.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Supergigant kobiet **18.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom kobiet **19.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant kobiet **20.05** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 2. etap **21.00** Wyścigi samochodowe. Sebring **22.00** Kolarstwo. World Tour, Włochy **22.30** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 2. etap **23.30** Skoki narciarskie. MŚ w lotach narciarskich, Planica

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.30** Świat według Kiepskich - serial komediowy **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich **23.20** Świat według Kiepskich **23.50** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.50** Trans World Sport **4.50** SuperLudzie **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Małe Wielkie Marzenia **12.00** Przyjaciółki **13.00** TOP CHEF **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Sekretne okno - thriller, USA, 2004, reż. David Koepp, wyk. Johnny Depp, John Turturro, Maria Bello, Timothy Hutton **22.00** Świat według Kiepskich **22.30** Świat według Kiepskich **23.00** Miłość na zamówienie - komedia romantyczna, USA, 2006, reż. Tom Dey, wyk. Matthew McConaughey, Sarah Jessica Parker, Zooey Deschanel, Bradley Cooper **1.05** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **3.00** Gliniarze **4.00** Na ratunek 112

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości - **19.58** Gość Wiadomości - **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.19** Flesz Info Wieczór **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.50** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Wiadomości - **0.31** Gość Wiadomości - **0.46** Kasta - magazyn **1.00** Pogoda **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.49** Serwis Info **2.55** W tyle wizji Extra **3.46** Taśmy bezpieki Inwigilacja dziennikarzy zachodnich

TV TRWAM

10.45 Zew natury **11.05** Mocni w wierze **11.35** Myśląc Ojczyzna **11.45** Historia i architektura Polski w rysunkach prof. Ryszarda Natusiewicza **12.00** Konferencja z okazji Narodowego Dnia Pamięci Polaków ratujących Żydów pod okupacją niemiecką **16.30** Kalejdoskop Młodych **16.50** Express Studencki **17.00** Głos z Brukselii **17.10** Prosto o gospodarce **17.30** Okiem kamery **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **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 **22.00** Filmowe Życiorysy - Narodowy Marsz Życia **22.35** "Cioteczka" **23.05** Nieznani bohaterowie

TVP KULTURA

7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.40** W trawie - film anim. **8.55** Człowiek i chleb - film dok. **9.15** Westerplatte - dramat wojenny **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.30** Kino objazdowe - film obyczajowy **13.40** Sztuka Francji - 2 I poleje się krew - serial dok. **14.40** Studio Kultura - Rozmowy **14.55** Szlakiem Kolberga - Mikromusic **15.25** Docent H. - film kr.metr. **16.00** Prawie jak matka - film obyczajowy **18.00** Boży Przemytnicy - film dok. **19.00** Teledysk **19.15** Powidoki - Homer **19.25** Antyfonie - Biuro Dźwięku Katowice - film dok. **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Teatr Telewizji - Premiera Widnokrąg **23.00** Lekkie obyczaje - Dzika namiętność **1.00** Młoda Polska - Lokatorki - film kr.metr. **1.40** Sztuka Skandynawii - Dawno temu w Danii - serial dok.

ŚRODA, 25 MARCA

TVP 1

5.05 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
5.40 **Jaka to melodia?**
6.15 **Przysięga (135) -** serial
7.10 **Elif (692) -** serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Korona królów (353) -** telenowela
9.20 **Ranczo s.X (127) - Dominator -** serial
10.20 **Komisarz Alex s.XI (136) - Kamera świętego Antoniego -** serial
11.05 **Ojciec Mateusz s.I (13) - Wypadek -** serial
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.35 **Rok w ogrodzie Extra -** magazyn
12.50 **Peru - kraina skrajności. Las deszczowy Amazonii -** cykl dok.
14.00 **Elif (693) -** serial
15.00 **Wiadomości**
15.10 **Pogoda**
15.15 **Alarm! -** magazyn
15.35 **Gra słów. Krzyżówka -** teleturniej
16.05 **Przysięga (136) -** serial
17.00 **Teleexpress**
17.20 **Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3636) -** telenowela
18.30 **Korona królów (354) -** telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.25 **Sport, Wiadomości, Pogoda**
20.10 **Alarm! -** magazyn
20.30 **Leśniczówka (211) -** serial
21.00 **Wielki Test o Klimacie**
22.30 **Trzech kumpli -** film dok.
0.15 **Ktoś chce mnie zabić -** thriller, Kanada, reż. Jason Bourque, wyk. Sarah Butler, Josh Byer, Karen Holness, Jim Thorburn
1.45 **wojsko - polskie.pl**
2.10 **Warto rozmawiać**
3.10 **Film fabularny**
4.50 **Notacje - Wojciech Zabłocki. Złoty pierścionek -** cykl dok.
5.00 **Zakończenie dnia**

TVP 2

5.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (68) - Trudne początki -** serial
6.05 **Pożyteczni.pl -** magazyn
6.35 **Familiada -** teleturniej
7.05 **Przepis dnia s.II**
7.15 **Pytanie na śniadanie**
11.35 **Rodzinka.pl s.V (120) -** serial
12.00 **Barwy szczęścia (2222) -** serial
12.30 **Koło fortuny -** teleturniej
13.05 **Va Banque (55) -** teleturniej
13.35 **Na sygnale (221) - Drugi człowiek -** serial
14.10 **M jak miłość (1505) -** serial
15.00 **Koło Fortuny - extra -** teleturniej
15.10 **Doktor Kleist - lekarz rodzinny (95) - Razem zamiast osobno -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.10 **Więzień miłości (269), Turcja**
18.00 **Panorama, Pogoda**
18.30 **Va Banque (56) -** teleturniej
18.55 **Rodzinka.pl s.V (121) -** serial
19.25 **Barwy szczęścia (2222) -** serial
20.00 **Przepis dnia s.II**
20.10 **Barwy szczęścia (2223) -** serial
20.45 **Kulisy seriali**
20.55 **Na dobre i na złe (773) -** serial
21.55 **Na sygnale (264) - Czuję, że żyję -** serial

22.40 HIT **Kino relaks - Podróż na sto stóp -** komedia, Indie, USA, Zjednoczone Emiraty Arabskie, reż. Lasse Hallstrom, wyk. Helen Mirren, Om Puri, Manish Dayal, Charlotte Le Bon
0.50 **Geniusz. Picasso (2) -** serial
1.50 **W zalewie reklamy -** film dok.
3.15 **Oficerowie (1) - Stinger -** serial
4.05 **Zakończenie dnia**

POLSAT

6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Sekrety rodziny**
11.00 **Dlaczego ja?**
12.00 **Gliniarze**
13.00 **Trudne sprawy**
14.00 **Pierwsza miłość**
14.45 **Dlaczego ja?**
15.50 **Wydarzenia, Pogoda**
16.15 **Interwencja**
16.30 **Na ratunek 112**
17.00 **Gliniarze**
18.00 **Pierwsza miłość**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Świat według Kiepskich**
20.05 **Nasz nowy dom**
21.10 **Zawsze warto**

22.10 HIT **Żona na niby -** komedia romantyczna, USA, 2011, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Jennifer Aniston, Nicole Kidman, Nick Swardson - Danny Maccabee spotyka dziewczynę swoich marzeń. By zakamuflować powiedziane jej lekkomyślnie kłamstwo, mężczyzna zmusza swoją lojalną asystentkę Katherine do udawania jego wkrótce - byłej - żony. Kiedy pojawiają się kolejne kłamstwa, zatuszować je pomagają włączone do gry dzieci Katherine i wkrótce wszyscy trafiają na Hawaje, gdzie czeka na nich absurdalny, wymykający się spod kontroli weekend, który ujawnia, gdzie leżą granice wytrzymałości i jak daleko można posunąć się dla miłości.
0.45 **Nasz nowy dom**
2.45 **Tajemnice losu**

TVN

4.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.15 **Mango - Telezakupy**
6.20 **Na Wspólnej -** serial
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.30 **Afera fryzjera -** program rozrywkowy
12.15 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
13.15 **Szpital -** program obyczajowy
14.15 **Detektywi -** program kryminalny
14.50 **Detektywi -** program kryminalny
15.25 **Milionerzy**
16.00 **Szpital -** program obyczajowy
17.00 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
18.00 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy -** informacje
19.50 **Uwaga! -** program interwencyjny

20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Na Wspólnej -** serial
20.55 **Milionerzy**
21.30 **Ameryka Express**
23.00 HIT **Kobieta sukcesu -** komedia romantyczna, Polska 2018, reż. Robert Wichrowski, wyk. Agnieszka Więdłocha, Mikołaj Roznerski, Bartosz Gelner, Julia Wieniawa, Paulina Gałązka, Małgorzata Foremniak, Tomasz Karolak
1.10 **Mentalista VII -** serial
2.10 **Uwaga! -** program interwencyjny
2.35 **NOC Magii**

TV 4

6.00 **Strażnik Teksasu**
7.00 **Strażnik Teksasu**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Święty -** serial
9.30 **Demakijaż**
10.00 **Przez żołądek do serca**
10.30 **Demakijaż**
11.00 **Awantura o kasę**
12.00 **Awantura o kasę**
13.00 **Magicy z ulicy**
13.30 **STOP Drogówka**
14.30 **Emil pogromca mandatów**
15.00 **Policjantki i Policjanci**
16.00 **Słoneczny patrol**
17.00 **Słoneczny patrol**
18.00 **Sekrety sąsiadów**
18.30 **Święty -** serial
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Święty -** serial
20.30 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.40 **Podróże z diabłem -** thriller, Kolumbia, USA, 2018
23.40 HIT **Zaginiony w akcji 2: Początek -** film akcji, USA, 1985, reż. Lance Hool, wyk. Chuck Norris, Soon - Tek Oh, Steven Williams, Bennett Ohta
1.40 **STOP Drogówka**
2.45 **Zagadkowe zgony**
3.15 **Zagadkowe zgony**
3.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
4.40 **TOP 10 Lista Przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7

5.00 **Szkoła -** serial
6.00 **Mango Telezakupy**
7.40 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
8.45 **Ukryta prawda**
10.55 **Idealna niania -** program obyczajowy
11.45 **Zakochani po uszy -** serial
12.15 **Sąd rodzinny -** program sądowy
13.15 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.15 **Szkoła -** serial
15.15 **Ukryta prawda**
16.15 **19 + -** serial
16.55 **Brzydula -** serial
17.30 **Brzydula -** serial
18.00 **Szkoła -** serial
19.00 **19 + -** serial
19.30 **Zakochani po uszy -** serial
20.00 **Hotel Paradise**
21.00 HIT **Looper. Pętla czasu -** film sensacyjny, USA 2012, reż. Rian Johnson, wyk. Joseph Gordon - Levitt, Bruce Willis, Emily Blunt, Paul Dano, Noah Segan, Piper Perabo, Jeff Daniels
23.30 **Porady na zdrady -** komedia romantyczna, Polska 2017, reż. Ryszard Zatorski, wyk. Magdalena Lamparska, Mikołaj Roznerski, Anna Dereszowska, Krzysztof Czeczot, Weronika Rosati, Tomasz Karolak, Olga Borys
1.35 **Druga strona medalu -** talk show
2.10 **Druga strona medalu -** talk show
2.40 **NOC Magii**

TV PULS

6.00 **Nash Bridges -** serial
7.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
8.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
9.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
10.00 **Zaklinaczka duchów -** serial
12.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
14.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
16.00 **Reporterzy. Z życia wzięte -** serial
18.00 **Lombard: Życie pod zastaw -** serial
20.00 **Conan Barbarzyńca -** film przygodowy, USA 2011, reż. Marcus Nispel, wyk. Jason Momoa, Rachel Nichols, Stephen Lang, Rose McGowan
22.15 HIT **Żelazny rycerz -** film przygodowy, USA, Wielka Brytania 2011, reż. Jonathan English, wyk. Brian Cox, Derek Jacobi, James Purefoy, Kate Mara, Paul Giamatti
0.30 **Najlepsi z najlepszych - film akcji, Francja 2003, reż. Louis -** Pascal Couvelaire, wyk. Jean Cassel, Diane Kruger, Sagamore Stevenin, Peter Youngblood Hills
2.35 **Niesamowite!**
3.05 **Taki jest świat**
3.55 **Na jedwabnym szlaku**
4.35 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**
5.35 **Dyżur**

Stopklatka

8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw **9.15** Fabryki od kuchni: płatki śniadaniowe **10.25** Allo, Allo - serial **11.30** Życie po zagładzie **12.25** Katastrofy w przestworzach **14.30** Szpital nadziei **15.25** Chicago Fire - serial **17.05** Nowa Scena Śmiechu **18.00** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Misja Afganistan - Nikogo nie zostawiamy - serial **21.00** Piłkarski poker - film obyczajowy **23.10** Dług - thriller

TTV

12.25 Damy i wieśniaczki **13.35** Ukryta prawda **14.35** Królowe życia **15.20** Uwaga! **15.45** Express **16.05** DeFacto. Bosacka **16.20** Przyłapani na zdradzie **17.25** Patent na kasę **17.45** Express **18.00** Sędzia Anna Maria Wesołowska **18.40** Gogglebox. Przed telewizorem **19.45** Express **20.03** Raport smogowy **20.05** Usterka **20.35** Damy i wieśniaczki **21.45** Express **22.00** DeFacto **22.30** Zamiana żon **23.30** Gogglebox. Przed telewizorem

TV6

6.00 TOP 10 Lista Przebojów **7.00** MacGyver **8.00** MacGyver **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Detektywi w akcji **11.00** Detektywi w akcji **12.00** Miodowe lata **13.40** Bumerang **14.15** Czysta chata **16.15** Diagnoza morderstwo **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny **0.00** Kompletny świr - komedia **2.05** Benny Hill **2.40** TOP 10 Lista Przebojów

TVP SPORT

8.15 Snooker - Turniej 2020 Coral Tour Championship. Llandundo, Walia - Finał 1 **9.55** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica **11.45** Ultimate Strongman (4) **12.45** Boks - Gala Knock Out Boxing Night - Łomża - walka wieczoru. A. Szpilka - S. Radczenko **13.45** Pełnosprawni (345) **14.20** RETRO TVP SPORT - piłka nożna mecz RFN - Holandia **16.30** Lech TV - magazyn sportowy **17.00** Legia TV - magazyn **17.30** Piłka ręczna kobiet - Eliminacje Mistrzostw Europy. Polska - Rumunia **17.50** Piłka ręczna kobiet - Eliminacje Mistrzostw Europy. Polska - Rumunia - **20.05** transmisja **22.25** transmisja **22.45** Sportowy Wieczór **23.25** Piłka ręczna kobiet - Eliminacje Mistrzostw Europy. Polska - Rumunia **0.15** Piłka ręczna kobiet - Eliminacje Mistrzostw Europy. Polska - Rumunia **1.05** Skoki Narciarskie - MŚ w lotach - Planica

EUROSPORT

9.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom kobiet **10.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant kobiet **10.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Gigant mężczyzn **11.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Slalom mężczyzn **11.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Cortina d'Ampezzo, Włochy Drużynowo **12.30** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 2. etap **13.30** Wyścigi samochodowe. Sebring **14.30** JUDO. Turniej Wielkiego Szlema, Jekaterynburg **15.00** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania **17.15** Kolarstwo. World Tour, Belgia **18.30** Pływanie. Helsinki **20.00** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 3. etap **20.30** Kolarstwo. World Tour, Belgia **21.30** Biathlon. PŚ, Oslo **22.45** Biathlon. PŚ, Oslo Bieg masowy kobiet 12, 5 km **23.30** Kolarstwo. World Tour, Hiszpania 3. etap

POLSAT 2

6.00 Disco Gramy **7.00** Joker **8.00** Trudne sprawy **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Dlaczego ja? **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Świat według Kiepskich **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Trudne sprawy **16.00** Nasz nowy dom **17.00** Sekrety rodziny **18.00** Malanowski i Partnerzy **18.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Trudne sprawy **21.45** Dlaczego ja? **22.50** Świat według Kiepskich **23.20** Świat według Kiepskich **23.45** Ślad **0.50** Zdrady **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.50** Wystarczy chcieć **3.20** Echo lasu **3.50** Magazyn Atleci **4.20** Magazyn Atleci **4.50** Magazyn Atleci **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT

6.00 SuperLudzie Extra **6.25** Wydarzenia **7.00** Dora poznaje świat **7.30** Bąbelkowy świat gupików **8.00** Rycerka Nella **8.30** Psi patrol **9.00** Psi patrol **9.30** Wróżkowie chrzestni **10.00** Świat według Bundych **10.30** Nasz nowy dom **11.30** Misja Weteran **12.00** Przyjaciółki **13.00** TOP CHEF **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.00** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.00** Chirurdzy **19.00** Nasz nowy dom **20.00** Miłość na zamówienie - komedia romantyczna, USA, 2006, reż. Tom Dey, wyk. Matthew McConaughey, Sarah Jessica Parker, Zooey Deschanel, Bradley Cooper **22.10** Zmowa milczenia - thriller, Francja, 2003, reż. Graham Guit, wyk. Gérard Depardieu, ...lodie Bouchez, Carmen Maura, Wojciech Pszoniak **0.00** Ostatni górale - film dok. **1.05** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **3.00** Gliniarze **4.00** Na ratunek 112

TVP INFO

5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.49** Pogoda **14.59** Serwis Info **15.29** Info Dzień **15.54** Pogoda **15.59** Info Dzień **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi **18.00** Panorama **18.20** Panorama opinii - magazyn **18.37** O tym się mówi - magazyn **19.30** Wiadomości - **19.58** Gość Wiadomości - **20.13** Minęła 20ta **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.19** Flesz Info Wieczór **21.26** Kasta - magazyn **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Serwis Info **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Wiadomości - **0.31** Gość Wiadomości - **0.46** Kasta - magazyn **1.00** Pogoda **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.50** Serwis Info **2.56** W tyle wizji Extra **3.37** Taśmy bezpieki ORMO **4.08** Taśmy bezpieki Zwalczanie Kościoła przez SB

TV TRWAM

11.15 Zambia - Kabwe **11.25** Myśląc Ojczyzna **11.40** Prosto o gospodarce **12.00** Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu **12.45** Geniusz Stworzenia **14.00** Łaski pełna **15.20** Świętość w codzienności - św. Joanna Beretta Molla **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Na zdrowie **16.30** Regał **17.00** Po stronie prawdy **17.55** 40 dni ze św. Janem Pawłem II **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Brat Franciszek **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** Zrozumieć wartość życia - rozmowa z dr Wandą Półtawską **22.15** Słuszna walka **23.15** Zostawić ślad... **23.35** Maryja z Nazaretu w Jej Zwiastowaniu

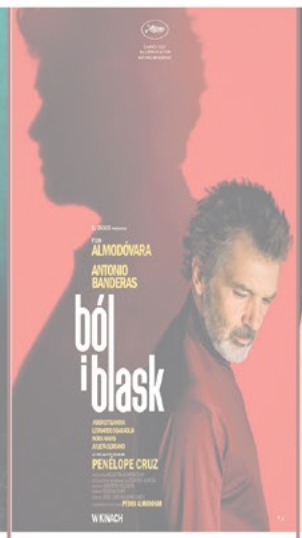
TVP KULTURA

7.00 Afisz kulturalny **7.20** Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.25** Studio Kultura - Rozmowy **8.35** Niestety - film anim. **8.55** Prawie jak matka - film obyczajowy **11.00** Blisko, coraz bliżej - serial **12.25** Dokąd człowieku - film fabularny **13.40** Ikony muzyki - Elton John - cykl dok. **14.30** Studio Kultura - Rozmowy **14.45** Koło pióra - magazyn **15.25** Ciemnego pokoju nie trzeba się bać - film kr.metr. **16.15** Łódź ratunkowa - dramat **18.00** Wielkie chwile w dziejach muzyki - Maria Callas Tosca 1964 - film dok. **19.05** Teledyski **19.20** Janek Simon - film dok. **19.45** Którędy po sztukę - Stanisław Wyspiański **20.00** Informacje kulturalne **20.30** Na wschód od Hollywood - Gdy budzą się demony **22.35** Ziemia, planeta ludzi - Człowiek delfin - film dok. **23.45** Koncert Marka Napiórkowskiego - WAW - NYC - koncert

REPERTUAR KINA ODRA

KINO ODRA w Brzegu Dolnym

MARZEC 2020



kino zastrzega możliwość zmian w repertuarze	ZEW KRWI anim. / przyg. 100 min / 7+ 2D	SWINGERSI komedia 86 min / 15+ 2D PL	SKŁODOWSKA dramat / biograficzny 109 min / 13+ 2D napisy	BÓL I BLASK komediodramat 113 min / 15+ 2D napisy	SALA SAMOBÓJCÓW. HEJTED dramat 135 min / 15+ 2D PL
13.III (piątek)	17:00	19:00			W
14.III (sobota)	17:00	19:00			
[illegible]	17:00	19:00			T
18.III (środa)	17:00	19:00			
[illegible]			17:00, 19:00		OD
22.III (niedziela)			17:00, 19:00		27.III.2020
23.III (poniedziałek)			17:00, 19:00		DO
24.III (wtorek)			17:00, 19:00		02.IV.2020
25.III (środa)			17:00, 19:00		19:00
26.III (czwartek)			17:00	19:00 DKF	

NIECZYNNE

DO ODWOŁANIA

2D wt-nd 21 / 19 zł* pon 17 zł

3D wt-nd 22 / 20 zł* pon 17 zł

DOLNOBRZESKI KLUB FILMOWY bilet 19 zł karnet 40 zł

*bilet ulgowy przysługuje osobom uczącym się do 25 roku życia oraz emerytom i rencistom / za okazaniem ważnej legitymacji. Do biletu ulgowego ma również prawo opiekun osoby niepełnosprawnej).

bilety grupowe (dla grup zorganizowanych powyżej 15 osób) 17 zł
okulary 3D 4 zł
dzieci do 3 roku życia wstęp wolny
minimalna liczba osób, aby odbył się seans - 5

DOLNOBRZESKA KARTA MIESZKAŃCA -20%**

** zniżka nie obowiązuje seansów w ramach tanich poniedziałków oraz DKF

rezerwacja online
www.dok.brzegdolny.pl/rezerwacja
pełny repertuar
www.dok.brzegdolny.pl/kino

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury
ul. Kolejowa 29
56-120 Brzeg Dolny
pn - pt 14:00 - 19:30
sob - nd 16:00 - 19:30