BEZPŁATNY DWUTYGODNIK SAMORZĄDOWY

Panorama BRZEGU DOLNEGO

NR 2 (93), ROK 5
CZWARTEK, 31.01.2019
ISSN 2449-5379

str. 20-21

Poznaj kandydatów Plebiscytu **Sportowy Brzeg Dolny** i oddaj swój głos (str. 22-23)

reklama

Warsztat Mechaniczny ★ Warsztat Tuningowy

KAMI GARAGE
MECHANICAL & SOFTWARE TUNING

Tel. 518 791 249
Brzeg Dolny, ul. Towarowa 5

★ TUNING ★ CHIPTUNING ★ SERWIS ★
★ MECHANIKA OGÓLNA ★

BAL Z MARKIEM SIEROCKIM
1 MARCA | KH-S ROKITA

Podsumowanie głosowania i rozstrzygnięcie Plebiscytu odbędzie się podczas Balu Sportowca z Markiem Sierockim.

Bilety w cenie 110 zł od pary można nabyć w restauracji w KH-S Rokita.

Kontakt Wioletta Fijołek
tel. 570 715 712

SPORTOWY BRZEG DOLNY 2018

DOLNOBRZESKA KARTA MIESZKAŃCA

Korzystaj aktywnie z karty i zniżek przygotowanych specjalnie dla Ciebie
Wnioski o wydanie karty można składać online na stronie brzegdolny.pl

20% ZNIŻKI

KINO
20% zniżki na każdy seans w Kinie ODRA

PŁYWALNIA
20% zniżki za każdy pobyt na pływalni AQUASPORT

REHABILITACJA
20% zniżki na zabiegi rehabilitacyjne w Ośrodku Medycznym CREATOR

LODOWISKO
20% zniżki na każde wejście na sztuczne lodowisko

KORTY TENISOWE
20% zniżki na każdy trening na kortach tenisowych

PARK LINOWY
20% zniżki na każdą trasę w parku linowym

Brzeg Dolny na archiwalnej fotografii

Supraporta - dekoracyjna drewniana płycina to jedyny zachowany fragment dawnej dekoracji pomieszczeń pałacowych w Brzegu Dolnym. Wykonana wg projektu C. G. Langhansa, przechowywana w muzeum w Norymberdze. Przedstawia Apolla i Atenę (Minerwę), otoczonych ozdobnymi gryfami. Według R. Wegnera płaskorzeźba znajdowała się pierwotnie we wnętrzu parkowej herbaciarni i świadczy o wyjątkowym kunszcie artystycznym pałacowego wystroju.

(fot. ze zbiorów Instytutu Herdera w Marburgu) 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. 271), 882 447 666; e-mail: panorama@brzegdolny.pl, reklama.panorama@brzegdolny.pl, sport.panorama@brzegdolny.pl.
Redaktor naczelna: Justyna Bazylak, **dziennikarz:** Sandra Jagieła, Jarosław Iskra, Katarzyna Mrozek, Beata Kowal, **korekta:** Angelika Furgacz, **sport:** Jarosław Iskra, **grafika:** Katarzyna Mrozek, Natalia Kacprzak, **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.

Nowy skarbnik gminy Brzeg Dolny

Podczas 4. sesji Rady Miejskiej, zwołanej w trybie nadzwyczajnym, powołano nową skarbnik gminy Brzeg Dolny. Rada miejska jednogłośnie zadecydowała, że nowym skarbnikiem zostanie Anna Gawarecka-Siewruk, zastępując tym samym odchodzącą na emeryturę, dotychczasową skarbnik Lidię Kosztowny.

Pani Anna Gawarecka-Siewruk od 2005 roku pełniła funkcję zastępcy skarbnika gminy, posiada pełne wykształcenie ekonomiczne oraz doświadczenie w zakresie gospodarowania budżetem. Burmistrz Paweł Pirek przywitał nową skarbnik, dziękując również Lidii Kosztowny za długą współpracę na rzecz gminy Brzeg Dolny.

Inf.

Zmiany w prawie użytkowania wieczystego

Ustawa o przekształceniu prawa użytkowania wieczystego gruntów zabudowanych na cele mieszkaniowe w prawo własności tych gruntów ma na celu ustawowe przekształcenie z dniem 1 stycznia 2019 r. we własność gruntów na rzecz właścicieli domów jednorodzinnych i samodzielnych lokali położonych w budynkach wielorodzinnych wraz z budynkami gospodarczymi, garażami, innymi obiektami budowlanymi lub urządzeniami budowlanymi, umożliwiającymi prawidłowe i racjonalne korzystanie z budynków mieszkalnych.

Ustawa dotyczy gruntów zabudowanych wyłącznie budynkami mieszkalnymi jednorodzinnymi lub budynkami mieszkalnymi wielorodzinnymi, w których co najmniej połowę liczby lokali stanowią lokale mieszkalne.

Podstawą ujawnienia prawa własności w księdze wieczystej i ewidencji gruntów będzie „zaświadczenie" wydane przez burmistrza. Zaświadczenie zostanie wydane wieczystemu użytkownikowi z urzędu w terminie 12 miesięcy od dnia przekształcenia, a na wniosek w terminie 4 miesięcy od dnia otrzymania wniosku. Opłata skarbowa od wniosku o wydanie zaświadczenia potwierdzającego przekształcenie prawa użytkowania wieczystego wynosi 50 złotych.

Zaświadczenie potwierdzające przekształcenie prawa użytkowania wieczystego gruntu w prawo własności, zostanie przekazane do Sądu w terminie 14 dni od wydania.

Przekształcenie będzie odpłatne. Osoby, które staną się z mocy prawa właścicielami gruntów będą zobowiązane do uiszczania należności za nabycie prawa własności w formie corocznej opłaty przez 20 lat. Wysokość opłaty rocznej za przekształcenie to wysokość opłaty rocznej za użytkowanie wieczyste, obowiązującej w dniu przekształcenia – według stanu na 1 stycznia 2019 r.

W przypadku wniesienia opłaty jednorazowej udzielona zostanie bonifikata w wysokości:

80% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w roku, w którym nastąpiło przekształcenie;

70% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w drugim roku po przekształceniu;

60% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w trzecim roku po przekształceniu;

50% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w czwartym roku po przekształceniu;

40% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w piątym roku po przekształceniu;

30% - gdy opłata jednorazowa zostanie wniesiona w szóstym roku po przekształceniu.

Właściciele nieruchomości, których dotyczy użytkowanie wieczyste, otrzymają do końca roku z Urzędu Miejskiego informacje w jaki sposób dokonać przekształcenia.

Rozmowy w sprawie Ossolińczyka trwają nadal

W Starostwie Powiatowym w Wołowie 18 stycznia i 30 stycznia odbyły się kolejne spotkanie członków Zarządu Powiatu pod przewodnictwem starosty Janusza Dziarskiego z władzami Brzegu Dolnego: burmistrzem Pawłem Pirkiem, zastępcą burmistrza Arturem Michałkiem oraz przewodniczącym Rady Miejskiej Andrzejem Lechem. Było to już trzecie spotkanie w sprawie dolnobrzeskiej szkoły.

Rozmowy dotyczyły możliwości zorganizowania naboru do Ossolińczyka. Burmistrz Paweł Pirek podkreślał, że gmina Brzeg Dolny chce przejąć na siebie zadanie prowadzenia szkoły. Jak mówił – zależy nam na szybkim rozpoczęciu organizacji roku szkolnego 2019/2020 w Ossolińczyku. Ta szkoła jest potrzebna naszej młodzieży. Od samego początku deklarujemy, że weźmiemy prowadzenie szkoły na siebie. Członkowie Zarządu Powiatu podkreślili, że również zależy im na umożliwieniu uruchomienia szkoły. Czasu nie jest zbyt dużo, ponieważ do 1 marca trzeba porozumieć się co do formuły przekazania tego zadania oraz odpłatności za budynek szkoły. Jak podkreślają Burmistrz Brzegu Dolnego Paweł Pirek i Starosta wołowski Janusz Dziarski - wszystko zmierza w dobrym kierunku.

Bk, info

Panu Krzysztofowi Ratajkowi
składamy najszczersze wyrazy współczucia
oraz głębokiego żalu z powodu śmierci

Ojca

Zarząd i pracownicy
PCC Rokita

Brzeg Dolny pożegnał prezydenta Gdańska

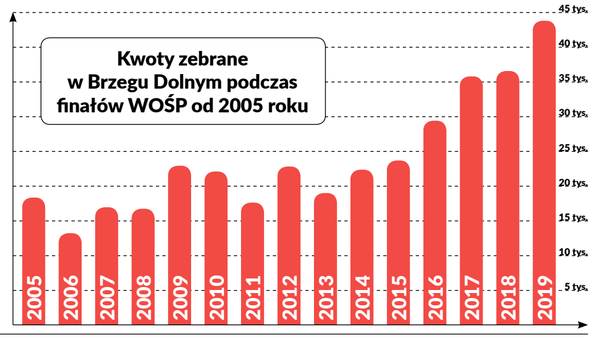
Mieszkańcy gminy Brzeg Dolny w geście solidarności z mieszkańcami Gdańska, spotkali się za Dolnobrzeskim Ośrodkiem Kultury, by uczcić pamięć zmarłego prezydenta Pawła Adamowicza. Z przyniesionych zniczy mieszkańcy ułożyli orkiestrowe serce, dołączając do ogólnopolskiej akcji „Murem za Owsiakiem".

Burmistrz Paweł Pirek zwrócił się do przybyłych – Dzisiejsze spotkanie w tym miejscu to również protest przeciwko nienawiści, przeciwko mowie nienawiści, przeciwko poniżaniu i obrażaniu drugiego człowieka. Każdy z nas ma prawo do swoich poglądów, do swoich racji, do działań mieszczących się w ramach ogólnie przyjętych zasad etyki. Nikt nie może realizować swoich racji, używając przemocy, bo wtedy to jest faszyzm, wtedy nikt nie będzie mógł czuć się bezpiecznie. Poczucie bezpieczeństwa jest naszym podstawowym prawem, jest naszą podstawową potrzebą. Jej zapewnienie jest niezbędne do prawidłowego funkcjonowania. Jest nam ciężko na sercu. Paweł jest w naszych sercach, nie możemy go z nich wyrzucić. Musimy powstrzymać łzy, aby nasz ból nie konkurował z bólem i rozpaczą jego rodziny.

Chwilą ciszy uczczono pamięć zmarłego. Nasz mieszkaniec Krzysztof Januś zaśpiewał dla zgromadzonych piosenkę „The Sound of Silence", która stała się symbolicznym hymnem tragicznych wydarzeń w Gdańsku.

Jednocześnie w Urzędzie Miejskim została wystawiona księga kondolencyjna, gdzie mieszkańcy mogli dokonać pamiątkowego wpisu. Księga została przekazana do Urzędu Miejskiego w Gdańsku.

jb



GOPS Brzeg Dolny

u nas znajdziesz pomoc

Uzależnienia behawioralne – co to jest?

Uzależnienia behawioralne to uzależnienia, w których substancja chemiczna nie odgrywa żadnej roli. Przedmiotem takich uzależnień są zachowania i działania społecznie akceptowane, takie, jak: jedzenie, robienie zakupów, korzystanie z internetu, oglądanie telewizji, dbanie o swój wygląd, zaspokajanie potrzeb seksualnych, używanie telefonu, praca, itp.

Przyczyny uzależnień behawioralnych nie do końca są poznane. Wiadomo, że każdy rodzaj nałogu wiąże się z uaktywnieniem układu nagrody w mózgu – jeżeli więc jakieś zachowanie jest odczytywane, jako pozytywne wzmocnienie, to zaczyna kojarzyć się ze źródłem przyjemności. Sposób życia, wartości, które wyznajemy, sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach – to wszystko ma wpływ na rozwój uzależnienia. Ono nie zaczyna się nagle. Początkowo oddajemy się ulubionym czynnościom i w związku z tym doświadczamy różnych emocji – satysfakcji, radości, większej energii, odprężenia. W tym czasie potrafimy daną czynność przerwać bez odczuwania trudnych emocji, takich jak np. lęk, złość, wściekłość. W tym czasie również nie zaniedbujemy innych ważnych zadań i obowiązków. Problem z daną czynnością pojawia się, gdy zachowanie, które dotychczas sprawiało przyjemność zaczyna służyć redukcji napięcia lub innych przykrych stanów emocjonalnych. Z czasem, aby odczuć przyjemność z danego zachowania powtarzamy je coraz częściej i coraz więcej czasu mu poświęcamy. Zaczynamy odczuwać przymus wykonywania danej czynności, aby znowu odczuć przyjemność, jednocześnie przestajemy dostrzegać inne możliwości uzyskania dobrego samopoczucia. Ostatecznie popadamy w destrukcję, izolację, tracimy zainteresowania. Wyznacznikiem jest utrata kontroli nad daną czynnością – odczuwa się wówczas przymus, silne pragnienie wykonywania danej czynności mimo jej negatywnego wpływu na nasze funkcjonowanie. Natomiast, gdy nie możemy jej wykonać to doznajemy różnych dolegliwości – np. rozdrażnienia, złości, niepokoju.

Jakie są objawy uzależnienia od czynności:

- dana czynność staje się najważniejsza – jak najwięcej czasu jej poświęcamy, a jakiekolwiek ograniczenia wywołują u nas złość, rozdrażnienie, bunt, itp.
- zmiany nastroju/radość/złość, zadowolenie/rozdrażnienie, poczucie zaspokojenia/niepokój
- smutek i rozpacz
- tolerancja – aby osiągać stale taki sam poziom przyjemności musimy z czasem zwiększać „dawkę" danej czynności, np. kupujemy coraz więcej, wydłużamy czas grania, skracamy czas między posiłkami, coraz częściej odwiedzamy solarium, itp.
- objawy odstawienia – przerwanie lub ograniczenie czynności powoduje pojawienie się szeregu dolegliwości: ból głowy, brzucha, bezsenność, duszności, nudności, pocenie się, rozdrażnienie, niepokój, złość, pobudzenie psychoruchowe, drażliwość, depresja,
- konflikt – pomiędzy uzależnionym a otoczeniem,
- kontynuowanie zachowania pomimo negatywnych konsekwencji,
- powtarzające się próby ograniczania, kontrolowania lub zaprzestania zachowania,
- nawrót – nawet po dłuższym okresie utrzymywania abstynencji lub pozornej kontroli następuje powrót do nałogowego postępowania.

Od jakich czynności można się uzależnić – tylko kilka dla przykładu:

- od komputera i internetu,
- fonoholizm – od telefonu komórkowego,
- hazard,
- objadanie się – jedzenioholizm,
- ortoreksja – obsesyjne spożywanie wyłącznie zdrowego, naturalnego i niskoprzetworzonego jedzenia,
- zakupoholizm,
- tanoreksja – uzależnienie od opalania się,
- bigoreksja – obsesja na punkcie posiadania umięśnionego ciała,
- od seksu,
- pracoholizm.

konsultant.gops@brzegdolny.pl
(w oparciu o informacje zamieszczane w miesięczniku Remedium – dostępny w Bibliotece Miejskiej Dział Profilaktyczny, ul. Młodzieżowa 2)

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

Noworoczne spotkanie sołtysów w Jodłowicach

Sołectwo Jodłowice było gospodarzem noworocznego spotkania władz miejskich z sołtysami, radami sołeckimi oraz stowarzyszeniami, które działają na terenach wiejskich.

Spotkanie było okazją do podsumowania działań w ubiegłym roku. W ramach funduszu sołeckiego mieszkańcy wsi wydali ponad 214 tys. złotych. Każde sołectwo miało dowolność w wydatkowaniu środków. Z budżetu gminy Brzeg Dolny burmistrz przeznaczył blisko 1,3 mln zł na zadania realizowane na terach wiejskich. Na spotkaniu zaprezentowały się sołectwa oraz stowarzyszenia, działające na terenach wiejskich.

W 2018 roku miało miejsce sporo ciekawych wydarzeń związanych z naszymi wsiami i ich gospodarzami. Sołtys Żerkowa Marian Kołodziejczyk oraz Sołtys Wałów Andrzej Borowiak zostali nominowani do konkursu pn. „Sołtys roku 2017".

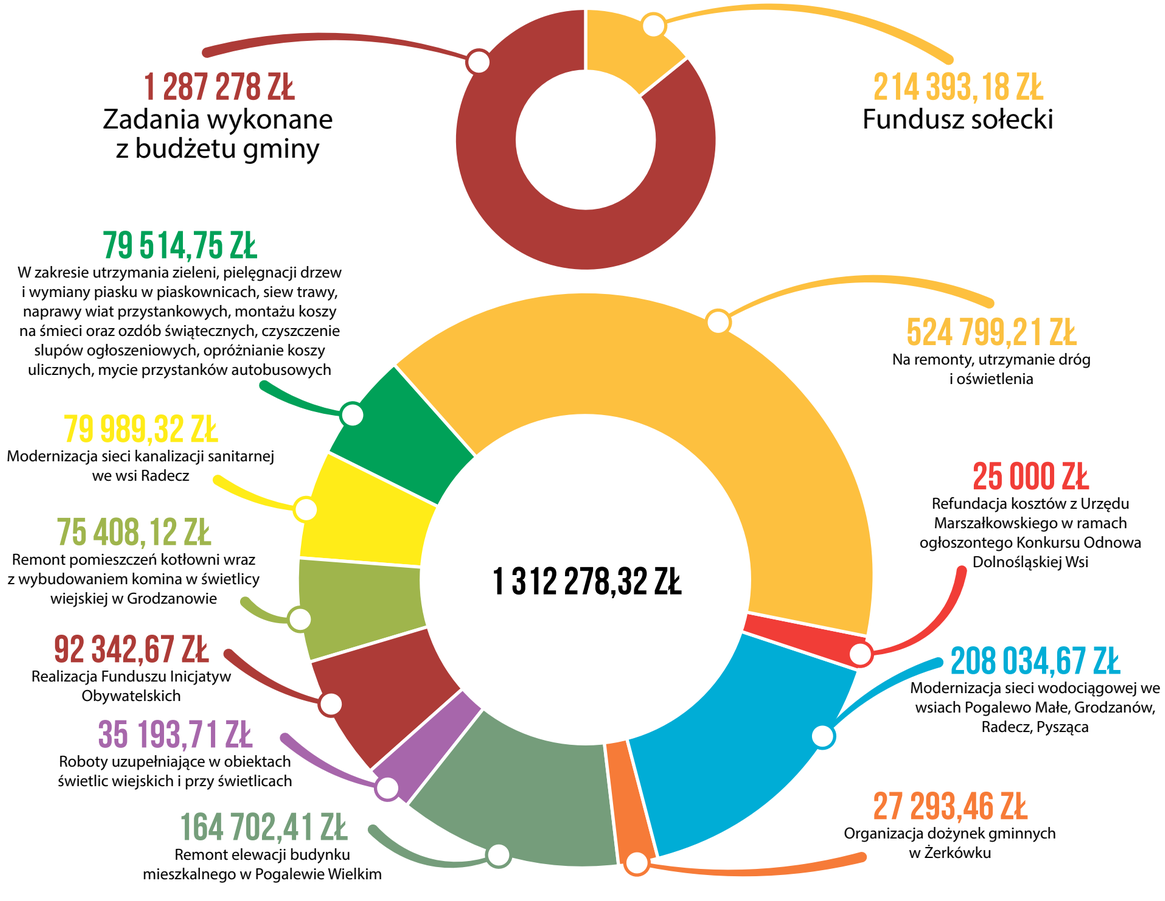
Konkurs zorganizowany został przez Wojewodę Dolnośląskiego już po raz ósmy. Ideą konkursu jest promowanie i wyróżnienie najbardziej aktywnych sołtysów, którzy pracują na rzecz społeczności lokalnej.

Koło Gospodyń Wiejskich „Jodłóweczki" reprezentowało Dolny Śląsk na Centralnych Targach Żywności w Nadarzynie w maju ubiegłego roku. Poza tym KGW „Jodłóweczki" brało udział w wyjeździe do Barsinghausen – miasta partnerskiego gminy Brzeg Dolny, uczestnicząc w obchodach Dni Miasta. Mirosław Dawidowicz Prezes Stowarzyszenia Mieszkańców Wsi Godzięcin „Wspólna Sprawa" brał udział w Dorocznym Kongresie Odnowy Wsi w Kliczkowie.

– W Jodłowicach miałem przyjemność uczestniczyć w corocznym spotkaniu z sołtysami i radami sołeckimi naszej gminy, radnymi, członkami stowarzyszeń i działaczami społecznymi związanymi z obszarami wiejskimi. Wszystkim aktywnym mieszkańcom dziękuję za ciężką pracę. Była to okazja do podsumowania działalności w poprzednim roku i przedstawienia planów na przyszłość. Zapewniam, że możecie Państwo liczyć na wsparcie i współpracę dolnobrzeskiego samorządu. Dziękuję za przygotowanie spotkania, wspaniałe przyjęcie i miłą atmosferę – powiedział burmistrz Paweł Pirek.

Inf.

PODSUMOWANIE 2018 ROKU



Posiedzenie Emerytów

W czwartek 24 stycznia, w sali klubowej związku odbyło się posiedzenie Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów Rencistów i Inwalidów. Posiedzenie otworzył przewodniczący Ryszard Bubółka.

Na corocznym spotkaniu związku obecni byli: zastępca burmistrza Artur Michałek, Przewodniczący Rady Miejskiej Andrzej Lech, Radny Eugeniusz Skorupka, Przewodnicząca Fundacji na rzecz Rozwoju Ziemi Wołowskiej Magdalena Górak-Kaleta oraz Honorowy Przewodniczący Zarządu Rejonowego Jan Śmiechowski. Przewodniczący Oddziału podziękował również członkom związku za wsparcie i życzliwość oraz wszystkim tym, którzy wspierają działalność stowarzyszenia.

Sprawozdanie z realizacji zadań merytorycznych za rok 2018 przedstawiła sekretarz Irena Maculewicz, natomiast sprawy finansowe zreferowała skarbnik Urszula Pietrzyk. Komisja Rewizyjna Oddziału wystąpiła z wnioskiem o udzielenie absolutorium za rok 2018.

Zaproszeni goście przedstawili plany na rzecz naszej gminy i odpowiadali na nurtujące pytania, szczególnie dotyczące służby zdrowia i rehabilitacji. Przewodniczący wyraził zadowolenie z dotychczasowej działalności Zarządu. Na szczególne wyróżnienie i uznanie zasługują Zarządy Kół. Jak podkreślił przewodniczący związku, to społeczna praca i wielkie zaangażowanie wielu ludzi, mają największy wpływ na sukcesy dolnobrzeskiego Oddziału Rejonowego.

Urszula Pietrzyk

Obrady Powiatowej Rady Seniorów

Pierwsze w tym roku posiedzenie Powiatowej Rady Seniorów odbyło się 10 stycznia w Wołowie. W trakcie spotkania ustalono plan pracy Rady oraz program konsultacji społecznych.

Zebranie otworzył starosta Janusz Dziarski, który złożył życzenia noworoczne oraz wręczył zebranym upominki. W trakcie obrad Rada Seniorów uchwaliła plan pracy oraz uznała za konieczne przeprowadzenie konsultacji społecznych. Chcąc jak najlepiej służyć środowisku ludzi starszych, Rada pragnie zapoznać się z ich opiniami i potrzebami, dlatego już 14 lutego zaprasza na konsultację przedstawicieli MOPS-u.

Ustalono również dyżury dla zainteresowanych seniorów w Brzegu Dolnym. Spotkania te odbędą się w siedzibie Związku Emerytów w każdy drugi i czwarty wtorek miesiąca w godzinach od 14.00-17.00. Najbliższe dyżury członków rady odbędą się 12 oraz 26 lutego.

Urszula Pietrzyk

Pamiętajmy o bezdomnych

Okres zimowy, gdy temperatury spadają poniżej zera, jest najtrudniejszym czasem dla osób bezdomnych. Zamieszkują oni w piwnicach, w altankach na działkach, budują sobie prowizoryczne schronienia, by przetrwać chłody. Niektórzy z nich w ten sposób żyją już od lat i nie chcą od nikogo pomocy.

Policjanci cały czas prowadzą działania w ramach „Akcji Zima". Podczas patroli zwracają większą uwagę na miejsca, gdzie bezdomni szukają schronienia, czyli pustostany, ogródki działkowe, altanki.

Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w czasie zimy zapewnia bezdomnym wsparcie w postaci opału, ciepłego posiłku, wsparcie finansowe oraz pobyt w noclegowni.

Funkcjonariusze podkreślają, że ważne jest zaangażowanie społeczeństwa i informowanie ośrodków pomocy społecznej o osobach bezradnych, samotnych i bezdomnych potrzebujących pomocy. Nie bądźmy obojętni i alarmujmy policję za każdym razem, kiedy ktoś jest narażony na wychłodzenie organizmu. Pamiętajmy, że czasem jeden telefon pod numer 112 lub 997 może uratować czyjeś życie.

bk

Utrudnienia w dojeździe do Wrocławia

Spore utrudnienia czekają kierowców jadących w stronę Wrocławia. Dojeżdżający autem do pracy, czy na uczelnię będą musieli uzbroić się w cierpliwość.

W ciągu dwóch najbliższych lat przebudowany zostanie wjazd do Wrocławia od Obornik Śląskich. Remontu doczeka się w sumie 5 km drogi wojewódzkiej nr 342, czyli ulice: Obornicka, Pełczyńska, Zajączkowska i Pęgowska. Inwestycja będzie kosztowała aż 38 mln zł. Natomiast w gminie Miękinia rusza przebudowa dróg gminnych relacji Białków-Wilkostów-Brzezinka Średzka. Łącznie w ramach tej inwestycji przebudowane zostaną 4 km, ta budowa dróg potrwa do końca października 2019 r. Wszystko wskazuje na to, ze ruch od naszego miasta skieruje się z powrotem na Leśnicę, która ma swoją obwodnicę, co i tak prawdopodobnie nie przyczyni się do rozładowania tak dużego ruchu. W tym przypadku dobrym rozwiązaniem będzie rozważenie dojazdu pociągiem, który do Dworca Głównego dojeżdża w niewiele ponad pół godziny i bez wątpienia jest bardziej ekologiczny. Warto jeszcze spojrzeć na rozkład pociągów z Miękini, dodając czas dojazdu do stacji wraz z podróżą szynobusem, prawdopodobnie dojazd do Wrocławia będzie krótszy niż samochodem.

ji

reklama

Spółka PCC Autochem Sp. z o.o. jest firmą istniejącą od 1995 r. na rynku TSL, specjalizującą się w krajowych i międzynarodowych wysokotonażowych przewozach płynnej chemii, włączając w to materiały niebezpieczne. Spółka organizuje zarówno konwencjonalny transport drogowy jak i rozwiązania intermodalne bazujące na połączeniu infrastruktury kolejowej i drogowej.

Obecnie do spółki PCC Autochem poszukujemy kandydatów na stanowisko:

OPERATOR MYJNI AUTOCYSTERN

Twój profil:
- uczciwość, odpowiedzialność i zaangażowanie w powierzone zadania
- gotowość do pracy w systemie zmianowym (3 zmiany)
- posiadanie uprawnień na wózki widłowe będzie dodatkowym atutem

Twoje zadania:
- mycie autocystern, kontenerów, paleto-pojemników, beczek zgodnie ze sprawdzoną technologią mycia
- sprawdzanie jakości mycia i wystawianie dokumentu potwierdzającego wykonanie usługi (certyfikat mycia)

Nasza Oferta:
- gwarancja stabilnego zatrudnienia w ramach umowy o pracę, na pełny etat
- stabilna pracę w strukturach dużej, międzynarodowej firmy
- atrakcyjne i terminowo wypłacane wynagrodzenie
- wysokie standardy etyczne i pracownicze
- świadczenia socjalne
- możliwość przystąpienia do ubezpieczenia grupowego na preferencyjnych warunkach

Osoby zainteresowane ofertą prosimy o wysłanie cv wraz z zgodą na przetwarzanie danych osobowych na adres **praca@pcc.eu** lub aplikację bezpośrednio na stronie internetowej **www.kariera.pcc.eu**

GRUPA pcc

Porady prawne. Czytelnicy pytają...

Jakie są rodzaje prawa jazdy i jakimi pojazdami można jeździć w ramach określonych kategorii prawa jazdy?

Kamil Kasina

Ustawa z dnia 5 stycznia 2011 r. o kierujących pojazdami (Dz. U. z 2017 r. poz. 978 z późn. zm.) przewiduje następujące kategorie prawa jazdy:
AM, A1, A2; B1, B; C1, C; D1, D; T; B+E, C+E, D+E, C1+E, D1+E.

W ramach poszczególnych kategorii prawa jazdy można kierować następującymi pojazdami:
1. kategoria AM – motorower; czterokołowiec lekki;
2. kategoria A1 - motocykl o pojemności skokowej silnika nieprzekraczającej 125 cm3, mocy nieprzekraczającej 11 kW i stosunku mocy do masy własnej nieprzekraczającym 0,1 kW/kg; motocykl trójkołowy o mocy nieprzekraczającej 15 kW; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
3. kategoria A2 - motocykl o mocy nieprzekraczającej 35 kW i stosunku mocy do masy własnej nieprzekraczającym 0,2 kW/kg, przy czym nie może on powstać w wyniku wprowadzenia zmian w pojeździe o mocy przekraczającej dwukrotność mocy tego motocykla; motocykl trójkołowy o mocy nieprzekraczającej 15 kW; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
4. kategoria A – motocykl; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
5. kategoria B1 – czterokołowiec; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
6. kategoria B - pojazd samochodowy o dopuszczalnej masie całkowitej nieprzekraczającej 3,5 t, z wyjątkiem autobusu i motocykla; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wyżej, oraz z przyczepy lekkiej; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wcześniej, oraz z przyczepy innej niż lekka, o ile łączna dopuszczalna masa całkowita zespołu tych pojazdów nie przekracza 4250 kg; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
7. kategoria C1 - pojazd samochodowy o dopuszczalnej masie całkowitej przekraczającej 3,5 t i nieprzekraczającej 7,5 t, z wyjątkiem autobusu; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wcześniej, oraz z przyczepy lekkiej; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
8. kategoria C - pojazd samochodowy o dopuszczalnej masie całkowitej przekraczającej 3,5 t, z wyjątkiem autobusu; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wcześniej, oraz z przyczepy lekkiej; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
9. kategoria D1 - autobus przeznaczony konstrukcyjnie do przewozu nie więcej niż 17 osób łącznie z kierowcą, o długości nieprzekraczającej 8 m; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wcześniej, oraz z przyczepy lekkiej; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
10. kategoria D- autobus; zespół pojazdów złożony z pojazdu, o którym mowa wcześniej, oraz z przyczepy lekkiej; pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
11. kategoria T - ciągnik rolniczy lub pojazd wolnobieżny; zespół pojazdów złożony z ciągnika rolniczego z przyczepą (przyczepami) lub pojazd wolnobieżny z przyczepą (przyczepami); pojazd określony dla prawa jazdy kategorii AM;
12. kategoria B+E, C+E lub D+E - pojazd określony odpowiednio w prawie jazdy kategorii B, C lub D, łącznie z przyczepą (przyczepami), przy czym w zakresie kategorii B+E dopuszczalna masa całkowita ciągniętej przyczepy nie może przekraczać 3,5 t;
13. kategoria C1+E - zespół pojazdów o dopuszczalnej masie całkowitej nieprzekraczającej 12 t, składający się z pojazdu ciągnącego określonego w prawie jazdy kategorii C1 i przyczepy;
14. kategoria D1+E - zespół pojazdów składający się z pojazdu ciągnącego określonego w prawie jazdy kategorii D1 i przyczepy;
15. kategoria B i C1+E, B i D1+E, B i C+E lub B i D+E - zespół pojazdów określony w prawie jazdy kategorii B+E;
16. kategoria C+E i D - zespół pojazdów określony w prawie jazdy kategorii D+E.

Salon Kosmetyczny ANNA
ul. Słowackiego 2c, Brzeg Dolny
tel. 604 210 298
www.annaclarena.pl

Salon kosmetyczny Anna Jałoszyńska

BB GLOW

BB GLOW to opatentowana formuła zabiegu, polegająca na wprowadzeniu w naskórek preparatu pielęgnacyjnego, który dzięki zawartości substancji czynnych oraz dodatków pigmentacyjnych powoduje natychmiastowy efekt rozjaśnienia oraz rewitalizacji skóry. Zabieg w ostatnich miesiącach podbija rynek kosmetyczny i kreuje trendy beauty na całym świecie. Teraz także dostępny w naszym salonie. BB GLOW to idealna propozycja dla osób, które pragną wzmocnić i uzyskać jednolity kolor swojej skóry. Zabieg zalecany jest dla osób borykających się z problemami skórnymi, w celu zmniejszenia przebarwień spowodowanych, np. trądzikiem, stanami pozapalnymi, procesem fotostarzenia oraz by zmniejszyć widoczność piegów. Doskonale regeneruje, odświeża i wzmacnia skórę a także pomaga w odbudowie naturalnego płaszcza hydro-lipidowego. Właściwości regenerujące poszczególnych substancji aktywnych, powodują wyciszenie rumienia, trądziku różowatego oraz innych problemów skórnych, które dotychczas stanowiły ogromny problem wielu osób. Już po jednym zabiegu widać wyraźną poprawę koloru skóry! Nabiera ona promiennego wyglądu i jest widocznie rozświetlona oraz wygładzona. BB GLOW to nie tylko zabieg, który ma właściwości tonujące, ale również doskonale nawilża i rewitalizuje. To oczywiście także doskonała metoda na rozjaśnienie i rozświetlenie okolic oczu. Zawarte w produktach highlightery odbijają światło, potęgując efekt promiennego spojrzenia.
Działamy w oparciu o całkowicie sterylne produkty jednorazowego użytku, przeznaczone do bezpiecznych i intensywnych zabiegów wybielania skóry. Wprowadzenie w skórę preparatu wykonuje się przy użyciu technologii MTS i odbywa się wyłącznie w naskórku. Wbrew krążącym w Internecie opiniom, zabieg nie jest rodzajem mikropigmentacji ani wtłaczania fluidu w skórę! Jest to rodzaj zabiegu pielęgnacyjnego, który dzięki dodatkowi tonera do preparatu, sprawia, że skóra jest widocznie rozpromieniona i świeża jak po nałożeniu makijażu. Naturalny proces złuszczania, powoduje stopniowe wyłuszczanie się pigmentu, dlatego należy powtarzać zabieg w serii co 2 tygodnie aby efekt był stale ponawiany. Z kolei składniki odżywcze zawarte w ampułkach zabiegowych, powodują trwałe procesy naprawcze w skórze i odpowiednia pielęgnacja domowa oraz regularne powtarzanie zabiegów, spowoduje spektakularne rezultaty utrzymujące się przez cały czas. Efekt GLOW gwarantowany już po jednym zabiegu!
Podczas trwania kuracji należy unikać ekspozycji na słońce.
Zabieg jest bezbolesny i bardzo przyjemny. Skóra wygląda pięknie już bezpośrednio po zabiegu. Jako zabieg tzw. „bankietowy" zalecamy wykonanie zabiegu dzień wcześniej, dla osiągnięcia efektu GLOW.

Kupon na: mini zestaw kosmetyków
Imię i Nazwisko .....
Miejscowość .....
Numer tel. .....

Kupony zbieramy do 11 lutego 2019 r. Wypełnione kupony należy przynosić do saloniku prasowego w Rynku, sklepu „Smaczek" i biblioteki. Losowana będzie jedna osoba.

Dolnobrzeżanie w Panamie

Przez dwa tygodnie Panama stała się miejscem spotkań młodych ludzi z całego świata. Światowe Dni Młodzieży zgromadziły tysiące wiernych chcących doświadczyć wspólnoty Kościoła wraz z Ojcem Świętym Franciszkiem.

Do panamskiego świata dołączyła grupa dolnobrzeżan wraz z księdzem Tomaszem Latawcem z parafii NMP Królowej Polski. Pierwszy tydzień pielgrzymi spędzili w diecezjach. Grupa z Brzegu Dolnego trafiła do rodzin w diecezji Chitre. Był to czas modlitw, ale również okazja do integracji, poznania miejscowej kultury i zwyczajów. Wraz z wolontariuszami młodzi odbyli wycieczki, wspólne aktywności sportowe i artystyczne, budujące poczucie wspólnoty.

Kolejny tydzień pielgrzymi spędzili w Panamie, gdzie w tym roku odbywały się centralne wydarzenia Światowych Dni Młodzieży. Msze święte, katechezy, droga krzyżowa, nocne czuwanie i wydarzenia z udziałem papieża Franciszka wypełniały czas święta młodych.

Światowe Dni Młodzieży zakończyła uroczysta msza święta celebrowana przez Ojca Świętego, podczas której Portugalia została ogłoszona gospodarzem kolejnego spotkania w 2022 roku.

– Światowe Dni Młodzieży były dla nas przeżyciem duchowym, mogliśmy poznać kawałek innego dla nas świata. Zbliżyliśmy się bardziej do Boga, który umocnił nas jeszcze bardziej w wierze. Były to dla nas chwile, które zostaną w naszej pamięci na zawsze. Na swojej drodze poznaliśmy również ludzi, którzy doświadczyli razem z nami spotkania z Bogiem. Zostawili oni ślad w naszych sercach – powiedzieli młodzi dolnobrzeżanie po powrocie.

Info

Borelioza – cicha epidemia – ukrywa się i niszczy

Po konferencji „Borelioza - cicha epidemia – ukrywa się i niszczy" prowadzonej przez dr n. med. Marię Bortel-Badurę specjalistę farmakologii klinicznej, lekarza chorób wewnętrznych i eksperta w dziedzinie boreliozy, chyba wszyscy jesteśmy jeszcze w szoku. Gdyby nie wykład, tak wiele osób nie wiedziałoby jakie spustoszenie w naszych organizmach może rozsiewać ta podstępna bakteria, tak trudna do zdiagnozowania i tak niebezpieczna.

Nie bagatelizujmy więc objawów ciągłego zmęczenia, zaburzeń ruchu, słuchu, wzroku, wysypki, omdleń, depresji, przemieszczającego się po całym ciele bólu, zaników pamięci, omamów, zaburzeń rytmu serca. Tak, to mogą być objawy boreliozy, bakterii tak dobrze maskującej się, niebezpiecznej, trudnej w diagnozie.

W trakcie konferencji można było dowiedzieć się jak diagnozować i leczyć boreliozę, o terapiach, mechanizmach działania antybiotyków, diecie, wzmacnianiu odporności, usuwaniu pasożytów jako istotnego elementu w trakcie leczenia, zastosowaniu ziół i naturalnych preparatów wspomagających leczenie.

Była to już druga konferencja zorganizowana w Brzegu Dolnym w ramach ogólnopolskiej kampanii społecznej „Żyję świadomie". Spotkała się ona z dużym zainteresowaniem ze strony mieszkańców, stąd w przygotowaniu kolejne konferencje.

JS, EH

Arkadiusz Łuczak nowym prezesem ZGK

Prezes Zakładu Gospodarki Komunalnej Artur Michałek, został powołany na zastępcę Burmistrza Brzegu Dolnego. Jego miejsce w spółce zajął dolnobrzeżanin Arkadiusz Łuczak. Z nowym Prezesem ZGK rozmawiał Jarosław Iskra:

Na wstępie prosimy o przedstawienie się mieszkańcom naszej gminy.

Mam 42 lata. Od urodzenia mieszkam w Brzegu Dolnym. Mam żonę Sylwię i trójkę dzieci: Paulinę, Marię i Adama. W 2001 roku ukończyłem wyższe studia „Zarządzanie i Marketing", w 2014 roku studia podyplomowe „Zarządzanie Bezpieczeństwem i Higieną Pracy", w 2018 roku menedżerskie studia podyplomowe „Zarządzanie Firmą".

Od 1998 roku do 2016 roku byłem zatrudniony w Zakładzie Wodociągów i Kanalizacji gdzie przeszedłem kolejne szczeble kariery od pracownika fizycznego, brygadzisty, specjalisty ds. kosztorysowania, kierownika działu gospodarki ściekowej i transportu. Po połączeniu spółek ZWiK i ZGK w 2016 roku objąłem stanowisko kierownika działu wodociągów i kanalizacji. W marcu 2018 roku zostałem powołany na stanowisko Członka Zarządu a 1 grudnia 2018 roku na Prezesa Zarządu ZGK sp. z o.o.

Proszę nam przybliżyć Pańskie przedsiębiorstwo. Jak duży obszar obsługuje?

Zakład świadczy usługi w zakresie zadań własnych gminy Brzeg Dolny. Wykonujemy zadania związane z zaopatrzeniem w wodę i odbiorem ścieków, gospodarką mieszkaniową, utrzymaniem dróg i chodników, świadczeniem usług cmentarnych i pogrzebowych, pielęgnacją terenów zielonych oraz całorocznym utrzymaniem porządku i czystości.

Ile osób pracuje w przedsiębiorstwie i kto jest w kadrze zarządzającej?

Obecnie w spółce zatrudnionych jest 102 pracowników. W okresie wiosenno-jesiennym dodatkowo skierowanych jest ok. 30 osób do wykonywania prac sezonowych związanych z pielęgnacją zieleni i utrzymaniem czystości na terenie gminy. Członkiem Zarządu jest również Pani Iwona Narolska od wielu lat związana z zakładem.

Jakie nowe inwestycje zostały wdrożone w ostatnim czasie? Co jest w trakcie realizacji?

W 2018 roku oddana została do użytku nowa siedziba Zakładu przy ul. Urazkiej. Przestronny budynek w pełni zaspokaja potrzeby pracowników ale również klientów, którzy korzystają z usług Zakładu. Obecnie przenoszony jest jeszcze magazyn zewnętrzny i trwają prace porządkowe przy byłej siedzibie działu wodociągów i kanalizacji przy ul. Ogrodowej.

A jak wygląda sytuacja finansowa ZGK?

Rok 2018 spółka zakończyła dobrym wynikiem. Sytuacja finansowa jest stabilna.

W jaki sposób Zakład będzie współpracował z mieszkańcami?

Zakład świadczy usługi całodobowo. W dni robocze w godzinach 7.00-15.00 czynne jest Biuro Obsługi Klienta gdzie każdy mieszkaniec może w jednym miejscu załatwić sprawy związane z działalnością Zakładu. Po godzinie 15.00 oraz w dni wolne, wszystkie zgłoszenia od mieszkańców przyjmuje dyspozytor, który w razie potrzeby uruchamia odpowiednie służby Spółki. Zgłoszenia oraz uwagi można zamieszczać na stronie zgk.brzegdolny.pl i portalu społecznościowym facebook.

Porozmawiajmy jeszcze o planowanych inwestycjach w ZGK. Jakie są wyzwania przed spółką w najbliższych latach?

W najbliższym okresie skupimy się na wydzieleniu wód opadowych sieci kanalizacji deszczowej od kanalizacji sanitarnej. Mam tutaj na myśli wyeliminowanie podłączeń rynien do sieci sanitarnych. Sukcesywnie będziemy wymieniać awaryjne odcinki sieci wodociągowej. Na terenie cmentarza planujemy rozbudowę kaplicy, dalsze utwardzenie alejek, budowę dwóch bram od strony ulicy ks. Puka i Lindego w celu zamknięcia terenu Cmentarza Komunalnego. Będziemy kontynuować upiększanie gminy poprzez zakładanie kolejnych skwerów, sadzenie kwiatów i roślin ozdobnych.

Serdecznie gratulujemy objęcia funkcji prezesa Zarządu i życzymy owocnej pracy.

reklama

SKORZYSTAJ Z DOFINANSOWANIA NA PIECE

Dofinansowanie 85% na piece, instalacje fotowoltaiczne lub na pompy ciepła dla właścicieli domków jednorodzinnych z woj. dolnośląskiego.

Nabór osób zainteresowanych dołączeniem do PROGRAMU Grantowego FUNDACJI DAR OZE prowadzony będzie OSTATECZNIE TYLKO DO DNIA 7 lutego 2019 lub do dnia, w którym będzie jeszcze 50 osób zainteresowanych dołączeniem do działań Fundacji Dar Oze. Czas na złożenie wniosku Fundacja ma tylko do 15 lutego 2019.

Ponadto informujemy, że w trybie ciągłym można również uzyskać dofinansowanie od 30% do 90% z rządowego programu Czyste Powietrze na: ocieplenie budynku, pompy ciepła, oraz na wymianę stolarki okiennej, drzwi, wymianę instalacji centralnego ogrzewania.

Fundacja Dar Oze pomaga wypełniać wnioski, dla inwestorów indywidualnych oraz biznesowych.

Spotkanie informacyjne w sprawie dofinansowania na piece, instalacje fotowoltaiczne lub na pompy ciepła dla właścicieli domków jednorodzinnych odbędzie się we wtorek 5 lutego o godz. 18.00 w Sali Kameralnej Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury.

Fundacja Dar Oze pomaga wypełniać wnioski dla inwestorów indywidualnych oraz biznesowych. Organizatorem spotkania jest Fundacja Dar OZE.

Rusza akcja czipowania psów

W lutym rusza akcja bezpłatnego czipowania psów na terenie gminy Brzeg Dolny. Każdy mieszkaniec, który chce zaczipować swojego zwierzaka, może zrobić to zupełnie bezpłatnie w gabinecie weterynaryjnym Państwa Różyckich „Podaj Łapę". Wystarczy być zameldowanym w gminie Brzeg Dolny oraz być posiadaczem Dolnobrzeskiej Karty Mieszkańca.

Czipowanie to doskonała metoda zapobiegania bezdomności zwierząt, umożliwiająca szybkie ustalenie właściciela zwierzęcia. – Mikroczip wszczepiamy zwierzęciu pod skórę i wpisujemy zaczipowane zwierzę do bazy europejskiej. Każdy kto znajdzie takiego zwierzaka, uda się do gabinetu weterynaryjnego i odczyta numer czipa, będzie mógł się dowiedzieć kto jest właścicielem zwierzęcia, dzięki czemu pies będzie mógł wrócić do domu – mówi Artur Różycki lekarz weterynarii.

Elektroniczny czip jest wielkości ziarenka ryżu, nie przeszkadza zwierzęciu i nie powoduje reakcji alergicznych. Wszczepienie odbywa się za pomocą strzykawki z igłą o troszkę większej średnicy od tej do robienia zastrzyków. Czynność tą wykonuje się tylko raz w życiu psa i jest ona właściwie bezbolesna. Zwierzak po zaczipowaniu dostanie również znaczek z kodem QR, który można rozszyfrować telefonem komórkowym. Po odczytaniu kodu QR od razu wyświetlają się dane właściciela psa.

Informujemy, że w lutym rusza kolejna akcja sterylizacji zwierząt właścicielskich. Właściciele samic psów i kotów, będący mieszkańcami gminy Brzeg Dolny, których sytuacja materialna nie pozwala na opłacenie zabiegów sterylizacyjnych, mogą zgłosić się do Urzędu Miejskiego w Brzegu Dolnym pok. 122 lub do Przychodni Weterynaryjnej „Podaj Łapę" Joanny i Artura Różyckich w Brzegu Dolnym przy ul. Zwycięstwa 8 w godzinach pracy Przychodni.

Zapisy będą trwały od 05.02. do 28.02.2019 r.

Akcja będzie trwała do wyczerpania środków pieniężnych przeznaczonych na ten cel.

Sandra Jagieła

Mikroczip wszczepiamy zwierzęciu pod skórę i wpisujemy zaczipowane zwierzę do bazy europejskiej. Każdy kto znajdzie takiego zwierzaka, uda się do gabinetu weterynaryjnego i odczyta numer czipa, będzie mógł się dowiedzieć kto jest właścicielem zwierzęcia

Spotkanie opłatkowe w Pogalewie Wielkim

Styczniowe Spotkania Opłatkowe w Pogalewie Wielkim to już tradycja. Tak, jak w latach poprzednich zostało ono zorganizowane przez panią sołtys Monikę Wiśniewską oraz działaczy Stowarzyszenia Mieszkańców Wsi „Razem".

Zgromadzeni w niedzielne popołudnie w świetlicy wiejskiej mieszkańcy wioski oraz okolicznych miejscowości jeszcze raz mogli poczuć bożonarodzeniową atmosferę dzięki dzieciom z pogalewskiej szkoły. Zaprezentowane przez nie przedstawienie jasełkowe wzbudziło wiele pozytywnych emocji i zostało bardzo ciepło przyjęte przez publiczność.

Po występie był opłatek, życzenia oraz wspólne kolędowanie dorosłych i dzieci, a także czas na rozmowy przy pysznym cieście i kawie.

Takie spotkania, to nie tylko wspólnie spędzony czas, ale przede wszystkim okazja do budowania międzypokoleniowych więzi. A te, jak wiadomo, są niezwykle cenne.

Inf.

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

Luty 2019:
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

Karnawałowy Bal Charytatywny na rzecz Kasi Ryszki

W minioną sobotę sala balowa Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury wypełniła się po brzegi. Ponad 100 osób bawiło się do białego rana, a do tańca zagrał zespół Tomasza Laskowskiego „Dance Menu".

Uczestnicy balu byli bardzo hojni, zebrano 12 866,50 zł, w tym 6 911,50 zł licytacji, główną nagrodą był rower, został zlicytowany za 1 400 zł. Na aukcji pojawiło się również mnóstwo przedmiotów, w tym obrazy, niektóre z nich licytowano dwukrotnie. Podczas balu wystąpił zespół „Rytmy Planety". Goście bawili się do białego rana. Zebrane pieniądze zostały przeznaczone na leczenie guza mózgu w niemieckiej klinice. To jedyna szansa, aby Kasia mogła wrócić do zdrowia. – Warto organizować bale, takie jak ten dzisiejszy, przynajmniej z dwóch powodów. Ludzie spotykają się, integrują, a przy okazji zbierane są pieniądze na bardzo potrzebne cele i inicjatywy – mówili rodzice Kasi podczas imprezy. Szczególne podziękowania dla burmistrza i Dolnobrzeskiego Ośrodka Kultury za udostępnienie sali. Podziękowania należą się również sponsorom, bez nich ta impreza by się nie udała: Firma Wal Mar, Hanza, AutoMotoRowery Boss Bogdan Witiak, panią ze sklepu Ami i Monia na targowisku miejskim. Obrazy i vouchery na licytację przekazali: Stanisław Tomalak, Urszula-Białowąs-Musiała, Studio Manual Efekt Łukasz Czykiel, Maria Kucharska, Renata Karpiak, Tadeusz Matysiak, Anna Drężek, „Ann Bra" – Anna Żankowska, Pasja i wiele osób, które chciały pozostać anonimowe. Specjalne podziękowania należą się dla załogi kuchni.

Organizatorzy

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 14.00-15.30

Przewodniczący RM Andrzej Lech
71 319 51 17 wew. 254 (Biuro RM)
alech00@poczta.onet.pl
Przyjmuje mieszkańców w każdy wtorek w godz. 14.00-15.30

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

Pozostałe

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

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)

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

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

Hotel „Rokita"
71 380 80 30
khshotel@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
fax 71 319 62 98
stadionkhs@wp.pl

Przedszkole nr 1
ul. Zwycięstwa 1
71 319 56 60
www.perelka.brzegdolny.pl

Przedszkole nr 2
ul. Odrodzenia 2
71 319 56 59
www.przedszkole4bd.szkolnastrona.pl

Przedszkole nr 3
ul. Przedszkolna
71 319 56 95
www.balbinka.brzegdolny.pl

Szkoła Podstawowa nr 1
71 319 51 06
www.sp1brzegdolny.szkolnastrona.pl

Szkoła Podstawowa nr 5
71 319 58 30
71 319 56 67

Szkoła Podstawowa nr 6
71 319 99 11
www.sp6.brzegdolny.pl

Szkoła Podstawowa w Pogalewie Wielkim
71 319 63 79

Gimnazjum Publiczne nr 1
71 319 51 83
fax 71 319 92 80

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

Galeria Miejska DOK
71 319 55 25

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

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 3 na os. Warzyń
71 319 01 66

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 1 w Rynku
71 319 00 99

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna
Filia nr 2 w Pogalewie Wielkim
71 319 63 79

Komisariat Policji Brzeg Dolny
71 319 50 38
71 380 82 20

Powiatowy Urząd Pracy
Filia Brzeg Dolny
71 319 50 33

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

Gemini-med – opieka nocna i świąteczna
Wołów, ul. Trzebnicka 20/4
71 389 79 90

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

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

Punkt Konsultacyjny „MONAR"
71 319 78 83

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

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

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 Królowej Polski
ul. Zielona 2
71 319 58 00
mbkp.brzegdolny@archidiecezja.wroc.pl
www.krolowapolski.brzegdolny.pl

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

Apteki

Apteka „Stella"
ul. Słowackiego 4
71 319 86 83

Apteka „Tęczowa"
Al. Jerozolimskie 33
71 319 03 35

Apteka „W Rynku"
Rynek 12/23
71 380 24 13

Apteka „Lawendowa"
ul. Zwycięstwa 9
71 319 09 21

Apteka „Dolnobrzeska"
ul. Kętrzyńskiego 1
71 383 14 03

Apteka „Witaminka"
ul. Zwycięstwa 8
71 319 872 33

Apteka „W Przychodni"
Przychodnia Zdrowia al. Jerozolimskie
71 319 59 13

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury

zaprasza na

ferie 2019

4 LUTEGO (PONIEDZIAŁEK)
GODZ. 11:00 KINO NA FERIE
- KINO „ODRA" – „PATRYK"
GODZ. 11:00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE
- FILIA DOK, UL. ZWYCIĘSTWA 1
GODZ. 16:30 ZAJĘCIA WOKALNE DOK
- FILIA DOK UL. KOLEJOWA 27

5 LUTEGO (WTOREK)
GODZ. 11:00 ZAJĘCIA KREATYWNE
- SALA KAMERALNA DOK
GODZ. 17:00 WARSZTATY FIRESHOW
– FILIA DOK, UL. KOLEJOWA 27

6 LUTEGO (ŚRODA)
GODZ. 11:00 KINO NA FERIE
- KINO „ODRA" – „KACZKI Z GĘSIEJ PACZKI"
GODZ. 11:00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE
- FILIA DOK, UL. ZWYCIĘSTWA 1

7 LUTEGO (CZWARTEK)
GODZ. 11:00 KINO NA FERIE
- KINO „ODRA" – „ROBINSON CRUSOE"

8 LUTEGO (PIĄTEK)
GODZ. 11:00 PODRÓŻNICZE POGAWĘDKI
- SALA KAMERALNA DOK
GODZ. 11:00 ZAJĘCIA PLASTYCZNE
- FILIA DOK, UL. ZWYCIĘSTWA 1

Dolnobrzeski Ośrodek Kultury
ul. Kolejowa 29, tel. 71 319 52 52, www.dok.brzegdolny.pl

KURS UDZIELANIA PIERWSZEJ POMOCY DLA DZIECI

Wojewódzka Organizacja Wychowania Fizycznego i Sportowego „CICHOCIEMNI" Brzeg Dolny

NAUCZYSZ SIĘ UDZIELAĆ PIERWSZEJ POMOCY

- Co zrobić ?
- Jak się zachować ?
- Jak pomóc ?

W przypadku większości sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu

1 luty 2019r.
godz. 10:00

Filia DOK
ul. Kolejowa 27
(gołębnik)

Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna w Brzegu Dolnym

zaprasza dzieci na

FERIE ZIMOWE Z BIBLIOTEKĄ
(4.02.19 - 8.02.19)

Oddział dla dzieci i młodzieży (oś. Fabryczne – ul. Zwycięstwa 3)

4.02 godz. 13.00 – ***Kubeczkowy zawrót głowy*** – zabawy w kodowanie cz.1
5.02 godz. 13.00 – ***Kubeczkowy zawrót głowy*** – zabawy w kodowanie cz.2
7.02 godz. 13.00 – ***Turniej gier planszowych***
8.02 godz. 13.00 – ***Dzień Kota*** – zajęcia literacko – plastyczne

Filia nr 1 (Starówka – ul. Rynek 5)

05.02 godz. 13.00 ***„Kodowanie na bibliotecznym dywanie"*** cz. 1
Poznajemy robota Photon i uczymy się go programować / zapisy tel. 71-319-00-99
08.02 godz. 13.00 ***„Kodowanie na bibliotecznym dywanie"*** cz. 2
Poznajemy robota Photon i uczymy się go programować / zapisy tel. 71-319-00-99

Filia nr 3 (oś. Warzyń – ul. Młodzieżowa 2)

5.02 godz. 11.00 – ***Cuda z papieru*** - zajęcia plastyczne
8.02 godz. 11.00 – ***Być poetą każdy może*** – parafrazujemy wiersze

Będziemy mieli nowe e-dowody osobiste. Już od 1 marca

Od marca rozpocznie się wydawanie nowych dowodów osobistych z warstwą elektroniczną. Wymiana dowodów potrwa do 2029 r. Każdy właściciel dowodu osobistego będzie mógł wymienić go na nowy dowód przed upływem ważności posiadanego dokumentu. Dowody wydane bezterminowo będę podlegały wymianie jedynie na wniosek jego właściciela.

Nowy dowód będzie bezpiecznym i bezpłatnym narzędziem do komunikacji elektronicznej z administracją, służbą zdrowia i podmiotami komercyjnymi. E-dowód w sposób jednoznaczny będzie potwierdzał tożsamość obywatela. Ma służyć do jego uwierzytelnienia w e-usługach administracji publicznej oraz do podpisywania dokumentów elektronicznych. Ponadto, e-dowód będzie posiadał aplikację ICAO (dokument podróży z cechą biometryczną „zdjęcie twarzy"), która zapewni szybszą odprawę jego właściciela na lotniskach.

Info.

Jednoosobowa działalność gospodarcza, a podział majątku wspólnego przy małżeńskiej wspólności ustawowej.

Dosyć powszechne jest przekonanie, że prowadzenie działalności gospodarczej przez tylko jednego małżonka w formie jednoosobowej działalności gospodarczej gwarantuje, że majątek tegoż przedsiębiorstwa nie zostanie podzielony podczas sprawy o podział majątku wspólnego po rozwodzie małżonków.

Stanowisko to nie jest trafne, choć w rzeczywistości może się tak wydarzyć w określonych warunkach. Przedsiębiorstwo (także w przypadku JDG) rozumiemy zawsze przez pryzmat art. 55 KC i w myśl tego przepisu jest to zorganizowany zespół składników niematerialnych i materialnych przeznaczonych do prowadzenia działalności gospodarczej. Są to nie tylko nieruchomości i ruchomości, ale także prawa z nimi związane, w tym także tzw. wartość koncepcji prowadzenia działalności (marka, know-how, itd.).

Przedsiębiorstwo stanowi majątek osobisty małżonka wtedy gdy zostało nabyte/utworzone przed powstaniem wspólności (zazwyczaj zawarciem małżeństwa) lub w drodze dziedziczenia, zapisu, darowizny, albo zgodnie z art. 33 pkt.10 KRO nabyte w zamian za środki z majątku osobistego. W przeciwnym wypadku w trakcie postępowania o podział majątku wspólnego przedsiębiorstwo może zostać zakwalifikowane do majątku wspólnego lub być przedmiotem wspólności w częściach ułamkowych, gdzie udział w przedsiębiorstwie będzie stanowił składnik majątku osobistego każdego małżonka.

Niezależnie jednak od powyższego, pobrane dochody zasilają majątek wspólny nawet wtedy gdy przedsiębiorstwo stanowi w całości majątek osobisty jednego tylko małżonka (art.31 § 2 pkt.1 KRO). Wobec tego, pomijanie faktu, że małżonek prowadzi jednoosobową działalność gospodarczą w trakcie sprawy podziałowej zazwyczaj niesie negatywne konsekwencje i jest niekorzystne dla drugiego małżonka.

Warto o tym pamiętać „szykując się" do Sądu.

Adrian Gniewaszewski jest praktykiem prawa rodzinnego, właścicielem Kancelarii Adwokackiej z siedzibą w Brzegu Dolnym, Rynek 8.

Czym palić w piecu?

W związku z trwającym sezonem grzewczym nasila się zjawisko spalania w piecach domowych, kominkach oraz kotłowniach odpadów. Dym z komina zawiera pyły, które zawierają metale ciężkie, tlenek węgla, tlenki azotu, dwutlenek siarki, chlorowodór, cyjanowodór, jak również substancje rakotwórcze dioksyny i furany.

W Polsce z powodu chorób wywołanych zanieczyszczonym powietrzem rocznie umiera ok. 45 000 osób.

Zanieczyszczenia powietrza mają negatywny wpływ na nasz organizm i mogą powodować:
- zaburzenia pracy wątroby,
- alergie,
- choroby płuc,
- bóle głowy,
- niedokrwienie serca.

Pyły i gazy są emitowane do powietrza głównie w wyniku:
- spalania paliw stałych w piecach i kotłowniach domowych (tzw. niska emisja),
- spalania paliw płynnych w silnikach samochodowych (tzw. emisja liniowa),
- spalania paliw stałych w energetyce i przemyśle (tzw. wysoka emisja),
- procesów przemysłowych,
- emisji wtórnej zanieczyszczeń pyłowych z powierzchni odkrytych, np. chodników, boisk, dróg i powierzchni pylących.

W każdym piecu można palić bez większych negatywnych skutków dla zdrowia i kieszeni:
- węglem kamiennym — dla kotła zasypowego (im grubszy węgiel, tym lepszy),
- węglem czeskim („półbrunatnym") i brunatnym,
- niemalowanym, nieimpregnowanym drewnem,
- ekogroszkiem, pelletem, brykietami drzewnymi,
- brykietami ze słomy, zbożem, odpadami roślinnymi różnego rodzaju (np. łupinami z orzechów, pestkami, szyszkami).

W piecu nie wolno palić:
- mułu węglowego i flotokoncentratu,
- miałów z dużą zawartością ziarna do 3 mm,
- węgla brunatnego,
- niesezonowanego drewna,
- odpadów papierowych, kartonowych, plastików, folii,
- opakowań po środkach chemicznych, farbach, lakierach, mieszanych tworzywach sztucznych,

Za spalanie niedozwolonych paliw grożą kary identyczne, jak za spalanie odpadów.

Czym wolno palić?
Paliwa takie, jak węgiel czy drewno nie uwalniają podczas spalania substancji silnie toksycznych. Produkty ich spalania mogą być niezdrowe, lecz nie natychmiastowo trujące.

Spalanie różnego rodzaju odpadów, wyrobów z przetworzonego drewna, materiałów z tworzyw sztucznych itp. w domowych piecach jest zabronione, gdyż uwalniają one do atmosfery silnie toksyczne trucizny.

Dzieje się tak z dwóch powodów:
- w stosunkowo niskich temperaturach, jakie osiąga domowy piec (500–600 °C), nie jest możliwy pełny rozkład substancji i powstają rakotwórcze półprodukty,
- odpad zawiera w dużych ilościach substancje, które są bardzo szkodliwe (np. metale ciężkie takie, jak: ołów, kadm, rtęć), lub które w trakcie spalania łączą się w toksyczne związki (chlor, siarka) i także te, które są obecne w paliwie i ulatują do atmosfery (np. formalina w lepiszczu płyt meblowych).

Czego nie należy wrzucać do pieca?
Spalanie odpadów w domowych paleniskach powoduje pogorszenie stanu technicznego urządzeń i przewodów kominowych oraz osadzanie się sadzy, co może powodować zapalanie się przewodów kominowych i doprowadzić do pożarów domów.

Piec nie jest śmietnikiem. W legalny sposób można pozbyć się odpadów. Nie trzeba spalać śmieci, które nie mieszczą się do kubła. Obecnie gmina odbiera tyle odpadów, ile masz.

W naszej gminie funkcjonuje Punkt Selektywnej Zbiórki Odpadów Komunalnych (P.S.Z.O.K), który znajduje się na terenie bazy „FBSerwis", Radecz 38, czynny w poniedziałki, środy i piątki w godz. 10:00 – 18:00. Możesz przywieźć i zostawić tam bezpłatnie wszelkiego rodzaju śmieci: posortowane domowe odpady, stary sprzęt elektryczny i elektroniczny, gruz, zużyte baterie i akumulatory, makulaturę, odpady zielone, zużyte opony, opakowania plastikowe, szkło.

Co grozi za spalanie niebezpiecznych odpadów?
Za spalanie odpadów grozi do 500 zł mandatu lub do 5000 zł nakładanej przez sąd kary. Mówi o tym Ustawa o odpadach, a konkretnie Art. 191. „Kto, wbrew przepisowi art. 155, termicznie przekształca odpady poza spalarnią odpadów lub współspalarnią odpadów, podlega karze aresztu albo grzywny."

Kupony „Panoramy" nr 1 (92)

Dobre Foto

Zaproszenie na pływalnię
Grzegorz Bełski, Brzeg Dolny

Mini zestaw kosmetyków (Anna Clarena)
Bartek Szczepański

ODRA

Zaproszenie do kina „ODRA" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....

zbieramy do 11.02.2019

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w DOK przy ul. Kolejowej 29, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

pływalnia AQUASPORT

Zaproszenie na pływalnię „AQUASPORT" dla dwóch osób

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....

zbieramy do 11.02.2019

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w DOK przy ul. Kolejowej 29, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

Dobre-Foto.pl Jacek Palat
Fotograficzne Laboratorium Internetowe

Darmowe zdjęcia do dowodu osobistego

Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....

zbieramy do 11.02.2019

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w DOK przy ul. Kolejowej 29, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik"

Ferie w Brzegu Dolnym

Od poniedziałku uczniowie z województwa mazowieckiego, opolskiego, zachodniopomorskiego i dolnośląskiego rozpoczęli zimową przerwę od zajęć szkolnych. W gminie Brzeg Dolny Kompleks Hotelowo Sportowy oraz Dolnobrzeski Dom Kultury zorganizował zajęcia manualne – rozwijające kreatywność, jak również sportowe dla miłośników aktywnego spędzania wolnego czasu.

Dolnobrzeskie Kino „Odra", jak co roku zaprasza wszystkich na poranne seanse, które można oglądać zupełnie bezpłatnie. Nie ważne kto na jaką formę rozrywki się zdecyduje, najważniejszy jest wspólnie spędzony czas z rówieśnikami i świetna zabawa. Pokaz jazdy figurowej, jazda na łyżwach pod okiem instruktora, zajęcia na basenie, zajęcia plastyczno – teatralne, salon gier czy Indiańska Wioska to tylko niektóre z propozycji z jakich dzieci i młodzież mogą korzystać do 10 lutego, czyli ostatniego dnia ferii w naszym województwie. Miejska i Gminna Biblioteka Publiczna zorganizowała także zajęcia plastyczne, literackie i cieszące się coraz większym zainteresowaniem zajęcia z robotyki i programowania.

Sandra Jagieła

Dzień Babci i Dziadka w Szkole Podstawowej nr 6

Z okazji niedawno obchodzonego dnia Babci i Dziadka uczniowie klas „zerowych" wraz z wychowawcami przygotowali dla swoich Babć i Dziadków piękne przedstawienie jasełkowe.

Oprócz recytowanych z uśmiechem na twarzach wierszyków, można było usłyszeć najpiękniejsze kolędy w wykonaniu najmłodszych uczniów. Po zakończonym przedstawieniu, dzieci zaprosiły wszystkich dziadków na dalszy ciąg obchodów tego wyjątkowego rodzinnego święta. Wszystkie grupy przygotowały krótki program artystyczny oraz słodki poczęstunek. W każdej klasie można było usłyszeć wierszyki ułożone specjalnie z myślą o zaproszonych tego dnia gościach. Pogodne i ciepłe spojrzenia dzieci kierowane w stronę dziadków, były najpiękniejszym dowodem uczuć jakimi wnukowie darzą swoje Babcie i Dziadków.

Sandra Jagieła

Spędź ferie na lodowisku

Miłośnicy jazdy na łyżwach mogą być zadowoleni. Od piątku 25 stycznia będzie można wybrać się na lodowisko i oddać zimowemu szaleństwu. KH-S Rokita planuje uruchomić lodowisko tego dnia o godzinie 15.00.

Mimo, że od kilku dni warunki są sprzyjające, lodowiska nie można było otworzyć wcześniej z powodu usterki technicznej. Jak się okazało, przecięte były rurki, którymi płynie glikol do mrożenia lodu, w wyniku czego wyciekło 200 litrów tego płynu i nie można było uruchomić agregatora i sprężarki. Dopiero po usunięciu usterki i uzupełnieniu glikolu rozpoczęto przygotowywanie tafli lodowiska.

W tygodniu czyli od poniedziałku do piątku lodowisko czynne będzie od godziny 15.00 do 20.00 a w weekendy i w dni wolne od pracy od godziny 12.00 do 20.00. Zasady korzystania z białego „Orlika" nie zmieniły się. Czynna jest wypożyczalnia łyżew. Cennik też nie uległ zmianie. Ulgowy bilet kosztuje 3 zł, normalny 6 zł. Z dolnobrzeską kartą mieszkańca można dodatkowo skorzystać z 20% zniżki. Dokładne informacje odnośnie biletów i wypożyczania łyżew można znaleźć na stronie www.khs.brzegdolny.pl.

Lodowisko to prawdziwa frajda dla miłośników jazdy na łyżwach, ale przede wszystkim dla najmłodszych. W czasie ferii zimowych, które rozpoczną się w poniedziałek, lodowisko otwarte będzie już od godziny 10.00.

KH-S zaprasza wszystkie dzieci i młodzież. Będą organizowane gry i zabawy, zajęcia nauki jazdy na łyżwach oraz pokazy jazdy figurowej.

Oby pogoda pozwoliła, by lodowisko było jak najdłużej dostępne dla mieszkańców. Jak mówi dyrektor, lodowisko jest zamykane głównie wtedy, gdy są silne opady deszczu bądź śniegu, czyli gdy są niesprzyjające warunki atmosferyczne i techniczne.

bk

Zabawy z interaktywnym robotem

W czasie ferii zimowych w Miejskiej i Gminnej Bibliotece Publicznej zorganizowano zajęcia edukacyjne, wprowadzające dzieci w świat nowych technologii. Zabawa z Robotem Photonem umożliwiła dzieciom poznanie podstaw programowania. A możliwości zaprogramowania inteligentnego robota jest tysiące, wszystko zależało od pomysłu i wyobraźni dzieci, które były zachwycone interaktywną zabawą.

Zadania, które wykonuje robot, oparte są o fabularną historię, w której użytkownik pomaga Photonowi pokonywać kolejne wyzwania. Sterowanie robotem odbywa się za pomocą tableta i specjalnych aplikacji, które umożliwiają wprowadzenie Photona w ruch. Tego typu zabawy pozwalają dzieciom rozwijać kreatywność, zdolność logicznego myślenia i zrozumienie działania czujników, w które robot jest wyposażony.

Dzięki aplikacjom z czterema różnymi interfejsami, zabawa robotem dostosowana jest dla dzieci w wieku od 5 do 12 lat. Sterowanie Photonem dopasowuję się do etapu rozwoju dzieci, ich możliwości oraz zdolności percepcji.

Wszystkich, którzy chcieliby spróbować zabawy w programowanie zapraszamy do Miejskiej Biblioteki Publicznej już 5 lutego na dalszy ciąg zabaw z interaktywnym robotem.

Sandra Jagieła

Wojskowa Komenda Uzupełnień w Głogowie prowadzi

nabór do służby przygotowawczej

Służba ta może być pełniona przez ochotników niepełniących dotychczas żadnej z form służby wojskowej i posiadających uregulowany stosunek do służby wojskowej (osoby przeniesione do rezerwy bez odbycia służby wojskowej). Służba ta może być pełniona również przez inne osoby niepodlegające obowiązkowi odbycia zasadniczej służby wojskowej lub przeszkolenia wojskowego (np. kobiety). Żołnierz, który odbył służbę przygotowawczą może ubiegać się o powołanie do zawodowej służby wojskowej.

Do służby przygotowawczej może być powołana osoba:

- niekarana za przestępstwa umyślne,
- posiadająca obywatelstwo polskie,
- posiadająca odpowiednią zdolność fizyczną i psychiczną do pełnienia czynnej służby wojskowej,
- posiadająca co najmniej 18 lat,
- posiadająca co najmniej wykształcenie gimnazjalne.

Wniosek o powołanie do służby przygotowawczej składa się osobiście w Wojskowej Komendzie Uzupełnień w Głogowie wraz z dokumentami:

- świadectwo lub dyplom ukończenia ostatniej szkoły,
- inne dokumenty potwierdzające kwalifikacje zawodowe, uprawnienia, umiejętności, przynależność organizacyjną (np.: prawo jazdy, zaświadczenia o ukończeniu kursów, legitymacje członkowskie, itp.).

Czas trwania służby przygotowawczej dla kandydatów na szeregowych

do czterech miesięcy

WOJSKOWA KOMENDA UZUPEŁNIEŃ W GŁOGOWIE
ul. Wojska Polskiego 58
67-200 Głogów

261 678 182, 261 678 156
e-mail: wkuglogow.wr@ron.mil.pl
www.glogow.wku.wp.mil.pl

Angielski z Panoramą
COMPUTERS & INTERNET

download	ściąganie
home page	strona główna/startowa
password	hasło
sign in	zaloguj
database	baza danych
web browser	przeglądarka
file	plik
subscribe	subskrybować
operating system	system operacyjny
website	strona internetowa
folder	katalog
share	dzielić
bookmarks	zakładki
button	przycisk
software	oprogramowanie komputerowe
comment	komentarz
reply	odpowiedzieć
advertising	reklama
application	aplikacja

Trwa nabór wniosków

Trwa nabór wniosków w Ogólnopolskim Konkursie Grantowym Programu Równać Szanse 2019!

Polska Fundacja Dzieci i Młodzieży ogłosiła Ogólnopolski Konkurs Grantowy w ramach Programu „Równać Szanse 2019" Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności.

Program skierowany jest do fundacji i stowarzyszeń z miejscowości do 20 000 mieszkańców oraz domów kultury i bibliotek, które otrzymały co najmniej jedną dotację w Regionalnym Konkursie Grantowym Programu Równać Szanse od 2007 roku.

Celem konkursu jest wsparcie projektów, których celem ma być rozwój umiejętności społecznych młodych ludzi przydatnych zarówno w ich obecnym, jak i dorosłym życiu.

W konkursie można uzyskać dotację do 40 000 zł na działania trwające 15 miesięcy realizowane pomiędzy 1 lipca 2019 roku a 30 listopada 2020 roku (prowadzone ze stałą, minimum 20-osobową grupą młodzieży w wieku 13-19 lat z miejscowości do 20 000 mieszkańców).

O dotację mogą ubiegać się:

– stowarzyszenia zarejestrowane w KRS lub w ewidencji prowadzonej przez Starostów i fundacje - mające siedzibę i działające na terenie miejscowości do 20 000 mieszkańców,

– domy kultury i biblioteki, które otrzymały co najmniej jedną dotację w Regionalnym Konkursie Grantowym Programu Równać Szanse od 2007 roku.

Ogólnopolski Konkurs Grantowy składa się z dwóch etapów:

1 etap – wnioskujący przygotowują diagnozę środowiska lokalnego,

2 etap – laureaci pierwszego etapu przygotowują projekt.

Termin nadsyłania wniosków w pierwszym etapie mija 14 marca 2019 roku, o godzinie 12:00. Wyniki pierwszego etapu zostaną opublikowane na stronie internetowej programu 25 marca 2019 roku.

Wnioski można składać elektronicznie za pomocą Panelu Wnioskodawcy na stronie internetowej www.rownacszanse.pl.

Dla osób zainteresowanych udziałem w konkursie zaplanowano 5 bezpłatnych szkoleń:

Lublin – 9 lutego,
Wrocław – 9 lutego,
Kraków – 16 lutego,
Poznań – 16 lutego,
Warszawa – 23 lutego.

Zapisy na szkolenia odbywają się za pomocą elektronicznego formularza znajdującego się na stronie internetowej programu. Uczestnictwo w szkoleniach jest bezpłatne. Udział w szkoleniu nie jest warunkiem dopuszczenia wnioskodawcy do pierwszego etapu konkursu.

Program Równać Szanse realizowany jest od 2001 roku.

Celem Programu jest wyrównanie szans młodych ludzi na dobry start w dorosłe życie. Chodzi o sytuację, w której młody człowiek z małej miejscowości potrafi samodzielnie i świadomie osiągać wyznaczone przez siebie cele myśląc perspektywicznie o własnej przyszłości.

W ciągu 18 lat w ramach programu zostało zrealizowane ponad 2900 projektów na łączną kwotę ponad 33 milionów złotych, w których udział wzięło ponad 140 tysięcy młodych osób.

Więcej informacji o programie jest dostępne na stronie internetowej www.rownacszanse.pl.

reklama

monar

NIE POZWÓL, BY TRAWA CIĘ PRZEROSŁA

Poradnia Profilaktyki i Terapii Uzależnień Monar w Brzegu Dolnym zaprasza do udziału w programie profilaktycznym: **CANDIS – daj sobie szansę w Brzegu Dolnym**

CANDIS to indywidualny, krótkoterminowy program terapeutyczny dla osób mających problemy z powodu używania marihuany lub haszyszu. W programie mogą uczestniczyć osoby powyżej 16 roku życia, które chciałyby ograniczyć lub zrezygnować z używania konopi.

Program obejmuje z reguły 10 sesji, które realizowane są w ciągu od 2 do 3 miesięcy i mają charakter indywidualnych rozmów z terapeutą.

Terapia jest bezpłatna.
Zapraszamy osoby potrzebujące pomocy oraz ich najbliższych.

Więcej informacji: pod nr tel. 577 248 666 oraz w Poradni Profilaktyki i Terapii Uzależnień Monar w Brzegu Dolnym, Rynek 18 (budynek GOPS), czynna: wtorek w godz. 9.30-13.30, piątek: 15.00 -19.00

Bezpieczne karty podczas zakupów

Polacy pokochali płatności zbliżeniowe, więc na pewno w okresie wyprzedaży będą chętnie korzystać ze swoich kart. Niestety, czas zakupowej gorączki to również większe ryzyko kradzieży lub utraty, nie tylko gotówki, ale także kart płatniczych, których Polacy mają już w portfelach ponad 40 milionów.

W przypadku utraty karty, ale także dowodu osobistego, ważne jest ich szybkie zastrzeżenie pod międzybankowym numerem alarmowym (+48) 828 828 828. Od początku jego funkcjonowania, Polacy skorzystali z takiej możliwości już ponad 575 tys. razy. Polacy coraz częściej płacą także przy użyciu urządzeń mobilnych oraz z wykorzystaniem płatności BLIK. Z samego tylko BLIK-a w trzecim kwartale tego roku klienci korzystali średnio 264 tys. razy dziennie. Wiele banków wprowadziło w swoich aplikacjach mobilnych możliwość czasowego zastrzeżenia karty. Daje to dodatkowy czas na sprawdzenie, gdzie mogliśmy naszą kartę zostawić i upewnić się czy nie znajduje się ona jednak w bezpiecznym miejscu.

Info.

Designed by Freepik

PSYCHOLOGIA

Przykład idzie z góry

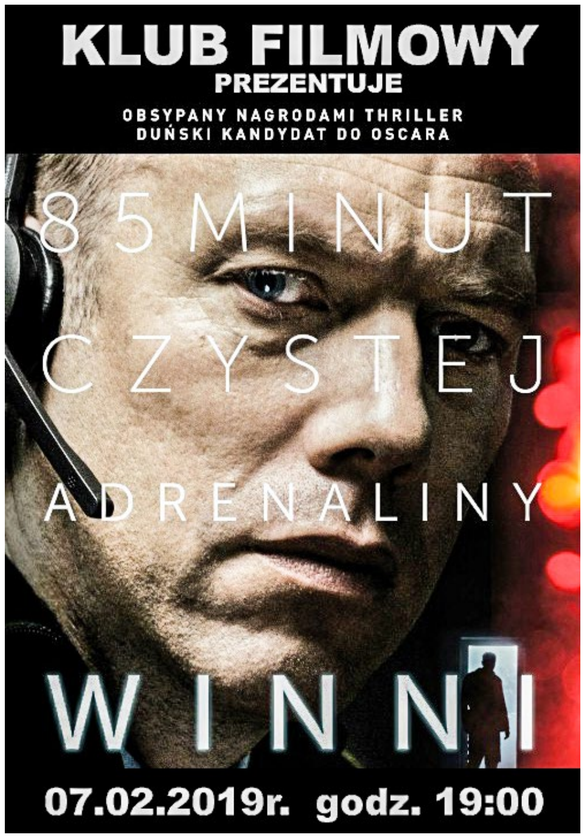
Druga część książki „Dzieci psychiatryka. Dalsze losy" Sary Romskiej jest dostępna na stronie www.ridero.eu.

Dzieciaki potrafią być wścibskie i ciekawskie. Bardzo interesuje je co robią i o czym dyskutują dorośli. Jeśli rodzice są ich autorytetami, a przynajmniej do pewnego wieku funkcjonują na pierwszym miejscu, chętnie się nimi chwalą, naśladują, a nawet cytują bez cenzury i weryfikacji ich słów. Sytuacje mogą stać się żenujące dla rodziców, gdy w różnych miejscach manifestują poparcie dla osądów rodziców.

Przysłuchują się wypowiadanym poglądom i ocenom. Nasiąkają tą wiedzą jak gąbka, dumnie cytując w szkole mądrości rodzinnych opiniotwórców. Konsternacja i żenada pojawia się wówczas, gdy wezwany rodzic musi tłumaczyć się z wypowiedzi i zachowania syna, czy córki. Na niejednej twarzy może zagościć rumieniec, niedowierzanie, a nawet wstyd. Jak zachować się w sytuacji i jak ją wytłumaczyć, gdy nasze dziecko powiedziało do rówieśników „Nic nie wiesz, bo mój tata wie lepiej i powiedział, że (taki, czy owaki) powinien wynosić się z Polski" itp. Sprawa zaczyna się komplikować w momencie, gdy dziecko często słyszy jak dorośli oceniają innych. Niesforna i upomniana pociecha przez nauczyciela w naszej ocenie została źle potraktowana, a belfer jest głupi i niedouczony. Młodzi ludzie są wyjątkowo bystrzy i doskonale posługują się manipulacją. Warto poznać drugą stronę medalu i osobiście przyjrzeć się sprawie. Zdarzają się, jak wszędzie, różnego typu nadużycia, brak profesjonalizmu i ludzkiej empatii, dlatego też warto zachować czujność. Zamiast wydawać od razu opinię, po relacjach dziecka należałoby zasygnalizować, że zbadamy sprawę i podejmiemy odpowiednie kroki. Wymaga to jednak konsekwencji w naszych działaniach i dotrzymania danego słowa.

Zbagatelizowanie wskazywanych problemów narazi dorosłych na brak wiarygodności i zaufania, a latorośl na rozczarowanie. Takie opinie nie muszą dotyczyć jedynie szkoły i nauczycieli, ale naszego szefa, księdza, ekspedientki itd. Niekontrolowane emocje i w złości wypowiadane słowa mogą okazać się krzywdzące i wymagające weryfikacji. Powinien usłyszeć o tym i młody człowiek jak bardzo pomyliliśmy się w naszych osądach, by nie musiał tkwić w przekonaniu, że wszystko jest do bani, a życie jest niesprawiedliwe. Przyznanie się do mylnego osądu nie zdyskredytuje dorosłego w oczach dziecka, a potwierdzi naszą roztropność. Dziecko może zbudować swój zakrzywiony obraz rzeczywistości, by dopiero jako osoba dorosła tworzyć dystans do ocen i opinii. A jeśli utrwali wyniesione z domu poglądy, jakim będzie człowiekiem? Kiedyś mówiło się, że przysłowia są mądrością narodów. W tym wypadku pięknie zafunkcjonuje „Czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci". Takie posługiwanie się przysłowiami, może nam bardzo pomóc w wyjaśnianiu wielu rzeczy, ale podejrzewam, że niektórzy dorośli nie rozumieją slangu młodzieżowego, tak młodzi nie od razu wyłapią sens przekazu z przysłowia. Trzeba poprosić o potwierdzenie, że zrozumieli co tak naprawdę pragniemy dziecku przybliżyć i czego nauczyć. To chytra i ucząca sztuczka, o której trochę zapomnieliśmy. Pragnę też zauważyć, że dzieci to inwestycja. Nie zawsze będziemy młodzi i sprawni. A w chwilach naszej niedoskonałości byśmy nie doczekali przełykania łez smutku i osamotnienia, gdzie największym, naszym marzeniem będzie, aby ktoś z empatią potrzymał nas za rękę. „Czas upływa, a my starzejemy się niepostrzeżenie." - Owidiusz.

Sara Romska



Walentynki z Panoramą

Konkurs dla zakochanych
do wygrania kolacja dla dwojga

Wypełnij kupon i przekaż go nam do losowania.
Do wygrania: 2 × bon na 100 zł w restauracji „Galeria",
1 × kolacja dla dwojga w restauracji „Cimone",
1 × sushi dla zakochanych o wartości 100 zł w restauracji „Art of Sushi",
1 × kawa i ciasto dla dwojga w kawiarni „Pastelowa".

100 zł

Kolacja dla dwojga

Imię i Nazwisko

Numer telefonu

Restauracja Galeria u. Czartoryskiego 7 tel. 71 319 08 18

Art of SUSHI

100 zł

Sushi dla zakochanych

Imię i Nazwisko

Numer telefonu

Art of Sushi, Brzeg Dolny, Rynek 2a, tel. 504 418 243

Cimone
PIZZA & PASTA

Kolacja dla dwojga

Imię i Nazwisko

Numer telefonu

Cimone Pizza & Pasta, Brzeg Dolny, Wyspiańskiego 16, tel. 882 556 461

Kawa i ciasto dla dwojga

Imię i Nazwisko

Numer telefonu

Kawiarnia Pastelowa, ul Tęczowa 14 (piętro – obok BD Media), tel. 608 064 672

Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w DOK przy ul. Kolejowej 29, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik" lub wysłać mailem na panorama@brzegdolny.pl

Muzyczny Koncert rodem z Wiednia

Po raz dziewiąty w Brzegu Dolnym odbył się Galowy Koncert Noworoczny, który był jednocześnie muzycznym otwarciem Nowego Roku 2019. Burmistrz Brzegu Dolnego Paweł Pirek złożył wszystkim mieszkańcom życzenia noworoczne.

W koncercie wystąpiła Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Sudeckiej pod batutą Bartosza Żurakowskiego, która zabrała publiczność w muzyczną podróż dookoła świata, prezentując dzieła symfoniczne znanych kompozytorów. Przez kilka godzin mogliśmy rozkoszować się pięknem muzyki w wykonaniu znakomitych artystów. Gościem specjalnym wieczoru była Królowa Operetki, sopranistka Grażyna Brodzińska, która zaprezentowała najwyższy kunszt sztuki wokalnej. Artystka oczarowała wszystkich swoim głosem, wdziękiem i scenicznym temperamentem.

Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Sudeckiej, której dyryguje Bartosz Żurakowski, prezentuje dzieła symfoniczne, oratoryjno-kantatowe i popularne począwszy od muzyki dawnej, poprzez największe kompozycje klasyczne i romantyczne, aż po muzykę współczesną.

Galowy Koncert Noworoczny w wykonaniu Orkiestry, który na dobre zadomowił się w Brzegu Dolnym, jest wyjątkowym wydarzeniem artystycznym, które cieszy się niesłabnącym zainteresowaniem mieszkańców.

To była prawdziwa uczta dla wszystkich miłośników muzyki klasycznej i operowej. Muzyczny koncert rodem z Wiednia publiczność nagrodziła owacjami na stojąco.

Beata Kowal

Plebiscyt Sportowy
Brzeg Dolny 2018

Zagłosuj!
Wyślij SMS z kodem zawodnika
lub organizacji (np. TYP.OR.7)
pod numer 71480. Cena za SMS to 1,23 zł z VAT

Głosowanie trwa
od 1 do 24 lutego

SPORTOWIEC

Daniel Arkadiusz TYP.SP.1

Lat 15, zapasy-sumo MKS Rokita, wychowanek trenera Józefa Szabowskiego.
- Mistrzostwa Polski w Sumo – Kobylin maj 2018: złoty medal kat. wag. 60 kg.
- Mistrzostwa Europy w Sumo – Estonia czerwiec 2018: srebrny medal kat. wag. 60 kg.
- Mistrzostwa Polski w Zapasach – Krotoszyn: złoty medal kat. wag 57 kg.
Najlepszy lekkoatleta szkolny w biegach.

Ryszard Banaszkiewicz TYP.SP.2

Tenis stołowy, zawodnik UKS 5 Brzeg Dolny. Uczestnik Grand Prix Polski Weteranów w tenisie stołowym , na których zajmuje miejsca na podium. W roku 2018 w VI GP Polski zdobył 2 miejsce, w VII GP Polski zajął 3 miejsce, w VIII GP 2 miejsce i w IX GP 3 miejsce.
Ponadto zawodnik ten zdobył Mistrzostwo Dolnego Śląska w grze pojedynczej oraz Mistrzostwo Polski w grze pojedynczej i podwójnej.

Damian Bąkowicz TYP.SP.3

Lat 32, piłka nożna, Klub Piłkarski Brzeg Dolny, drużyna Seniorów, trener: Marcin Kudryński. Od kilku lat reprezentuje barwy KP Brzeg Dolny. Zawodnik wszechstronnie utalentowany, uniwersalny i skuteczny. Lewonożny – obdarzony niezwykle mocnym strzałem. W KP gra na pozycji środkowego pomocnika, jednak świetna technika, waleczność i ambicja sprawiają, że jest wyróżniającym się zawodnikiem w lidze. W jesiennej rundzie był też najskuteczniejszym zawodnikiem drużyny KP. W rozegranych meczach tej rundy zdobył 7 bramek.

Maciej Czyżowicz TYP.SP.4

Lat 27, piłka nożna Klub Sportowy Brzeg Dolny. To najlepszy strzelec nowopowstałej drużyny KS Brzeg Dolny. Maciej swoją przygodę z piłką rozpoczął od gry w młodzieżowych drużynach MKP Wołów.Jednym z jego największych sukcesów jest zdobycie Korony Króla Strzelców w rozgrywkach juniorskich na szczeblu okręgowym. Wspomniany snajper to nie tylko najlepszy strzelec swojej drużyny, ale również najlepszy strzelec całej ligi (zdobywca 12 bramek).

Wojciech Hawrylczak TYP.SP.5

Lat 15, zapasy-sumo MKS Rokita, wychowanek trenera Józefa Szabowskiego.
– Mistrzostwa Polski w Zapasach – Krotoszyn: srebrny medal kat. wag 85 kg
– Mistrzostwa Polski w Sumo – Kobylin maj 2018: V miejsce kat. wag. 90 kg.

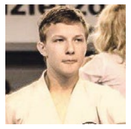
Maciej Kurtycz TYP.SP.6

Sekcja szachowa, MKS Rokita.
Swoją przygodę z szachami rozpoczął jako 8 latek, uczęszczając na zajęcia, które odbywały się w szkole. Tajniki sztuki szachowej poznawał ze swoimi trenerami oraz tatą, wspólna dotychczas zabawa stała się dla Maćka ogromną pasją i w dużym stopniu ukształtowała jego charakter. Liczne występy m.in. w Otwartych Mistrzostwach Okręgu Podwrocławskiego, zajmując 2 miejsce w kategorii JUNIOR, udział w Memoriale Czesława Błaszczaka oraz w Memoriale Akiby Rubensteina w Palanicy Zdroju, zajmując 14 miejsce na 185 uczestników oraz wiele innych występów, pozwala Maciejowi na dalszy rozwój i pracę nad zdobyciem kolejnej kategorii szachowej. Obecnie Maciej posiada II kategorię.

Kamil Leszczuk TYP.SP.7

Lat 15, zapasy-sumo MKS Rokita, wychowanek trenera Adriana Czecha.
– Mistrzostwa Polski w Zapasach – Krotoszyn: brązowy medal kat. wag 62 kg.
– Mistrzostwa Polski w Sumo – Kobylin maj 2018: V miejsce kat. wag. 60 kg.

Marek Romański TYP.SP.8



Lat 17, Avasatare.
Celem na kolejny sezon dla tego zawodnika będzie ustabilizowanie wagi na poziomie 57 kg oraz zdobycie medalu Mistrzostw Polski Juniorów. W roku 2018 zawodnik ten otarł się o powołanie do reprezentacji kraju w kategorii Junior (17-18 lat).

Damian Wróbel TYP.SP.9

Lat 19, zapasy-sumo MKS Rokita, wychowanek trenera Józefa Szabowskiego
– Mistrzostwa Świata Juniorów – Tajwan lipiec 2018: III miejsce kat. wag. 115 kg.
– Mistrzostwa Europy Juniorów – Estonia czerwiec 2018: brązowy medal kat. wag. 115, brązowy medal w drużynie, srebrny medal kat. wag. +115 OPEN.

Nadzieja sportu:

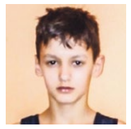
Oliwier Czupryna TYP.NA.1

Lat 9, piłka nożna KP Brzeg Dolny, drużyna Żaków, trener: Piotr Jurków. Niezwykle utalentowany zawodnik, który piłkę nożną trenuje od 6 roku życia. Bramkostrzelny, szybki, o dobrej koordynacji, a także umiejętności rozpoznawania i rozumienia sytuacji na boisku. Podczas meczów i treningów Oliwier wyróżnia się pod względem zaawansowania technicznego. Do tego jest bardzo pracowity, zdyscyplinowany i koleżeński.

Michał Dubowski TYP.NA.2

Lat 14, zapasy-sumo, MKS Rokita, wychowanek trenera Adriana Czecha.
– Mistrzostwa Polski w Sumo – Kobylin maj 2018: srebrny medal kat. wag. 80 kg.
– Mistrzostwa Polski w Zapasach – Krotoszyn: V miejsce kat. wag 85 kg.

Jurij Gurak TYP.NA.3



Lat 12, zapasy, MKS Rokita, wychowanek trenera Adriana Czecha.
Mistrz Dolnego Śląska w kategorii wiekowej dzieci, kat. wag. 46 kg.
Wygrywa Turnieje na Dolnym Śląsku w kat. wag. 46 kg.

Tymoteusz Jaworski TYP.NA.4

Lat 10, piłka nożna – Akademia Piłkarska Brzeg Dolny. Wyróżniający się zawodnik w drużynie Orlików, bardzo szybki, umiejący znaleźć i wypracować sobie dogodną sytuację do zdobycia bramki. Posiada wiele cech predysponujących do gry w piłkę nożną na najwyższym poziomie. Zdobywca wielu nagród na turniejach na najlepszego strzelca i zawodnika. Jest obserwowany i chwalony przez trenerów z czołowych klubów piłkarskich.

Wiktoria Rak TYP.NA.5

Pływanie – MKS Rokita. Wesoła, pracowita i ambitna. Sukcesy osobiste łączy ze sportowymi. Wiktoria bardzo poważnie podchodzi do każdego treningu, rezultatem czego jest uzyskanie kwalifikacji do Kadry Wojewódzkiej Młodziczek rocznika 2005. Wiktoria rywalizuje w stylu motylkowym i grzbietowym na dystansie 50 i 100 metrowym. W swoim roczniku utrzymuje się w pierwszej dziesiątce wśród rówieśniczek Juvenii czy Korala Wrocław. Na Zimowych Mistrzostwach DOZP uzyskała brąz na dystansie 50 m stylem motylkowym i 100 m stylem zmiennym. Na International Swimming Meeting w Świdnicy zdobyła złoto na 100 m stylem motylkowym i brąz na 100m stylem grzbietowym, poprawiając swoje czasy na tych dystansach. Przed Wiktorią sprawdzian Mistrzostw Polski 14-latków. Obecnym trenerem Wiktorii jest Daniel Staroń.

Szymon Sinkowski TYP.NA.6

Pływanie MKS Rokita. Ambitny, z dużymi aspiracjami na osiągnięcie sukcesów pływackich, zwłaszcza w stylu grzbietowym i dowolnym. W roku 2018 uplasował się na 12 miejscu w Polsce, w roczniku 2005 na dystansie 50 m stylem grzbietowym na Zimowych Mistrzostwach DOZP w Nowej Rudzie zdobył srebro i uzyskał punkty kwalifikacyjne FINA do Kadry Wojewódzkiej 13-latków. Na International Swimming Meeting w Świdnicy uzyskał najlepszą „życiówkę" na dystansie 50 m stylem dowolnym (0:27,68), zdobywając srebrne medale na 50 m stylem dowolnym i grzbietowym oraz 100 m stylem grzbietowym. Przed Szymonem pierwszy sprawdzian Mistrzostw Polski 14-latków. Obecnym trenerem Szymona jest Daniel Staroń.

Mieszko Słodowy TYP.NA.7

Lat 10, Karate Kyokushin, wychowanek trenera Bogusława Bolanowskiego.
Osiągnięcia:
II Ogólnopolskie Mistrzostwa KYOKUSHIN I WKF „KARATE KID" Wołów, 27 października 2018:
– I miejsce w kategorii kumite bez kontaktu chłopców 9-10 lat.

Kinga Żak TYP.NA.8

Lat 10, Avasatare.
Kinga jest prowadzona tak aby everest swoich możliwości pokazać za parę lat. Mimo tego w roku 2018 pokazała bardzo wysokie umiejętności, zdobywając medale na prestiżowych zawodach. Jeśli nadal będzie podążała za myślą szkoleniową trenera Kamila Uchnasta, Brzeg Dolny będzie miał z niej wiele powodów do dumy.

Trener :

Bogusław Bolanowski TYP.TR.1

Trener Karate Kyokushin.
Osiągnięcia: kursy kwalifikacyjne i zawodowe, uprawnienia, licencje, szkolenia, udział w konferencjach branżowych i inne.

Adrian Czech TYP.TR.2

Sekcja zapasy, MKS Rokita Brzeg Dolny.

Stanisław Jachyra TYP.TR.3

Trener piłki nożnej w Klubie Sportowym Brzeg Dolny. Na trenerską ławkę powrócił po długiej przerwie. Człowiek, który może poszczycić się największym osiągnięciem w historii dolnobrzeskiego futbolu, awansem z drużyną MKS Rokita Brzeg Dolny do 3 ligi (sezon 1993/94). Oprócz wspomnianego zespołu trener ten prężnie prowadził jeszcze takie zespoły jak MKP Wołów czy Piast Żmigród. Obecnie Stanisław Jachyra jest trenerem w Klubie Sportowym KS Brzeg Dolny. W 2018 roku po rundzie jesiennej jego podopieczni z dorobkiem 19 punktów (6 zwycięstw, 1 remis, 0 porażek) zajmują pierwsze miejsce w tabeli i są murowanym kandydatem do awansu do wyższej klasy rozgrywek.

Piotr Jurków TYP.TR.4

Lat 46, piłka nożna Klub Piłkarski Brzeg Dolny.
Trener z 11 letnim doświadczeniem, od samego początku swojej pracy związany z KP Brzeg Dolny. Posiada licencję UEFA B. Prowadzi drużyny Żaków, Orlików oraz Juniorów. Najmłodszych przez zabawę i naukę wprowadza w świat piłki nożnej opartej na zdrowej, uczciwej rywalizacji. Starszym zapewnia solidne wyszkolenie techniczne, potrafi motywować i zapewnia bardzo dobrą atmosferę w drużynach. Obecnie Piotr jest także zawodnikiem drużyny B klasy i drużyny I ligi oldbojów Olimpii Godzięcin, w przeszłości KP oraz innych seniorskich zespołów klasy okręgowej A i B, był reprezentantem Polski na mini mistrzostwach świata służb mundurowych, a także trenerem klubów Odra Stary Dwór i Dąb Kuraszków. Prywatnie tata córki i dwóch synów, z których starszy jest zawodnikiem IV ligowego niemieckiego TORGELOWER FC, młodszy uczy się i gra w piłkę w lidze wojewódzkiej juniorów starszych SMS Łódź.

Roman Pogorzelski TYP.TR.5

Jest trenerem personalnym pływania. Trenuje od września Szymona Sieńkowskiego, który zdobył wicemistrzostwo Dolnego Śląska, uzyskując czwarty czas w Polsce 13- latków i dostał się do kadry Dolnośląskiej, ponadto zawodnik ten często staje na podium na zawodach pływackich.

Kamil Uchnast TYP.TR.6

Trener Avasatare.
Jako młodziutki chłopak zakochał się w Teakwon-do. Sztuka, sport i filozofia połączone ze sobą, były dla niego jak magia w szarych czasach i w małym, sennym miasteczku. Marzył o zdobyciu Mistrzostwa Świata w Taekwon-do. Każdego dnia trenował z całych sił, by dogonić everest swoich marzeń. Doświadczenia w postaci rywalizacji, międzynarodowych zawodów, kadry i przewartościowywania swoich priorytetów, by dostać się na szczyt wydrążyły skałę – założył sportowy klub Taekwondo – Avasatare.
Trenuje dzieci, młodzież i dorosłych. Stara się nadawać kierunek temu wszystkiemu, być przykładem dla innych, budować kariery zawodników, wychowywać w sporcie. Jak mówi - to nie tylko wspaniała przygoda ale również wielka odpowiedzialność. Umiejętność zatrzymania wychowanków w klubie na kolejne 10 lat to największe wyzwanie.

Organizacja:

AKADEMIA PIŁKARSKA TYP.OR.1

Akademia Piłkarska Brzeg Dolny powstała z myślą o najmłodszych adeptach piłki nożnej. Celem Akademii jest popularyzacja piłki nożnej oraz zachęcenie dzieci do aktywnego spędzania czasu wśród rówieśników, dla których piłka nożna to przede wszystkim dobra zabawa. Zadaniem Akademii jest przygotowanie możliwie jak największej grupy utalentowanych zawodników (w przedziale wiekowym 4-18 lat) do uczestnictwa i rywalizacji w turniejach piłkarskich i rozgrywkach ligowych PZPN. Akademia działa od czterech lat, prowadzi szkolenia w 11 grupach treningowych, w których uczestniczy około 180 zawodników (juniorów młodszych OLJM, trampkarzy WLT, młodzików OLM i młodzików TLM, orlików, żaków I, żaków II, trzy grupy skrzatów, oraz Akademia Przedszkolaka). Treningi piłkarskie w Akademii prowadzone są przez ośmiu trenerów. W 2018 roku Akademia była organizatorem Ogólnopolskiego Szkolenia Trenerów, w którym wzięło udział około 200 trenerów z całej Polski i po raz drugi była organizatorem Ogólnopolskiego Turnieju MICOCUP z udziałem najlepszych młodzieżowych akademii piłkarskich w kraju.
Drużyny Akademii Piłkarskiej Brzeg Dolny w 2018 roku brały udział w rozgrywkach ligowych i wielu turniejach sportowych, w których zajmowały czołowe miejsca w klasyfikacjach końcowych.
Do najważniejszych sukcesów sportowych Akademii w 2018 roku zaliczamy:
I miejsce w Okręgowej Lidze Trampkarzy – historyczny awans do ligi wojewódzkiej.
I miejsce w Okręgowej Lidze Juniorów Młodszych.
I miejsce w Turnieju Noworocznym w Brzegu Dolnym w kategorii wiekowej Żak.
I miejsce Trampkarzy w Turnieju organizowanym przez Młodzieżowe Centrum Sportu we Wrocławiu.
I miejsce Żaków w turnieju o Puchar dyr. OSiR w Wołowie.
II miejsce Orlików na Turnieju w Brzegu Dolnym.
II miejsce Trampkarzy na turnieju w Wińsku.
II miejsce Młodzików na Sporting Winter Cup.
I miejsce rocznik 2006 na turnieju w Wołowie.
II miejsce Żaków na turnieju o Puchar burmistrza Złotoryi.
II miejsce Żaków na turnieju w Namysłowie.

AVASATARE TYP.OR.2

Kontynuujemy nauki twórcy Taekwon-do Gen. Choi Hong Hi. Istniejemy dzięki wsparciu miasta i lokalnej społeczności i na jej rzecz działamy. Jesteśmy wizytówką Brzegu Dolnego, nadajemy miastu charakter oraz rozpoznawalność. W centrum naszych działań zawsze znajduje się odbiorca marki Avasatare, który jest najważniejszy. Znajdujemy się w codziennym życiu każdego naszego sympatyka, dając mu poczucie dumy i przynależności do Avasatare. Wydarzenia, które organizujemy cieszą się popularnością, a wywołane emocje towarzyszą uczestnikom przez długi czas. Jesteśmy otwarci na zmiany, pasjonuje nas nieustanny rozwój i ulepszanie.

BIEGAMY W BRZEGU DOLNYM TYP.OR.3

Celem organizacji jest propagowanie zdrowego stylu życia poprzez bieganie. Główną imprezą organizowaną przez „Biegamy W Brzegu Dolnym" jest Dolnobrzeski Cross Mikołajkowy, podczas którego co roku pomagamy choremu dziecku. W piątej edycji zebraliśmy 26 tysięcy 200 zł a suma wszystkich edycji to ponad 63 tysiące.

KLUB SPORTOWY BRZEG DOLNY TYP.OR.4

To nowy klub, który powstał w lipcu 2018 roku, założony przez grupę znajomych-pasjonatów piłki nożnej. Zawodnicy rozpoczęli rozgrywki od najniższej ligi i po rundzie jesiennej KS Brzeg Dolny przewodzi w tabeli C klasy. W całej rundzie na 6 rozegranych meczów piłkarze KS pięć meczów wygrali, a jeden mecz zremisowali. Od przyszłego sezonu piłkarskiego zawodnicy KS-u, podopieczni trenera Stanisława Jachyry, występować będą w B klasie.

Zawody siatkarskie strażaków

W Kompleksie Hotelowo Sportowym „Rokita" odbyły się eliminacje wojewódzkie Państwowej Straży Pożarnej w siatkówce. Strażacy z Obornik Śląskich, Wołowa i Środy Śląskiej walczyli o jak najlepsze wyniki.

Mimo że były to dopiero elimanacje do rozgrywek wojewódzkich, które odbędą się po wyłonieniu najlepszych drużyn w powiatach, to walka między trzema zespołami była niezwykle zacięta. Rozgrywki odbywały się systemem każdy z każdym a każdy mecz kończył się wynikiem 0:2 w setach. Najlepszą drużyną okazali się strażacy z Obornik Śląskich.

Sandra Jagieła

Liga Air Products na półmetku

Na półmetku rozgrywek 24. edycji Halowej Ligi Piłki Nożnej Air Products 2018/2019 liderem jest zespół Sparta 1906, który po sześciu rozegranych kolejkach ma na swoim koncie komplet punktów – 18 pkt. (6 wygranych meczy, 32 bramki strzelone, 8 straconych).

Drugie miejsce w tabeli zajmuje zespół Herosi z 15 pkt. (5 zwycięstw, 1 porażka).

Trzecie i czwarte miejsce w tabeli zajmują zespoły Young Rebels i KS Brzeg Dolny, które po sześciu kolejkach zgromadziły na swoim koncie po 13 pkt.

Jedynym zespołem, który po rozegraniu sześciu kolejek jeszcze nie ma na swoim koncie punktów jest drużyna AA, która zajmuje 12 miejsce w tabeli.

W 36 dotychczas rozegranych meczach strzelono 255 bramek, co daje średnią 7 bramek na 1 mecz. Najwięcej bramek (57) strzelono w szóstej kolejce HLPN, najmniej (33) w trzeciej kolejce HLPN.

Po rozegraniu każdej kolejki wybierana jest tzw. „Top Goal", czyli najładniejsza bramka. Autorami najładniejszych bramek są: Damian Wróbel (Bratanki), Grzegorz Gryzan (KP Brzeg Dolny), Krzysztof Lipa (FC GZPW) i ex aequo Tadeusz Woś (Air Products), Grzegorz Sułowski (Orły), Tadeusz Woś (Air Products), Przemysław Ignasiak (Herosi).

Zawodnikiem, który strzelił w jednym meczu najwięcej bramek jest Ernest Uść (Herosi), który sześć razy pokonał bramkarza drużyny AA.

Do końca ligi pozostało jeszcze 5 kolejek, najbliższa odbędzie się 2 lutego. Tegoroczne rozgrywki są bardzo wyrównane, szanse na zwycięstwo ma kilka drużyn.

Ostatnia kolejka rozegrana zostanie 9 marca, dzień później odbędzie się tradycyjnie Puchar Ligi – kończący całą edycję, a po nim nastąpi uroczyste zakończenie Ligi i wręczenie nagród.

W tym roku pula nagród w klasyfikacji drużynowej wynosi 3 tysiące złotych (I miejsce – 1500 zł, II miejsce 1000 zł, III miejsce 500 zł.). Nagrody indywidualne przyznane zostaną dla najlepszego strzelca, bramkarza i zawodnika.

Nagrody ufundowała gmina Brzeg Dolny i KH-S Rokita.

Więcej informacji na www.facebook.com/ligaBD/

Beata Kowal

6. edycja „Typuj z Panoramą"

Trzecia kolejka 6. edycji „Typuj z Panoramą" za nami.
Zwycięzcą został Tadeusz Szczepański z 15 trafieniami.
Gratulujemy i prosimy o kontakt z redakcją w celu odebrania nagrody. Zapraszamy do dalszej zabawy!

Lp.	Data	Godz.	Kolejka 4	Liga	Dyscyplina
1.	09.lut	16:00	Crystal Palace – West Ham United	Premier League	Piłka nożna
2.	09.lut	16:00	Watford - Everton	Premier League	Piłka nożna
3.	10.lut	14:30	Tottenham - Leicester	Premier League	Piłka nożna
4.	10.lut	17:00	Manchester City - Chelsea	Premier League	Piłka nożna
5.	09.lut	17:00	PSG - Bordeaux	Ligue1	Piłka nożna
6.	10.lut	15:00	Montpellier - Monaco*	Ligue1	Piłka nożna
7.	10.lut	21:00	Nice - Lyon	Ligue1	Piłka nożna
8.	09.lut	16:15	Atletico Madryt – Real Madryt	LaLiga	Piłka nożna
9.	10.lut	20:45	Athletic Bilbao – FC Barcelona	LaLiga	Piłka nożna
10.	08.lut	18:00	Miedź Legnica – Jagiellonia Białystok**	Lotto Ekstraklasa	Piłka nożna
11	09.lut	15:30	Śląsk Wrocław – Zagłębie Sosnowiec	Lotto Ekstraklasa	Piłka nożna
12.	09.lut	20:30	Lechia Gdańsk – Pogoń Szczecin	Lotto Ekstraklasa	Piłka nożna
13.	10.lut	18:00	Wisła Płock – Legia Warszawa	Lotto Ekstraklasa	Piłka nożna
14.	11.lut	18:00	Górnik Zabrze – Wisła Kraków	Lotto Ekstraklasa	Piłka nożna
15.	09.lut	18:00	Fiorentina - Napoli	Serie A	Piłka nożna
16.	10.lut	20:30	AC Milan - Cagliari	Serie A	Piłka nożna
17.	09.lut	15:30	Borussia Dortmund - Hoffenheim	Bundesliga	Piłka nożna
18.	09.lut	15:30	Borussia M'gladbach – Hertha Berlin	Bundesliga	Piłka nożna
19.	09.lut	15:30	RB Lipsk – Eintracht Frankfurt	Bundesliga	Piłka nożna
20.	09.lut	18:30	Bayern Monachium - Schalke	Bundesliga	Piłka nożna

1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9	10.
11.	**12.**	**13.**	**14.**	**15.**	**16.**	**17.**	**18.**	**19**	**20.**

Imię i Nazwisko	Nr telefonu / Adres e-mail

*REZULTAT DO PRZERWY **DRUGI MECZ ROZSTRZYGAJĄCY

Wyniki 3 kolejki

Msc.	Zawodnik	Pkt.
1	Tadeusz Szczepański	15
2	Grzegorz Miłkowski	14
3	Piotr Stachowiak	13
4	Dominik Zimny	12
	Magdalena Sawaryn	12
5	Waldemar Mazur	11
	Przemek Zieliński	11
	Tomasz Rybotycki	11
	Justyna Gruszecka	11
6	Kazimierz Pirch	10
	Romuald Talik	10
	Waldemar Zimny	10
	Mirosław Smoczyk	10
	Jarosław Iskra	10
7	Stanisław Gałecki	9
	Jarosław Nykiel	9
	Karol Grześków	9
	Jarosław Gruszecki	9
	Konrad Zimny	9
8	Mirosław Talik	8
	Kazimierz Uler	8
	Zbigniew Szumilas	8
	Dariusz Kubis	8
	Tomasz Młynek	8

Msc.	Zawodnik	Pkt.
9	Dawid Gruszecki	7
	Marek Kondratowicz	7
	Tomasz Stępniewski	7
	Jan Głowacki	7
10	Piotr Stępski	6
11	Łukasz Konieczny	4
12	Marek Filip	3
13	Damian Jóźwik	0
	Michał Zając	0

Ranking zwycięzców

Kol.	Zawodnik	Pkt.
3	**Tadeusz Szczepański**	**15**
2	**Kazimierz Uler**	**14**
1	**Romuald Talik**	**12**

Dołącz do zabawy!

Wytnij i wrzuć wypełniony kupon do naszych skrzynek (szczegóły na str. 13) lub wyślij go na maila sport.panorama@brzegdolny.pl
Nagradzamy zwycięzcę każdej kolejki!
Na Waszą prośbę od przyszłego numeru podamy klasyfikację z wszystkich kolejek

FitStyle
FITNESS IS MY LIFE

Karolina Wiśniewska – Trener FitStyle

Obiecaliśmy, że na łamach „Panoramy Brzegu Dolnego" przedstawimy Wam kadrę FitStyle. Zespół trenerów, który opiekuje się klientami na treningach grupowych, personalnych oraz podczas pobytu na siłowni.

Jako pierwszą zaprezentujemy Wam pasjonatkę aktywnego stylu życia Karolinę Wiśniewską. Jej upór i pasja poprowadziły ją do rozwijania się w zakresie trenera personalnego. Obecnie pod jej okiem trenują kobiety jak i mężczyźni. Prowadzi zajęcia grupowe, na których świadomie sięga po metodykę treningu funkcjonalnego. Sama jest idealnym przykładem jak można w rok czasu usprawnić i wyrzeźbić swoje ciało, czerpiąc przy tym przyjemność z każdego świadomego treningu. Karolina szkoli się również w zakresie dietetyki, pomaga i doradza swoim klientom jak przygotowywać całodzienne posiłki, by były smaczne i zdrowe. Prowadzi Instagramowego bloga (Instagram: karola.healthy lub na facebooku: Trener z pasją – Karolina Wiśniewska), gdzie inspiruje całą Polskę swoimi treningami, ćwiczeniami i pysznościami na talerzu. W zeszłym roku została trenerem przygotowań do Ranmageddonu – ekstremalnych biegów w terenie, otrzymując kwalifikacje do prowadzenia przygotowań naszych klientów w tym zakresie.

Jeśli chcesz nauczyć się pracować ze swoim ciałem od podstaw po to, by w przyszłości móc bezpiecznie trenować samemu, serdecznie zapraszamy na zajęcia z Karoliną. W grafiku fitness FitStyle znajdziesz takie zajęcia jak: Trening Obwodowy, Atak na pośladek, Cross Trening, Mobility& Stretch. Możesz również zdecydować się na indywidualną opiekę treningową z Karoliną.

Zapraszamy!
fitstylebrzegdolny.pl
fb @fitstylebrzegdolny
tel. 792 903 997

A co Karolina mówi o sobie?

Miłość do sportu narodziła się u mnie 2,5 roku temu, z czasem zaczęłam poświęcać treningom dużą cześć mojego życia.

Rozpoczynając od swoich treningów, poprzez pierwsze szkolenia aż do prowadzenia zajęć grupowych po indywidualne. Teraz żyje tylko tym i wszystko kręci się wokół siłowni, ludzi którzy tu przychodzą, a przede wszystkim wokół ciągłego doszkalania się m.in w zakresie treningu funkcjonalnego i siłowego.

Staram się żeby każde prowadzone przeze mnie zajęcia opierały się na zasadach treningu funkcjonalnego. Bazą zawsze jest odpowiednie przygotowanie do dalszych ćwiczeń, jest to m.in. rozluźnienie tkanek, praca nad powiększeniem zakresów ruchu, aktywacje i utrwalenie prawidłowego wzorca ruchowego.

Moim zdaniem wszystkie te elementy powinny znaleźć się w treningu każdej osoby trenującej.

FERIE NA SPORTOWO

organizowane przez Kompleks Hotelowo-Sportowy „ROKITA" w terminie 28.01.2019 r. -08.02.2019 r.

DATA	GODZINA	NAZWA IMPREZY
31.01.2019 r. czwartek	godz. 11.00 – 14.00	Lodowisko - Pokaz jazdy figurowej na lodzie z nauką podstawowych elementów jazdy figurowej (instruktor)
	godz. 11.00 – 13.00	Pływalnia Aquasport – Gry i zabawy w wodzie – Marek Miedźwiecki
	godz. 13.00 – 15.00	Hala Sportowa – Tenis stołowy – gry i zabawy – Marek Chrabąszcz
01.02.2019 r. piątek	godz. 11.00 – 12.30	Lodowisko - Gry i zabawy na lodzie dla dzieci ze Szkół Podstawowych gminy Brzeg Dolny - Ireneusz Kowal
	godz. 12.30 – 14.00	Lodowisko - Gry i zabawy dla dzieci ze Szkół Ponadpodstawowych gminy Brzeg Dolny – Ireneusz Kowal
04.02.2019 r. poniedziałek	godz. 9.30 – 11.00	Sala Treningowa KH-S „Rokita" – Zajęcia Ogólnorozwojowe z elementami sportów walki – Adrian Czech
	godz. 11.00 – 14.00	Lodowisko - Pokaz jazdy figurowej na lodzie z nauką podstawowych elementów jazdy figurowej (instruktor)
05.02.2019 r. wtorek	godz. 9.30 – 11.00	Sala Treningowa KH-S „Rokita" – Zajęcia Ogólnorozwojowe z elementami sportów walki – Adrian Czech
	godz. 11.00 – 13.00	Pływalnia Aquasport – Gry i zabawy w wodzie – Marek Miedźwiecki
	godz. 11.00 – 12.30	Lodowisko dla dzieci ze Szkół Podstawowych gminy Brzeg Dolny
	godz. 12.30 – 14.00	Lodowisko dla dzieci ze Szkół Ponadpodstawowych gminy Brzeg Dolny
06.02.2019 r. środa	godz. 9.30 – 11.00	Sala Treningowa KH-S „Rokita" – Zajęcia Ogólnorozwojowe z elementami sportów walki – Adrian Czech
	godz. 11.00 – 12.30	Lodowisko dla dzieci ze Szkół Podstawowych gminy Brzeg Dolny
	godz. 12.30 – 14.00	Lodowisko dla dzieci ze Szkół Ponadpodstawowych gminy Brzeg Dolny
07.02.2019 r. czwartek	godz. 9.30 – 11.00	Sala Treningowa KH-S „Rokita" – Zajęcia Ogólnorozwojowe z elementami sportów walki – Adrian Czech
	godz. 11.00 – 14.00	Lodowisko - Pokaz jazdy figurowej na lodzie z nauką podstawowych elementów jazdy figurowej (instruktor)
	godz. 11.00 – 13.00	Pływalnia Aquasport – Gry i zabawy w wodzie – Marek Miedźwiecki
08.02.2019 r. piątek	godz. 9.30 – 11.00	Sala Treningowa KH-S „Rokita" – Zajęcia Ogólnorozwojowe z elementami sportów walki – Adrian Czech
	godz. 11.00 – 14.00	Lodowisko - ZAWODY - Szkoły Podstawowe kl. I-VI godz. 11.00 – 12.00 - Szkoły Podstawowe kl. VII – VIII i kl. III GM godz. 12.00 - 13.00 - Szkoły Ponadpodstawowe godz. 13.00 – 14.00

Młodziki na turnieju w Żmigrodzie

Drużyna młodzików prowadzona przez trenera Szymona Węglarza wzięła udział w turnieju o puchar Burmistrza Gminy Żmigród.

W turnieju wzięło udział 10 drużyn, które zostały podzielone na dwie grupy. W grupie rozegraliśmy cztery spotkania. Dwa z nich zakończyły się remisem, a w kolejnych dwóch nie udało się nam zdobyć punktów. Z dorobkiem 2 punktów zajęliśmy czwarte miejsce w grupie. W meczach o miejsca wygraliśmy z drużyną Rawia Rawicz i w meczu o piąte miejsce pokonaliśmy w rzutach karnych drużynę z Wołowa. Turniej w Żmigrodzie stał na bardzo wysokim poziomie, zajęliśmy bardzo dobre, piąte miejsce, mimo braków kadrowych.

AP Brzeg Dolny

Wyniki		
Rawia Rawicz II	AP Brzeg Dolny	0 – 0
AP Brzeg Dolny	Piast Żmigród I	0 – 4
WKS Śląsk Wrocław I	AP Brzeg Dolny	0 – 2
AP Brzeg Dolny	MKP Wołów	1 – 1
Mecze o miejsca 1-8		
AP Brzeg Dolny	Rawia Rawicz I	2 – 1
Mecz o piąte miejsce		
AP Brzeg Dolny	MKP Wołów	0 – 0 (K 1-0)

Klasyfikacja końcowa:	
1.	Piast Żmigród I
2.	WKS Śląsk Wrocław II
3.	WKS Śląsk Wrocław II
4.	PKS Racot
5.	AP Brzeg Dolny
6.	MKP Wołów
7.	Rawia Rawicz I
8.	Pudliszki
9.	Piast Żmigród II
10.	Rawia Rawicz II

Skład drużyny: B. Chyziński, M. Kucharzów, O. Kaczmarek, D. Kaczmarek, T. Woźniak, J. Sworniowski, M. Kidoń, A. Paszek, B. Pawłowski.

Akademia Młodych Orłów w Brzegu Dolnym

W poniedziałek 21 stycznia Polski Związek Piłki Nożnej, Akademia Młodych Orłów wraz z Akademią Piłkarską Brzeg Dolny byli organizatorami bezpłatnego szkolenia dla trenerów, instruktorów, nauczycieli oraz wychowawców w ramach projektu AMO.

Jest to nowa inicjatywa Polskiego Związku Piłki Nożnej. Zajęcia prowadzone są przez dwóch trenerów PZPN. Są to bezpłatne zajęcia podwyższające kwalifikacje w zakresie treningu piłkarskiego dla dzieci i młodzieży.

Głównym tematem warsztatów była intensywność treningowa, z którą jak wiemy, bywa różnie. Na zajęciach teoretycznych mogliśmy zobaczyć gdzie i jakie błędy popełniamy, tworząc konspekt treningowy. Co należy poprawić lub co należy zmienić, aby trening był bardziej intensywny, a co za tym idzie, aby zawodnicy i trenerzy wykorzystali w stu procentach czas przeznaczony na trening. W drugiej części szkolenia mogliśmy zobaczyć trening pokazowy, którego tematem było przenoszenie ciężaru gry w wolne strefy boiska. W tej części szkolenia wzięli udział zawodnicy AP Brzeg Dolny oraz MKP Wołów, których obserwowało ponad dwudziestu trenów biorących udział w szkoleniu.

Było to bardzo ciekawe szkolenie, z którego każdy trener mógł skorzystać, poszerzając swoją wiedzę w teorii jak i w praktyce.

Podziękowania dla KH-S-Rokita za udostępnienie sali konferencyjnej oraz hali sportowej, gdzie zostały zorganizowane warsztaty szkoleniowe.

AP Brzeg Dolny

FITnessacja FITNESS & HEALTH

FITNESSACJA FIT DAY II
JUŻ ZA NAMI!

Tego dnia wspólnie pokonaliśmy swoje słabości, stawiliśmy czoła swoim wyzwaniom a przy okazji spaliliśmy razem na pewno milion kalorii:)

Fit Day rozpoczął się od ulubionych zajęć ze sztangami fitness – Rzeźbą Ciała pod okiem całego zespołu Fitnessacja. Następnie Uczestnicy stawili czoło pomysłom trenerów, którzy przenieśli wszystkich w czasy lekcji wychowania fizycznego w szkole :) Podskoki, przewroty, sprinty... oj widzieliśmy, że każdy już czuje zmęczenie całego ciała. Ale z drugiej strony apetyt rósł w miarę jedzenia i po krótkiej przerwie nastąpiła pierwsza prawdziwa rywalizacja! Wygrał ją Marek D. - i został Mistrzem Planka – Deski:) Kolejnym punktem programu była StepMania z Alicją! Gdybyście widzieli całą grupę, w tym Panów, którzy dzielnie usiłowali podążać za Alicją! Brawo Panowie dla Was! Pokazaliście, że zajęcia nie są tylko dla Pań:) Po tak obfitym bloku treningowym przyszedł czas na przerwę a w trakcie niej na degustację Fit Przekąsek! I tutaj numerem jeden stało się danie Anny D.! Z pełnymi ale zadowolonymi brzuszkami przystąpiliśmy do Salsation z Adrianną. Cała grupa poczuła ten flow i odstresowała się w 100% i zebrała siły na kolejną rywalizację Wyciskanie na Klatę. Mistrzynią została Ewa Cz, a Mistrzem Krzysztof P. Kolejną rywalizację w postaci sprawdzianu siły mięśni nóg wygrała Marlena S. , a z mężczyzn najmocniejszą „nogę" okazało się że ma Łukasz K. Na sam koniec zaserwowaliśmy Uczestnikom relaks i masaż dla mięśni w postaci przyjemnego stretchingu, jaki realizujemy z grupami na zajęciach Zdrowy Kręgosłup!
Całość zakończyliśmy uroczystym wręczeniem dyplomów, a każdy wrócił do domu zmotywowany, pozytywnie nakręcony i przede wszystkim z siebie zadowolony!

ZAPRASZAMY na zajęcia:
18.00 Zdrowy Kręgosłup – piątki w salce Basenu Aquasport w Brzegu Dolnym
17.55 Rzeźba Ciała – poniedziałki i środy w Sp1 Brzeg Dolny
19.00 Trening Dnia – wtorki i czwartki w Sp1 Brzeg Dolny
19.00 Core & Step – poniedziałki w SP1 Brzeg Dolny
19.00 Salsation – środy w sp1 Brzeg Dolny
wtorki 19.00 i 20.15, czwartki 20.15 – Zajęcia Rowerowe, salka Basenu Aquasport

OSTATNI DZWONEK DO ZAPISÓW
Aneta tel: 503 985 712 lub mail: aneta.piatek@fitnessacja.pl

PODZIĘKOWANIA

Dziękujemy wszystkim, którzy byli zaangażowani w to wydarzenie, a najbardziej gratulujemy UCZESTNIKOM!

Foto: Krzysztof Plichta Fotografia

I do zobaczenia na III Edycji!

Śledźcie nas na Facebooku: Fitnessacja.

PS Dostępne przepisy FitPrzekąsek na Facebooku na „Fitnessacja na Talerzu"!

503 985 712 | aneta.piatek@fitnessacja.pl
www.fitnessacja.pl

Komora hiperbaryczna w Brzegu Dolnym!

Już wkrótce w Brzegu Dolnym, przy ulicy Tęczowej, zostanie otwarty Gabinet Tlenoterapii. Będzie to pierwsze takie miejsce w naszym mieście i okolicy. Dziś przedstawiamy Państwu pierwszą część artykułu na ten temat.

CO TO JEST KOMORA HIPERBARYCZNA I JAK DZIAŁA?

Jest to specjalistyczne i nowoczesne urządzenie stosowane do tlenoterapii o bardzo szerokim spektrum działania na zdrowie fizyczne i psychiczne. Istnieje wiele różnych rodzajów komór hiperbarycznych – nasza będzie urządzeniem o ciśnieniu 1.3 ATA, czyli najpopularniejszym i wszechstronnie używanym na całym świecie. Zabiegi będą wykonywane 93% tlenem, co oznacza, że terapia będzie bezpieczna i nieinwazyjna. Miękka konstrukcja komory, wysokiej jakości wygodny materac oraz możliwość odbycia sesji aż w 4 pozycjach (leżąca, półleżąca, półsiedząca i siedząca) sprawią, że zabieg będzie nie tylko prozdrowotny, ale i bardzo komfortowy.

TLENOTERAPIA – CO TO TAKIEGO?

Jest to powszechnie stosowana metoda terapeutyczna, która polega na dostarczeniu do organizmu czystego tlenu w bezpieczny i łatwy sposób. Dzięki zabiegowi tlenoterapii wchłanianie tlenu do organizmu jest wielokrotnie większe, ponieważ tlen w tej postaci, przy zwiększonym ciśnieniu, pozbawiony jest fizjologicznych barier przenikania przez tkanki, dlatego w bardzo łatwy i szybki sposób dociera do wszystkich komórek w ciele. Nasycony tlenem organizm posiada mocny układ immunologiczny oraz intensywnie regeneruje komórki.

KORZYŚCI ZE STOSOWANIA KOMORY HIPERBARYCZNEJ

Oprócz biostymulacji organizmu i oczyszczania go z toksyn i metali ciężkich tlenoterapia poprawia przepływ krwi do mózgu, wpływa na lepszą koncentrację oraz zapamiętywanie, leczy stres, przewlekłe zmęczenie, napięcia psychiczne, likwiduje bóle migrenowe, wzmacnia układ odpornościowy, stymuluje wzrost komórek macierzystych, działa bakterio i wirusobójczo, redukuje stany zapalne oraz obrzęki, pobudza metabolizm i regeneruje tkankę kostną oraz mięśnie szkieletowe. Ponadto zabiegi na komorze hiperbarycznej stosowane są powszechnie w dziedzinach takich jak: MEDYCYNA SPORTOWA (podnosi wydolność fizyczną, przyspiesza procesy regeneracji mięśni, ścięgien i wiązadeł), NEUROLOGIA (pourazowe uszkodzenia mózgu, udary, wylewy, łagodzi stany depresyjne, spowalnia postępowanie choroby Alzheimera oraz poprawia funkcjonowanie pacjentów z autyzmem), STOMATOLOGIA (pomaga w leczeniu ran po zabiegach chirurgicznych, skraca czas rekonwalescencji) MEDYCYNA ESTETYCZNA (stymuluje syntezę kolagenu i elastyny, zmniejsza obrzęki, uelastycznia skórę, działa antybakteryjnie) DERMATOLOGIA (leczy trądzik, łuszczycę, atopowe zapalenie skóry, egzemę oraz trądzik różowaty) KARDIOLOGIA (korzystny wpływ na dolegliwości wieńcowe, zapobiega zawałom mięśnia sercowego, reguluje ciśnienie tętnicze) ORTOPEDIA (poprawia przepływ krwi w uszkodzonych kończynach, pomaga przy osteoporozie, chorobach stawów).

W następnej części dowiedzą się Państwo jak będą wyglądać zabiegi, jak się do nich przygotować, czy są jakieś przeciwwskazania i kiedy będzie można zapisać się na zabieg tlenoterapii.

Zapraszamy do odwiedzenia naszego fanpage'a „Tlenoterapia.Brzeg Dolny" oraz naszej strony internetowej, na której znajdziecie mnóstwo przydatnych informacji.

gabinethiperbaryczny.pl
Tlenoterapia.Brzeg Dolny

KUPON
tlenoterapia –50%
O_2 gabinet hiperbaryczny TERAPIA TLENOWA
Imię i Nazwisko.....
Miejscowość.....
Telefon.....
zbieramy do 11.02.2019
Wycięty i wypełniony kupon prosimy składać w DOK przy ul. Kolejowej 29, sklepie „Smaczek" (warzywniak) na os. Warzyń, bibliotece na os. Fabrycznym, w punkcie dorabiania kluczy na targowisku miejskim PHU „Dominik" lub wysłać mailem

Ferie Zimowe z FIFĄ 2019

Kompleks Hotelowo-Sportowy „Rokita" zaprasza dzieci i młodzież w wieku od 10 do 18 lat do udziału w turnieju FIFA 2019.

Turniej odbędzie się w dniach od 5 do 8 lutego.
Zgłoszenia przyjmowane są do 31 stycznia. Uwaga! Ilość miejsc ograniczona.

Zainteresowani znajdą informacje na profilu facebookowym E-sport Brzeg Dolny i na plakatach.

Organizatorzy zapraszają.

Pula nagród wynosi 600 zł!

Zapaśnicy i Sumici MKS Rokita podsumowali rok 2018

Rok 2018 był bardzo udany dla dolnobrzeskich zawodników. W dzisiejszym artykule wraz z kierownikiem sekcji zapasów i sumo – Zbigniewem Intrysem – podsumowujemy poprzedni rok.

W 2018 roku zapaśnicy MKS Rokita Brzeg Dolny wystartowali w 24 turniejach o randze wojewódzkiej. Zawodnicy w każdych zawodach zajmowali miejsca na podium.

– Jesteśmy sekcją o dużym potencjale. Jesteśmy czołówką Dolnego Śląska wśród juniorów i młodzików - dodaje Zbigniew Intrys.

MKS Rokita w turniejach ogólnopolskich startował 4 razy: w Pucharze Polski Kadetów w Stanowie, Olimpiadzie w Krotoszynie, Mistrzostwach w Krakowie i Tychach. Ogółem startowało 240 zawodników, wystąpiło 70 klubów. MKS Rokita drużynowo zajęła 3 miejsce w Polsce. Na własnym podwórku mieliśmy 1 turniej. Jest to Memoriał Antoniego Łakomego i 60-lecie pracy Józefa Szabowskiego. Startowało 12 klubów – 99 zawodników MKS drużynowo zajęło 1 miejsce. Memoriał Łkomego wpisał się w kalendarz imprez sportowych Dolnośląskiego Związku Zapaśniczego. Jeżeli chodzi o sekcję sumo, to mamy się czym pochwalić na Mistrzostwach Świata w Tajlandii Damian Wróbel wraz z reprezentacją zdobył medal. Sukces również odnieśliśmy w Estonii, gdzie Wróbel wraz z Arkiem Danielem zdobyli srebro w swoich kategoriach

Poniżej przedstawimy państwu wyniki poszczególnych zawodników w tabelach.

Zbigniew Intrys, Kierownik sekscji zapasów i sumo

Treningi

Zajęcia z zapasów prowadzone są w Brzegu Dolnym przez Adriana Czecha (wtorek, czwartek i piątek). Jest to grupa zaawansowana, są to dzieci o dużym potencjale sportowym, osiągające dobre wyniki sportowe - opowiada Zbigniew Intrys. Zajęcia w Godzięcinie prowadzone są przez trenera Józefa Szabowskiego (w poniedziałki i środy), jest to grupa, która zaznacza swoją obecność, czego dowodem są wyniki sportowe i szkolne. Zajęcia w Pogalewie Wielkim prowadzone są we wtorek i czwartek, jest to najstarsza grupa wiekowa, która przynosi nam największe osiągnięcia sportowe i rozsławia nasze miasto jak i MKS Rokita.

Jako kierownik sekcji zapaśniczej i sumo jestem dumny z osiągnięć zawodniczek i zawodników, jestem pewny, że osiągnięcie sportowców MKS jest zasługą wymienionych trenerów. Życzę sobie żeby rok 2019 był jeszcze lepszym rokiem niż rok 2018 w osiągnieciach sportowych. W Starym Dworze utworzyliśmy szkółkę zapaśniczą. Jest to zasługa Józefa Szabowskiego i Andrzeja Zawistowskiego. Trenerem tej grupy, która liczy 14 zawodników, jest Łukasz Gryzan.

Wyniki zawodników MKS Rokita

Kacper Mazur	92 kg	I Puchar Polski Kadetów w Stanowie	kwalifikacja
Kacper Mazur	92 kg	Ogólnopolska Olimpiada Młodzieży – Krotoszyn	14 miejsce
Arkadiusz Daniel	57 kg	MMM młodziki - Kraków	2 miejsce
Kamil Leszczuk	62 kg	MMM młodziki - Kraków	2 miejsce
Wojciech Hawrylczak	85 kg	MMM młodziki - Kraków	2 miejsce
Sara Czech	50 kg	MMM młodziki - Kraków	3 miejsce
Arkadiusz Daniel	57 kg	MMM młodzików - Tychy	2 miejsce
Kamil Leszczuk	62 kg	MMM młodzików - Tychy	2 miejsce
Wojciech Hawrylczak	85 kg	MMM młodzików - Tychy	2 miejsce
Sara Czech	50 km	MMM młodzików - Tychy	3 miejsce
Kamil Pietroń	66 kg	Mistrzostwa Polski Juniorów Włodawa	-
Jakub Pietrón	66 kg	Mistrzostwa Polski Juniorów Włodawa	-
Dominik Mik	74 kg	Mistrzostwa Polski Juniorów Włodawa	-
Jurij Gurak	35 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	6 miejsce
Kacper Spyra	44 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	-
Karol Wójcik	52 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	6 miejsce
Arkadiusz Daniel	**57 kg**	**Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn**	**1 miejsce – Mistrz Polski**
Kamil Leszczuk	62 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	3 miejsce
Szymon Rogalewicz	62 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	-
Jan Kasprzak	75 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	-
Wojciech Hawrylczak	85 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	2 miejsce
Michał Dubowski	85 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	5 miejsce
Antoni Magoń	100 kg	Mistrzostwa Polski Młodzików – Krotoszyn	7 miejsce

Na własnym podwórku mieliśmy jeden turniej. Jest to Memoriał Antoniego Łakomego i 60-lecie pracy Józefa Szabowskiego. Startowało 12 klubów – 99 zawodników MKS drużynowo zajęło 1 miejsce.

Karol Wójcik	50 kg	1 miejsce
Arkadiusz Daniel	57 kg	1 miejsce
Kamil Leszczuk	62 kg	1 miejsce
Jan Kasprzak	75 kg	1 miejsce
Dominik Zapał	75 kg	2 miejsce
Wojciech Hawrlyczak	85 kg	1 miejsce
Antoni Magoń	85kg	2 miejsce
Filip Stępień	30 kg	1 miejsce
Adrian Półchłopek	33 kg	2 miejsce
Norbert Kobylarz	33 kg	3 miejsce
Daria Nowatyńska	70 kg	2 miejsce
Sara Czech	50 kg	1 miejsce
Damian Wróbel	**+115 kg**	**Mistrzostwa Świata – Tajlandia**	**1 miejsce – Mistrz Świata**
Daniel Arkadiusz	60 kg	Mistrzostwa Europa – Estonia	2 miejsce
Damian Wróbel	115 kg	Mistrzostwa Europa – Estonia	3 miejsce
Damian Wróbel	+115 kg	Mistrzostwa Europa – Estonia	2 miejsce
Damian Wróbel	115 kg	Puchar Polski Dębica	1 miejsce
Gabriel Szulbrowski	+ 115 kg	Puchar Polski Dębica	3 miejsce
Dominik Mil	70 kg	Puchar Polski Dębica	5 miejsce
Jurij Górak	35 kg	MMM Strzelce Opolskie	2 miejsce
Sara Czech	50 kg	MMM Strzelce Opolskie	2 miejsce
Karol Wójcik	50 kg	MMM Strzelce Opolskie	3 miejsce
Arkadiusz Daniel	60 kg	MMM Strzelce Opolskie	1 miejsce
Szymon Rogalewicz	60 kg	MMM Strzelce Opolskie	3 miejsce
Kamil Leszczuk	65 kg	MMM Strzelce Opolskie	1 miejsce
Daria Nowatyńska	70 kg	MMM Strzelce Opolskie	1 miejsce
Jan Kasprzak	70 kg	MMM Strzelce Opolskie	3 miejsce
Wojciech Hawrylczak	80 kg	MMM Strzelce Opolskie	2 miejsce
Michał Dubowski	80 kg	MMM Strzelce Opolskie	3 miejsce
Antoni Magoń	100 kg	MMM Strzelce Opolskie	1 miejsce
Arkadiusz Daniel	**60 kg**	**Mistrzostwa Polski w Kobylinie**	**1 miejsce – Mistrz Polski**
Szymon Rogalewicz	60 kg	Mistrzostwa Polski w Kobylinie	3 miejsce
Kamil Leszczuk	65 kg	Mistrzostwa Polski w Kobylinie	3 miejsce
Michał Dubowski	85 kg	Mistrzostwa Polski w Kobylinie	2 miejsce

Zawodnicy sekcji, którzy reprezentowali MKS w 2019 roku

Trener Józef Szabowski:
Wojciech Hawrlyczak | Hubert Orliński | Mateusz Kobylarz | Adrian Orliński | Norbert Kobylarz | Daria Nowatyńska | Oliwia Kobylarz | Alan Truściński | Dominik Zapał | Dorota Zapał | Konrad Ryczek | Antoni Magoń | Mateusz Rykowski | Kacper Moszczyński | Kacper Błoński | Nina Pawlak | Jakub Strzałkowski | Paweł Chmielnicki | Mateusz Hawrylczak | Jakub Pietroń | Krystian Kiełtyka | Maciej Mil | Arkadiusz Daniel | Kamil Pietroń | Konrad Wawrzyniaczyk | Oskar Wróblewski | Maja Wróblewska | Jan Kasprzak | Karol Wójcik | Gabriel Szulbrowski | Alekasndra Erber | Kacper Mazur | Dominik Mil | Filip Stępień | Adrian Półchłopek | Jakub Klonowski | Zuzanna Lodzińska | Oktawian Gołuch | Mateusz Buczyński | Dawid Klonowski | Damian Wróbel | Szulborski Eryk

Trener Adrian Czech:
Eryk Wszelaki | Kamil Leszczuk | Michał Dobowski | Kacper Szpyra | Jurij Gurak | Michał Urbanowicz | Sara Czech | Hubert Panek | Szymon Rogalewicz | Andrzej Grabiec | Jakub Łukasiewicz | Oleksij Gurak | Oskra Urbański | Dawid Wierzchowski | Szymon Polewczyk | Emilia Wierzchowska | Amelia Rogalewicz | Amelia Tlatlik | Zuzanna Adamus | Szymon Kril

Koniec 37. sezonu WRO-Basket dla Berendsena

W grudniu zawodnicy z Brzegu Dolnego grali rewanżowy pojedynek z ekipą Together We Chill, w fazie play-off rozgrywek WRO Basket. Pomimo niezłej gry, walki do samego końca i zwycięstwa 82-75, nie udało się przejść do kolejnej rundy PO. 17 punktowa zaliczka drużyny przeciwników po pierwszym meczu, okazała się zbyt wysoka. Rewanż z Together okazał się ostatnim meczem tego sezonu dla drużyny Berendsena.

Drużyna Berendsen Brzeg Dolny

Samo spotkanie nie rozpoczęło się dobrze dla drużyny z Brzegu Dolnego – liczne błędy w obronie i nieskuteczność w ataku, pozwoliły przeciwnikom wyjść na kilkupunktowe prowadzenie, po pierwszej kwarcie Berendsen schodził, przegrywając 13-19. Obraz gry nie zmieniał się przez kolejne 2 kwarty, przez co przewaga Together w 3 kwarcie wzrosła nawet do 10 punktów, wówczas sygnał do walki dał Jacek Iłowski i seria punktowa na przełomie 3 i 4 kwarty, wsparty trafieniem z dystansu Macieja Szumilasa zredukował starty do 1 punktu, jednak przeciwnicy ponownie odpowiedzieli serią i odzyskali bezpieczne 7 punktowe prowadzenie. Jednak drużyna z Brzegu Dolnego nie poddawała się i kolejnymi trafieniami za 3 i skuteczną grą na atakowanej tablicy, wyszła na prowadzenie i skutecznie je powiększała. Czasu wystarczyło jedynie na 7 punktowe zwycięstwo, co ostatecznie okazało się zbyt „niską" wygraną.

Druga ekipa z powiatu wołowskiego – Waketrip.pl

Ekipa Berendsena kończy 37. sezon, jak przed rokiem, na pierwszej rundzie play-off, jednak ostatecznie z lepszym bilansem ogólnych spotkań (5 zwycięstw i 5 porażek w tym sezonie vs. 4 zwycięstwa i 7 porażek w 36. sezonie). Po udanej fazie regularnej apetyty były dużo wyższe, jednak jedynie 2 dobre kwarty w dwumeczu z Together okazały się po prostu niewystarczające na dużo skuteczniejszych przeciwników. W przeciągu sezonu najskuteczniejszymi graczami Berendsena byli: Jacek Iłowski 24,8 pkt na mecz, Rafał Jastrzębski 14,38 pkt na mecz oraz Dawid Madeja 14,2 pkt na mecz. Najwięcej zbiórek na mecz notował Dawid Madeja - 9,8, a asyst 4 na mecz – Jacek Iłowski. Podsumowując mijający sezon, należy jednak pozytywnie ocenić grę i wynik drużyny. Pomimo utraty przed sezonem swojego lidera Pawła Kozłowskiego, drużyna z kilkoma zmianami w składzie (3 nowych zawodników), sprostała poziomom rozgrywek i walczyła do końca o najlepszy wynik.

Sezon dobiegł końca również dla pozostałych drużyn. Mistrzem 37. sezonu została ekipa TAKO, pokonując w wielkim finale ART.

– Deweloper 87-59, w meczu o 3 miejsce wygrała drużyna Together We Chill, pokonując Hasco-Lek. Na przełomie lutego i marca, ruszają kolejne rozgrywki, dlatego jak zwykle zachęcamy do kibicowania naszej drużynie w nadchodzącym 38. sezonie.

Jako ciekawostkę dodamy, że w powiecie powstała druga amatorska drużyna – WakeTrip.pl, która zgłosiła się do konkurencyjnej ligi dalk.pl i startuje na jej 2 ligowym poziomie rozgrywek. Wspierajmy naszą lokalną koszykówkę!

Info

Siatkarki z Szóstki najlepsze

W Wołowie 17 stycznia rozegrano turniej piłki siatkowej dziewcząt w ramach powiatowych eliminacji ligi międzyszkolnej. Reprezentantki SP nr 6 wygrały wszystkie mecze po 2:0. Pokonały zawodniczki z SP nr 1 i 2 w Wołowie, SP z Winska oraz ze Starego Wołowa. Gratulujemy!

Info

1 miejsce Wiktorii Riwoń podczas 3. WTK Młodziczek

Podczas rozgrywanego w Brzegu Dolnym 3 Wojewódzkiego Turnieju Kwalifikacyjnego młodziczek, Wiktoria zdobyła 1 miejsce.

Pierwszym miejscem uzyskała awans do 3 Grand Prix Polski Młodziczek, który w połowie lutego odbędzie się w Kwidzynie. Gratulacje dla Wiktorii.

Równie dobrze uplasowały się nasze pozostałe reprezentantki. Na miejscu 5 turniej zakończyła Magdalena Bojanowska, a na miejscu 6 została sklasyfikowana Anżelika Sowa.

Doskonałym wynikiem może pochwalić się nasza najlepsza Żaczka – Zuzia Bazylewska, która wygrywając turniej pocieszenia, została sklasyfikowana na 13 miejscu. Na miejscach 21-22 zakończyła turniej Marika Chrąchol.

W turnieju młodzików startowali również nasi młodzi chłopcy: Sebastian Sowa i Adaś Prośniewski, którzy zostali sklasyfikowani na miejscach 29-36.

Info

ogłoszenia drobne

NIERUCHOMOŚCI

91.3. Kupię mieszkanie w Brzegu Dolnym może być zadłużone lub do remontu, do 3 piętra. Tel. 725158021

91.4. Kupię garaż w Brzegu Dolnym. Tel. 725158021

91.5. Kupię kawalerkę w Brzegu Dolnym, może być do remontu. Tel. 696091355

91.6. Wynajmę 3-pokojowe mieszkanie o pow. 90 m² w Łososiowicach dla osób niepalących i bez zwierząt. Tel. 889841343

92.1. Kupię działkę budowlaną w Brzegu Dolnym. Tel. 695050728

92.2. Kupię garaż w Brzegu Dolnym. Tel. 694726634

92.3. Kupię mieszkanie, może być do remontu, w Brzegu Dolnym. Tel. 695050728

92.4. Sprzedam piękne działki budowlane w Lipnicy. Dwie z nich położone są przy samym grzybowym lesie. Ceny od 25 zł za m². Taniej? Na pewno już nie będzie! Tel. 781036887

92.5. Kupię mieszkanie w Brzegu Dolnym 2 lub 3-pokojowe. Tel. 793592488

92.6. Sprzedam mieszkanie 2-pokojowe, I piętro na osiedlu Fabryczne, ul. Warzyńska. Duża kuchnia, umeblowane, mieszkanie gotowe do zamieszkania. Tel. 579991181

92.7. Kupię mieszkanie 2-pokojowe w Brzegu Dolnym do I piętra z balkonem. Tel. 602683089

93.1. Sprzedam lub wynajmę mieszkanie 2 pokojowe, 58 m² w Stęszowie koło Wołowa. Wynajem 500 zł. Tel. 604317276

93.2. Poszukuje mieszkania dwupokojowego w Brzegu Dolnym. Tel. 690927486

93.3. Sprzedam mieszkanie 2-pokojowe, I piętro, powierzchnia 50 m², osiedle Warzyń. Tel. 600100634.

93.4. Kupię garaż, blaszak, używany. Tel. 607304038

93.5. Kupię poddasze do adaptacji w kamienicy lub domu. Tel. 607304038

93.6. Kupię mieszkanie w Starym Mieście, może być do remontu. Tel. 607304038

93.7. Sprzedam mieszkanie 2 pokoje, 42 m², balkon, piwnica, po kapitalnym remoncie w 2011 r. wraz z wyposażeniem na os. Fabrycznym, 4 piętro. Cena 155 tys. lub zamienię na mieszkanie na ulicy Staromiejskiej lub Fabrycznej może być do remontu. Tel. 600327588

93.8. Sprzedam działkę budowlaną, uzbrojoną 1359 m², Żerkówek. Tel. 723507389

93.9. Sprzedam mieszkanie 63 m² na parterze, wysoki standard. Tel. 605647266

93.11. Zamienię kawalerkę-parter (przerobiona na 2 pokoje) na Os. Fabrycznym na 3 lub 4 pokojowe mieszkanie na Os. Fabrycznym do I piętra lub na mieszkanie na ulicy Staromiejskiej lub Fabrycznej. Tel.535572247.

MOTORYZACJA

91.1. Sprzedam Volkswagen Passat, rok produkcji 2008, kolor czarny, metalik 140k, przebieg 152 tys. km. Cena 26,5 tys. (do negocjacji). Tel.605967058

91.2. Sprzedam koła zimowe, 4 sztuki 155x60x13 do Forda Fiesty i KA, model 1998 rok, stan b. dobry. Cena 450 złotych komplet. Głoska. Tel. 667226118

92.3. Sprzedam Hyundai I 30 CW, 2010 rok, kolor szary, pojemność 1,4 benzyna + gaz, kombi + hak, przebieg 120 tys. km, przegląd i OC do maja 2019, cena 17 500 zł do negocjacji. Tel. 601784448

92.4. Kupię każde auto, osobowe i dostawcze. Tel. 603868712

92.5. Sprzedam Jeep Cherokee III KJ 2.8 CRD, rok 2005, cena 24 tys. Tel. 728496776

93.1. Sprzedam cztery koła letnie 185/65R15. Cena 800 zł. Tel. 601784448

93.2. Kupię Poloneza od pierwszego lub drugiego właściciela z niskim przebiegiem, Tel. 697806968

93.3. Sprzedam przyczepę samochodową, zarejestrowaną bezterminowo. Nowa instalacja i lampy. Grodzanów. Tel. 661255961

93.4. Sprzedam oryginalne koła letnie do Golfa 3 z kołpakami. Cena 60 złotych/sztuka. Tel. 604317276.

93.5. Sprzedam Hondę Civic 5D, rok prod 2000 r., czarna perła. Pierwszy właściciel, auto garażowane, poj. 1,4i 90 KM, benzyna, skrzynia manualna, poduszki powietrzne - kierowca + pasażer przód el. szyby - przednie i lusterka, wspomaganie kierownicy, abs, materiałowa tapicerka. DODATKOWO wykonane i uszyte pokrowce na fotele, oryginalne kołpaki HONDY, 3 kpl. kluczy, centralny zamek, alarm. W bieżącej eksploatacji - ostatni zakup to nowy akumulator, amortyzatory przód, tłumik oraz rozrusznik – 2018 r, dodatkowy komplet opon z felgami, przebieg 163 450km, cena 3500 zł. Tel. 600397022

93.6. Sprzedam koła zimowe 155x60x13- 4 szt.do Forda Fiesty i KA model 98. Cena 450 zł kpl. -Głoska Tel. 667226118

93.7. Sprzedam Honda Civic -1995 rok- 4-drzwiowy sedan, zielony, 265 tys. km, stan dobry, cena 1600 zł, Głoska. Tel. 667226118

93.8. Sprzedam przyczepę samochodową rok produkcji 1983, po kapitalnym remoncie, stan b.dobry. Wymiary dł. 146, szer.93, wysokość burty 33 cm, opony od malucha z szerokim rozstawem śrub, ładowność 280 kg, ubezpieczenie do grudnia 2019 roku. Cena 1500 zł. Tel. 604513683

93.10. Sprzedam opony letnie DUNLOP 15'' 195/65/15 Vmax 240, klasa premium, cena za komplet 640 zł, rok 2018, prawie nowe. Tel. 728496776

SPRZEDAM/KUPIĘ

91.1. Sprzedam piekarnik elektryczny marki MPM Product z funkcją termoobiegu. Tel. 533219362

91.2. Sprzedam łóżeczko składane – zielone, stan bardzo dobry, oddam różne zabawki – Głoska. Tel. 667226118

91.4. Sprzedam ładne, drwi przesuwane, lekkie, przeszklone, w b. dobrym stanie, z sosny. Cena za 2 sztuki 200 złotych. Tel. 696830104

91.5. Tanio sprzedam telewizor Sony Bravia 32 cale. Tel. 535572247

92.1. Sprzedam gry na XBOX 360: Lego Harry Potter i Lego Batman 3 poza Gotham. Tel. 784017927

92.2. Sprzedam wózek dziecięcy Maxi Cosi Quinny: spacerówka, gondola, adaptery. Tel. 784017927

92.5. Sprzedam sofę skóra ekologiczna, dwuosobowa, używana, cena 50 zł i stolik kawowy koloru czarnego, cena 30 zł. Tel 601784448

93.1. Sprzedam mało używany materac do łóżka w sypialni o wymiarach 200 cm długości i 160 cm szerokości. Cena 100 zł. Tel. 601784448

93.2. Kupię lub przyjmę tapczan 1-osobowy. Tel. 604317276

93.3. Sprzedam rowery damski i męski z Niemiec. Tel. 604317276

93.4. Sprzedam podgrzewacz wody elektryczny Dafi 3,5 kW, 230 V. Cena 130 zł. Tel 604317276

93.5. Sprzedam materac używany przez rok, 160x200x27 miękki, cena 300 zł. Tel. 603081595

93.6. Sprzedam brony 4 ciężka i kultywator 2,8 m, siewnik zbożowy isarai 3 m, rozsiewacz nawozu 800 l dwutalerzowy, grubera 3 m. Tel. 721486483

93.7. Sprzedam rower trójkołowy, mało używany, cena do uzgodnienia. Tel. 533988669

93.8. Sprzedam dużą piłę stołową na siłę. Tel. 607304038

93.9. Sprzedam meble pokojowe z szafą. Stan bardzo dobry. Cena 500 zł., Brzeg Dolny. Tel. 784851023

93.10. Sprzedam nosidełko dla dzieci Lionelo Isa Plus w kolorze szarym oraz wanienkę z podstawką do niej w kolorze pastelowo-zielonym marki Interbobo-pl, koszt całości 70 zł. Tel. 608293892

93.11. Sprzedam grzejniki aluminiowe wym. 80x60 cm- 4 szt. cena 180zł/szt., Głoska. Tel. 667226118

93.12. Sprzedam łóżeczko dla dziecka, składane, zielone, stan dobry. Cena 70 zł, Głoska Tel.667226118

93.13. Sprzedam nowy odkurzacz, pranie, sprzątanie, czyszczenie, filtrowanie oraz matę masującą Tel. 536356791 lub 713196319.

93.14. Sprzedam piłę spalinową Victus VT 36 OLEO – Mac , sprawna, nowy łańcuch, poj. Silnika 35 m3, moc 2,2 km, cena 300 zł. Tel. 604513683

PRACA

92.1. Zlecę wykonanie (zespawanie) przyczepki towarowej typu SAM z powierzonych materiałów według dostarczonego projektu. Tel. 504868493

93.1. Poszukuję opiekunki do starszej osoby. Tel. 713195092

Ogłoszenia prosimy przesyłać na adres reklama.panorama@brzegdolny.pl, MMS-em na numer 882 447 666 lub wrzucić kupon do jednego z naszych punktów

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 2 (93) jest PRACOWNIA OPTYCZNA – Dorota Przewoźna, Rynek 9/2. Bon 100 zł z nr 1 (92) na zakup okularów w Pracowni Optycznej w Rynku otrzymuje Jolanta Pajęcka

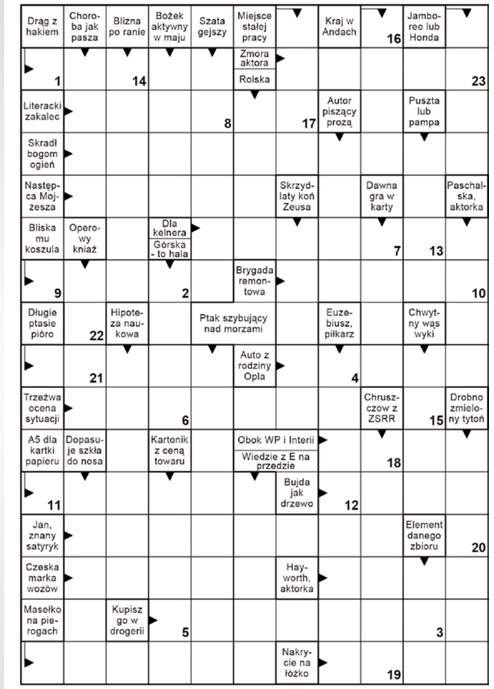
Kupon krzyżówkowy „Panoramy" nr 2 (93)

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 - myśl Jana Czarnego.

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

Horoskop 31.01-13.02.2019

BARAN
Nie będzie to jeden z tych tygodni, w którym wszystko przewraca się do góry nogami. Pilne sprawy mogą odsunąć uczucia na drugi plan, ale licz się z tym, że partner potrzebuje twojego zainteresowania. Nie zapominaj o drobnych dowodach uczucia. Jeśli jesteś wolny, możesz teraz spotkać kogoś, kto ofiaruje ci pomoc i przyjaźń. Ta znajomość z czasem może przerodzić się w miłość.

BYK
Nawiązując nową znajomość, nie chwytaj od razu przynęty, nie wpadaj na oślep w zastawione sidła. Możesz okazać się zbyt łatwą zdobyczą, szczególnie jeśli bardzo chcesz się zakochać. Wiesz, jaki zwykle bywa dalszy ciąg takich historii? Gwiazdy radzą angażować się powoli. W stałych związkach mniejsze i większe różnice zdań. Kompromis wydaje się jednak możliwy.

BLIŹNIĘTA
Twoje nastroje zmieniają się jak w kalejdoskopie, a niektóre pomysły okażą się kompletnie zwariowane. Nic dziwnego, że partner traci cierpliwość. Wkrótce wszystko wróci do normy, ale na razie staraj się nie prowokować nieporozumień. Jeśli jesteś samotny, nowe znajomości to chyba nie to, czego szukasz. Zanim się zaangażujesz, sprawdź, czy ten ktoś ma te same intencje. W gąszczu sprzecznych oczekiwań łatwo się pogubić.

RAK
Przelotne osłabienie partnerskich więzi w stałym związku wiąże się ze zmęczeniem i wkrótce po prostu minie. Nie warto dramatyzować ani tym bardziej desperacko szukać potwierdzenia swej atrakcyjności. W końcu tygodnia poprawa nastroju. Samotne Raki mogą spotkać osobę, która łączyć będzie w sobie romantyzm z praktycznym podejściem do życia. Wydaje się, że o kimś takim zawsze marzyłeś.

LEW
Wiesz dobrze, że pieniądze i uroda nie gwarantują szczęśliwego związku. Fascynacja szybko mija. Daj sobie trochę czasu na refleksję. Przynajmniej nie obudzisz się w ten sposób w złotej klatce. W stałym związku nie obędzie się bez większej tolerancji z twojej lub partnera strony. Jeśli problemy wydają się poważniejsze, najwyższa pora na znalezienie rozwiązania.

PANNA
W tym tygodniu na pierwszym planie zawodowe ambicje, lecz popełniasz błąd, tracąc z pola widzenia inne sprawy. Wprawdzie miłość jest jak masło, więc odrobina chłodu zachowuje ją w świeżości, ale nie wkładaj jej do zamrażarki. Wspólne przyjemności utrzymają związek w stanie równowagi, pomogą ci również osiągnąć sukces. Poczucie, że masz w kimś oparcie, doda ci siły. Wolne Panny raczej teraz się nie zakochają.

WAGA
Nawet jeśli jesteś całkowicie pewien, że masz rację, posłuchaj, co ma do powiedzenia druga strona. Warto wyjaśnić sobie wzajemne oczekiwania w spokojnej, rzeczowej rozmowie. Temperatura uczuć w nowych związkach będzie się w najbliższym czasie wahać. To falowanie może być nawet dość interesujące, ale nie przesadzaj. Zbyt długa zabawa w kotka i myszkę zniechęci kogoś wartościowego.

SKORPION
W tym tygodniu dokładniej przyjrzyj się obiektowi swoich westchnień. Może zobaczysz wtedy to, co widzą inni, że ten ktoś traktuje waszą znajomość jako miły epizod, ale wcale nie ma zamiaru się zdeklarować. Lepiej zrobisz, nie angażując się zbytnio. W stałych związkach również niewykluczone problemy z porozumieniem. Artykułuj swoje potrzeby wyraźnie, słuchaj też, co mówi druga strona.

STRZELEC
W najbliższym czasie w stałych związkach warto, korzystając dobrej atmosfery, wrócić do starych, dobrych czasów. Na wspominaniu nie powinno się skończyć. Możesz również liczyć na jakiś nowy rozdział w uczuciowym życiorysie. Pamiętaj jednak, że zbytnia bezceremonialność, jeśli idzie o seks, może spłoszyć partnera. Romansuj z wyczuciem, nie poganiaj czasu, bo możesz dużo stracić.

KOZIOROŻEC
Serce w rozterce? Z jednej strony przyzwyczajenie i błogi spokój, ale uczucia jakby trochę wykalkulowane, z drugiej uniesienia, ale brak pewności, czy ta miłość będzie trwała lata, czy może tylko chwilę... Zastanów się, na czym bardziej ci zależy. W związkach, które nie znalazły się na rozdrożu, trochę małych uszczypliwości. Może partner czuje się niedoceniony?

WODNIK
Nowe uczucia mogą wydawać ci się trochę skomplikowane. Poczekaj, aż wszystko się wyjaśni. W stałym związku lepiej nie przeciągać struny. Prowokacje mogą zakończyć się burzliwą sceną zazdrości. Szykują się partnerskie nieporozumienia, a nawet sercowe komplikacje. Nic nie jest stracone, ale postaraj się spojrzeć na swój związek bardziej wnikliwie. Zobaczysz wreszcie, co was od siebie oddala.

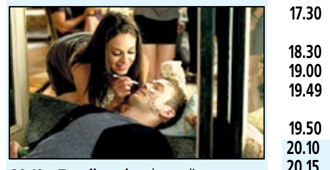
RYBY
Randka zaaranżowana przez znajomych? To raczej ryzykowny pomysł, ale wbrew twoim obawom wyjść może nadspodziewanie dobrze. Pod warunkiem, że nie będziecie sztywni i nienaturalni. Może warto z tej sytuacji pożartować? Dla par receptą na dobrą atmosferę okaże się atrakcyjne życie towarzyskie. Warto też zaplanować weekendowy wyjazd z przyjaciółmi lub tylko we dwoje.

Czwartek, 31.01.2019

TVP 1
5.35 **Jaka to melodia?**
6.15 **Wieczna miłość s.I (106) -** serial
7.05 **Elif s.II (414) -** serial
8.00 **Wiadomości**
8.10 **Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Blondynka s.I (6) - Narzeczona samobójcy -** serial
9.40 **Komisarz Alex s.V (58) - Mordercza zabawka -** serial
10.35 **Ojciec Mateusz s.II (22) - Mag -** serial
11.25 **Korona królów (166) -** telenowela
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.40 **Bo ja wybieram zdrowie**
12.55 **Dzika Nowa Zelandia. Nowi przybysze -** cykl dok.
14.00 **Elif s.II (415) -** serial
15.00 **Wiadomości, Pogoda**
15.15 **Alarm! -** magazyn
15.35 **Leśniczówka (83) -** serial
16.05 **Wieczna miłość s.I (107) -** serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3422) -** telenowela
18.30 **Korona królów (167) -** telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm! -** magazyn
20.25 **Sport**
20.35 **Ojciec Mateusz s.XVII (216) - Sarkofag -** serial
21.30 **Sprawa dla reportera**
22.20 **Magazyn śledczy**
22.55 **Magazyn kryminalny 997**
23.50 **Ocaleni -** reality show
0.55 **Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat**
1.35 **Bez tożsamości (23) -** serial
2.25 **Kompania X s.II (18) -** serial
3.20 **Sprawa dla reportera**
4.15 **Magazyn śledczy**
4.45 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.15 **Koło fortuny -** teleturniej
5.50 **Na dobre i na złe (729) -** serial
6.50 **Operacja Zdrowie! - /17/**
7.20 **Na sygnale (207) - Nieprawda -** serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.00 **Panorama**
11.05 **Pogoda Flesz**
11.10 **Pytanie na śniadanie Extra**
11.25 **Rodzinka.pl s.IV (102) - Nawarzyłeś piwa, to teraz je pij -** serial
11.55 **Barwy szczęścia -** serial
12.30 **Koło fortuny -** teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki (14) -** serial
14.10 **Na dobre i na złe (729) -** serial
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (22) - Między młotem a kowadłem -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.15 **Łzy Cennet (104) -** serial
18.00 **Panorama**
18.25 **Pogoda**
18.30 **Sport Telegram**
18.35 **Rodzinka.pl (250) - Ping - Pong -** serial
19.05 **Na sygnale (40) - Ryzyko zawodowe -** serial
19.35 **Barwy szczęścia (1991 - 1992) -** serial
20.45 **The Good Doctor s.II (25) -** serial
21.40 **Faceci przy nadziei -** komedia, Czechy, reż. Jiri Vejdelek, wyk. Boleslav Polivka, Jiri Machacek, Vica Kerekes, Petra Hrebickova, Lukas Langmajer
HIT
23.40 **Na sygnale (217) - To się jeszcze okaże... -** serial
0.20 **Tygrysy murawy -** komedia, USA, reż. Jesse Dylan, wyk. Will Ferrell, Robert Duvall, Steven Anthony Lawrence, Scott Adsit, Josh Hutcherson
2.00 **Szpieg D'83 - ep. 3 -** film obyczajowy, Wielka Brytania
2.55 **Art Noc - Świąteczny koncert w Bazylice Katedralnej w Pelplinie**
3.45 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
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 **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.
HIT
22.25 **Ślad -** serial
23.25 **Ostatnie wakacje -** komedia, USA, 2006, reż. Wayne Wang, wyk. Queen Latifah, LL Cool J, Gérard Depardieu, Alicia Witt
1.50 **Chirurdzy**
3.50 **Tajemnice losu**

TVN
5.10 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.35 **Mango - Telezakupy**
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.00 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
12.00 **Szpital -** program obyczajowy
13.00 **Szkoła -** serial
14.00 **Zakochani po uszy**
14.30 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła -** serial
16.30 **Szpital -** program obyczajowy
17.30 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
18.30 **Zakochani po uszy**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga! -** program interwencyjny
20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Na Wspólnej -** serial
20.55 **Milionerzy**
21.30 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy

22.35 **Uwierz w ducha -** film sensacyjny, USA 1990, reż. Jerry Zucker, wyk. Patrick Swayze, Demi Moore, Whoopi Goldberg, Tony Goldwyn, Stanley Lawrence
HIT
1.10 **MasterChef -** program rozrywkowy
2.35 **MasterChef -** program rozrywkowy
4.00 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Buffy, postrach wampirów**
7.05 **Przygody Kota w butach**
7.35 **Przygody Kota w butach**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Septagon**
10.00 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia**
11.30 **Benny Hill**
12.00 **Buffy, postrach wampirów**
13.00 **Detektywi w akcji**
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci -** serial obyczajowy
16.00 **Paulina**
17.00 **Światło twoich oczu -** telenowela obyczajowa
18.00 **Septagon**
19.00 **Policjantki i Policjanci -** serial obyczajowy
20.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.00 **Far Cry -** film sci - fi, Kanada, Niemcy, 2008, reż. Uwe Boll, wyk. Til Schweiger, Emmanuelle Vaugier, Natalia Avelon, Udo Kier
HIT
23.00 **Tuż przed tragedią**
0.05 **Tuż przed tragedią**
1.05 **Trampolina**
2.05 **Polityka na ostro**
3.00 **Disco Polo Life**
4.00 **Top 10 lista przebojów**
5.00 **Top 10 lista przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.50 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
5.50 **Sąd rodzinny -** program sądowy
6.50 **Szpital -** program obyczajowy
7.50 **Przyjaciele -** serial
8.20 **Przyjaciele -** serial
8.50 **Gotowe na wszystko II -** serial
9.45 **Zakochani po uszy**
10.15 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
12.55 **Sąd rodzinny -** program sądowy
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital -** program obyczajowy
15.55 **Gotowe na wszystko II -** serial
16.55 **Przyjaciele -** serial
17.25 **Przyjaciele -** serial
17.55 **Brzydula -** serial
18.25 **Brzydula -** serial
19.00 **19 + -** serial
19.30 **Zakochani po uszy**
20.00 **Czarna owca -** komedia, USA 1996, reż. Penelope Spheeris, wyk. Chris Farley, David Spade, Tim Matheson, Christine Ebersole, Gary Busey
HIT
21.50 **Oszuści -** serial
22.50 **Dzień dobry TV -** komedia, USA 2010, reż. Roger Michell, wyk. Rachel McAdams, Harrison Ford, Diane Keaton, Patrick Wilson, Jeff Goldblum
1.00 **Moc Magii**
3.10 **Druga strona medalu -** talk show
3.45 **Druga strona medalu -** talk show

TV PULS
6.00 **Niewolnica Victoria -** serial
7.00 **Zbuntowany anioł -** telenowela
8.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
9.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze -** serial
10.00 **Nash Bridges -** serial
11.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
12.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
13.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze -** serial
14.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
15.00 **112: na każde wezwanie -** serial
16.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
18.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
20.00 **Wściekle szybcy -** komedia, USA 2015, wyk. Alex Ashbaugh, Andrea Navedo, Dale Pavinski, Daniel Booko, Lili Mirojnick
HIT
22.00 **Zemsta frajerów: następne pokolenie -** komedia, USA 1992, reż. Roland Mesa, wyk. Curtis Armstrong, Julia Montgomery, Robert Carradine, Ted McGinley
23.55 **Gra -** thriller, USA 1997, reż. David Fincher, wyk. Deborah Unger, James Rebhorn, Michael Douglas, Sean Penn
2.25 **Kuchnia na Maksa -** serial
3.50 **Taki jest świat**
4.30 **Menu na miarę**
5.00 **Dyżur**

Stopklatka
8.20 Pułapki umysłu - serial **8.50** Ciężarówką po antypodach - serial **9.50** Pogodowe Top 10 - serial **10.50** Scena Śmiechu **11.50** Castle - serial **13.30** Katastrofy w przestworzach **15.20** Wojny kontenerowe - serial **16.15** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **17.10** Stawka większa niż życie cz. 10 - serial **18.25** Umrzesz ze śmiechu **18.55** Allo, Allo - serial **20.00** Pokłosie - thriller **22.10** Hurt Locker: W pułapce wojny - dramat wojenny

TTV
11.45 Kartoteka 10 **12.45** Betlejewski. Prowokacje **13.15** Damy i wieśniaczki. Ukraina **14.20** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Uwaga! **16.30** DeFacto **16.45** Wojny magazynowe **17.45** Express **18.00** Usterka **18.30** Damy i wieśniaczki. PL **19.35** Tu się gotuje! **19.45** Express **20.05** Ostre cięcie **20.55** Druga twarz **21.45** Express **22.00** Betlejewski. Prowokacje **22.30** Zamiana żon **23.30** Kossakowski. Wtajemniczenie

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** Strażnik Teksasu **8.00** Medicopter 117 **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Galileo **11.00** V.I.P. **12.00** Miodowe lata **13.40** Sekrety sąsiadów **14.15** MacGyver **15.15** Diagnoza morderstwo **16.15** Drużyna A **17.15** Buffy, postrach wampirów **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Champion - dramat sensacyjny **1.00** Hawaje 5 - 0 **2.00** STOP Drogówka **3.00** Top 10 lista przebojów

TVP SPORT
6.00 Łyżwiarstwo figurowe - Mistrzostwa Europy, Mińsk - program dowolny solistów **7.55** Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F **10.00** Strongman - Liga Mistrzów (14) - relacja, Wielka Brytania **11.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 2 runda **13.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 2 runda **15.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 2 runda **17.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 2 runda **20.00** Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F - podsumowanie **22.00** Sportowy Wieczór **22.40** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 2 runda **0.20** Hokej na lodzie - NHL 2018 - skróty meczów **1.00** Hokej na lodzie - NHL 2018. Boston Bruins - Philadelphia Flyers 56 **4.05** Boks **5.00** Sportowy Wieczór **5.35** Zakończenie dnia

EUROSPORT
3.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming **4.30** Snooker. German Masters, Berlin **6.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming **7.30** Tenis. Melbourne, Australia Best of **8.35** Snooker. German Masters, Berlin **9.55** Snooker. German Masters **13.00** Kolarstwo. Argentyna Etap 4. **14.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming, Austria Slalom mężczyzn, 2. przejazd **14.45** Snooker. German Masters **18.00** Tenis. Melbourne, Australia Finał kobiet **18.45** Tenis. Melbourne, Australia Finał mężczyzn **19.45** Snooker. German Masters **23.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming, Austria Slalom mężczyzn, 1. przejazd **23.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming, Austria Slalom mężczyzn, 2. przejazd **0.00** Biathlon. PŚ, Anterselva Bieg masowy mężczyzn 15 km **0.30** Formuła E. FIA Championship, Santiago **1.30** Snooker. German Masters, Berlin

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Dzień, który zmienił moje życie **8.00** Dlaczego ja? **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Stołeczna drogówka **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Sekrety rodziny **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Ewa gotuje **14.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Świat według Kiepskich - serial komediowy **15.30** Trudne sprawy **16.30** Nasz nowy dom **17.30** Malanowski i Partnerzy **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** To Twoja wina **0.50** Gliniarze **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.45** Wystarczy chcieć **3.15** Echo lasu **3.45** Sport w Polsacie 2 **5.15** SuperLudzie **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 W rytmie serca **7.00** Pozytywka SuperMagazyn **7.30** Nowy Scooby i Scrappy Doo **8.00** Pierwsza klasa **8.30** Pierwsza klasa **9.00** Nasz nowy dom **10.00** Chirurdzy **11.00** W rytmie serca **12.00** Przyjaciółki **13.00** Pozytywka SuperMagazyn **13.30** Kabaretowa Ekstraklasa **14.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.30** World of Dance - Polska **18.00** Małe Wielkie Marzenia **18.30** Pozytywka SuperMagazyn **19.00** Chirurdzy **20.00** Jednostka 19 **21.00** Czas bohaterów - dramat wojenny, Wielka Brytania, 2011, reż. Adrian Vitoria, wyk. Sean Bean, Danny Dyer, William Houston, Aksel Hennie **22.55** Wielki Szu - dramat sensacyjny, Polska, 1982, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Jan Nowicki, Andrzej Pieczyński, Leon Niemczyk, Karol Strasburger **1.05** Kabaretowa Ekstraklasa **2.05** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **4.00** MY3 **5.00** Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.50** Pogoda **15.00** Wiadomości **15.10** Serwis Info **15.29** Serwis Info **15.51** Pogoda **15.59** Serwis Info **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.21** Panorama opinii - magazyn **18.33** Serwis Info **18.42** Widziane z Polski - magazyn **19.00** Serwis Info **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** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.07** Pogoda **0.20** Wiadomości **0.48** Gość Wiadomości **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.49** Flesz Info Wieczór

TV TRWAM
11.35 Przyroda i ludzie **12.00** Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Po stronie prawdy **13.20** Śladami apostoła Pawła **14.10** Guadalupe - żywy obraz **15.05** Effetha - okno na świat **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** Ze slamsów do Bosco Boys **17.30** Okiem kamery **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" **19.30** Jezus - Królestwo bez granic **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** Gol dla Ghany **22.20** 100 cudownych miejsc na świecie **22.30** Z wędką nad wodę **23.00** Telewizyjny Uniwersytet Biblijny VII rok

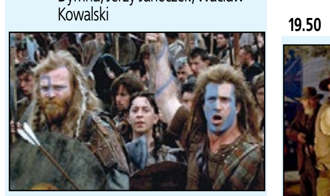
TVP KULTURA
7.00 Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.15** Studio Kultura - Rozmowy **8.35** Ostatni numer - film dok. **8.55** Poznań 56 - dramat, Polska **11.00** Dom - Miłość to tylko obietnica - serial **12.45** Czarna suknia - film TVP, Polska **13.40** Sztuczki - film obyczajowy, Polska **15.25** Spokój - film TVP, Polska **17.00** Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... **17.20** Drogi wolności - Ślepy los - serial **18.25** Drogi wolności - Duchy przeszłości AD **19.25** Kamienica - film anim. **19.40** Herbert - mosty - Tren Fortynbrasa **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Igła - film sensacyjny, USA **22.20** Portrety - La Chana - królowa flamenco - film dok. **0.00** Scena Klasyczna - Łukasz Dyczko - koncert **0.45** Cuda - dramat, Włochy, Niemcy **2.45** Informacje kulturalne **3.05** Kawalerskie życie na obczyźnie - film obyczajowy

Piątek, 1.02.2019

TVP 1
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Blondynka s.I (7) - Pożegnanie snów -** serial
9.35 **Komisarz Alex s.V (59) - Testament -** serial
10.35 **Ojciec Mateusz s.II (23) - Poza grą -** serial
11.30 **Korona królów (167) -** telenowela
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.35 **Rok w zagrodzie**
12.50 **Antarktyda - opowieści z końca świata -** film dok.
14.00 **Elif s.II (416) -** serial
15.00 **Wiadomości**
15.10 **Pogoda**
15.15 **Alarm! -** magazyn
15.35 **Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf -** konkurs indywidualny
17.00 **Teleexpress**
17.05 **Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf -** konkurs indywidualny
18.30 **Korona królów - taka historia... (20) -** telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu -** teleturniej
19.25 **Sport**
19.30 **Wiadomości, Pogoda, Sport**
20.35 **The Wall. Wygraj marzenia -** teleturniej
21.30 **Wiktoria s.I (8) - Młoda Anglia -** serial
22.30 **Strategia mistrza -** dramat, Wielka Brytania, Francja, 2015, reż. Stephen Frears, wyk. Ben Foster, Chris O'Dowd, Guillaume Canet, Jesse Plemons
HIT
0.25 **El Principe - dzielnica zła (9 - 10) -** serial
2.15 **Wiktoria s.I (8) - Lokomotywa zmian -** serial
3.10 **Magazyn kryminalny 997**
3.55 **Ocaleni -** reality show
4.50 **Notacje -Teofil Bojeś. Wesoły chłopak Karol Wojtyła -** cykl dok.
5.00 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.15 **Koło fortuny -** teleturniej
5.55 **Egzamin z życia (23) -** serial
6.50 **Podróże z historią s.IV (39) Reguły Templariuszy -** cykl dok.
7.20 **Na sygnale (208) - Skrawki pamięci -** serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.25 **Rodzinka.pl s.IV (103) - Czas na zmiany -** serial
11.55 **Barwy szczęścia (1992) -** serial
12.30 **Koło fortuny -** teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki (15) -** serial
14.00 **Coś dla Ciebie -** magazyn
14.35 **Operacja Zdrowie!**
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (23) -** serial
16.00 **Koło fortuny -** teleturniej
16.35 **Familiada -** teleturniej
17.10 **Łzy Cennet (105) -** serial
18.00 **Panorama, Pogoda, Sport**
18.35 **Rodzinka.pl (251) - Estetycznie i higienicznie -** serial
19.05 **Na sygnale (41) - Deklaracja woli -** serial
19.35 **Barwy szczęścia (1992 - 1993) -** serial
20.45 **Randka w ciemno -** komedia, Polska, 2009, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Katarzyna Maciąg, Borys Szyc, Lesław Żurek, Anna Dereszowska, Zbigniew Zamachowski, Bogusław Linda, Tomasz Kot, Danuta Stenka, Krystyna Tkacz
HIT
22.25 **La La Poland -** program rozrywkowy
22.55 **Maigret i jego nieboszczyk -** film kryminalny, Wielka Brytania, 2016, reż. Jon East, wyk. Rowan Atkinson, Lucy Cohu, Ian Puleston-Davies, Katia Bokor, Michael Fitzgerald
0.40 **Faceci przy nadziei -** komedia, Czechy, 2011, reż. Jiří Vejdělek, wyk. Bolek Polívka, iří Macháček, Simona Stašová, Petra Hřebíčková
2.40 **Zgadnij, kim jestem? -** komedia, Wielka Brytania, 1998, reż. Jackie ChanBenny Chan
4.35 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **SuperPies**
9.30 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
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 **Nie ma mocnych -** komedia, Polska, 1974, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Anna Dymna, Jerzy Janeczek, Wacław Kowalski



22.05 **Braveheart - Waleczne serce -** dramat historyczny, USA, Wielka Brytania, 1995, reż. Mel Gibson, wyk. Mel Gibson, Sophie Marceau, Sandy Nelson, James Cosmo -Epicki obraz średniowiecznej Szkocji skoncentrowany wokół postaci Williama Wallace'a (Mel Gibson), patrioty walczącego przez całe życie o niepodległość swojej ojczyzny. Pełne pasji i rozmachu sceny batalistyczne. 11 nominacji, 5 Oscarów, w tym za film roku, reżyserię i zdjęcia.
HIT
2.00 **Wieczny student 2 -** komedia USA, 2006, reż. Nathan Mort
4.05 **Tajemnie losu**

TVN
5.10 **Uwaga! -** program interwencyjny
5.35 **Mango - Telezakupy**
6.50 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN -** magazyn
11.00 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
12.00 **Szpital -** program obyczajowy
13.00 **Szkoła - serial**
14.00 **Zakochani po uszy**
14.30 **Kuchenne rewolucje -** program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła**
16.30 **Szpital -** serial
17.30 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
18.30 **Zakochani po uszy**
19.00 **Fakty, Sport , Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga! -** program interwencyjny

20.00 **Kowboje i obcy -** western, USA 2011, reż. Jon Favreau, wyk. Daniel Craig, Harrison Ford, Olivia Wilde, Sam Rockwell, Paul Dano, Clancy Brown
HIT
22.20 **Red II -** film sensacyjny, USA, Kanada, Francja 2013, reż. Dean Parisot, wyk. Bruce Willis, John Malkovich, Mary-Louise Parker, Helen Mirren, Anthony Hopkins, Catherine Zeta-Jones, David Thewlis
0.40 **Życie bez wstydu -** reality show
1.40 **Kuba Wojewódzki -** talk show
2.45 **Uwaga! -** program interwencyjny
3.05 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Buffy, postrach wampirów**
7.05 **Przygody Kota w butach**
7.35 **Przygody Kota w butach**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Septagon**
10.00 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia**
11.30 **Benny Hill**
12.00 **Buffy, postrach wampirów**
13.00 **Galileo**
14.00 **Galileo**
15.00 **Policjantki i Policjanci**
16.00 **Paulina**
17.00 **Światło twoich oczu -** telenowela obyczajowa
18.00 **Septagon**
19.00 **Policjantki i Policjanci**
20.00 **Gwiazdy Kabaretu**
21.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
22.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
23.00 **Zamotani -** horror komediowy, USA, 2009, reż. Kyle Rankin, wyk. Christopher Marquette, Brooke Nevin, Kinsey Packard, E. Quincy Sloan
HIT
0.55 **STOP Drogówka**
1.55 **Graffiti**
2.10 **Włatcy móch**
2.40 **Disco Polo Life**
3.40 **Top 10 lista przebojów**
4.40 **Top 10 lista przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.45 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
5.50 **Sąd rodzinny -** program sądowy
6.50 **Szpital -** program obyczajowy
7.50 **Przyjaciele -** serial
8.20 **Przyjaciele -** serial
8.50 **Gotowe na wszystko II -** serial
9.45 **Zakochani po uszy**
10.15 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda -** program obyczajowy
12.55 **Sąd rodzinny -** program sądowy
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital -** program obyczajowy
15.55 **Gotowe na wszystko II -** serial
16.55 **Przyjaciele -** serial
17.55 **Brzydula -** serial
18.25 **Brzydula -** serial
19.00 **19 + -** serial
19.30 **Zakochani po uszy**
20.00 **Dzień dobry TV -** komedia, USA 2010, reż. Roger Michell, wyk. Rachel McAdams, Harrison Ford, Diane Keaton, Patrick Wilson, Jeff Goldblum
HIT
22.20 **Mission: Impossible II -** film sensacyjny, USA, Niemcy 2000, reż. John Woo, wyk. Tom Cruise, Dougray Scott, Thandie Newton, Ving Rhames, Richard Roxburg, Anthony Hopkins
0.55 **W garniturach -** serial
1.55 **Oszuści -** serial
2.50 **Moc Magii**

TV PULS
6.00 **Niewolnica Victoria -** serial
7.00 **Zbuntowany anioł -** telenowela
8.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
9.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze -** serial
10.00 **Nash Bridges -** serial
11.00 **Kobra - oddział specjalny -** serial
13.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze -** serial
14.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
15.00 **112: na każde wezwanie -** serial
16.05 **Sekret mojej matki -** thriller
18.00 **Lombard: życie pod zastaw -** serial
20.00 **Niepokonany 3: Odkupienie -** dramat kryminalny, USA 2010, reż. Isaac Florentine, wyk. Scott Adkins, Mykel Jenkins, Marko Zaror, Mark Ivanir, Hristo Shopov, Michael Baral
HIT
21.55 **Śmiertelne odliczanie -** film akcji, USA 2016, reż. John Stockwell, wyk. Dolph Ziggler, Glenn Jacobs, Katharine Isabelle
23.45 **Bez litości -** film sensacyjny, Kanada, USA 2012, reż. Wayne Rose, wyk. Adrian Holmes, Jesse Hutch, Lochlyn Munro, Sarah Lind, Steven Seagal
1.40 **Dyżur**
2.00 **Biesiada na cztery pory roku**
4.00 **Menu na miarę**
4.40 **Z archiwum policji**

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial **7.15** Plebania - serial **8.25** Poirot: Niemy świadek - film kryminalny **10.30** Allo, Allo - serial **11.35** Castle - serial **13.25** Katastrofy w przestworzach - serial **15.20** Wojny kontenerowe - serial **16.15** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **17.05** Stawka większa niż życie cz. 11 - serial **18.25** Słodka zemsta - komedia romantyczna **20.00** Między wierszami - dramat **22.10** Przeklęta - thriller **0.10** Krzyk 4 - horror

TTV
11.45 Kartoteka 10 **12.45** Betlejewski. Prowokacje **13.15** Damy i wieśniaczki. Ukraina **14.20** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Uwaga! **16.30** DeFacto **16.45** Wojny magazynowe **17.45** Express **18.00** Usterka **18.30** Damy i wieśniaczki. PL **19.35** Tu się gotuje! **19.45** Express **20.05** Ostre cięcie **20.55** Druga twarz **21.45** Express **22.00** Betlejewski. Prowokacje **22.30** Zamiana żon **23.30** Kossakowski. Wtajemniczenie

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** Strażnik Teksasu **8.00** Medicopter 117 **9.00** 9. miesiąc **10.00** Galileo **11.00** V.I.P. **12.00** Miodowe lata **13.35** Niesamowite rekordy **14.15** MacGyver **15.15** Diagnoza morderstwo **16.15** Drużyna A **17.15** Buffy, postrach wampirów **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku **23.00** Istnienie - horror **0.50** La Maviuta - gender romance **1.20** La Maviuta - gender romance

TVP SPORT
6.05 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F **8.00** Hokej na lodzie - NHL 2018. Boston Bruins - Philadelphia Flyers **10.00** Strongman **11.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/4F **12.55** Jeździectwo - Cavaliada, Lublin - dz. 1 - Big Round **15.30** Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf **18.55** PN - Puchar Włoch - magazyn **19.30** Lekkoatletyka - Halowy mityng ISTAF Indoor, Berlin **22.00** Sportowy Wieczór **22.40** Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 **23.30** Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 **0.30** Łyżwiarstwo szybkie - PŚ - Hamar - dz. 1 3km kobiet i 5km mężczyzn, Holandia **3.05** Hokej na lodzie - NHL 2018. Dallas Stars - Minnesota Wild 57 **4.00** Hokej na lodzie - NHL 2018. Dallas Stars - Minnesota Wild 57 **5.05** Sportowy Wieczór **5.35** Zakończenie dnia

EUROSPORT
8.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Schladming **9.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor **11.00** Formuła E. FIA Championship, Santiago **12.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor **14.00** Formuła E. FIA Championship, Santiago **15.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor **15.45** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **17.45** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor, Słowenia Gigant kobiet **18.15** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor, Słowenia Gigant kobiet, 2. przejazd **18.45** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **19.45** Snooker. German Masters, Berlin **23.00** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf a **0.00** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor, Słowenia Gigant kobiet, 1. przejazd **0.30** Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor, Słowenia Gigant kobiet, 2. przejazd **1.00** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf konkurs indywidualny, skocznia mamucia **1.30** Snooker. German Masters, Berlin

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Dzień, który zmienił moje życie **8.00** Dlaczego ja? **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Stołeczna drogówka **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Sekrety rodziny **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Ewa gotuje **14.00** Świat według Kiepskich **15.30** Trudne sprawy **16.30** Nasz nowy dom **17.30** Malanowski i Partnerzy **19.00** Gliniarze **20.05** Wydarzenia **20.45** Niebezpieczny człowiek - film sensacyjny, USA, 2009, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Mike Dopud, Marlaina Mah, Witalij Krawczenko **22.45** Bez litości - thriller, USA, 2014, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Marton Csokas, Chloë Grace Moretz, David Harbour **1.35** Wydarzenia **2.15** Magicy z ulicy **2.45** Wystarczy chcieć **3.15** Echo lasu **3.45** Sport w Polsacie 2 **5.15** SuperLudzie **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 Ameryka marzeń **6.55** Flesz Integracja **7.00** Flesz Integracja **7.10** SuperLudzie Extra **7.20** Flesz Integracja **7.25** Flesz Integracja **7.30** Nowy Scooby i Scrappy Doo **8.00** Pierwsza klasa **8.30** Pierwsza klasa **9.00** Magazyn Atleci **9.30** Magazyn siatkarski - 7. strefa **11.30** SuperLudzie **12.00** SuperLudzie **12.30** SuperLudzie **13.00** SuperLudzie **13.30** Taxi kasa **14.00** Przyjaciółki **15.00** Przyjaciółki **16.00** Przyjaciółki **17.00** Jednostka 19 **18.00** Kabaret na żywo według Paranienormalnych **20.00** Disco Attack, Polska, 2018 **22.30** Świat według Kiepskich **23.00** Świat według Kiepskich **23.35** Czarny świt - film sensacyjny, USA, 2005, reż. Alexander Gruszynski, wyk. Steven Seagal, Tamara Davies, John Pyper - Ferguson **1.30** Kabaret na żywo według Paranienormalnych **3.30** Gliniarze **4.30** Malanowski i Partnerzy **5.00** Ameryka marzeń

TVP INFO
.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.50** Pogoda **15.00** Wiadomości **15.10** Serwis Info **15.29** Serwis Info **15.51** Pogoda **15.59** Serwis Info **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.21** Panorama opinii - magazyn **18.33** Serwis Info **18.42** Widziane z Polski - magazyn **19.00** Serwis Info **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Forum **21.00** Nie da się ukryć - magazyn **21.28** Flesz Info Wieczór **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.07** Pogoda **0.20** Wiadomości **0.48** Gość Wiadomości **1.15** Forum **2.15** W tyle wizji **2.50** Flesz Info Wieczór **2.55** W tyle wizji

TV TRWAM
12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Rękopis błogosławionych **14.00** Konzentrationslager Flossenburg **14.45** 100 cudownych miejsc na świecie **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. Amazonia **17.00** Aktywna zima **17.30** Okiem kamery **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** Gietrzwałd, czyli Orędzie na trudne czasy

TVP KULTURA
7.00 Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.15** Studio Kultura - Rozmowy **8.35** Pies - film TVP, Polska **9.20** Spokój - film TVP, Polska **11.00** Dom - Kolejka do życia - serial **12.40** Warszawskie gołębie - film obyczajowy, Polska **14.05** Philippe Jaroussky śpiewa Bacha i Telemanna - koncert, Niemcy **15.40** Patrzę na ciebie, Marysiu - film obyczajowy, Polska **17.00** Odyseja filmowa - 1967 - 1979. Nowe kino amerykańskie - cykl dok. **18.15** Odyseja filmowa - 1969 - 1979. Radykalizm lat 70. - cykl dok. **19.25** Pojedynki stulecia - Zbigniew Herbert - Czesław Miłosz **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Mistrzowskie kino - Hamlet - dramat, Wielka Brytania, Francja, USA **22.40** Świat w piosence - Jedenasty września - cykl dok. **23.35** Tygodnik Kulturalny **0.25** Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... -

Sobota, 2.02.2019

TVP 1
5.35 Klan (3419 - 3420) - telenowela
6.25 Sprawa dla reportera
7.20 Rok w ogrodzie
8.00 Pełnosprawni (286) - magazyn
8.20 Wojownicy Maryi - film dok.
8.55 Studio Raban
9.25 Rodzinny ekspres - magazyn
9.55 Korona królów - taka historia... (20) - telenowela
10.25 Korona królów (164 -167) - telenowela
12.30 Podmuch energii (7)
12.45 Jak to działa - magazyn
13.15 Spis treści - /49/ - felieton
13.25 Okrasa łamie przepisy - Mięsne przysmaki... z warzyw
13.55 Blondynka (87) - serial
14.55 Sanatorium miłości (2) - reality show
15.50 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny
17.00 Teleexpress
17.05 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny
18.35 Jaka to melodia?
19.25 Sport
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.25 Sport
20.30 Komisarz Alex s.XII (148) - serial
21.30 Echo serca (3) - serial
22.30 HIT Hit na sobotę - Błękitna głębia - thriller, USA, reż. John Stockwell, wyk. Jessica Alba, Paul Walker, Scott Caan
0.25 Testament Nobla - thriller, Szwecja, reż. Peter Flinth, wyk. Malin Crepin, Kajsa Ernst, Björn Kjellman
2.00 Jaka to melodia?
2.50 Strategia mistrza - dramat, Wielka Brytania, Francja, reż. Stephen Frears, wyk. Ben Foster, Chris O'Dowd, Guillaume Canet
4.35 Spis treści - /49/ - felieton
4.40 Zakończenie dnia

TVP 2
5.20 Koło fortuny - teleturniej
5.55 Barwy szczęścia (1989) - serial
6.25 Barwy szczęścia (1990) - serial
7.00 M jak miłość (1415) - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.10 Pogoda Flesz sobota
11.15 Pytanie na śniadanie Extra
11.40 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny
12.15 Piżama Party - komedia, USA, reż. Joe Nussbaum, wyk. Alexa Vega, Mika Boorem, Scout Taylor - Compton, Kallie Flynn Childress, Sata Paxton
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Kabaret w samo południe
16.15 Słowo na niedzielę
16.25 Kevin sam w Irlandii - reality show
17.00 Alternatywy 4 (8) - Wesele - serial
18.00 Panorama, Pogoda, Sport
18.35 Postaw na milion - teleturniej
19.25 Kulisy - Postaw na milion
19.35 Lajk!
20.05 Voice Kids s. II - Bitwa - widowisko muzyczne
22.05 HIT Zgadnij, kim jestem? - komedia, Hong Kong, reż. Benny Chan, Jackie Chan, reż. Jackie Chan, Michelle Ferre, Mirai Yamamoto, Ron Smerczak
0.05 The Good Doctor s.II (25) - serial
0.50 La La Poland s.I - program rozrywkowy
1.30 Randka w ciemno - komedia, Polska, 2009, reż. Wojciech Wójcik, wyk. Katarzyna Maciąg, Borys Szyc, Lesław Żurek, Anna Dereszowska, Zbigniew Zamachowski, Bogusław Linda, Tomasz Kot, Danuta Stenka, Krystyna Tkacz
3.15 Maigret i jego nieboszczyk - film kryminalny, Wielka Brytania, 2016, reż. Jon East, wyk. Rowan Atkinson, Ian Puleston-Davies, Dorottya Hair, Mark Hadfield
4.50 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.45 Królowa śniegu - film anim.
10.15 Ewa gotuje
10.50 Vice Versa - komedia familijna
12.55 Zakochana złośnica - komedia romantyczna, USA, 1999
15.05 Jaś Fasola
15.45 Kabaret na żywo
17.50 Chłopaki do wzięcia
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich
20.05 Karate Kid - film przygodowy, USA, Chiny, 2010, reż. Harald Zwart, wyk. Jaden Smith, Jackie Chan, Taraji P. Henson, Wenwen Han - Gdy Dre Parker i jego matka przeprowadzają się z Detroit do Chin, Dre czuje się zagubiony w nowej rzeczywistości, tak odmiennej od znanego mu świata. Napastowanemu i bitemu przez uczniów z jego szkoły Dre, z pomocą przychodzi pan Han - dozorca z budynku, który opłakuje wielką życiową stratę.

23.00 HIT Wschodzące słońce - thriller sensacyjny, USA, 1993, reż. Philip Kufman, wyk. Wesley Snipes, Sean Connery, Harvey Keitel, Cary - Hiroyuki Tagawa
1.55 K - 9: Pies, który uratował święta - film familijny, USA, 2013, reż. Benjamin Gourley, wyk. Luke Perry, Ariana Bagley, Cate Allen, James Andrews
3.50 Tajemnice losu
4.55 Disco Gramy

TVN
5.20 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Na Wspólnej Omnibus - serial
12.50 Domowe rewolucje
13.50 Ameryka Express
15.25 Zakochani po uszy
15.55 Zakochani po uszy
16.25 Zakochani po uszy
17.00 Zakochani po uszy
17.30 Zakochani po uszy
18.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.40 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.45 Uwaga! - program interwencyjny

20.00 HIT Życie od kuchni - komediodramat, USA, Australia 2007, reż. Scott Hicks, wyk. Catherine Zeta - Jones, Aaron Eckhart, Abigail Breslin, Patricia Clarkson, Jenny Wade, Bob Balaban
22.15 Pod słońcem Toskanii - komedia obyczajowa, USA, Włochy 2003, reż. Audrey Wells, wyk. Diane Lane, Raoul Bova, Sandra Oh, Vincent Riotta, Lindsay Duncan, Valentine Pelka, David Sutcliffe
0.45 Nawiedzona znaleziona - horror, USA 2014, reż. Alexander Yellen, wyk. Jaime Pressly, Patrick Muldoon, Tobin Bell, Kylie Rogers
2.30 Uwaga! - program interwencyjny
2.50 Moc Magii

TV 4
6.00 Big Box Little Box
7.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata
8.05 Flintstonowie
9.15 Pup Star - film familijny, Kanada, 2016, reż. Robert Vince, wyk. Carla Jimenez, Makenzie Moss, Susie Wall, Jonathan Mangum
11.00 Policjantki i Policjanci
12.00 Policjantki i Policjanci
14.00 STOP Drogówka
15.00 Mythica: Żelazna korona - film fantasy, USA, 2016, reż. John Lyde, wyk. Melanie Stone, Adam Johnson, Jake Stormoen, Nicola Posener
17.05 Inny czas - film sci - fi, USA, 2017, reż. Mark Dennis, Ben Foster, wyk. Andrew Wilson, Cassidy Gifford, Brianne Howey, Reiley McClendon
19.00 Galileo
20.00 Policjantki i Policjanci
21.00 Policjantki i Policjanci
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
0.00 HIT Resident Evil: Zaświaty - horror, USA, 2010, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Milla Jovovich, Ali Larter, Wentworth Miller, Kim Coates
2.05 Interwencja
2.20 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
5.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.40 Mango - Telezakupy
8.45 Brzydula - serial
13.20 Bezuchy zając i uszaty pisklak - film animowany
14.45 Dzika lokatorka - komedia, USA 1992, reż. Frank Oz, wyk. Steve Martin, Goldie Hawn, Dana Delany, Julie Harris, Donald Moffat
16.50 Agent Cody Banks - film przygodowy, USA, Kanada 2003, reż. Harald Zwart, wyk. Frankie Muniz, Hilary Duff, Angie Harmon, Keith David, Cynthia Stevenson, Arnold Vosloo, Ian McShane
19.00 HIT Blues Brothers - komedia, USA 1980, reż. John Landis, wyk. John Belushi, Dan Aykroyd, Carrie Fisher, Donald Dunn, Murphy Dunne, Kathleen Freeman, John Candy, James Brown, Cab Calloway, Aretha Franklin, Ray Charles
21.50 Czas na przyjaźń - komedia, USA 2013, reż. Malcolm D. Lee, wyk. Monica Calhoun, Morris Chestnut, Melissa De Sousa, Taye Diggs, Regina Hall, Terrence Howard, Sanaa Lathan, Nia Long
0.25 Wszystko stracone - film katastroficzny, USA 2013, reż. J.C. Chandor, wyk. Robert Redford
2.40 Moc Magii
4.50 Druga strona medalu - talk show

TV PULS
6.00 Pan wzywał, Milordzie? - serial
7.00 Taki jest świat
7.50 Tajemnice medyczne - serial
8.50 13 Posterunek 2 - serial
10.10 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 XX Mazurska Noc Kabaretowa
16.00 Mafia! - komedia, USA 1998, reż. Jim Abrahams, wyk. Billy Burke, Christina Applegate, Jay Mohr, Lloyd Bridges
17.50 Trzej muszkieterowie - film przygodowy, USA, Austria, Wielka Brytania 1993, reż. Stephen Herek, wyk. Charlie Sheen, Kiefer Sutherland, Chris O'Donnell, Oliver Platt, Rebecca De Mornay, Julie Delpy
20.00 HIT Nikita - film sensacyjny, Francja, Włochy 1990, reż. Luc Besson, wyk. Anne Parillaud, Jean Reno, Marc Duret, Patrick Fontana, Tchéky Karyo
22.20 John Stratton - thriller, Wielka Brytania 2017
0.20 Życzenie śmierci 5 - film sensacyjny, USA 1994, reż. Allan A. Goldstein, wyk. Charles Bronson, Lesley - Anne Down, Michael Parks, Robert Joy
2.30 Taki jest świat
3.05 Na jedwabnym szlaku
3.40 Na jedwabnym szlaku
4.05 Menu na miarę
4.40 Z archiwum policji
5.00 Niesamowite!

TVP SPORT
6.00 Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/4F 7.30 Hokej na lodzie - NHL 2018. Dallas Stars - Minnesota Wild 57 8.25 Biegi narciarskie - Ski Classics - Toblach - Cortina 42km 11.15 Stan futbolu 12.05 Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/2F 1 14.00 Short track - PŚ, Drezno 15.45 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 18.25 Short track - PŚ, Drezno - dz. 1 1000m i 1500m - Finały, Austria 19.00 Jeździectwo - Miedzynarodowe Zawody Cavaliada, Lublin 21.00 Jeździectwo - Miedzynarodowe Zawody Cavaliada, Lublin - dz. 2 - relacja 22.00 Sportowy Wieczór - 22.40 Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - 1/2F 2 23.30 Łyżwiarstwo szybkie - PŚ - Hamar - dz. 2 500 i 1000m kobiet i mężczyzn, Holandia 1.00 Hokej na lodzie - NHL 2018. Winnipeg Jets - Anaheim Ducks 58 4.05 Boks - Gala w Manchesterze

EUROSPORT
8.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf 9.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor 11.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen 13.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor 14.00 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie Sprint kobiet 7, 5 km 15.00 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 15.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 17.45 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie Sprint kobiet 7, 5 km 18.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen Niemcy Zjazd mężczyzn 19.00 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Maribor, Słowenia Slalom kobiet, 2. przejazd 19.45 Snooker. German Masters, Berlin 23.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 1.00 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 1.30 Snooker. German Masters, Berlin

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Dlaczego ja? 10.00 Dlaczego ja? 14.00 W rytmie serca 15.00 Nasz nowy dom 16.00 MY3 16.30 MY3 17.00 Wystarczy chcieć 17.30 Malanowski i Partnerzy 18.00 Malanowski i Partnerzy 18.30 Malanowski i Partnerzy 19.00 Ewa gotuje 19.30 Ach co to był za ślub 20.05 Wydarzenia 20.45 Bez litości - thriller, USA, 2014, reż. Antoine Fuqua, wyk. Denzel Washington, Marton Csokas, Chloë Grace Moretz, David Harbour 23.30 Zatopieni - film sensacyjny, Bułgaria, Wielka Brytania, 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope, Nick Brimble 1.35 Wydarzenia 2.15 Magicy z ulicy 2.45 Wystarczy chcieć 3.15 Echo lasu 3.45 Gra w ciemno 4.45 Ach co to był za ślub 5.15 Górale 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 2XL 7.00 Małe Wielkie Marzenia 7.30 Nowy Scooby - Doo 9.00 Człowiek z M - 3 - komedia obyczajowa 11.00 Małe Wielkie Marzenia 11.35 Kazimierz Wielki część 2 - film historyczny 13.00 Rodzina zastępcza 14.55 Pomocnik Świętego Mikołaja - film familijny 16.50 Earl i ja, i umierająca dziewczyna - komediodramat, USA, 2015, reż. Alfonso Gomez - Rejon, wyk. Thomas Mann, RJ Cyler, Olivia Cooke, Nick Offerman 19.00 Top wtop 19.30 Taxi kasa 20.00 Coffin Rock - thriller, Australia, 2009, reż. Rupert Glasson, wyk. Robert Taylor, Lisa Chappell, Sam Parsonson, Terry 21.55 Biblia 23.00 Ryś - komedia, Polska, 2007, reż. Stanisław Tym, wyk. Stanisław Tym, Krzysztof Kowalewski, Zofia Merle, Jerzy Turek 2.00 Gliniarze 3.00 Malanowski i Partnerzy 3.30 Malanowski i Partnerzy 5.00 Ameryka marzeń

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 - 14.59 Serwis Info weekend 15.23 Pogoda 15.29 Serwis Info weekend 15.59 Serwis Info weekend 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info weekend 16.50 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.04 Teleexpress Extra 17.21 Serwis Info weekend 17.32 Studio Wschód - magazyn 18.00 Panorama 18.16 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 Salon dziennikarski - program publicystyczny 0.50 Wiadomości 1.18 Gość Wiadomości 1.45 Minęła 20ta 2.45 Nie da się ukryć

Stopklatka
6.00 Allo, Allo - Wszyscy na pokład - serial 6.30 Scena Śmiechu 7.30 Komisarz Rex - serial 10.25 Stawka większa niż życie cz. 10 - 11 - serial 12.50 Allo, Allo - serial 14.30 Diamentowa afera - komedia akcji 16.25 Taxi 4 - film sensacyjny 18.05 Sherlock sezon 2 - Demony Baskerville - serial 20.00 F/X - film sensacyjny 22.15 Wojna polsko - ruska - dramat 0.30 Wikingowie - Inicjacja - serial 1.35 Wikingowie - Gniew ludzi północy - serial

TTV
11.35 Usterka 12.05 Zezowate szczęście fachowców 13.10 DeFacto 14.05 Pierwszy raz za granicą... 14.55 Gogglebox. Przed Telewizorem 15.45 Express 16.05 Gogglebox. Przed Telewizorem 16.55 Ostre cięcie 17.45 Express 18.05 Tu się gotuje! 18.15 Druga twarz 19.00 Druga twarz 19.45 Express 20.00 Damy i wieśniaczki. Rosja 21.00 Dżentelmeni i wieśniacy 22.00 Orzeł czy Reszka 23.00 Gogglebox. Przed Telewizorem

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Benny Hill 8.20 Galileo 9.20 Pan Peabody i Sherman Show 10.25 Scooby Doo podbija Hollywood - film anim. 11.30 Ona to on - komedia romantyczna 13.40 Columbo 15.40 Święci i żołnierze - film wojenny 17.35 Mythica: Pogromca bogów - film fantasy 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.00 Instytut Rosyjski: Lolitki, Francja, 2010 0.30 Galileo: Tajemnicze historie

TV TRWAM
12.50 Porady Medyczne Bonifratrów 13.20 Siódmy sakrament 13.45 Ocalić od zapomnienia 13.55 Święty na każdy dzień 14.00 Jakby w zwierciadle 15.00 Młodzi wybierają Ewangelię za regułę życia 15.25 Kartka z kalendarza 15.30 Wierzę w Boga 15.45 Przyroda w Obiektywie 16.00 Informacje dnia 16.10 Nowy kształt wiary - katolicyzm 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 Msza Święta w święto Ofiarowania Pańskiego 19.00 Ja, głuchy 19.25 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 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 Historia Królowej Estery 22.55 AVE MARIA na przestrzeni wieków z Bydgoszczy

TVP KULTURA
7.00 Szlakiem Kolberga - Natalia Kukulska - reportaż 7.35 Teledyski 8.15 Informacje kulturalne 8.30 Po nitce do kłębka - film anim. 8.40 Ręce i nogi - film anim. 8.45 Czy wiesz co to jest? - film dok. 9.00 Królowa Bona - serial 10.00 Zaśpiewajmy to jeszcze raz - Podróże z Hagawem 10.40 Przędza - film dok. 11.55 Dwa żebra Adama - komedia 13.30 Złoto dezerterów - komedia 15.45 Wydarzenie aktualne 16.10 Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... - widowisko poetyckie 16.25 Skarby króla Salomona 18.20 Tygodnik Kulturalny 19.10 Głośne, ciężkie i magiczne - brzmienie Finlandii - film dok. 20.20 Selma - dramat 22.35 The Smashing Pumpkins. Oceania live in NYC - koncert 0.05 Seans kultowy - Withnail i ja - komedia 2.00 Optymistycznie bardzo - widowisko artystyczne

Niedziela, 3.02.2019

TVP 1
5.15 Klan (3421) - telenowela
5.35 Klan (3422) - telenowela
6.05 Słownik polsko@polski
6.35 wojsko - polskie.pl
7.00 Transmisja Mszy Świętej
8.00 Tydzień
8.30 Zakochaj się w Polsce (102) Jezioro Śniardwy - magazyn
9.05 Ziarno - Wzajemna miłość
9.35 Śniadanie u Tiffany'ego - film fabularny, USA
11.45 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.45 Misja w Afryce - O powołaniu misjonarza - reportaż
13.00 Spis treści - /50/ - felieton
13.05 Planeta lasów. Dęby Andaluzji - film dok.
13.45 Komisarz Alex s.XII (148) - serial
14.45 Kuloodporne serce (4) - serial
15.50 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny
17.00 Teleexpress
17.05 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny
18.35 Jaka to melodia?
19.20 Sport
19.30 Wiadomości
20.00 Pogoda
20.05 Sport
20.15 Blondynka (88) - serial
21.15 Sanatorium miłości (3) - reality show
22.15 HIT Zakochana Jedynka - Miłość od kuchni - komedia, USA, reż. David Mackay, wyk. Taylor Cole, Andre W. Walker, Alley Mills
23.50 Błękitna głębia - thriller, USA, reż. John Stockwell, wyk. Jessica Alba, Paul Walker, Scott Caan
1.50 Jaka to melodia?
2.45 Testament Nobla - thriller, Szwecja, reż. Peter Flinth, wyk. Malin Crepin, Kajsa Ernst, Björn Kjellman
4.20 Spis treści - /50/ - felieton
4.25 Zakończenie dnia

TVP 2
5.20 Barwy szczęścia (1991) - serial
5.55 Barwy szczęścia (1992) - serial
6.25 Barwy szczęścia (1993) - serial
7.00 M jak miłość (1416) - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.05 Rodzinne oglądanie - David Attenborough i dinozaur olbrzymi - film dok.
12.10 Gwiazdy w południe - Odstrzał - western, USA, reż. Henry Hathaway, wyk. Gregory Peck, Susan Tyrrell, Pat Quinn, Robert Lyons
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.15 Bake off - Ale ciacho! - widowisko
16.15 Bake off - Ale przepis
16.30 Voice Kids s. II - Bitwa - widowisko muzyczne
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.25 Sport
18.30 Na dobre i na złe (729) - Wszystkie szczęśliwe rodziny - serial
19.30 Kevin sam w Irlandii - reality show
20.05 HIT Ja, Frankenstein - film fantasy, USA, Australia, reż. Stuart Beattie, wyk. Aaron Eckhart, Yvonne Strahovski, Bill Nighy, miranda Otto
21.45 Kino bez granic - Batalion - dramat, Rosja, reż. Dmitrij Meszkijew, wyk. Marat Baszarow, Marija Kożewnikowa, Marija Aronowa, Irina Rachmanowa
0.00 Fale - film obyczajowy, Polska, reż. Grzegorz Zariczny, wyk. Anna Kęsek, Katarzyna Kopeć, Tomasz Schimscheiner, Jolanta Olszewska, Edyta Torhan, Daniel Furmaniak, Beata Schimscheiner, Artur Krajewski, Krystyna Włościak
1.30 Ja, Frankenstein - film fantasy, USA, Australia, reż. Stuart Beattie, wyk. Aaron Eckhart, Yvonne Strahovski, Bill Nighy, miranda Otto
3.05 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.50 Szeregowiec Dolot - film anim.
10.40 Garfield 2 - komedia familijna, Wielka Brytania, USA, 2006, reż. Tim Hill, wyk. Breckin Meyer, Jennifer Love Hewitt, Billy Connolly
12.35 Karate Kid - film przygodowy, USA, Chiny, 2010, reż. Harald Zwart, wyk. Jaden Smith, Jackie Chan, Taraji P. Henson, Wenwen Han
15.25 X - Men - film sci - fi, USA, 2000, reż. Bryan Singer, wyk. Famke Janssen, Patrick Stewart, Ian McKellen
17.50 Nasz nowy dom
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Państwo w Państwie
20.05 XII Płocka Noc Kabaretowa, 2018

23.00 HIT Gliniarz z Beverly Hills - komedia sensacyjna, USA, 1984, reż. Martin Brest, wyk. Eddie Murphy, Judge Reinhold, Lisa Eilbacher, Ronny Cox - Po śmierci swojego przyjaciela Axel Foley (Eddie Murphy, który dzięki temu filmowi zyskał sławę), policjant z Detroit podąża za tropem domniemanego mordercy. Poszukiwania doprowadzają go do Beverly Hills. Niestety na miejscu spotyka się z brakiem zrozumienia lokalnej policji, która więcej wagi przykłada do przestrzegania regulaminu niż do łapania przestępców.
1.25 Apocalypto - dramat przygodowy, USA, 2006, reż. Mel Gibson, wyk. Rudy Youngblood, Dalia Hernández, Jonathan Brewer, Morris Birdyellowhead
4.05 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN
5.20 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Domowe rewolucje
12.00 Co za tydzień - magazyn
12.45 Drzewo marzeń
13.50 Martyna na krańcu świata
14.50 To magia! - film przygodowy, USA 2015, reż. Gary Rydstrom, wyk. Evan Rachel Wood, Meredith Anne Bull, Elijah Kelley, Kristin Chenoweth, Alan Cumming, Alfred Molina
16.55 Lego. Przygoda - komedia, USA, Australia, Dania 2014, reż. Phil Lord, Christopher Miller, wyk. Will Arnett, Elizabeth Banks, Craig Berry, Alison Brie, Anthony Daniels, Will Ferrell, Morgan Freeman
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.40 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.45 Uwaga! - program interwencyjny
20.00 Tu się gotuje!

20.05 HIT Wierna - film przygodowy, USA 2016, reż. Robert Schwentke, wyk. Shailene Woodley, Theo James, Naomi Watts, Octavia Spencer, Jeff Daniels, Miles Teller
22.35 Raport mniejszości - film S - F, USA 2002, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Cruise, Colin Farrell, Samantha Morton, Max Von Sydow, Lois Smith, Peter Stormare, Tim Blake Nelson, Kathryn Morris
1.35 MasterChef - program rozrywkowy
3.10 Uwaga! - program interwencyjny
3.30 Moc Magii

TV 4
6.00 Big Box Little Box
7.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata
8.05 Flintstonowie
9.10 Dzielna Mysz
9.30 Scooby - Doo! Wyprawa po mapę skarbów - film animowany
10.25 Galileo
12.30 Wyścig szczurów - komedia, USA
14.50 Poszukiwacze Bursztynowej Komnaty - film przygodowy, Niemcy, 2012, reż. Florian Baxmeyer, wyk. Kai Wiesinger, Bettina Zimmermann, Fabian Busch, Sonja Gerhardt
17.05 Zabójcze tornado - film katastroficzny, USA, 2012, reż. Jeff Burr, wyk. Kari Wuhrer, Jeff Fahey, Terry Kiser, David Jensen
19.00 Galileo
20.00 HIT Komornik - film sensacyjny, USA, 2018, reż. Jesse V. Johnson, wyk. Scott Adkins, Vladimir Kulich, Louis Mandylor, Tony Todd
22.00 Skrzydlate świnie - dramat obyczajowy, Polska, 2010, reż. Anna Kazejak, wyk. Paweł Małaszyński, Olga Bołądź, Piotr Rogucki, Bartłomiej Firlet
0.10 Tuż przed tragedią
1.10 Tuż przed tragedią
2.10 Włatcy móch
2.40 Disco Polo Life
3.40 Top 10 lista przebojów
4.40 Top 10 lista przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
5.40 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.50 Mango - Telezakupy
8.55 Przyjaciele - serial
10.00 Brzydula - serial
11.10 Zakochani po uszy
13.55 Beethoven VI: Wielka ucieczka - film familijny, USA 2008, reż. Mike Elliott, wyk. Jonathan Silverman, Jennifer Finnigan, Moises Arias, Eddie Griffin, Rhea Perlman
16.05 Czarna owca - komedia, USA 1996, reż. Penelope Spheeris, wyk. Chris Farley, David Spade, Tim Matheson, Christine Ebersole
17.55 Miłość jak narkotyk - komedia, USA 1997, reż. Griffin Dunne, wyk. Meg Ryan, Matthew Broderick, Kelly Preston, Tcheky Karyo
20.00 HIT Mission: Impossible III - film sensacyjny, USA, Niemcy, Chiny 2006, reż. J.J. Abrams, wyk. Tom Cruise, Philip Seymour Hoffman, Ving Rhames, Michelle Monaghan, Jonathan Rhys Meyers, Keri Russell, Eddie Marsan, Laurence Fishburne
22.35 Czas patriotów - film sensacyjny, USA 1992, reż. Phillip Noyce, wyk. Harrison Ford, Anne Archer, Patrick Bergin, Sean Bean, Thora Birch, James Fox, Samuel L. Jackson, Polly Walker, J.E. Freeman, Richard Harris
1.00 Agentka o stu twarzach - serial
2.00 Moc Magii

TV PULS
6.00 Flash - serial
8.45 Przygody Merlina - serial
10.40 Zakręcony piątek - komedia, USA 1995, reż. Melanie Mayron
12.30 Ostatni smok - film przygodowy, USA 1996, reż. Rob Cohen
14.35 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Jaś i Małgosia - film familijny, Niemcy 2012, reż. Uwe Janson
15.45 Rycerze z Szanghaju - komedia przygodowa, Hongkong, USA 2003, reż. David Dobkin, wyk. Jackie Chan, Owen Wilson, Aaron Taylor - Johnson, Tom Fisher
18.05 Moja wielka grecka wycieczka - komedia, USA 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Harland Williams, Nia Vardalos, Rachel Dratch, Richard Dreyfuss
20.00 HIT Aleksander - dramat historyczny, USA 2004, reż. Oliver Stone, wyk. Angelina Jolie, Anthony Hopkins, Christopher Plummer, Colin Farrell, Jared Leto, Val Kilmer
23.25 Dziewiąty legion - dramat przygodowy, Wielka Brytania, USA 2011, reż. Kevin Macdonald, wyk. Bence Gerö, Channing Tatum, István Göz, Jamie Bell
1.35 Skorpion - serial
2.40 Taki jest świat
3.20 Na jedwabnym szlaku
4.00 Menu na miarę
4.40 Z archiwum policji

TVP SPORT
6.00 Lekkoatletyka - Halowy mityng ISTAF Indoor, Berlin 7.30 Hokej na lodzie - NHL 2018. Winnipeg Jets - Anaheim Ducks 58 8.15 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 10.00 Badminton - Mistrzostwa Polski - Finały 12.15 Jeździectwo - Międzynarodowe Zawody Cavaliada, Lublin 15.15 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 18.35 Hokej na lodzie - NHL 2018. Washington Capitals - Boston Bruins 20.30 Hokej na lodzie - NHL 2018. Washington Capitals - Boston Bruins 59 21.30 Sportowy Wieczór - 22.10 Short track - PŚ, Drezno - dz. 2. 500m - 1000m i sztafety, Austria 23.30 Łyżwiarstwo szybkie - PŚ - Hamar - dz. 3 500 i 1500m kobiet i mężczyzn, Holandia 1.00 Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - Finał 2.45 Kolarstwo - Cyclo Cross - MŚ, Bogense - wyścig elity mężczyzn 3.45 Boks - Gala w Manchesterze, cz. 1

EUROSPORT
8.30 Kolarstwo. Argentyna Etap 6. 9.30 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen 11.30 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 13.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen Niemcy Gigant mężczyzn, 2. przejazd 14.30 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 15.00 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 15.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf 17.45 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie 18.15 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 18.45 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 19.15 Narciarstwo Alpejskie. PŚ, Garmisch Partenkirchen, Niemcy Gigant mężczyzn, 2. przejazd 19.45 Snooker. German Masters, Berlin Finał 23.00 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 0.30 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie 1.00 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Dzień, który zmienił moje życie 14.00 Przyjaciółki 15.00 Nasz nowy dom 16.00 W bliskim planie 16.25 W bliskim planie 16.55 SuperLudzie 17.25 Oblicza Ameryki 18.00 Malanowski i Partnerzy 19.00 Ewa gotuje 19.30 Magicy z ulicy 20.05 Wydarzenia 20.45 Zatopieni - film sensacyjny, Bułgaria, Wielka Brytania, 2005, reż. Anthony Hickox, wyk. Steven Seagal, Christine Adams, William Hope, Nick Brimble 22.45 Diabelskie nasienie - horror, USA, 2014, reż. Tyler Gillett, Matt Bettinelli - Olpin, wyk. Allison Miller, Zach Gilford, Sam Anderson, Roger Payano 0.40 Kabaretowa Ekstraklasa 1.35 Wydarzenia 2.15 Magicy z ulicy 2.45 Wystarczy chcieć 3.15 Echo lasu 3.45 Piotr Rubik Koncert Wielkanocny 4.45 Drwale 5.15 Ciemna strona miasta 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 2XL 7.00 Pozytywka SuperMagazyn 7.30 Nowy Scooby - Doo 9.00 Pomocnik Świętego Mikołaja - film familijny 11.00 SuperLudzie 11.35 Earl i ja, i umierająca dziewczyna - komediodramat 13.40 Świat według Kiepskich 14.05 Świat według Kiepskich 14.45 Sport w Super Polsacie 17.00 Świat według Kiepskich 17.30 Świat według Kiepskich 18.00 Człowiek z M - 3 - komedia obyczajowa, Polska, 1969, reż. Leon Jeannot, wyk. Bogumił Kobiela, Iga Mayr, Alicja Wyszyńska, Ewa Szykulska 20.00 Ryś - komedia, Polska, 2007, reż. Stanisław Tym, wyk. Stanisław Tym, Krzysztof Kowalewski, Zofia Merle, Jerzy Turek 23.00 Disco Attack, 2018 1.25 Gliniarze 2.25 Gliniarze 3.25 Malanowski i Partnerzy 3.55 Malanowski i Partnerzy 4.25 Malanowski i Partnerzy 4.55 Kabaretowa Ekstraklasa 5.30 Wystarczy chcieć

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 To jest temat - magazyn 15.30 Kościół z bliska 15.59 Serwis Info weekend 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info weekend 16.50 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.04 Teleexpress Extra 17.21 Teleexpress na deser 17.36 Serwis Info weekend 18.00 Panorama 18.16 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 0.20 Woronicza 17 1.35 Wiadomości 2.03 Gość Wiadomości

Stopklatka
6.00 Allo, Allo - serial 6.30 Scena Śmiechu 7.30 Komisarz Rex - serial 10.30 Klara i wszystko jasne - serial 11.30 Przygody Merlina - serial 13.30 Legenda Ragnaroka - film przygodowy 15.30 Myśl jak facet - komedia romantyczna 17.55 Komedia małżeńska - komedia obyczajowa 20.00 Patton - film biograficzny 23.35 Futro - komedia 1.45 Dziewczyna z szafy - komediodramat 3.35 Plebania - serial

TTV
8.45 Express 9.05 Bohaterowie i ocaleni - serial 10.05 Defacto 10.45 Express 11.05 Druga twarz 12.05 Piękne i odważne 12.55 Damy i wieśniaczki. Za granicą 14.00 Gogglebox. Przed Telewizorem 15.45 Express 16.05 Damy i wieśniaczki. PL 17.05 Nauka jazdy 17.45 Express 18.05 Usterka 19.45 Express 20.00 Defacto 21.00 Zamiana żon 22.00 Kossakowski. Inicjacja 23.00 Królowe życia - serial 23.45 Damy i wieśniaczki. Rosja

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 9. miesiąc 8.00 Galileo 9.05 Pan Peabody i Sherman Show 10.00 Detektywi w akcji 11.00 Detektywi w akcji 12.00 Detektywi w akcji 13.00 Detektywi w akcji 14.00 Policjantki i Policjanci 18.00 Columbo 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.00 Whiplash - dramat muzyczny 1.10 Galileo: Tajemnicze historie 2.05 Włatcy móch

TV TRWAM
9.30 Msza Święta 10.35 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 10.40 Cuda Jezusa 11.20 Święty na każdy dzień 11.25 100 cudownych miejsc na świecie 11.35 Królewna Śnieżka 12.00 Anioł Pański 12.20 Wieś - to też Polska 13.00 Wizyta Ojca św. Franciszka w Zjednoczonych Emiratach Arabskich 14.10 Święta Barbara 16.00 Informacje dnia 16.10 Koncert życzeń 17.00 Tam, gdzie Bóg płacze 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Retrospekcja 19.30 Moja katolicka rodzina 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Chwała Pani - pieśni dla Maryi 22.35 Śladami historii 22.40 Tydzień z Ziemi Świętej 23.00 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej 23.30 Maryjność duszą polskiego narodu

TVP KULTURA
7.00 Szlakiem Kolberga - Paulina Przybysz 7.30 Teledyski 8.15 Hodowla Zwierzątek Karola Borsuka - cykl dok. 8.35 Kiedy pojawia się deszcz - film anim. 8.40 Jajko - film anim. 8.45 Kapitan Kloss - film anim. 9.00 Wszystkie stworzenia duże i małe - Koń by się uśmiał sezon III - serial 10.05 Sasha Waltz - Portret - film dok. 11.10 Trzeci punkt widzenia 11.50 Zakochani w Rzymie - komedia romantyczna 13.50 Chuligan Literacki 14.30 Cyrulik Sewilski - opera 17.15 Niedziela z... Adamem Woronowiczem 18.05 Niedziela z... - Kobra w Teatrze TV. Dawne grzechy - spektakl teatralny 19.25 Droga wewnętrzna - film fabularny 20.20 Czerwony Pająk - dramat 22.05 Trzeci punkt widzenia 22.35 Filmy Bartosza Konopki - Trójka do wzięcia - film kr.metr. 23.30 Scena alternatywna - Oxford Drama 0.00 Bilet do kina - Selma - dramat

Poniedziałek, 4.02.2019

TVP 1
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Blondynka s.I (8) - serial
9.35 Komisarz Alex s.V (60) - serial
10.35 Ojciec Mateusz s.II (24) - Islamska żona - serial
11.30 Korona królów - taka historia... (20) - telenowela
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Magazyn Rolniczy
13.00 U wybrzeży Nowej Zelandii, cz. 1 Wyspy Kermadec - serial
14.00 Elif s.III (417) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Okrasa łamie przepisy
16.05 Wieczna miłość s.I (108) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3423) - telenowela
18.30 Korona królów (168) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości, Pogoda, Sport
20.30 Leśniczówka (84)
21.00 HIT Teatr Telewizji - Ekspedycja - spektakl teatralny, Polska, reż. Wojciech Adamczyk, wyk. Adrian Zaremba, Cezary Żak, Martyna Byczkowska, Marta Lipińska, Krzysztof Dracz, Sławomir Grzymkowski, Witold Wielinski, Ignacy Liss, Jan Janga - Tomaszewski, Katarzyna Hołtra
22.35 Sława i chwała (5) Gospodarstwa i ogrody - serial
23.45 Kocham życie - film dok.
0.45 Sanatorium miłości (3) - reality show
1.40 Miłość od kuchni - komedia, USA, reż. David Mackay, wyk. Taylor Cole, Andre W. Walker, Alley Mills
3.20 W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem - Apokalipsa - serial dok.
4.15 Notacje - Roman Maniak. "Maniuś" - cykl dok.
4.30 Zakończenie dnia

TVP 2
5.20 Koło fortuny - teleturniej
6.00 M jak miłość (1416) - serial
6.55 Coś dla Ciebie - magazyn
7.20 Na sygnale (210) - Bieg Patrioty - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.05 Pogoda Flesz
11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.IV (104) - Wiek mentalny kontra wiek fizyczny - serial
11.55 Barwy szczęścia (1993) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.10 Dążyć do sprawiedliwości - nabożeństwo - relacja
14.05 Bake off - Ale ciacho! - widowisko
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (24) - Oskarżony - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Łzy Cennet (106) - serial
18.00 Panorama, Pogoda, Sport
18.40 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź
18.45 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź
20.10 Barwy szczęścia (1994) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1417) - serial
21.45 Kulisy serialu
21.55 Rozbite marzenia. 1918 - 1939 (5) - serial
23.05 Godziny grozy (4) - serial
23.55 Sfora (2) - serial
1.00 Batalion - dramat, Rosja, reż. Dmitrij Meszkijew, wyk. Marat Baszarow, Marija Kożewnikowa, Marija Aronowa, Irina Rachmanowa
3.15 Fale - film obyczajowy, Polska, reż. Grzegorz Zariczny, wyk. Anna Kęsek, Katarzyna Kopeć, Tomasz Schimscheiner, Jolanta Olszewska, Edyta Torhan, Daniel Furmaniak, Beata Schimscheiner, Artur Krajewski, Krystyna Włościak, Ewelina Starejki
4.35 Zakończenie programu

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
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 MEGA HIT - Apocalypto - dramat przygodowy, USA, 2006, reż. Mel Gibson, wyk. Rudy Youngblood, Dalia Hernández, Jonathan Brewer, Morris Birdyellowhead - Łapa Jaguara - młody wojownik ze spokojnego, żyjącego w harmonii plemienia zamieszkującego dżunglę, zostaje pojmany przez okrutnych przybyszów i zmuszony do odbycia niebezpiecznej wyprawy do nieznanego świata cywilizacji opartej na strachu i ucisku, na końcu której czeka go ołtarz ofiarny.
23.00 Ślad - serial
0.00 12 godzin - thriller, USA, 2012, reż. Simon West, wyk. Nicolas Cage, Josh Lucas, Danny Huston, Malin Akerman
2.05 Geneza planety małp - film sci - fi, USA, 2011, reż. Rupert Wyatt, wyk. James Franco, John Lithgow, Andy Serkis, Freida Pinto
4.15 Kabaretowa Ekstraklasa

TVN
5.50 Uwaga! - program interwencyjny
6.20 Mango - Telezakupy
7.25 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn ogrodniczy
7.55 Akademia ogrodnika - magazyn ogrodniczy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Tu się gotuje!
11.05 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szpital - program obyczajowy
13.00 Szkoła - serial
14.00 Zakochani po uszy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 Szpital - program obyczajowy
17.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.30 Zakochani po uszy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku

20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy
21.30 Życie bez wstydu - reality show
22.30 Martyna na krańcu świata - Ciało i krew - dokument
23.35 HIT Wierna - film przygodowy, USA 2016, reż. Robert Schwentke, wyk. Shailene Woodley, Theo James, Naomi Watts, Octavia Spencer, Jeff Daniels, Miles Teller
2.00 Co za tydzień - magazyn
2.45 Uwaga! - program interwencyjny
3.05 Moc Magii

TV 4
6.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
7.05 Przygody Kota w butach
7.35 Przygody Kota w butach
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Septagon
10.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
11.25 Benny Hill
12.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Policjantki i Policjanci
16.00 Paulina - telenowela obyczajowa
17.00 Światło twoich oczu
18.00 Septagon
19.00 Policjantki i Policjanci
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Włatcy móch
21.35 Śmierć na 1000 sposobów
22.00 Galileo
23.00 Galileo
0.00 HIT Zatoka - horror, USA, 2012, reż. Barry Levinson, wyk. Nansi Aluka, Christopher Denham, Stephen Kunken, Frank Deal
1.50 Interwencja
2.05 Polityka na ostro
3.00 SuperLudzie
3.30 SuperLudzie
4.00 Magazyn Atleci Polsat Sport 2019
4.40 Trans World Sport 2019
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
4.45 Ukryta prawda - program obyczajowy
5.50 Sąd rodzinny - program sądowy
6.50 Szpital - program obyczajowy
7.50 Przyjaciele - serial
8.20 Przyjaciele - serial
8.50 Gotowe na wszystko II - serial
9.45 Zakochani po uszy
10.15 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Gotowe na wszystko II - serial
16.55 Przyjaciele - serial
17.25 Przyjaciele - serial
17.55 Brzydula - serial
18.25 Brzydula - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy
20.00 HIT W cieniu chwały - film sensacyjny, USA, Niemcy 2008, reż. Gavin O'Connor, wyk. Colin Farrell, Edward Norton, Jon Voight, Noah Emmerich, Jennifer Ehle, John Ortiz
22.40 W garniturach - serial
23.45 Paranormal Activity II - horror, USA 2010, reż. Todd Williams, wyk. Brian Boland, Molly Ephraim, Katie Featherston, Seth Ginsberg
1.35 Agentka o stu twarzach - serial
2.35 Moc Magii

TV PULS
6.00 Niewolnica Victoria - serial
7.00 Zbuntowany anioł - telenowela
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
10.00 Nash Bridges - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
14.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 112: na każde wezwanie - serial
16.00 Kobra - oddział specjalny - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 HIT Bullet - film akcji, USA 2014, reż. Nick Lyon, wyk. Danny Trejo, Eve Mauro, John Savage, Jonathan Banks, Torsten Voges
21.35 Niepokonany 3: Odkupienie - dramat kryminalny, USA 2010, reż. Isaac Florentine, wyk. Scott Adkins, Mykel Jenkins, Marko Zaror, Mark Ivanir, Hristo Shopov, Michael Baral
23.30 Siła rażenia - film akcji, Rumunia, Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Adam Croasdell, Danny Webb, Lisa Lovbrand, Steven Seagal
1.40 Taki jest świat
2.20 Na jedwabnym szlaku
4.40 Z archiwum policji

TVP SPORT
6.05 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F . AC Milan - SSC Napoli 1 8.10 Lekkoatletyka - Halowy mityng ISTAF Indoor, Berlin 9.40 Tenis ziemny - Turniej WTA - St. Petersburg - Finał 11.25 Łyżwiarstwo szybkie - PŚ - Hamar 12.55 Short track - PŚ, Drezno 13.35 Kolarstwo - Cyclo Cross - MŚ, Bogense 14.35 Kolarstwo - Cyclo Cross - MŚ, Bogense - wyścig elity mężczyzn 15.35 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 17.30 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup 17.35 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź 20.45 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 21.15 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 21.45 Sportowy Wieczór - 22.30 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź 0.30 Wszystkie gole Mistrzostw Świata FIFA 2018 - relacja 2.20 Boks - Gala Premier Boxing Champions w Nowym Jorku

EUROSPORT
3.00 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf 4.30 Snooker. German Masters, Berlin 6.30 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie 7.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 7.30 Kolarstwo. Argentyna Etap 7. 8.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 10.00 Snooker. German Masters, Berlin 11.45 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 12.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 15.30 Snooker. German Masters, Berlin 17.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 18.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 19.55 Snooker. World Grand Prix 0.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 1.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 1.30 Snooker. World Grand Prix, Preston

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Dzień, który zmienił moje życie 8.00 Dlaczego ja? 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Stołeczna drogówka 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Sekrety rodziny 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Ewa gotuje 14.00 Świat według Kiepskich 14.30 Świat według Kiepskich 15.00 Świat według Kiepskich 15.30 Trudne sprawy 16.30 Nasz nowy dom 17.30 Malanowski i Partnerzy 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 Zdrady 0.50 Gliniarze 1.45 Interwencja 2.00 Wydarzenia 2.40 Interwencja 2.55 Wystarczy chcieć 3.25 Echo lasu 3.55 Trans World Sport 4.55 SuperLudzie 5.20 Gliniarze 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 W rytmie serca 7.00 Małe Wielkie Marzenia 7.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo 8.00 Pierwsza klasa 8.30 Pierwsza klasa 9.00 Nasz nowy dom 10.00 Chirurdzy 11.00 W rytmie serca 12.00 Przyjaciółki 13.00 Pozytywka SuperMagazyn 13.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Twoja Twarz Brzmi Znajomo - program rozrywkowy 18.30 SuperLudzie 19.00 Chirurdzy 20.00 Nasz nowy dom 21.00 Skradziony notes - komedia, USA, 2006, reż. Scott Lew, wyk. Patrick Fugit, Olivia Wilde, Fran Kranz, John Cho 22.45 Vanilla Sky - thriller, 2001, reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Penélope Cruz, Cameron Diaz, Kurt Russell 1.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 3.00 Kabaretowa Ekstraklasa - program rozrywkowy 4.00 Przyjaciółki - serial 5.00 Przyjaciółki - serial obyczajowy

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.50 Pogoda 15.00 Wiadomości 15.10 Serwis Info 15.29 Serwis Info - 15.51 Pogoda 15.59 Serwis Info 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.21 Panorama opinii - magazyn 18.33 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski - magazyn 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Minęła 20ta 20.50 Warto rozmawiać 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.03 Nie da się ukryć Extra 0.33 Pogoda 0.45 Wiadomości 1.13 Gość Wiadomości 1.40 Minęła 20ta 2.25 Warto rozmawiać 3.25 W tyle wizji 4.00 Flesz Info

Stopklatka
7.20 Plebania - serial 8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.20 Ponadczasowe konstrukcje - serial 10.10 Niszczycielskie żywioły - serial 11.00 Klara i wszystko jasne - serial 12.05 Castle - serial 13.50 Katastrofy w przestworzach - serial 15.45 Wojny kontenerowe - serial 17.05 Scena Śmiechu 18.10 Allo, Allo - serial 20.00 Castle - serial 21.50 Dziewczyny z przemytu cz. 1 - serial 23.45 Wojna polsko - ruska - dramat

TTV
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 11.40 Kartoteka 10 12.40 Żony Hollywood 13.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 15.00 Królowe życia - serial 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.25 DeFacto 16.40 Lucky Bastards 17.10 Nauka jazdy 17.45 Express 18.05 Usterka 18.35 Dżentelmeni i wieśniacy 19.45 Express 20.05 Poza kontrolą - serial 21.15 Betlejewski. Prowokacje 21.45 Express 22.00 Gogglebox. Przed Telewizorem 23.45 Defacto

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Strażnik Teksasu 8.00 Medicopter 117 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Galileo 11.00 V.I.P. 12.00 Miodowe lata 13.35 Niesamowite rekordy 14.15 MacGyver 15.15 Diagnoza morderstwo 16.15 Drużyna A 17.15 Buffy, postrach wampirów 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Czerwona linia - thriller, USA, 2013 0.55 Niesamowite rekordy 1.35 STOP Drogówka

TV TRWAM
11.25 Myśląc Ojczyzna 11.35 Ivato 11.50 Retrospekcja 11.55 Święty na każdy dzień 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Guadalupe - żywy obraz 13.20 Koncert życzeń 14.10 Trinity Goodheart 15.40 Święty na każdy dzień 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 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Wizyta Ojca św. Franciszka w Zjednoczonych Emiratach Arabskich 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 23.00 Święta Teresa z Lisieux

TVP KULTURA
7.00 Teledyski 8.00 Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... 8.15 Rozmowy - Andrzej Szczerski 8.35 Złota kaczka - baśń filmowa 9.35 Patrzę na ciebie, Marysiu - film obyczajowy 11.00 Dom - Droga na skróty - serial 12.45 Bezmiar sprawiedliwości - dramat 15.00 Ceremonia pogrzebowa - film obyczajowy 16.45 Śladami wielkich kompozytorów - Śladami Berlioza - film dok. 17.50 Taxi Teheran - dramat, Iran 19.15 Rzecz Polska - Skuter Osa - cykl dok. 19.30 Którędy po sztukę - Maerten van Heemskerck - magazyn 19.35 Videofan - Portrety. Horacy Muszyński 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Słowo na A - serial 21.30 Więcej niż fikcja - Efekt domina - film dok. 23.00 Powidoki 5 - program publicystyczny 23.30 Czerwony Pająk - dramat 1.05 Informacje kulturalne 1.25 Egoiści - dramat

Wtorek, 5.02.2019

TVP 1
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Wieczna miłość s.I (108) - serial
7.05 Elif s.III (417) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Blondynka s.I (9) - Powrót woltyżerki - serial
9.35 Komisarz Alex s.V (61) - Bestia - serial
10.35 Ojciec Mateusz s.II (25) - Waga ciężka - serial
11.30 Korona królów (168) - telenowela
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Magazyn Rolniczy
13.00 U wybrzeży Nowej Zelandii seria II, cz. 2 Fiordland - serial dok.
14.00 Elif s.III (418) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Leśniczówka (84)
16.05 Wieczna miłość s.I (109) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3424) - telenowela
18.30 Korona królów (169) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości, Pogoda, Sport
20.30 Leśniczówka (85)
21.00 Głębia ostrości
21.40 Echo serca (4) - serial
22.35 Kompania X s.III (19) - serial
23.25 Weterani. Wyrwani śmierci
23.55 HIT Żyje się tylko dwa razy - film sensacyjny, Wielka Brytania, reż. Lewis Gilbert, wyk. Sean Connery, Akiko Wakabayashi, Tetsuro Tamba, Donald Pleasence, Lois Maxwell
2.00 Uwięzieni w raju - film fabularny, Niemcy, reż. Felix Herzongenrath, wyk. Anna Loos, Mike Seidel, Bernhard Piesk
3.45 W poszukiwaniu Boga z Morganem Freemanem - Życie po śmierci - serial dok.
4.40 Notacje - Józef Węgrzyn. Co lubią tygrysy - cykl dok.

TVP 2
5.25 Koło fortuny - teleturniej
6.00 M jak miłość (1417) - serial
6.55 Dobra wola - reportaż
7.20 Na sygnale (211) - Pojedynek - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.05 Pogoda Flesz
11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.V (105) - Wakacje w Gdyni - serial
11.55 Barwy szczęścia (1994) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (16) - serial
14.10 M jak miłość (1417) - serial
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (25) - Decydujący dzień - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Łzy Cennet (107) - serial
18.00 Panorama
18.25 Pogoda
18.30 Sport
18.35 Rodzinka.pl (252) - Kalejdoskop - serial
19.00 Na sygnale (42) - Prosto w serce - serial
19.35 Barwy szczęścia (1994) - serial
20.10 Barwy szczęścia (1995) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 M jak miłość (1418) - serial
21.45 Kulisy serialu
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Świat bez fikcji - Nawet nie wiesz jak bardzo Cię kocham - film dok.
0.35 Rodzinka.pl (247) - Kobita mi zwariowała - serial
1.05 Rozbite marzenia. 1918 - 1939 (5) - serial
2.05 Godziny grozy (4) - serial
2.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
4.00 Saudyjska wiosna - cykl dok.
4.55 Zakończenie programu

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
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 HIT Geneza planety małp - film sci - fi, USA, 2011, reż. Rupert Wyatt, wyk. James Franco, John Lithgow, Andy Serkis, Freida Pinto - San Francisco. Will Rodman pracuje w firmie farmaceutycznej. Marzy o stworzeniu leku regenerującego tkankę mózgową, który mógłby uzdrowić jego cierpiącego na chorobę Alzheimera ojca. Pod opiekę młodego naukowca trafia mały szympans o imieniu Caesar. Na nim właśnie Will prowadzi badania, na które nie pozwala mu firma. Zaczyna odnosić pierwsze sukcesy i jest o krok od wielkiego przełomu.
22.25 Ślad - serial
23.35 Ulice we krwi - thriller sensacyjny, USA, 2009, reż. Charles Winkler, wyk. Val Kilmer, Curtis Jackson, Michael Biehn, Jose Pablo Cantillo
1.35 Drużyna A - komedia sensacyjna, USA, 2010, reż. Joe Carnahan
4.15 Tajemnice losu

TVN
5.10 Uwaga! - program interwencyjny
5.35 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szpital - program obyczajowy
13.00 Szkoła - serial
14.00 Zakochani po uszy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 Szpital - program obyczajowy
17.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.30 Zakochani po uszy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy

21.30 HIT Zielona strefa - film sensacyjny, USA 2010, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Greg Kinnear, Amy Ryan
23.55 Superwizjer - magazyn reporterów
0.30 Tu się gotuje!
0.35 Kuba Wojewódzki - talk show
1.35 Drzewo marzeń
2.35 Strzelec - serial
3.35 Uwaga! - program interwencyjny
3.55 Moc Magii

TV 4
6.00 Buffy, postrach wampirów
7.05 Przygody Kota w butach
7.35 Przygody Kota w butach
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Septagon
10.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
11.25 Benny Hill
12.00 Buffy, postrach wampirów
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
16.00 Paulina - telenowela obyczajowa
17.00 Światło twoich oczu
18.00 Septagon
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 HIT Potwór - horror, USA, 2006, reż. Ryan Schifrin, wyk. Matt McCoy, Lance Henriksen, Haley Joel, Christien Tinsley
23.05 Trampolina - program rozrywkowy
0.05 Trampolina - program rozrywkowy
1.05 STOP Drogówka
2.05 Polityka na ostro
3.00 Magazyn Atleci Polsat Sport 2019
3.40 Trans World Sport 2019
4.35 SuperLudzie
5.10 SuperLudzie
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
4.45 Ukryta prawda - program obyczajowy
5.50 Sąd rodzinny - program sądowy
6.50 Szpital - program obyczajowy
7.50 Przyjaciele - serial
8.20 Przyjaciele - serial
8.50 Gotowe na wszystko II - serial
9.45 Zakochani po uszy
10.15 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Gotowe na wszystko II - serial
16.55 Przyjaciele - serial
17.55 Brzydula - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy
20.00 HIT Czas patriotów - film sensacyjny, USA 1992, reż. Phillip Noyce, wyk. Harrison Ford, Anne Archer, Patrick Bergin, Sean Bean, Thora Birch, James Fox, Samuel L. Jackson, Polly Walker, J.E. Freeman, James Earl Jones, Richard Harris
22.25 Ucieczka z Nowego Jorku - film S - F, USA 1981, reż. John Carpenter, wyk. Kurt Russell, Lee Van Cleef, Ernest Borgnine, Donald Pleasence, Isaac Hayes, Season Hubley, Harry Dean Stanton
0.30 Agentka o stu twarzach - serial
2.30 Moc Magii

TV PULS
6.00 Niewolnica Victoria - serial
7.00 Zbuntowany anioł - telenowela
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
10.00 Nash Bridges - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
12.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
14.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 112: na każde wezwanie - serial
16.00 Kobra - oddział specjalny - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 HIT Arena - film akcji, USA 2011, reż. Jonah Loop, wyk. Johnny Messner, Katia Winter, Kellan Lutz, Nina Dobrev, Samuel L. Jackson
21.55 Siła rażenia - film akcji, Rumunia, Wielka Brytania 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Adam Croasdell, Danny Webb, Lisa Lovbrand, Steven Seagal
23.55 Dziewiąty legion - dramat przygodowy, Wielka Brytania, USA 2011, reż. Kevin Macdonald, wyk. Bence Gerö, Channing Tatum, István Göz, Jamie Bell
2.05 Na jedwabnym szlaku
2.40 Biesiada na cztery pory roku
4.40 Z archiwum policji

TVP SPORT
6.00 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F . Fiorentina - AS Roma 2 8.00 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź 9.55 Hokej na lodzie - NHL 2018. Washington Capitals - Boston Bruins 59 11.30 Łyżwiarstwo szybkie - PŚ - Hamar 13.05 Short track - PŚ, Drezno 15.15 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź 17.10 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski 18.15 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 20.05 RETRO TVP SPORT - magazyn 22.00 Sportowy Wieczór - 22.40 Jeździectwo - Cavaliada, Lublin - relacja 0.40 MARZENIA - MISTRZOSTWA ŚWIATA FIFA Rosja 2018 - film dok. 2.10 Boks - Gala w Manchesterze, cz. 1 3.45 Boks - Gala w Manchesterze, cz. 2 - walka wieczoru. Warrington - Frampton 4.45 Kapitan Tsubasa (159) - serial 5.15 Sportowy Wieczór - 5.45 Zakończenie dnia

EUROSPORT
6.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 8.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 8.30 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 9.00 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 9.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 10.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 12.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Snooker. World Grand Prix 18.00 Piłka nożna. Puchar Niemiec - studio 18.30 Piłka nożna. Puchar Niemiec: FC Heidenheim - Bayer Leverkusen 20.30 Piłka nożna. Puchar Niemiec - studio 20.45 Piłka nożna. Puchar Kraju, Niemcy 1 finału: Borussia Dortmund - Werder Brema 22.45 Piłka nożna. Puchar Niemiec 23.00 Snooker. World Grand Prix 0.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 1.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 1.30 Snooker. World Grand Prix, Preston

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Dzień, który zmienił moje życie 8.00 Dlaczego ja? 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Stołeczna drogówka 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Sekrety rodziny 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Ewa gotuje 14.00 Świat według Kiepskich 14.30 Świat według Kiepskich 15.00 Świat według Kiepskich 15.30 Trudne sprawy 16.30 Nasz nowy dom 17.30 Malanowski i Partnerzy 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 Zdrady 0.50 Gliniarze 1.45 Interwencja 2.00 Wydarzenia 2.40 Interwencja 2.55 Wystarczy chcieć 3.25 Echo lasu 3.55 Trans World Sport 4.55 SuperLudzie 5.20 Gliniarze 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 W rytmie serca 7.00 Pozytywka SuperMagazyn 7.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo 8.00 Pierwsza klasa 9.00 Nasz nowy dom 10.00 Chirurdzy 11.00 W rytmie serca 12.00 Przyjaciółki 13.00 Małe Wielkie Marzenia 13.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami 18.25 Flesz Integracja 18.35 Flesz Integracja 18.40 SuperLudzie Extra 18.50 Flesz Integracja 18.55 Flesz Integracja 19.00 Chirurdzy 20.00 Nasz nowy dom 21.00 Vanilla Sky - thriller, 2001, reż. Cameron Crowe, wyk. Tom Cruise, Penélope Cruz, Cameron Diaz, Kurt Russell 23.50 Mistress America - komediodramat, USA, 2015, reż. Noah Baumbach, wyk. Greta Gerwig, Lola Kirke, Matthew Shear, Jasmine Cephas Jones 1.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 3.00 Kabaretowa Ekstraklasa 4.00 Przyjaciółki 5.00 Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.50 Pogoda 15.00 Wiadomości 15.10 Serwis Info 15.29 Serwis Info - 15.51 Pogoda 15.59 Serwis Info 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.19 Panorama opinii - magazyn 18.31 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski - magazyn 19.00 Serwis Info 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 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.07 Pogoda 0.20 Wiadomości 0.48 Gość Wiadomości 1.15 Minęła 20ta 2.15 W tyle wizji 2.49 Flesz Info Wieczór

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial 7.20 Plebania - serial 8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.20 Ponadczasowe konstrukcje - serial 10.10 Niszczycielskie żywioły - serial 11.00 Klara i wszystko jasne - serial 12.05 Castle - serial 13.50 Katastrofy w przestworzach - serial 15.45 Wojny kontenerowe - serial 17.00 Scena Śmiechu 18.05 Allo, Allo - serial l 20.00 Kalifornia - film sensacyjny 22.20 Zagubiony czas - dramat

TTV
10.40 Sędzia Anna Maria Wesołowska 11.40 Kartoteka 10 12.40 Żony Hollywood 13.50 Damy i wieśniaczki. Ukraina 15.00 Królowe życia 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.25 DeFacto 16.40 Lucky Bastards 17.10 Nauka jazdy 17.45 Express 18.05 Usterka 18.35 Dżentelmeni i wieśniacy 19.45 Express 20.05 Królowe życia 20.55 Ostre cięcie 21.45 Express 22.00 Pierwszy raz za granicą... 22.50 Damy i wieśniaczki. PL 23.45 Ostre cięcie

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Strażnik Teksasu 8.00 Medicopter 117 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Galileo 11.00 V.I.P. 12.00 Miodowe lata 13.35 Niesamowite rekordy 14.15 MacGyver 15.15 Diagnoza morderstwo 16.15 Drużyna A 17.15 Buffy, postrach wampirów 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Komornik - film sensacyjny 1.00 Niesamowite rekordy 1.40 STOP Drogówka 2.40 Top 10

TV TRWAM
10.30 Wizyta Ojca św. Franciszka w Zjednoczonych Emiratach Arabskich 12.03 Informacje dnia 12.20 Teresa. Historia świętej Teresy z Lisieux 14.00 Mojżesz - 10 przykazań 14.50 Ojciec Klemens Vismara 15.20 Świętość w codzienności - św. Joanna Beretta Molla 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Jestem mamą 16.30 Kalejdoskop Młodych 16.50 Express Studencki 17.00 100 cudownych miejsc na świecie 17.10 Prosto o gospodarce 17.30 Okiem kamery 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 Bieg życia 23.45 Toliara

TVP KULTURA
7.00 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.15 Studio Kultura - Rozmowy 8.40 Smutne potwory - film anim. 9.25 Taxi Teheran - dramat, Iran 11.00 Dom - Dziś każdy ma dwadzieścia lat - serial 12.40 Krótka podróż - dramat 13.35 Chopin. Pragnienie miłości - dramat 15.45 Zielone kasztany - film obyczajowy 17.20 Bodo - serial 18.25 Bodo - serial 19.30 Chuligan Literacki 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Diabelskie nasienie - spektakl teatralny 21.55 Lekkie obyczaje - Charing Cross Road 84 - dramat 23.45 Nocny dokument - Sztuka neogotyku - Wolność, równość, bezpieczeństwo - serial dok. 0.45 Kino nocne - Mona Lisa - dramat 2.40 Informacje kulturalne 2.55 Wydarzenie aktualne 3.35 Scena Klasyczna - Łukasz Dyczko - koncert 4.20 Teledysk 5.30 Afisz kulturalny 5.50 Zakończenie dnia

Środa, 6.02.2019

TVP 1
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Wieczna miłość s.I (109) - serial
7.00 Elif s.III (418) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Blondynka s.I (10) - Życie to maraton - serial
9.35 Komisarz Alex s.V (62) - Śmiertelny wyścig - serial
10.35 Ojciec Mateusz s.II (26) - Łzy Ewy - serial
11.30 Korona królów (169) - telenowela
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Rok w ogrodzie Extra - magazyn
13.00 U wybrzeży Nowej Zelandii seria II, cz. 3 - Wyspy Chatham - serial
14.00 Elif s.III (419) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Leśniczówka (85)
16.05 Wieczna miłość s.I (110) - serial
17.00 Teleexpress
17.15 Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3425) - telenowela
18.30 Korona królów (170) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości, Pogoda, Sport
20.30 Leśniczówka (86)
21.00 Uwięzieni w raju - film fabularny, HIT Niemcy, reż. Felix Herzongenrath, wyk. Anna Loos, Mike Seidel, Bernhard Piesk
22.40 Na własne oczy - Nasza Królowa Elżbieta, cz. 2 - serial dok.
23.45 Bez tożsamości (24) - serial
0.35 Warto rozmawiać
1.35 Weterani. Wyrwani śmierci - reportaż
2.05 wojsko - polskie.pl
2.35 Żyję się tylko dwa razy - film sensacyjny, Wielka Brytania, reż. Lewis Gilbert, wyk. Sean Connery, Akiko Wakabayashi, Tetsuro Tamba, Donald Pleasence, Lois Maxwell
4.35 Warszawa 1935 - Wola - film dok.
4.50 Zakończenie dnia

TVP 2
5.20 Koło fortuny - teleturniej
6.00 M jak miłość (1418) - serial
6.55 Pożyteczni.pl - magazyn
7.20 Na sygnale (212) - Małżeństwo doskonałe - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.25 Rodzinka.pl s.V (106) - Nareszcie sami - serial
11.55 Barwy szczęścia (1995) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (17) - serial
14.10 M jak miłość (1418) - serial
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (26) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Łzy Cennet (108) - serial
18.00 Panorama, Pogoda,Sport
18.40 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń
20.10 Barwy szczęścia (1996) - serial
20.40 Kulisy serialu
20.55 Na dobre i na złe (730) - serial
21.55 Na sygnale (218) - Pomóżcie jej - serial

22.35 Kino relaks - Wymarzona HIT dziewczyna - komedia, USA, reż. Bradford May, wyk. Anna Hutchinson, Jonathan Patrick Moore, Gail O'Grady
0.05 Za marzenia s.I (7 - 8) - serial
1.55 Świat bez tajemnic - Erdogan, studium żądzy władzy , Francja, reż. Gilles Cayatte, Guillame Perrier
3.00 Codzienna 2 m. 3 (42 - 43) - serial
4.00 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
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

20.40 Drużyna A - komedia sensacyjna, HIT USA, 2010, reż. Joe Carnahan, wyk. Liam Neeson, Bradley Cooper, Jessica Biel
- Kolejna misja zostaje wypełniona. Niestety, po powrocie okazuje się, że żołnierze zostali wrobieni. Zostają aresztowani i skazani przez sąd wojskowy na 10 lat więzienia. Każdy z członków jednostki trafia do innego zakładu karnego. Nie mija pół roku, kiedy Hannibal otrzymuje cynk, dotyczący osoby, która posłała ich za kratki. Udaje mu się zbiec z więzienia i uwolnić pozostałych.
23.05 Ślad - serial
0.05 Wykapany ojciec - komedia, USA, 2013, reż. Ken Scott, wyk. Vince Vaughn, Chris Pratt, Cobie Smulders, Andrzej Blumenfeld
2.15 Slumdog, milioner z ulicy - dramat, Wielka Brytania, 2008
5.10 Uwaga! - program interwencyjny

TVN
5.35 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szpital - program obyczajowy
13.00 Szkoła - serial
14.00 Zakochani po uszy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 Szpital - program obyczajowy
17.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.30 Zakochani po uszy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny
20.10 Doradca smaku
20.15 Na Wspólnej - serial
20.55 Milionerzy

21.35 Szeregowiec Ryan - film wojenny, HIT USA 1999, reż. Steven Spielberg, wyk. Tom Hanks, Edward Burns, Tom Sizemore, Matt Damon, Jeremy Davies, Adam Goldberg, Barry Pepper, Giovanni Ribisi, Vin Diesel, Ted Danson
1.00 American Horror Story I: Murder House - serial
2.10 Uwaga! - program interwencyjny
2.35 Moc Magii

TV 4
6.00 Buffy, postrach wampirów
7.05 Przygody Kota w butach
7.35 Przygody Kota w butach
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Septagon
10.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
11.25 Benny Hill
12.00 Buffy, postrach wampirów
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
16.00 Paulina - telenowela obyczajowa
17.00 Światło twoich oczu
18.00 Septagon
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Podwójna tożsamość - thriller HIT sensacyjny, USA, Niemcy, 2007, reż. John Herzfeld, wyk. Paul Walker, Laurence Fishburne, Jason Lewis, Joaquim de Almeida
23.00 Opętanie Michaela Kinga - horror, USA, 2014, reż. Tedi Sarafian, wyk. Shane Johnson, Ella Anderson, Cara Pifko, Krystal Alvarez
0.50 Trampolina - program rozrywkowy
1.50 Polityka na ostro
2.40 Disco Polo Life
3.40 Top 10 lista przebojów
4.40 Top 10 lista przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
4.45 Ukryta prawda - program obyczajowy
5.50 Sąd rodzinny - program sądowy
6.50 Szpital - program obyczajowy
7.50 Przyjaciele - serial
8.20 Przyjaciele - serial
8.50 Gotowe na wszystko II - serial
9.45 Zakochani po uszy
10.15 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Gotowe na wszystko II - serial
16.55 Przyjaciele - serial
17.55 Brzydula - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy
20.00 Ramię za milion dolarów - film HIT obyczajowy, USA 2014, reż. Craig Gillespie, wyk. Jon Hamm, Aasif Mandvi, Lake Bell, Bill Paxton, Alan Arkin
22.40 Co z oczu, to z serca - film sensacyjny, USA 1998, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Jennifer Lopez, Ving Rhames, Don Cheadle, Dennis Farina, Isaiah Washington, Steve Zahn, Catherine Keener, Luis Guzman, Albert Brooks
1.15 Moc Magii
3.25 Druga strona medalu - talk show
3.55 Druga strona medalu - talk show

TV PULS
6.00 Niewolnica Victoria - serial
7.00 Zbuntowany anioł - telenowela
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
10.00 Nash Bridges - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
14.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 112: na każde wezwanie - serial
16.00 Kobra - oddział specjalny - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 Krocząc wśród cieni - dramat kry- HIT minalny, USA 2014, reż. Scott Frank, wyk. Adam Thompson, Boyd Holbrook, Dan Stevens, David Harbour, Liam Neeson
22.15 Nikita - film sensacyjny, Francja, Włochy 1990, reż. Luc Besson, wyk. Anne Parillaud, Jean Reno, Marc Duret, Patrick Fontana, Tchéky Karyo
0.30 Code Black: Stan krytyczny - serial
1.25 Flash - serial
2.20 Biesiada na cztery pory roku
3.10 Taki jest świat
4.00 Biesiada na cztery pory roku
4.40 Z archiwum policji
5.00 Dyżur

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial 7.20 Plebania - serial 8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.20 Ponadczasowe konstrukcje - serial 10.10 Niszczycielskie żywioły - serial 11.00 Klara i wszystko jasne - serial 12.05 Castle - serial 13.50 Katastrofy w przestworzach - serial 15.45 Wojny kontenerowe - serial 17.00 Scena Śmiechu 18.05 Allo, Allo - serial 20.00 Taxi 4 - film sensacyjny 21.55 Sherlock - serial 23.55 Komedia małżeńska - komedia

TTV
10.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 11.50 Kartoteka 10 12.50 Żony Hollywood 13.55 Damy i wieśniaczki. Rosja 15.00 Królowe życia - serial 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.25 DeFacto - Flesz 16.40 Lucky Bastards 17.10 Nauka jazdy 17.45 Express 18.05 Usterka 18.35 Dżentelmeni i wieśniacy 19.45 Express 20.05 Królowe życia - serial 20.55 Druga twarz 21.45 Express 22.00 Ostre cięcie 22.45 Gogglebox. Przed Telewizorem

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Strażnik Teksasu 8.00 Medicopter 117 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Galileo 11.00 V.I.P. 12.00 Miodowe lata 13.35 Niesamowite rekordy 14.15 MacGyver 15.15 Diagnoza morderstwo 16.15 Drużyna A 17.15 Buffy, postrach wampirów 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 3:10 do Yumy - western 1.35 STOP Drogówka 2.40 Top 10 lista przebojów

TVP SPORT
6.00 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F . Atalanta Bergamo - Juventus Turyn 3 8.05 Jeździectwo - Cavaliada, Lublin - relacja 10.00 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 11.55 Opowieści o Mundialu 2018 - film dok. 13.00 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F 15.00 Pełnosprawni (286) - magazyn dla niepełnosprawnych 15.25 Niepokonani 15.45 RETRO TVP SPORT - magazyn 17.45 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 17.50 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 20.25 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 21.25 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 22.05 Sportowy Wieczór - 22.45 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 0.45 RETRO TVP SPORT - magazyn 2.45 Sporty walki - DSF Kickboxing Challenge - Warszawa 5.05 Sportowy Wieczór - 5.40 Zakończenie dnia

EUROSPORT
8.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 8.30 Snooker. World Grand Prix, Preston 10.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 12.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 1. 15.30 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 16.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 17.00 Piłka nożna. Puchar Niemiec 1 finału: Borussia Dortmund - Werder Brema 18.15 Piłka nożna. Puchar Niemiec - studio 18.30 Piłka nożna. Puchar Niemiec: Lipsk - Wolfsburg 20.30 Piłka nożna. Puchar Niemiec - studio 20.45 Piłka nożna. Puchar Niemiec: Hertha Berlin - Bayern Monachium 22.45 Piłka nożna. Puchar Niemiec - studio 23.00 Snooker. World Grand Prix 0.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 0.45 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 1. 1.30 Snooker. World Grand Prix, Preston

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Dzień, który zmienił moje życie 8.00 Dlaczego ja? 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Stołeczna drogówka 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Sekrety rodziny 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Ewa gotuje 14.00 Świat według Kiepskich 14.30 Świat według Kiepskich 15.00 Świat według Kiepskich 15.30 Trudne sprawy 16.30 Nasz nowy dom 17.30 Malanowski i Partnerzy 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 Zdrady 0.50 Gliniarze 1.45 Interwencja 2.00 Wydarzenia 2.40 Interwencja 3.00 Wystarczy chcieć 3.30 Echo lasu 4.00 Magazyn siatkarski 5.20 Gliniarze 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 W rytmie serca 7.00 Flesz Integracja 7.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo 8.00 Pierwsza klasa 9.00 Nasz nowy dom 10.00 Chirurdzy 11.00 W rytmie serca 12.00 Przyjaciółki 13.00 Flesz Integracja 13.10 SuperLudzie Extra 13.20 Flesz Integracja 13.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 Tylko Muzyka. Must be the Music 18.30 Małe Wielkie Marzenia 19.00 Chirurdzy 20.00 Nasz nowy dom 21.00 Mistress America - komediodramat, USA, 2015, reż. Noah Baumbach, wyk. Greta Gerwig, Lola Kirke, Matthew Shear, Jasmine Cephas Jones 22.50 Niebezpieczny człowiek - film akcji, USA, 2009, reż. Keoni Waxman, wyk. Steven Seagal, Mike Dopud, Marlaina Mah, Witalij Krawczenko 0.50 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 2.15 Nasz nowy dom 3.15 Kabaretowa Ekstraklasa 4.00 Przyjaciółki 5.00 Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 15.00 Wiadomości 15.10 Serwis Info 15.29 Serwis Info - 15.51 Pogoda 15.59 Serwis Info 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.21 Panorama opinii - magazyn 18.33 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski - magazyn 19.00 Serwis Info 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 21.49 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.07 Pogoda 0.20 Wiadomości 0.48 Gość Wiadomości 1.15 Minęła 20ta 2.15 W tyle wizji 2.50 Flesz Info Wieczór 2.55 W tyle wizji Extra 3.35 Tajemnice Watykanu

TV TRWAM
9.20 Express Studencki 9.25 Sanktuaria polskie 9.45 Święty na każdy dzień 9.50 100 cudownych miejsc na świecie 10.00 Audiencja Generalna Ojca Świętego Franciszka z Watykanu 11.00 Świat na wyciągnięcie ręki 11.25 Myśląc Ojczyzna 11.40 Prosto o gospodarce 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Trinity Goodheart 13.40 Betafo 14.00 Bieg życia 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Domek nr 6 17.00 Po stronie prawdy 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Przygody Monster Trucków 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 Odkupienie 23.40 Procesja dziejów

TVP KULTURA
7.00 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.15 Studio Kultura - Rozmowy 8.30 Którędy po sztukę - Maerten van Heemskerck 8.40 Klub szachistów - film TVP 9.20 Zielone kasztany - film obyczajowy 11.00 Siedlisko - serial 13.05 Szatan z siódmej klasy - film fabularny 15.00 Nie wolno przerwać spektaklu - film dok. 16.10 Legendy Rocka - Jimi Hendrix 16.35 Legendy Rocka - The Mamas and The Papas 17.10 Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu - film obyczajowy 19.00 Powidoki 5 - program publicystyczny 19.25 Dezerterzy - Bodo Kox 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Na wschód od Hollywood - Gloria - film obyczajowy, Chile 22.20 Ziemia, planeta ludzi - Ostatni w Aleppo - film dok. 23.30 John WIlson at the BBC Proms - George & Ira Gershwin Rediscovered - koncert 1.40 Charing Cross Road 84 - dramat

Czwartek, 7.02.2019

TVP 1
5.35 Jaka to melodia?
6.15 Wieczna miłość s.I (110) - serial
7.05 Elif s.III (419) - serial
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Blondynka s.I (11) - Przyjaciółki są jak bimber - serial
9.40 Komisarz Alex s.V (63) - Lincz - serial
10.35 Ojciec Mateusz s.II (27) - Spowiedź - serial
11.30 Korona królów (170) - telenowela
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.35 Agropogoda - magazyn
12.40 Bo ja wybieram zdrowie
13.00 U wybrzeży Nowej Zelandii seria II, cz. 4 Wyspa White - serial dok.
14.00 Elif s.III (420) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Leśniczówka (86)
16.05 Wieczna miłość s.I (111) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3426) - telenowela
18.30 Korona królów (171) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.25 Sport
20.35 Ojciec Mateusz s.XVII (217) - Wybór - serial
21.30 Sprawa dla reportera
22.20 Magazyn śledczy
22.55 Magazyn kryminalny 997
23.50 Ocaleni - reality show
0.55 Tanie Dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat
1.35 Bez tożsamości (24) - serial
2.25 Kompania X s.III (19) - serial
3.20 Sprawa dla reportera
4.20 Magazyn śledczy
4.45 Zakończenie dnia

TVP 2
5.15 Koło fortuny - teleturniej
5.55 Na dobre i na złe (730) - serial
6.50 Operacja Zdrowie!
7.20 Na sygnale (213) - Trauma - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.25 Rodzinka.pl s.V (107) - serial
11.55 Barwy szczęścia (1996) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (18) - serial
14.10 Na dobre i na złe (730) - serial
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (27) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.15 Łzy Cennet (109) - serial
18.00 Panorama, Pogoda, Sport
18.35 Rodzinka.pl s.I (1) - serial
19.05 Na sygnale (43) - Pozory mylą - serial
19.35 Barwy szczęścia (1996) - serial
20.10 Barwy szczęścia (1997) - serial
20.45 The Good Doctor s.II (26) - serial

21.40 Księżyc i Valentino - dramat, HIT USA, reż. David Anspaugh, wyk. Elizabeth Perkins, Whoopie Goldberg, Gwyneth Paltrow, Kathleen Turner, Jon Bon Jovi
23.25 Na sygnale (218) - Pomóżcie jej - serial
23.55 Wasza Wysokość - komedia, USA, reż. David Gordon Green, wyk. James Franco, Natalie Portman, Danny McBride, Zoey Deschanel, Justin Theroux
1.50 Szpieg D'83 - ep. 4 - film obyczajowy, Niemcy
2.50 Art Noc

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
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 Slumdog, milioner z ulicy - dramat, HIT Wielka Brytania, 2008, reż. Danny Boyle, wyk. Dev Patel, Freida Pinto, Anil Kapoor, Saurabh Shukla
- Pochodzący z dzielnicy slumsów w Bombaju osiemnastoletni Jamal Malik bierze udział w indyjskiej edycji teleturnieju "Milionerzy". Zdołał już wygrać zawrotną kwotę 10 milionów rupii, a teraz staje przed ostatnim pytaniem i szansą na podwojenie nagrody. Na dzień przed nakręceniem finałowego odcinka Jamal zostaje jednak zatrzymany przez policję i brutalnie przesłuchany.
22.35 Ślad - serial
23.45 Panaceum - thriller, USA, 2013, reż. Steven Soderbergh, wyk. Rooney Mara, Channing Tatum, Jude Law, Catherine Zeta - Jones
2.00 Chirurdzy
4.00 Tajemnice losu

TVN
5.10 Uwaga! - program interwencyjny
5.35 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szpital - program obyczajowy
13.00 Szkoła - serial
14.00 Zakochani po uszy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 Szpital - program obyczajowy
17.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.30 Zakochani po uszy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
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 Nieoczekiwana zmiana miejsc HIT - 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
1.00 MasterChef - program rozrywkowy
2.30 Uwaga! - program interwencyjny
2.50 Moc Magii

TV 4
6.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
7.05 Przygody Kota w butach
7.35 Przygody Kota w butach
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Septagon
10.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
11.25 Benny Hill
12.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
13.00 Detektywi w akcji
14.00 STOP Drogówka
15.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
16.00 Paulina - telenowela obyczajowa
17.00 Światło twoich oczu
18.00 Septagon
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
21.00 Zaginiony w akcji - film akcji, HIT USA, 1984, reż. Joseph Zito, wyk. Chuck Norris, M. Emmet Walsh, David Tress, Lenore Kasdorf
23.05 Tuż przed tragedią
0.05 Tuż przed tragedią
1.05 Trampolina
2.05 Interwencja
2.20 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
4.45 Ukryta prawda - program obyczajowy
5.50 Sąd rodzinny - program sądowy
6.50 Szpital - program obyczajowy
7.50 Przyjaciele - serial
8.20 Przyjaciele - serial
8.50 Gotowe na wszystko II - serial
9.45 Zakochani po uszy
10.15 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Gotowe na wszystko II - serial
16.55 Przyjaciele - serial
17.25 Przyjaciele - serial
17.55 Brzydula - serial
18.25 Brzydula - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy
20.00 Jak przeżyć święta - komedia, HIT USA 2004, reż. Mike Mitchell, wyk. Ben Affleck, James Gandolfini, Christina Applegate, Catherine O'Hara, Josh Zuckerman, Udo Kier
22.00 Oszuści - serial
22.55 Internat specjalnej troski - komedia, USA 2015, reż. Ira Ungerleider, wyk. Andrew Bachelor, Jamie Chung, Juliette Goglia, Ryan Hansen
1.30 Moc Magii
3.45 Druga strona medalu - talk show

TV PULS
6.00 Niewolnica Victoria - serial
7.00 Zbuntowany anioł - telenowela
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
10.00 Nash Bridges - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
14.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 112: na każde wezwanie - serial
16.00 Kobra - oddział specjalny - serial
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 Wieczny student - komedia, USA, HIT Niemcy 2002, reż. Walt Becker, wyk. Kal Penn, Ryan Reynolds, Tara Reid, Teck Holmes
22.00 Wielkie kino - komedia, USA 2007, reż. Aaron Seltzer, Jason Friedberg, wyk. Adam Campbell, Carmen Electra, David Carradine, Jennifer Coolidge, Kal Penn
23.40 Bullet - film akcji, USA 2014, reż. Nick Lyon, wyk. Danny Trejo, Eve Mauro, John Savage, Jonathan Banks, Torsten Voges
1.15 Kuchnia na Maksa - serial
2.30 Biesiada na cztery pory roku
3.40 Taki jest świat
4.25 Menu na miarę
5.00 Dyżur

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial 7.20 Plebania - serial 8.25 Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial 9.20 Ponadczasowe konstrukcje - serial 10.10 Niszczycielskie żywioły - serial 11.00 Klara i wszystko jasne - serial 12.05 Castle - serial 13.50 Katastrofy w przestworzach - serial 15.45 Wojny kontenerowe - serial 17.00 Scena Śmiechu 18.05 Allo, Allo - serial 20.00 Ostatni legion - dramat 22.00 F/X - film sensacyjn

TTV
10.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 11.50 Kartoteka 10 12.50 Żony Hollywood 13.55 Damy i wieśniaczki. Ukraina 15.00 Królowe życia 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.25 DeFacto - Flesz 16.40 Lucky Bastards 17.10 Nauka jazdy 17.45 Express 18.05 Usterka 18.35 Dżentelmeni i wieśniacy 19.35 Tu się gotuje! 19.45 Express 20.05 Nauka jazdy 20.40 Orzeł czy Reszka 21.45 Express 22.00 Królowe życia - serial 23.30 Kossakowski. Inicjacja

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Strażnik Teksasu 8.00 Medicopter 117 9.00 Policjantki i Policjanci 10.00 Galileo 11.00 V.I.P. 12.00 Miodowe lata 13.35 Niesamowite rekordy 14.15 MacGyver 15.15 Diagnoza morderstwo 16.15 Drużyna A 17.15 Buffy, postrach wampirów 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami 23.00 Resident Evil: Zaświaty - horror 1.00 Niesamowite rekordy 1.40 STOP Drogówka

TVP SPORT
6.00 Piłka nożna - Puchar Włoch - 1/4F . Inter Mediolan - Lazio 4 8.05 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 10.00 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf - konkurs indywidualny HS 235 11.55 Strongman - Liga Mistrzów 13.00 Lekkoatletyka - Miting Orlen Cup - Łódź 14.55 Rad - wań - ska, mój mecz 15.55 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell 17.55 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 1, Holandia 18.50 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 1, Holandia 20.00 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 22.00 Sportowy Wieczór - 22.45 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 1, Holandia 0.30 Hokej na lodzie - NHL 2018 1.00 Hokej na lodzie - NHL 2018. 60 4.05 Kapitan Tsubasa (160) - serial 4.35 Kapitan Tsubasa (161) - serial 5.05 Sportowy Wieczór

EUROSPORT
3.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 4.00 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie 4.30 Snooker. World Grand Prix, Preston 6.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 7.30 Biathlon. MŚ juniorów, Osrblie 8.00 Kombinacja Norweska. PŚ, Klingenthal 8.30 Snooker. World Grand Prix, Preston 10.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 12.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji 15.30 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf Konkurs indywidualny, skocznia mamucia 17.00 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 17.30 Biathlon. Mistrzostwa świata juniorów, Osrblie 18.00 Biathlon. PŚ, Canmore 20.00 Igrzyska Olimpijskie. We are on 21.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 21.45 Biathlon. PŚ, Canmore 23.45 Watts 0.00 Biathlon. PŚ, Canmore 0.45 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 1.

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Dzień, który zmienił moje życie 8.00 Dlaczego ja? 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Stołeczna drogówka 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Sekrety rodziny 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Ewa gotuje 14.00 Świat według Kiepskich 14.30 Świat według Kiepskich 15.00 Świat według Kiepskich 15.30 Trudne sprawy 16.30 Nasz nowy dom 17.30 Malanowski i Partnerzy 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 To Twoja wina 0.50 Gliniarze 1.45 Interwencja 2.00 Wydarzenia 2.40 Interwencja 3.00 Wystarczy chcieć 3.30 Echo lasu 4.00 Magazyn siatkarski 5.20 SuperLudzie 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 W rytmie serca 7.00 Pozytywka SuperMagazyn 7.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo 8.00 Pierwsza klasa 8.30 Pierwsza klasa 9.00 Nasz nowy dom 10.00 Chirurdzy 11.00 Przyjaciółki 12.00 Przyjaciółki 13.00 Pozytywka SuperMagazyn 13.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 15.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 16.30 World of Dance - Polska 18.00 Małe Wielkie Marzenia 18.30 Pozytywka SuperMagazyn 19.00 Chirurdzy 20.00 Jednostka 19 21.00 Niebezpieczny człowiek - film akcji, USA, 2009, reż. Keoni Waxman 23.00 Kazimierz Wielki część 2 - film historyczny, Polska, 1976, reż. Czesław Petelski, Ewa Petelska, wyk. Krzysztof Chamiec, Zofia Saretok, Władysław Hańcza, Wiesław Gołas 0.30 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia 2.00 Nasz nowy dom 3.00 Nasz nowy dom 4.00 MY3 4.30 MY3 5.00 Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 13.59 Serwis Info 14.29 Serwis Info 14.50 Pogoda 15.00 Wiadomości 15.10 Serwis Info 15.29 Serwis Info - 15.51 Pogoda 15.59 Serwis Info 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.21 Panorama opinii - magazyn 18.33 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski - magazyn 19.00 Serwis Info 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 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.07 Pogoda 0.20 Wiadomości 0.48 Gość Wiadomości 1.15 Minęła 20ta 2.15 W tyle wizji 2.49 Flesz Info Wieczór

TV TRWAM
11.25 Myśląc Ojczyzna 11.35 Przyroda i ludzie 12.00 Anioł Pański 12.03 Informacje dnia 12.20 Po stronie prawdy 13.20 Śladami apostoła Pawła 14.10 Odkupienie 15.45 Przegląd Tygodnika Rodzin Katolickich "Źródło" 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Z wędką nad wodę 16.35 Porady Medyczne Bonifratrów 17.00 Modlitwa w intencji rodzin i obrony życia poczętego w Sanktuarium św. Józefa w Kaliszu 19.25 Przegląd katolickiego tygodnika "Niedziela" 19.30 Jezus - Królestwo bez granic - Jan Chrzciciel 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 Ziemia Święta - Ziemia bez chrześcijan? 22.30 Z wędką nad wodę 23.00 Sanktuarium Matki Ubogich w Banneux 23.55 Izba Pamięci Pułkownika Kuklińskiego

TVP KULTURA
7.00 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.15 Studio Kultura - Rozmowy 8.40 Druciane oprawki - film anim. 9.10 Gołąb przysiadł na gałęzi i rozmyśla o istnieniu - film obyczajowy 11.00 Siedlisko - serial 12.00 Siedlisko - serial 13.05 Grający z talerza - film obyczajowy 15.00 Tylko Beatrycze - spektakl teatralny 17.15 Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... 17.35 Drogi wolności - Ślubu nie będzie - serial 18.40 Drogi wolności - Gra w zielone - serial 19.40 Herbert - mosty - Raport z oblężonego miasta 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Sensacyjna zima - Przeżyliśmy wojnę - dramat 22.35 Portrety - Szukając Vivian Maier - film dok. 0.05 Scena Klasyczna - Pękala/Kordylasińska/Pękala - koncert 0.50 Gloria - film obyczajowy 2.45 Informacje kulturalne 3.15 Pornografia - film fabularny

Piątek, 8.02.2019

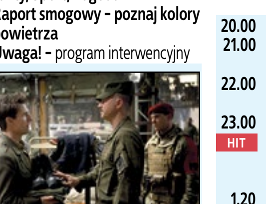
TVP 1
8.00 Wiadomości, Pogoda
8.15 Kwadrans polityczny
8.40 Blondynka s.I (12) - Szczęście na raty - serial
9.40 Komisarz Alex s.V (64) - Zabójczy sekret - serial
10.35 Ojciec Mateusz s.II (28) - Sekrety klasztoru - serial
11.30 Korona królów (171) - telenowela
12.00 Wiadomości
12.15 Agrobiznes
12.40 Rok w zagrodzie - Postęp genetyczny w hodowli zwierząt
13.00 U wybrzeży Nowej Zelandii seia II, cz. 5 - Półwysep Ban
14.00 Elif s.III (421) - serial
15.00 Wiadomości, Pogoda
15.15 Alarm! - magazyn
15.35 Magazyn śledczy
16.05 Wieczna miłość s.I (112) - serial
17.00 Teleexpress, Pogoda
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3427) - telenowela
18.30 Korona królów - taka historia... (21) - telenowela
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.30 Wiadomości, Pogoda, Sport
20.35 The Wall. Wygraj marzenia - /46/ - teleturniej
21.30 Wiktoria s.II (9) - Córka żołnierza - serial
22.35 Taniec pustyni - dramat, Wielka HIT Brytania, Maroko, Zjednoczone Emiraty Arabskie, reż. Richard Raymond, wyk. Freida Pinto, Tom Cullen, Reece Ritchie
0.30 El Principe - dzielnica zła (11 - 12) - serial
2.20 Wiktoria s.II (9) Córka żołnierza - serial
3.25 Magazyn kryminalny 997
4.15 Ocaleni - reality show
5.15 Notacje - Antoni Bernacki. Huta Pieniacka - cykl dok.
5.25 Zakończenie dnia

TVP 2
5.20 Koło fortuny - teleturniej
6.00 Egzamin z życia (24) - serial
6.50 Anna Dymna - spotkajmy się
7.20 Na sygnale (214) - Polowanie na małpy - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.00 Panorama
11.05 Pogoda Flesz
11.10 Pytanie na śniadanie Extra
11.25 Rodzinka.pl s.V (108) - Zazdrość - serial
11.55 Barwy szczęścia (1997) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej
13.15 Miłosne potyczki (19) - serial
14.00 Coś dla Ciebie - magazyn
14.30 Operacja Zdrowie!
15.10 Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (28) - serial
16.00 Koło fortuny - teleturniej
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Łzy Cennet (110) - serial
18.00 Panorama, Pogoda, Sport
18.35 Rodzinka.pl s.I (2) - Opiekunki - serial
19.05 Na sygnale (44) - Sytuacja podbramkowa - serial
19.35 Barwy szczęścia (1997) - serial
20.10 Barwy szczęścia (1998) - serial
20.45 $E = mc^2$ - komedia, Polska, reż. Olaf HIT Lubaszenko, wyk. Agnieszka Włodarczyk, Olaf Lubaszenko, Cezary Pazura, Renata Dancewicz, Edward Linde, Jan Nowicki
22.35 La La Poland s.I - program rozrywkowy
23.15 Sherlock s.II - Sześć razy Thatcher - serial
1.00 Księżyc i Valentino - dramat, USA, reż. David Anspaugh, wyk. Elizabeth Perkins, Whoopie Goldberg, Gwyneth Paltrow, Kathleen Turner, Jon Bon Jovi
2.50 American Hustle. Amerykański przekręt - film sensacyjny, USA, reż. David O. Russell, wyk. Christian Bale, Amy Adams, Bradley Cooper, Jennifer Lawrence, Robert De Niro
5.05 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
9.00 SuperPies
9.30 Malanowski i Partnerzy
10.00 Dzień, który zmienił moje życie
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 Kochaj albo rzuć - komedia, Polska, 1977, reż. Sylwester Chęciński, wyk. Władysław Hańcza, Wacław Kowalski, Anna Dymna, Irena Karel

22.40 Poszukiwacze zaginionej Arki HIT - film przygodowy, USA, 1981, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Karen Allen, Paul Freeman
- Doktor Jones jest uniwersyteckim wykładowcą, łączącym pracę naukową z licznymi ekspedycjami badawczymi. Jego poprzednia wyprawa zakończyła się fiaskiem - cenny skarb wpadł w ręce Belloqa - pracującego dla nazistów rywala amerykańskiego archeologa. Teraz Jonesa czeka nowa ekspedycja - wywiad odkrył, że hitlerowcy pilnie poszukują Arki Przymierza.
1.00 Opętani - horror, USA, 2010, reż. Breck Eisner
3.25 Tajemnice losu

TVN
5.10 Uwaga! - program interwencyjny
5.35 Mango - Telezakupy
6.50 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 Doradca smaku
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.00 Szpital - program obyczajowy
13.00 Szkoła - serial
14.00 Zakochani po uszy
14.30 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 Szkoła - serial
16.30 Szpital - program obyczajowy
17.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
18.30 Zakochani po uszy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.50 Uwaga! - program interwencyjny



20.00 Na skraju jutra - film S - F, USA, HIT Kanada 2014, reż. Doug Liman, wyk. Tom Cruise, Emily Blunt, Brendan Gleeson, Bill Paxton, Jonas Armstrong
22.35 Wyspa - film S - F, USA 2005, reż. Michael Bay, wyk. Ewan McGregor, Scarlett Johansson, Djimon Hounsou, Sean Bean, Steve Buscemi, Michael Clarke Duncan
1.15 Życie bez wstydu - reality show
2.20 Kuba Wojewódzki - talk show
3.15 Uwaga! - program interwencyjny
3.30 Moc Magii

TV 4
6.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
7.05 Przygody Kota w butach
7.35 Przygody Kota w butach
8.00 Nasz nowy dom
9.00 Septagon
10.00 Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia
11.30 Benny Hill
12.00 Buffy, postrach wampirów - serial przygodowy
13.00 Galileo
14.00 Galileo
15.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
16.00 Paulina - telenowela obyczajowa
17.00 Światło twoich oczu
18.00 Septagon
19.00 Policjantki i Policjanci - serial obyczajowy
20.00 Gwiazdy Kabaretu
21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.00 W potrzasku - film sensacyjny, HIT USA, 1995, reż. J.F. Lawton, wyk. Christopher Lambert, Joan Chen, John Lone, Yoshio Harada
1.20 STOP Drogówka
2.20 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
4.45 Ukryta prawda - program obyczajowy
5.50 Sąd rodzinny - program sądowy
6.50 Szpital - program obyczajowy
7.50 Przyjaciele - serial
8.50 Gotowe na wszystko II - serial
9.45 Zakochani po uszy
10.15 Mango Telezakupy
11.55 Ukryta prawda - program obyczajowy
12.55 Sąd rodzinny - program sądowy
13.55 Sędzia Anna Maria Wesołowska
14.55 Szpital - program obyczajowy
15.55 Gotowe na wszystko II - serial
16.55 Przyjaciele - serial
17.55 Brzydula - serial
19.00 19 + - serial
19.30 Zakochani po uszy
20.00 Miłość jak narkotyk - komedia, HIT USA 1997, reż. Griffin Dunne, wyk. Meg Ryan, Matthew Broderick, Kelly Preston, Tcheky Karyo, Maureen Stapleton
22.10 Mission: Impossible III - film sensacyjny, USA, Niemcy, Chiny 2006, reż. J.J. Abrams, wyk. Tom Cruise, Philip Seymour Hoffman, Ving Rhames, Michelle Monaghan, Jonathan Rhys Meyers, Keri Russell, Eddie Marsan, Laurence Fishburne
0.40 W garniturach - serial
1.40 Oszuści - serial
2.40 Moc Magii
4.50 Druga strona medalu - talk show

TV PULS
6.00 Niewolnica Victoria - serial
7.00 Zbuntowany anioł - telenowela
8.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
9.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
10.00 Nash Bridges - serial
11.00 Kobra - oddział specjalny - serial
13.00 JAG - Wojskowe Biuro Śledcze - serial
14.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
15.00 112: na każde wezwanie - serial
16.00 Idealna współlokatorka - thriller
18.00 Lombard: życie pod zastaw - serial
20.00 Wilk wojny - film akcji, Chiny 2015, HIT reż. Jing Wu, wyk. Dahong Ni, Jing Wu, Kevin Lee, Nan Yu, Zhu Xiao
21.50 Arena - film akcji, USA 2011, reż. Jonah Loop, wyk. Johnny Messner, Katia Winter, Kellan Lutz, Nina Dobrev, Samuel L. Jackson
23.50 Bez litości - film sensacyjny, Kanada, USA 2012, reż. Lauro Chartrand, wyk. Adrian Holmes, Jesse Hutch, Lochlyn Munro, Sarah Lind, Steven Seagal
1.40 Dyżur
1.55 Biesiada na cztery pory roku
3.05 Na jedwabnym szlaku
4.10 Menu na miarę
4.40 Z archiwum policji
5.00 Dyżur

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial 6.55 Plebania - serial 8.00 Stawka większa niż życie cz. 1 - 2 - serial 10.25 Allo, Allo - serial 11.25 Klara i wszystko jasne - serial 12.25 Castle - serial 14.15 Katastrofy w przestworzach - serial 16.55 Scena Śmiechu 17.55 Dwa światy - komedia fantasy 20.00 Fenomen - dramat 22.40 Kryjówka diabła - horror 0.50 Kłamstwo - thriller 2.40 Człowiek z marmuru - dramat polityczny 6.00 Zakończenie programu

TTV
10.50 Sędzia Anna Maria Wesołowska 11.50 Kartoteka 10 12.45 Damy i wieśniaczki. Ukraina 13.45 Zamiana żon. Ukraina 11 15.10 Królowe życia - serial 15.45 Express 16.05 Uwaga! 16.25 DeFacto - Flesz 16.40 Wojny magazynowe 17.45 Express 18.05 Ostre cięcie 18.40 Dżentelmeni i wieśniacy 19.45 Express 20.00 Pierwszy raz za granicą... 20.45 Gogglebox. Przed Telewizorem 21.45 Express 22.00 Zamiana żon 23.00 Królowe życia

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów 7.00 Strażnik Teksasu 8.00 Medicopter 117 9.00 9. miesiąc 10.00 Galileo 11.00 V.I.P. 12.00 Miodowe lata 13.35 Niesamowite rekordy 14.15 MacGyver 15.15 Diagnoza morderstwo 16.15 Drużyna A 17.15 Buffy, postrach wampirów 18.15 Miodowe lata 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.00 Przysięga - film przygodowy 1.05 La Maviuta - gender romance 2.10 La Maviuta - gender romance

TVP SPORT
6.05 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 8.00 Hokej na lodzie - NHL 2018. 60 10.05 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell 11.55 Strongman - Liga Mistrzów (15) - relacja 13.05 Lekkoatletyka - Miting Copernicus Cup - Toruń 15.05 Strongman - Liga Mistrzów (16) - relacja 16.10 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell 18.05 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 2, Holandia 19.00 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Madryd 22.00 Sportowy Wieczór - 22.45 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 2, Holandia 0.35 Hokej na lodzie - NHL 2018 - skróty meczów 1.00 Hokej na lodzie - NHL 2018. 61 4.05 Kapitan Tsubasa (162) - serial 4.35 Kapitan Tsubasa (163) - serial 5.05 Sportowy Wieczór - 5.35 Zakończenie dnia

EUROSPORT
3.00 Biathlon. PŚ, Canmore 3.45 Biathlon. PŚ, Canmore 4.30 Snooker. World Grand Prix, Preston 6.30 Biathlon. PŚ, Canmore 8.30 Snooker. World Grand Prix, Preston 10.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 10.45 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 12.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.30 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 3. 16.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 17.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 17.45 Skoki narciarskie. PŚ 18.00 Skoki narciarskie. PŚ, Lahti kwalifikacje 19.00 Skoki narciarskie. PŚ 19.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 19.55 Snooker. World Grand Prix Półfinał 23.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 0.00 Skoki narciarskie. PŚ, Lahti kwalifikacje 0.45 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 3. 1.30 Snooker. World Grand Prix, Preston Półfinał

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Dzień, który zmienił moje życie 8.00 Dlaczego ja? 9.05 Drwale i inne opowieści Bieszczadu 9.35 Stołeczna drogówka 10.00 Na ratunek 112 10.30 Sekrety rodziny 11.30 Sekrety rodziny 12.30 Nasz nowy dom 13.30 Ewa gotuje 14.00 Świat według Kiepskich 15.30 Trudne sprawy 16.30 Nasz nowy dom 17.30 Malanowski i Partnerzy 18.00 Malanowski i Partnerzy 19.00 Gliniarze 20.05 Wydarzenia 20.45 Blackway - thriller, USA, 2015, reż. Daniel Alfredson, wyk. Anthony Hopkins, Julia Stiles, Ray Liotta, Alexander Ludwig 22.40 Spis drani - thriller sensacyjny, USA, 2011, reż. William Kaufman, wyk. Cuba Gooding Jr, Cole Hauser, Jonathan LaPaglia, Ginny Weirick 0.35 Kabaretowa Ekstraklasa 1.50 Wydarzenia 2.30 Magicy z ulicy 3.00 Wystarczy chcieć 3.30 Echo lasu 4.00 Magazyn siatkarsk 5.20 SuperLudzie

SUPER POLSAT
6.00 Ameryka marzeń 6.55 Flesz Integracja 7.10 SuperLudzie Extra 7.20 Flesz Integracja 7.30 Nowy Scooby i Scrappy Doo 8.00 Pierwsza klasa 9.00 Magazyn Atleci Polsat Sport 2019 9.30 Sport w Super Polsacie 11.30 SuperLudzie 12.00 SuperLudzie 12.30 SuperLudzie 13.00 SuperLudzie 13.30 Taxi kasa 14.00 Przyjaciółki 15.00 Przyjaciółki 16.00 Przyjaciółki 17.00 Jednostka 19 18.00 Kabaret na żywo według Paranienormalnych 20.00 Gwiazdy dla Ziemi - Earth Festival 20.55 Gwiazdy dla Ziemi - Earth Festival 22.50 Piekarz - komedia kryminalna, Wielka Brytania, 2007, reż. Gareth Lewis, wyk. Damian Lewis, Kate Ashfield, Michael Gambon, Nikolaj Coster - Waldau 0.40 Kabaret na żywo według Paranienormalnych 2.20 Kabaretowa Ekstraklasa 3.00 Gliniarze 4.00 Malanowski i Partnerzy 5.00 Ameryka marzeń

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 15.00 Wiadomości 15.10 Serwis Info 15.29 Serwis Info - 15.51 Pogoda 15.59 Serwis Info 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info 16.52 Pogoda 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi - magazyn publicystyczny 18.00 Panorama 18.21 Panorama opinii - magazyn 18.33 Serwis Info 18.42 Widziane z Polski - magazyn 19.00 Serwis Info 19.30 Wiadomości 19.58 Gość Wiadomości 20.13 Forum - program publicystyczny 21.00 Nie da się ukryć - magazyn 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizji 22.24 Flesz Info Wieczór 22.30 W tyle wizji Extra 23.00 INFO Wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info 0.07 Pogoda 0.20 Wiadomości 0.48 Gość Wiadomości 1.15 Forum 2.15 W tyle wizji 2.50 Flesz Info Wieczór 2.55 W tyle wizji Extra

TV TRWAM
13.55 Święty na każdy dzień 14.00 "Będę jej głównym Patronem" - Andrzej Bobola 1809 r. 14.45 Pocztówka z Indii - Dom Matki Teresy z Kalkuty 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 17.00 Aktywna zima 17.30 Okiem kamery 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 Jestem gotowy na wszystko... 23.35 Życie Karola Wojtyły

TVP KULTURA
7.00 Teledyski 8.00 Informacje kulturalne 8.15 Studio Kultura - Rozmowy 8.35 Non - stop kolor - film TVP 9.25 Straszne skutki awarii telewizora - komedia 11.00 Siedlisko - serial 12.05 Siedlisko - serial 13.10 Wahadełko - film TVP 14.15 Koncert muzyki Mieczysława Karłowicza - koncert 15.30 Wrota Europy - dramat historyczny 17.00 Odyseja filmowa - Lata 70.. Zmiany w kulturze popularnej na świecie - cykl dok. 18.15 Odyseja filmowa - Lata 80.. Protest na świecie - cykl dok. 19.25 Pojedynki stulecia - Zuzanna Ginczanka - Krzysztof Kamil Baczyński 20.00 Informacje kulturalne 20.20 Mistrzowskie kino - Człowiek z Hawru , Francja 22.05 Świat w piosence - Huragan Katrina - cykl dok. 22.50 Tygodnik Kulturalny 23.45 Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... - widowisko poetyckie

Sobota, 9.02.2019

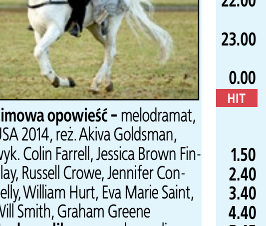
TVP 1
5.35 Klan (3423 - 3424) - telenowela
6.25 Sprawa dla reportera
7.20 Rok w ogrodzie
8.00 Pełnosprawni (287) - magazyn
8.25 Planeta lasów. Gaj oliwny
9.00 Studio Raban
9.25 Rodzinny ekspres - magazyn
10.00 Korona królów - taka historia... (21) - telenowela
10.30 Korona królów (168 - 171) - telenowela
12.30 Podmuch energii (8)
12.50 Jak to działa (156) - magazyn
13.20 Spis treści - /51/ - felieton
13.30 Okrasa łamie przepisy - Włoszczyzna na polskim stole
14.05 Blondynka (88) - serial
15.00 Sanatorium miłości (3) - reality show
16.00 Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy
17.30 Teleexpress
17.40 Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy
18.55 Jaka to melodia?
19.30 Wiadomości
20.05 Pogoda
20.10 Alarm! - magazyn
20.25 Sport
20.30 Komisarz Alex s.XII (149) - serial
21.30 Echo serca (4) - serial
22.30 Hit na sobotę - Saga Wikingów HIT - film akcji, Niemcy, Republika Południowej Afryki, reż. Claudio Fah, wyk. Tom Hopper, Ryan Kwanten, Ken Duken, Charlie Murphy
0.15 Funny Games U.S. - thriller, USA, reż. Michael Haneke, wyk. Naomi Watts, Tim Roth, Brady Corbet
2.10 Jaka to melodia?
2.40 Taniec pustyni - dramat, Wielka Brytania, Maroko, Zjednoczone Emiraty Arabskie, reż. Richard Raymond, wyk. Freida Pinto, Tom Cullen, Reece Ritchie
4.25 Spis treści - /51/ - felieton
4.30 Zakończenie dnia

TVP 2
5.15 Koło fortuny - teleturniej
5.55 Barwy szczęścia (1994) - serial
6.25 Barwy szczęścia (1995) - serial
7.00 M jak miłość (1417) - serial
7.55 Pytanie na śniadanie
11.45 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - magazyn kulinarny
12.20 Wymarzona dziewczyna - komedia, USA, reż. Bradford May, wyk. Anna Hutchinson, Jonathan Patrick Moore, Gail O'Grady
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Koło fortuny - teleturniej
15.10 Herbatka z kabaretem - program rozrywkowy
15.55 Słowo na niedzielę - Blisko Boga
16.05 Kevin sam w Irlandii - reality show
16.40 Alternatywy 4 (9) - Upadek - serial
18.00 Panorama
18.20 Pogoda
18.25 Sport
18.35 Postaw na milion - teleturniej
19.25 Kulisy - Postaw na milion
19.35 Lajk!
20.05 Voice Kids s. II - Bitwa - widowisko muzyczne
22.10 American Hustle. Amerykański HIT przekręt - film sensacyjny, USA, reż. David O. Russell, wyk. Christian Bale, Amy Adams, Bradley Cooper, Jennifer Lawrence, Robert De Niro
0.25 The Good Doctor s.II (26) - serial
1.15 La La Poland s.I - program rozrywkowy
1.50 Sherlock s.II - Sześć razy Thatcher - serial
3.30 $E = mc^2$ - komedia, Polska, reż. Olaf Lubaszenko, wyk. Agnieszka Włodarczyk, Olaf Lubaszenko, Cezary Pazura, Renata Dancewicz, Edward Linde, Jan Nowicki
5.10 Zakończenie dnia

POLSAT
6.00 Nowy dzień z Polsat News
8.30 Królowa Śniegu 2 - film anim.
10.00 Ewa gotuje
10.30 Brzdąc w opałach - komedia familijna, USA, 1994, reż. Patrick Read Johnson, wyk. Joe Mantegna, Joe Pantoliano, Adam Robert Worton, Brian Haley
12.35 Wyznania zakupoholiczki - komedia romantyczna, USA, 2009, reż. P.J. Hogan, wyk. Isla Fisher, Hugh Dancy, Krysten Ritter, Joan Cusack
14.45 Queen of Poland 2018
15.50 Kabaret na żywo
17.50 Chłopaki do wzięcia
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda
19.30 Świat według Kiepskich

20.10 Noc w muzeum - film przygodowy, HIT USA, Wielka Brytania, 2006, reż. Shawn Levy, wyk. Ben Stiller, Robin Williams, Jake Cherry, Mickey Rooney
- Larry Daley, pechowy marzyciel, którego niestworzone idee nigdy nie zaprocentowały, na gwałt potrzebuje zajęcia. Zrezygnowany, przyjmuje posadę ochroniarza w Muzeum Historii Naturalnej. Już pierwszej nocy przekonuje się, że nie jest to zwykłe miejsce pracy.
22.35 Speed - niebezpieczna szybkość - film akcji, USA, 1994, reż. Jan De Bont, wyk. Keanu Reeves, Sandra Bullock, Dennis Hopper, Joe Morton
1.05 Abraham Lincoln: Łowca wampirów - film fantasy, USA, 2012
3.20 Tajemnice losu

TVN
5.20 Uwaga! - program interwencyjny
5.45 Mango - Telezakupy
8.00 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Na Wspólnej Omnibus - serial
12.50 Domowe rewolucje
13.50 Ameryka Express
15.25 Zakochani po uszy
16.25 Zakochani po uszy
17.00 Zakochani po uszy
17.30 Zakochani po uszy
18.00 Kuchenne rewolucje - program kulinarno - rozrywkowy
19.00 Fakty, Sport, Pogoda
19.40 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza
19.45 Uwaga! - program interwencyjny



20.00 Zimowa opowieść - melodramat, HIT USA 2014, reż. Akiva Goldsman, wyk. Colin Farrell, Jessica Brown Findlay, Russell Crowe, Jennifer Connelly, William Hurt, Eva Marie Saint, Will Smith, Graham Greene
22.25 To skomplikowane - komedia, USA, Japonia 2009, reż. Nancy Meyers, wyk. Meryl Streep, Steve Martin, Alec Baldwin, John Krasinski, Lake Bell, Mary Kay Place, Rita Wilson
1.00 28 dni później - horror, Wielka Brytania 2002, reż. Danny Boyle, wyk. Cillian Murphy, Naomie Harris, Christopher Eccleston, Megan Burns, Brendan Gleeson
3.25 Uwaga! - program interwencyjny
3.45 Moc Magii

TV 4
6.00 Big Box Little Box
7.05 Jeźdźcy smoków na końcu świata
8.05 Flintstonowie
8.35 Dzielna Mysz
8.50 Pop Star Puppy - film familijny, Kanada, 2014, reż. Andrew Van Slee
10.35 Policjantki i Policjanci
11.35 Policjantki i Policjanci
12.35 Policjantki i Policjanci
13.35 STOP Drogówka
14.45 Mythica: Pogromca bogów - film fantasy, USA, 2016, reż. John Lyde, wyk. Melanie Stone, Adam Johnson, Matthew Mercer, Jake Stormoen
17.05 Zabójcze tornado - film katastroficzny, USA, 2012, reż. Jeff Burr, wyk. Kari Wuhrer, Jeff Fahey, Terry Kiser, David Jensen
19.00 Galileo
20.00 Policjantki i Policjanci
21.00 Policjantki i Policjanci
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny
0.00 Ultraviolet - film sci - fi, USA, 2006, HIT reż. Kurt Wimmer, wyk. Milla Jovovich, Cameron Bright, Nick Chinlund, Sebastien Andrieu
1.50 Polityka na ostro
2.40 Disco Polo Life
3.40 Top 10 lista przebojów
4.40 Top 10 lista przebojów
5.45 Telezakupy TV Okazje

TVN 7
5.30 Ukryta prawda - program obyczajowy
6.45 Mango - Telezakupy
8.50 Brzydula - serial
12.50 Świąteczne psiaki - film familijny, Kanada, USA 2009
14.45 Agent Cody Banks - film przygodowy, USA, Kanada 2003
16.55 RRRrrrr!!! - komedia, Francja 2004, reż. Alain Chabat, wyk. Gerard Départieu, Maurice Barthelemy, Pef Martin Laval, Marina Fois, Elise Larnicol, Alain Chabat
19.00 Młode szpady - film przygodowy, Wielka Brytania, Francja 2001, reż. Mario Andreacchio, wyk. Hugh Dancy, Sarah Jane Potts, Scott Hickman, Anthony Strachan, Callum Blue, Ben McCosker, Ben Cross
21.05 Co z oczu, to z serca - film sen- HIT sacyjny, USA 1998, reż. Steven Soderbergh, wyk. George Clooney, Jennifer Lopez, Ving Rhames, Don Cheadle, Dennis Farina, Isaiah Washington, Steve Zahn, Catherine Keener, Luis Guzman, Albert Brooks
23.40 W cieniu chwały - film sensacyjny, USA, Niemcy 2008, reż. Gavin O'Connor, wyk. Colin Farrell, Edward Norton, Jon Voight, Noah Emmerich, Jennifer Ehle, John Ortiz
2.25 Moc Magii
4.35 Druga strona medalu - talk show

TV PULS
6.00 Pan wzywał, Milordzie? - serial
7.00 Taki jest świat
7.50 Tajemnice medyczne - serial
8.50 13 Posterunek 2 - serial
10.05 Lombard: życie pod zastaw - serial
14.50 XX Mazurska Noc Kabaretowa, Polska 2018
15.50 Moja wielka grecka wycieczka - komedia, USA 2009, reż. Donald Petrie, wyk. Harland Williams, Nia Vardalos, Rachel Dratch, Richard Dreyfuss
17.45 Rycerze z Szanghaju - komedia przygodowa, Hongkong, USA 2003, reż. David Dobkin, wyk. Jackie Chan, Owen Wilson, Aaron Taylor - Johnson, Tom Fisher
20.00 Ghost Rider - film fantasy, Australia, HIT USA 2007, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Eva Mendes, Matt Long, Nicolas Cage, Sam Elliott
22.05 Dredd - film sci - fi, Wielka Brytania, RPA, USA 2012, reż. Pete Travis, wyk. Karl Urban, Lena Headey, Olivia Thirlby, Wood Harris
0.05 Donnie Brasco - film biograficzny, USA 1997, reż. Mike Newell, wyk. Al Pacino, James Russo, Johnny Depp, Michael Madsen, Zeljko Ivanek
2.45 Taki jest świat
3.20 Na jedwabnym szlaku
4.00 Menu na miarę
4.40 Z archiwum policji

Stopklatka
6.00 Wygrać, przegrać albo polec 6.15 Scena Śmiechu 7.15 Komisarz Rex - serial 10.10 Stawka większa niż życie cz. 1 - 2 - serial 12.30 Allo, Allo - serial 14.25 Burzowe tornado - film sci - fi 16.05 Ostatni legion - dramat , Włochy, Tunezja 18.05 Sherlock sezon 2 - Upadek z Reichenbach - serial 20.00 Wieczór panieński - komedia 21.50 W odwecie za śmierć - film akcji 23.50 Wikingowie sezon 1 - Wywłaszczeni - serial

TTV
10.45 Express 11.00 Expressowy Raport Turbo 11.05 Nauka jazdy 11.35 Usterka 12.05 Zezowate szczęście fachowców 13.10 DeFacto 14.00 Pierwszy raz za granicą... 14.50 Gogglebox. Przed Telewizorem 16.55 Ostre cięcie 17.45 Express 18.05 Tu się gotuje! - magazyn 18.15 Druga twarz 19.45 Express 20.00 Damy i wieśniaczki. Rosja 21.00 Dżentelmeni i wieśniacy 22.00 Orzeł czy Reszka 23.00 Gogglebox. Przed Telewizorem

TV6
7.00 Benny Hill 8.15 Galileo 9.20 Pan Peabody i Sherman Show 10.20 Scooby - Doo! Wyprawa po mapę skarbów - film anim. 11.05 Moja niewidzialna siostra - komedia sci - fi 12.50 Jaś Fasola 13.55 Columbo 15.55 Alex Rider: Misja Stormbreaker - film przygodowy 18.00 Miesiąc miodowy w Las Vegas - komedia 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku 23.00 Sekretarki gotowe na wszystko, Francja, 2010

TVP SPORT
6.05 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Madryd 7.45 Hokej na lodzie - NHL 2018. 61 9.45 Skoki Narciarskie - PŚ, Oberstdorf 11.30 Stan futbolu 12.30 Studio TVP Sport 13.10 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 3 13.30 Biegi narciarskie - PŚ, Lahti 14.00 Short track - PŚ - Turyn dz. 1, Austria 16.15 Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy 16.30 Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy 19.00 Hokej na lodzie - NHL 2018. Boston Bruins - Los Angeles Kings 62 22.00 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Millrose Games, Nowy Jork 0.05 Sportowy Wieczór 0.45 Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy 2.35 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 3, Holandia 4.15 Kapitan Tsubasa (162 - 163) - serial 5.15 Sportowy Wieczór

EUROSPORT
3.00 Skoki narciarskie. PŚ, Laht 4.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 4.30 Snooker. World Grand Prix, Preston Półfinał 6.30 Skoki narciarskie. PŚ, Lahti kwalifikacje 7.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 8.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 8.30 Snooker. World Grand Prix, Preston Półfinał 10.00 Skoki narciarskie. PŚ, Lahti kwalifikacje 10.45 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 11.15 Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti 12.30 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 14.00 Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 4. 15.30 Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti 16.15 Skoki narciarskie. PŚ, Lahti konkurs drużynowy 18.20 Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy 18.45 Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy 19.15 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 20.15 Biathlon. PŚ, Canmore Sztafeta mężczyzn 22.00 Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are 22.30 Biathlon. PŚ, Canmore Sztafeta kobiet

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy 7.00 Awantura o kasę 8.00 Nasz nowy dom 9.00 Dlaczego ja? ? 14.00 W rytmie serca 15.00 Nasz nowy dom 16.00 MY3 16.30 MY3 17.00 Wystarczy chcieć 17.30 Malanowski i Partnerzy 18.00 Malanowski i Partnerzy 18.30 Malanowski i Partnerzy 19.00 Ewa gotuje 19.30 Ach co to był za ślub 20.05 Wydarzenia 20.45 Spis drani - thriller sensacyjny, USA, 2011, reż. William Kaufman, wyk. Cuba Gooding Jr, Cole Hauser, Jonathan LaPaglia, Ginny Weirick 22.40 Siła rażenia - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Rumunia, 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, Matthew Chambers 0.40 Kabaretowa Ekstraklasa 1.45 Wydarzenia 2.25 Magicy z ulicy 2.55 Wystarczy chcieć 3.25 Echo lasu 3.55 Gra w ciemno 4.55 Ach co to był za ślub 5.20 Górale 5.45 Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 2XL 6.55 Pierwsza klasa 7.05 Małe Wielkie Marzenia 7.45 Nowy Scooby - Doo 8.40 Nowy Scooby i Scrappy Doo 9.05 Kochajmy syrenki - komedia muzyczna 11.00 Małe Wielkie Marzenia 11.35 Bolesław Śmiały - film historyczny 13.45 Rodzina zastępcza 14.45 O królu w niedźwiedzia zaklętym - film familijny 16.40 Powrót do rodziny - dramat obyczajowy 19.00 Top wtop 19.30 Taxi kasa 20.00 Piekarz - komedia kryminalna, Wielka Brytania, 2007, reż. Gareth Lewis, wyk. Damian Lewis, Kate Ashfield, Michael Gambon, Nikolaj Coster - Waldau 21.50 Biblia 22.55 0_1_0 - dramat psychologiczny, Polska, 2008, reż. Piotr Łazarkiewicz 0.50 Kabaretowa Ekstraklasa 1.00 Gliniarze 2.00 Gliniarze 3.00 Malanowski i Partnerzy 3.30 Malanowski i Partnerzy 4.00 Malanowski i Partnerzy 5.00 Ameryka marzeń

TVP INFO
5.55 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny 14.59 Serwis Info weekend 15.23 Pogoda 15.29 Serwis Info weekend 15.59 Serwis Info weekend 16.23 Pogoda 16.29 Serwis Info weekend 16.50 Pogoda 17.00 Studio Wschód - magazyn 17.30 Teleexpress 17.34 Teleexpress Extra 17.51 Serwis Info weekend 18.00 Panorama 18.16 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 Salon dziennikarski - program publicystyczny 0.50 Wiadomości 1.18 Gość Wiadomości 1.45 Minęła 20ta 2.45 Nie da się ukryć - magazyn 3.13 Flesz Info Wieczór 3.30 Podniebna kuźnia - reportaż

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 Święty na każdy dzień 14.00 Pionierzy 15.30 Wierzę w Boga 15.45 Przyroda w Obiektywie 16.00 Informacje dnia 16.10 Edward Stachura z tego świata 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 Okiem kamery 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Przegląd Katolickiego Tygodnika "Niedziela" 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 Historia Królowej Estery 22.55 Kartka z kalendarza 23.00 Pamięć Sybiru

TVP KULTURA
7.00 Szlakiem Kolberga - Mieczysław Szcześniak 7.35 Teledyski 8.15 Informacje kulturalne 8.30 Czarna krowa w kropki bordo - film anim. 8.35 Lokomotywa - film anim. 8.45 Na przykład Kowalski - film anim. 9.00 Karino - serial 10.10 Zaśpiewajmy to jeszcze raz - Na zegarze 10.45 Dokument tygodnia - Życie i śmierć Waltera Benjamina - film dok. 11.50 Madame Tutli - Putli - film anim. 12.15 Siekierezada - dramat 13.45 Mała wielka miłość - film obyczajowy 15.50 Wydarzenie aktualne 16.15 Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... 16.30 Kobieta w oknie - dramat 18.20 Tygodnik Kulturalny 19.15 The Musical Brain - film dok. 20.20 Do utraty sił - dramat 22.30 Wieczór z Lou Reedem - koncert 3.45 Nagi lunch - film fabularny 1.50 Taśmy Kultury - Puchar wszech czasów - widowisko artystyczne

Niedziela, 10.02.2019

TVP 1
4.55 **Klan (3425 - 3427)** - telenowela
6.05 **Słownik polsko@polski**
6.35 **wojsko - polskie.pl**
7.00 **Transmisja Mszy Świętej**
8.00 **Tydzień**
8.30 **Zakochaj się w Polsce (103) - Świnoujście** - magazyn
9.00 **Ziarno - Co to jest miłość?**
9.35 **Panama Papieża Franciszka**
10.05 **Pisane na wietrze** - melodramat, USA, reż. Douglas Sirk, wyk. Rock Hudson, Lauren Bacall, Dorothy Malone
11.55 **Między ziemią a niebem**
12.00 **Anioł Pański**
12.15 **Między ziemią a niebem**
12.40 **Misja w Afryce - Wiaderko wody**
13.00 **Spis treści - /52/** - felieton
13.10 **BBC w Jedynce - Kamery wśród zwierząt. Odc. 2** - , Wielka Brytania, reż. Anne Sommerfield, Clare Dornan, Hannah Ward
14.10 **Komisarz Alex s.XII (149)** - serial
15.05 **Kuloodporne serce (5)** - serial
16.05 **Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti** - konkurs indywidualny
17.15 **Teleexpress**
17.20 **Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti** - konkurs indywidualny
18.35 **Jaka to melodia?**
19.30 **Wiadomości,Pogoda, Sport**
20.15 **Blondynka (89)** - serial
21.15 **Sanatorium miłości** - reality show
22.15 **Zakochana Jedynka - Znów cię kocham** - komedia, USA, reż. Anne Wheler, wyk. Jesse Metcalfe, Autumn Reeser, Laura Mennell (HIT)
23.50 **Saga Wikingów** - film akcji, Niemcy, Republika Południowej Afryki, reż. Claudio Fah, wyk. Tom Hopper, Ryan Kwanten, Ken Duken, Charlie Murphy
1.40 **Jaka to melodia?**
2.35 **Funny Games U. S.** - thriller, USA, reż. Michael Haneke, wyk. Naomi Watts, Tim Roth, Brady Corbet
4.25 **Spis treści - /52/** - felieton
4.30 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.20 **Barwy szczęścia (1996 - 1998)** - serial
7.00 **M jak miłość (1418)** - serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
10.55 **Impale i gazelopki z Serengeti**
11.55 **Gwiazdy w południe - Królowie Słońca - film przygodowo** - historyczny, USA, reż. J. Lee Thompson, wyk. Yul Brynner, George Chakiris, Shirley Anne Field
14.00 **Familiada** - teleturniej
14.35 **Koło fortuny** - teleturniej
15.15 **Bake off - Ale ciacho!** - widowisko
16.15 **Bake off - Ale przepis**
16.30 **Voice Kids s. II - Bitwa** - widowisko muzyczne
18.00 **Panorama, Pogoda, Sport**
18.35 **Na dobre i na złe (730)** - serial
19.30 **Kevin sam w Irlandii** - reality show
20.05 **Kwiat pustyni** - film obyczajowy, Wielka Brytania, Niemcy, Austria, reż. Sherry Horman, wyk. Liya Kebede, Sally Hawkins, Craig Parkinson, Juliet Stevenson, Anthony Mackie (HIT)
22.20 **Ostatni taki ZAYAZD - jubileusz Lecha Makowieckiego** - koncert
23.40 **Kino bez granic - Slow West** - western, Wielka Brytania, Nowa Zelandia, reż. John Maclean, wyk. Michael Fassbender, Kodi Smit - McPhee, Caren Pistorius
1.15 **Performer** - film obyczajowy, Polska, reż. Maciej Sobieszczański, Łukasz Ronduda, wyk. Oskar Dawicki, Agata Buzek, Andrzej Chyra, Zbigniew Warpechowski, Jakub Gierszał, Anda Rottenberg
2.35 **Kwiat pustyni** - film obyczajowy, Wielka Brytania, Niemcy, Austria, reż. Sherry Horman, wyk. Liya Kebede, Sally Hawkins, Craig Parkinson, Juliet Stevenson, Anthony Mackie
4.40 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.10 **Sindbad: Legenda siedmiu mórz** - film anim.
10.55 **Noc w muzeum** - film przygodowy, USA, Wielka Brytania, 2006, reż. Shawn Levy, wyk. Ben Stiller, Robin Williams, Jake Cherry
13.20 **Poszukiwacze zaginionej Arki** - film przygodowy, USA, 1981, reż. Steven Spielberg, wyk. Harrison Ford, Karen Allen, Paul Freeman
15.50 **Twoja Twarz Brzmi Znajomo**
17.50 **Nasz nowy dom**
18.50 **Wydarzenia, Sport, Pogoda**
19.30 **Państwo w Państwie**
20.05 **Kabarety - 800 lat Opola**

23.20 **Gliniarz z Beverly Hills 3** - komedia sensacyjna, USA, 1994, reż. John Landis, wyk. Eddie Murphy, Jon Tenney, Joey Travolta, Theresa Randle - Trzecia część kultowej serii. Axel Foley, nieujarzmiony detektyw z Detroit, znów nawiedza Beverly Hills, ku wściekłości lokalnego szeryfa. Tropiąc złodziei samochodów, odkrywa, że są to ci sami bandyci, którzy zabili jego szefa. Rozpoczyna się szaleńczy pościg, z finałem w ogromnym wesołym miasteczku w Los Angeles. (HIT)
1.40 **Prometeusz** - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Ridley Scott, wyk. Noomi Rapace, Michael Fassbender, Charlize Theron, Idris Elba
4.10 **Kabaretowa Ekstraklasa**
4.55 **Disco Gramy**

TVN
5.20 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.45 **Mango - Telezakupy**
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Co za tydzień** - magazyn
11.40 **Potop** - film przygodowy, ZSRR, Polska 1974, reż. Jerzy Hoffman, wyk. Daniel Olbrychski, Małgorzata Braunek, Tadeusz Łomnicki, Kazimierz Wichniarz, Władysław Hańcza
15.00 **Farciarz Gilmore** - komedia, USA 1996, reż. Dennis Dugan, wyk. Adam Sandler, Christopher McDonald, Julie Bowen, Frances Bay, Carl Weathers, Richard Kiel
17.00 **Historia Kopciuszka** - komedia, USA, Kanada 2004, reż. Mark Rosman, wyk. Hilary Duff, Jennifer Coolidge, Chad Michael Murray
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.40 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.45 **Uwaga!** - program interwencyjny
20.00 **Tu się gotuje!** - magazyn

20.05 **John Carter** - film przygodowy, USA 2012, reż. Andrew Stanton, wyk. Taylor Kitsch, Lynn Collins, Samantha Morton, Willem Dafoe, Thomas Haden Church, Mark Strong, Ciaran Hinds, Dominic West (HIT)
22.55 **Uniwersalny żołnierz** - film S - F, reż. Roland Emmerich, wyk. Jean - Claude Van Damme, Dolph Lundgren, Ally Walker
1.10 **MasterChef** - program rozrywkowy
2.40 **Uwaga!** - program interwencyjny
3.00 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Tata sam w domu**
7.05 **Jeźdźcy smoków na końcu świata**
8.05 **Flintstonowie**
8.40 **Scooby - Doo! Frankenstrachy** - film anim.
10.05 **Galileo**
12.10 **Krokodyl Dundee w Los Angeles** - komedia, Australia, USA, 2001, reż. Simon Wincer, wyk. Paul Hogan, Linda Kozlowski, Alec Wilson, Serge Cockburn
14.10 **Kuloodporny** - film sensacyjny, Kanada, USA, 2003, reż. Paul Hunter, wyk. Seann William Scott, Jaime King, Karel Roden, Victoria Smurfit
16.30 **Wałęsa. Człowiek z nadziei** - film biograficzny, Polska, 2013, reż. Andrzej Wajda, wyk. Robert Więckiewicz, Agnieszka Grochowska, Iwona Bielska, Zbigniew Zamachowski
19.00 **Galileo**
20.00 **Na linii** - film sensacyjny, USA, 2015, reż. Amariah Olson, Obin Olsonwyk, wyk. Ving Rhames, Luke Goss, Mischa Barton, Michael Paré (HIT)
21.50 **Wszyscy jesteśmy Chrystusami** - dramat, Polska, 2006, reż. Marek Koterski, wyk. Marek Kondrat, Andrzej Chyra, Michał Koterski, Janina Traczykówna
0.05 **Tuż przed tragedią**
2.05 **Interwencja**
2.20 **Graffiti**
2.40 **Disco Polo Life**
3.40 **Top 10 lista przebojów**

TVN 7
5.40 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
6.50 **Mango - Telezakupy**
8.55 **Przyjaciele** - serial
9.30 **Dziewczyny z Hollywood** - Joan Crawford
9.50 **Brzydula** - serial
11.35 **Zakochani po uszy**
14.20 **Beethoven VII: Świąteczna przygoda** - film familijny, USA, Kanada 2011, reż. John Putch, wyk. John Cleese, Kyle Massey, Robert Picardo
16.05 **Młode szpady** - film przygodowy, Wielka Brytania, Francja 2001, reż. Mario Andreacchio, wyk. Hugh Dancy, Sarah Jane Potts, Scott Hickman, Anthony Strachan
18.10 **Liceum Avalon** - film przygodowy, USA 2010, reż. Stuart Gillard, wyk. Britt Robertson, Gregg SulkinDevon Graye, Chris Tavarez, Joel Pollari
20.00 **Mission: Impossible IV - Protokół duchów** - film sensacyjny, USA, Czechy, Zjednoczone Emiraty Arabskie 2011, reż. Brad Bird, wyk. Tom Cruise, Jeremy Renner, Paula Patton (HIT)
22.50 **Stan zagrożenia** - film sensacyjny, USA 1994, reż. Phillip Noyce, wyk. Harrison Ford, Willem Dafoe, Anne Archer, Joaquim De Almeida, Henry Czerny, Harris Yulin, Donald Moffat, Miguel Sandoval, Thora Birch
1.45 **Agentka o stu twarzach** - serial
2.45 **Moc Magii**

TV PULS
6.00 **Flash** - serial
8.50 **Przygody Merlina** - serial
10.50 **Mali geniusze** - film familijny, USA
12.50 **Skok po marzenia** - film familijny
14.40 **Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stańcowane pantofelki** - film familijny, Niemcy 2011
15.55 **Kadet Kelly** - komedia, USA 2002, reż. Larry Shaw, wyk. Aimee Garcia, Christy Romano, Gary Cole, Hilary Duff, Shawn Ashmore
17.55 **Dwa miliony dolarów napiwku** - komedia, USA 1994, reż. Andrew Bergman, wyk. Bridget Fonda, Isaac Hayes, Nicolas Cage, Rosie Perez, Seymour Cassel, Stanley Tucci, Wendell Pierce
20.00 **Kamienne pięści** - dramat biograficzny, USA, Panama 2016, reż. Jonathan Jakubowicz, wyk. Ana Armas, Edgar Ramírez, Robert De Niro, Rubén Blades, Usher Raymond (HIT)
22.25 **Człowiek mafii** - thriller, USA 2015, reż. Scott Mann, wyk. Dave Bautista, Jeffrey Morgan, Kate Bosworth, Morris Chestnut, Robert De Niro
0.05 **Skorpion** - serial
0.55 **Na jedwabnym szlaku**
3.00 **Taki jest świat**
3.50 **Biesiada na cztery pory roku**
4.35 **Menu na miarę**
5.00 **Niesamowite!**

Stopklatka
6.00 Wygrać, przegrać albo polec **6.40** Scena Śmiechu **7.35** Komisarz Rex - serial **10.30** Klara i wszystko jasne - serial **11.30** Przygody Merlina - serial **13.30** Odyseusz i Wyspa Mgieł - film przygodowy **15.25** Fenomen - dramat **17.50** Ambassada - komedia **20.00** Templariusze. Miłość i krew - film przygodowy, Dania, Finlandia, Norwegia **22.45** Kalifornia - film sensacyjny **1.05** Cudowne lato - czarna komedia **3.00** Ida - dramat

TTV
8.45 Express **9.05** Bohaterowie i ocaleni - serial **10.05** Defacto **10.45** Express **11.05** Druga twarz **12.05** Piękne i odważne **12.55** Damy i wieśniaczki. Za granicą **14.00** Gogglebox. Przed Telewizorem **15.45** Express **16.05** Damy i wieśniaczki. PL **17.05** Nauka jazdy **17.45** Express **18.05** Usterka **19.45** Express **20.00** Defacto **21.00** Zamiana żon **22.00** Kossakowski. Inicjacja **23.00** Królowe życia - serial **23.45** Damy i wieśniaczki. Rosja

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** 9. miesiąc **8.00** Galileo **9.05** Pan Peabody i Sherman Show **10.00** Detektywi w akcji **14.00** Policjantki i Policjanci **18.00** Columbo **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku **23.00** Incydent - film akcji, Hongkong, 2009, reż. Tung - Shing Yee, wyk. Jackie Chan, Naoto Takenaka, Daniel Wu, Jinglei Xu **1.30** Galileo: Tajemnicze historie **2.25** Tester **2.40** Top 10 lista przebojów **3.40** Disco Polo Life

TVP SPORT
6.05 Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Millrose Games, Nowy Jork **7.45** Hokej na lodzie - NHL 2018. Boston Bruins - Los Angeles Kings 62 **8.40** Biegi narciarskie - Ski Classics - Jizerska **12.05** Studio tvp Sport **13.25** Biegi narciarskie - PŚ, Lahti - sprint drużynowy **14.00** Short track - PŚ - Turyn dz. 2, Austria **14.30** Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 4, Holandia **16.15** Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs indywidualny **18.45** Short track - PŚ - Turyn dz. 2, Austria **20.25** Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 4, Holandia **22.00** Sportowy Wieczór **22.45** Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti **0.35** Biegi narciarskie - PŚ, Lahti - sprint drużynowy **2.05** Short track - PŚ - Turyn dz. 2 **3.50** Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 4, Holandia **5.25** Sportowy Wieczór

EUROSPORT
4.30 Snooker. World Grand Prix **6.30** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **7.30** Skoki narciarskie. PŚ, Lahti konkurs drużynowy **8.30** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **9.00** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **10.00** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **10.30** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **11.30** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **12.15** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **14.00** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **14.30** Kolarstwo. Wyścig Dookoła Walencji, Hiszpania Etap 5. **16.00** Skoki narciarskie. PŚ, Lahti konkurs indywidualny **18.00** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti **18.45** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **19.50** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **20.45** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **21.45** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **22.45** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **23.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Awantura o kasę **8.00** Nasz nowy dom **9.00** Dzień, który zmienił moje życie **14.00** Przyjaciółki **15.00** Nasz nowy dom **16.00** W bliskim planie **16.25** W bliskim planie **16.55** SuperLudzie **17.25** Oblicza Ameryki **18.00** Malanowski i Partnerzy **19.00** Ewa gotuje **19.30** Magicy z ulicy **20.05** Wydarzenia **20.45** Siła razenia - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania, Rumunia, 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Steven Seagal, Lisa Lovbrand, David Kennedy, Matthew Chambers **22.45** Egzorcyzmy Molly Hartley - horror, USA, 2015, reż. Steven R. Monroe **0.45** Kabaretowa Ekstraklasa **1.45** Wydarzenia **2.25** Magicy z ulicy **2.55** Wystarczy chcieć **3.25** Echo lasu **3.55** Santo Subito - Cantobiografia Jana Pawła II. Koncert Wielkanocny Piotra Rubika **4.50** Drwale **5.20** Ciemna strona miasta **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 2XL **6.55** Pierwsza klasa - short **7.10** Pozytywka SuperMagazyn **7.45** Nowy Scooby - Doo **8.45** Nowy Scooby i Scrappy Doo **9.05** O królu w niedźwiedzia zaklętym - film familijny **11.00** SuperLudzie **11.35** Powrót do rodziny - dramat obyczajowy **13.55** Świat według Kiepskich **14.45** Sport w Super Polsacie **17.00** Świat według Kiepskich **17.30** Świat według Kiepskich **18.05** Kochajmy syrenki - komedia muzyczna **20.00** 0_1_0 - dramat psychologiczny, Polska, 2008, reż. Piotr Łazarkiewicz, wyk. Wojciech Brzeziński, Anna Maria Buczek, Małgorzata Buczkowska, Marta Chodorowska **21.50** Wojna i pokój **22.50** Gwiazdy dla Ziemi - Earth Festival **23.45** Gwiazdy dla Ziemi - Earth Festival **0.45** Gwiazdy dla Ziemi - Earth Festival **1.40** Gliniarze **3.40** Malanowski i Partnerzy **5.10** Kabaretowa Ekstraklasa **5.30** Wystarczy chcieć

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** To jest temat - magazyn **15.30** Kościół z bliska **15.59** Serwis Info weekend **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info weekend **16.50** Pogoda **17.00** Serwis Info **17.15** Teleexpress **17.19** Teleexpress Extra **17.36** Teleexpress na deser **17.51** Serwis Info weekend **18.00** Panorama **18.16** 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 **0.20** Woronicza 17 **1.35** Wiadomości **2.03** Gość Wiadomości

TV TRWAM
11.35 Królewna Śnieżka - Niebezpieczna przygoda na zamku **12.00** Anioł Pański z Ojcem Świętym Franciszkiem **12.20** Wieś - to też Polska **13.30** Papież Polak do Rodaków **14.35** Kartka z kalendarza **14.40** 100 cudownych miejsc na świecie **14.50** Święty na każdy dzień **14.55** Kosmos **15.55** Kabwe **16.00** Informacje dnia **16.10** Koncert życzeń **17.00** Tam, gdzie Bóg płacze **17.30** Okiem kamery **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.00** Msza Święta w intencji Ofiar katastrofy smoleńskiej **20.00** Informacje dnia **20.20** Różaniec **20.50** Myśląc Ojczyzna **21.00** Apel Jasnogórski **21.20** Informacje dnia **21.40** Lisieux, dom małej Tereski **22.35** Śladami historii **22.40** Tydzień z Ziemi Świętej **23.00** Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej **23.30** Wspomnienia Sybiraków "10 luty będziem pamiętali"

TVP KULTURA
7.00 Szlakiem Kolberga - Hanna Banaszak **7.30** Teledyski **8.15** Rzecz Polska - Skuter Osa - cykl dok. **8.30** Cztery łapy - teledysk **8.35** Lampa i słowik **8.40** Ballada o tęczy **9.00** Angielskie śniadanie - Wszystkie stworzenia duże i małe - Gdyby kózka nie skakała sezon III - serial **10.10** Dyrygentki - Długa droga na podium - film dok. **11.10** Trzeci punkt widzenia **11.45** Jasminum - film obyczajowy, Polska **13.45** Chuligan Literacki **14.25** Porgy i Bess - opera **17.15** Niedziela z... Mają Ostaszewską - Prymas. Trzy lata z Tysiąca - dramat, Polska **20.00** Body/Ciało - dramat, Polska **21.45** Trzeci punkt widzenia **22.25** Filmy Bartosza Konopki - Królik po berlińsku - film dok. **23.20** Scena alternatywna - Wczasy **23.55** Bilet do kina - Do utraty sił - dramat, USA **2.10** Taśmy Kultury - Męskie światy - widowisko artystyczne

Poniedziałek, 11.02.2019

TVP 1
5.35 **Jaka to melodia?**
6.15 **Wieczna miłość s.I (112)** - serial
7.05 **Elif s.III (421)** - serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Blondynka s.I (13) - Ósmy kolor tęczy** - serial
9.40 **Komisarz Alex s.V (65) - Ślepa furia** - serial
10.35 **Ojciec Mateusz s.II (29) - Egzamin** - serial
11.30 **Korona królów - taka historia... (21)** - telenowela
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.40 **Magazyn Rolniczy**
12.55 **Kamery wśród zwierząt. Odc. 2**
14.00 **Elif s.III (422)** - serial
15.00 **Wiadomości, Pogoda**
15.15 **Alarm!** - magazyn
15.35 **Okrasa łamie przepisy**
16.05 **Wieczna miłość s.I (113)** - serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3428)** - telenowela
18.30 **Korona królów (172)** - telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
19.30 **Wiadomości, Pogoda,Sport**
20.30 **Leśniczówka (87)**
21.00 **Teatr Telewizji - RIO** - spektakl teatralny, reż. Redbad Redbad Klynstra - Komarnicki, wyk. Emilia Komarnicka - Klynstra, Redbad Klynstra - Komarnicki (HIT)
22.10 **Sława i chwała (6) - Koniec pięknego lata** - serial
23.20 **Współwinny. Historia chińskiego dysydenta.** - film dok.
0.30 **Sanatorium miłości** - reality show
1.30 **Znów cię kocham** - komedia, USA, reż. Anne Wheler, wyk. Jesse Metcalfe, Autumn Reeser, Laura Mennell
3.05 **Życie zaczyna się po setce**
4.10 **Notacje - Czesław Sładowski - Wartość to moje bogactwo**
4.30 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.25 **Koło fortuny** - teleturniej
6.00 **M jak miłość (1418)** - serial
6.55 **Coś dla Ciebie** - magazyn
7.20 **Na sygnale (215) - Ani słowa** - serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.25 **Rodzinka.pl s.V (109) - Pierwsze mieszkanie** - serial
11.55 **Barwy szczęścia (1998)** - serial
12.30 **Koło fortuny** - teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki (20)** - serial
14.05 **Bake off - Ale ciacho!** - widowisko
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (29) Wszystko albo nic** - serial
16.00 **Koło fortuny** - teleturniej
16.35 **Familiada** - teleturniej
17.10 **Łzy Cennet (111)** - serial
18.00 **Panorama, Pogoda, Sport**
18.35 **Rodzinka.pl s.I (3) - Kieszonkowe** - serial
19.00 **Na sygnale (45) - Leśny zabójca** - serial
19.35 **Barwy szczęścia (1998)** - serial
20.10 **Barwy szczęścia (1999)** - serial
20.40 **Kulisy serialu**
20.55 **M jak miłość (1419)** - serial
21.45 **Kulisy serialu**
21.55 **Rozbite marzenia. 1918 - 1939 (6)** - dokument
23.05 **Godziny grozy (5)** - serial
23.50 **Sfora (3)** - serial
1.00 **Slow West** - western, Wielka Brytania, Nowa Zelandia, reż. John Maclean, wyk. Michael Fassbender, Kodi Smit - McPhee, Ben Mendelsohn, Caren Pistorius (HIT)
2.35 **Performer** - film obyczajowy, reż. Maciej Sobieszczański, Łukasz Ronduda, wyk. Oskar Dawicki, Agata Buzek, Andrzej Chyra, Zbigniew Warpechowski, Jakub Gierszał, Anda Rottenberg, Katarzyna Zawadzka, Arkadiusz Jakubik, Anna Maria Buczek, Jacek Beler
3.45 **Kiedy zastąpią nas maszyny** - film dokumentalny
4.40 **Zakończenie programu**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
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 **MEGA HIT - Prometeusz** - film sci - fi, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Ridley Scott, wyk. Noomi Rapace, Michael Fassbender, Charlize Theron - W 2089 archeologowie Elizabeth Shaw i Charlie Holloway odkrywają w Szkocji piktogramy wykonane ponad 35000 lat wcześniej. Podobne znaki pojawiały się w kulturach niemal wszystkich starożytnych cywilizacji. Według naukowców ludzkość mogła być stworzona przez pozaziemską inteligencję, którą nazywają Inżynierami. (HIT)
22.50 **Ślad** - serial
23.50 **Bad Ass: Twardziel** - film sensacyjny, USA, 2012, reż. Craig Moss, wyk. Danny Trejo, Charles S. Dutton, Joyful Drake, Ron Perlman
1.50 **Aż do śmierci** - thriller, USA, 2007, reż. Simon Fellows, wyk. Jean - Claude Van Damme, Selina Giles, Mark Dymond, William Ash
3.50 **Tajemnice losu**

TVN
5.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
6.20 **Mango - Telezakupy**
7.25 **Nowa Maja w ogrodzie** - magazyn ogrodniczy
7.55 **Akademia ogrodnika** - magazyn ogrodniczy
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Tu się gotuje!** - magazyn
11.05 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.00 **Szpital** - program obyczajowy
13.00 **Szkoła** - serial
14.00 **Zakochani po uszy**
14.30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła** - serial
16.30 **Szpital** - program obyczajowy
17.30 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
18.30 **Zakochani po uszy**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
20.10 **Doradca smaku**

20.15 **Na Wspólnej** - serial
20.55 **Milionerzy**
21.30 **Życie bez wstydu** - reality show
22.30 **Martyna na krańcu świata**
23.40 **Ostrza chwały** - komedia, USA 2007, reż. Josh Gordon, Will Speck, wyk. Will Ferrell, Jon Heder, Will Arnett, Amy Poehler, Jenna Fischer, William Fichtner, Craig T. Nelson
1.45 **Co za tydzień** - magazyn
2.25 **Uwaga!** - program interwencyjny
2.50 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Buffy, postrach wampirów**
7.05 **Przygody Kota w butach**
7.35 **Przygody Kota w butach**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Septagon**
10.00 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia**
11.30 **Benny Hill**
12.00 **Buffy, postrach wampirów**
13.00 **Detektywi w akcji**
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
16.00 **Paulina** - telenowela obyczajowa
17.00 **Światło twoich oczu** - telenowela obyczajowa
18.00 **Septagon**
19.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
20.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.00 **Władcy móch**
21.35 **Śmierć na 1000 sposobów**
22.00 **Galileo**
23.00 **Galileo**
0.00 **Kompletny świr** - komedia kryminalna, USA, 2002, reż. Drew Daywalt, David Schneider, wyk. Seann William Scott, Timm Sharp, Patrick Breen, John B. Crye (HIT)
2.05 **Polityka na ostro**
3.00 **SuperLudzie**
3.30 **SuperLudzie**
4.00 **Magazyn Atleci**
4.40 **Trans World Sport**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
5.50 **Sąd rodzinny** - program sądowy
6.50 **Szpital** - program obyczajowy
7.50 **Przyjaciele** - serial
8.20 **Przyjaciele** - serial
8.50 **Gotowe na wszystko II** - serial
9.45 **Zakochani po uszy**
10.15 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital** - program obyczajowy
15.55 **Gotowe na wszystko II** - serial
16.55 **Przyjaciele** - serial
17.25 **Przyjaciele** - serial
17.55 **Brzydula** - serial
18.25 **Brzydula** - serial
19.00 **19 +** - serial
19.30 **Zakochani po uszy**
20.00 **Opętany** - film sensacyjny, USA 2008, reż. Joel Bergvall, Simon Sandquist, wyk. Sarah Michelle Gellar, Lee Pace, Michael Landes, Tuva Novotny (HIT)
21.50 **W garniturach** - serial
22.45 **Paranormal Activity III** - horror, USA 2011, reż. Ariel Schulman, Henry Joost, wyk. Katie Featherston, Sprague Grayden, Lauren Bittner, Brian Boland
0.25 **Agentka o stu twarzach** - serial
2.25 **Moc Magii**

TV PULS
6.00 **Niewolnica Victoria** - serial
7.00 **Zbuntowany anioł** - telenowela
8.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
9.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
10.00 **Nash Bridges** - serial
11.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
13.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
14.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
15.00 **112: na każde wezwanie** - serial
16.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
18.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
20.00 **Nieobliczalny** - film sensacyjny, USA 2006, reż. Michael Keusch, wyk. Eva Pope, Imelda Staunton, Steven Seagal (HIT)
22.00 **Wilk wojny** - film akcji, Chiny 2015, reż. Jing Wu, wyk. Dahong Ni, Jing Wu, Kevin Lee, Nan Yu, Zhu Xiao
23.50 **Strażnik** - film sensacyjny, USA 2006, reż. Clark Johnson, wyk. Eva Longoria, Kiefer Sutherland, Kim Basinger, Martin Donovan, Michael Douglas
2.00 **Taki jest świat**
2.50 **Biesiada na cztery pory roku**
3.30 **Biesiada na cztery pory roku**
4.00 **Biesiada na cztery pory roku**
4.40 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**

Stopklatka
7.00 Plebania - serial **8.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **8.30** Ponadczasowe konstrukcje - serial **9.20** Niszczycielskie żywioły - serial **10.15** Klara i wszystko jasne - serial **11.15** Castle - serial **13.00** Katastrofy w przestworzach - serial **15.45** Wojny kontenerowe - serial **17.05** Scena Śmiechu **18.05** Allo, Allo - serial **20.00** Castle - serial **21.50** Dziewczyny z przemytu cz. 2 - serial **23.45** Zeszłej nocy - melodramat

TTV
10.45 Express **11.05** Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.00** Kartoteka 10 **13.00** Żony Hollywood **14.00** Damy i wieśniaczki. Ukraina **15.00** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Uwaga! **16.25** DeFacto **16.40** Lucky Bastards **17.10** Nauka jazdy **17.45** Express **18.05** Usterka **18.35** Dżentelmeni i wieśniacy **19.45** Express **20.05** Poza kontrolą **21.15** Betlejewski. Prowokacje **21.45** Express **22.00** Gogglebox. Przed Telewizorem **23.45** Defacto

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** Strażnik Teksasu **8.00** Medicopter 117 **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Galileo **11.00** V.I.P. **12.00** Miodowe lata **13.35** Niesamowite rekordy **14.15** MacGyver **15.15** Diagnoza morderstwo **16.15** Drużyna A **17.15** Buffy, postrach wampirów **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Zaginiony w akcji - film akcji, USA, 1984 **1.05** Władcy móch **1.40** STOP Drogówka

TVP SPORT
6.05 Hokej na lodzie - NHL 2018. Boston Bruins - Los Angeles Kings 62 **7.00** Biegi narciarskie - PŚ, Lahti - sprint **8.15** Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy **10.05** Biegi narciarskie - PŚ, Lahti - sprint drużynowy kobiet i mężczyzn **11.35** Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs indywidualny **13.30** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 1 **15.30** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 2 **17.30** Tenis stołowy - Liga Mistrzyń - 1/4F. ENEA Siarka Tarnobrzeg - Sporting Lizbona **20.25** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **21.25** Sportowy Wieczór **21.55** Gol Ekstra - felieton **23.30** Gol - magazyn piłkarski **0.15** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 1 **1.45** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 2 **3.15** Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Madryd **4.55** Kapitan Tsubasa (164) - serial

EUROSPORT
4.30 Snooker. World Grand Prix, Preston Finał **6.30** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **8.00** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti **8.30** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **9.00** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **9.30** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **10.45** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **12.30** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **13.00** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **13.30** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **14.15** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **15.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti **16.00** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **16.30** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **17.00** Piłka nozna. Ekstraklasa **17.30** Piłka nozna. Ekstraklasa, Polska 21. kolejka **20.10** Snooker. Home Nations Series **23.55** Wiadomości Eurosportu

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Dzień, który zmienił moje życie **8.00** Dlaczego ja? **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Stołeczna drogówka **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Sekrety rodziny **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Ewa gotuje **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Świat według Kiepskich **15.30** Trudne sprawy **16.30** Nasz nowy dom **17.30** Malanowski i Partnerzy **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** Zdrady **0.50** Gliniarze **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.45** Interwencja **3.00** Wystarczy chcieć **3.30** Echo lasu **4.00** Trans World Sport **5.00** SuperLudzie **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 Przyjaciółki **7.00** Małe Wielkie Marzenia **7.30** Nowy Scooby i Scrappy Doo **8.00** Pierwsza klasa **9.00** Nasz nowy dom **10.00** Chirurdzy **11.00** Niania w wielkim mieście **12.00** Przyjaciółki **13.00** Pozytywka SuperMagazyn **13.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **15.00** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.30** Twoja Twarz Brzmi Znajomo **18.30** SuperLudzie **19.00** Chirurdzy **20.00** Nasz nowy dom **21.00** Klub Dzikich Kotek - komedia, USA, 2007, reż. Christopher Duddy, wyk. Jason Jurman, Warren Kole, Joe Mantegna, Izabella Scorupco **23.00** Hitchcock - dramat biograficzny, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Sacha Gervasi, wyk. Anthony Hopkins, Helen Mirren, Scarlett Johansson, Danny Huston **1.05** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **2.40** Nasz nowy dom **3.45** Kabaretowa Ekstraklasa **4.00** Przyjaciółki **5.00** Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.50** Pogoda **15.00** Wiadomości **15.10** Serwis Info **15.29** Serwis Info - **15.51** Pogoda **15.59** Serwis Info **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.19** Panorama opinii - magazyn **18.31** Serwis Info **18.42** Widziane z Polski - magazyn **19.00** Serwis Info **19.30** Wiadomości **19.58** Gość Wiadomości **20.13** Minęła 20ta **20.50** Warto rozmawiać **21.40** Studio LOTTO **21.49** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.03** Nie da się ukryć Extra **0.33** Pogoda **0.45** Wiadomości **1.13** Gość Wiadomości **1.40** Minęła 20ta **2.25** Warto rozmawiać **3.25** W tyle wizji **4.00** Flesz Info

TV TRWAM
12.00 Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Wizyta apostolska Jana Pawła II w Grocie Massabielskiej **12.55** Bernadetta księżniczka z Lourdes **13.25** Koncert życzeń **14.15** Niebieska jabłoń **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** Spotkanie Rodziny Radia Maryja w ramach obchodów Światowego Dnia Chorego w Kole **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 **23.00** Ojciec Francis Aupiais, misjonarz - etnolog **23.50** 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA
7.00 Teledyski **8.00** Wiersze na 100 lecie niepodległości - Szczęśliwy naród, który ma poetę... **8.15** Studio Kultura - Rozmowy **8.35** W domu - film TVP **9.30** Wrota Europy - dramat historyczny **11.00** Siedlisko - serial **12.05** Siedlisko - serial **13.00** SOG - film anim. **13.10** Laterna Magica - film anim. **13.25** Antek - film TVP **14.30** Kontrakt - film obyczajowy **16.35** Śladami wielkich kompozytorów - Śladami Pucciniego - film dok. **17.40** Yesterday - film obyczajowy **19.15** Rzecz Polska - Fotel 366 Józefa Chierowskiego - cykl dok. **19.25** Którędy po sztukę - Mieczysław Wejman - magazyn **19.35** Videofan - Portrety. Zorka Wollny **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Słowo na A - serial **21.30** Więcej niż fikcja - Altman - film dok. **23.10** Powidoki **23.30** Body/Ciało - dramat **1.10** Informacje kulturalne **1.30** Chaos - film obyczajowy

Wtorek, 12.02.2019

TVP 1
5.35 **Jaka to melodia?**
6.15 **Wieczna miłość s.I (113)** - serial
7.05 **Elif s.III (422)** - serial
8.00 **Wiadomości, Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Blondynka s.II (14) - Początek końca świata** - serial
9.35 **Komisarz Alex s.VI (66) - Okup** - serial
10.35 **Ojciec Mateusz s.II (30) - Miłość Natalii** - serial
11.30 **Korona królów (172)** - telenowela
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.40 **Magazyn Rolniczy**
12.55 **Zakochani są wśród zwierząt. Małpy** - serial dok.
14.00 **Elif s.III (423)** - serial
15.00 **Wiadomości, Pogoda**
15.15 **Alarm!** - magazyn
15.35 **Leśniczówka (87)** - serial
16.05 **Wieczna miłość s.I (114)** - serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3429)** - telenowela
18.30 **Korona królów (173)** - telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm!** - magazyn
20.25 **Sport**
20.30 **Leśniczówka (88)** - serial
21.00 **Głębia ostrości**
21.40 **Echo serca (5)** - serial
22.35 **Kompania X s.III (20)** - serial
23.25 **Weterani. Wyrwani śmierci**
23.55 **W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości** - film sensacyjny, Wielka Brytania, reż. Peter Hunt, wyk. Diana Rigg, Telly Savalas, George Lazenby (HIT)
2.25 **Franciszkanie w ruchu oporu** - dramat, USA, reż. Alexander Ramati, wyk. Ben Cross, James Mason, Irene Papas
4.25 **Notacje - Zdzisława Donat. Sześć głębokich wdechów**
4.40 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.25 **Koło fortuny** - teleturniej
6.00 **M jak miłość (1419)** - serial
6.55 **Piekno mowy naszych matek** - reportaż
7.20 **Na sygnale (216) - Miało być inaczej** - serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.00 **Panorama**
11.10 **Pytanie na śniadanie Extra**
11.25 **Rodzinka.pl s.V (110) - Przeprowadzka** - serial
11.55 **Barwy szczęścia (1999)** - serial
12.30 **Koło fortuny** - teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki (21)** - serial
14.10 **M jak miłość (1419)** - serial
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (30) - Same zmartwienia** - serial
16.00 **Koło fortuny** - teleturniej
16.35 **Familiada** - teleturniej
17.10 **Łzy Cennet (112)** - serial
18.00 **Panorama**
18.25 **Pogoda**
18.30 **Sport**
18.35 **Rodzinka.pl s.I (4) - Siła argumentu, argument siły** - serial
19.05 **Na sygnale (46) - Drobnym drukiem** - serial
19.35 **Barwy szczęścia (1999)** - serial
20.10 **Barwy szczęścia (2000)** - serial
20.40 **Kulisy serialu**
20.55 **M jak miłość (1420)** - serial
21.45 **Kulisy serialu**
21.55 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
23.00 **Świat bez fikcji - Wolność jak płomień** - film dok.
0.05 **Rodzinka.pl (248) - Żuraw i czapla** - serial
0.40 **Rozbite marzenia. 1918 - 1939 (6)** - dokument
1.45 **Godziny grozy (5)** - serial
2.40 **Magazyn Ekspresu Reporterów**
3.45 **Kim naprawdę jest Baszszar al - Asad?** - film dok.
4.45 **Zakończenie programu**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
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 **Polowanie na czarownice** - film fantasy, USA, 2011, reż. Dominic Sena, wyk. Nicolas Cage, Ron Perlman, Stephen Campbell Moore, Stephen Graham - Behmen powraca z kolejnej krucjaty. Lata wojowania w imieniu Boga pozbawiły go złudzeń co do idei krwawych rzezi oraz świętości Kościoła. Wraz z towarzyszem broni Felsonem zamierzają przejść w stan spoczynku. Ku ich zdumieniu, widzą swój kraj zrujnowany i wyludniony, spustoszony przez Czarną Śmierć. (HIT)
22.10 **Ślad** - serial
23.10 **Zrodzony w ogniu** - thriller, USA, Wielka Brytania, 2013, reż. Scott Cooper, wyk. Christian Bale, Casey Affleck, Woody Harrelson, Willem Dafoe
1.50 **Witajcie w dżungli** - film przygodowy, USA, 2003, reż. Peter Berg
4.00 **Tajemnice losu**

TVN
5.10 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.35 **Mango - Telezakupy**
6.50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.00 **Szpital** - program obyczajowy
13.00 **Szkoła** - serial
14.00 **Zakochani po uszy**
14.30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła** - serial
16.30 **Szpital** - program obyczajowy
17.30 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
18.30 **Zakochani po uszy**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Na Wspólnej** - serial
20.55 **Milionerzy**

21.35 **Zabójcza broń IV** - film sensacyjny, USA 1998, reż. Richard Donner, wyk. Mel Gibson, Danny Glover, Joe Pesci, Rene Russo, Chris Rock, Jet Li, Steve Kahan, Kim Chan (HIT)
0.10 **Superwizjer** - magazyn reporterów
0.45 **Tu się gotuje!** - magazyn
0.50 **Kuba Wojewódzki** - talk show
1.50 **Strzelec** - serial
2.45 **Uwaga!** - program interwencyjny
3.05 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Buffy, postrach wampirów**
7.05 **Przygody Kota w butach**
7.35 **Przygody Kota w butach**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Septagon**
10.00 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia**
11.45 **Making of: Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
12.00 **Buffy, postrach wampirów**
13.00 **Detektywi w akcji**
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
16.00 **Paulina** - telenowela obyczajowa
17.00 **Światło twoich oczu** - telenowela obyczajowa
18.00 **Septagon**
19.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
20.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.00 **Pociąg strachu** - film sensacyjny, USA, 2003, reż. Yossi Wein, wyk. Bentley Mitchum, Bryan Genesse, Michael Anthony Rosas, Jaime Anstead (HIT)
23.00 **Trampolina** - program rozrywkowy
0.00 **Trampolina**
1.00 **STOP Drogówka**
2.00 **Polityka na ostro**
3.00 **Magazyn Atleci**
3.40 **Trans World Sport**
4.35 **SuperLudzie**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
5.50 **Sąd rodzinny** - program sądowy
6.50 **Szpital** - program obyczajowy
7.50 **Przyjaciele** - serial
8.20 **Przyjaciele** - serial
8.50 **Gotowe na wszystko II** - serial
9.45 **Zakochani po uszy**
10.15 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital** - program obyczajowy
15.55 **Gotowe na wszystko III** - serial
16.55 **Przyjaciele** - serial
17.25 **Przyjaciele** - serial
17.55 **Brzydula** - serial
18.25 **Brzydula** - serial
19.00 **19 +** - serial
19.30 **Zakochani po uszy**
20.00 **Stan zagrożenia** - film sensacyjny, USA 1994, reż. Phillip Noyce, wyk. Harrison Ford, Willem Dafoe, Anne Archer, Joaquim De Almeida, Henry Czerny, Harris Yulin, Donald Moffat, Miguel Sandoval, Thora Birch (HIT)
23.00 **Listopadowy człowiek** - film sensacyjny, USA, Wielka Brytania 2014, reż. Roger Donaldson, wyk. Pierce Brosnan, Luke Bracey, Olga Kurylenko, Bill Smitrovich
1.20 **Agentka o stu twarzach** - serial
2.25 **Moc Magii**

TV PULS
6.00 **Niewolnica Victoria** - serial
7.00 **Zbuntowany anioł** - telenowela
8.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
9.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
10.00 **Nash Bridges** - serial
11.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
13.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
14.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
15.00 **112: na każde wezwanie** - serial
16.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
18.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
20.00 **Smak zemsty** - film akcji, Kanada 2013, reż. Allan Ungar, wyk. Cody Hackman, Jess Brown, Michael Biehn, Krzysztof Soszynski, Anderson Silva (HIT)
22.10 **Ghost Rider** - film fantasy, Australia, USA 2007, reż. Mark Steven Johnson, wyk. Eva Mendes, Matt Long, Nicolas Cage, Sam Elliott
0.15 **www.strach** - horror, USA 2002, reż. William Malone, wyk. Natascha McElhone, Stephen Dorff, Stephen Rea, Udo Kier
2.15 **Biesiada na cztery pory roku**
3.30 **Na jedwabnym szlaku**
4.00 **Niesamowite!**
4.40 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**

Stopklatka
6.00 Złotopolscy - serial **7.00** Plebania - serial **8.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **8.30** Ponadczasowe konstrukcje - serial **9.20** Niszczycielskie żywioły - serial **10.15** Klara i wszystko jasne - serial **11.15** Castle - serial **13.00** Katastrofy w przestworzach - serial **15.45** Wojny kontenerowe - serial **17.05** Scena Śmiechu **18.05** Allo, Allo - serial **20.00** Jackie Brown - film kryminalny **23.15** Mroczne nieba - thriller sci - fi

TTV
11.05 Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.00** Kartoteka **13.00** Żony Hollywood **14.00** Damy i wieśniaczki. Ukraina **15.00** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Uwaga! **16.25** DeFacto **16.40** Lucky Bastards **17.10** Nauka jazdy **17.45** Express **18.05** Usterka **18.35** Dżentelmeni i wieśniacy **19.45** Express **20.05** Królowe życia **20.55** Ostre cięcie **21.45** Express **22.00** Pierwszy raz za granicą... **22.50** Damy i wieśniaczki. PL **23.45** Ostre cięcie

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** Strażnik Teksasu **8.00** Medicopter 117 **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Galileo **11.00** V.I.P. **12.00** Miodowe lata **13.35** Niesamowite rekordy **14.15** MacGyver **15.15** Diagnoza morderstwo **16.15** Drużyna A **17.15** Buffy, postrach wampirów **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Na linii - film sensacyjny **0.50** Making of: Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny

TVP SPORT
6.05 Tenis stołowy - Liga Mistrzyń - 1/4F. ENEA Siarka Tarnobrzeg - Sporting Lizbona **7.40** Opowieści o Mundialu 2018 - film dok. **8.45** 4 - 4 - 2 - magazyn piłkarski - magazyn piłkarski **9.45** Gol Ekstra - felieton **11.20** Gol magazyn piłkarski **12.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 3 **14.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 4 **16.00** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 5 **18.00** Lekkoatletyka - Halowy mityng skoku o tyczce, Szczecin **21.05** RETRO TVP SPORT - magazyn **23.00** Sportowy Wieczór **23.45** Lekkoatletyka - Halowy mityng skoku o tyczce, Szczecin **1.45** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 1 runda 5 **3.15** Lekkoatletyka - Halowy mityng IAAF World Indoor Tour - Millrose Games, Nowy Jork **4.55** Kapitan Tsubasa (165) - serial **5.20** Sportowy Wieczór **5.50** Zakończenie dnia

EUROSPORT
3.00 Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **4.30** Snooker. Welsh Open **6.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti **7.00** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **7.30** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **8.00** Sanki. PŚ, Oberhof, Niemcy **8.30** Szermierka. Grand Prix Series, Turyn **9.35** Snooker. Welsh Open **10.55** Snooker. Home Nations Series **13.00** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **13.45** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **14.15** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **14.45** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **15.20** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **15.45** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **18.00** Jeździectwo. Magazyn Horse Excellence **18.30** Jeździectwo. FEI World Cup, Bordeaux **19.45** Snooker. Home Nations Series **23.55** Wiadomości Eurosportu

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Dzień, który zmienił moje życie **8.00** Dlaczego ja? **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Stołeczna drogówka **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Sekrety rodziny **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Ewa gotuje **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Świat według Kiepskich **15.30** Trudne sprawy **16.30** Nasz nowy dom **17.30** Malanowski i Partnerzy **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** Zdrady **0.50** Gliniarze **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.45** Interwencja **3.00** Wystarczy chcieć **3.30** Echo lasu **4.00** Trans World Sport **5.00** SuperLudzie **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 Niania w wielkim mieście **7.00** Pozytywka SuperMagazyn **7.30** Co nowego u Scooby'ego? **8.00** Pierwsza klasa **9.00** Nasz nowy dom **10.00** Chirurdzy **11.00** Niania w wielkim mieście **12.00** Przyjaciółki **13.00** Małe Wielkie Marzenia **13.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.30** Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami **18.30** Flesz Integracja **18.40** SuperLudzie Extra **18.50** Flesz Integracja **19.00** Chirurdzy **20.00** Nasz nowy dom **21.00** Hitchcock - dramat biograficzny, USA, Wielka Brytania, 2012, reż. Sacha Gervasi, wyk. Anthony Hopkins, Helen Mirren, Scarlett Johansson, Danny Huston **23.05** Kto pierwszy, ten lepszy - komedia romantyczna, Niemcy, USA, 2002, reż. Reginald Hudlin **1.15** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **2.50** Nasz nowy dom **3.50** Kabaretowa Ekstraklasa **4.00** Przyjaciółki **5.00** Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.50** Pogoda **15.00** Wiadomości **15.10** Serwis Info **15.29** Serwis Info - **15.51** Pogoda **15.59** Serwis Info **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.21** Panorama opinii - magazyn **18.33** Serwis Info **18.42** Widziane z Polski - magazyn **19.00** Serwis Info **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** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.07** Pogoda **0.20** Wiadomości **0.48** Gość Wiadomości **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.49** Flesz Info Wieczór

TV TRWAM
10.45 Zew natury **11.05** Mocni w wierze **11.35** Myśląc Ojczyzna **11.45** Młodzi Światu - Kazik **12.00** Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Charlie - historia zabawki **14.00** Mojżesz - 10 przykazań **14.50** Papież Polak do Rodaków **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Jestem mamą **16.30** Kalejdoskop Młodych **16.50** Express Studencki **17.00** 100 cudownych miejsc na świecie **17.10** Prosto o gospodarce **17.30** Okiem kamery **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** W obliczu ciemności **23.30** Anatolia - ojczyzna potomków Sema

TVP KULTURA
7.00 Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.15** Studio Kultura - Rozmowy **8.40** Profesor Zazul - film TVP **9.15** Yesterday - film obyczajowy **11.00** Siedlisko - serial **12.05** Komediantka - serial **13.10** Jak to jest być moją matką - film kr.metr. **13.50** Jasne błękitne okna - dramat **15.35** Szczęśliwego Nowego Jorku - film obyczajowy **17.20** Bodo - serial **19.30** Chuligan Literacki **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Scenariusz dla nie istniejącego lecz możliwego aktora instrumentalnego - monodram **21.30** Lekkie obyczaje - Porwanie Michela Houellebecqa , Francja **23.15** Nocny dokument - Sztuka neogotyku - Miasto i dusza - serial dok. **0.20** Kino nocne - Dzień kobiet - dramat obyczajowy **2.05** Informacje kulturalne **2.20** Wydarzenie aktualne **2.55** Scena Klasyczna - Pękala/Kordylasińska/Pękala - koncert **3.40** Teledysk

Środa, 13.02.2019

TVP 1
5.35 **Jaka to melodia?**
6.15 **Wieczna miłość s.I (114)** - serial
7.05 **Elif s.III (423)** - serial
8.00 **Wiadomości**
8.10 **Pogoda**
8.15 **Kwadrans polityczny**
8.40 **Blondynka s.II (15) - Ta piękna co zeszła na psy** - serial
9.35 **Komisarz Alex s.VI (67) - Na pełnym gazie** - serial
10.35 **Ojciec Mateusz s.III (31) - Spa** - serial
11.30 **Korona królów (173)** - telenowela
12.00 **Wiadomości**
12.15 **Agrobiznes**
12.35 **Agropogoda** - magazyn
12.40 **Rok w ogrodzie Extra** - magazyn
12.50 **Zakochani są wśród zwierząt. W Australii** - serial dok.
14.00 **Elif s.III (424)** - serial
15.00 **Wiadomości, Pogoda**
15.15 **Alarm!** - magazyn
15.35 **Leśniczówka (88)** - serial
16.05 **Wieczna miłość** - serial
17.00 **Teleexpress, Pogoda**
17.25 **Jaka to melodia?**
18.00 **Klan (3430)** - telenowela
18.30 **Korona królów (174)** - telenowela
18.55 **Jeden z dziesięciu** - teleturniej
19.30 **Wiadomości**
20.05 **Pogoda**
20.10 **Alarm!** - magazyn
20.20 **Sport**
20.25 **Leśniczówka (89)** - serial
20.55 **Liga Mistrzów - Tottenham Hotspur - Borussia Dortmund**
22.55 **Liga Mistrzów** - skróty
0.25 **Warto rozmawiać**
1.20 **Weterani. Wyrwani śmierci**
1.50 **wojsko - polskie.pl**
2.20 **W tajnej służbie Jej Królewskiej Mości** - film sensacyjny, Wielka Brytania, reż. Peter Hunt, wyk. Diana Rigg, Telly Savalas, George Lazenby
4.45 **Zakończenie dnia**

TVP 2
5.20 **Koło fortuny** - teleturniej
6.00 **M jak miłość (1420)** - serial
6.55 **Pożyteczni.pl** - magazyn
7.20 **Na sygnale (217) - To się jeszcze okaże...** - serial
7.55 **Pytanie na śniadanie**
11.00 **Panorama**
11.10 **Pytanie na śniadanie Extra**
11.25 **Rodzinka.pl s.V (111) - Oświecenie** - serial
11.55 **Barwy szczęścia (2000)** - serial
12.30 **Koło fortuny** - teleturniej
13.15 **Miłosne potyczki (22)** - serial
14.10 **M jak miłość (1420)** - serial
15.10 **Doktor z alpejskiej wioski - nowy rozdział (31) - Sprawy sercowe** - serial
16.00 **Koło fortuny** - teleturniej
16.35 **Familiada** - teleturniej
17.10 **Łzy Cennet (113)** - serial
18.00 **Panorama**
18.25 **Pogoda**
18.30 **Sport**
18.35 **Rodzinka.pl s.I (5) - Dziewczyna Tomka** - serial
19.05 **Na sygnale (47) - Kubeł zimnej wody** - serial
19.30 **Barwy szczęścia (2000)** - serial
20.05 **Barwy szczęścia (2001)** - serial
20.35 **Kulisy serialu**
20.50 **Na dobre i na złe (731)** - serial
21.50 **Na sygnale (219) - Nic śmiesznego** - serial
22.45 **Kino relaks - Seks, miłość i terapia** - komedia obyczajowa, Francja, reż. Tonie Marshall, wyk. Sophie Marceau, Patrick Bruel, Andre Wilms, Sylvie Vartan (HIT)
0.25 **Za marzenia s.I (9)** - serial
1.20 **Za marzenia s.I (10)** - serial
2.20 **Świat bez tajemnic - Takie małe miasteczko Batory** - film dok.
3.35 **Codzienna 2 m. 3 (44)** - serial
4.10 **Codzienna 2 m. 3 (45)** - serial
4.40 **Zakończenie dnia**

POLSAT
6.00 **Nowy dzień z Polsat News**
9.00 **Malanowski i Partnerzy**
10.00 **Dzień, który zmienił moje życie**
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**

20.40 **Witajcie w dżungli** - film przygodowy, USA, 2003, reż. Peter Berg, wyk. Dwayne "The Rock" Johnson, Seann William Scott, Rosario Dawson, Christopher Walken - W brutalnej miejskiej dżungli Los Angeles można spotkać takich ludzi jak Beck... no, nie zupełnie takich jak on. Beck, bowiem używa wszelkich środków, jakie są konieczne do tego, aby odzyskać to, za odzyskanie czego mu zapłacono. Nie ważne, co to jest - zaległa płatność czy opóźniony gong podczas rozgrywek Super Bowl - Beckowi nie sprawia to żadnej różnicy. (HIT)
22.55 **Ślad** - serial
23.55 **Mocne uderzenie** - komedia, USA, 2012, reż. Frank Coraci, wyk. Kevin James, Salma Hayek, Henry Winkler
2.20 **Dzień dobry, kocham Cię** - komedia romantyczna, Polska, 2014
4.20 **Kabaretowa Ekstraklasa**

TVN
5.10 **Uwaga!** - program interwencyjny
5.35 **Mango - Telezakupy**
6.50 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
7.50 **Doradca smaku**
8.00 **Dzień Dobry TVN** - magazyn
11.00 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.00 **Szpital** - program obyczajowy
13.00 **Szkoła** - serial
14.00 **Zakochani po uszy**
14.30 **Kuchenne rewolucje** - program kulinarno - rozrywkowy
15.30 **Szkoła** - serial
16.30 **Szpital** - program obyczajowy
17.30 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
18.30 **Zakochani po uszy**
19.00 **Fakty, Sport, Pogoda**
19.49 **Raport smogowy - poznaj kolory powietrza**
19.50 **Uwaga!** - program interwencyjny
20.10 **Doradca smaku**
20.15 **Gala Bestsellery Empiku 2018**

22.15 **Kobieta - Kot** - film przygodowy, USA, Australia 2004, reż. Pitof, wyk. Halle Berry, Benjamin Bratt, Sharon Stone, Lambert Wilson, Frances Conroy (HIT)
0.35 **Zombieland** - horror, USA 2009, reż. Ruben Fleischer, wyk. Jesse Eisenberg, Woody Harrelson, Emma Stone, Abigail Breslin, Amber Heard, Bill Murray
2.15 **American Horror Story I: Murder House** - serial
3.10 **Uwaga!** - program interwencyjny
3.30 **Moc Magii**

TV 4
6.00 **Buffy, postrach wampirów**
7.05 **Przygody Kota w butach**
7.35 **Przygody Kota w butach**
8.00 **Nasz nowy dom**
9.00 **Septagon**
10.00 **Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia**
11.30 **Benny Hill**
12.00 **Buffy, postrach wampirów**
13.00 **Detektywi w akcji**
14.00 **STOP Drogówka**
15.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
16.00 **Paulina** - telenowela obyczajowa
17.00 **Światło twoich oczu** - telenowela obyczajowa
18.00 **Septagon**
19.00 **Policjantki i Policjanci** - serial obyczajowy
20.00 **Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny**
21.00 **Drzewo Jozuego** - film sensacyjny, USA, 1993, reż. Vic Armstrong, wyk. Dolph Lundgren, Kristian Alfonso, George Segal, Geoffrey Lewis (HIT)
23.10 **Silent Hill** - horror, Francja, Kanada, USA, 2012, reż. Michael J. Bassett, wyk. Adelaide Clemens, Sean Bean, Kit Harington, Radha Mitchell
1.10 **Trampolina**
2.10 **Władcy móch**
2.40 **Disco Polo Life**
3.40 **Top 10 lista przebojów**
4.40 **Top 10 lista przebojów**
5.45 **Telezakupy TV Okazje**

TVN 7
4.45 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
5.50 **Sąd rodzinny** - program sądowy
6.50 **Szpital** - program obyczajowy
7.50 **Przyjaciele** - serial
8.20 **Przyjaciele** - serial
8.50 **Gotowe na wszystko III** - serial
9.45 **Zakochani po uszy**
10.15 **Mango Telezakupy**
11.55 **Ukryta prawda** - program obyczajowy
12.55 **Sąd rodzinny** - program sądowy
13.55 **Sędzia Anna Maria Wesołowska**
14.55 **Szpital** - program obyczajowy
15.55 **Gotowe na wszystko III** - serial
16.55 **Przyjaciele** - serial
17.25 **Przyjaciele** - serial
17.55 **Brzydula** - serial
18.25 **Brzydula** - serial
19.00 **19 +** - serial
19.30 **Zakochani po uszy**
20.00 **Odważna** - film sensacyjny, USA, Australia 2007, reż. Neil Jordan, wyk. Jodie Foster, Terrence Howard, Nicky Katt, Naveen Andrews, Mary Steenburgen (HIT)
22.40 **Tłumaczka** - film sensacyjny, Wielka Brytania, USA, Francja 2005, reż. Sydney Pollack, wyk. Nicole Kidman, Sean Penn, Catherine Keener, Jesper Christensen, Yvan Attal, Michael Wright
1.25 **Moc Magii** - program
3.35 **Druga strona medalu** - talk show

TV PULS
6.00 **Niewolnica Victoria** - serial
7.00 **Zbuntowany anioł** - telenowela
8.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
9.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
10.00 **Nash Bridges** - serial
11.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
13.00 **JAG - Wojskowe Biuro Śledcze** - serial
14.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
15.00 **112: na każde wezwanie** - serial
16.00 **Kobra - oddział specjalny** - serial
18.00 **Lombard: życie pod zastaw** - serial
20.00 **Strażnik** - film sensacyjny, USA 2006, reż. Clark Johnson, wyk. Eva Longoria, Kiefer Sutherland, Kim Basinger, Martin Donovan, Michael Douglas (HIT)
22.05 **Kamienne pięści** - dramat biograficzny, USA, Panama 2016, reż. Jonathan Jakubowicz, wyk. Ana Armas, Edgar Ramírez, Robert De Niro, Rubén Blades, Usher Raymond
0.20 **Code Black: Stan krytyczny** - serial
1.15 **Flash** - serial
2.10 **Na jedwabnym szlaku**
3.05 **Taki jest świat**
4.00 **Na jedwabnym szlaku**
4.40 **Z archiwum policji**
5.00 **Dyżur**

Stopklatka
7.00 Plebania - serial **8.05** Lombard Chicago: wszystko pod zastaw - serial **8.30** Ponadczasowe konstrukcje - serial **9.20** Niszczycielskie żywioły - serial **10.15** Klara i wszystko jasne - serial **11.15** Castle - serial **13.00** Katastrofy w przestworzach - serial **15.45** Wojny kontenerowe - serial **17.05** Scena Śmiechu **18.05** Allo, Allo - serial **20.00** Exterminatorki - komediodramat **21.55** Sherlock - serial **23.50** Ambassada - komedia **2.00** Futro - komedia

TTV
10.45 Express **11.05** Sędzia Anna Maria Wesołowska **12.00** Kartoteka **13.00** Żony Hollywood **14.00** Damy i wieśniaczki. Ukraina **15.00** Królowe życia **15.45** Express **16.05** Uwaga! **16.25** DeFacto **16.40** Szybcy i głupi **17.10** Nauka jazdy **17.45** Express **18.05** Usterka **18.35** Dżentelmeni i wieśniacy **19.45** Express **20.05** Królowe życia **20.55** Druga twarz **21.45** Express **22.00** Ostre cięcie **22.45** Gogglebox. Przed Telewizorem

TV6
6.00 Top 10 lista przebojów **7.00** Strażnik Teksasu **8.00** Medicopter 117 **9.00** Policjantki i Policjanci **10.00** Galileo **11.00** V.I.P. **12.00** Miodowe lata **13.35** Niesamowite rekordy **14.15** MacGyver **15.15** Diagnoza morderstwo **16.15** Drużyna A **17.15** Buffy, postrach wampirów **18.15** Miodowe lata **20.00** Galileo **21.00** CSI: Kryminalne zagadki Miami **23.00** Alzacki kocioł - film wojenny **2.00** Niesamowite rekordy **2.40** Top 10 lista przebojów

TVP SPORT
6.05 Łyżwiarstwo szybkie - MŚ na dystansach, Inzell - dz. 2, Holandia **8.00** Lekkoatletyka - Halowy mityng skoku o tyczce, Szczecin **9.55** Biegi narciarskie - PŚ, Lahti - sprint kobiet i mężczyzn **11.10** Pełnosprawni (287) - magazyn dla niepełnosprawnych **11.40** Skoki Narciarskie - PŚ - Lahti - konkurs drużynowy **13.30** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 2 **15.30** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 3 **17.30** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 4 **19.30** Liga Mistrzów - 1/8F, Wielka Brytania **20.55** Liga Mistrzów - 1/8F. Tottenham Hotspur - Borussia Dortmund, Wielka Brytania **22.55** Liga Mistrzów - skróty, Wielka Brytania **0.15** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 3 **1.45** Tenis ziemny - Turniej WTA - Doha - 2 runda 4 **3.15** Lekkoatletyka - Halowy mityng skoku o tyczce, Szczecin **5.35** Zakończenie dnia

EUROSPORT
0.05 Formuła E. FIA Championship, Meksyk **0.35** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **1.00** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **1.30** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **2.00** Skoki narciarskie. PŚ, Oberstdorf **3.00** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **4.00** Biathlon. PŚ, Canmore 12, 5 km kobiet ze startu wspólnego **4.30** Snooker. Welsh Open **6.30** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **7.30** Kombinacja Norweska. PŚ, Lahti **8.00** Biathlon. PŚ, Canmore 15 km mężczyzn ze startu wspólnego **8.35** Formuła E. FIA Championship, Meksyk **9.00** Snooker. Welsh Open **10.55** Snooker. Home Nations Series **13.00** Narciarstwo Alpejskie. MŚ, Are **13.45** Snooker. Home Nations Series **19.00** Snooker. Welsh Open **19.45** Snooker. Home Nations Series **23.55** Wiadomości Eurosportu

POLSAT 2
6.00 Disco Gramy **7.00** Dzień, który zmienił moje życie **8.00** Dlaczego ja? **9.05** Drwale i inne opowieści Bieszczadu **9.35** Stołeczna drogówka **10.00** Na ratunek 112 **10.30** Sekrety rodziny **11.30** Sekrety rodziny **12.30** Nasz nowy dom **13.30** Ewa gotuje **14.00** Świat według Kiepskich **14.30** Świat według Kiepskich **15.00** Świat według Kiepskich **15.30** Trudne sprawy **16.30** Nasz nowy dom **17.30** Malanowski i Partnerzy **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** Zdrady **0.50** Gliniarze **1.50** Interwencja **2.05** Wydarzenia **2.45** Interwencja **3.00** Wystarczy chcieć **3.30** Echo lasu **3.55** Magazyn siatkarski - 7. strefa **5.20** Gliniarze **5.45** Telezakupy TV Okazje

SUPER POLSAT
6.00 Niania w wielkim mieście **7.00** Flesz Integracja **7.10** SuperLudzie Extra **7.20** Flesz Integracja **7.30** Co nowego u Scooby'ego? **8.00** Pierwsza klasa **9.00** Nasz nowy dom **10.00** Chirurdzy **11.00** Niania w wielkim mieście **12.00** Przyjaciółki **13.00** Flesz Integracja **13.10** SuperLudzie Extra **13.20** Flesz Integracja **13.30** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **16.30** Tylko Muzyka. Must be the Music **18.30** Małe Wielkie Marzenia **19.00** Chirurdzy **20.00** Nasz nowy dom **21.00** Kto pierwszy, ten lepszy - komedia romantyczna, Niemcy, USA, 2002, reż. Reginald Hudlin **23.05** Ghost Rider 2 - film sci - fi, USA, 2011, reż. Mark Neveldine, Brian Taylor, wyk. Nicolas Cage, Violante Placido, Ciarán Hinds, Idris Elba **1.05** Hell's Kitchen - Piekielna Kuchnia **2.30** Nasz nowy dom **3.30** Kabaretowa Ekstraklasa **4.00** Przyjaciółki

TVP INFO
5.35 Serwis Info, Pogoda, Serwis Sportowy co pół godziny **13.59** Serwis Info **14.29** Serwis Info **14.50** Pogoda **15.00** Wiadomości **15.10** Serwis Info **15.29** Serwis Info - **15.51** Pogoda **15.59** Serwis Info **16.23** Pogoda **16.29** Serwis Info **16.52** Pogoda **17.00** Teleexpress **17.15** Teleexpress Extra **17.32** O co chodzi - magazyn publicystyczny **18.00** Panorama **18.21** Panorama opinii - magazyn **18.33** Serwis Info **18.42** Widziane z Polski - magazyn **19.00** Serwis Info **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 **21.49** W tyle wizji **22.24** Flesz Info Wieczór **22.30** W tyle wizji Extra **23.00** INFO Wieczór **23.30** W akcji **23.55** Serwis Info **0.20** Wiadomości **0.48** Gość Wiadomości **1.15** Minęła 20ta **2.15** W tyle wizji **2.50** Flesz Info Wieczór

TV TRWAM
9.50 100 cudownych miejsc na świecie **10.00** Audiencja Generalna **11.00** Świat na wyciągnięcie ręki **11.15** O tym księdzu nie można zapomnieć - ks. Roman Kotlarz **11.25** Myśląc Ojczyzna **11.40** Prosto o gospodarce **12.00** Anioł Pański **12.03** Informacje dnia **12.20** Wielkie serce Jack **14.00** W obliczu ciemności **15.30** Toliara **15.50** Ma się rozumieć **16.00** Informacje dnia **16.10** Na zdrowie **16.30** Filmowe Życiorysy **17.00** Po stronie prawdy **18.00** Anioł Pański **18.05** Informacje dnia **18.15** Rozmowy niedokończone **19.25** Święty na każdy dzień **19.30** Przygody Mobilków **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** Listy do Eleny **23.45** 100 cudownych miejsc na świecie

TVP KULTURA
7.00 Teledyski **8.00** Informacje kulturalne **8.15** Studio Kultura - Rozmowy **8.30** Czerwone i czarne - film anim. **8.40** Pierwszy pawilon - film TVP **9.20** Szczęśliwego Nowego Jorku - film obyczajowy **11.00** Komediantka - serial **13.15** Witkacego wywoływanie duchów - film anim. **13.35** Tamań - film TVP **14.25** Wrzeciono czasu - film fabularny **16.15** Legendy Rocka - Leonard Cohen **16.45** Legendy Rocka - Neil Young **17.20** Jest sprawa - komedia **19.00** Powidoki **19.25** Dezerterzy - Katarzyna Nosowska - rozmowa **20.00** Informacje kulturalne **20.20** Na wschód od Hollywood - Salvo. Ocalony - dramat, Francja, Włochy **22.20** Ziemia, planeta ludzi - Szwedzka teoria miłości - film dok. **23.50** Koncert muzyki z filmów Andrzeja Wajdy - "Scoring4Wajda" - koncert **1.00** Porwanie Michela Houellebecqa

BRZEG DOLNY
LODOWISKO
TEREN KHS ROKITA
UL. WILCZA 8
PN.-PT. 15.00-20.00
SB.-ND. 12.00-20.00