

ZYCIE

CZĘSTOCHOWY

I POWIATU

www.zycieczestochowy.pl www.facebook.com/ZycieCzestochowyiPowiatu

Nr 83 (741)
Nr ISSN 22 99 4440

PIĄTEK-NIEDZIELA, 21-23 LIPCA 2017

Cena 1,20 zł
(w tym 8% VAT)



ŻYCIEK POLECA:

- **Wybierz się do Filharmonii. Najlepsze komedie sezonu** str. 2
- **Monte Cassino – Dźbowska – droga przed terminem** str. 3
- **Przedawnienie roszczeń** str. 5
- **Zdradzamy, bo już nie kochamy?** str. 7

Podatek wodny

Wyplucze nasze portfele?

Rząd przyjął nowelizację ustawy dotyczącej prawa wodnego. – Jest ona niezbędna dla wypełnienia obowiązków wobec Unii Europejskiej oraz zapewnienia racjonalnego gospodarowania wodami i bezpieczeństwa przeciwpowodziowego – twierdził minister środowiska Jan Szyszko. Resort zaznacza, że decyzja rządu nie wiąże się z żadnymi podwyżkami dla obywateli. Opozycja jest innego zdania. Nowy podatek wodny zostanie bowiem nałożony na wszystkich, tzn. mieszkańców, przedsiębiorstwa, przemysł, energetykę czy rolnictwo.



Za uchwaleniem ustawy głosowało 233 posłów, 210 było przeciw, a jeden wstrzymał się od głosu. – Nieprzyjęcie nowego Prawa wodnego mogłoby skutkować brakiem możliwości uruchomienia środków z Unii Europejskiej, przeznaczonych na gospodarkę wodną i regionalne programy operacyjne dla po-

szczególnych województw. Mowa tu o ok. 15 mld zł (3,5 mld euro) – twierdzi resort. Nowelizacja ma pozwolić na sprawniejsze zarządzanie zasobami wodnymi, bardziej racjonalne wydatkowanie środków publicznych oraz zmniejszenie obciążenia budżetu

państwa. W efekcie ma też zwiększyć bezpieczeństwo przeciwpowodziowe.

Przyjęte przez sejm regulacje dotyczą przede wszystkim utworzenia nowej struktury organizacyjnej gospodarowania wodami (Wody Polskie), zasad udostęp-

niania składników Skarbu Państwa związanych z gospodarowaniem wodami oraz zasad ponoszenia opłat za usługi wodne.

Resort twierdzi, że nie powinniśmy się obawiać podwyżek cen wody – dzięki nowemu prawu ma bowiem zostać powołany organ

regulujący rynek wody, aby zabezpieczyć interesy konsumentów przed spółkami wodociagowymi, które są monopolistami na swoim terenie. W optymistycznym scenariuszu podkreśla, że woda może nawet stanąć.

– Przyjęte przepisy umożliwiają obniżenie maksymalnej stawki opłaty z 4,23 zł do 0,70 zł za m³. Stawki będą szczegółowo określone w rozporządzeniu Rady Ministrów, ale nie są przewidziane skokowe podwyżki opłat za pobór wody dla mieszkańców. Pozostaną one na niezmiennym poziomie do 2020 r. Jeżeli zajdzie taka konieczność to będą one wzrastały stopniowo, po wykonaniu analiz społeczno-ekonomicznych. Dostawca wody nie musi sprzedawać jej po maksymalnych stawkach przewidzianych w rozporządzeniu. Nowe Prawo wprowadza jedynie opłatę stałą w celu racjonalnego wykorzystania zasobów wodnych – tłumaczy resort środowiska.

Ciąg dalszy na str. 3

Czy wystarczy?

Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego

Wybierając się na wakacyjny urlop z biurem podróży, nie musimy zaprzętać sobie głowy ubezpieczeniem - organizatorzy sami dbają o to, by ich klienci byli odpowiednio ubezpieczeni. Co jednak w przypadku, gdy decydujemy się samodzielnie zorganizować sobie wakacje? Czy Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego wystarczy?

Polisa proponowana przez biura podróży zwykle wliczona jest już w cenę wyjazdu, a niezbędne dokumenty podpisujemy w momencie podpisywania umowy wycieczki. Średni jednak co drugi Polak organizuje urlop na własną rękę - czy to w Polsce, czy za granicą. W takich przypadkach warto przede wszystkim wyrobić sobie Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego.

Dzięki niej w nagłych przypadkach będziemy mogli skorzystać z pomocy medycznej w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego na terenie państw Unii Europejskiej i EFTA (Islandia, Lichtenstein, Norwegia i Szwajcaria).

Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego jest wydawana bezpłatnie i w przypadku pozytywnego potwierdzenia uprawnień, właściwie od ręki.

Ciąg dalszy na str. 5

Uwaga 500+

Nowe wnioski!

1 sierpnia rusza nabór do rządowego programu „Rodzina 500+”. Korzystanie ze świadczenia wychowawczego w zbliżającym się okresie zasiłkowym wymaga złożenia nowego wniosku.

Główne zasady przyznawania świadczeń pozostają bez zmian. Chodzi tu w szczególności o kwoty wsparcia oraz kryteria, w oparciu o które ustalane jest prawo do świadczeń. Nowelizacja dotychczasowych przepisów uwzględnia jednak rekomendacje zawarte w „Przeglądzie systemu wsparcia rodzin”. Jedną z nich dotyczyła wyeliminowania niepożądanych zjawisk, które w uzasadniony sposób godziły w społeczne poczucie sprawiedliwości i praworządności. Zjawiska te polegały m.in. na dopasowywaniu przez rodziców dochodu do kryterium dochodowego uprawniającego do świadczenia wychowawczego na pierwsze dziecko, deklarowaniu niezgodnie ze stanem faktycznym samotnego wychowywania dziecka oraz pobieraniu świadczenia wychowawczego przez osoby niezamieszkujące w Polsce.

Okresy zasiłkowe

Prawo do zasiłków ustala się na okresy zasiłkowe. W przypadku świadczeń wychowawczych w ramach rządowego Programu „Rodzina 500+”, prawo do tej formy wsparcia jest ustalane na okres roku – od 1 października danego roku do 30 września kolejnego roku (jedynie pierwszy, trwający jeszcze okres był dłuższy – rozpoczął się 1 kwietnia 2016 r. i potrwa do 30 września 2017 r.).

Ciąg dalszy na str. 5

19 lipca w częstochowskim szpitalu przy ul. Mickiewicza przyszła na świat Natalka, drugie dziecko naszej redakcyjnej koleżanki Marzenki i Damiana.

Małeństwo ma 55 cm i waży 3,25 kg.

Tobie, Natalko, życzymy beztroskiego i szczęśliwego dzieciństwa, a rodzicom - bezustannego odkrywania nowych uroków wspólnego życia!

Redakcja Życia Czestochowy i Powiatu



centrum ogrodnicze Maja

tel. +48 690 507 028 biuro@majacentrum.pl

Podłoża ogrodowe i kamień ozdobny

kostka granitowa • żwir • grysy otoczkowe • kupki szarogłazowe

Figurki ogrodowe

ul. Wręczycka 175, Częstochowa tel. +48 512 188 751
(teren stacji auto-gaz na wylocie na Wręczyce) www.majacentrum.pl

ISSN 2299-4440
9 772299 444056

Jan Jakub Należyty

ANDRÓPAUZA 2

czyli

MĘSKA RZECZ BYĆ Z KOBIETĄ



3 września 2017r. godzina 17:00

Filharmonia Częstochowska im. Bronisława Hubermana

KOMEDIA SEZONU

**Maciej Damięcki, Marek Siudym
Jacek Kawalec, Dariusz Gnatowski
Piotr Skarga, Andrzej Beya-Zaborski
Michał Pietrzak, Piotr Dąbrowski
Matylda Damięcka, Alicja Dąbrowska**



Agata Załęcka (obsada zmienna)

Producent: Leszek Kwiatkowski

Reżyseria: Maciej Damięcki

Scenografia/kostiumy: Małgorzata Filipiak-Kwiatkowska
Małgorzata Żukrowska-Należyty

Choreografia: Ewa Kuklińska, Kierownictwo muzyczne: Robert Obcowski

Przygotowanie wokalne: Dorota Wasilewska, Reżyseria dźwięku i światła: Mariusz Telicki



Premiera:



Organizator:



Bilety do kupienia:
Kasa Filharmonii Częstochowskiej ul. Wilsona 16 Częstochowa
Redakcja Życia Częstochowy i Powiatu Aleja NMP 51 Częstochowa
Blue Kosmetologia & Cafe ul. Kilińskiego 72/74 Częstochowa
dostępne również na eBilet.pl oraz w sieci salonów Empik

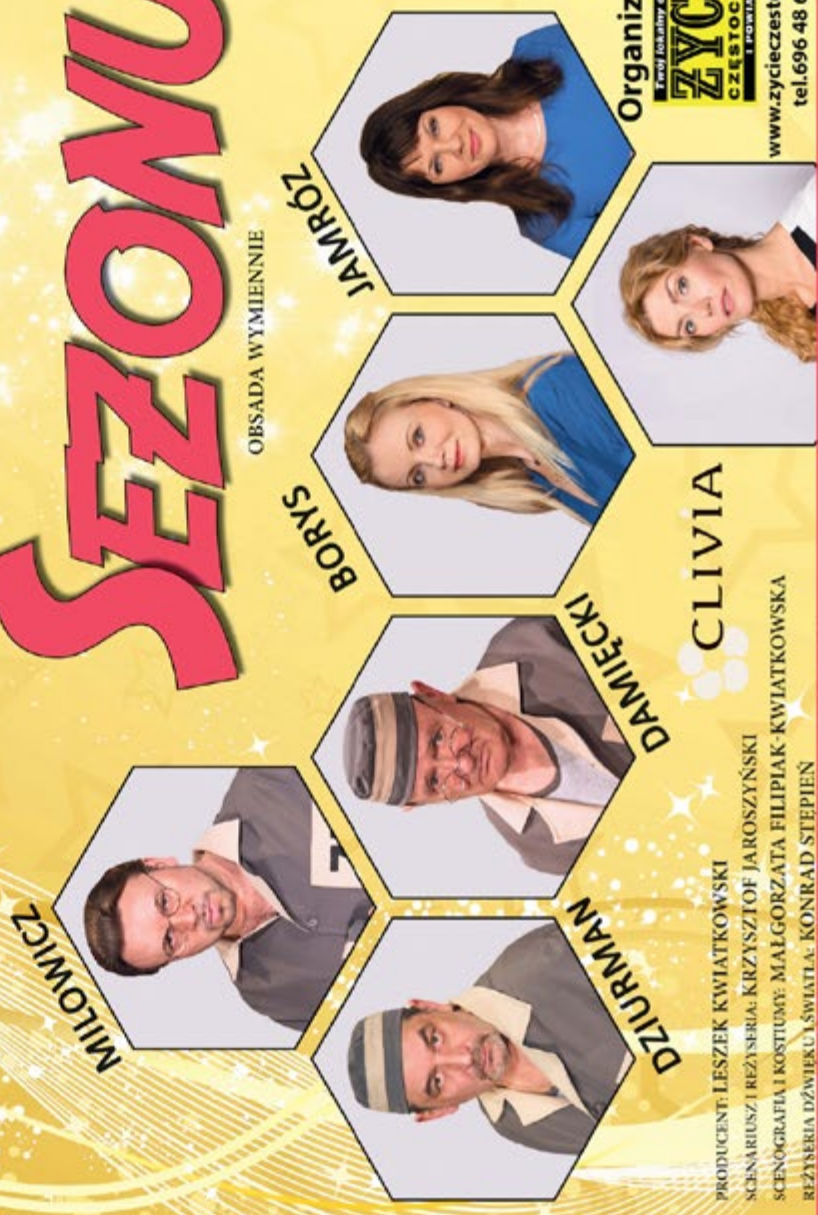
www.zycieczestochowy.pl
tel. 533 333 049



PRZEBÓJ SEZONU

Komedia
Nieprzewidywalna

OBSDA WYMIENIE



CLIVIA

Producent: Leszek Kwiatkowski

Scenariusz i reżyseria: Krzysztof Jaroszyński

Scenografia i kostiumy: Małgorzata Filipiak-Kwiatkowska

Reżyseria dźwięku i światła: Konrad Stepien

Organizator:



www.zycieczestochowy.pl
tel. 696 48 66 80

1 października 2017r. godzina 17:00

Filharmonia Częstochowska im. Bronisława Hubermana

Bilety do kupienia: Kasa Filharmonii Częstochowskiej ul. Wilsona 16 Częstochowa,

Redakcja Życia Częstochowy i Powiatu Aleja NMP 51 Częstochowa

Blue Kosmetologia & Cafe ul. Kilińskiego 72/74 Częstochowa,

dostępne również na eBilet.pl oraz w sieci salonów Empik



Podatek wodny Wypłucze nasze portfele?

Dokończenie ze str. 1

Nowe opłaty natomiast obejmą sektory energetyki oraz chowu i hodowli ryb. Jednak stawki za wodę dla przemysłu mają pozostać na takim samym poziomie, jak w 2016 roku co najmniej do 2018 r.

Woda dla rolników do ilości 5.000 litrów dziennie (5 m³) liczona średniorocznie będzie bezterminowo bezpłatna. Zasada ta obejmie większość rodzinnych gospodarstw rolnych w Polsce. Przedsiębiorstwa prowadzące intensywną produkcję rolną (jest ich ok. 3 tys.), w przypadku poboru wód podziemnych na potrzeby produkcji, będą ponosiły opłatę 15 groszy za każdy 1000 litrów wody pobranej za pomocą pomp. W wielu przypadkach wprowadzenie opłat jest konieczne, ale w efekcie może oznaczać większe koszty dla mieszkańców.

Opozycja zaznacza, że partia rządząca mija się z prawdą – podwyżek nie będzie tylko w teorii. W praktyce rosnące koszty przedsiębiorców i tak będziemy musieli pokryć sami. Co prawda na razie, nie wdrożenie ceny wody bezpośrednio dla mieszkańców, a przynajmniej dla tych, którzy korzystają z usług wodociągów z własnymi ujęciami. Inaczej będzie na przykład w przypadku Górnośląskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów, które sprzedaje wodę innym spółkom wodociagowym. Dla GPW opłata ma wynieść o nawet 20 proc. więcej, czyli 47 groszy za metr sześcienny. Większe koszty mogą więc być przełożone na konsumentów w regionie. Według opozycji o przyszłych podwyżkach ma również świadczyć fakt, że przychody nowej instytucji „Wód Polskich” sięgają będą kilku miliardów złotych rocznie.

Nowe Prawo wodne wejdzie w życie 1 stycznia 2018 roku. **kg**

Mieszkańcy wybrali

Castorama wyremontuje oddział chirurgii dziecięcej

Częstochowianie wybrali projekt społeczny, który zostanie zrealizowany w ramach akcji „Razem damy radę” w ich mieście. Spośród trzech propozycji wyłonionych wcześniej przez Castorama Polska oraz magistrat, najwięcej głosów otrzymała inicjatywa obejmująca remont pomieszczeń oddziału chirurgii dziecięcej w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym.

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny zgłosił do akcji „Razem damy radę” projekt remontu pomieszczeń na oddziale chirurgii dziecięcej. To właśnie ta propozycja zebrała najwięcej głosów spośród trzech inicjatyw społecznych, na które mogli głosować mieszkańcy Częstochowy przez ostatnie dwa tygodnie. Zgodnie z założeniami projektu pracownicy Castoramy przeprowadzą na oddziale remont łazienek, korytarza i sal, w których przebywają pacjenci. - Ogromnie cieszymy się z dużego zaangażowania mieszkańców w nasz projekt społeczny i dziękujemy za tysiące oddanych głosów – zaznaczał Maciej Sigurski, dyrektor sklepu Castorama w Częstochowie. - Z ogromną satysfakcją realizujemy zwycięską inicjatywę, dzięki której poprawią się warunki pobytu małych pacjentów na oddziale chirurgii. Ponieważ mamy świadomość, że wszystkie propozycje projektów, które brały udział akcji, były ważne dla mieszkańców, dlatego dla autorów pozostałych dwóch inicjatyw przygotowaliśmy nagrody pocieszenia – mówił.

Zwyczajski projekt został ogłoszony podczas wydarzenia z cyklu Castorama Tour, które 15 lipca odbyło się na Starym Rynku w Częstochowie.

20 lat razem

Projekt społeczny Razem Damy Radę jest jednym z ważnych przedsięwzięć związanych z 20-leciem Castorama Polska oraz cyklem imprez miejskich Castorama Tour. W ramach tych wydarzeń, w ciągu 2 wakacyjnych miesięcy, pracownicy sklepów wraz z zaprzyjaźnionymi partnerami pojawiają się w popularnych miejscach w 10 miastach w Polsce. Razem inspirują i podpowiadają mieszkańcom, jak ulepszać domy oraz zapewnić im przy tym dobrą zabawę.

Podczas wydarzenia w Częstochowie mieszkańcy mogli skorzystać z wielu atrakcji. Mieli do dyspozycji m.in. strefę porad oraz warsztatów dla dorosłych, których mogli spotkać autorkę bloga „Twoje DIY” Katarzynę Ogórek oraz pracowników miejscowego sklepu Castorama. Na Starym Rynku powstała również strefa relaksu, strefa Eko oraz strefa Majsterkowo, w której odbywały się popularne warsztaty dla dzieci. Oprócz tego organizatorzy zapewnili mieszkańcom zabawę podczas koncertów, konkursów oraz stand-upu w wykonaniu Rafała Rutkowskiego, które odbywały się na scenie. Całe wydarzenie poprowadził Ireneusz Bieleninik, popularny dziennikarz.

kg

Przedłużenie Bohaterów Monte Cassino do Dźbowskiej

Oddadzą drogę przed terminem?

Prawdopodobnie jeszcze w tym roku zakończy się inwestycja związana z przedłużeniem alei Bohaterów Monte Cassino do ulicy Dźbowskiej. Ta jedna z najbardziej strategicznych realizacji drogowych w mieście pochłonie ponad 38 milionów złotych. Część pieniędzy na ten cel pochodzi z Unii Europejskiej.

Władze chcą skomunikować miasto z obwodnicą autostradową i węzłami autostradowymi, które właśnie powstają. - Musieliśmy więc popracować nad wewnętrznym układem dróg. Stąd nasze wnioski o dofinansowanie budowy do Drogi Wojewódzkiej nr 908, o ulice Główną i Przejazdową (DK-46), a także DK-1. Okazało się, że na wszystkie z tych zadań otrzymaliśmy pieniądze – przypomina prezydent Krzysztof Matyjaszczyk.

Prace na drodze nr 908 są najbardziej zaawansowane. - O konieczności powstania tej drogi mówiło się od lat – zaznacza Mariusz Sikora, dyrektor Miejskiego Zarządu Dróg i Transportu w Częstochowie. - Ma ona ułatwić komunikację w naszym mieście. Całość będzie mieć blisko siedem kilometrów, w tym nowy odcinek - przedłużenie al. Bohaterów Monte Cassino do ul. Dźbowskiej – o długości ponad 1800 metrów – mówi. Droga będzie dwujezdniowa, po dwa pasy w każdą stronę.

Przebudowane zostaną również ulice Dźbowska, Powstańców Warszawy i Gościnną do węzła autostradowego A1 oraz

istniejące skrzyżowanie ulicy Jagiellońskiej z aleją Bohaterów Monte Cassino. Powstanie też rondo turbinowe u zbiegu ulic Sabinowskiej, Dźbowskiej, Żyznej i przyszłego przedłużenia al. Bohaterów Monte Cassino z dwoma pasami ruchu na linii al. Bohaterów Monte Cassino – Dźbowska. Do tego zatoki autobusowe w pobliżu wjazdów i przy skrzyżowaniu z ul. Hetmańską. Przewidziano także budowę zatoki, na której znajdzie się waga służąca do kontroli pojazdów. Oprócz tego będzie nowa sygnalizacja świetlna, poprawione zostaną wloty, czyli geometria skrzyżowania. Całość ma mieć długość 6,63 km. Powstaną też nowe instalacje podziemne, chodniki, drogi rowerowe, oświetlenie. - Ta inwestycja to dla nas spore wyzwanie – twierdzi Tomasz Kędzior, członek zarządu częstochowskiej firmy Drog-Bud. - Budowa została właściwie podzielona na dwa odcinki. Pierwszy obejmuje powstanie nowej drogi, która przebiega w pobliżu rzeki, na terenie zalewowym. Były tu również śmietniska. Na szczęście

nie mamy żadnych opóźnień. Wszystkie prace, które mogły zaskoczyć nas tym, co znajdziemy w ziemi, już zostały zakończone. Drugi odcinek obejmuje przebudowę istniejącego odcinka o długość ponad 4 kilometrów (Dźbowska, Powstańców Warszawy, Gościnną) do granic miasta z dojazdem do węzła A1 – podkreśla.

Szczególnie zadowoleni z tej inwestycji powinni być mieszkańcy dzielnic: Stradom i Dźbów.

Przedłużenie al. Monte Cassino odciąży bowiem ul. Sabinowską i zmieni jej charakter na lokalny.

Zakończenie prac zaplanowano na jesień przyszłego roku. - Będziemy chcieli – wspólnie z wykonawcą – skończyć tę inwestycję przed terminem. Mamy nadzieję, że drogę uda oddać się do użytkowania jeszcze przed końcem tego roku – zapowiada prezydent.

Inwestycja ma kosztować 38,3 mln zł. Na ten cel miastu udało się uzyskać dofinansowanie ze środków UE.

kg

Przy tej okazji warto wspomnieć, że władze miasta zaapelowały do ministerstwa o dodatkowe środki na drogi, które skomunikują gminy leżące na północ od Częstochowy. W tej sprawie został wysłany list. Podpisały się pod nim władze miasta i poszczególnych gmin. - Odcinek autostrady na północ od Częstochowy jest chyba jedynym, który mieszkańcom nie tylko daje, ale i zabiera. W momencie, gdy powstanie autostrada, wielu mieszkańców zostanie odciętych od takich możliwości komunikowania, jakie mają dzisiaj. Trzeba skomunikować te tereny węzłami autostradowymi – podkreśla prezydent Krzysztof Matyjaszczyk. Przy tej okazji przypomina, że władze apelują też o bezpłatną obwodnicę autostradową Częstochowy.

Grzybobranie

Ale okaz!

Tradycji stało się zadość. Jak co roku o tej porze naszą redakcję odwiedził Lesław Bednarczyk. Ma on niebywale szczęście w znajdowaniu dorodnych grzybów. - Te okazy znalazłem w Dźbowie. Chyba na mnie czekały... - podkreśla z dumą szczęśliwy grzybiarz. Po tej wizycie sezon na grzybobranie można już oficjalnie uznać za otwarty.



Poszukiwania grzybów gigantów to jego pasja. Od wielu lat zjawia się w redakcji „Życia...” z kilkoma pięknymi okazami. Tym samym daje nam i naszym czytelnikom sygnał, że można ruszać na grzybobranie. Nie inaczej było w tym roku – wytopił w lesie

kolejne piękne – i co najważniejsze – zdrowe okazy. Jeden z nich jest naprawdę imponujący – borowik szlachetny. - Właściwie to był przypadek – twierdzi pan Lesław. - Przez jakiś czas byłem w znajomych w Zakopanem. Wróciłem i stwierdziłem, że pójść zoba-

czyć, czy po tych deszczach nie ma grzybów. Nie szedłem nigdzie daleko, w pobliżu domu na Dźbowie. Chwilę później moim oczom ukazał się piękny okaz. Chyba czekał właśnie na mnie – mówi ze śmiechem. Pan Lesław plany kulinarne wobec swoich zdobyczy już ma. - Powędruję na patelnię i zrobię duszonkę – zdradza. Jak podkreśla, sezon grzybowy dopiero się rozpoczął. - Mam nadzieję, że niebawem do was wrócę z kolejnymi zdobyczami – podsumowuje. Znalazcy dorodnych grzybów gratulujemy. Czekaamy na osoby, którym uda się znaleźć lub wyhodować inne wyjątkowe okazy grzybów, owoców lub warzyw.

kg

Patrz, co wkładasz do koszyka

Gatunki jadalne grzybów łatwo pomylić z bardzo podobnymi niejadalnymi lub wręcz trującymi (często śmiertelnymi!). By mieć pewność, że wszystkie okazy, które trafiły do naszego koszyka są na pewno jadalne, podczas grzybobrania powinniśmy się kierować kilkoma bardzo ważnymi zasadami. Ostrożność tak naprawdę powinien zachować każdy. Trzeba pamiętać, że wśród ofiar zatruc grzybami są również ci najbardziej doświadczeni zbieracze. Przede wszystkim zbierajmy i jedzmy grzyby, co do których mamy absolutną pewność, że są gatunkami jadalnymi. W razie jakichkolwiek wątpliwości zapytajmy bardziej doświadczonych grzybiarzy lub zgłośmy się do stacji sanitarno-epidemiologicznej po indywidualną, bezpłatną poradę. Jeżeli nasza wiedza o grzybach jest niewielka, zbierajmy tylko te okazy, które pod kapeluszem mają tzw. gąbkę. Unikajmy natomiast gatunków z blaszkami - to właśnie wśród nich są gatunki śmiertelnie trujące. Oprócz tego nie zbierajmy zbyt młodych grzybów. Nie mają one jeszcze wykształconych cech charakterystycznych dla swojego gatunku i łatwo pomylić te jadalne z trującymi. Nie ufajmy także stwierdzeniu, że grzyby można rozróżnić na podstawie smaku. Owszem niektóre z gatunków trujących są gorzkie, cierpkie, ale na przykład muchomor sromotnikowy - potocznie zwany leśną śmiercią - ma słodki i przyjemny smak. Aby żaden trujący mieszkaniec lasu nie trafił na nasz talerz, dokładnie sprawdzmy, co wkładamy do koszyka. Wtedy z pewnością godzinne spacerki „łowicze” przyniosą wymierne korzyści i duchowe i kulinarne.

kg

Znajdź na nie sposób

Natrętne pszczoły, podstępne kleszcze

Użądlenie przez pszczołę może być groźne tylko dla osób uczulonych na jad. Kleszcze niebezpieczne bywają jedynie wtedy, gdy są zakażone wirusem zapalenia mózgu lub krętkiem wywołującym boreliozę, a meszki jedynie przy zmasowanym ataku. Pasożyty są więc najczęściej bardzo uciążliwe, brzęczą i kłują zostawiając na ciele swędzące ślady.

Meszki

Dokuczają głównie nad rzekami i jeziorami, ale spotkać je można także na placach zabaw i w ogrodach. Pojedyncze ugryzienie nie jest groźne, jednak przy zmasowanym ataku możemy być narażeni na przykre dolegliwości. Ślina meszek zawiera toksyczne białka, które przy większej ilości mogą spowodować odczyn alergiczny. A wtedy potrzebna będzie wizyta u lekarza.

Działają na nie repelenty odstraszające komary z tym że krócej, bo meszki są bardziej agresywne. Przy małej alergii pomogą preparaty z wapnem i antyhistaminowe. Ugryzione miejsce można posmarować żelem (zawiera substancje chłodzące), który zapobiega obrzękom.

UWAGA – Nie wolno swędzącego miejsca drapać, bo możemy doprowadzić do zakażenia.

Pszczoły i osy

Pierwsze użądlenie nie zagraża życiu, ale kolejne – dla osób uczulonych – mogą być śmiertelne. U wszystkich powoduje ból, opuchliznę i ogólny dyskomfort. Pszczoły i osy przyciągają ubrania o żywych barwach, lubią też intensywne zapachy np. perfum.

Żądło po ukłuciu przez pszczołę trzeba szybko usunąć (osy go nie zostawiają). Chwyćmy pęsetą lub paznokciem, ale nie ścisakajmy, ponieważ wciśniemy jad pod skórę. Ból po użądleniu złagodzi wo-

da z octem lub sok z cebuli. Pieczenie wywołane jadem zmniejszy kompres z sody oczyszczonej, która świetnie schłodzi zoagnione miejsce i zneutralizuje kwas mrówkowy zawarty w jadzie.

Kleszcze

Jest ich coraz więcej, bo nie mają naturalnych wrogów i są bardzo płodne. Mogą przeżyć nawet 5 lat. W Polsce żyje 20 gatunków, najwięcej na północno-wschodnim krańcu oraz w województwach: pomorskim, zachodniopomorskim i opolskim. Niestety rośnie liczba zarażonych osobników, które przenoszą bardzo groźne choroby: odkleszczowe zapalenie opon mózgowych i boreliozę. Szukają przede wszystkim beżu, szarości, czerni, nie lubią natomiast jaskrawych syntetycznych materiałów. Najgroźniejsze są kleszcze w stadium nymfalnym, między larwą a dorosłym osobnikiem, gdyż wtedy potrzebują największej krwi żywiciela, aby dalej się rozwijać. Są podstępne – siedzą na źdźbłach traw, w zaroślach, uschniętych liściach i na podstawie ruchu powietrza orientują się, kiedy mają zaatakować. Jeśli się taka okazja nadarzy, wdrapują się na potencjalnego żywiciela i wędrują po nim w poszukiwaniu dobrze ukrwionych miejsc

Jeśli pasożyt przebił skórę, trzeba go usunąć i zdezynfekować miejsce po ukąszeniu. Bardzo ważny jest sposób jego wyciągnięcia.

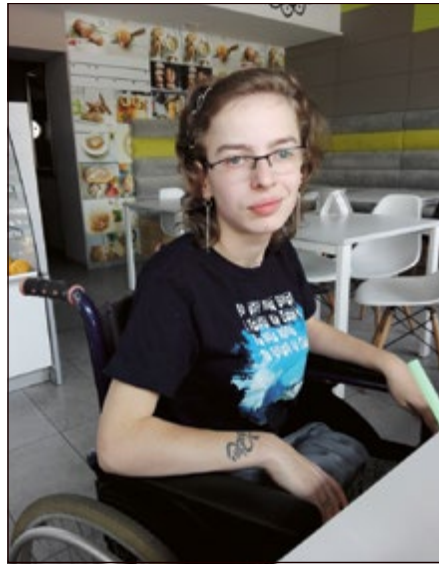
UWAGA – Gdyby w ciągu najbliższych dni wystąpiły objawy przypominające grype (gorączka, bóle głowy, mięśni), należy zgłosić się do lekarza, gdyż może to być zapalenie mózgu. Podobnie trzeba postąpić, gdy wokół ranki pojawi się zaczerwienienie (to może być borelioza). Błędem jest smarowanie kleszcza tłuszczem, bo krztusząc się może nas zatruć śliną.

DF

Rozmawiamy z Kamila Kościelniak

Na dwóch kółkach można wszystko

Czy niepełnosprawność przekreśla szanse na wyjątkowe życie? Kamila Kościelniak pisze bloga i cały czas szkoli się z marketingu. Działa w zbiórkach, ścina swoje długie włosy dla dzieciaków walczących z rakiem – pomaga, kiedy tylko ma na to okazję. Teraz sama potrzebuje pomocy. Nowy wózek to dla niej okazja na samodzielne życie i spełnienie wszystkich swoich marzeń oraz planów. A tych Kamila ma całkiem sporo.



Angelika Dąbek: Kamila, czy możesz powiedzieć coś o swojej niepełnosprawności?

Kamila Kościelniak: Urodziłam się jako 5-miesięczny wcześniak. 1,5 miesiąca spędziłam w inkubatorze. Później, przez pierwszy rok życia nikt nie zauważył nic niepokojącego. Dopiero w 14 miesiącu, kiedy dalej nie siedziałam i nie chodziłam stwierdzono, że nie wszystko jest ze mną w porządku. Okazało się, że urodziłam się z mózgowym porażeniem dziecięcym.

A.D.: Wymagasz stałej rehabilitacji? Ile czasu w ciągu dnia musisz na nią poświęcić?

K.K.: Dużo się uczę, pracuję... często nie ma na to czasu i takiej potrzeby jak kiedyś. Ale był taki okres, ok. cztery lata, kiedy musiałam poświęcać na rehabilitację trzy godziny każdego dnia.

A.D.: Co się zmieniło? Czy twój aktywny tryb życia można uznać jako formę rehabilitacji?

K.K.: Tak. Najważniejsze jest dla mnie zapewnianie mięśniom ruchu. W przeciwnym razie przestaną się one rozluźniać, a ja stracę jakąkolwiek możliwość poruszania się.

A.D.: O swojej niepełnosprawności i swoim życiu piszesz na blogu, na którym konsekwentnie publikujesz jeden wpis dziennie, od połowy 2009 roku.

K.K.: To blog-dziennik, już mało kto traktuje tak dzisiaj internetowe pamiętniki. Może to też wynikać z faktu, że pisząc wszystko o swoim życiu wystawiamy się na ocenę i opinię innych.

A.D.: A ty masz takie opory?

K.K.: Nie, ja piszę o wszystkim. O życiu, niepełnosprawności. Zresztą dzięki temu dostaję mnóstwo maili z pytaniami od innych niepełnosprawnych w rodzaju "niepełnosprawność a związek" albo od rodziców z prośbami o opinię na temat jakiejś metody leczenia lub kliniki.

A.D.: Masz jeszcze jedną pasję - język włoski...

K.K.: Tak, mam za sobą już trzy kursy. Bardzo lubię muzykę Albano. Dzięki wspólnej koleżance miałam okazję go poznać. Teraz mamy ze sobą stały kontakt.

A.D.: Pomimo tych trudności masz na swoim koncie imponującą liczbę kursów i szkoleń m.in. z zakresu grafiki komputerowej, tworzenia stron www, sprzedaży w sieci, e-marketingu. Jak to wszystko się zaczęło?

K.K.: Moją pierwszą pasją była grafika. Bardzo dawno temu, kiedy jeszcze nie miałam internetu bardzo lubiłam pracować na różnego rodzaju programach graficznych. Później trafiłam na pierwszy kurs z marketingu. To było szkolenie, które dostałam w 2014-15 roku z fundacji wdzialni, z marketingu i prowadzenia strony na wordpressie. Z kolei ostatnio spodobały mi się sklepy internetowe.

A.D.: Znalazłaś zajęcie, które pozwala ci realizować się niezależnie od swojej niepełnosprawności a nawet miejsca, w którym się znajdujesz. Bo dla ciebie nawet wyjazd do miasta nie jest najłatwiejszy...

K.K.: Tak, teraz i tak jest dobrze, bo mam asystentki, które mi pomagają. W domu opiekuje się mną mama. Ale mam też młodsze rodzeństwo i moje potrzeby logicznie schodzą na dalszy plan.

A.D.: Co do pomagania, sama bardzo chętnie bierzesz udział w wolontariatach.

K.K.: Jak mam okazję to czemu nie? Zwłaszcza że ludzie naprawdę chętnie pomagają. Na zbiórce dla Banku Żywności miałyśmy z mamą pełny koszyk - aż się wysypywał! Dajemy ubrania dzieciom w Kamińcu. Na WOŚP-ie stały do mnie kolejki. Trudno było odejść na chwilę, zrobić sobie przerwę.

A.D.: Całkiem niedawno miałaś bardzo długie włosy...

K.K.: Tak, obciąłam je dla dzieci walczących z rakiem. Zobaczyłam informację o akcji na Facebooku i pomyślałam, że to super inicjatywa. Od razu do nich napisałam.

A.D.: Ty też potrzebujesz pomocy.

Kamila Kościelniak od kilku lat samodzielnie i pomimo swojej niepełnosprawności uczy się marketingu internetowego. Poza tym spełnia swoje marzenia i sama daje wiele od siebie. Bierze udział w zbiórkach żywności, wysyła ubrania, na początku roku ścina długie włosy dla dzieci chorych na raka. Pomaga, kiedy tylko ma okazję. Teraz to Kamila potrzebuje pomocy - na pomagam.pl działa zbiórka na nowy wózek, który umożliwi Kamili bardziej samodzielne życie. Wpłat można dokonywać pod tym linkiem <https://pomagam.pl/akcjadlakamili>

Na Pomagam.pl działa zbiórka na nowy wózek dla Ciebie. To twoja szansa na bardziej samodzielne i jeszcze bardziej aktywne życie?

K.K.: Zgadza się. Z takim wózkiem mogę sobie ustawić trzy pozycje - stojącą, siedzącą i leżącą. To bardzo pomocne. Prosty przykład - chcąc wziąć książkę z półki, teraz potrzebuję pomocy mamy lub asystentki. Z tym wózkiem, mogę „wstać” i zabrać ją sama. Takich małych codziennych rzeczy, w których nowy wózek by mi pomógł jest całe mnóstwo.

A.D.: Jakiek są koszty?

K.K.: Koszty to 26 tys. To kwota znacznie przekraczająca moje możliwości, ale postanowiłam sobie, że 2 tysiące dołożę z własnych oszczędności. Przez to kwota do zebrania wynosi nieco ponad 24 tysiące. W te koszty wchodzi też orzezy czyli nakolanniki, które utrzymują moje nogi kiedy będę chciała stanąć, szyny do auta oraz podjazd. Teraz mamy nieco ponad 9 500 tysiąca. Nie mogę się doczekać, aż zbierzemy magiczne 50%! Liczę na to, że kiedy dostanę nowy wózek, wszędzie będzie mnie pełno.

A.D.: A czy masz już jakieś plany? Kolejne kursy?

K.K.: Ostatnio zainteresowały mnie podcasty. Może nagram jeden. Bardzo chciałabym mieć sklep internetowy, w którym będę sprzedawać swoje koszulki. Tą, którą mam na sobie też zaprojektowałam samodzielnie. Chcę lecieć odwiedzić Albano, do Włoch. Niestety przez to, że objętość moich płuc dorównuje tej u sześciolatniego dziecka, istnieje ryzyko problemów w trakcie lotu. Ale hej. Ja się nie boję. :)

A.D.: Gdybyś mogła doradzić coś innym osobom niepełnosprawnym, to co by to było? Czy niepełnosprawność może być barierą?

K.K.: Dużo zależy od tego, co sami o sobie myślimy. Jeżeli będziemy siebie postrzegać jako osobę tylko niepełnosprawną, to będzie ciężko. Ale jak spojrzymy na siebie jako człowieka, który może osiągnąć tyle samo co zdrowa osoba, to sami siebie zaczynamy inaczej postrzegać i wierzyć, że się uda. Ważna jest też pasja i pomysł na siebie. Ja nigdy nie pozwalałam na to, żeby ktoś mnie traktował inaczej. Jak się osobie niepełnosprawnej za bardzo ułatwia życie, to ona paradoksalnie ma później trudniej. O tym z kolei powinni pamiętać bliscy - przyjaciele i rodzina takich osób.

A.D.: Bardzo dziękuję za rozmowę.

REHABILITACJA Z DOJAZDEM DO PACJENTA

Oferta:

- Rehabilitacja poudarowa
- Rehabilitacja reumatologiczna
- Rehabilitacja geriatryczna
- Bóle stawów
- Bóle kręgosłupa
- Bóle głowy
- Rehabilitacja po urazach
- Rehabilitacja po mastektomii
- Terapia metodą PNF
- Terapia manualna metodą Mulligana
- Masaż leczniczy
- Ćwiczenia usprawniające
- Elektroterapia
- Laseroterapia
- Ultradźwięki
- Światłoterapia (lampa BIOPTON)



Agnieszka Małolepsza

aga-med@poczta.pl

785 948 784

Uwaga 500+

Nowe wnioski!

Dokończenie ze str. 1

Taki sam okres obowiązuje w odniesieniu do świadczeń z funduszu alimentacyjnego. Z kolei dla świadczeń rodzinnych okres zasiłkowy zaczyna się 1 listopada i trwa do 31 października następnego roku kalendarzowego.

Jeśli wnioskodawca złoży kompletny i prawidłowo wypełniony wniosek o świadczenie wychowawcze na kolejny okres w terminie do 31 sierpnia, przyznanie i wypłata świadczenia wychowawczego za październik nastąpi do 31 października. Oznacza to, że zostanie zachowana ciągłość wypłat świadczenia także od pierwszego miesiąca nowego okresu. Złożenie wniosku we wrześniu spowoduje, że ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego i jego wypłata za październik i listopad nastąpi nie później niż do 30 listopada. W przypadku gdy wniosek zostanie złożony w październiku, przyznanie i wypłata świadczenia wychowawczego za październik, listopad i grudzień nastąpi nie później niż do 31 grudnia. Gdy wniosek zostanie złożony w listopadzie, ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego oraz wypłata świadczeń przysługujących od miesiąca złożenia wniosku, następuje do dnia 31 stycznia następnego roku.

Gdy wniosek zostanie złożony w okresie od 1 grudnia do 31 stycznia następnego roku, ustalenie prawa do świadczenia wychowawczego oraz wypłata świadczeń przysługujących od miesiąca złożenia wniosku, następuje do ostatniego dnia lutego następnego roku.

Należy więc pamiętać, że wskutek złożenia wniosku później niż w październiku, prawo do świadczenia wychowawczego zostanie ustalone od miesiąca złożenia wniosku, bez wyrównania za wcześniejsze miesiące w ramach obowiązującego okresu zasiłkowego.

W razie złożenia wniosku o świadczenie z funduszu alimentacyjnego na nowy okres świadczeniowy do 31 sierpnia, ustalenie prawa do świadczeń z funduszu alimentacyjnego oraz wypłata świadczeń przysługujących za miesiąc październik następuje do 31 października. Jeśli wniosek zostanie złożony w okresie od 1 do 30 września, ustalenie prawa do świadczeń z funduszu alimentacyjnego oraz wypłata świadczeń przysługujących za miesiąc październik i listopad następuje do dnia 30 listopada. Gdy wniosek zostanie złożony w okresie od 1 do 31 października, ustalenie prawa do świadczeń z funduszu alimentacyjnego oraz wypłata świadczeń przysługujących za miesiąc październik, listopad i grudzień następuje do dnia 31 stycznia następnego roku.

Wypełniony wniosek można złożyć osobiście lub listownie. Jednak ci, którzy chcą ubiegać się o świadczenia wychowawcze bez wychodzenia z domu, mogą to zrobić online. Mają do wyboru 4 kanały. Wśród nich: ministerialny Portal Informacyjny-Usługowy Emp@tia, bankowość elektroniczną, PUE ZUS – Platformę Usług Elektronicznych ZUS oraz ePUAP – elektroniczną Platformę Usług Administracji Publicznej.

Podobne udogodnienia obowiązują w odniesieniu do świadczeń rodzinnych oraz świadczeń z funduszu alimentacyjnego. Wnioski o te świadczenia można składać osobiście, listownie lub przez internet. W tym ostatnim przypadku zainteresowani mają do dyspozycji Portal Informacyjny-Usługowy Emp@tia oraz ePUAP – elektroniczną Platformę Usług Administracji Publicznej.

Aby otrzymać świadczenia wychowawcze, świadczenia rodzinne lub świadczenia z funduszu alimentacyjnego, do wniosku należy dołączyć odpowiednie, zależne od indywidualnej sytuacji rodziny wnioskodawcy, dokumenty, w tym oświadczenia, niezbędne do ustalenia prawa do danej formy wsparcia.

kg

następuje do dnia 31 stycznia. Gdy wniosek zostanie złożony w okresie od dnia 1 grudnia do dnia 31 stycznia następnego roku, ustalenie prawa do świadczeń z funduszu alimentacyjnego oraz wypłata świadczeń przysługujących od miesiąca złożenia wniosku, następuje do ostatniego dnia lutego następnego roku.

W przypadku gdy osoba ubiegająca się o świadczenia rodzinne na nowy okres zasiłkowy złoży wniosek wraz z dokumentami do dnia 31 sierpnia, ustalenie prawa do świadczeń rodzinnych oraz wypłata świadczeń przysługujących za miesiąc listopad i grudzień następuje do dnia 31 grudnia. Gdy wniosek o świadczenia rodzinne na nowy okres zasiłkowy zostanie złożony w okresie od 1 listopada do 31 grudnia, ustalenie prawa do świadczeń rodzinnych oraz wypłata świadczeń przysługujących od miesiąca złożenia wniosku, następuje do ostatniego dnia lutego następnego roku.

Jak i gdzie złożyć wniosek o świadczenie wychowawcze?

Formularze wniosków i innych dokumentów niezbędnych do ubiegania się o świadczenia wychowawcze udostępnienia podmiot realizujący te świadczenia w danej gminie. W naszym mieście jest to Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej.

Wypełniony wniosek można złożyć osobiście lub listownie. Jednak ci, którzy chcą ubiegać się o świadczenia wychowawcze bez wychodzenia z domu, mogą to zrobić online. Mają do wyboru 4 kanały. Wśród nich: ministerialny Portal Informacyjny-Usługowy Emp@tia, bankowość elektroniczną, PUE ZUS – Platformę Usług Elektronicznych ZUS oraz ePUAP – elektroniczną Platformę Usług Administracji Publicznej.

Podobne udogodnienia obowiązują w odniesieniu do świadczeń rodzinnych oraz świadczeń z funduszu alimentacyjnego. Wnioski o te świadczenia można składać osobiście, listownie lub przez internet. W tym ostatnim przypadku zainteresowani mają do dyspozycji Portal Informacyjny-Usługowy Emp@tia oraz ePUAP – elektroniczną Platformę Usług Administracji Publicznej.

Aby otrzymać świadczenia wychowawcze, świadczenia rodzinne lub świadczenia z funduszu alimentacyjnego, do wniosku należy dołączyć odpowiednie, zależne od indywidualnej sytuacji rodziny wnioskodawcy, dokumenty, w tym oświadczenia, niezbędne do ustalenia prawa do danej formy wsparcia.

Czy wystarczy?

Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego

Dokończenie ze str. 1

EKUZ wystawiana jest dla każdego członka rodziny osobno tj. rodzica oraz każdego dziecka.

Osoba posiadająca EKUZ ma prawo do świadczeń zdrowotnych niezbędnych z medycznego punktu widzenia w trakcie tymczasowego pobytu w danym kraju. O zakresie świadczeń decyduje lekarz.

Warto pamiętać, że w przypadku, gdy ustawodawstwo danego kraju pobytu przewiduje dodatkowe opłaty z tytułu udzielonych świadczeń zdrowotnych, tak jak np. w Niemczech, Czechach czy Chorwacji, wówczas również i polski ubezpieczony korzystając ze świadczeń w takim państwie na podstawie karty EKUZ, będzie musiał ponieść koszt dodatkowych opłat.

Ile się czeka na otrzymanie karty?

Zazwyczaj w okresie wakacyjnym znacznie wzrasta liczba osób zgłaszających się po EKUZ. Warto więc wcześniej pomyśleć o wyrobieniu karty, tym bardziej, że jest ona ważna przez rok. EKUZ wydawana jest bezpłatnie.

Wniosek o wydanie karty, można znaleźć na stronie www.ekuz.nfz.gov.pl oraz na stronach internetowych oddziałów wojewódzkich NFZ. Podpisany wniosek można przesłać pocztą, e-mailem, za pośrednictwem systemu ePUAP bądź faksem. Można również złożyć go osobiście w oddziale wojewódzkim NFZ lub w delegaturach i punktach obsługi OW NFZ. EKUZ zostanie przekazana we wskazany we wniosku sposób – kartę można odebrać osobiście w oddziale bądź w delegaturze oddziału lub wskazać adres, na który zostanie przesłana.

Od początku 2017 roku do końca maja oddziały wojewódzkie NFZ wydały 1 208 155 kart EKUZ.

Warto również pamiętać, że w przypadku braku karty EKUZ, każda osoba przebywająca w in-

nym państwie członkowskim UE/EFTA traktowana jest jako pacjent prywatny i w celu uzyskania świadczeń opieki zdrowotnej zobowiązana jest do pokrycia kosztów leczenia. Koszty takiego leczenia ustalane są według stawek przewidzianych dla pacjentów prywatnych, a nie według stawek publicznych wynikających z przepisów danego kraju. Ograniczona zostaje również możliwość dochodzenia zwrotu kosztów leczenia po powrocie do kraju ubezpieczenia, z uwagi na fakt, że zwrot nie przysługuje w przypadku, gdy świadczenia udzielone zostały przez prywatnego świadczeniodawcę, który nie działa w ramach publicznego systemu opieki zdrowotnej.

Opieka zdrowotna podczas urlopu w kraju

Przebywając na urlopie poza miejscem zamieszkania w razie nagłego zachorowania lub urazu, możemy korzystać z różnych form świadczeń zdrowotnych.

W ramach podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) każdy ubezpieczony może zgłosić się do przychodni podstawowej opieki zdrowotnej, by uzyskać pomoc lekarską lub pielęgniarską. Lekarz POZ zapewnia opiekę w przychodni od poniedziałku do piątku między godz. 8.00 a 18.00. Po godz. 18.00 w dni powszednie, w soboty, niedziele i święta można skorzystać z pomocy lekarza POZ w ambulatorium nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej.

Nocna i świąteczna opieka zdrowotna

Jest to przedłużenie świadczeń lekarskich i pielęgniarskich podstawowej opieki zdrowotnej. Pomoc świadczona jest codziennie od godz. 18.00 do godz. 8.00 rano następnego dnia, a także przez 24 h na dobę w soboty, niedziele, dni świąteczne i inne dni ustawowo wolne od pracy.

Szpitalne Oddziały Ratunkowe

Zasada i wyjątki

Przedawnienie roszczeń

Przedawnienie jest tradycyjną instytucją prawa cywilnego, którą reguluje Kodeks Cywilny w art. 117 – 125. To zarazem jedno z trudniejszych zagadnień prawnych, związanych zawsze z upływem czasu. Powoduje natomiast, że strona zobowiązana do świadczenia nie musi go spełniać.

Przedawniają się tylko roszczenia, jednak nie wszystkie. Kodeks Cywilny wprowadza zasadę, że przedawniają się tylko roszczenia majątkowe, a więc niemajątkowe nie mogą się przedawniać (dotyczy to roszczeń ze stosunków rodzinno-osobistych a także roszczenia o ochronę dóbr osobistych).

Jednak i wśród roszczeń majątkowych istnieją takie, które się nie przedawniają (o tym musi stanowić wprost

ustawa – najczęściej będzie to Kodeks Cywilny). Do takich zaliczamy przede wszystkim: roszczenie o zniesienie własności oraz roszczenia wydobywcze (windykacyjne) i negatoryjne (o zaprzestanie naruszeń) – oba wynikające z własności nieruchomości.

Istnieją również roszczenia, które się nie przedawniają, a wygasają (są to jednak bardzo rzadkie sytuacje). Wszystkie inne się przedawniają.

Okresy przedawnienia roszczeń to sytuacje, w których po upływie wyznaczonego terminu dochodzenie roszczenia staje się niemożliwe. Generalną zasadą jest możliwość przedawnienia roszczeń wyłącznie o charakterze majątkowym. Kodeks Cywilny ustanawia ogólny termin przedawnienia wynoszący: 10 lat dla roszczeń majątkowych i 3 lata dla rosz-

Szpitalne Oddziały Ratunkowe (SOR) – **udzielają pomocy medycznej osobom w stanie nagłego zagrożenia zdrowia**, które są przywożone przez karetkę lub zgłaszają się same. Do SOR można zgłosić się np. w przypadku urazu, złamania czy nagłego pogorszenia stanu zdrowia. SOR nie zastępuje jednak lekarza podstawowej opieki zdrowotnej ani lekarza poradni specjalistycznej. Lekarz SOR kieruje wyłącznie na badania i konsultacje niezbędne ze względu na stan nagłego zagrożenia życia lub zdrowia. W razie potrzeby SOR przekazuje pacjenta do leczenia szpitalnego lub zapewnia transport do innej specjalistycznej placówki.

Czy karta wystarczy?

Leczenie za granicą jest bardzo kosztowne, dlatego lepiej się przed takimi wydatkami zabezpieczyć. Z kartą EKUZ będziemy po prostu traktowani tak, jak ubezpieczeni obywatele danego kraju. Niestety w większości państw zasady dostępu do publicznej opieki zdrowotnej nie są tak proobywatelskie, jak w Polsce. Zazwyczaj refundowana jest tylko część leczenia - resztę musi dopłacić poszkodowany. W dodatku w wielu państwach opieka publicznej służby zdrowia jest bardzo ograniczona, zarówno w zakresie dostępnych form pomocy medycznej, jak i terytorialnie (brak odpowiednich placówek na terenie całego kraju). Karta EKUZ nie pokrywa ponadto transportu chorego do Polski (chyba, że koszt transportu byłby niższy niż koszt leczenia za granicą). Warto zatem zainwestować też w dodatkową polisę NNW, która będzie obowiązywać także za granicą. Jej koszt zaczyna się już od kilkudziesięciu złotych. Prywatna polisa zapewnia przede wszystkim pomoc medyczną w nagłych przypadkach – konsultacje i badania lekarskie (włącznie z hospitalizacją), ale także zakup niezbędnych leków i środków opatrunkowych czy transport medyczny (zarówno za granicą jak i transporcie do Polski). kg

oprac. DF



ERASMUS + w „Słowaku”

Na przełomie maja i czerwca gościliśmy w I Liceum Ogólnokształcącym im. Juliusza Słowackiego w Częstochowie naszych „Erasmusowych” przyjaciół. We wrześniu rozpoczęliśmy wspólną pracę nad projektem „Terazniejszość dla przyszłości – ochrona przyrody na terenach turystycznych”. Od momentu powrotu z mobilności w Niemczech ciężko pracowaliśmy nad przygotowaniem do wizyty gości z Agen we Francji, Lemgo w Niemczech, Ramnicu Valcea w Rumunii i Izmitu w Turcji.

Goście przybyli w niedzielę i po krótkim odpoczynku rozpoczęliśmy pracę nad projektem. Udał się do Jasnogórskich Parków, gdzie naszym zadaniem było odnalezienie 9 pomników przyrody, które tam się znajdują. Poniedziałek to 7 godzin spędzonych na przedstawianiu szkół, miast, z których pochodzimy, codziennych zajęć nastolatków z poszczególnych krajów oraz efektów naszej dotychczasowej pracy nad projektem. Po za-

kończonych zajęciach nasi goście zgodnie orzekli, że uczniowie I Liceum w Częstochowie zaskoczyli ich wysokim poziomem znajomości języka angielskiego. Wtorek spędziliśmy pokazując naszym gościom Zagrodę Żubra w Pszczynie. Wszyscy byli pod wielkim wrażeniem tego imponującego zwierza i nowej wiedzy o tym gatunku. W środę udaliśmy się do Olsztyna. Po spotkaniu z panią Małgorzatą Haładyj (zastępcą wójta gminy Olsztyn) udaliśmy się na górę zamkową z naszym przewodnikiem panem Jerzym Zygmuntem – autorem książek o jaskiniach, Jurze i jej rodzimie, oraz jednym z czołowych speleologów polskich. Wszyscy zapamiętają na długo malownicze Góry Sokole i Towarnie z ich jaskiniami. Zwróciliśmy również uwagę na fakt nieustannego niszczenia przyrody w Górach Towarnich i zastanawialiśmy się jak można je uchronić przed nieświadomymi ekologicznie kierowcami quadów, enduro i „zwiedzającymi” pozostawiającymi po sobie śmieci.



Czwartek to kolejny dzień mozolnej pracy nad projektem, porządkowania zdobytych wiadomości, sporządzania raportów i zamieszczania ich na platformie eTwinning podczas pracy w grupach międzynarodowych. Piątkowa wycieczka do Wrocławskiego ZOO i udział w lekcji ekologicznej „Ssaki drapieżne Europy” to zwieńczenie prac projektowych w Polsce. Po powrocie do Częstochowy spotkaliśmy się na kolacji pożegnalnej. Nie obyło się bez łez przy pożegnaniu, ale na szczęście możemy wciąż spotykać się wirtualnie. Mobilność częstochowska zakończyła się w sobotę. Po podsumowaniu pracy nad projektem wszyscy rozstaliśmy się bogatsi o nową wiedzę, doświadczenia a przede wszystkim nowe przyjaźnie.

T.S.

Wycieczka szkolna do Grecji



Wyruszyliśmy z Częstochowy w piątek 9.06. br. Po długiej podróży dotarliśmy na miejsce. Grecja powitała nas słońcem. Po zakwaterowaniu w hotelu ruszyliśmy na pierwszy spacer urokliwymi uliczkami Laptokarii. Wieczorem, po pysznej kolacji, odbyły się zajęcia sportowe i integracyjne na boisku nad brzegiem morza. W niedzielę przeżyliśmy pierwsze spotkanie z kulturą grecką, uczestniczyliśmy w obrzędach religijnych w cerkwi. Po południu poszliśmy brzegiem morza do Zamku Kastro. W poniedziałek wybraliśmy się na najbardziej wyczekiwaną wycieczkę na Olimp. Po zdobyciu Olimpu czekała na nas kolejna atrakcja – Stary Pantalejmo – najwyżej położone miasteczko z przepiękną cerkwią i urokliwymi uliczkami. Wtorek to spotkanie z kulturą grecką – pachnący targ z oryginalnymi potrawami, oliwkami, oliwami i ogromem przypraw. W środowy poranek wyruszyliśmy w stronę miasteczka Kalampaka. Po drodze zatrzymaliśmy się u źródeł Afrodyty. Po krótkiej „kapieli” w leczniczej wodzie ruszyliśmy w kierunku Meteorów. Kłasztory „zawieszane na niebie” zbudowane są na niedostępnych, stromych wieżach skalnych. Obec-

nie czynnych jest tylko 6 z 24 wzniesionych w XIV w. klasztorów. My zwiedziliśmy jeden z nich – Klasztor Św. Stefana. Czwartek to czas odpoczynku. Pogoda nam sprzyjała, odpoczywaliśmy na plaży. Na kolację gospodarze przygotowali nam niespodziankę, podano musakę – tradycyjną grecką potrawę. Po kolacji pojechaliśmy do Katerini, pięknego miasteczka położonego na Riwierze Greckiej. Mieliśmy tam czas na zrobienie zdjęć i zakup upominków dla bliskich. W piątek już o 6.00 rano grupa zainteresowanych wyruszyła na rejs na wyspę Schiatos, gdzie kręcony był film Mamma Mia. Pozostali uczestniczyli w zajęciach sportowych, a wieczorem opiekunowie przygotowali dla nas wieczór grecki na plaży przy blasku lampionów i wspaniałej muzyce, do której śpiewaliśmy, tańczyliśmy zorbę, belgijkę i makarenę. Sobota była dla nas dniem smutnym, musieliśmy pożegnać się z Olimpem i zakończyć naszą grecką przygodę. W niedzielę szczęśliwie dotarliśmy do Częstochowy. Trudno było nam się rozstać i wrócić do „szarej” codzienności. Grecja na zawsze zostanie w naszej pamięci.

Uczestnicy

Wymiana z Forchheim – część druga

27 maja rozpoczęliśmy drugą część wymiany z Forchheim w Niemczech. Podczas czternastogodzinnej podróży odczuwaliśmy wielką ekscytację wynikającą z zbliżającej się przygody! Pierwszy dzień wymiany spędziliśmy na zwiedzaniu pięknej Norymbergii oraz zaznajamianiu się z niemieckimi rodzinami, u których mieliśmy spędzić kolejne dni. Następnego dnia wybraliśmy się do muzeum Levi Straussa w Buttenheim, gdzie poznaliśmy historię życia słynnego twórcy jeansów. Popołudnie spędziliśmy niezwykle aktywnie – uczestniczyliśmy w spływie kajakowym. Wielu z nas odbyło orzeźwiająca kąpiel w rzece, co przy 30-stopniowym upale było nam bardzo potrzebne. W poniedziałek zwiedziliśmy Ehreburg Gymnasium – naszą partnerską szkołę z Niemiec. Tam zostaliśmy przywitani przez burmistrza miasta Forchheim i przez dyrektora szkoły. Uczestniczyliśmy w różnych zabawach integracyjnych oraz obejrzeliliśmy dwie prezentacje na temat tradycji we Frankonii - regionie Bawarii. We wtorek pojechaliśmy do Monachium – miasta, które zrobiło na nas ogromne wrażenie. Wzniesione w tym mieście budowle – w tym przepiękny Kościół Najświętszej Marii Panny – sięgają czasów średniowiecza. Z



kolei w środę zwiedziliśmy Bamberg – miasto położone w północnej części Bawarii, wśród malowniczych wzgórz w dolinie rzeki Regnitz. Atrakcją, która zrobiła na nas wielkie wrażenie były urokliwe ogrody różane. W czwartek uczestniczyliśmy w lekcjach wraz z młodzieżą niemiecką. Mieliśmy okazję zaobserwować różnice w niemieckim i polskim systemie szkolnictwa. Wieczorem wszyscy uczniowie z wymiany wraz z opiekunami i z niemieckimi rodzicami spotkali się w szkole, by uroczystie zakończyć wymianę. Ostat-

niego dnia wykonaliśmy plakaty podsumowujące całą wymianę. Wieczorem, kiedy przyszedł czas na pożegnanie, nikt z nas nie mógł powstrzymać łez. Było nam bardzo przykro, że ten tydzień tak szybko minął. Podsumowując – wymiana była bardzo udana. Zawarliśmy znajomości na długie lata i spędziliśmy wspaniały czas, którego nigdy nie zapomnimy. Równocześnie zachęcamy innych uczniów do wzięcia udziału w takich wymianach, bo to wspaniałe doświadczenie!

Martyna Tomczyk II c

Finał Regionalnego Konkursu Lingwistycznego „Ich mag Englisch, I like German!”



6 czerwca 2017 w naszej szkole miał miejsce finał Regionalnego Konkursu Lingwistycznego „Ich mag Englisch, I like German!”. Już od godziny 9.00 w I LO pojawiali się pierwsi uczestnicy. Mieliśmy zaszczyt gościć reprezentantów szkół ponadgimnazjalnych z Częstochowy, Myszkowa i Lublińca. Naszą szkołę reprezentowało 5 uczniów. Po uroczystym powitaniu gości rozpoczęło się rozwiązywanie testu. Uczestnicy zmagali się z zadaniami konkursowymi przez 1,5h. Po tym czasie, nastąpiła chwila relaksu połączona z oczekiwaniem na wyniki. Nasi goście mogli odpocząć w przygotowanym specjalnie dla nich bufecie i skosztować pysznych wypieków. Zapytałam finalistów w czasie przerwy o ich odczucia dotyczące konkursu. Zdania były mocno podzielone. Dla jednych trudny był język angielski, a dla innych język niemiecki. Jednak wszyscy jednogłośnie stwierdzili, że najlepiej poradził sobie z częścią pierwszą, czyli zadaniami ze słuchu. Gdy punkty zosta-

ły podliczone, uczestnicy zostali zaproszeni na uroczyste ogłoszenie wyników. Wyróżnienia otrzymali: Adrian Kaim z LO im. mjr. Henryka Sucharskiego w Myszkowie oraz Jakub Piech, reprezentant I LO. Na trzecim miejscu uplasował się Maciej Kuczyński z I Społecznej LO im. Zbigniewa Herberta STO, a na drugim - Monika Białek z VII LO im. Mikołaja Kopernika. Zaszczytne pierwsze miejsce zdobył Maciej Bajor z LO im. mjr. Henryka Sucharskiego w Myszkowie. Uradowany zwycięzca zapytany o swój przepis na wygraną, odpowiedział, że zupełnie nie spodziewał się tego sukcesu. Swoje przygotowania rozpoczął już przed maturą, którą zdał na poziomie rozszerzonym zarówno z języka angielskiego jak i niemieckiego. Konkurs Lingwistyczny był zdecydowanie zwycięskim zwieńczeniem jego nauki. Wszystkim uczestnikom serdecznie dziękujemy za przybycie i godne reprezentowanie swoich szkół.

Natalia Kotnis 1b

Obchody 90. rocznicy sprowadzenia prochów Patrona do ojczyzny

14 czerwca społeczność I Liceum Ogólnokształcącego im. Juliusza Słowackiego uczciła 90. rocznicę sprowadzenia prochów Patrona do ojczyzny. Uroczystość rozpoczęła się na dziedzińcu szkoły, gdzie - po wystąpieniu hymnu szkoły, przy pełnym ceremoniale - nastąpiło złożenie kwiatów pod popiersiem wieszczki. Następnie zgromadzeni goście: przedstawiciele biura posła Szymona Giżyńskiego i senatora Artura Warchocha oraz Piotr Strach – radny miasta, Agnieszka Piławska-Błaut z Wydziału Edukacji Urzędu Miasta Częstochowy, Dorota Kaczmarek – przewodnicząca Regionalnej Sekcji Oświaty i Wychowania NSZZ „Solidarność”, a także przedstawiciele Stowarzyszenia Absolwentów i Przyjaciół I Liceum Ogólnokształcącego im. J. Słowackiego w Częstochowie „Z tradycją w XXI w.” Justyna Curran i Damian Węgrzyński oraz uczniowie, nauczyciele i przyjaciele szkoły wysłuchali wystąpie-



nia dyrektora szkoły Małgorzaty Kaim, po którym został odczytany list napisany do społeczności szkoły przez biskupa Antoniego Długosza.

Po części oficjalnej obecni podczas uroczystości: dyrekcja, absolwenci, przyjaciele, uczniowie i nauczyciele I LO wyruszyli uroczystym przemarszem do Ratusza, gdzie nastąpiła historyczno – artystyczna część wydarzenia. Przed jej rozpoczęciem świętujący rocznicę złożyli kwiaty pod pomnikiem

Józefa Piłsudskiego. W trakcie części artystycznej do grona gości dołączył Zbigniew Wojski przewodniczący Rady Miasta. W Ratuszu przedstawiona została prezentacja multimedialna zawierająca materiały archiwalne i obrazująca okoliczności sprowadzenia prochów Juliusza Słowackiego. Uczniowie szkoły recytowali wiersze powstałe w roku 1927, dotyczące poruszanego tematu. Ponadto nastąpiło tam rozstrzygnięcie Konkursu Plastycznego „Nasz Patron wraca do ojczyzny”, którego laureatami zostały Natalia Albrychiewicz (II b) i Martyna Gierón (II a). Nagrody dla wyróżnionych ufundowało Stowarzyszenie Absolwentów i Przyjaciół I Liceum Ogólnokształcącego im. J. Słowackiego w Częstochowie „Z tradycją w XXI w.”, za sprawą którego zostały również wydrukowane pocztówki zaprojektowane przez uczennice, które stały się piękną pamiątką dla zgromadzonych gości.

Miłość ma wiele twarzy

Dziewczyna ze snu

Kochamy bajkę o Kopciuszku. Marzymy skrycie, by przeżyć coś równie wielkiego, co na zawsze odmieni nasze życie, że spotkamy kogoś, z kim chcielibyśmy się zestarzeć. Bajka o miłości, spełnionych marzeniach.

Napisała do mnie na Facebooku. Zobaczyła moje zdjęcie i po prostu się odezwała. To był czas moich internetowych flirtów. Mówiąc szczerze moja jedyna fantazja. Marzyłem o fajnej, ale poukładanej dziewczynie. Ale ona poukładana akurat nie była. Kolorowa, z fantazją, zaliczyła kilka nieudanych związków, kochała podróże i książki. Zgodnie z logiką młodości podobało jej się to, co nieoczekiwane, niezwykle. A ja po roku życia w pojedynkę potrzebowałem takich emocji.

Była piękna, z przyjemnością patrzyłem jak odgarniała kosmyk włosów z czoła. Jej naturalna uroda nie potrzebowała żadnych

dodatków. Natura potraktowała ją z dużą hojnością. Mimo swej ponadprzeciętnej urody nie miał szczęścia w miłości. Nie narzekała na brak powodzenia, ale delikatnie mówiąc, nie trafiały jej się zbyt dobre partie. Chłopcy pojawiali się i znikali. Żaden nie miał chęci zostać z nią na dłużej. Fascynowało mnie, że potrafi żyć trochę z dnia na dzień, inaczej niż ja. Bo ja zawsze musiałem mieć plan, wiedzieć, do czego zmierzam i jak to osiągnę.

Przez pierwszych kilka tygodni żyliśmy jak para nastolatków. Gorące noce, seks w pościeli. Nigdy nie planowaliśmy naszych spotkań, umawialiśmy się z dnia na dzień przez telefon. W momentach najbardziej intymnych była najcudowniejszą kobietą na świecie. Kiedy już po wszystkim leżeliśmy spleceni w uścisku, jej skóra pachniała nocą. Te chwile lubiłem najbardziej. Było ciemno, a ja mimo to widziałem jej oczy



pełne jeszcze niedawnych pieścoć, wargi opuchnięte od niedawnych pocałunków. Nie cierpiałem już na deficyt wyobraźni. Chciałem, żeby taka więź trwała między nami wiecznie. Znów poczułem emocje.

Dzięki niej zrozumiałem, że nie można nic na siłę, że nie można w każdej poznanej dziewczynie wi-

dzieć kandydatki na żonę. Co ma być to będzie. I choć pragnąłem czegoś więcej i snułem wizję szczęśliwej rodziny, nie chciałem do niczego jej zmuszać. Kiedy już zacząłem oswajać się z nową sytuacją, nagle... obudziłem się. Potem, choć bardzo chciałem, już mi się nie przyśniła. Są związki, które trwają krótko, ale pozostają w pa-

mięci na całe życie. Związki, które nas zmieniają, powodują, że stajemy się inni.

Czy rzeczywistość może być lepsza (zabawniejsza) niż fantazja? Mocno wierzę, że tak. Choć równocześnie wiem, że w fantazji, podobnie jak w grze w pokera, można mieć fory, a w życiu nie zawsze tak będzie. Relacje między mężczyzną a kobietą polegają na wymianie, a nie na bezwarunkowej akceptacji. Często potrzeba dużo czasu, aby to zrozumieć. Chcę żyć po swojemu. Czyli jak? Ktoś kiedyś powiedział: *Nieważne gdzie, ważne z kim. Nawet, jeśli trzeba będzie znaleźć jakieś dodatkowe rozwiązanie.* W życiu nie zawsze musi być perfekcyjnie, aby było idealnie.

Wciąż o niej marzę, o moim Kopciuszku z bajki, który pojawi się i już nie zniknie, kiedy obudzę się rano. Zostanie ze mną na zawsze.

Singiel

Coraz śmielej i sprytniej

Zdradzamy, bo już nie kochamy?

Ostatnio na ekranach kin możemy oglądać nowy film o wymownym tytule „Porady na zdrady”. Dwie przyjaciółki zakładają biznes, który uchroni inne kobiety przed zdradami. Same stały się ofiarami wiarołomnych mężczyzn (jedną zdradził narzeczony, drugą rzucił chłopak). Własny biznes to akt zemsty. Dziewczyny będą sprawdzać, czy potencjalny kandydat na męża ich klientki jest skłonny do romansów. Ale, jak to w filmach o miłości bywa, same wpadają we własne sidła...

Zdrada to jeden z najczęściej pojawiających się tematów w literaturze czy filmie. W powieściopisarstwie klasycznym przykładem jest „Anna Karenina”, choć oczywiście w największym uproszczeniu, bo powieść Lwa Tołstoja to jeden z najbardziej wnikliwych wizerunków kobiet, jakie zna literatura. To, że zdrada cieszy się zainteresowaniem twórców nie dziwi, to pojęcie stare jak świat, od zarania funkcjonuje w naszej rzeczywistości, dla niektórych stała się nawet trwałym elementem życia.

Niewierna Afrodyta

Motyw cudzołóstwa występuje bardzo często zwłaszcza w mitologii greckiej. Prym pod tym względem wiedzie chyba bogini nomen omen piękności i miłości – Afrodyta, której mężem był ku-

lawy Hefajstos. Nie kochała go i nie była z nim szczęśliwa. Gdyby nawet chciała zakochać się w Hefajstosie, to i tak nie miałyby na to większej szansy, nie tylko z powodu jego brzydoty (miał wygląd szpetnego karła i kulał na obie nogi), ale przede wszystkim ciągłej nieobecności spowodowanej pracą.

Z jej cudzołożnych stosunków narodzili się: Eros (z bogiem wojny Aressem), Priap (z bogiem wina i płodności Dionizosem) i Eneas (z mężczyzną śmiertelnym Anchizesem). Jeśli już, przenosząc się w dzisiejsze czasy, adwokat na sali sądowej w trakcie rozwodu miałby usprawiedliwiać jej zdradę, to zapewne posłużyłby się następującymi racjami: nie kochała męża, małżeństwo zostało zawarte pod przymusem (z woli Zeusa), a także faktem, że mąż ją zaniedbywał, bo interesował się wyłącznie pracą.

Hefajstos też nie był w ciemni bity. Podejrzewając Afrodytę o niewierność, zastawił na nią pułapkę (tak jak i teraz, także wówczas potrzebne były dowody zdrady) w postaci metalowej sieci, która w trakcie stosunku z Aressem oplotła i uwięziła kochanków. Dziś wiarołomstwo Afrodyty skończyłoby się rozwodem z orzeczeniem o winie. Ale i wtedy nie pozostało bez kary – uwięzieni w sieci kochankowie wystawieni zostali na pośmiewisko wszystkich bogów Olimpu. Gor-

sza kara nie mogła już spotkać Afrodyty, gdyż jako bogini była nieśmiertelna.

Łatwiej o dowody

Dziś zdradzamy coraz śmielej i sprytniej. Choć ze statystykami bywa różnie. Dla jednych są wiarygodnym źródłem stanu rzeczy, inni im nie ufają. Bo na przykład z danych sądowych wynika, że wzrasta liczba rozwodów m.in. z powodu zdrady. Jednak wcale to nie musi oznaczać, że zdradzamy częściej. Może łatwiej zdradę po prostu wykryć. Teraz o dowody łatwiej – można je znaleźć w korespondencji mailowej na Facebooku, gdzie umieszcza się np. zdjęcia, można nagrać moment schadzki. Wreszcie do dyspozycji są biura detektywistyczne wyposażone często w specjalistyczne środki techniczne nie gorzej niż laboratoria policyjne.

Od statystyk jednak nie uciekniemy. I choć wciąż prymat w nich wiodą mężczyźni, to kobiety nie chcą pozostawać w tyle. **Do zdrad przynajmniej się 52% Polek i 33% Polek (dane CBOS). Najczęściej w wieku 25-34 lat.** Zdrada jest też w samym czubie przyczyn rozwodów. Najczęściej rozwodzimy się z powodu: niezgodności charakterów (kategoria bardzo pojemna, można w nią włożyć praktycznie wszystko), zdrad, alkoholizmu. Jeśli nawiązujemy romans, to zwykle po ośmiu latach małżeństwa.

Samotność w związku

Zdaniem znanego seksuologa prof. Kazimierza Imielińskiego: „Sytuacja związana z pracą zawodową i warunki życia człowieka mogą sprzyjać tendencjom poligamicznym lub dochowaniu wierności. Poza tym istnieje wiele nawyków i sytuacji, które nasilają tendencję do podjęcia pozamałżeńskich kontaktów seksualnych. Są to: wzajemne znudzenie się sobą partnerów, niezadowolenie z obecnego małżeństwa, konflikty uczuciowe i seksualne utrudniające zaspokojenie seksualne, potrzeba nowych wrażeń emocjonalnych, nieobecność lub długa choroba partnera, korzyści finansowe itp. Pewną rolę odgrywa też chęć spróbowania smaku zakazanego owocu”.

Kobiety jako powody zdrady wymieniają głównie **poczucie samotności, rozczarowanie partnerem i fascynację kimś innym.** Zresztą ich „skok w bok” ma częściej niż w przypadku mężczyzn podłoże psychiczne – poszukują zainteresowania, akceptacji, adoracji, a zwłaszcza rozmowy. Tego wszystkiego bra-

kuje im w związku małżeńskim, czują się opuszczone i nie potrafią jasno powiedzieć o tym partnerowi. – Narastające w związku poczucie niezrozumienia nadwątlą łączące parę więzi i skłania do przekonania, że nie da się tak dłużej żyć – twierdzi psycholog Zuzanna Celmer. Gdy partnerzy przestają ze sobą rozmawiać, trudno im znaleźć ochotę na seks, co sprawia, że stają się sobie coraz bardziej obcy. Szukają wtedy seksualnych zbliżeń gdzie indziej.

Mężczyźni częściej zdradzają z pobudek biologicznych; **szukają seksu, bo nie znajdują go w domu, przez ciekawość (jak to będzie z inną kobietą) lub dla spełnienia swych erotycznych fantazji.** Ale zdrada to też kwestia okazji. Pobyt męża czy żony poza domem (np. wyjazd służbowy) wiąże się często z pokusami, nad którymi nie zawsze można zapanować. Długa rozłąka (np. praca poza granicami kraju) również nie sprzyja dochowaniu wierności, bo często jedna lub druga strona organizuje sobie życie z kimś innym.

Dariusz Fluty

Pierwszy kryzys w małżeństwie następuje zwykle po 3 latach, kiedy kończy się wzajemna fascynacja, a zaczynają dominować codzienne troski. Drugi próg daje znać o sobie po 7-12 latach – wtedy najczęściej przytrafi się zdrada małżeńska, pojawia skłonność do nadużywania alkoholu, maleje zainteresowanie domem. Trzeci próg to 20-25 lat od chwili zawarcia małżeństwa, kiedy dzieci są już dorosłe i okazuje się, że partnerów nic już nie łączy poza wzajemnymi żalami.

TVP1

04:30 Galeria; odc. 60; serial
04:50 Klan; odc. 3114
05:20 Klan; odc. 3115
05:40 Klan; odc. 3116
06:05 Klan; odc. 3117
06:40 Sprawa dla reportera
07:30 Rok w ogrodzie
08:00 Naszaarmia.pl; magazyn
08:25 Na szlaku wydarzeń
08:45 Sekundy, które zmieniły życie - (6); reportaż
09:05 Po prostu zdrowie; magazyn medyczny
09:40 D'Artagnan i trzej muszkietierowie, cz. 1; film kostiumowy; Francja (2005); reż.:Pierre Aknine; wyk.:Vincent Elbaz, Emanuelle Beart, Tcheky Karyo
11:20 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Bayern Monachium - AC Milan (studio)
11:30 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Bayern Monachium - AC Milan
13:50 Bodo; odc. 4; serial biograficzny
14:55 Zagadka Hotelu Grand; odc. 52; serial obyczajowy; Niemcy, Hiszpania (2013)
15:55 Anna German; odc. 5/10; serial biograficzny; Rosja (2012)
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Polski grill
18:35 Ranczo; odc. 120 - Próba ognia; serial obyczajowy TVP
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 TDP - kronika
20:15 Pogoda
20:20 Hit na sobotę - 22 Jump Street; komedia kryminalna; USA (2014)



23:05 Agenci T. A. R. C. Z. Y.; odc. 12/22; serial; USA (2013)

23:50 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Juventus Turyn - FC Barcelona (studio)
24:00 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Juventus Turyn - FC Barcelona
02:15 Zagadka Hotelu Grand; odc. 52; serial; Niemcy, Hiszpania (2013)



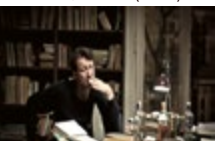
03:05 Agenci T. A. R. C. Z. Y.; odc. 11/22; serial; USA (2013)

TVP2

05:55 Sztuka codzienności - Animacja; serial dokumentalny; Wielka Brytania (2013)
06:30 M jak miłość; odc. 1295; serial TVP
07:30 Pytanie na śniadanie
08:35 Pogoda Flesz
10:40 Lajk!
11:05 Na sygnale; odc. 133 „Proszę pani, był wypadek...”; serial fabularyzowany TVP
11:35 Podróże z historią; odc. 38 Łódź filmowa; cykl dokumentalny
12:15 Jak w czeskim filmie - Homolkowie na urlopie; komedia; Czechosłowacja (1972); reż.:Jaroslav Papoušek; wyk.:Ladislav Smolják, František Husak, Iva Janzurova, Marie Mottlova
14:00 Familiada; odc. 2346; teleturniej
14:35 Sonda 2; program popularnonaukowy
15:15 Komedia po polsku - Dziewczyny do wzięcia; film TVP; Polska (1972); reż.:Janusz Kondratiuk
16:15 Kocham Cię, Polsko!; odc. (4); zabawa quizowa
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda
18:50 Kulisy - Postaw na milion; odc. 153
19:05 Postaw na milion; odc. 153; teleturniej
20:05 25 lat Disco Polo - Gala Jubileuszowa (1); widowisko
21:10 25 lat Disco Polo - Gala Jubileuszowa (2); widowisko
22:15 Sztuka kochania; komedia
00:05 Kovak Box; thriller; Hiszpania, Wielka Brytania (2006)



02:05 07 zgłoś się; odc. 13/21 - Strzał na dancingu; serial TVP
03:35 Pod Mocnym Aniołem; dramat; Polska (2013)



POLSAT

5:00 Disco gramy; program muzyczny
6:00 Nowy dzień z Polsat News; program informacyjny
7:40 Jęczący smoków (13); serial animowany. Syn wodza wikingów Czakwka i jego przyjaciele nadal zajmują się tresurą zięjących ogniem bestii. Tymczasem wyspie Berk zagroza biały smok.
8:10 Pan Peabody i Sherman Show (1); serial animowany
8:40 Jęczący smoków na końcu świata (33); serial animowany
9:10 Przygody Kota w Butach (32); serial animowany
9:40 Przygody Kota w Butach (33); serial animowany
10:10 Ewa gotuje (274); magazyn kulinarny. Ewa Wachowicz sięga po jarmuż. Przygotuje z nim zupę, a następnie zrobi gotąbki zawijane w liście jarmużu, które poda z...
10:45 Noc w muzeum; film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2006
13:10 Spider-Man 2; film przygodowy, USA 2004
15:50 Polsat SuperHit Festival 2017: Sopotki Hit Kabaretowej na bis. Trzeciego dnia festiwalu sopocka scena będzie należała do elity, która zetrze się w pojedynku na najzabawniejsze skecze. Wieczór pełen salw...
17:50 Chłopaki do wzięcia (86); serial dokumentalny
18:20 Chłopaki do wzięcia (87); serial dokumentalny
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (303); serial komediowy. Ferdynand Kiepski całe dni spędza przed telewizorem z puszką piwa w ręku. Dom musi utrzymywać z pensji pielęgniarki jego żona...
20:05 Gdzie jest Nemo?; film animowany, USA 2003. Ryba Marlin rusza na poszukiwania swojego uwięzionego synka, Nemo.
22:15 Jęczące znikąd; western, USA 2013
1:25 Kroniki mutantów; film SF, USA 2008. Rok 2707. O panowanie nad światem walczą cztery potężne korporacje: Capitol, Bauhaus, Mishima i Imperial. Przypadkowy policista uruchamia maszynę, która...
4:00 Tajemnice Iosu; program rozrywkowy

TVN

05:15 Uwaga! (5016) - program
05:35 Mango - Telezakupy
07:45 Efekt Domina 4 (5/8) - program
08:20 Spotkanie ze smakiem (8/13) - program
08:30 Dzień Dobry Wakacje (9/20) - magazyn
11:00 Na Wspólnej Omnibus 15 (639) - serial obyczajowy, Polska
12:45 Agent - Gwiazdy (7/13) - program
13:45 MasterChef Junior (8/10) - program
15:20 Mamy Cię! (8/13) - program
16:30 Kobieta na krańcu świata 8 (5/6) - program
17:00 Projekt Lady 2 (6/12) - program
18:00 Kuchenne rewolucje 14 (2/15) - program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty (7143)
19:25 Sport (7126)
19:35 Pogoda (7123)
19:45 Uwaga! (5017) - program
20:00 27 sukienek (27 Dresses) - film komedia, USA 2008, reżyseria: Anne Fletcher, obsada: Katherine Heigl, James Marsden, Edward Burns, Malin Akerman, Krysten Ritter, Judy Greer
22:20 Wytańczyć marzenia (Take the Lead) - film obyczajowy, USA 2006, reżyseria: Liz Friedlander, obsada: Antonio Banderas, Alfre Woodard, Rob Brown, Yaya DaCosta, John Ortiz, Jenna Dewan (dla małoletnich od lat 12)
00:50 G.I. Joe: Czas Kobry (G.I. Joe: The Rise of Cobra) - film sensacyjny, USA/Czechy 2009, reżyseria: Stephen Sommers, obsada: Dennis Quaid, Channing Tatum, Adele Akinnuoye-Akubaj, Marlon Wayans, Joseph Gordon-Levitt, Rachel Nichols, Sienna Miller, Jonathan Pryce
03:15 Uwaga! (5017) - program
03:35 Moc Magii (197/355) - program
04:55 Nic straconego

TV PULS

05:55 Niesamowite!; factual; Polska 2014; odc. 17
06:25 Niesamowite!; factual; Polska 2014; odc. 18
07:00 Taki jest świat; factual; Polska 2017
07:50 Co ludzie powiedzą?; fabularny, Wielka Brytania 1992
08:25 Co ludzie powiedzą?
09:05 Hotel Zaczęło; fabul., Wielka Brytania 1979
09:50 13 Posterunek 2; fabularny; Polska; odc. 7
10:30 13 Posterunek 2; fabularny; Polska; odc. 8
11:05 Bibliotekarze; fabul., USA 2014; odc. 9
12:00 Bibliotekarze; fabul., USA 2014; odc. 10
12:55 Skorpion; fabularny, USA 2014; odc. 10
13:55 Operacja Słoń; komedia, USA 1995. Wietnam, rok 1968. Amerykański oddział pod dowództwem doświadzonego kapitana Sama Cahilla (Danny Glover) stacjonuje w małej wiosce na szlaku dostaw wojskowych. Nieporozumienie sprawia, że otoczony przez tubylców kulem stoń, zostaje zabity. Cahill obiecuje mieszkańcom, że sprowadzi im nowe zwierze...
16:05 Kochanie, zmniejszyłem dzieciaki; komedia, USA 1989. Szalony naukowiec pracuje nad elektromagnetyczną maszyną, która zmniejsza różne przedmioty. Przypadkowo w zasięgu jej działania znajdują się dzieci wynalazcy i pomniejszają się do rozmiaru owózków!
18:00 Ostatni legion; przygodowy, Francja, Wielka Brytania, Włochy 2007
20:00 W odwecie za śmierć; akcja, USA 2010
22:00 Zabójczy cel; akcja, Kanada, USA 2008
00:00 Noc żywych trupów; horror, USA 1990
01:35 Ale numer!; Polska
02:20 Taki jest świat; factual; Polska 2017
03:00 Kręcimy z gwiazdami; factual; Polska 2012; odc. 9. Zespół Video
03:50 Biesiada na cztery pory roku; factual; Polska 2015
04:20 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011
04:45 Z archiwum policji; fabularny; Polska 2010; odc. 2
05:10 Twój Puls; fabularny; Polska 2015
05:35 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

05:50 Bulionerzy; odc. 36/75 - Wspólnota; serial komediowy TVP
06:20 Bulionerzy; odc. 37/75 - Moda; serial komediowy TVP
06:50 Dom; odc. 11/25 - Jedenaste: nie wychylał się
08:40 U Pana Boga w ogródku; odc. 5/12; serial komediowy TVP
09:25 Ja to mam szczęście! - ulubione skecze; serial TVP
09:40 Ranczo; odc. 128 - Klauzula sumienia; serial obyczajowy TVP
10:40 Ranczo; odc. 129 - Ochotnicza straż kobiet; serial obyczajowy TVP
11:35 Rodzinka.pl; odc. 70 „Bratnia dusza”; serial komediowy TVP
12:05 Rodzinka.pl; odc. 71 „24 godziny”; serial komediowy TVP
12:40 Rodzinka.pl; odc. 72 „Wszystko i każdy ma swoją cenę”; serial komediowy TVP
13:15 Ojciec Mateusz; odc. 202 - Lotnisko; serial kryminalny TVP
14:10 Ranczo; odc. 130 - Cuda, cuda ogłaszają; serial obyczajowy TVP
15:10 Ranczo; odc. 1 - Spadek; serial obyczajowy TVP
16:15 Ranczo; odc. 2 - Goście z zaświatów; serial obyczajowy TVP
17:15 Ja wam pokażę!; komedia
19:20 Blondynka; odc. 6/13 - Narzeczona samobójcy; serial TVP
20:10 Ojciec Mateusz; odc. 203 - Antyk; serial kryminalny TVP
21:05 Ojciec Mateusz; odc. 204 - Kometa; serial kryminalny TVP
21:55 Ranczo; odc. 3 - Ksiądz z inicjatywą; serial obyczajowy TVP
23:00 Ranczo; odc. 4 - Otrzeźwienie; serial obyczajowy TVP
24:00 Ja wam pokażę!; komedia
02:05 Masz na imię Justine; dramat; Polska, Luksemburg (2005)
03:55 Nowa; odc. 6; serial TVP
04:50 Baron24; odc. 11 „Apetyt na ogórki”; serial komediowy TVP
05:20 Baron24; odc. 12 „Teściowa w sieci”; serial komediowy TVP

TVP ROZRYWKА

06:00 Humor w odcinkach - Święta wojna - (293) Van Berck; serial komediowy TVP
06:35 Rozrywka Retro - Program rozrywkowy
07:40 Zakočaj się w Polsce
08:15 Mój pierwszy raz
09:10 Humor w odcinkach - Program rozrywkowy
09:45 Życie to Kabaret - Program rozrywkowy
10:50 Kierunek Kabaret
11:50 Discopoland
12:25 Okrasa łamie przepis - Dziczyna w puszczy Bolimowskiej; magazyn kulinarny
12:55 Podróże z historią; cykl dokumentalny
13:35 Z Andrusem po Galię
14:15 Postaw na milion; odc. 137; teleturniej
15:10 Muzeum Polskiej Piosenki
15:25 Hity Kabaretu
16:25 Kierunek Kabaret - Wakacje
17:15 Szperacze.tv
17:45 Rodzina sama w domu
18:45 Latający Klub 2
19:55 Bake off - Ale ciacho!
20:55 Bake off - Ale przepis!
21:20 Dzięki Bogu już weekend
22:30 Dubidu
23:30 Paraniormalni Tonight
00:30 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
01:35 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
02:35 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
03:40 Rozrywka Retro - program rozrywkowy



06:35 Rozrywka Retro - Program rozrywkowy
07:40 Zakočaj się w Polsce
08:15 Mój pierwszy raz
09:10 Humor w odcinkach - Program rozrywkowy
09:45 Życie to Kabaret - Program rozrywkowy
10:50 Kierunek Kabaret
11:50 Discopoland
12:25 Okrasa łamie przepis - Dziczyna w puszczy Bolimowskiej; magazyn kulinarny



12:55 Podróże z historią; cykl dokumentalny
13:35 Z Andrusem po Galię
14:15 Postaw na milion; odc. 137; teleturniej
15:10 Muzeum Polskiej Piosenki
15:25 Hity Kabaretu
16:25 Kierunek Kabaret - Wakacje
17:15 Szperacze.tv
17:45 Rodzina sama w domu
18:45 Latający Klub 2
19:55 Bake off - Ale ciacho!
20:55 Bake off - Ale przepis!
21:20 Dzięki Bogu już weekend
22:30 Dubidu
23:30 Paraniormalni Tonight
00:30 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
01:35 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
02:35 Kabaretowa Mapa Polski - Program rozrywkowy
03:40 Rozrywka Retro - program rozrywkowy

TVN7

04:55 Ukryta prawda (388) - magazyn obyczajowy
05:55 Ukryta prawda (389) - magazyn obyczajowy
06:55 Mango - Telezakupy
09:00 Dr House VI (12/22) - serial obyczajowy, USA
10:00 39 i pół 3 (2) - serial komediowy, Polska
11:00 39 i pół 3 (3) - serial komediowy, Polska
12:00 Wojny magazynowe Teksas 2 (1/12) - program
12:30 Wojny magazynowe Teksas 2 (2/12) - program
13:00 Remontowy biznes braci Scott (9/13) - program
13:55 Remontowy biznes braci Scott (10/13) - program
14:50 Stalowy rycerz (Steel) - film przygodowy, USA 1997, reżyseria: Kenneth Johnson, obsada: Shaquille O'Neal, Annabeth Gish, Judd Nelson, Richard Roundtree, Irma P. Hall
16:55 Polowanie na mysz - komedia, USA 1997, reżyseria: Gore Verbinski, obsada: Nathan Lane, Lee Evans, Vicki Lewis, Christopher Walken, Maury Chaykin, Eric Christmas
18:15 Magia Y (5/7) - program rozrywkowy
19:00 Beauty ekspert (10) - magazyn lifestylowy
19:30 36,6 (3/10) - program
20:30 Ślub od pierwszego wejrzenia (4/10) - program
21:30 Świątka milionerów (4/10) - program
22:30 Naga miłość (11/13) - program rozrywkowy
23:30 Mój gruby trener (4/10) - program
00:30 W dobrym stylu 2 (4/12) - program lifestylowy
01:15 Moje życie (3/10) - program
01:45 66 czego pragną kobiety (2/7) - program rozrywkowy
02:15 W roli głównej - Małgorzata Rozenek (1/6) - talk show
02:40 W roli głównej - Joanna Brodzik (3/6) - talk show
03:05 W roli głównej - Magda Schejbal (8) - talk show
03:30 Wiem, co jem 6 (1/16) - magazyn
03:55 Wiem, co jem 5 (5/10) - magazyn
04:20 Wiem, co jem 3 (10/16) - magazyn
04:45 Wiem, co jem 3 (15/16) - magazyn



21:10 Do szaleństwa - film obyczajowy, USA 2011



23:00 Fatum - film horror, USA 2005



01:25 Moc Magii (197/355) - program
03:35 Druga strona medalu 2 (4/7) - talk show
04:05 Druga strona medalu 2 (5/7) - talk show

TVN STYLE

05:30 Wiem, co jem i wiem, co kupuję 2 (12/13) - program lifestylowy
06:15 Oszczędne zakupy 2 (4/6) - serial, Wielka Brytania
07:30 Doradca smaku (8) - program
08:00 Wiem, co jem i wiem, co kupuję 8 (5/12) - program lifestylowy
08:45 Domowe rewolucje (4/8) - program
09:45 Dorota was urządzi 6 (1/12) - program
10:30 Niezwykłe przypadki medyczne 3 (1/6) - program lifestylowy
11:00 Mój gruby trener (3/10) - program
12:00 Apetyt na miłość 3 (3/12) - program
13:00 Sablewskiej sposób na modę 8 (3/12) - program rozrywkowy
13:45 I nie opuszczę Cię aż do ślubu 3 (11/12) - reality show
14:30 W czym do ślubu? (1/10) - reality show
15:00 Afera fryzjera 5 (6/12) - program rozrywkowy
15:45 W roli głównej - Agnieszka Chylińska (7/8) - talk show
16:15 Pani Gadżet 13 (5/12) - magazyn
16:45 Dorota was urządzi 6 (2/12) - program
17:30 W dobrym stylu 2 (4/12) - program
18:15 Magia Y (5/7) - program rozrywkowy
19:00 Beauty ekspert (10) - magazyn lifestylowy
19:30 36,6 (3/10) - program
20:30 Ślub od pierwszego wejrzenia (4/10) - program
21:30 Świątka milionerów (4/10) - program
22:30 Naga miłość (11/13) - program rozrywkowy
23:30 Mój gruby trener (4/10) - program
00:30 W dobrym stylu 2 (4/12) - program lifestylowy
01:15 Moje życie (3/10) - program
01:45 66 czego pragną kobiety (2/7) - program rozrywkowy
02:15 W roli głównej - Małgorzata Rozenek (1/6) - talk show
02:40 W roli głównej - Joanna Brodzik (3/6) - talk show
03:05 W roli głównej - Magda Schejbal (8) - talk show
03:30 Wiem, co jem 6 (1/16) - magazyn
03:55 Wiem, co jem 5 (5/10) - magazyn
04:20 Wiem, co jem 3 (10/16) - magazyn
04:45 Wiem, co jem 3 (15/16) - magazyn

TVP SPORT

08:05 Skoki do wody - Mistrzostwa Świata, Budapeszt - trampolina 3m kobiet
09:25 Magazyn pływakki FINA
10:05 Sport w filmie dokumentalny - „Do Jednej Bramki”; cykl dokumentalny; USA
10:45 Piłkarskie dream teamy
11:20 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Bayern Monachium - AC Milan
13:45 Z kamerą! TVP Sport
14:10 Magazyn tenisowy WTA
14:45 Siatkówka plażowa - Plaza Open - Rybnik - Finał mężczyzn
16:55 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Polski - Białystok
17:10 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Polski - Białystok
20:15 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Polski - Białystok
20:25 Tenis ziemny - Turniej WTA - Bukareszt - 1/2F
22:30 Sportowa Sobota
22:50 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Bayern Monachium - AC Milan (skróć)
23:35 Piłka nożna - Turniej Mistrzów Juventus Turyn - FC Barcelona

POLSAT SPORT

7:00 Siatkówka kobiet; World Grand Prix: Korea - Kolumbia
9:30 Siatkówka kobiet; World Grand Prix: Polska - Kazachstan
11:30 Polska 2017; magazyn siatkarski
13:00 The World Games - Wrocław 2017; Futbol amerykański; mecz półfinałowy; USA - Niemcy
16:00 Magazyn lekkoatletyczny
16:30 The World Games - Wrocław 2017; Gimnastyka; aerobik sportowy
17:30 The World Games - Wrocław 2017; studio
19:00 The World Games - Wrocław 2017; Futbol amerykański; mecz półfinałowy; Polska - Francja
22:00 The World Games - Wrocław 2017; Wspinaczka sportowa; próba czasowa
23:00 The World Games - Wrocław 2017; magazyn podsumowujący
0:30 The World Games - Wrocław 2017; Gimnastyka artystyczna
1:30 The World Games - Wrocław 2017; Gimnastyka; aerobik sportowy
2:30 Piłka nożna; Eliminacje Mistrzostw Świata

TVP3 KATOWICE

07:00 TELESZAKUPY
07:20 Pogoda
07:30 Ziola i minerały dla duzych i małych; odc. 6
07:50 Mój pies i inne zwierzaki
08:05 Moda na rodzinę; odc. 51
08:40 Podróże z górami; seria IV; odc. 5; magazyn
08:55 1200 Muzeów; odc. 30 - Zamki Piastowskie; reportaż
09:20 Pogoda
09:30 Rączka gotuje
10:01 Studio lato
11:15 Lato w Regionach
11:35 Fundusze Europejskie - jak to działa?; odc. 5
11:50 Soiny skarb UNESCO; odc. 4 - SKARB; reportaż
12:05 Antenowe rewanże
12:20 Lato w Regionach
12:35 Nozem i widelcem; odc. 129
12:50 Pogoda
12:55 Ścisłe tajne. Rzecz o wojskowych szubach specjalnych; film dokum.
13:40 Kamień, nożyce, papier - Iluzjonista; cykl reportaży
13:55 Lato w Regionach
14:20 Temat Rzeka Kostrzyn nad Odrą
15:15 Odkryj Małopolskę... na rowerze; odc. 17
15:25 Lato w Regionach
15:45 Ojcowski Park Narodowy; film dokum.
16:50 Pogoda
16:55 Lato w Regionach
17:10 e - sport planet; magazyn
17:32 POGODA
17:40 Relacje; mag. ekonom.
18:00 Rączka gotuje
18:30 Aktualności
18:52 Wiadomości sportowe
19:05 Magazyn Meko
19:10 Magazyn kulturalny
19:40 Rawa Blues Festival - „Keb' Mo' & NOSPR - Rawa Blues Festival 2016
20:40 Reportaż z regionu
20:55 POGODA
21:00 Relacje; magazyn ekon.
21:20 Zgadnij! Napisz! Wygraj!
21:30 Aktualności Wieczorne
21:45 Wiadomości sport weekend
21:55 POGODA
22:00 Dziennik Regionów
22:25 Pogoda
22:30 Ziola i minerały dla duzych i małych; odc. 6
22:50 Moda na rodzinę; odc. 51
23:20 1200 Muzeów; odc. 30 - Zamki Piastowskie; reportaż
23:50 Ścisłe tajne. Rzecz o wojskowych szubach specjalnych; film dokum.
00:40 Kamień, nożyce, papier - Iluzjonista; cykl reportaży
01:00 Rączka gotuje
01:25 Ziola i minerały dla duzych i małych; odc. 6
01:50 Wycinanki Pana N.; film dokum.
03:00 1200 Muzeów; odc. 30 - Zamki Piastowskie; reportaż
03:35 Ścisłe tajne. Rzecz o wojskowych szubach specjalnych; film dokum.
04:25 Jestem skrzatologiem; rep.
04:45 Ziola i minerały dla duzych i małych; odc. 6
05:00 Dziennik Regionów
05:30 Antenowe rewanże
05:50 Moda na rodzinę; odc. 51
06:20 Odkryj Małopolskę... na rowerze; odc. 17
06:30 Fundusze Europejskie - jak to działa?; odc. 5
06:40 Soiny skarb UNESCO; odc. 4 - SKARB; reportaż
06:50 Kamień, nożyce, papier - Iluzjonista; cykl reportaży

TVP HISTORIA

06:55 Był taki dzień - 22 lipca; felieton
07:05 Ginące cywilizacje - Cakoni z Peloponezu. Zapomniana forteca odc. 10; cykl dokumentalny; Francja (1997)
08:00 Jak to działa; odc. 24 Trąba powietrzna; magazyn
08:30 Był sobie człowiek - Stany Zjednoczone Ameryki 21/26; serial animowany; Francja (1978)
09:10 Zaklęty Dwór; odc. 1/7 Cień Starościca; serial TVP
10:20 Okrasa łamie przepis - Królik lekki i smaczny; magazyn kulinarny
10:55 Zdobywcy Karpata - Walery Elias Radzikowski; film dokumentalny
11:20 Zdobywcy Karpata - Mariusz Zaruski; film dokumentalny
11:50 Egipt - cz. 6/6 Sekrety Hieroglifów; serial; Wielka Brytania (2005)
12:55 Ludzie rzeki - Nil Błękitny 1/2; serial dokumentalny; Francja (2014)
14:00 Szerokie tory - Jeden dzień z życia fotografa w Erewaniu
14:35 Wielka Gra; teleturniej
15:40 Spór o historię - Władcy polscy; Władysław I Herman; debata
16:25 Akcja AB; film dokumentalny
17:20 Przebrany Wołyński Bastion; film dokumentalny
18:00 Czterdziestolatek - dwadzieścia lat później; odc. 13/15 - Pod klucz, czyli prawo własności; serial komediowy TVP
19:10 Kulisy II Wojny Światowej - cz. 2; cykl dokumentalny; Wielka Brytania (2008)
20:15 Dom; odc. 21/25 - Naiwne pytania; serial TVP
21:55 Sekret Herberta Klose raz jeszcze; film dokumentalny
22:55 Piwna historia; film dokumentalny
23:40 Ja, Kladiusz - Trucizna jest królową 5/13; serial; Wielka Brytania (1976)
00:40 Kim Ki Dok; film dokumentalny
01:40 Siedem czerwonych róż, czyli Benek Kwaciarczyk o sobie i o innych; film TVP

TVP1

04:25 Galeria; odc. 61; serial
04:45 Klan; odc. 3118
05:15 Klan; odc. 3119



05:35 Klan; odc. 3120
06:10 Słownik polsko@
polski - talk - show prof.
Jana Miodka (334)
06:35 Pełnosprawni; mag.
dla niepełnosprawnych
07:00 Transmisja Mszy
Świętej z Sanktuarium
Bożego Miłosierdzia w
Łagiewnikach

08:00 Tydzień
08:40 Fundusze Europejskie
- jak to działa?; odc. 6 E-
usługi; magazyn
08:55 Ziarno - Ja zawsze
jestem z wami; magazyn
09:30 Zakochaj się w
Polsce; odc. 18 Zamek
Mozna; magazyn
10:00 Weterynarze z sercem
(6)

10:35 Biblia - Samson i
Daliła, cz. 3; serial;
Niemcy, Włochy, Francja,
USA (2000)

11:30 Magazyn Kolarski
11:45 Między ziemią a
niebem - dzieła Fundacji
Dzieła Nowego
Tysiąclecia; magazyn

12:00 Anioł Pański; Watykan
12:15 Między ziemią a
niebem; magazyn
13:00 BBC w Jedyńce -
Łowcy. Gra w
chowanego; serial
dokum.; Wielka Brytania

14:05 Niebo i piekło, Północ
- Południe, Księga III; odc.
3/6; serial; USA (1994)

15:05 Rozdarte serca; odc.
65; serial; Turcja (2014)

16:00 Rozdarte serca; odc.
66; serial; Turcja (2014)

17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Pół wieku Kabaretu
pod Egidą

18:35 Rolnik szuka żony
seria III; odc. 7
19:30 Wiadomości

20:05 Sport
20:10 TDP - kronika
20:15 Pogoda

20:20 Die verbotene Frau;
film; Niemcy (2013)

22:00 Sportowa niedziela
22:25 Piłka nożna - Turniej
Mistrzów Real Madryt -
Manchester United
(studio)

23:00 Piłka nożna - Turniej
Mistrzów Real Madryt -
Manchester United

01:20 Niebo i piekło, Północ
- Południe, Księga III; odc.
3/6; serial; USA (1994)

02:20 Biblia - Samson i
Daliła, cz. 3; serial;
Niemcy, Włochy, Francja,
USA (2000)

03:20 Agenci T. A. R. C. Z.
Y.; odc. 12/22; serial; USA
(2013)

TVP2

05:30 Słowo na niedzielę
05:40 Podróż z historią;
odc. 19 Na torach historii;
cykl dokumentalny

06:20 M jak miłość; odc.
1296; serial TVP

07:20 Most na Renie; dramat
wojenny; USA (1969);
reż.: John Guillermin;
wyk.: George Segal, Robert
Vaughn, Ben Gazzara, Bo
Hopkins

09:15 Ukryte skarby; cykl
reportaży, Bez ograniczeń
wiekowych

09:50 Rodzinne oglądanie -
Stworzenia świata; film
dokumentalny; Wielka
Brytania (2015)

10:55 Makłowicz w podróży
- Hiszpania - „Prowincja
Kordoba” (187); magazyn
kulinarny

11:35 Gwiazdy w południe -
Siedmiu wspaniałych;
western; USA (1960);
reż.: John Sturges;
wyk.: Yul Brynner, Steve
McQuinn, Charles
Bronson, Robert Vaughn,
Horst Buchholz

14:00 Familiada; odc. 2347;
teleturniej

14:40 Sonda 2; program
popularnonaukowy

15:20 Na dobre i na złe; odc.
669; serial TVP

16:15 Na sygnale; odc. 134
„Dobre chęci”; serial
fabularyzowany TVP

16:50 Pierwsza randka - (5)
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda

18:55 Rodzinka.pl; odc. 195
„Zakaz palenia” sezon 9;
serial komediowy TVP

19:30 Rodzinka.pl; odc. 196
„Przypadkowe pary” sezon
10; serial komediowy TVP

19:30 Wiadomości

20:05 Program rozrywkowy

22:05 Z podniesionym
czołem 2: Odwet; film
akcji; USA (2007)

23:45 Sztuka kochania;
komedia
01:30 Lajk!

01:55 Kovak Box; thriller;
Hiszpania, Wielka Brytania
(2006)

03:50 Kryminalne zagadki
Las Vegas; odc. 13/22;
serial sensacyjny; USA,
Kanada (2012)

POLSAT

5:00 Disco gramy; program
muzyczny

6:00 Nowy dzień z Polsat
News; program
informacyjny

7:45 Jeźdźcy smoków (14);
serial animowany

8:15 Jeźdźcy smoków na
końcu świata (34); serial
animowany

8:40 Przygody Kota w
Butach (34); serial
animowany

9:10 Astro Boy; film
animowany, Hongkong/
Japonia/USA 2009. Po
stracie syna naukowiec
tworzy przypominającego
go robota Astora Boya. Nie
umie go jednak pokochać.
Robot wyrusza w
niebezpieczną podróż.

11:15 Karate Kid 4: Mistrz i
uczen; komedia
sensacyjna, USA 1994

13:30 Gdzie jest Nemo?; film
animowany, USA 2003.
Ryba Marlin rusza na
poszukiwania swojego
uwięzionego synka, Nemo.

15:35 Dziewięć miesięcy;
komedia romantyczna,
USA 1995

17:50 Nasz nowy dom (79);
reality show. We wsi
nieopodal Wyszkowa
mieszka pan Paweł z
córkami - Kasią i Natalią.
Sam starał się powoli
remontować dom.
Pewnego...

18:50 Wydarzenia

19:20 Sport

19:25 Pogoda

19:30 Świat według
Kiepskich (304); serial
komediowy

20:05 Polsat SuperHit
Festiwal 2017: Sopotki
Hit Kabaretowy na bis

22:05 Lep na muchy;
komedia kryminalna,
Niemcy/USA 2011

23:55 Terminator: Ocalenie;
thriller SF, Niemcy/Wielka
Brytania/USA/Włochy
2009

2:35 Tajemnicze losy;
program rozrywkowy;
program emitowany na
żywo, w którym wróżki
udzielają porad widzom
dzwoniącym do studia

TVN

05:25 Uwaga! (5017) -
program

05:45 Mango - Telezakupy
07:55 Nowa Maja w
ogrodzie (2/52) - magazyn
ogrodniczy

08:25 Akademia ogrodnika
(28/52) - magazyn
ogrodniczy

08:30 Dzień Dobry Wakacje
(10/20) - magazyn

11:00 Dom marzeń 2 (6/12)
- program

12:00 Co za tydzień (809) -
magazyn

12:35 Belle Epoque (6/10) -
serial, Polska

13:40 Władca pierścieni:
Powrót króla (The Lord of
the Rings: The Return of
the King) - film
przygodowy, Nowa
Zelandia/USA/Niemcy
2003, reżyseria: Peter
Jackson, obsada: Elijah
Wood, Ian McKellen,
Viggo Mortensen, Sean
Astin, Bernard Hill, John
Noble, John Rhys-Davies,
Billy Boyd, Dominic
Monaghan, Orlando
Bloom, Miranda Otto,
David Wenham, Liv Tyler,
Hugo Weaving, Karl
Urban, Cate Blanchett,
Andy Serkis, Ian Holm

17:50 Gotowi na sezon
(8/13) - program

18:00 Ugotowani 11 (12) -
program kulinarno-
rozrywkowy

19:00 Fakty (7144)

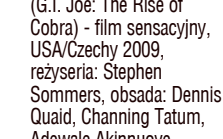
19:25 Sport (7127)

19:35 Pogoda (7124)

19:45 Uwaga! (5018) -
program

20:00 G.I. Joe: Czas Kobry
(G.I. Joe: The Rise of
Cobra) - film sensacyjny,
USA/Czechy 2009,
reżyseria: Stephen
Sommers, obsada: Dennis
Quaid, Channing Tatum,
Adele Akinnuyiwe,
Akbae, Marlon Wayans,
Joseph Gordon-Levitt,
Rachel Nichols, Sienna
Miller, Jonathan Pryce

22:15 Operacja Argo (Argo)
- film sensacyjny, USA
2012, reżyseria: Ben
Affleck



00:40 Sekrety lekarzy 3
(10/12) - reality show

01:45 Revolution (7/20) -
serial S-F, USA

02:45 Uwaga! (5018) -
program

03:05 Moc Magii (198/355) -
program

04:15 Nie straconego

04:00 Sekrety lekarzy 3
(10/12) - reality show

01:45 Revolution (7/20) -
serial S-F, USA

02:45 Uwaga! (5018) -
program

TV PULS

05:55 Taki jest świat; factual;
Polska 2017

06:30 Co ludzie powiedzą?
fab., Wielka Brytania 1993

07:15 Co ludzie powiedzą?
fab., Wielka Brytania 1993

07:55 Co ludzie powiedzą?
fab., Wielka Brytania 1993

08:35 Ale numer!; Polska

09:05 Ale numer!; Polska

09:40 Wojciech Cejrowski.
Boso - Karaiby; factual;
Polska 2013

10:20 Wojciech Cejrowski.
Boso - Karaiby; factual
11:00 Wojciech Cejrowski.
Boso - Karaiby; factual

11:45 Wojciech Cejrowski.
Boso - Karaiby; factual

12:30 Bibliotekarzy; fab.,
USA 2014; odc. 10

13:25 Najpiękniejsze baśnie:
Piękna i Książę; familijny,
Niemcy 2014

14:35 Najpiękniejsze baśnie
braci Grimm:
Staćcowane pantofelki;
familijny, Niemcy 2011.
Dwanaście córek króla
każdej nocy zużywa swoje
pantofelki. Król obiecuje
wydać za żonę jedną z nich
za tego, kto rozwiąże
zagadkę, co księżniczki
robią w nocy...

15:50 Podwodna tajemnica;
akcja, Niemcy 2008. W
skutkach globalnego
ocieplenia, większość łądu
nagle znajduje się pod
wodą. Czterdzieli lat
później świat wchodzi w
nową rzeczywistość...

17:55 Jak ugryźć 10
milionów; komedia, USA
2000

20:00 Likwidator; akcja, USA
2013. Szeryf Owens
wiedzie spokojny żywot
stróża prawa w małej
miejszcynie Sommerton
Junction na granicy z
Meksykiem. Nikt tutaj nie
zna jego przeszłości, choć
każdy się domyśla, że
skrywa jakieś mroczne
tajemnice...

22:00 Momentum; akcja,
USA, RPA 2015

00:00 Wikinkowie; fabularny,
Irlandia, Kanada 2014;
odc. 8

01:00 13 Posterunek 2;
fabularny; Polska; odc. 9

01:40 13 Posterunek 2;
fabularny; Polska; odc. 10

02:20 13 Posterunek 2;
fabularny; Polska; odc. 11

02:55 Ale numer!; Polska
2017

03:20 Taki jest świat; factual;
Polska 2017

04:00 Biesiada na cztery
pory roku; factual; Polska

04:25 Biesiada na cztery
pory roku; factual; Polska

04:55 Twój Puls; fabularny;
Polska 2015

05:35 Menu na miarę;
fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

06:05 Bulionerzy; odc. 38/75
- Egzorcysta; serial
komediowy TVP

06:40 Dom; odc. 12/25 - Kto
dziś tak umie kochać;
serial TVP

08:35 Blondynka; odc. 6/13 -
Narzęczona samobójcy;
serial TVP

09:35 Ranczo; odc. 1 -
Spadek; serial obyczajowy
TVP

10:35 Ranczo; odc. 2 -
Goście z zaświatów; serial
obyczajowy TVP

11:40 Rodzinka.pl; odc. 73
„Rodzicz uczy, rodzic radzi,
rodzic nigdy Cię nie
zdradzi”; serial komediowy
TVP

12:10 Rodzinka.pl; odc. 74
„Wolna chata”; serial
komediowy TVP

12:45 Rodzinka.pl; odc. 75
„Przelotne miłości”; serial
komediowy TVP

13:20 Ranczo; odc. 3 -
Książd z inicjatywą; serial
obyczajowy TVP

15:20 Ranczo; odc. 4 -
Otrzeźwienie; serial
obyczajowy TVP

16:20 Ranczo; odc. 5 - Wieść
gminna; serial obyczajowy
TVP

17:25 Rozmowy
kontrolowane; komedia

19:05 U Pana Boga w
ogródku; odc. 6/12; serial
komediowy TVP

19:55 Ojciec Mateusz; odc.
205 - Gang; serial
kryminalny TVP

20:50 Ojciec Mateusz; odc.
206 - Konferencja; serial
kryminalny TVP



21:45 Ranczo; odc. 6 - Racja
gminy; serial TVP



22:50 Ranczo; odc. 7 -
Podwójny agent; serial
obyczajowy TVP

23:50 Rozmowy
kontrolowane; komedia

01:40 Londyńczycy; odc.
8/13; serial obyczajowy
TVP

02:35 Pitbull; odc. 23; serial
policyjny TVP

03:35 Komisarz Alex; odc.
97; serial kryminalny TVP

04:25 Ja to mam szczęście!
odc. 48; serial TVP

TVP ROZRYWKA

06:10 Humor w odcinkach -
Święta wojna - (294)
Konkurs tańca; serial
komediowy TVP

06:45 Rozrywka Retro -
Program rozrywkowy

07:50 Zakochaj się w Polsce

08:25 Mój pierwszy raz

09:20 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

09:50 Życie to Kabaret -
Program rozrywkowy

10:55 Hity Kabaretu

11:55 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

12:25 Okrasa łąmie przepis
- Perliczka na trzy
sposoby; magazyn
kulinarny



12:55 Podróż z historią;
cykl dokumentalny

13:35 Z Andrussem po Galicji



14:15 Rodzina sama w
domu

15:05 Muzeum Polskiej
Piosenki

15:20 Humor w odcinkach -
Program rozrywkowy

15:50 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

16:25 Kierunek Kabaret -
Wakacje

17:10 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

17:40 Wielki Test

19:25 Paraniormalni
Tonight

20:20 Kierunek Kabaret
21:25 Smaczne Go!

22:25 Latający Klub Dwójki

23:30 Kabaretowa Mapa
Polski - Program
rozrywkowy

TVN7

04:45 Ukryta prawda (390) -
magazyn obyczajowy

05:45 Ukryta prawda (391) -
magazyn obyczajowy

06:45 Mango - Telezakupy
08:50 Dr House VI (14/22) -
serial obyczajowy, USA

09:50 39 i pół 3 (4) - serial
komediowy, Polska

10:50 39 i pół 3 (5) - serial
komediowy, Polska

11:50 39 i pół 3 (6) - serial
komediowy, Polska

12:50 Wojny magazynowe
Teksas 2 (3/12) - program

13:20 Wojny magazynowe
Teksas 2 (4/12) - program

13:50 Remontowy biznes
braci Scott (11/13) -
program

14:45 Remontowy biznes
braci Scott (12/13) -
program

15:45 Przygoda na Alasce -
film przygodowy, USA
1995



18:05 Książę i ja III:
Królewski miesiąc
miodowy - komedia, USA
2008, reżyseria: Catherine
Cyran, obsada: Kam
Heskin, Chris Geere,
Adam Crosswell, Jonathan
Firth, Todd Jensen

14:15 Rodzina sama w
domu

15:05 Muzeum Polskiej
Piosenki

15:20 Humor w odcinkach -
Program rozrywkowy

15:50 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

16:25 Kierunek Kabaret -
Wakacje

17:10 Gwiazdobiór TVP
Rozrywka

17:40 Wielki Test

19:25 Paraniormalni
Tonight

20:20 Kierunek Kabaret
21:25 Smaczne Go!

22:25 Latający Klub Dwójki

23:30 Kabaretowa Mapa
Polski - Program
rozrywkowy

01:00 Czysty Geniusz (7/13)
- serial, USA

22:50 Ucieczka z Los
Angeles - film S-F, USA
1996

TVN STYLE

05:40 66 czego pragną
kobiety (1/7) - program

06:10 66 czego pragną
kobiety (2/7) - program

06:40 W poszukiwaniu
pacjentów

07:10 36,6 (3/10) - program

08:10 Niezwykłe przypadki
medyczne 3 (1/6) -
program lifestyleowy

08:40 Misja Pies (8/12) -
program

09:10 Dorota wa urzędzi 6
(2/12) - program

09:55 Afera fryzjera 5 (6/12)

TVP1

05:20 TELEZAKUPY
06:00 Dr Quinn; odc. 2/28; serial; USA (1995)
06:55 BBC w Jedyńce – Lowcy. Gra w chowanego; serial dokum.; Wielka Brytania
08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda poranna
08:40 Elif; odc. 54; serial; Turcja (2014)
09:40 Wspaniałe stulecie; odc. 137; serial; Turcja (2014)
10:35 Dr Quinn; odc. 3/28; serial; USA (1995)
11:30 Z ciemności – zobaczyć świat; /5; film dokumentalny
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Agropogoda; magazyn
12:30 To się opłaca – Modernizacja gospodarstw rolnych; mag.
12:50 Natura w Jedyńce – Enklawy dzikiej przyrody cz. 14. Stawonogi i my; cykl dokum.; Wielka Bryt.
13:20 Natura w Jedyńce – Cudowny świat przyrody. Nieustraszony drapieżca. Trzmielądz czubaty. Tajwan; serial dokum.; Japonia (2014)
14:00 Elif; odc. 55; serial; Turcja (2014)
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo - ria smaku Teo Vafidisa; (s. II odc. 8); magazyn
15:55 Czarne chmury; odc. 3/10 - Zawisć; serial TVP
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisarjat; serial TVP
17:55 Jaka to melodia?; odc. 3490; teleturniej muz.
18:40 Zraniona miłość; serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 TDP - kronika
20:10 Pogoda
20:20 Wichry wojny; odc. 7; serial; USA (1983)
22:55 GOL; felieton
23:30 Komisja morderstw; odc. 7/12; serial TVP



00:30 Młodzi lekarze; odc. 7 sezon 2; telenowela dokumentalna TVP
01:25 2 Jump Street; komedia; USA (2014)



03:25 Die verbotene Frau; film; Niemcy (2013)r

TVP2

06:05 Rodzinka.pl; odc. 100 serial; USA (1995)
06:40 Mam przepis na pielgrzymowanie; cykl dokumentalny
07:05 M jak miłość; odc. 83
08:00 Pytanie na śniadanie
08:15 Barwy szczęścia; odc. 1661; serial TVP
11:35 Na dobre i na złe; odc. 417 - Dzień singla; serial TVP
12:40 Tysiąc i jedna noc; odc. 105; serial; Turcja (2006)
13:30 Na sygnale; odc. 3; serial fabularny TVP
14:05 Najdziksze wyspy świata – Dzikie wyspy. Amazonia - pływające lasy; cykl dokumentalny; Holandia (2013)
15:10 M jak miłość; odc. 1283; serial TVP
16:10 Ojciec Brown; odc. 54; serial kryminalny; Wielka Brytania (2013)
17:05 Cena miłości; odc. 88; serial; Turcja (2011)
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu; odc. 21/96 Wielki Finał; teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu; 1/97; teleturniej
20:05 Komedie po polsku – Złoto dezerterów; komedia; Polska (1998)
22:15 Rodzinka.pl; odc. 203 „Daj żonie palec...!” sezon 10; serial komediowy TVP



22:50 Czy świat oszalał? – Śmierć na receptę; Francja (2014); reż.: Olivier Pighetti
23:55 Kryminalne zagadki Las Vegas; odc. 13/22; serial sensacyjny; USA, Kanada (2012)

00:45 Kryminalne zagadki Las Vegas; odc. 14/22; serial sensacyjny; USA, Kanada (2012)
01:40 Siedmiu wspaniałych; western; USA (1960)



04:00 Śmierć na receptę; Francja (2014); reż.: Olivier Pighetti
05:05 Kryminalne zagadki Las Vegas; odc. 14/22; serial sensacyjny; USA, Kanada (2012)

POLSAT

5:00 Disco gramy; program muzyczny
6:00 Nowy dzień z Polsat News; program informacyjny
7:50 Trudne sprawy (155); serial paradowumentalny
8:50 Malanowski i partnerzy (546); serial fabularno-dokumentalny
9:20 Malanowski i partnerzy (547); serial fabularno-dokumentalny
9:50 Dzień, który zmienił moje życie (132); serial paradowumentalny
10:50 Małolaty (30); serial paradowumentalny. Zosia, uczennica prywatnego liceum, zakochuje się w nauczycielu języka angielskiego, Piotrze. Wyznaje mu miłość, ale on odrzuca jej załoty. Nastolatka...
11:50 Na ratunek 112 (59); serial paradowumentalny
12:20 Na ratunek 112 (60); serial paradowumentalny
12:50 Trudne sprawy (286); serial paradowumentalny
13:50 Stoiki (30); serial paradowumentalny
14:50 Dlaczego ja? (699); serial paradowumentalny. Adam wjeżdża nocą w bramę garażu. Sąsiad wzywa policję. Dochodzi do kłótni. Badanie wykazuje, że Adam był pijany. Zna mężczyzny...
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja; magazyn reportażowy
16:40 Gliniarze (91); serial paradowumentalny
17:40 Trudne sprawy (214); serial paradowumentalny
18:50 Wydarzenia; magazyn informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (305); serial komediowy. Ferdynand Kiepski całe dnie spędza przed telewizorem z puszką piwa w ręku. Dom musi utrzymywać z pensji pielęgniarke jego żona...
20:05 Megahit: Terminator: Ocalenie; thriller SF, Niemcy/Wielka Brytania/USA/Włochy 2009
22:25 Strażnik granicy; film sensacyjny, USA 2008; sensacyjny Agent służb granicznych zamierza rozbić bandę przemytników. W tej walce jest zdany tylko na siebie.

04:00 Bad Boys 2; film sensacyjny, USA 2003
3:45 Tajemnice Iosu; program rozrywkowy. Program emitowany na żywo, w którym wróżki udzielają porad widzom dzwoniącym do studia

TVN

05:30 Uwaga! (5018) - program
06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 Wydział Śledczy (992) - program kryminalny
07:50 Gotowi na sezon (8/13) - program
08:00 19+ (85/150) - program
08:35 Szkoła (217) - program
09:35 Kuchenne rewolucje 6 (11/13) - program kulinarno-rozrywkowy
10:35 Ukryta prawda (475) - program obyczajowy
11:35 Szpital (361) - program obyczajowy
12:35 Kryminalni (4/13) - serial kryminalny, Polska (994) - program kryminalny
14:20 W-11 Wydział Śledczy (996) - program kryminalny
16:00 Szkoła (218) - program
17:00 Ukryta prawda (476) - program obyczajowy
18:00 Szpital (362) - program obyczajowy
19:00 Fakty (7145)
19:35 Sport (7128)
19:45 Pogoda (7125)
19:50 Uwaga! (5019) - program
20:10 Doradca smaku - Pieczony indyk w słodko-ostrym sosie (1/40) - program
20:15 Na Wspólnej 15 (2516) - serial obyczajowy, Polska
20:55 Projekt Lady 2 (7/12) - program
21:55 Sekrety lekarzy 3 (11/12) - reality show
22:55 Ostre cięcie 7 (10/12) - program
23:40 Zony Hollywood 3 (7/12) - program
00:40 Co za tydzień (809) - magazyn
01:15 The Following (2/15) - serial sensacyjny, USA



02:15 Uwaga! (5019) - program
02:40 Moc Magii (199/355) - program
04:00 Nie straconego

TV PULS

06:00 To moje życie!; telenowela, Turcja 2015
07:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
08:00 Nash Bridges; fabularny, USA 2001
09:00 Nash Bridges; fabularny, USA 2001
10:00 Napisła: Morderstwo; fabularny, USA 1989
11:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 15
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 17
13:50 Zbuntowany anioł; telenowela, Argentyna 1998; odc. 107
14:50 Zbuntowany anioł; telenowela, Argentyna 1998; odc. 108
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 19
16:35 13 Posterunek 2; fabularny; Polska 2000; odc. 11
17:15 13 Posterunek 2; fabularny; Polska 2000; odc. 12
17:50 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
18:10 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
18:35 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
19:05 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
19:30 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
20:00 Lek pierwotny; horror, 2007. Amerykańska ekipa telewizyjna przemierza najmłodsze zakamarki Afryki w poszukiwaniu bestii, która pustoszy okolicę...
21:55 Cień; horror, USA 2008. Nic nie zapowiadało, że romantyczna rocznicowa randka zakończy się dla Polly i Setha na opuszczonej stacji benzynowej, gdzieś pośród amerykańskich bezdroży...
23:30 Oblicze strachu; akcja, USA 2005
01:40 Taki jest świat; factual; Polska 2017
02:15 Ale numer!; Polska
02:55 Kręcimy z gwiazdami; factual; Polska 2012; odc. 10: Feel na koncercie w Poiracu
03:25 Biesiada na cztery pory roku; factual; Polska 2015
03:55 Biesiada na cztery pory roku; factual; Polska
04:20 Biesiada na cztery pory roku; factual; Polska
04:50 Twój Puls; fabularny; Polska 2015
05:35 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

05:40 Wszystko przed nami; odc. 26; telenowela TVP
06:10 Na sygnale; odc. 139 „Stop”; serial fabularny TVP
06:40 Na sygnale; odc. 140 „Dla ciebie, mamo”; serial fabularny TVP
07:15 O mnie się nie martw; odc. 1/13; serial komediowy TVP; Polska (2016); reż.:Maciej Bochniak; wyk.:Katarzyna Ankuodowicz, Katarzyna Maciąg, Krzysztof Stelmazyk, Wojciech Solarz
08:15 M jak miłość; odc. 594; serial TVP
09:10 Czerdziesiątolatek; odc. 11/21; serial TVP
10:05 Rodzinka.pl; odc. 77 „Święta”; serial komediowy TVP
10:35 Rodzinka.pl; odc. 78 „Kara”; serial komediowy TVP
11:15 Ranczo; odc. 4 - Otrzeźwienie; serial TVP
12:15 Ranczo; odc. 5 - Wieść gminna; serial TVP
13:20 Ojciec Mateusz; odc. 207 - Dębowa Górka; serial kryminalny TVP
14:15 Ojciec Mateusz; odc. 208 - Porzeczki; serial kryminalny TVP
15:10 Na dobre i na złe; odc. 536 - Unik; serial TVP
16:10 Na sygnale; odc. 140 „Dla ciebie, mamo”; serial fabularny TVP
16:40 Ranczo; odc. 6; serial TVP
17:40 Ranczo; odc. 7; serial TVP
18:45 Rodzinka.pl; odc. 79; serial komediowy TVP
19:20 Ojciec Mateusz; odc. 209; serial TVP
20:15 Wspaniałe stulecie; odc. 120; serial; Turcja (2011)



21:20 Ranczo; odc. 8 - Kozy ofiarne; serial TVP
22:20 Ranczo; odc. 9 - Odwyk i antykoncepcja; serial TVP
23:25 Ojciec Mateusz; odc. 210 - Reggae; serial kryminalny TVP
00:20 O mnie się nie martw; odc. 2/13; serial komediowy TVP
01:20 Głina; odc. 5/25; serial kryminalny TVP
02:30 Głina; odc. 6/25; serial kryminalny TVP
03:35 Czerdziesiątolatek; odc. 11/21 - Cudze nieszczęście, czyli świadek obrony; serial TVP
04:35 M jak miłość; odc. 594; serial TVP

TVP ROZRYWKA

05:50 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju - 29
06:20 Makłowicz w podróży – Podróż 43 Kanada - Quebec (167) Ville de Quebec
06:55 Okrasa łamie przepis – Więprzowina PQS
07:35 Kraj się śmieje – regiony i rejony (1); program kabaretowy
08:35 Magiczny świat Luca; /23/; Francja (2016)
09:05 Kabaretowy Klub Dwójki (13) - Góry, góralszczyzna; widowisko rozrywkowe
09:55 Kierunek Wakacje; /3/; program rozrywkowy
10:55 Muzeum Polskiej Piosenki; /33/- „Wars wita was” - Waly Jagiellońskie
11:10 Ubidu; odc. 21; quiz muzyczny
12:10 Życie to Kabaret – Kolacyjna tv - Kabaret Łowcy; odc. 5 - Bieda i miłość; program rozrywkowy
13:15 Życie to Kabaret – Łowcy śmiechu - Kabaret Moralnego Niepokoju (2); program kabaretowy
14:10 Magiczny świat Luca; /23/; Francja (2016)
14:40 Kabaretowa Mapa Polski – Opole 2000 - Kabaret
15:45 Kabaretowa Mapa Polski – Kabaret wakacje z duchami 2014 (1-2)
17:50 Okrasa łamie przepis – Kuchnia Śląska
18:25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (62) - Polacy na Madagaskar; cykl reportaży
18:55 Makłowicz w podróży – Podróż 43 Kanada - Quebec (168) Pierwsze nacje; magazyn kulinarny
19:35 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju - 29
20:15 Mój pierwszy raz (51); talk-show
21:15 Kabaretowy Klub Dwójki (17) - Dzik Zachód
22:10 Kocham Cię, Polsko!; odc. (8); zabawa quizowa
23:50 Niezapomniane Koncerty – XXIX Międzynarodowe Spotkania Zespołów Cygańskich Romane Dyvesa w Gorzowie Wlkp; widowisko
01:10 Niezapomniane Koncerty – Biesiada włoska (1); koncert
02:15 Dzięki Bogu już weekend (32)
03:25 Rozrywka Retro – Sceniczny Parawan Artura I

TVN7

05:30 Ukryta prawda (392) - magazyn obyczajowy
06:30 Szpital (111/149) - program obyczajowy
07:25 Sąd rodzinny (40/52) - program sądowy
08:25 39 i pół 3 (7) - serial komediowy, Polska
09:25 Dr House VI (13/22) - serial obyczajowy, USA
10:25 Mango Telezakupy
12:00 Ukryta prawda (322) - program obyczajowy
13:00 Sąd rodzinny (43/52) - program sądowy
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (285) - program sądowy
15:00 Szpital (112/149) - program obyczajowy, USA
16:00 Chirurdzy (7/9) - serial, USA
17:00 Dr House VI (15/22) - serial obyczajowy, USA



18:00 Dr House VI (16/22) - serial obyczajowy, USA
19:00 Ukryta prawda (323) - program obyczajowy
20:00 Będziecie nas pamiętać - film obyczajowy, USA 2012, reżyseria: David Chase, obsada: John Magaro, Jack Huston, Will Brill, James Gandolfini, Bella Heathcote



22:20 Lista klientów (10) - serial, USA
23:20 Masters Of Sex (10/12) - serial, USA
00:40 Facet z ogłoszenia - komedia, USA 2005, reżyseria: Gary David Goldberg, obsada: John Cusack, Elizabeth Perkins, Christopher Plummer, Dermot Mulroney, Stockard ChanningDiane Lane



02:45 Moc Magii (199/355) - program

TVN STYLE

05:30 Miasto Kobiet 17 (2/12) - talk show
06:30 Idealna niania 7 (9/12) - program obyczajowy
07:15 Beauty ekspert (10) - magazyn lifestylowy
07:45 Sablewskiej sposób na modę 6 (4/12) - program rozrywkowy
08:30 Sekrety chirurgii (12) - reality show
09:30 Afera fryzjera 2 (6/12) - program rozrywkowy
10:15 Sablewskiej sposób na modę 3 (3/6) - program rozrywkowy
11:00 Perfekcyjna Pani Domu 2 (10/12) - program rozrywkowy
12:00 Kuchenne rewolucje (8) - program kulinarno-rozrywkowy
13:00 Apetyt na miłość 3 (4/12) - program rozrywkowy
14:00 Co za tydzień (809) - magazyn
14:35 Pani Gadzet EXTRA - magazyn
15:05 Misja Pies (8/12) - program
15:35 W czym do ślubu? (2/10) - reality show
16:05 Na pomoc rodzicom 2 (1/6) - reality show
17:10 Ugotowani 9 (6/13) - program kulinarno-rozrywkowy
18:10 Kuchenne rewolucje 3 (3/12) - program kulinarno-rozrywkowy
19:10 Sablewskiej sposób na modę 5 (13) - program rozrywkowy
19:55 Afera fryzjera 3 (6/12) - program rozrywkowy
20:40 Sablewskiej sposób na modę 8 (4/12) - program rozrywkowy
21:25 Misja Pies (9/12) - program
21:55 Pani Gadzet 13 (5/12) - magazyn
22:25 W roli głównej - Renata Kaczoruk (4/8) - talk show
22:55 W dobrym stylu 2 (4/12) - program lifestylowy
23:40 Afera fryzjera 5 (6/12) - program rozrywkowy
00:25 Gwiazdy Hollywood: Grzeszki sław - dokument
01:25 Moje życie (3/10) - program
01:55 W roli głównej - Robert Lewandowski (2/7) - talk show
02:25 W roli głównej - Tomasz Kot (5/6) - talk show
02:50 W roli głównej - Jacek Koman (2/8) - talk show
03:20 Wiem, co jem 6 (3/16) - magazyn
03:45 Wiem, co jem 5 (7/10) - magazyn
04:15 Wiem, co jem 3 (12/16) - magazyn
04:40 Wiem, co jem (1/16) - magazyn

TVP SPORT

07:50 Piłka nożna – Złoty Puchar CONCACAF 2017: 1/2F (2)
10:00 Pływani; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 2 - eliminacje
12:30 Piłka nożna; Turniej Mistrzów Real Madryt - Manchester United
14:25 Sportowy dokument
15:05 Tenis Poznań Open
16:25 Magazyn kolarski
16:45 Magazyn pływacki FINA
17:25 Pływani; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 2
19:40 Piłka nożna; Złoty Puchar CONCACAF 2017: skróty 1/2 F
20:20 4-4-2
20:45 4-4-2
21:20 Piłka nożna; Turniej Mistrzów Real Madryt - Manchester United
22:30 Sportowy Wieczór
23:05 Pływani; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 2

POLSAT SPORT

7:00 Siatkówka kobiet; World Grand Prix: Korea Południowa - Polska
9:00 The World Games - Wrocław 2017: Wrotkarstwo szybkie; wyścig na torze ulicznym
12:30 Magazyn kolarski; magazyn sportowy
13:00 The World Games - Wrocław 2017: Futbol amerykański; mecz o 3. miejsce
16:00 Atleci; magazyn sportowy. Atleci to magazyn dla wszystkich, którzy kochają sport. W programie relacje z imprez, rozmowy z gwiazdami, a także praktyczne porady...
16:30 The World Games - Wrocław 2017: Wrotkarstwo szybkie; wyścig na torze ulicznym
19:00 The World Games - Wrocław 2017: Futbol amerykański; mecz finałowy
22:30 The World Games - Wrocław 2017; studio
23:00 The World Games - Wrocław 2017; magazyn podsumowujący. Zbiór najciekawszych wydarzeń z aren 10. Igrzysk Sportów Nieolimpijskich. W The World Games bierze udział prawie 3,5 tysiąca sportowców reprezentujących...
03:00 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka; gimnastyka
2:00 Sporty walki: KSW.

TVP3 KATOWICE

07:00 Ocalony świat; odc. 4 Gorąco i sucho; cykl dokum.
08:00 Co niesie dzień
08:10 Pogoda
08:15 Jedź bezpiecznie; odc. 654; magazyn
08:30 TELEZAKUPY
08:55 Telekurier
09:30 Czytanie Puszki; odc. 7 Zubry pod płotem; reportaż; Polska (2014)
09:55 Pogoda
10:00 Co niesie dzień
10:25 Plebania; odc. 912
10:50 Polskie Inwestycje Strategiczne; odc. 3 Grupa Azoty 1; magazyn
11:05 Operacja Życie; odc. 30; cykl dokum.; Polska (2012)
11:40 Z Andruszem po Galijsi - Rzeszów
12:10 Moda na rodzinę; odc. 51; magazyn
12:45 Co niesie dzień
13:05 TELEZAKUPY
13:20 Agrobiznes
13:45 Agropogoda; magazyn
13:50 AgroMoc; odc. 4; magazyn
14:15 Proboszcz Majdanka; film dokum.; Polska (2006)
15:10 Listy do PRL-u
15:15 Smaki polskie
15:35 Zakończ się w Polsce; odc. 22 Księstwo Świdnicko-Jaworskie
16:00 Telekurier
16:20 Pogoda
16:30 Poza słowami; reportaż
16:45 Dziennik regionów
17:00 TELEZAKUPY
17:32 POGODA
17:35 CREDDO. Magazyn ekumeniczny
17:50 Karkki z kalendara
18:00 Szczęśliwa przez las – Zwierzątka na pokaz; cykl rep.
18:20 Zgadnij! Napisz! Wygra!
18:30 Aktualności
18:52 Wieczorne wiadomości sportowe
19:05 Magazyn Miteo
19:10 Kronika regionu
20:01 Dokument w obiektywie
20:31 Zaproszenie - Dzwony, łajki, Szewki i gospel.
20:55 POGODA
21:00 Kwadrans w ogrodzie
21:15 Nasze Beskidy; magazyn
21:30 Aktualności Wieczorne
21:45 Wieczorny magazyn sportowy TVP Katowice
21:55 POGODA
22:00 Dziennik Regionów
22:20 Echa dnia
22:40 Pogoda
22:45 Poza słowami; reportaż
23:05 Telekurier
23:35 Proboszcz Majdanka; film dokum.; Polska (2006)
00:30 Listy do PRL-u
00:40 Zakończ się w Polsce; odc. 22 Księstwo Świdnicko-Jaworskie; magazyn
01:20 Rączka gotuje
01:45 Moda na rodzinę; odc. 51
02:20 Jedź bezpiecznie; odc. 654; magazyn
02:40 Proboszcz Majdanka; film dokum.; Polska (2006)
03:45 Echa dnia
04:05 Agrobiznes
04:25 Pogoda
04:30 Poza słowami; reportaż
04:50 AgroMoc; odc. 4; magazyn
05:10 Dziennik Regionów
05:35 Telekurier
06:00 Plebania; odc. 912
06:20 Smaki polskie
06:35 Czytanie Puszki; odc. 7 Zubry pod płotem; reportaż

TVP HISTORIA

06:55 Był taki dzień – 24 lipca; felieton
07:00 Historia Polski – Akcja „Wista”; film dokum.; Polska (1992)
08:10 Wojciech Cejrowski – boso przez świat; odc. 40 - Amazonka; cykl report.
08:40 Zakończ się w Polsce; odc. 22 Księstwo Świdnicko - Jaworskie; magazyn; Polska (2016)
09:10 W labiryncie; odc. 31 - Rocznicza; serial TVP
09:45 Było, nie minęło – kronika zwładowców historii.. - Kuryłówka 6. V. 1945
10:20 Egipt; cz. 6/6 Sekrety Hieroglifów; serial; Wielka Brytania (2005)
11:25 Ludzie rzeki – Nil Blekitny 1/2; serial dokum.; Francja (2014)
12:30 Tredowata; melodramat; Polska (1976)
14:10 Sensacje XX wieku – Stalin – droga do władzy; /1/; cykl dokumentalny
14:35 Sensacje XX wieku – Stalin - droga do władzy; /2/; cykl dokumentalny
15:00 Encyklopedia II wojny światowej – U - boot cz. 1; cykl dokumentalny
15:35 Spór o historię – Rząd Sikorskiego; debata
16:20 Siła strachu; film dokumentalny; Polska (2017); reż.:Włodzimierz Kuliński
17:20 Ex Libris; odc. 300; magazyn
17:45 Imperium miłości; odc. 35; serial; Turcja (2014)
18:40 Flesz historii; odc. 348; cykl reportaży
19:00 Sensacje XX wieku – Stalin – droga do władzy; /3-4/; cykl dokumentalny
19:50 Było, nie minęło – kronika zwładowców historii.. - Rzeczpospolita podchorążacka
20:25 Rosja. Podróż z Jonathanem Dimbleby’em – Wiejskie sprawy; odc. 2; cykl dokumentalny; Wielka Brytania (2008)
21:40 Na kłopoty... Bednarski; odc. 3/7 - Złote runo; serial TVP
22:45 Amerykańska broń; odc. 7. Od wojny wietnamskiej do dziś; serial dokum.; Kanada
23:40 Żołnierze niezłomni
00:45 Widziałam – Piramidy I Poeci; reportaż; Polska (1997); Dozwolone od lat 18
01:25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat; odc. 40 - Amazonka; cykl reportaży
02:05 Na kłopoty... Bednarski; odc. 3/7 - Złote runo; serial TVP

TVP1

05:15 TELESZAKUPY
05:55 Dr Quinn; odc. 3/28; serial; USA (1995)
06:50 Natura w Jedyńce – Enklawy dzikiej przyrody cz. 14. Stawonogi i my; cykl dokum.; Wielka Bryt.
07:20 Natura w Jedyńce – Cudowny świat przyrody. Nieustraszone drapieżca. Trzmieliod czubaty. Tajwan; serial dokum.; Japonia (2014)
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:40 Elif; odc. 55; serial; Turcja (2014)
09:35 Wspaniałe stulecie; odc. 138; serial; Turcja
10:35 Dr Quinn; odc. 4/28; serial; USA (1995)
11:30 Obserwator; cykl rep.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda; magazyn
12:30 To się opłaca – Wsparcie gospodarstw zagrożonych ASF; mag.
12:50 Natura w Jedyńce – Enklawy dzikiej przyrody; cz. 15. Stawonogi i niezastąpione ogniu; cykl dokum.; Wielka Bryt.
13:20 Natura w Jedyńce – Cudowny świat przyrody. Kolebka morskiego życia. Shiretoko. Japonia; serial dokum.; Japonia (2014)
14:00 Elif; odc. 56; serial; Turcja (2014)
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:20 Teo - ria smaku Teo Vafidisa; (s. II odc. 9)
15:55 Czarne chmury; odc. 4/10; serial TVP
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat; serial TVP
17:55 Jaka to melodia?; odc. 3491; teleturniej muz.
18:40 Zraniona miłość; serial
20:00 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 Pogoda
20:20 Rozdarte serca; odc. 67; serial; Turcja (2014)
21:20 Rozdarte serca; odc. 68; serial; Turcja (2014)
22:10 El Principe – dzielnica zła; odc. 27; serial; Hiszpania (2014)



23:05 Matecznik; film dokum.; Polska (2016)
00:15 Wichry wojny; odc. 7; serial; USA (1983)
02:45 Dom; odc. 4/25; serial TVP
04:25 Notacje – Danuta Kobylńska - Walas. Kapitan Zaba; cykl dokum.

TVP2

06:05 Rodzinka.pl; odc. 101 „Bez mieszkania”; serial komediowy TVP
06:40 Program ekumeniczny
07:05 M jak miłość; odc. 84
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia; odc. 1662; serial TVP
11:35 Na dobre i na złe; odc. 418 - Amazonki; serial TVP
12:40 Tysiąc i jedna noc; odc. 106; serial; Turcja (2006)
13:35 Na sygnale; odc. 4; serial fabularyzowany TVP



14:05 Włoska kuchnia jak u babci; odc. 11/13 Bari; cykl dokumentalny; Holandia (2013)
14:35 Afryka od kuchni; odc. 11/13 Jima, Etiopia; cykl dokumentalny; Holandia (2013); reż.: Tom Whitworth
15:10 M jak miłość; odc. 1284; serial TVP



16:10 Ojciec Brown; odc. 55; serial kryminalny; Wielka Brytania (2013)
17:05 Cena miłości; odc. 89; serial; Turcja (2011)
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu; 2/97; teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu; 3/97; teleturniej
20:05 Kocham Cię, Polsko! odc. (7); zabawa quizowa komedia; USA (1994)
00:10 Świat bez fikcji – Mali ludzie, wielkie marzenia; film dokumentalny; Francja (2014)
01:20 Złoto dezertarów; komedia; Polska (1998); reż.: Janusz Majewski; wyk.: Bogusław Linda, Wiktor Zborowski, Katarzyna Figura, Piotr Gąsowski, Jan Englert, Piotr Machalica, Leonard Pietraszk, Paweł Deląg, Artur Zmijewski
03:30 Zabójcze umysły; odc. 83; serial; USA (2007)
04:20 Zabójcze umysły; odc. 84; serial; USA (2007)
05:10 Mali ludzie, wielkie marzenia; film dokumentalny; Francja (2014)

POLSAT

5:00 Disco gramy; program muzyczny
6:00 Nowy dzień z Polsat News; program informacyjny
7:50 Trudne sprawy (156); serial paradokumentalny
8:50 Malanowski i partnerzy (548); serial fabularno-dokumentalny
9:20 Malanowski i partnerzy (550); serial fabularno-dokumentalny
9:50 Dzień, który zmienił moje życie (133); serial paradokumentalny
10:50 Małolaty (31); serial paradokumentalny. Zbuntowana nastolatka Aska poznaje w klubie 19-letniego Darka. Wbrew radom starszej siostry, która jest policjantką, zaczyna się z nim spotykać...
11:50 Na ratunek 112 (61); serial paradokumentalny. Magda sprząta mieszkanie. Bez zapowiedzi pojawia się u niej koleżanka Aleksandra, która widząc Magdę w ferworze prac postanawia szybko się...
12:20 Na ratunek 112 (62); serial paradokumentalny. Kasia przygotowuje krewetki, których jej chłopak nigdy nie jadł. Po posiłku okazuje się, że prawdopodobnie jest on uczulony na owoce...
12:50 Trudne sprawy (287); serial paradokumentalny
13:50 Siołki (31); serial paradokumentalny
14:50 Dlaczego ja? (700); serial paradokumentalny. Damian, świeżo upieczony ojciec, wychodzi z córką do sklepu. Niemowlę zostaje oprowadzone przez obcą kobietę i podmienione na inne dziecko....
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja; magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (92); serial paradokumentalny
17:40 Trudne sprawy (215); serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia; magazyn informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (306); serial komediowy
20:05 Bad Boys 2; film sensacyjny; USA 2003
23:15 Wyciąg z czasem; thriller; USA 2003
1:45 Last Vegas; komedia obyczajowa; USA 2013
3:55 Tajemnice losu; program rozrywkowy. Program emitowany na żywo, w którym wróżki udzielają porad widzom

TVN

05:30 Uwaga! (5019) - program
06:00 Mango - Teleszakupy
07:05 W-11 Wydział Śledczy (996) - program kryminalny
07:50 Doradca smaku - Pieczony indyk w słodko-ostrym sosie (1/40) - program
08:00 19+ (86/150) - program
08:35 Szkoła (218) - program
09:35 Kuchenne rewolucje 6 (12/13) - program kulinarno-rozrywkowy
10:35 Ukryta prawda (476) - program obyczajowy
11:35 Szpital (362) - program obyczajowy
12:35 Kryminalni (5/13) - serial kryminalny, Polska
13:40 W-11 Wydział Śledczy (997) - program kryminalny
14:20 W-11 Wydział Śledczy (998) - program kryminalny
15:00 Kuchenne rewolucje 11 (6/13) - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 Szkoła (219) - program
17:00 Ukryta prawda (477) - program obyczajowy
18:00 Szpital (363) - program obyczajowy
19:00 Fakty (7146)
19:35 Sport (7129)
19:45 Pogoda (7126)
19:50 Uwaga! (5020) - program
20:10 Doradca smaku - Kolorowe chilli con carne (3/40) - program
20:15 Na Wspólnej 15 (2517) - serial obyczajowy, Polska
20:55 Infiltracja - film sensacyjny; USA/Hong Kong 2006, reżyseria: Martin Scorsese, obsada: Leonardo DiCaprio, Matt Damon
00:05 Suma wszystkich strachów - film sensacyjny; USA/Niemcy 2002



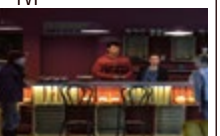
02:35 Pamiętniki wampirów 3 (15/22) - serial horror, USA
03:40 Uwaga! (5020) - program
04:05 Moc Magii (200/355) - program
05:20 Nie straconego

TV PULS

06:00 To moje życie!; telenowela, Turcja 2015
07:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
08:00 Nash Bridges; fabularny, USA 2001
09:00 Nash Bridges
10:00 Napisał: Morderstwo; fabularny, USA 1989
11:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 16
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles; odc. 18
13:50 Zbuntowany anioł; telenowela, Argentyna 1998; odc. 109
14:50 Zbuntowany anioł; telenowela, odc. 110
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 20
16:35 13 Posterunek 2; fabularny; Polska 2000; odc. 12
17:10 13 Posterunek 2; odc. 13
17:50 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
18:10 Gwiazdy lombardu
18:35 Gwiazdy lombardu
19:05 Gwiazdy lombardu
19:30 Gwiazdy lombardu
20:00 Momentum; akcja, USA, RPA 2015. Alexis (Olga Kurylenko) za sprawą swojego partnera bierze udział w wielkiej kradzieży. Obiecując sobie, że to już ostatni skok w jej życiu. Planowana kradzież drogocennych diamentów ma ich ustawić na resztę życia. Okazuje się jednak, że szlachetne kamienie były jedynie przynętą...
21:55 Desperado; akcja, USA 1995. El Mariachi to nie tylko zdolny gitarzysta, ale i sprawny strzelec. Chcąc pomścić morderstwo swojej ukochanej, przybywa do małego miasteczka w Meksyku...
23:55 Ale numer!; Polska
00:30 Z archiwum policji; fab; Polska 2010; odc. 8
01:00 Dyzur; factual; Polska; Polska 2009; odc. 15
01:30 Biesiada na cztery pory roku; factual; Polska
02:00 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
02:30 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:00 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:25 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:50 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
04:30 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011
04:50 Twój Puls; fabularny; Polska 2015
05:35 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

05:55 Wszystko przed nami; odc. 27; telenowela TVP
06:25 Na sygnale; odc. 140 „Dla ciebie, mamo”; serial fabularyzowany TVP
06:55 Na sygnale; odc. 141 „Dr Hans”; serial fabularyzowany TVP
07:30 O mnie się nie martw; odc. 2/13; serial komediowy TVP
08:30 M jak miłość; odc. 595; serial TVP
09:25 Czerdziesiąteoklet; odc. 12/21 - Nowy zastępca, czyli meteor; serial TVP
10:35 Rodzinka.pl; odc. 79 „O jeden promil za daleko”; serial komediowy TVP
11:10 Ranczo; odc. 5 - Wieść gminna; serial TVP
12:15 Ranczo; odc. 6 - Racja gminy; serial TVP
13:15 Ojciec Mateusz; odc. 208 - Porzeczki; serial kryminalny TVP
14:15 Ojciec Mateusz; odc. 209 - Nauczyciel; serial kryminalny TVP
15:10 Na dobre i na złe; odc. 537 - Rodzina; serial TVP
16:10 Na sygnale; odc. 141 „Dr Hans”; serial fabularyzowany TVP
16:40 Ranczo; odc. 7 - Podwójny agent; serial TVP



17:40 Ranczo; odc. 8 - Kozy ofiarne; serial TVP
18:45 Rodzinka.pl; odc. 80 „Zachcianki”; serial komediowy TVP
19:20 Ojciec Mateusz; odc. 210 - Reggae; serial kryminalny TVP
20:20 Wspaniałe stulecie; odc. 121; serial; Turcja (2011)
21:25 Ranczo; odc. 9 - Odwyk i antykoncepcja; serial TVP
23:30 Ojciec Mateusz; odc. 211 - Napad doskonały; serial kryminalny TVP
00:25 O mnie się nie martw; odc. 3/13; serial komediowy TVP
01:20 Strazacy; odc. 6/10; serial TVP
02:20 Strazacy; odc. 7/10; serial TVP
03:15 Czerdziesiąteoklet; odc. 12/21 - Nowy zastępca, czyli meteor; serial TVP
04:20 M jak miłość; odc. 595; serial TVP

TVP ROZRYWKA

05:45 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju - 30
06:15 Makłowicz w podróży – Podróż 43 Kanada - Quebec (168) Pierwsze nacje; magazyn kulinarny
06:50 Okrasa łamie przepis – Kuchnia śląska
07:30 Kraj się śmieje – regiony i rejony (2)
08:25 Magiczny świat Luca; /24/; Francja (2016)
08:55 Kabaretowy Klub Dwójki (17) - Dłki Zachód
09:55 Hity kabaretu (21) - Gospodyni księdza i inne hity Kabaretu Nowaki
10:55 Muzeum Polskiej Piosenki; /34/ - „Chłopcy radarowcy” - Andrzej Rosiewicz
11:15 Smaczne Go! (4)
12:10 Życie to Kabaret – Grabowski jest dobry na wszystko. Aktor musi się przebrać (1-2)
14:15 Magiczny świat Luca; /24/; Francja (2016)
14:45 Kabaretowa Mapa Polski – XVIII Festiwal Kabaretu Koszalin 2012. „SPA KOSZALIN” Terapia śmiechem
15:45 Kabaretowa Mapa Polski – XVIII Festiwal Kabaretu Koszalin 2012. „SPA KOSZALIN” Rytuał humoru
16:50 Kabaretowa Mapa Polski – XVIII Festiwal Kabaretu Koszalin 2012. „SPA KOSZALIN”
17:55 Okrasa łamie przepis – Kuchnia wielkopolska - kefir; magazyn kulinarny
18:25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (63) - Recykling; cykl reportażi
18:55 Makłowicz w podróży – Makłowicz w podróży. Podróż 44 - Sardynia (169) Costa Smeralda; magazyn kulinarny
19:35 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju - 30
20:15 Mój pierwszy raz (52); talk-show
21:15 Kabaretowy Klub Dwójki (18) - Bajki
22:15 Bake off – Ale ciacho! (10); widowisko
23:10 Bake off – Ale przepis (10)
23:25 Na festiwalowej scenie – Halina Kunicka
23:50 Muzeum Polskiej Piosenki czyli historia jednego przeboju; /3/ - widowisko
00:55 Jest okazja (1); widowisko
02:00 Kierunek Wakacje; /3/; program rozrywkowy
02:45 Rozrywka Retro – Teleperele (2)

TVN7

05:35 Szpital (112/149) - program obyczajowy
06:40 W-11 Wydział Śledczy (1151) - program kryminalny
07:25 Sąd rodzinny (43/52) - program sądowy
08:25 39 i pół 3 (8) - serial komediowy, Polska
09:25 Dr House VI (15/22) - serial obyczajowy, USA
10:25 Mango Teleszakupy
12:00 Ukryta prawda (323) - program obyczajowy
13:00 Sąd rodzinny (46/52) - program sądowy
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (286) - program sądowy
15:00 Szpital (113/149) - program obyczajowy
16:00 Chirurdzy (8/9) - serial, USA
17:00 Dr House VI (17/22) - serial obyczajowy, USA
18:00 Dr House VI (18/22) - serial obyczajowy, USA
19:00 Ukryta prawda (324) - program obyczajowy
20:00 Gra o przeżycie - film sensacyjny, USA 1994, reżyseria: Ernest Dickerson, obsada: Ice-T, Rutger Hauer, Gary Busey, Charles S. Dutton, F. Murray Abraham, John C. McGinley



22:05 Firefox - film sensacyjny, USA 1982, reżyseria: Clint Eastwood, obsada: Clint Eastwood, Freddie Jones, David Huffman, Warren Clarke, Ronald Lacey, Nigel Hawthorne
00:40 Czysty Geniusz (7/13) - serial, USA



TVN STYLE

05:45 66 czego pragną kobiety (3/7) - program
06:15 66 czego pragną kobiety (4/7) - program
06:45 Co za tydzień (809) - magazyn
07:15 Afera fryzjera 5 (6/12) - program rozrywkowy
08:00 Niezwykłe przypadki medyczne 3 (1/6) - program lifestylowy
08:30 Sekrety chirurgii 2 (1/13) - reality show
09:30 Afera fryzjera 2 (7/12) - program rozrywkowy
10:15 Sablewskiej sposób na modę 3 (4/6) - program rozrywkowy
11:00 Perfekcyjna Pani Domu 2 (11/12) - program rozrywkowy
12:00 Kuchenne rewolucje 2 (1/14) - program
13:00 Pani Gadzet 13 (5/12) - magazyn
13:30 Pani Gadzet EXTRA - magazyn
13:55 Pani Gadzet 10 (3/13) - magazyn
14:25 Wszystko o jedzeniu (2/14) - program lifestylowy
14:55 Oszczędne zakupy 2 (5/6) - serial, Wielka Brytania
16:10 Beauty ekspert (10) - magazyn lifestylowy
16:40 Niezwykłe przypadki medyczne 3 (1/6) - program lifestylowy
17:10 Mój gruby trener (4/10) - program rozrywkowy
18:10 Kuchenne rewolucje 3 (4/12) - program kulinarno-rozrywkowy
19:10 Sablewskiej sposób na modę 6 (1/13) - program rozrywkowy
19:55 Afera fryzjera 3 (7/12) - program rozrywkowy
20:40 36,6 (3/10) - program
21:40 Wiem, co jem i wiem, co kupuję 8 (6/12) - program lifestylowy
22:25 Domowe rewolucje (5/8) - program
23:25 I nie opuszczę Cię aż do ślubu 3 (12) - reality show
00:10 Apetyt na miłość 3 (4/12) - program rozrywkowy
02:15 W roli głównej - Dawid Podsiadło (3/7) - talk show
02:40 W roli głównej - Anna Mucha (6) - talk show
03:05 W roli głównej - Joanna Moro (3/8) - talk show
03:30 Wiem, co jem 6 (4/16) - magazyn
03:55 Wiem, co jem 5 (8/10) - magazyn
04:20 Wiem, co jem 3 (13/16) - magazyn
04:45 Wiem, co jem (2/16) - magazyn

TVP SPORT

08:00 Piłka nożna; 2 runda elim. Ligi Mistrzów - skrótki meczów Legii Warszawa z IFK Mariehamn
09:30 Pływani; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 3 - eliminacje
12:30 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Polski - Białystok
14:00 Lekkoatletyka - Mistrzostwa Polski - Białystok
15:40 4-4-2
16:10 4-4-2
16:45 Pełnosprawni
17:25 Pływanie; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 3
20:00 Piłka nożna; Turniej Mistrzów Real Madryt - Manchester United
21:00 Piłka nożna; Turniej Mistrzów Real Madryt - Manchester United
22:05 Piłkarskie dream teamy
22:35 Sportowy Wieczór
23:05 Pływanie; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 3

POLSAT SPORT

7:00 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka
8:00 The World Games - Wrocław 2017: Wrotkarstwo szybkie; wyścig na torze ulicznym
14:00 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka; skoki na trampolinie
15:00 The World Games - Wrocław 2017: Gimnastyka; skoki na ścieżce
20:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach: Czechy - Polska
22:00 The World Games - Wrocław 2017; studio
23:00 The World Games - Wrocław 2017; magazyn podsumowujący. Zbiór najciekawszych wydarzeń z aren 10. Igrzysk Sportów Nieolimpijskich. W The World Games bierze udział prawie 3,5 tysiąca sportowców reprezentujących...
0:30 The World Games - Wrocław 2017: Flisball

TVP3 KATOWICE

07:01 Hity Srebrnego ekranu
08:00 Co niesie dzień
08:10 Pogoda
08:15 Nozem i widelcem; odc. 130
08:30 TELESZAKUPY
08:55 Telekurier
09:30 Tańczący z naturą – Love storczyk; cykl dokum.
09:55 Pogoda
10:00 Co niesie dzień
10:25 Plebania; odc. 913
10:50 Temat Rzeka Słubice reportaż
11:05 Operacja Życie; odc. 31; cykl dokum.
11:40 Temat Rzeka Kostrzyn nad Odrą
12:30 W takówce – KS. Grzegorz Michalczyk
12:45 Co niesie dzień
13:05 TELESZAKUPY
13:20 Agrobiznes
13:50 Mój pies i inne zwierzaki
14:15 Było sobie miasteczko; film dokum.; Polska (2009)
15:10 Polska z Wodkiem (21) Krotoszyn
15:15 Nozem i widelcem; odc. 130
15:35 Z Andruszem po Galicji – Rzeszów
16:00 Telekurier
16:20 Pogoda
16:30 A kiedy przyjdzie czas; reportaż
16:45 Dziennik regionów
17:00 TELESZAKUPY
17:32 POGODA
17:35 Informator – KZK GOP
17:50 Kartki z kalendarza; magazyn
18:00 Bliżej natury
18:30 Aktualności
18:52 Wieczorne wiadomości sportowe
19:05 Magazyn Meteo
19:10 Piłkarska 3; magazyn
20:30 Kalejdoskop dobrych miejsc
20:45 Zgadnij! Napisz! Wygraj!
20:55 POGODA
21:00 Bliżej natury
21:30 Aktualności Wieczorne
21:45 Wieczorny magazyn sportowy TVP Katowice
21:55 POGODA
22:00 Dziennik Regionów
22:20 Echa dnia
22:40 Pogoda
22:45 A kiedy przyjdzie czas; reportaż
23:05 Telekurier
23:35 Było sobie miasteczko; film dokum.; Polska (2009)
00:30 W takówce – KS. Grzegorz Michalczyk
00:40 Z Andruszem po Galicji – Rzeszów
02:20 Nozem i widelcem; odc. 130
02:40 Było sobie miasteczko; film dokum.; Polska (2009)
03:35 W takówce – KS. Grzegorz Michalczyk
03:45 Echa dnia
04:05 Agrobiznes
04:25 Pogoda
04:30 A kiedy przyjdzie czas; reportaż
04:50 Mój pies i inne zwierzaki; magazyn
05:10 Dziennik Regionów
05:35 Telekurier
06:00 Plebania; odc. 913
06:20 Nozem i widelcem; odc. 130
06:35 Tańczący z naturą – Love storczyk; cykl dokum.

TVP HISTORIA

06:55 Był taki dzień – 25 lipca; feleton
07:00 Siła strachu; film dokum.; Polska (2017)
08:05 Wojciech Cejrowski – boso przez świat - odc 41 - Oaza wolności
08:40 Zakochaj się w Polsce; odc. 17 Szczecin; magazyn; Polska (2016)
09:10 W labiryncie; odc. 32 - Ucieczka; serial TVP
09:45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii - Rzeczpospolita podchorążacka
10:20 Kim Ki Dok; film dokum.; Polska (2006)
11:20 Ren. Dzikie świat rzeki; film dokum.; Niemcy
12:15 Koło historii – Katastrofa w cieniu atomowej zagłady; cykl reportaży; Polska (2016)
12:45 Rosja. Podróż z Jonathanem Dimbleby’em – Wiejskie sprawy; odc. 2; cykl dokumentalny; Wielka Brytania (2008)
14:00 Sensacje XX wieku – Stalin – droga do władzy; /3-4/; cykl dokumentalny
15:15 Encyklopedia II wojny światowej – U – boot cz. 2; cykl dokumentalny
15:45 Amerykańska broń; odc. 7 Od wojny wietnamskiej do dziś; serial dokum.; Kanada
16:45 Historia Polski – Ujeń – Józef Krzeptowski; cz. 1; film dokumentalny; Polska (1995)
17:45 Imperium miłości; odc 36; serial; Turcja (2014)
18:35 Seriale z Historią – Nowy Dwór Mazowiecki – Twierdza Modlin; część cz. 2; cykl dokum.; Polska
19:00 Sensacje XX wieku – Osaczeni; odc. 1-2; cykl dokumentalny
20:15 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii - Na styku dwóch żywiołów
20:45 Dyktator. Zajęcie dla wariatorów; film dokumentalny; Francja (2012); reż.: Alain Charlot
21:50 Na kłopoty... Bednarski; odc. 4/7 - Statek nadziei; serial TVP
22:55 Królów Kongresu Wiedeńskiego. Seks, kłamstwa i dyplomacja; dokument fabularyzowany; Niemcy, Austria (2013); reż.: Monika Czermin, Melissa Müller
24:00 Mała Moskwa; dramat; Polska (2008)
02:05 Wojciech Cejrowski – boso przez świat - odc 41 - Oaza wolności; cykl reportaży
02:40 Na kłopoty... Bednarski; odc. 4/7 - Statek nadziei; serial TVP

TVP1

05:20 TELEZAKUPY
05:55 Dr Quinn; odc. 4/28; serial; USA (1995)
06:50 Natura w Jedynce - Enklawy dzikiej przyrody cz. 15. Stawonogi - niezastąpione ogniwo; cykl dokum.; Wielka Bryt.
07:20 Natura w Jedynce - Cudowny świat przyrody. Kulebka morskiego życia. Shiretoko. Japonia; serial dokum.; Japonia (2014)
08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda poranna
08:35 Elif; odc. 56; serial; Turcja (2014)
09:35 Wspaniałe stulecie; odc. 139; serial; Turcja
10:35 Dr Quinn; odc. 5/28; serial; USA (1995)
11:30 Obserwator; cykl rep.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda; magazyn
12:30 Magazyn Rolniczy - Hodowla zwierząt w Wielkopolsce
12:50 Natura w Jedynce - Enklawy dzikiej przyrody cz. 16. Tajemnica sukcesu stawonogów; cykl dokum.; Wielka Bryt.
13:20 Natura w Jedynce - Cudowny świat przyrody. Mały amator wspinaczki. Góralęk przyłądkowy. Afryka; serial dokum.; Japonia (2014)
14:00 Elif; odc. 57; serial; Turcja (2014)
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Program kulinarny
15:55 Czarne chmury; odc. 5/10; serial TVP
16:45 Fundusze Europejskie - jak to działa? - flesz; odc. 7; felieton
17:00 Telexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisarz; serial TVP
17:55 Jaka to melodia?; odc. 3492; teleturniej muz.
18:40 Zraniona miłość; serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 TDP - kronika
20:10 Pogoda
20:20 Skrywana prawda; thriller; USA (2016)
22:00 Kryminalne zagadki Las Vegas; odc. 18/18; serial; Kanada, USA
22:55 Penderecki. Droga przez labirynt; film dokum.; Niemcy, Polska
00:25 Raban Miłosierdzia Bożego; film dokum.
01:20 Piłka nożna - Turniej Mistrzów FC Barcelona - Manchester United (studio)
01:30 Piłka nożna - Turniej Mistrzów FC Barcelona - Manchester United
03:45 Nasza armia.pl; odc. 274; magazyn
04:15 Kryminalne zagadki Las Vegas; odc. 18/18; serial; Kanada, USA

TVP2

06:35 Rodzinka.pl; odc. 102 „Nawarzyłeś piwa, to teraz jej pij”; serial komediowy TVP
07:05 M jak miłość; odc. 85
08:00 Pytanie na śniadanie
11:00 Barwy szczęścia; odc. 1663; serial TVP
11:35 Na dobre i na złe; odc. 419 - Koledzy; serial TVP
12:40 Tysiąc i jedna noc; odc. 107; serial; Turcja (2006)
13:35 Na sygnale; odc. 5; serial fabularyzowany TVP
14:05 Włoska kuchnia jak u babci; odc. 12/13 Polignano A Mare; cykl dokumentalny; Holandia (2013); reż.:Tomasz Abramzon
14:35 Afryka od kuchni; odc. 12/13 Kaloleni, Kenia; cykl dokumentalny; Holandia (2013); reż.:Tom Whitworth
15:05 M jak miłość; odc. 1285; serial TVP
16:10 Ojciec Brown; odc. 56; serial kryminalny; Wielka Brytania (2013)
17:05 Cena miłości; odc. 90; serial; Turcja (2011)
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu; 4/97; teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu; 5/97; teleturniej
20:05 Kino relaks - Kiedy Harry poznał Sally; komedia; USA (1989); reż.:Rob Reiner; wyk.:Billy Crystal, Meg Ryan, Carrie Fisher, Bruno Kirby
21:55 Pierwsza randka; (6)
23:00 Na sygnale; odc. 135; serial fabularyzowany TVP
23:30 Na sygnale; odc. 136 „Kwestia zasad”; serial fabularyzowany TVP
00:05 Inteligent w armii; komedia; USA (1994)
02:20 Piano; film dokumentalny; Polska (2015); reż.:Vita Maria Drygas
03:10 Stambuł od świtu do zmierzchu; cykl dokum.; Polska (2015)
03:50 VIII Płocka Noc Kabaretowa - Kabaretowa Igrzyska 2014



POLSAT

5:00 Disco gramy; program muzyczny
6:00 Nowy dzień z Polsat News; program informacyjny
7:50 Trudne sprawy (157); serial paradokumentalny
8:50 Malanowski i partnerzy (551); serial fabularno-dokumentalny
9:20 Malanowski i partnerzy (552); serial fabularno-dokumentalny
9:50 Dzień, który zmienił moje życie (134); serial paradokumentalny
10:50 Małolata (32); serial paradokumentalny, Adam i Bartek mieszkają na warszawskiej Pradze. Ich leniwy ojciec spędza czas na imprezach i bez troskich rozmowach z sąsiadami. Pewnego...
11:50 Na ratunek 112 (63); serial paradokumentalny, Mały Kacper traci przytomność. Ma w buzi białe zmiany. Rodzice dzwonią po pogotowie. Zachodzi podejrzenie zatrucia substancją żrącą. Podczas ostrzeżenia...
12:20 Na ratunek 112 (64); serial paradokumentalny
12:50 Trudne sprawy (288); serial paradokumentalny
13:50 Shoki (32); serial paradokumentalny
14:50 Dlaczego ja? (701); serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja; magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (93); serial paradokumentalny
17:40 Trudne sprawy (216); serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia; magazyn informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (307); serial komediowy
20:05 Świat według Kiepskich (511); serial komediowy
20:40 Last Vegas; komedia obyczajowa, USA 2013. Młodość to stan ducha. Starsi panowie porzucają ciepłe kapturki i ruszają na szaloną imprezę.
22:55 Studenci. komedia, USA 2008
1:00 Haker; komedia sensacyjna, Polska 2002
2:55 Tajemnice losu; program rozrywkowy. Program emitowany na żywo, w którym wróżki udzielają porad widzom dzwoniącym do studia

TVN

05:30 Uwaga! (5020) - program
06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 Wydział Śledczy (998) - program kryminalny
07:50 Doradca smaku - Kolorowe chilli con carne (3/40) - program
08:00 19+ (87/150) - program
08:35 Szkoła (219) - program
09:35 Kuchenne rewolucje 6 (13) - program kulinarno-rozrywkowy
10:35 Ukryta prawda (477) - program obyczajowy
11:35 Szpital (363) - program obyczajowy
12:35 Kryminalni (6/13) - serial kryminalny, Polska
13:40 W-11 Wydział Śledczy (999) - program kryminalny
14:20 W-11 Wydział Śledczy (1000) - program kryminalny
15:00 Kuchenne rewolucje 11 (7/13) - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 Szkoła (220) - program
17:00 Ukryta prawda (478) - program obyczajowy
18:00 Szpital (364) - program obyczajowy
19:00 Fakty (7147)
19:35 Sport (7130)
19:45 Pogoda (7127)
19:50 Uwaga! (5021) - program
20:10 Doradca smaku-Ciasto z bananami do góry nogami (6/40) - program
20:15 Na Wspólnej 15 (2518) - serial obyczajowy, Polska
20:55 Dom marzeń 2 (7/12) - program
21:55 Czas patriotów (Patriot Games) - film sensacyjny, USA 1992, reżyseria: Phillip Noyce, obsada: 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
00:15 Kuba Wojewódzki 10 (6/14) - talk show
01:15 Wybrani (10/23) - serial, USA
02:20 Uwaga! (5021) - program
02:45 Moc Magii (201/355) - program
04:05 Nie straconego



TV PULS

06:00 To moje życie!; telenowela, Turcja 2015
07:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
08:00 Nash Bridges; fabularny, USA 2001
09:00 Nash Bridges (551); serial fabularno-dokumentalny
10:00 Napisała: Morderstwo; fabularny, USA 1989
11:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 17
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles; odc. 19
13:50 Zbuntowany anioł; telenowela, Argentyna 1998; odc. 111
14:50 Zbuntowany anioł; telenowela, odc. 112
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 21
16:35 13 Posterunek 2; fabularny; Polska 2000; odc. 13
17:10 13 Posterunek 2; odc. 14
17:50 Gwiazdy lombardu; factual; USA 2014
18:10 Gwiazdy lombardu
19:05 Gwiazdy lombardu
19:30 Gwiazdy lombardu
20:00 Anakonda; akcja, Brazylia, Peru, USA 1997
21:35 Anakondy: Polowanie na Krwawa Orchidea; akcja; USA 2004. W głębi tropikalnego lasu na Borneo zostaje odkryty nowy gatunek rośliny o niezwykłych właściwościach - Czarna Orchidea. Serum z jej kwiatu może wyleczyć każdą chorobę. Grupa badaczy pod przywództwem Jacka wyrusza więc na wyspę, by zdobyć próbki. Niestety, kwiat zakwita co 7 lat i kwitnie tylko przez tydzień. Czasu nie ma więc zbyt wiele...
23:45 American Horror Story: Sabat; fabularny, USA 2013; odc. 11
00:40 Ale numer!; Polska
01:20 Taki jest świat; factual; Polska 2017
02:00 Z archiwum policji; fabularny; Polska 2010; odc. 10
02:35 Dyżur; factual; Polska; Polska 2009; odc. 16
03:00 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:25 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:50 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
04:20 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011
04:50 Twój Puls; fabularny; Polska 2015
05:35 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

05:40 Wszystko przed nami; odc. 28; telenowela TVP
06:10 Na sygnale; odc. 141 „Dr Hans”; serial fabularyzowany TVP
06:40 Na sygnale; odc. 142 „Kurs kolizyjny”; serial fabularyzowany TVP
07:15 O mnie się nie martw; odc. 3/13; serial komediowy TVP
08:15 M jak miłość; odc. 596; serial TVP
09:10 Czerdziestolatek; odc. 13/21 - Kozioł ofiarny, czyli rotacja; serial TVP
10:10 Rodzinka.pl; odc. 79 „O jeden promil za daleko”; serial komediowy TVP
10:35 Rodzinka.pl; odc. 80 „Zachcianki”; serial komediowy TVP
11:10 Ranczo; odc. 6 - Racja gminy; serial TVP
12:15 Ranczo; odc. 7 - Podwójny agent; serial TVP
13:20 Ojciec Mateusz; odc. 209 - Nauczyciel; serial kryminalny TVP
14:15 Ojciec Mateusz; odc. 210 - Reggae; serial kryminalny TVP
15:15 Na dobre i na złe; odc. 538 - Moja krew; serial TVP
16:10 Na sygnale; odc. 142 „Kurs kolizyjny”; serial fabularyzowany TVP
16:40 Ranczo; odc. 8 - Kozy ofiarny; serial TVP
17:40 Ranczo; odc. 9 - Odwyk i antykoncepcja; serial TVP
18:45 Rodzinka.pl; odc. 81 „Pytania egzystencjalne”; serial komediowy TVP
19:20 Ojciec Mateusz; odc. 211 - Napad doskonały; serial kryminalny TVP
20:15 Wspaniałe stulecie; odc. 122; serial; Turcja (2011)
21:20 Ranczo; odc. 10 - Porwanie; serial TVP
22:25 Ranczo; odc. 11 - Wspólny wróg; serial TVP
23:25 Ojciec Mateusz; odc. 212 - Wahadeko; serial kryminalny TVP
00:25 O mnie się nie martw; odc. 4/13; serial komediowy TVP
01:20 Nowa; odc. 5; serial TVP
02:20 Nowa; odc. 6; serial TVP
03:15 Czerdziestolatek; odc. 13/21 - Kozioł ofiarny, czyli rotacja; serial TVP
04:15 M jak miłość; odc. 596; serial TVP
05:05 Rodzinka.pl; odc. 79 „O jeden promil za daleko”; serial komediowy TVP

TVP ROZRYWKA

05:15 Humor w odcinkach - Tygodnik Moralnego Niepokoju - 31
05:45 Makłowicz w podróży. Podróż 44 - Sardynia (169) Costa Smeralda
06:15 Okrasa łamię przepis - Kuchnia wielkopolska - kefir; magazyn kulinarny
06:50 Kraj się śmieje - Partnerzy i rywale (1)
07:55 Magiczny świat Luca; /25/; Francaja (2016)
08:30 Kabaretowy Klub Dwójki (18) - Bajki
09:30 Bake off - Ale ciacho! (10); widowisko
10:30 Bake off - Ale przepis (10)
10:40 Muzeum Polskiej Piosenki; /48/ - „Bananowy song” - Vox
10:50 Muzeum Polskiej Piosenki; /31/ - „Zakręcona” - Reni Jusis
11:10 Mój pierwszy raz (51); talk-show
12:10 Życie to Kabaret - Pielgrzymka do miejsc śmiesznych - Kabaret Neo - Nówka
13:15 Życie to Kabaret - Herbatka z kabaretem (16); program rozrywkowy
14:10 Magiczny świat Luca; /25/; Francaja (2016)
14:40 Kabaretowy Mapa Polski - 4 Mazurska Noc Kabaretowa - Moja droga ja cie kocham - cz. 1-3
17:55 Okrasa łamię przepis - Steki z polskiej wołowiny
18:25 Wojciech Cejrowski - boso przez świat (64) - Szafir; cykl reportaży
18:55 Makłowicz w podróży - Makłowicz w podróży. Podróż 44 - Sardynia (170) Koral, korek i langusta
19:35 Humor w odcinkach - Tygodnik Moralnego Niepokoju - 31
20:15 Mój pierwszy raz (53); talk-show
21:05 KabareTOP Story; /6/ „Kubeczek”
21:20 Kabaretowy Klub Dwójki (15) - Węgrzy
22:20 Rodzina sama w domu (7); reality show
23:10 DISCOPOLAND (4)
23:40 Na festiwalowej scenie - Maryla Rodowicz; /cz. 1/
00:15 Niezapomniane Koncerty - IV Gala Piosenki Biesiadnej. Biesiada Śląska (1-2)
02:40 Kierunek Kabaret - Ruchome obrazy; /29/
03:45 Rozrywka Retro - Dinozaur ruszają w Polskę



TVN7

05:30 Ukryta prawda (393) - magazyn obyczajowy
06:30 Szpital (113/149) - program obyczajowy
07:25 Sąd rodzinny (46/52) - program sądowy
08:25 39 i pół 3 (9) - serial komediowy, Polska
09:25 Dr House VI (17/22) - serial obyczajowy, USA
10:25 Mango Telezakupy
12:00 Ukryta prawda (324) - program obyczajowy
13:00 Sąd rodzinny (45/52) - program sądowy
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (287) - program sądowy
15:00 Szpital (114/149) - program obyczajowy
16:00 Chirurgi (9) - serial, USA
17:00 Dr House VI (19/22) - serial obyczajowy, USA
18:00 Dr House VI (20/22) - serial obyczajowy, USA
19:00 Ukryta prawda (325) - program obyczajowy
20:00 Wprawa Kon-Tiki - film przygodowy, Wielka Brytania/Norwegia/Dania/ Niemcy/Szwecja 2012
22:30 The Following III (4/15) - serial, USA

TVN STYLE

05:35 Wiem, co jem i wiem, co kupuję (1/14) - program lifestyleowy
06:20 Oddać dziecko (2/6) - program dokumentalny
07:20 Ostre cięcie 3 (5/12) - program
08:05 Misja Pies (9/12) - program
08:35 Sekrety chirurgii 2 (2/13) - reality show
09:35 Afera fryzjera 2 (8/12) - program rozrywkowy
10:20 Sablewskiej sposób na modę 3 (5/6) - program rozrywkowy
11:05 Perfekcyjna Pani Domu 2 (12) - program rozrywkowy
12:05 Kuchenne rewolucje 2 (3/14) - program kulinarno-rozrywkowy
13:05 1 nie opuścić Cię aż do słońca 3 (12) - reality show
13:50 Domowe rewolucje (5/8) - program
14:50 W roli głównej - Renata Kaczoruk (4/8) - talk show
15:20 Ostre cięcie 3 (5/12) - program
16:05 Życie bez wstydu 4 (7/12) - reality show
17:05 Apetyt na miłość 3 (4/12) - program rozrywkowy
18:05 Kuchenne rewolucje 3 (5/12) - program kulinarno-rozrywkowy
19:05 Sablewskiej sposób na modę 6 (2/13) - program rozrywkowy
19:50 Pani Gadzet EXTRA - magazyn
20:20 Nowy wygląd, nowe życie 2 (6/8) - program rozrywkowy
21:40 Dorota was urządzi 6 (2/12) - program
22:25 Niezwykłe przypadki medyczne 3 (2/6) - program lifestyleowy
22:55 Życie bez wstydu 4 (7/12) - reality show
23:55 W poszukiwaniu pacjentów
00:25 Seksualny pamiętnik (1/3) - program dokumentalny (dozwolone od lat 18)
01:30 Publicznie o seksie (4/6) - program obyczajowy
02:00 W roli głównej - Joanna Krupa (4/7) - talk show
02:30 W roli głównej - Edyta Górniak (1/7) - talk show
02:55 W roli głównej - Halina Mlynkova (5/8) - talk show
03:25 Wiem, co jem 6 (5/16) - magazyn
03:50 Wiem, co jem 5 (9/10) - magazyn
04:20 Wiem, co jem 3 (14/16) - magazyn
04:45 Wiem, co jem (4/16) - magazyn

TVP3 KATOWICE

07:00 Bliziej natury
08:00 Co niesie dzień
08:10 Pogoda
08:15 Turystyczna jazda
08:30 TELEZAKUPY
08:55 Telekurier
09:30 Sto tysięcy bocianów; odc. 22; serial dokum. TVP
09:55 Pogoda
10:00 Co niesie dzień
10:25 Plebania; odc. 914
10:50 Odkryj Małopolskę... na rowerze; odc. 18
11:05 Operacja Życie; odc. 32; cykl dokum.
11:40 Głos Regionów
12:30 Pogoda
12:30 Listy do PRL-u
12:45 Co niesie dzień
13:05 TELEZAKUPY
13:20 Agrobiznes
13:45 Agropogoda; magazyn
13:50 Turystyczna jazda
14:15 Tak daleko, tak blisko; film dokum.; Polska (2014)
15:05 Pod Tatrami
15:15 Smaki polskie
15:35 Astronarium; magazyn
16:00 Telekurier
16:20 Pogoda
16:30 Nasza wioska olimpijska; reportaż
16:45 Dziennik regionów
17:00 TELEZAKUPY
17:32 POGODA
17:35 Zgadnij! Napisz! Wygraj!
17:45 Informator KZK GOP
18:00 Magazyn Reporterów TVP Katowice
18:30 Aktualności
18:52 Wieczorne wiadomości sportowe
19:05 Magazyn Meteo
19:10 Świadkowie czasu - Życie w obiektywie
20:01 Dziewczyna z klepsydry; film dokum.
20:55 POGODA
21:00 Magazyn Reporterów TVP Katowice
21:30 Aktualności Wieczorne
21:45 Wieczorny magazyn sportowy TVP Katowice
22:00 POGODA
22:00 Dziennik Regionów
22:20 Echo dnia
22:40 Pogoda
22:45 Nasza wioska olimpijska; reportaż
23:05 Telekurier
23:35 Tak daleko, tak blisko; film dokum.; Polska (2014)
00:25 Pod Tatrami
00:40 Astronarium; magazyn
01:20 Głos Regionów
02:10 Listy do PRL-u
02:20 Turystyczna jazda
02:40 Tak daleko, tak blisko; film dokum.; Polska (2014)
03:30 Pod Tatrami
03:45 Echo dnia
04:05 Agrobiznes
04:25 Pogoda
04:30 Nasza wioska olimpijska; reportaż
04:50 Ziola i minerały dla dużych i małych; odc. 6
05:10 Dziennik Regionów
05:35 Telekurier
06:00 Plebania; odc. 914
06:25 Smaki polskie
06:35 Sto tysięcy bocianów; odc. 22; serial dokum. TVP

POLSAT SPORT

7:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach: Czechi - Polska
9:00 The World Games - Wrocław 2017: Piłka ręczna plażowa
13:30 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka; skoki na trampolinie
16:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach: Polska - USA
18:00 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka; skoki na trampolinie
21:30 The World Games - Wrocław 2017: studio
23:00 The World Games - Wrocław 2017; magazyn podsumowujący
0:30 The World Games - Wrocław 2017: Wakeboarding

TVP HISTORIA

06:55 Był taki dzień - 26 lipca; felieton
07:00 Historia Polski - Ujeź - Józef Krzeptowski; cz. 1; film dokumentalny; Polska (1995)
08:10 Wojciech Cejrowski - boso przez świat - odc 42 - Życie codzienne w Amazonii; cykl reportaży
08:45 Zakochaj się w Polsce; odc. 18; magazyn; Polska (2016)
09:15 W labiryncie; odc. 33 - Włamanie; serial TVP
09:45 Było, nie minęło - kronika zwiadoców historii... - Na styku dwóch żywiołów
10:20 Rycka krew; film dokum.; Polska (2002)
11:20 Akcja AB; film dokum.; Polska (2014)
12:20 Spór o historię - Enigma bez tajemnic; debata
13:00 Dyktator. Zajęcie dla wariatów; film dokum.; Francaja (2012)
14:05 Sensacje XX wieku - Osaczeni; odc. 1-2; cykl dokumentalny
15:15 Encyklopedia II wojny światowej - Cena zwycięstwa cz. 1; cykl dokumentalny
15:45 Królowski Kongres Wiedeński. Seks, kłamstwa i dyplomacja; dokument fabularyzowany; Niemcy, Austria (2013)
16:50 Historia Polski - Ujeź - Józef Krzeptowski; cz. 2; film dokum.; Polska
17:35 Imperium miłości; odc 37; serial; Turcja (2014)
18:30 Polska i świat z historią w tle - Ostatnia Chopionka; cykl reportaży
18:55 Sensacje XX wieku - Osaczeni cz 3
19:25 Sensacje XX wieku - Hess; cykl dokumentalny
19:55 Było, nie minęło - kronika zwiadoców historii... - Dać świadectwo prawdzie
20:25 Taśmy bezpikie; odc. 9 Marnes w PRL; alkoholizm
20:55 Radio Wolności - Tu Rozgłosz Polska Radia Wolna Europa. Opowieść w pięciu odciskach; cz. 4; film dokum.; Polska (2013)
21:35 Na kłopoty... Bednarski; odc. 5/7 - Znak węża; serial TVP
22:45 Różewicz... we fragmentach; film dokum.; Polska (2006)
23:50 We mgle; dram; Rosja, Niemcy, Białoruś, Holandia, Lotwa (2012)
02:00 Wojciech Cejrowski - boso przez świat - odc 42 - Życie codzienne w Amazonii; cykl reportaży
02:35 Na kłopoty... Bednarski; odc. 5/7 - Znak węża; serial TVP

TVP1

05:15 TELEZAKUPY
05:55 Dr Quinn; odc. 5/28; serial; USA (1995)
06:50 Enklawy dzikiej przyrody cz. 16; cykl dokum.; Wielka Bryt.
07:20 Natura w Jedynce – Cudowny świat przyrody. Mały amator wspinaczki. Góralek przyłądkowy. Afryka; serial dokum.; Japonia (2014)
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda poranna
08:35 Elif; odc. 57; serial; Turcja (2014)
09:35 Wspaniałe stulecie; odc. 140; serial; Turcja
10:35 Dr Quinn; odc. 6/28; serial; USA (1995)



11:30 Obserwator; cykl rep.
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Agropogoda; magazyn
12:30 Smaki polskie – Boczek w roli głównej
12:50 Cudowny świat przyrody. Życie wśród ukwiałów. Błażenki plamiste. Japonia; serial dokum.; Japonia (2015)
13:20 Piłka nożna – Turniej Mistrzów Bayern Monachium – Inter Mediolan (studio)
13:30 Piłka nożna – Turniej Mistrzów Bayern Monachium – Inter Mediolan
15:50 Czarne chmury; odc. 6/10 - Intryga; serial TVP
17:00 Telexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisarz; serial TVP
17:55 Jaka to melodia?
18:40 Zraniona miłość; serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 TDP - kronika
20:10 Pogoda
20:20 Ojciec Mateusz; odc. 181; serial TVP



21:15 Sprawa dla reportera
22:05 Sekundy, które zmieniły życie; 7/1; rep.
22:35 Uwikłani; odc. 4; serial kryminalny TVP
23:30 Ojcu; dokument fabularny; Polska (2015)
23:55 A gdyby tak się stało; film dokum.; Polska
00:45 Skrywana prawda; thriller; USA (2016)
02:25 Sprawa dla reportera
03:25 Amok; film; Polska (1998)

TVP2

06:00 Rodzinka.pl; odc. 103 „Czas na zmiany”; serial komediowy TVP
06:35 Sonda 2; program popularnonaukowy
07:05 M jak miłość; odc. 86
08:00 Pytanie na śniadanie
10:55 Barwy szczęścia; odc. 1664; serial TVP
11:35 Na dobre i na złe; odc. 420 - Chora na dziecko; serial TVP
12:35 Tysiąc i jedna noc; odc. 108; serial; Turcja (2006)
13:30 Na sygnale; odc. 6; serial fabularyzowany TVP
14:05 Zaufaj mi, jestem lekarzem; odc. 6/12; Wielka Brytania (2015)
15:05 M jak miłość; odc. 1286; serial TVP



16:10 Ojciec Brown; odc. 57; serial kryminalny; Wielka Brytania (2013)
17:05 Cena miłości; odc. 91; serial; Turcja (2011)
18:00 Panorama
18:30 Sport Telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu; 6/97; teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu; 7/97; teleturniej
20:05 Świętokrzyska Gala Kabaretowa 2015; widowisko
21:30 Jak w czeskim filmie – Na skraju lasu; film obyczajowy; Czechosłowacja (1976); reż.: Jiri Menzel; wyk.: Josef Kernr, Zdenek Sverak, Daniela Kolarova, Marta Hradlikova, Martin Hradilek, Ladislav Smoljak, Zdenek Blazek
23:15 Reguły miłości; film obyczajowy; USA (2004); reż.: Steven Robman; wyk.: Maggie Lawson, Joseph Lawrence, Adam MacDonald
00:55 Kiedy Harry poznał Sally; komedia; USA (1989)



02:40 Art Noc
03:35 Licencja na wychowanie; odc. 34 - Dom; serial TVP
04:10 Licencja na wychowanie; odc. 35 - Kótko panu odleciało; serial TVP

POLSAT

5:00 Disco gramy; program muzyczny
6:00 Nowy dzień z Polsat News; program informacyjny
7:50 Trudne sprawy (158); serial paradokumentalny
8:50 Malanowski i partnerzy (555); serial fabularno-dokumentalny
9:20 Malanowski i partnerzy (556); serial fabularno-dokumentalny
9:50 Dzień, który zmienił moje życie (135); serial paradokumentalny
10:50 Maolaty (33); serial paradokumentalny. Pasją 17-letniego Filipa jest rysunek i graffiti. Zainteresowania syna nie podobają się jego matce Barbarze, która chciałaby, aby tak jak...
11:50 Na ratunek 112 (65); serial paradokumentalny. Jan rozmawia przez Skype'a z córką o planach odnowienia pomnika matki. Do mieszkanca wpadają bandyci. Marcin idzie z Wojtkiem na...
12:20 Na ratunek 112 (66); serial paradokumentalny. Tomek postanawia oświadczyć się Ewie. Wrzuca pierścionek zaręczynowy do jej kieliszka z winem. Dziewczyna krztusi się i traci...
12:50 Trudne sprawy (289); serial paradokumentalny
13:50 Stoiki (33); serial paradokumentalny
14:50 Dlaczego ja? (702); serial paradokumentalny
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja; magazyn reporterów
16:40 Gliniarz (94); serial paradokumentalny
17:40 Trudne sprawy (217); serial paradokumentalny
18:50 Wydarzenia; magazyn informacyjny
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (308); serial komediowy
20:05 Klik: I robisz, co chcesz; komedia, USA 2006
22:10 Zdrady (58); serial paradokumentalny
23:10 Bez litości: Anioł śmierci (4); serial sensacyjny. Policjny posterunek w Seattle atakują gangsterzy. Podczas akcji giną członkowie grupy Kane'a. Detektyw chce ich pomścić.
1:20 Tajemnice losu; program rozrywkowy. Program emitowany na żywo, w którym wróżki udzielają porad widzom

TVN

05:30 Uwaga! (5021) - program
06:00 Mango - Telezakupy
07:05 W-11 Wydział Śledczy (1000) - program kryminalny
07:50 Doradca smaku-Ciasto z bananami do góry nogami (6/40) - program
08:00 19+ (88/150) - program
08:35 Druga szansa 2 (1/13) - serial, Polska
09:35 Kuchenne rewolucje 7 (1/15) - program kulinarno-rozrywkowy
10:35 Ukryta prawda (478) - program obyczajowy
11:35 Szpital (364) - serial komediowy TVP
12:35 Kryminalni (7/13) - serial kryminalny, Polska
13:40 W-11 Wydział Śledczy (1002) - program kryminalny
14:20 W-11 Wydział Śledczy (1003) - program kryminalny
15:00 Kuchenne rewolucje 11 (8/13) - program kulinarno-rozrywkowy
16:00 Szkoła (221) - program
17:00 Ukryta prawda (479) - program obyczajowy
18:00 Szpital (365) - program obyczajowy
19:00 Fakty (7148)
19:35 Sport (7131)
19:45 Pogoda (7128)
19:50 Uwaga! (5022) - program
20:10 Doradca smaku- Zapiekanka z cukinią i pieczarkami (7/40) - program
20:15 Na Wspólnej 15 (2519) - serial obyczajowy, Polska
20:55 Kuchenne rewolucje 14 (3/15) - program kulinarno-rozrywkowy
21:55 Suma wszystkich strachów - film sensacyjny, USA/Niemcy 2002



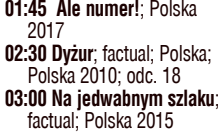
00:25 Węze w samolocie - film sensacyjny, USA/ Niemcy/Kanada 2006



02:45 Uwaga! (5022) - program
03:10 Moc Magii (202/355) - program
04:30 Nic straconego

TV PULS

06:00 To moje życie!; telenowela, Turcja 2015
07:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
08:00 Nash Bridges; fabularny, USA 2001
09:00 Nash Bridges
10:00 Napisła: Morderstwo; fabularny, USA 1989
11:00 Kobra - oddział specjalny; fabularny, Niemcy 2004
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 18
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles; odc. 20
13:50 Zbuntowany anioł; telenowela, Argentyna 1998; odc. 113
14:50 Zbuntowany anioł; telenowela, odc. 114
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles; fabularny, USA 2010; odc. 22
16:35 13 Posterunek 2; fabularny; Polska 2000; odc. 14
17:10 13 Posterunek 2 odc. 15
17:50 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
18:10 Gwiazdy lombardu; factual, USA 2014
18:35 Gwiazdy lombardu
19:05 Gwiazdy lombardu
19:30 Gwiazdy lombardu
20:00 Mały; komedia, USA 2006
21:55 Fajna z niego babka; komedia, USA 2002. Dave, Adam i Doofer to trzech studentów, dla których liczy się tylko gotówka. W pewnym momencie zostają wyrzuceni z bractwa i dach nad głową...
23:50 Lek pierwotny; horror, 2007; Amerykańska ekipa telewizyjna przemierza najmniejsze zakamarki Afryki w poszukiwaniu bestii, która pustoszy okolicę...



01:45 Ale numer!; Polska
02:30 Dyzur; factual; Polska; Polska 2010; odc. 18
03:00 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:25 Na jedwabnym szlaku; factual; Polska 2015
03:50 Biessada na cztery pory roku; factual; Polska 2015
04:10 Taki jest świat; factual; Polska 2017
04:45 Z archiwum policji; fabularny; Polska 2010; odc. 6
05:10 Twój Puls; fabularny; Polska 2015
05:35 Menu na miarę; fabularny; Polska 2011

TVP SERIALE

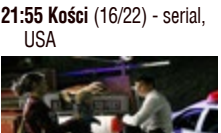
05:45 Wszystko przed nami; odc. 29; telenowela TVP
06:10 Na sygnale; odc. 142 „Kurs kolizyjny”; serial fabularyzowany TVP
06:40 Na sygnale; odc. 143 „Stłuczka”; serial fabularyzowany TVP
07:15 O mnie się nie martw; odc. 4/13; serial komediowy TVP
08:15 M jak miłość; odc. 597; serial TVP
09:10 Czerdziestolatek; odc. 14/21 - Sprawa Makiewicz, czyli kamikadze; serial TVP
10:05 Rodzinka.pl; odc. 80 „Zachcianki”; serial komediowy TVP
10:35 Rodzinka.pl; odc. 81 „Pytania egzystencjalne”; serial komediowy TVP
11:15 Ranczo; odc. 7 - Podwójny agent; serial TVP
12:20 Ranczo; odc. 8 - Kozy ofiarne; serial TVP
13:20 Ojciec Mateusz; odc. 210 - Reggae; serial kryminalny TVP
14:20 Ojciec Mateusz; odc. 211 - Napad doskonały; serial kryminalny TVP
15:15 Na dobre i na złe; odc. 539 - Czuli punkt; serial TVP
16:10 Na sygnale; odc. 143 „Stłuczka”; serial fabularyzowany TVP
16:40 Ranczo; odc. 9 - Odwyk i antykoncepcja; serial TVP
17:40 Ranczo; odc. 10 - Porwanie; serial TVP
18:45 Rodzinka.pl; odc. 82 „Idzie lato”; serial komediowy TVP
19:20 Ojciec Mateusz; odc. 212 - Wahadelko; serial kryminalny TVP
20:20 Wspaniałe stulecie; odc. 123; serial; Turcja (2011)
21:25 Ranczo; odc. 11 - Wspólny wróg; serial TVP
22:25 Ranczo; odc. 12 - Honor gminy; serial TVP
23:30 Ojciec Mateusz; odc. 213 - Odkupienie; serial kryminalny TVP
00:30 O mnie się nie martw; odc. 5/13; serial komediowy TVP
01:25 Londyńczycy; odc. 8/13; serial TVP
02:25 Londyńczycy; odc. 9/13; serial TVP
03:20 Czerdziestolatek; odc. 14/21 - Sprawa Makiewicz, czyli kamikadze; serial TVP
04:20 M jak miłość; odc. 597; serial TVP
05:10 Rodzinka.pl; odc. 80 „Zachcianki”; serial komediowy TVP

TVP ROZRYWKA

05:40 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju – 32
06:10 Makłowicz w podróży – Makłowicz w podróży. Podróż 44 – Sardynia (171) Koral, korek i langusta
06:45 Okrasa łamie przepis – Steki z polskiej wotowiny
07:25 Kraj się śmieje – Partnerzy i rywale (2)
08:20 Magiczny świat Luca; /26; Francaja (2016)
08:50 Kabaretowy Klub Dwójki (15) – Węgry
09:50 Gwiazdy Rocka; /odc. 7/
10:55 Muzeum Polskiej Piosenki; /32/ - „C'est la vie - Paryż z pocztówki” - Andrzej Zaucha
11:10 Mój pierwszy raz (52); talk-show
12:10 Życie to Kabaret – Kabaret Moralnego Niepokoju przedstawia - Wszystkie co najlepsze (wieczór 1-2)
14:15 Magiczny świat Luca; /26; Francaja (2016)
14:45 Kabaretowa Mapa Polski – Mazurska Noc Kabaretowa „K jak kabaret” (1-3)
17:50 Okrasa łamie przepis – Kuchnia drwała
18:25 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (65) - Cyganie morza; cykl rep.
18:55 Makłowicz w podróży – Makłowicz w podróży. Podróż 44 – Sardynia (171) Górską Barbaglia
19:35 Humor w odcinkach – Tygodnik Moralnego Niepokoju – 32
20:10 Dubid; odc. 22; quiz muzyczny
21:15 Kabaretowy Klub Dwójki (16) - Pora relaksu, jak się odstresować
22:10 Kierunek Wakacje; /4/; program rozrywkowy
22:55 Kryptonim Szef; /6/; reality show
23:55 Kabaretowa Mapa Polski – Płocka Noc Kabaretowa 2013 (1). Deszcz meteorów
00:55 Kabaretowa Mapa Polski – Płocka Noc Kabaretowa 2013 (2). Na ratunek; program rozrywkowy
01:55 Kabaretowa Mapa Polski – Płocka Noc Kabaretowa 2013 (3). Końcowe odliczanie; program rozrywkowy
03:00 Rozrywka Retro – Telepeerele (1)

TVN7

05:30 Ukryta prawda (394) - magazyn obyczajowy
06:30 Szpital (114/149) - program obyczajowy
07:25 Sąd rodzinny (45/52) - program sądowy
08:25 19 i pół 3 (10) - serial komediowy, Polska
09:25 Dr House VI (19/22) - serial obyczajowy, USA
10:25 Mango Telezakupy
12:00 Ukryta prawda (325) - program obyczajowy
13:00 Sąd rodzinny (37/52) - program sądowy
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (288) - program sądowy
15:00 Szpital (115/149) - program obyczajowy
16:00 Chirurgów II (1/27) - serial, USA
17:00 Dr House VI (21/22) - serial obyczajowy, USA
18:00 Dr House VI (22) - serial obyczajowy, USA
19:00 Ukryta prawda (326) - program obyczajowy
20:00 Książę i ja IV: W krainie sioni - komedia, USA 2010
21:55 Kości (16/22) - serial, USA



22:55 Wieczne zło - film horror, USA 2003, reżyseria: Uli Edel



00:50 Wspólnota ojca Yoda: Seks, miłość i oświecenie - film dokument, USA 2012
03:00 Moc Magii (202/355) - program

TVN STYLE

05:20 Rozpieszczone dzieci? (3/4) - serial dokum., Wielka Brytania
06:25 W poszukiwaniu pacjentów
06:55 Wszystko o jedzeniu (2/14) - program
07:25 Doradca smaku (8) - program
07:55 W dobrym stylu 2 (4/12) - program
08:40 Sekrety chirurgii 2 (3/13) - reality show
09:40 Afera fryzjera 2 (9/12) - program rozrywkowy
10:25 Sablewskiej sposób na modę 3 (6) - program
11:10 Podziemia i Sekret podziemnego miasta (1) (4/14) - program
13:10 Afera fryzjera 5 (6/12) - program rozrywkowy
13:55 Sablewskiej sposób na modę 8 (4/12) - program rozrywkowy
14:40 W dobrym stylu 2 (4/12) - program
15:25 Beauty ekspert (10) - magazyn lifestylowy
15:55 Oddać dziecko (3/6) - program dokumentalny
16:55 Wszystko o jedzeniu (3/14) - program lifestylowy
17:25 Wiem, co jem i wiem, co kupuję 8 (6/12) - program lifestylowy
18:10 Kuchenne rewolucje 3 (6/12) - program kulinarno-rozrywkowy
19:10 Sablewskiej sposób na modę 6 (3/13) - program rozrywkowy
19:55 Afera fryzjera 3 (8/12) - program rozrywkowy
20:40 W poszukiwaniu pacjentów
21:10 W czym do ślubu? (2/10) - reality show
21:40 I nie opuszczę Cię aż do ślubu 3 (12) - reality show
22:25 Pani Gadziel 13 (6/12) - magazyn
22:55 Domowe rewolucje (5/8) - program
23:55 Dorota was urządzi 6 (2/12) - program
00:40 Naga miłość (11/13) - program rozrywkowy
01:40 Doskonałość spod skalpela (5/6) - reality show rozrywkowy
02:10 W roli głównej - Ewa Ewart (5/7) - talk show
02:40 W roli głównej - Agnieszka Grochowska (6/7) - talk show
03:05 W roli głównej - Marcin Daniec (6/8) - talk show
03:30 Wiem, co jem 6 (6/16) - magazyn
03:55 Wiem, co jem 5 (10) - magazyn
04:20 Wiem, co jem 3 (15/16) - magazyn
04:45 Wiem, co jem (5/16) - magazyn

TVP SPORT

08:00 piłka nożna; 3.runda
09:30 Pływanie; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 5 - eliminacje
12:25 Piłka nożna; Złoty Puchar CONCACAF 2017: Finał (skrót)
13:20 Piłka nożna; Turniej Mistrzów Bayern Monachium - Inter Mediolan
15:55 piłka nożna; 3.runda eliminacji Ligi Mistrzów
17:25 Pływanie; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 5
20:05 Z kamerą TVP Sport
20:30 Piłka wodna; Mistrzostwa Świata mężczyzn - 1/2F (1); relacja
22:00 Piłka wodna; Mistrzostwa Świata mężczyzn - 1/2F (2); relacja
23:25 Sportowy Wieczór
23:55 Pływanie; Mistrzostwa Świata, Budapeszt dz. 5

POLSAT SPORT

7:00 The World Games - Wrocław 2017: Akrobatyka; skoki na trampolinie
8:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach; Polska - USA
10:00 The World Games - Wrocław 2017: Piłka ręczna plażowa; sporty plażowe
14:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach; Czechy - USA
15:55 Po zdrowie z Martą i Karoliną; magazyn
16:00 The World Games - Wrocław 2017: Squash; squash
18:00 The World Games - Wrocław 2017: Hokej na wrotkach; Kanada - Polska
20:00 The World Games - Wrocław 2017: Unihokej; Polska - Finlandia
22:00 The World Games - Wrocław 2017; studio
23:00 The World Games - Wrocław 2017; magazyn podsumowujący
0:30 The World Games - Wrocław 2017: Wakeboarding

TVP3 KATOWICE

07:00 Szerokie tory – Jeden dzień z życia astrologa w Kijowie
08:00 Co niesie dzień
08:15 Mój pies i inne zwierzaki
08:30 TELEZAKUPY
08:55 Telekurier
09:30 Załoga Eko – Skarby polskiej przyrody; odc. 3 - Z zieloną energią; magazyn
09:50 Pogoda
09:50 Listy do PRL-u
10:00 Co niesie dzień
10:25 Plebania; odc. 915
10:50 Jestem skrzatologiem; reportaż
11:05 Operacja Życie; odc. 33; cykl dokum.
11:35 Listy do PRL-u
11:40 Tajemnice, zamki i podziemia – Sekret podziemnego miasta (1)
12:05 Ocalony świat; odc. 6 Głowa w dół; cykl dokum.
12:45 Co niesie dzień
13:05 TELEZAKUPY
13:20 Agrobiznes
13:45 Agropogoda; magazyn
13:50 Teraz Ryby; odc. 7
14:15 Dom na granicy; film dokum.; Polska (2006)
15:10 Pamięć Polski. I edycja Polskiej Listy Krajowej Programu UNESCO Pamięć Świata - Pan Tadeusz Adama Mickiewicza; odc. 9; cykl dok.
15:15 Smaki polskie
15:35 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii
16:00 Telekurier OPP
16:20 Pogoda
16:30 Na szlaku wydarzeń; odc.5
16:45 Dziennik regionów
17:00 TELEZAKUPY
17:32 POGODA
17:35 Nasze Beskidy
17:45 Kwadrans w ogrodzie
18:00 Kronika regionu
18:30 Aktualności
18:52 Wieczorne wiadomości sportowe
19:05 Magazyn Meteo
19:10 Kalejdoskop dobrych miejsc
20:01 Osiecka Masterclass; koncert
20:55 POGODA
21:00 Hity Srebrnego ekranu
21:30 Aktualności Wieczorne
21:45 Wieczorny magazyn sportowy TVP Katowice
21:55 POGODA
22:00 Dziennik Regionów
22:20 Echa dnia
22:40 Pogoda
22:45 Na szlaku wydarzeń; odc.5
23:05 Telekurier OPP
23:35 Dom na granicy; film dokum.; Polska (2006)
00:30 Pamięć Polski. I edycja Polskiej Listy Krajowej Programu UNESCO Pamięć Świata - Pan Tadeusz Adama Mickiewicza; odc. 9; cykl dok.
00:40 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii
01:20 Tajemnice, zamki i podziemia – Sekret podziemnego miasta (1)
01:40 Ocalony świat; odc. 6 Głowa w dół; cykl dokum.
02:05 Listy do PRL-u
02:20 Mój pies i inne zwierzaki
02:40 Dom na granicy; film dokum.; Polska (2006)
03:35 Pamięć Polski. I edycja Polskiej Listy Krajowej Programu UNESCO Pamięć Świata - Pan Tadeusz Adama Mickiewicza; odc. 9; cykl dok.
03:45 Echa dnia

TVP HISTORIA

06:55 Był taki dzień – 27 lipca; felieton
07:00 Historia Polski – Ujek – Józef Krzeptowski cz. 2; film dok.; Polska (1995)
08:10 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (43) - Obrzęd zaby
08:45 Zakończaj się w Polsce - Odc. 19 Szlak Pilicy; magazyn; Polska (2016)
09:10 W labiryntach; odc. 34; serial TVP
09:45 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii.. - Dać świadectwo prawdzie
10:20 Różewicz ... we fragmentach; film dokum.; Polska (2006)
11:15 Dr Esperanto; film dokum.; Polska (2001)
11:50 Magazyn publicystyczny - W Obronie Domu Katolickiego
12:25 Janek, palec historii czyli historia palca Narodził się Jana; film dokum.; Polska (1992)
12:55 Zaproszenie – Zagłębie skarbow
13:20 Zaproszenie – Sama tuś się do Warty
13:50 Sensacje XX wieku – Osaczeni cz 3
14:20 Sensacje XX wieku – Hess; cykl dokumentalny
14:50 Encyklopedia II wojny światowej – Gena zwycięstwa cz. 2; cykl dokumentalny
15:20 Taśmy bezpieczki; odc. 9 Margines w PRL: alkoholizm
15:55 Radio Wolności – Tu Rogłońska Polska Radia Wolna Europa. Opowieść w pięciu odsłonach; cz. 4; film dokum.; Polska (2013)
16:30 Historia Polski – Człowiek, który zginął pod Ankoną; Polska (1992)
17:45 Imperium miłości; odc 38; serial; Turcja (2014)
18:35 Flesz historii; cykl reportaży
19:05 Sensacje XX wieku – Fabryki śmierci cz. 1-2; cykl dokumentalny
20:05 Było, nie minęło – kronika zwiadowców historii.. - Prostek historia tajemna
20:35 Kulisy II Wojny Światowej; cz. 3; cykl dokum.; Wielka Brytania
21:45 Na kłopoty... Bednarski; odc. 6/7 - Ostatnie lato; serial TVP
22:45 Pójdź o historię – Co Niemcy wiedzieli o Polskim Państwie Podziemnym; debata
23:30 Ośmiornica; odc. 1/7; serial; Wochoy (1984)
00:45 Reportaż monograficzny – Kraina złudzeń 1; Polska (1995)
01:50 Wojciech Cejrowski – boso przez świat (43) - Obrzęd zaby; cykl rep.
02:25 Na kłopoty... Bednarski; odc. 6/7 - Ostatnie lato; serial TVP

GRABOWSKI®

AUTO - MOTO

www.grabowski.pl

AUTO-KOMIS

AUTO DLA KAŻDEGO

O NAS:

- Jesteśmy firmą na rynku motoryzacyjnym od 1992 r.
- Skupujemy samochody za gotówkę
- Przyjmujemy samochody w rozliczeniu
- Samochody z gwarancją
- Kredytujemy samochody wyszukane przez klienta
- Sprzedaż w systemie ratalnym nawet dla klientów w bazie BIK i KRK
- Leasing dla firm i osób prywatnych
- Czynne 7 dni w tygodniu!

skup - sprzedaż - zamiana - kredyty - leasing

42-200 Częstochowa, ul. św. Barbary 85
tel./fax 34 361 27 85, kom. 510 272 486

Wykaz samochodów na dzień 20 lipca 2017 r.



BMW X6 2.0 D,
rok prod. 2009, F. VAT,
automat, skóra, navi,
czujniki

119.000 zł



HYUNDAI i30 1.6 CRDi,
2014 - zakup, krajowy, I
- wł., gwarancja produc.,
F. VAT

38.900 zł



PEUGEOT 301 1.2 E,
rok prod. 2013, krajowy,
I - wł.

28.900 zł

■ **AUDI A3 1.9 TDI**, rok prod. 2007

24.700 zł



BMW X3 2.0 D,
rok prod. 2015, krajowy,
I - wł., automat,
gwarancja, navi, F. VAT

118.000 zł netto



KIA RIO 1.1 CRDi
zakup 2013, gwar.
producenta, krajowy,
I właściciel, F. VAT

28.900 zł



PEUGEOT PARTNER
1.4 E, rok prod. 2002/03,
krajowy, I - wł.

6.700 zł

■ **AUDI Q5 3.0 TDI**, rok prod. 2008,
4x4, automat, krajowy, skóra,
tempomat, czujnik deszczu

69.900 zł



CITROEN C3 1.4 E,
rok prod. 2007

13.900 zł



MITSUBISHI ASX
1.8 DiD, rok prod. 2014,
4x4, krajowy, I - wł.,
F. VAT

63.800 zł



RENAULT SCENIC III
1.5 CDI, rok prod. 2009,
navi, po wymianie
rozrządu

21.900 zł

■ **BMW 320 2.0 D**, rok prod. 2006

28.000 zł

■ **FIAT PUNTO 1.2 E**,
rok prod. 2001

3.800 zł

■ **FORD FIESTA 1.4 TDCI**,
rok prod. 2009

16.900 zł

■ **FORD FOCUS 1.8 TDCI**,
rok prod. 2006

10.900 zł

■ **FORD FOCUS 1.6 E**,
rok prod. 2005, krajowy

13.900 zł

■ **FORD KA 1.2 E**, rok prod. 2010

12.900 zł



FIAT BRAVO 1.4
E+LPG, rok prod. 2011,
krajowy, I właściciel,
serwisowany

26.900 zł



MITSUBISHI OUTLANDER 2.0 E,
zakup 2005, krajowy,
I - wł., alufelgi, klima,
100% bezwypadkowy

18.900 zł



SEAT ALHAMBRA
2.0 D, rok prod. 2010,
7-osobowy

27.900 zł

■ **FORD RANGER 2.2 TDCI**,
rok prod. 2013

72.900 zł

■ **HYUNDAI i30 1.4 CRDi**,
rok prod. 2013, krajowy, I - wł.,
serwis., gwar. produc.

37.900 zł



FIAT SEICENTO 0.9 E,
rok prod. 2000, krajowy

3.300 zł



NISSAN QASHQAI 1.5
D, rok prod. 2013,
krajowy, I - wł., serwis.,
F. VAT

49.900 zł



SKODA FABIA 1.6 TDI,
rok prod. 2010/2011,
krajowy

17.900 zł

■ **JAGUAR XF 3.0 E**,
rok prod. 2013

91.800 zł

■ **LAND ROVER FREELANDER 1.8 E**,
rok prod. 2000-2001, 2 sztuki, c. zamek,
alufelgi, airbagi

5.900 - 6.900 zł



FORD FIESTA 1.5
TDCI, rok prod. 2013,
krajowy, I - wł., F. VAT,
klimatyzacja, ABS, el.
szyby i lusterka

27.900 zł



OPEL ASTRA 1.7 D,
rok prod. 2003

6.800 zł



SKODA RAPID 1.2 E,
rok prod. 2015,
krajowy, I - wł., serwis.,
F. VAT

36.900 zł

■ **MERCEDES CLK 2.0 CDi**,
rok prod. 2001

9.900 zł

■ **MERCEDES S 350 3.5 E**,
rok prod. 2008

72.900 zł

■ **OPEL CORSA 1.2 E**,
rok prod. 1997, krajowy

2.200 zł



FORD FOCUS 1.8 D,
rok prod. 2008/09,
krajowy, I - wł.

19.900 zł



OPEL ASTRA 1.6 E,
essentia, rok prod. 2015,
krajowy, I - wł., serwis.,
F. VAT

39.900 zł



SUZUKI SX4 1.6 E,
rok prod. 2014, 4x4,
krajowy, I - wł., serwis.,
F. VAT

45.900 zł

■ **OPEL VECTRA 1.9 D**,
rok prod. 2007

16.900 zł

■ **RENAULT CLIO III SPORT 2.0 E**,
rok prod. 2007

30.900 zł



FORD FOCUS sedan,
1.6 TDCI, rok prod.
2012, krajowy, I - wł.,
serwis., F. VAT

od 31.900 zł



OPEL INSIGNIA
2.0 CDTI, rok prod. 2013,
krajowy, I - wł., serwis.,
F. VAT

49.900 zł



TOYOTA RAV4 2.0 TDI,
rok prod. 2002, 4x4

18.900 zł

■ **RENAULT MEGANE SCENIC II**
1.9 DCI, rok prod. 2004,
tempomat, alufelgi, skóra,
czujniki, start-stop

8.900 zł

■ **RENAULT MODUS 1.5 D**,
rok prod. 2008

10.900 zł



FORD FOCUS 1.6 TDCi,
rok prod. 2014, krajowy,
I - wł., hatchback,
serwisowany

38.900 zł



OPEL INSIGNIA 2.0
CDTI, rok prod. 2015,
krajowy, I - wł., serwis.,
gwarancja, F. VAT

79.900 zł



TOYOTA YARIS 1.0 E,
rok prod. 2013, 3 szt.,
krajowe, I - wł., serwis.,
F. VAT, c. zamek, el.
szyby, ABS, klimatyzacja

26.900 - 29.900 zł

■ **SKODA ROOMSTER 1.9 D**,
rok prod. 2006, krajowy

12.900 zł

■ **VOLVO S60 2.0 E**,
rok prod. 2008

29.900 zł



FORD MONDEO 2.0
TDCI, rok prod. 2012-13,
krajowy, F. VAT, 2 szt.

38.900 - 44.900 zł



OPEL VECTRA 1.9 D,
rok prod. 2004

10.900 zł



VW PASSAT 1.4 TSi,
rok prod. 2014, krajowy,
serwis., F. VAT, I - wł.

49.900 zł

■ **VW GOLF VI 1.4 E**,
rok prod. 2010, 5 drzwi

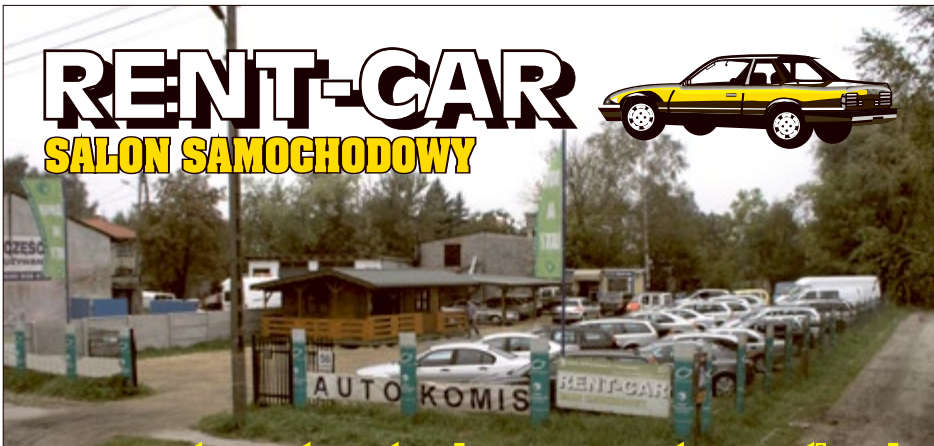
29.900 zł

■ **VW JETTA 2.0 E**,
rok prod. 2015

58.900 zł

■ **VW PASSAT 1.6 TDi**, rok prod. 2014,
krajowy, I - wł., serwis., F. VAT

53.900 zł

RENT-CAR
SALON SAMOCHODOWYwww.rent-car.otomoto.pl www.rentcar.gratka.pl

skup-sprzedaż-zamiana-sprowadzanie z zagranicy-kredyty-ubezpieczenia

Czynne: Pon.-Pt. 9 - 18 Sobota 9 - 15 Niedziela 11 - 13

42-200 Częstochowa
ul. Główna 56tel. (34) 324 30 72
kom. 601 51 77 88**SAMOCHODY Z GWARANCJĄ!**

Rok założenia firmy 1994

- Bezpośredni importer samochodów bezwypadkowych
- Sprzedaż ratalna
- Gwarancja stanu technicznego i legalności
- Ubezpieczenie OC GRATIS!
- Przyjmujemy w rozliczeniu tylko pojazdy bezwypadkowe
- Sprowadzamy samochody na zamówienie

Oferta wybrana z 17 lipca 2017 r.

**Audi Q5 I (8R S-line) 170PS**
Zarejestrowany Bezwypadkowy Serwis VIP GWARANCJA 15 m-cy, 2010
177719, 2.0 diesel, 170 KM, czarny, automat, 4x4 VIN: WAUZZZ8R4BA047451
Faktura VAT 23%, Garażowany. Pełne wyposażenie. II właściciel od nowości. Stan idealny **75 900 zł****Kia Soul CRDI 116PS OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat Serwis MP3 VIP GWARANCJA, 2009, 145896 km, 1.6 diesel, 116 KM, VIN: KNAJG53297018695
Garażowany, Serwisowany w ASO, Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie. Wymienione kompletne sprzęgło-faktura-gwarancja. **21 900 zł****Renault Clio III OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA, 2009, 174372 km, 1.5 diesel, 68 KM, kombi, srebrny metalik VIN: VF1KR1G0H41020861
Garażowany, Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie **15 900 zł****BMW SERIA 5 OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Skóra Xenon Serwis Navi VIP GWARANCJA - 15m-cy, 2014
125346, 2.0 diesel, 184 KM, czarny, automat, VIN: WBA5C310X0D949218
Garażowany. Pełne wyposażenie. I właściciel od nowości. Stan idealny. **109 900 zł****Mazda 2 III OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA, 2010, 191532 km, 1.4 diesel, 68 KM, szary metalik VIN: JMJZE144200281588
Garażowany, I właściciel. Pełne wyposażenie. STAN IDEALNY !! **19 900 zł****Renault Megane III 130PS*OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatron Serwis VIP GWARANCJA 15-miesięcy, 2011
220499 km, 1.9 diesel, 130 KM, kombi szary VIN: VF1KZ1S0645070507
Garażowany, I właściciel. Pełne wyposażenie. Stan idealny. **25 900 zł****Chevrolet Captiva I LS*OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat Serwis Navi VIP GWARANCJA - 15 m-cy, 2010
110432, 2.0 diesel, 126 KM, czarny, automat, VIN: KL1CF26UJAB036745
Garażowany. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie. I właściciel od nowości. Stan idealny **36 900 zł****Mercedes-Benz Klasa B W245 OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA-15 m-cy**, 2006, 92909 km, 1.5 benzyna, 95 KM, srebrny VIN: WDD245231J086651
Garażowany, I właściciel, Serwisowany w ASO. Bogate wyposażenie Stan idealny **24 900 zł****Renault Twingo III 1.0 70PS**
Bezwypadkowy, Klimat, Serwis-ASO, LED, IDEAŁ, GWARANCJA-15 m-cy, 2014, 28866 km, 1.0 benzyna, 70 KM, biały VIN: VF1AHB00551521868
Garażowany, I właściciel. Pełne wyposażenie. Stan WZOROWY !! **27 900 zł****Citroen C3 Pluriel Exclusive OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA - 15 m-cy**, 2007, 183803 km, 1.4 diesel, 68 KM, szary VIN: VF7FC8HZC28849480
Garażowany, Pełne wyposażenie. I właściciel od nowości. Stan idealny. **14 900 zł****Mitsubishi ASX 1.8DiD OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatronik Serwis MP3 VIP GWARANCJA, 2010, 163991 km, 1.8 diesel, 116 KM, szary metalik VIN: JMBXJGA6WBZ408935
Garażowany. Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie. Ostatni przegląd przy 163.966km **38 900 zł****SEAT Ibiza V 1.4TDI*OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klima Serwis VIP GWARANCJA-15miesięcy, 2009, 168209 km, 1.4 diesel, 80 KM, niebieski VIN: VSSZZ6JZAR021868
Garażowany. I właściciel. Stan bardzo dobry. Bogate wyposażenie. Ostatni przegląd przy 157.148km. **17 900 zł****Citroen DS4 1.6E-HDi*115PS OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimatronik Serwis VIP GWARANCJA** 2013, 168098 km, 1.6 diesel, 115 KM, biały VIN: VF7NX9HD8DY546228
Garażowany. I właściciel. Stan bdb. Pełne wyposażenie. Poprawiane lakierniczo delikatnie drzwi kierowcy. **48 900 zł****Nissan Note E11 Idealny VIP GWARANCJA Serwis Klimat Bezwypadk. 127.000km**-Serwis Klimat, 2008, 89 KM, 127041 km, 1.4 benzyna, czarny metalik VIN: SJNFDAE11U1272528
Garażowany, Pierwszy właściciel. Pełne wyposażenie. STAN IDEALNY. **18 900 zł****Skoda Octavia Ambiente OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimatronik Serwis GWARANCJA - 3 m-ce**, 2002, 221723 km, 1.9 diesel, 90 KM, kombi, srebrny VIN: TMBHG41U122602730
Faktura VAT 23%. Garażowany. Pierwszy właściciel, Stan bardzo dobry Pełne wyposażenie **10 900 zł****Fiat Bravo II OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatyzacja Serwis VIP GWARANCJA 2009, 187263 km, 1.6 diesel, 90 KM, czarny metalik VIN: ZFA19800004230216
Garażowany. Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Bogate wyposażenie **19 900 zł****Opel Corsa D 90PS*OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klima Serwis Skóra VIP GWARANCJA, 2007, 172618 km, 1.3 diesel, 90 KM, 2/3 drzwi, czarny VIN: W0L0SDL0874107926
Bezwypadkowy. Pełne wyposażenie I właściciel od nowości. Stan idealny. **13 900 zł****Subaru Impreza III 1.5i 105PS OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimatronik Serwis VIP GWARANCJA**, 2008, 163593 km, 1.5 benzyna, 105 KM, kombi, srebrny VIN: JF1GGDLW47G034076
Garażowany. Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie **16 900 zł****Ford Fiesta VI ECOnetic, 95PS, OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat Serwis GWARANCJA 15miesięcy**, 2010
189836 km, 1.6 diesel, 2/3 drzwi, 95 KM, niebieski metalik VIN: WF0GXXGAGAB65354. Pełne wyposażenie. Książka serwisowa, I właściciel. Stan idealny **18 900 zł****Opel Insignia 131PS OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat Serwis BiXenon Navi Skóra GWARANCJA, 2009, 202656 km, 2.0 diesel, kombi, 131 KM VIN: W0LGT87K191106135
Garażowany. Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie. **33 900 zł****Toyota Auris I OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat 63.000km-Serwis VIP GWARANCJA-15miesięc, 2010, 63173 km, 1.4 diesel, 90 KM, srebrny metalik, automat VIN: SB1KN56E80E008610
Pełne wyposażenie. I właściciel od nowości. Stan Perfekcyjny!!! **34 900 zł****Ford Mondeo IV 125PS OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatronik Serwis VIP GWARANCJA - 15 m-cy, 2008, 249486 km, 1.8 diesel, 125 KM, kombi, szary VIN: WF0GXXG6B8G24284
Garażowany. Pełne wyposażenie I właściciel od nowości. Stan idealny. **21 900 zł****Opel Vivaro I Ciężarowy*3-Osoby OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA**, 2009, 149353 km, 2.0 diesel, 90 KM, biały VIN: W0LF7AMA69V613152
I właściciel. Bogate wyposażenie. 3 miejsca.*Stan idealny. Świeżo sprowadzony **21 900 zł****Toyota Yaris II 1.4*D4D*OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimat*Serwis VIP GWARANCJA-15miesięcy, 2008, 176085 km, 1.4 diesel, 90 KM, czarny VIN: VNKK963X0A191417
Garażowany. I właściciel. Pełne wyposażenie. Ostatni przegląd przy 164.884km. STAN IDEALNY. **18 900 zł****Honda Civic VIII 1.4i, Comfort, OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimatron Serwis VIP GWARANCJA**, 2006
139506 km, 1.4 benzyna, 83 KM, szary VIN: SHHF1740U003903
Garażowany. Pierwszy właściciel. Stan bardzo dobry. Pełne wyposażenie **22 900 zł****Opel Zafira B OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatronik Serwis 7-Osób GWARANCJA-15miesięcy, 2006, 143100 km, 1.9 diesel, 100 KM, kombi, czarny VIN: W0LOAHM757G029824
Garażowany. Pełne wyposażenie I właściciel od nowości. Stan perfekcyjny. **19 900 zł****VW Touran I OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat Serwis VIP GWARANCJA-15 m-cy** 2007, 178795 km, 1.9 diesel, 90 KM, czarny VIN: WVGZZ1TZ8W003486
Garażowany. I właściciel. Stan bardzo dobry Pełne wyposażenie **24 900 zł****Hyundai Tucson OPLĄCONY**
Bezwypadkowy Klimatron Skóra Serwis VIP GWARANCJA-15 m-cy, 2005, 160211 km, 2.0 diesel, 113 KM, czarny, VIN: KMHJN81VP5U182742
Garażowany. I właściciel. Pełne wyposażenie. STAN IDEALNY. **19 900 zł****Peugeot 1007 OPLĄCONY Bezwypadk. Klimatyzacja Serwis VIP GWARANCJA** 2006, 158493 km, 1.4 benzyna, 2/3 drzwi, 75 KM, szary metalik VIN: VF3KMKFVC20079690
Bezwypadkowy. Pełne wyposażenie. I właściciel od nowości. Stan idealny. **12 900 zł****Volvo S40 II OPLĄCONY Bezwypadkowy Klimat 97.000km-Serwis VIP GWARANCJA - 15 m-cy**, 2008, 97562 km, 1.6 diesel, 109 KM, srebrny metalik VIN: YV1MS765282404712
Garażowany. Pełne wyposażenie I właściciel od nowości. Stan idealny. **25 900 zł**

OGŁOSZENIA ABONAMENTOWE

BIURA

BUDOWNICTWO

FINANSE

MOTORYZACJA

MEDYCINA



SOLO®

- Artykuły biurowe
- Meble biurowe
- Papier
- Sprzęt biurowy
- Tusze i tonery

BIUROSERWIS

ul. Warszawska 363/365, Częstochowa
tel. (34) 360-41-70, (34) 360-41-38,
(34) 360-41-68
Sklep internetowy: (34) 366-72-72
Fax: (34) 366-51-55
E-mail: solokolos@solokolos.pl
E-mail sklep internetowy: sklep@solokolos.pl
www.solokolos.pl
Czynne: poniedziałek - piątek : 8:00 - 17:00

USŁUGI REMONTOWE

„JARKO”

– REMONTY TANIO!!!

- malowanie;
 - kafelkowanie;
 - hydraulika;
 - wymiana drzwi
- 42-200 Częstochowa
tel. 601-525-116

OKNA – DRZWI

PRODUCENT OKIEN I DRZWI
PCV I ALU

REWOLUCJA CENOWA

Okna 5-kom. 1465 mm
1465 mm

Zadzwoń!!!
– przyjazd
– pomiar
– wycena
GRATIS!!!

NAJTAŃSZE W SWOJEJ KLASIE

Tel. 34 328 90 03, 0609 025 204
Borowno, ul. Głowackiego 53
Infolinia: 801 011 593

LOMBARDY

LOMBARD KAPS

20 lat doświadczenia
RABAT – 50% u nas to działa!

SZYBKA GOTÓWKA za:
złoto, srebro, GSM,
RTV i inne

TANIE WYROBY
JUBILERSKIE

Al. NMP 1, tel. 34 361-39-50
Al. NMP 16, tel. 34 324-68-31
Al. Wolności 6, tel. 34 324 23 24
www.kapssc.pl

AKUMULATORY



AKUMULATORY KLIMATYZACJA
TURBOSPREŻARKI

AKUMULATORY TURBOSPREŻARKI
(dojeżdżamy do klientów)

Częstochowa, ul. Ogrodowa 61

tel. 34 324 06 09

CZYNNE pn. - pt 8.00 - 17.00

soboty 8.00 - 13.00

KLIMATYZACJA - NAPRAWA, SERWIS

Częstochowa, ul. Stawowa 8

tel. 34 368 17 86

www.anoda.com.pl

BLACHARSTWO



BLACHARSTWO – LAKIERNICTWO

POJAZDOWE – ASO Citroen

Sprzedż części i wymiana

tłumików.

Krzysztof Siudeja

ul. Jasnogórska 214

Biała, 42-125 Kamyk,

tel. 34 362 75 51

MEBLE

OUTLET MEBLOWY

MEBLE
NAWET
DO 70 %
TANIEJ!!!



534 875 299
Częstochowa
ul. Krakowska 66

MOTORYZACJA

TACHO - GRAFY

OFERUJEMY:

❖ CB Radia

❖ Tachografy

❖ Ogrzewania postojowe

❖ GPS - Autoguard (system ochrony i monitoringu
pojazdów) ❖ Oprogramowanie do analizy
czasu pracy kierowcy ❖ Szkolenia



PROMOCJA – AUTO KLIMATYZACJA
- SERWIS, NAPEŁNIANIE, ODGRZYBIANIE

TACHO, ul. Konwaliowa 144
(przy autoryzowanej stacji obsługi IVECO), Częstochowa
tel. 663 488 502, 785 488 502
tacho@tachoczestochowa.pl www.tachoczestochowa.pl

MEGA KOMIS MEBLOWY
NAJWIĘKSZY
WYBÓR MEBLI
UŻYWANYCH

tel. 884 818 323
Częstochowa, ul. Piłsudskiego 35
MOŻLIWA NEGOCJACJA CEN
WŁASNY TRANSPORT
WNOSZENIE

SKUP AUT
ZA GOTÓWKĘ

ODBIERAMY WŁASNYM
TRANSPORTEM

skupujemy samochody do 10 000 zł,
za samochody w dobrym stanie
zapłacimy najlepiej

GOTÓWKA OD RĘKI
tel. 533 210 534



42-200 Częstochowa, ul. Równoległa 68
tel. 34 363 09 67, kom. 502 274 909
www.centrumwag.pl biuro@centrumwag.pl

SPRZEDAŻ, MONTAŻ,
NAPRAWA, DORADZTWO

TANIE WAGI:
SAMOCHODOWE,
SKLEPOWE
I INNE



Zakład Pogrzebowy

Łakomski



Firma rekomendowana
przez Polską Izbę
Pogrzebową

Bezgotówkowa
Organizacja
Ceremonii
Pogrzebowych

Czynne całą dobę
al. Wolności 54/60
34 / 324 12 12

ZNAJDŹ NAS I POLUB NA FACEBOOKU!



Biegnij po nagrody

23 LIPCA START O GODZ. 11:00

Zapraszamy na URODZINOWY BIEG AUCHAN na dystansie 5 i 10 km!
Na uczestników czeka mnóstwo atrakcyjnych nagród!

Nagrody pieniężne w biegu na 10 km w kategorii kobiet i mężczyzn:

I miejsce – 300 zł

II miejsce – 200 zł

III miejsce – 100 zł

Zapisy na www.biurozawodow.pl

Biuro zawodów w dniu imprezy czynne od 9:00 do 10:30.

Start i meta: Centrum Handlowe Auchan Poczesna, ul. Krakowska10, Poczesna

PARTNER IMPREZY PATRON MEDIALNY



Więcej na

auchan.czestochowa.pl

FUNDAMENT
AUTOKASACJA

Profesjonalna firma

-> DEMONTAŻU POJAZDÓW <-

CZĘŚCI
Z DEMONTAŻU

ZŁOMOWANIE
SAMOCHODÓW

RECYKLING
POJAZDÓW

Czarna Wieś, ul. Słoneczna 73
42-133 Węglowice

Tel: 34 318-11-85
Kom: 600-243-067
E-mail: robertmanczyk@vp.pl

Żużel

Drugie miejsce juniorów Włókniarza w częstochowskiej rundzie DMPJ

Żużlowcy Włókniarza Vitroszlif CrossFit Częstochowa zajęli drugie miejsce w rozegranej w środę, 19 lipca na torze przy Olsztyńskiej piątej rundzie Drużynowych Mistrzostw Polski Juniorów. Triumfowała Fogo Unia Leszno.

W turnieju oprócz drużyn z Częstochowy i Leszna wystartowały także ekipy z Daugavpils, Grudziądza, Wrocławia, Rybnika i Łodzi.

Najsukuteczniejsi na torze przy ul. Olsztyńskiej okazali się młodzieżowcy z Leszna. Po 10 punktów wywalczyli Bartosz Smektała i Dominik Kubera, a pięć „oczek” dorzucił Szymon Szlauderbach. Częstochowianie ubierali w sumie o dwa punkty mniej od zwycięzców. Kapitalnie zaprezentował się Oskar Polisz, który w czterech startach zdobył 11 punktów z bonusem. Kroku dotrzymywał mu Michał Gruchalski, który zapisał na swoim koncie o jedno „oczko” mniej. Bartosz Świącik i Mateusz

Świdnicki dołożyli po jednym punkcie. Trzecie miejsce w częstochowskiej rundzie DMPJ zajęli żużlowcy Lokomotivu Daugavpils z dorobkiem 19 „oczek”.

Wyniki

- I. Fogo Unia Leszno - 25**
4. Dominik Kubera - 10 (2,3,3,2)
5. Szymon Szlauderbach - 5+3 (1*,1*,1,2*)
6. Bartosz Smektała - 10+2 (2*,2*,3,3)
23. Tymoteusz Picz - ns
- II. Włókniarz Vitroszlif CrossFit Częstochowa - 23**
1. Oskar Polisz - 11+1 (3,2*,3,3)
2. Bartosz Świącik - 1 (0,1,-,0)
3. Michał Gruchalski - 10+1 (3,2*,3,2)
22. Mateusz Świdnicki - 1 (1)

- III. Lokomotiv Daugavpils - 19**
13. Davis Kurmis - 8 (3,3,0,2)
14. Oleg Michajłow - 10+1 (2*,2,3,3)
15. Artiom Trofimow - 1 (1,w,w,w)

- IV. MRGARDEN GKM Grudziądz - 16**
19. Damian Lotarski - 3 (1,1,1,0)
20. Dawid Wawrzyniak - 4 (0,1,2,1)
21. Kamil Wieczorek - 9 (3,3,1,2)

- V. Betard Sparta Wrocław - 15**
7. Damian Drózd - 9 (2,1,3,3)
8. Przemysław Liszka - 6+1 (1*,1,3,1)
9. Oskar Bober - 0 (d,w)

- VI. ROW Rybnik - 12**
16. Robert Chmiel - 7 (1,2,2,2)

17. Brak zawodnika
18. Przemysław Giera - 5 (2,1,0,2)
10. Jakub Miśkowiak - 6+1 (0,2,1*,3)
11. Michał Piosicki - 9 (3,1,3,2)
12. Brak zawodnika

Orzeł Łódź - 15

Wyścig po wyścigu

- Polisz, Kubera, Szlauderbach, Świącik
- Piosicki, Drózd, Liszka, Miśkowiak
- Kurmis, Michajłow, Chmiel
- Gruchalski, Polisz, Lotarski, Wawrzyniak
- Kubera, Smektała, Drózd, Bober (d4)
- Kurmis, Miśkowiak, Trofimow
- Wieczorek, Giera, Lotarski
- Polisz, Gruchalski, Liszka, Bober (w/2min)
- Kubera, Smektała, Piosicki
- Wieczorek, Michajłow, Wawrzyniak, Trofimow (w/zdubl.)
- Gruchalski, Chmiel, Świącik
- Michajłow, Kubera, Szlauderbach, Kurmis
- Liszka, Chmiel, Giera
- Piosicki, Wawrzyniak, Wieczorek
- Michajłow, Gruchalski, Świdnicki, Trofimow (w/2min)
- Smektała, Chmiel, Szlauderbach, Giera
- Drózd, Wieczorek, Lotarski
- Polisz, Piosicki, Miśkowiak, Świącik
- Smektała, Szlauderbach, Wawrzyniak, Lotarski
- Drózd, Kurmis, Liszka, Trofimow (w/2min)
- Miśkowiak, Giera

Żużel

Holta i Madsen powalczą w mistrzostwach PGE Ekstraligi

Czołowi zawodnicy Włókniarza Vitroszlif CrossFit Częstochowa Leon Madsen i Rune Holta wystartują w czwartej edycji PGE Indywidualnych Międzynarodowych Mistrzostw Ekstraligi.

W zawodach weźmie udział piętnastu zawodników legitymujących się najwyższymi w tym momencie średnimi biegowymi w PGE Ekstralidze.

Obecnie najlepiej punktującym żużlowcem jest Bartosz Zmarzlik z Cash Broker Stal Gorzów ze średnią wynoszącą 2,453 punktu na bieg. Leon Madsen zajmuje 10. miejsce (2,076), a Rune Holta jest czternasty (2,000).

Z powodu zawieszenia Grigorija Laguty ostatnie, piętnaste miejsce premiowane prawem startu w PGE IMME zajął Patryk Dudek.

Turniej odbędzie się 14 sierpnia (godz. 19) na stadionie im. Zbigniewa Podleckiego w Gdańsku. Bezpośrednią transmisję z imprezy będzie można obejrzeć na kanale nSport+.

KR

Zawodnicy nominowani:

Bartosz Zmarzlik (Cash Broker Stal Gorzów)	- średnia/bieg 2,453
Jason Doyle (Ekantor.pl Falubaz Zielona Góra)	- średnia/bieg 2,256
Greg Hancock (Get Well Toruń)	- średnia/bieg 2,240
Maciej Janowski (Betard Sparta Wrocław)	- średnia/bieg 2,143
Emil Sayfutdinov (Fogo Unia Leszno)	- średnia/bieg 2,102
Piotr Protasiewicz (Ekantor.pl Falubaz Zielona Góra)	- średnia/bieg 2,085
Artem Laguta (MRGARDEN GKM Grudziądz)	- średnia/bieg 2,083
Niels Kristian Iversen (Cash Broker Stal Gorzów)	- średnia/bieg 2,077
Leon Madsen (Włókniarz Vitroszlif CrossFit Częstochowa)	- średnia/bieg 2,076
Jarosław Hampel (Ekantor.pl Falubaz Zielona Góra)	- średnia/bieg 2,047
Janusz Kołodziej (Fogo Unia Leszno)	- średnia/bieg 2,044
Tai Woffinden (Betard Sparta Wrocław)	- średnia/bieg 2,020
Rune Holta (Włókniarz Vitroszlif CrossFit Częstochowa)	- średnia/bieg 2,000
Kacper Woryna (ROW Rybnik)	- średnia/bieg 2,000
Patryk Dudek (Ekantor.pl Falubaz Zielona Góra)	- średnia/bieg 2,000

dzika karta organizatora

Zawodnicy rezerwowi:
rez. **Maksym Drabik** (Betard Sparta Wrocław)
rez. **Bartosz Smektała** (Fogo Unia Leszno)

Zawodnicy oczekujący:
Grzegorz Zengota (Fogo Unia Leszno)
Krzysztof Buczkowski (MRGARDEN GKM Grudziądz)
Martin Vaculik (Stal Gorzów)

Piłka nożna

Ostatni sprawdzian Rakowa przed ligą

W sobotę, 22 lipca na stadionie przy ul. Limanowskiego piłkarze częstochowskiego Rakowa rozegrają ostatni sparing przed nadchodzącym sezonem Nice 1 Ligi.

Pierwotnie Raków miał zmierzyć się w niedzielę w sparingu

z rezerwami Górnika Zabrze. To spotkanie zostało odwołane, a częstochowianie zagrają dzień wcześniej o godz. 13.30 z Zagłębiem II Lubin. Dokładnie tydzień później „czerwono-niebiescy” na inaugurację rozgrywek zagrają z Miedzią Legnica.

KR

Piłka nożna

Kup karnet na Raków. W razie spadku - podwójny zwrot kosztów

Każdy kibic częstochowskiego Rakowa, który kupi karnet, otrzyma dwukrotny zwrot kosztów w przypadku, gdy drużyna spadnie z Nice 1 Ligi.

- Wierzymy, że nasza drużyna osiągnie postawiony przed nią cel, czyli utrzyma się na zapleczu ekstraklasy. Dlatego po zeszłorocznej akcji zdecydowaliśmy się dwukrotnie podbić stawkę - powiedział na łamach oficjalnej strony klubu Michał Świerczewski, prezes Rakowa. - Głośny doping płynący z trybun bardzo pomaga naszym piłka-

rzom, dodatkowo zależy nam na jak największej frekwencji podczas wszystkich meczów Nice 1 Ligi rozgrywanych na Limanowskiego. Myślę, że ta akcja to kolejny argument przekonujący do zakupu abonamentu na rundę jesienną.

Karnety na rundę jesienną można kupić przez internet na stronie www.bilety.rksrakow.pl oraz w kasach Miejskiego Stadionu Piłkarskiego Raków od poniedziałku do piątku w godzinach 9-12 i 16-19.

Karnet normalny kosztuje 135 zł, a ulgowy 79 zł. Dzieci do lat 13 wchodzi za darmo.

KR



SPORT

Naturalna Woda Mineralna
niegazowana



OFICJALNA WODA
POLSKIEJ SIATKÓWKI



CZĘSTOCHOWA, ul. Jagiellońska 101/105, tel. 34 390 67 42

www.semex.pl

e-mail: semex@semex.pl

STYLINE

by BOLIX®

Fabryka Twoich kolorów

● STYLINE
● ColorBank System

