

4-5

Smutny koniec Flory

www.nj24.pl

nj

TYGODNIK Nr 2 (3157)
Rok 61, 14 stycznia 2020
cena 3,50 zł (w tym Vat 8%)
PI ISSN 0208-6883
Nr indeksu 366870

nowiny jeleniogórskie



Agonia trwała kilka lat. Wreszcie stała się faktem. Jeleniogórskie targowisko Flora przestało istnieć. Brama zamknięta jest na cztery spusty. Wisi na niej kartka „Likwidacja targowiska”. Plac, tętniący życiem w latach 80. i 90. ubiegłego wieku, straszy dziś odrapanymi budami, chaszczami i zdezelowanymi pawilonami. Nad Florą nikt już nie płacze. Bardziej teraz jeleniogórzan obchodzi, co powstanie w tym miejscu? Zastanawiają się także, czy los Flory będzie przestrogą dla kupców z targowiska w Cieplicach?

8-9



Piechotą do Santiago de Compostella

Kogo popierają Czytelnicy? Człowiek Roku 2019

22

Czy ruiny potrzebują remontu

**ZAKŁADANIE
I PROWADZENIE FIRM
W NIEMCZECH
ROZLICZENIA
PODATKOWE
DLA FIRM I OSÓB
PRYWATNYCH**

**Zgorzelec
ul. Iwaszkiewicza 15a/1**

**75 613 89 54 • 698 939 497
WWW.BIURO-DANIEL.DE**

3

Niemcy szybciej uciekają, niż...

**BB Skup aut
Kasacja pojazdów
tel. 792 18 22 17; 607 232 330
www.bb-recykling.pl**

9 770 208 688 133 02

Blog naczelnego

Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy od lat wzbudza niechęć prawej strony polskiej sceny politycznej. Mając na uwadze wielki rozmach całego przedsięwzięcia, ponad miliard złotych, który zasilił polską służbę zdrowia, trudno to racjonalnie wytłumaczyć. Nawet jeżeli ktoś nie przepada za samym Jurkiem Owsiakiem, nawet jeśli nie zgadza się ze sztandarowym hasłem „Róbta, co chceta”, to trudno przejść obojętnym i nie zauważyć najważniejszej roli, jaką odgrywa orkiestra. A jest nią wdrażanie do aktywności społecznej i bezinteresowne działanie na rzecz potrzebujących.

„Róbta, co chceta” nie jest bowiem nihilistycznym przyzwoleniem na działania sięjące zniszczenie. Odczytuje je bardziej jako akt osobistej wolności, wzajemnej tolerancji i umiejętności zrozumienia czy wysłuchania potrzeb drugiego człowieka.

Setki tysięcy dzieciaków ze skarbonkami, które angażują się w wielką, społeczną zbiórkę pieniędzy – to jest ten piękny obraz współczesnych młodych ludzi – uśmiechniętych, gotowych na poświęcenie, aktywnych. Czas, by w końcu ktoś zauważył, jak wielką rolę spełnia w tym zakresie Jurek Owsiak, bo na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat, obraz młodych ludzi uległ ogromnej zmianie. Niestety, na gorsze. Coraz więcej nauczycieli, pedagogów i socjologów bije na alarm, że dorasta nam pokolenie niedojdów, maminsynków, roszczeniowców i materialistów. Na każde niepowodzenie reagujących agresją, nieumiejących radzić sobie z krytyką, i niemających zamiaru podporządkować się obowiązującym regułom. Co gorsze – w takiej postawie owo młode pokolenie jest wspierane przez własnych rodziców, którzy biegają do przedszkola czy szkoły na każde wezwanie dziecka, by otrzeć łezkę swojej pociechy. Współcześni rodzice niemal z definicji zakładają, że ich latorośl zawsze jest poszkodowana, pokrzywdzona i zawsze ma rację. To nic, że dziesięcioletnie dziecko nie potrafi zawiązać butów na sznurówki, można przecież kupić buty na rzepy. To nic, że dziecko, który za chwilę pójdzie do szkoły, nie potrafi zadbać o własną higienę, np. w toalecie, bo troskliwa mamusia zawsze stoi w pogotowieniu...

Nie będę tu przytaczał historii z własnego życia, kiedy gwarne podwórkowe życie przygotowywało mnie do funkcjonowania w grupie rówieśniczej, a wzajemnie nieporozumienia załatwiano się w swoim gronie. Poskarżenie się w takich okolicznościach rodzicom było jednoznaczne z mazgajstwem i kończyło się natychmiastowym odsunięciem „osobnika” na margines.

Dzieciaki są oczywiście różne, przy takim generalizowaniu wielu z nich można powyższą opinią skrzywdzić, ale, niestety, nie piszę o wyjątkach, lecz o pewnym bardzo niepokojącym trendzie.

W tym kontekście działania Jurka Owsiaka nabierają zupełnie innego znaczenia. Jest to bowiem ten dzień, kiedy możemy być z dzieciaków dumni, może jest to ta chwila, kiedy coś przeniknie do ich świadomości. Zmieni nastawienie do życia, dotrze do nich prawda, że więcej radości możemy odczuwać, kiedy komuś coś ofiarujemy, niż gdy pozostajemy w przekonaniu, że wszystko, ot tak, po prostu się nam należy.

Andrzej Buda
a.buda@nj24.pl

Jeleniogórzanki w niemym proteście pod ZUS

Jeleniogórzanki włączyły się do ogólnopolskiego „niemego protestu” kobiet prowadzących własne firmy. 8 stycznia transparenty z hasłami „Matki kontra ZUS - żądamy przestrzegania konstytucji”, „ZUS raz daje, raz zabiera. Przedsiębiorca ponieważ” - zawisły na ogrodzeniu siedziby ZUS w Jeleniej Górze.

Akcję zorganizował Ruch Społeczny Kobiety na Działalności Gospodarczej kontra ZUS, który zrzesza kobiety z całej Polski, prowadzące własne firmy i czujące się pokrzywdzone przez ZUS. W tym ruchu aktywnie działają jeleniogórzanki.

O ich problemach pisaliśmy we wrześniu ubiegłego roku w „Nowinach Jeleniogórskich”, w artykule „Jeleniogórzanki łączą się przeciwko ZUS”. Opisywaliśmy historie młodych kobiet, które mają własne biznesy, są młode, zaradne, energiczne, wychowują dzieci, prowadzą firmy i twierdzą, że są nękane przez ZUS. Takich, jak pani Ewa (imię zmienione), która prowadzi w Jeleniej Górze od czterech lat firmę wielobranżową, handluje, organizuje okolicznościowe imprezy.

Przeszła w tym czasie osiem kontroli ZUS, siedem postępowań administracyjnych, w tym trzy w ostatnim roku.

- Boję się listonosza, że przyniesie kolejne awizo na pismo od ZUS. Siedzę, jak na szpilkach, stres mnie zżera - opowiadała nam kobieta. Zamiast zajmować się rozwojem firmy, ciągle kompletuje papiery, bo urzędnicy nieustannie żądają kolejnych dokumentów, nawet tych z początków działalności firmy. - Odbieramy to jako nagonkę - mówiła o działaniach ZUS pani Jadwiga (imię zmienione), ekonomistka, prowadząca od wielu lat biuro rachunkowe, najpierw we Wrocławiu, potem w Jeleniej Górze. W 2015 roku przeszła na wyższe składki ubezpieczenia społecznego, prowadziła firmę, zdobywała nowych klientów. Potem zaszła w ciążę. - W czasie urlopu macierzyńskiego okazało się, że jestem w drugiej ciąży - opowiada. Czekano ją nie lada wyzwanie - pogodzić wychowanie dwóch synów z prowadzeniem firmy, nie było łatwo. Ale dawała radę. Teraz jednak czuje, jak traci siły. Opowiadała, że od ponad roku jest prześwietlana przez ZUS.

Takich przykładów kobiety podają więcej. Jeleniogórzanki połączyły siły z koleżankami z całej Polski i walczą o zmiany w prawie, mające na celu zapewnienie kobietom pewności sytuacji prawnej wobec ZUS. Gdy ich pisma nie przyniosły rezultatów, postanowiły nagłośnić protest i pojawiły się pod siedzibami ZUS z transparentami i plakatami.

Wspiera je Adam Abramowicz, Rzecznik Małych i Średnich Przedsiębiorców, który do naszej redakcji przysłał list, deklarując stać na straży prawa właścicieli firm do zasiłków macierzyńskich i chorobowych. - Kobiety protestujące 8 stycznia przed siedzibami ZUS w Polsce to biznesmiski nękane przez Urząd tylko dlatego, że usiłowały łączyć prowadzenie działalności gospodarczej z macierzyństwem. Nie łamały prawa, a mimo to ZUS masowo żąda zwrotu wypłacanych im świadczeń wraz z odsetkami (...) - pisze rzecznik. Jego zdaniem trzeba kobietom dać medal za przedsiębiorczość i odpowiedzialne macierzyństwo, zamiast nękać kontrolami i egzekucjami niczym oszustów skarbowych.

Iwona Kowalska-Matis, Regionalny Rzecznik Prasowy ZUS województwa dolnośląskiego po naszym tekście w ubiegłym roku wyjaśniała: Zakład Ubezpieczeń Społecznych rocznie wypłaca ponad 200 mld zł różnego rodzaju świadczeń, w tym w granicach 11 mld zł świadczeń z tytułu choroby (...). Naszym ustawowym obowiązkiem jest zarówno kontrola i weryfikacja tytułu do ubezpieczenia jak i prawa do świadczeń. Poruszamy się ściśle w ramach obowiązujących nas norm prawnych. (...) Zapewniam, że nie mamy dziś do czynienia z sytuacją, w której to tzw. „kobiety na działalności” objęte byłyby specjalnym nadzorem przez pracowników ZUS. Co więcej nie prowadzimy żadnej ewidencji dotyczącej statusu klientów, u których prowadzone są kontrole.

Protestujące kobiety uważają, że praktyka urzędników ZUS nie zmieniła się, a uciążliwe kontrole się nasiliły. Dlatego nie składają więc bronii. Kolejnym etapem protestów ma być marcowa pikiet pod Kancelarią Premiera w Warszawie.

ALKA

Rekordowo hojni uczestnicy balu



100 tysięcy złotych zebrano podczas balu charytatywnego Stowarzyszenia Pomocy Chorym im. Jana Musiała „Dąb”. Pieniądze zostaną przeznaczone na sprzęt medyczny dla oddziałów ortopedii, chirurgii naczyniowej i onkologicznej Wojewódzkiego Centrum Szpitalnego Kotliny Jeleniogórskiej.

- Ofiarność darczyńców była ogromna. Bardzo wszystkim dziękuję - mówi Lucyna Musiał, pomysłodawczyni balu i prezes Stowarzyszenia Pomocy Chorym im. Jana Musiała „Dąb”.

Podczas balu, który odbył się w minioną sobotę w Lake Hill Resort w Sosnowcu, można było nie tylko świetnie bawić się do białego rana, ale także wylicytować różne cenne przedmioty.

- Artyści byli bardzo hojni i podarowali nam swoje prace - dziękuje pani Lucyna. Wylicytować można było m.in. obrazy Dariusza Milińskiego i Pawła Trybalskiego oraz Edwarda Kiczaka. Na licytację przekazane zostało ponadto szkło z pracowni Borowskich oraz szklana rzeźba od Szklanej Manufaktury.

Wśród zaproszonych gości były telewizyjne gwiazdy: Marta Kuligowska, Ula Chiricz i Lara Gessler oraz Kasia Sokołowska. One także wsparły zbiórkę datków.

- Marta Kuligowska, Ula Chiricz i Lara Gessler podarowały na licytację wyjątkowe przedmioty oraz spotkania ze sobą - mówi Lucyna Musiał. Można więc było wylicytować wizytę w studio TVN 24 z Martą Kuligowską lub warsztaty kulinarne z Larą Gessler dla czterech osób (poszły za 8 tys. zł). Złoty naszyjnik w kształcie serca podarowany przez Katarzynę Sokołowską oraz kolację z nią wylicytowano za 3 tys. zł. Obraz Dariusza Milińskiego „Wędrujący po Pławnej w okolicach Świąt Bożego Narodzenia” sprzedany został za 4600 zł. Za obraz „Portret kobiety” licytujący wpłacił 8900 złotych. Mocno licytowano prototypy protezy biopolarnej uda oraz protezy kolana, które podarował dr Jarosław Mączyński. Nabywca zapłacił za protezy 6 tys. złotych.

Bal prowadził Jacek Grondowy. Wystąpiła Anna Waraszkowa, a grał zespół Topaz.

Suma 100 tysięcy złotych, zebrana na 11. balu charytatywnym Stowarzyszenia Pomocy Chorym im. Jana Musiała „Dąb”, jest rekordowa. Podczas ubiegłorocznego balu zebrano połowę tej kwoty (46 tysięcy złotych). Zostały za nie zakupione dla oddziału rehabilitacji nowoczesne, multifunkcyjne łóżka oraz szyny rehabilitacyjne. Za pieniądze zebrane podczas tegorocznego balu zostanie zakupiony sprzęt dla oddziałów ortopedii, chirurgii naczyniowej i onkologicznej jeleniogórskiego szpitala.

ALKA

Urzędy statystyczne - dolnośląski, liberecki i saksoński - porównały ceny Niemcy uciekają szybciej, niż my ich gonimy...

Ceny większości produktów i usług na Dolnym Śląsku są znacznie niższe w porównaniu z tymi obowiązującymi w Saksonii i, w większości przypadków, z cenami w Czechach. To jedyny miły dla nas wniosek płynący z lektury kolejnej edycji publikacji, przygotowanej wspólnie przez urzędy statystyczne przygranicznych regionów Polski, Czech i Niemiec, „Ceny w Euroregionie Nysa 2014”.

Cóż jednak z tych niskich cen, skoro, biorąc pod uwagę siłę nabywczą zarabianych pieniędzy, przepaść dzieląca nas od Saksończyków wcale nie maleje. I żadne pocieszenie w tym, że zarobione przez nas pieniądze starczą na większe (odrobinę) zakupy od tych, na jakie może sobie pozwolić statystyczny mieszkaniec Liberca.

Najsmutniejsze jednak, że wbrew opowieściom o znakomitej sytuacji gospodarczej kraju, przekonania, że z roku na rok żyje nam się lepiej i że szybko gonimy, pod względem dochodów, bogatsze państwa, okazuje się, że to nieprawda. Przyrost płacy przeciętnego Polaka i Dolnoślązaka w ciągu roku był niższy niż płacy Saksończyka (nie ma więc mowy o żadnym gonieniu) i porównywalny z Czechami (także w okręgu libereckiego). Dodać należy, że inflacja w Niemczech w minionym roku była najniższa, co oznacza, że także z tego względu zamiast zyskiwać - tracimy.

Publikację „Ceny w Euroregionie Nysa 2019” dolnośląski Urząd Statystyczny wydał już po raz 16.

Urzędy zbadały ceny aż 116 towarów, produktów i usług konsumpcyjnych z maja tego roku. Porównywały je w trzech obszarach: produktów żywnościowych (pieczywo, mięso i wędliny, nabiał, tłuszcze, wyroby cukiernicze, używki), produktów nieżywnościowych (odzież, obuwie, art. włókiennicze, użytku domowego, AGD, ochrona zdrowia, środki transportu, piśmiennicze, higieny, paliwa) oraz usług (opłaty i usługi związane z kosztami zamieszkania, w sferze kultury i turystyki oraz usługi socjalne). Statystycy zbadali też siłę nabywczą mieszkańców pogranicza. Trzecim elementem porównania jest kształtowanie się dynamiki cen na każdym z obszarów. Konfrontowano artykuły identyczne lub porównywalne pod względem zawartości, jakości, producenta i miejsca nabycia, w maju 2019 roku. Określenie Euroregion „Nysa” nie do końca oddaje terytorialny zakres badania: w Polsce ujęto średnie ceny z całego Dolnego Śląska, w Niemczech to ceny z 20 saksońskich gmin wybranych losowo, dla strony czeskiej reprezentatywne są ceny z całego kraju.

Nie wszystkie produkty udało się też porównać. Najwięcej luk występuje w odniesieniu do cen w Niemczech, gdzie w statystyce metodologicznie stosowane są nieco inne zasady.

Taniej w spożywczym i w warzywniaku

Z badań wynika, że w Polsce najtańsza jest „spożywka”. Z 53 produktów branych pod uwagę (nie wszystkie dały się porównać) 20 najniższą cenę miało u nas. W Czechach było takich 14, a w Niemczech tylko 6. To najkorzystniejsza proporcja dla Polski od 2003 r. czyli odkąd prowadzone są badania. Nie zawsze tak było. W 2011 r. w Polsce można było kupić najtaniej tylko 14 produktów spożywczych przy najniższej cenie dla 17 w Czechach i 16 w Saksonii. Można więc stwierdzić, że jest postęp. Ale to jedyna zasadnicza zmiana w porównaniu z poprzednimi zestawieniami.

Generalizując - w Czechach najtańsze są produkty mączne. W Polsce relatywnie tanie są mięsa i wędliny. Drób jest u nas dwa razy tańszy niż w Czechach i prawie pięć razy tańszy niż w Niemczech. Choć kurczaki mamy najtańsze, jajka już nie. Te mają ceny (wszystkie ceny w euro) podobne w Polsce i w Niemczech (odpowiednio 0,15 i 0,16 eurocentów), a zdecydowanie najtańsze są w Czechach (0,12).

Nasi zachodni sąsiedzi, u których asortyment mięsny, a także owoce i warzywa są bardzo drogie, cieszą się z tanich tłuszczów, wyrobów cukierniczych, nabiału i używek. To w Saksonii najtańsze są m.in.: mleko zagęszczone, masło czy oliwa z oliwek. Bezpłatnie minęły też czasy, gdy alkohole (zwłaszcza te mocne) litrami przy-

woziło się z Czech. Za południową granicą wciąż są odrobinę tańsze niż u nas, ale zdecydowanie najtańsze w Niemczech. Identyfikacja whisky kosztuje odpowiednio 14,68 - 14,69 - 11,05. Najtańsze w Niemczech było też wino musujące i piwo.

Niektóre porównania są wręcz zdumiewające. Choćby cena maki pszennej, która na Dolnym Śląsku jest o 10 eurocentów wyższa niż w Saksonii (i o 18 eurocentów wyższa niż w Czechach), choć logika mówi, że to po niemieckiej stronie koszty produkcji są wyższe. Za to chleb mamy tańszy i płacimy znacznie mniej, niż wyłożyć musi sąsiad zza zachodniej granicy (0,66 i 1,24). Te produkty u Czechów są najtańsze.

Eldorado przemysłowo-usługowe

Patrząc na artykuły nieżywnościowe, ceny usług i opłaty, dochodzimy do wniosku, że ich poziom po polskiej i czeskiej stronie jest zbliżony, jednak ze znaczną przewagą najniższych cen u nas. Saksończycy za to samo zwykle muszą płacić dużo więcej.

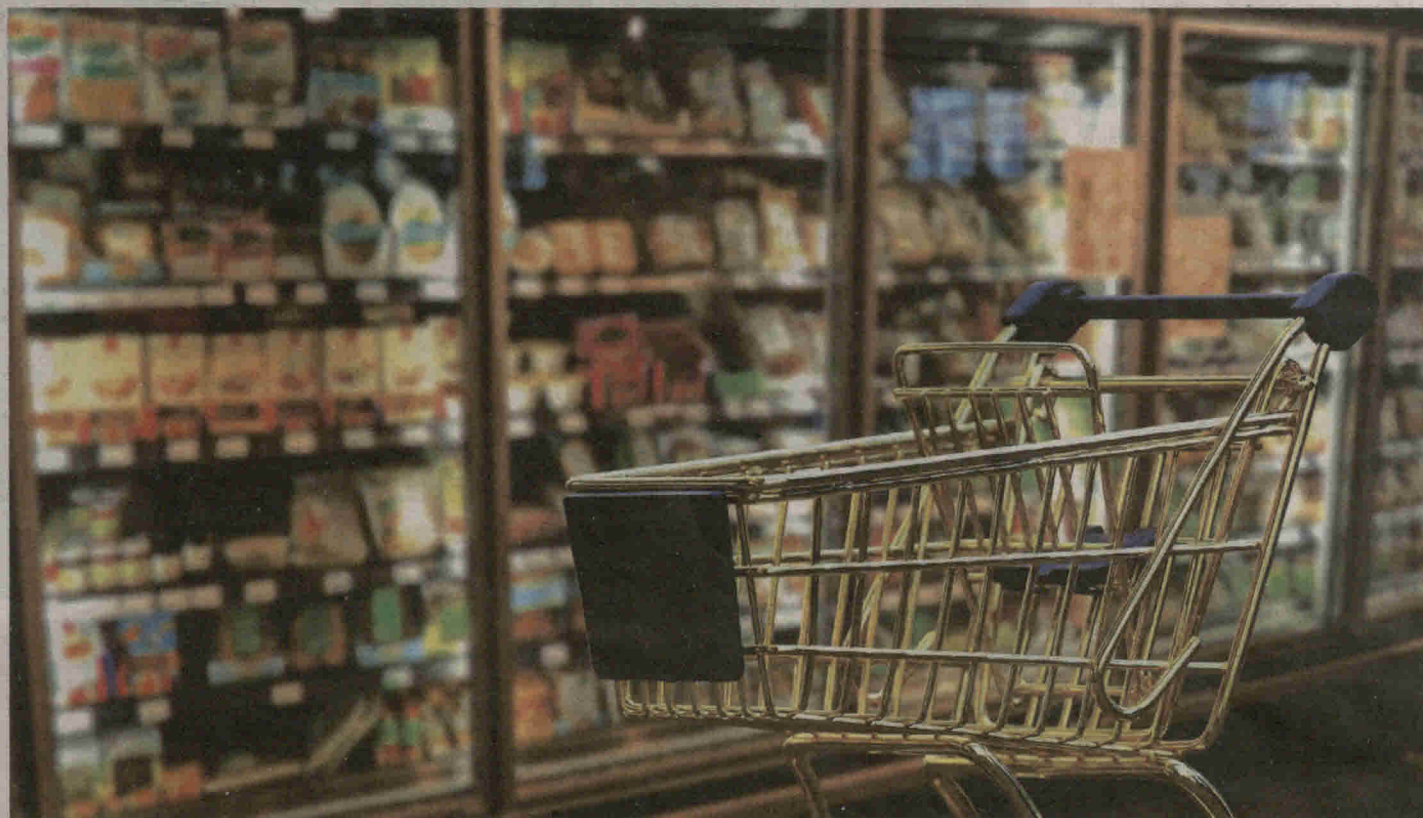
W relatywnym porównaniu cen, bo bez odnoszenia ich do siły nabywczej, to u nas, z 29 porównanych cen produktów nieżywnościowych

Struktura cen artykułów przemysłowych wydaje się znacznie bardziej racjonalna niż w przypadku tzw. „spożywki”. Nie ma tak wielkich różnic, nawet paliwo kosztuje już niemal tyle samo, choć ciągle w Polsce najmniej (olej napędowy: 1,22 - 1,26 - 1,30).

Nie da się tego powiedzieć o kosztach mieszkaniowych. Ciągłe jeszcze mamy w porównaniu z Niemcami nominalne eldorado. Weźmy energię elektryczną, która już wydaje nam się bardzo droga. Ale o ile w Polsce za 100 kWh zapłacić musimy 13,96 euro, to Niemiec wyłożyć musi aż 30. Z tą jednak uwagą, że na przestrzeni ostatnich pięciu lat my płacimy dwa razy więcej (w 2014 było to 7,50 euro), a Niemiec wciąż tyle samo. Podobnie ze ściekami - odprowadzenie 100 m. sześć. kosztuje odpowiednio 158 i 355 euro. Niestety, nie ma co się łudzić, że ceny u sąsiadów będą spadać - wręcz przeciwnie: to nas czeka ostra jazda w górę, tym ostrzejsza, że ceny mediów w coraz mniejszym stopniu są zależne od kosztu ich wytworzenia, a w coraz większym od różnych polityczno-gospodarczych decyzji. Czesi płacą minimalnie więcej od nas

Średnie zarobki brutto Dolnoślązaków to tylko 1160 euro, Czesi w okręgu libereckim mają 1158 euro, a Saksończycy 3193 (w całych Niemczech ta średnia to aż 3880!). Efekt jest taki, że mimo nominalnie wyższych cen w Niemczech nie ma ani jednego produktu, z porównywanych 24, których Polak może nabyć najwięcej. Wprawdzie za przeciętne wynagrodzenie więcej od Saksończyka może kupić bułek i skarpet, ale lepsi są pod tym względem Czesi. A jeszcze kilka lat temu skarpet i ziemniaków to my mogliśmy kupić za przeciętną pensję najwięcej.

Obecnie za swoje średnie wynagrodzenie Dolnoślązak może kupić prawie 1,6 tony ziemniaków, prawie 10 tys. bułek i 500 par skarpet; Saksończyk za swoją płacę kupuje prawie 2,3 tony ziemniaków, 8,5 tys. bułek i 400 par skarpet. Żeby nie było zbyt przyjemnie - z roku na rok proporcje zmieniają się na korzyść sąsiadów z zachodu. Pięć lat temu mogliśmy za przeciętne wynagrodzenie kupić 3,3 tony ziemniaków, 10,5 tys. bułek i 550 par skarpet. Oczywiście w przypadku innych produktów dystans rośnie na korzyść konsumenta niemieckiego zdecydowanie



aż 16 miało najniższe ceny (po stronie czeskiej - 5, po niemieckiej - 2). Podobnie w usługach. Porównując koszty związane z zamieszkiwaniem - odpowiednio: 11, 6 i 0.

Część asortymentu przemysłowego miała ceny zbliżone (choćby buty, farby, pampersy, mydło), przy innych produktach różnice w cenach były bardzo duże. Cena rajstop na przykład osiąga za zachodnią granicą trzykrotność polskiej; tam generalnie odzież okazuje się bardzo droga.

Artykuły nieżywnościowe najtańsze w Czechach to np. skarpety, proszek do prania, który zdecydowanie najdroższy jest w Polsce (1,34 - 0,65 - 0,98), farba emulsyjna biała, papier do drukarek czy widokówki. W Niemczech najtańszymi okazały się: pasta do zębów, soczewki kontaktowe, mydło i farba do włosów.

Niestety, niepełne jest porównanie całej gamy sprzętów AGD, gdzie brak cen z Niemiec. - Zawiniła metodologia - wyjaśniają statystycy. A nam pozostaje cieszyć się, że zdecydowana większość takiego sprzętu tańsza jest u nas (większość nieznacznie) z wyjątkiem żelazek i tabletek, w Czechach w korzystniejszych cenach. Sprzęty z Niemiec pewnie nie zmieniłyby tego wniosku, bo czasy, gdy jeździliśmy za Nysę po aparat fotograficzny lub telewizor, to już przeszłość. Zresztą nawet wtedy nie były tam wiele tańsze, a zarabiali się na zwrocie podatku.

Takich dysproporcji nie ma już w cenach usług, które jednak układają się dość różnorodnie. W Czechach znacznie tańsze są tzw. usługi socjalne. Pobyt podopiecznego w DPS kosztuje tylko 405 euro miesięcznie, podczas gdy w Polsce już 852 euro a w Saksonii 1365! Pobyt dziecka w przedszkolu kosztuje w Czechach 18,37, w Polsce 18,94, a w Saksonii 65 euro.

Wyrównane są natomiast ceny związane z turystyką, kulturą i gastronomią, co dowodzi, że tam, gdzie działa realna konkurencja, wszystko kosztuje mniej więcej tyle samo. Generalnie ten rodzaj usług najtańszy jest w Czechach. Pewnym ewenementem jest opłata za abonament telewizji kablowej - najwyższa w Polsce, gdzie kosztuje 13,15 euro, w Niemczech 12,42, a w Czechach tylko 8,95.

Nie da się tego powiedzieć o usługach użytkowych, gdzie ceny kształtują pewnie nie tylko koszty, ale i dostępność. Niemcy są poza konkurencją, wyceniając jako czterokrotność polskiej ceny strzyżenie włosów albo skrócenie spódnicy.

Ubodzy krewni

Wszystkie te porównania tracą jednak na znaczeniu, gdy przyjrzymy się sile nabywczej mieszkańców tych trzech regionów. I my, i Czesi ciągle jesteśmy, a może zawsze już będziemy, ubogimi krewnymi naszych zachodnich sąsiadów, którzy po prostu zarabiają w Saksonii średnio prawie trzy razy więcej.

szybciej. I to tyle, jeśli chodzi o doganianie bogatych krajów Zachodu.

Porównywalnie wyglądają też możliwości nabywcze usług komunalnych i komercyjnych. Wody bieżącej za pensję możemy kupić 1000 m. sześć, przy 1100 metrów w saksońskim gospodarstwie domowym.

Przy innych produktach różnice idą w tysiące jednostek. Masło: 2331 kostek do 782 (pięć lat temu było 811 kostek do 696); proszek do prania: 3258 paczek do 866 (pięć lat temu było 2174 paczki do 803)....

Tak więc, choć nikt rozsądny nie zaprzeczy, że średnie dochody i koszty dóbr, które można za nie kupić, systematycznie u nas rosną (na przestrzeni 16 lat zarobki podwoiły się - z 508 do 1160) to jednak zapewnienia premiera Morawieckiego o szybkiej pogoni za Zachodem można między bajki włożyć. Średnie wynagrodzenie w Saksonii w tym samym czasie wzrosło z 2127 do 3193 euro, czyli o ponad 1000 euro (nasze o 650). Co znaczy, że dysproporcja rośnie, gdyż bogatsi sąsiedzi w ciągu 16 lat uciekli nam o kolejne 350 euro! Sąsiedzi uciekli także w ubiegłym roku, bo w tym czasie ich średnie zarobki wzrosły o 95 euro, przy zarobkach Dolnoślązaków wzrastających o 67 euro. Sąsiedzi wprawdzie bogatsi, ale należący do najbiedniejszych w Niemczech....

Marek Lis

Smutny koniec Flory

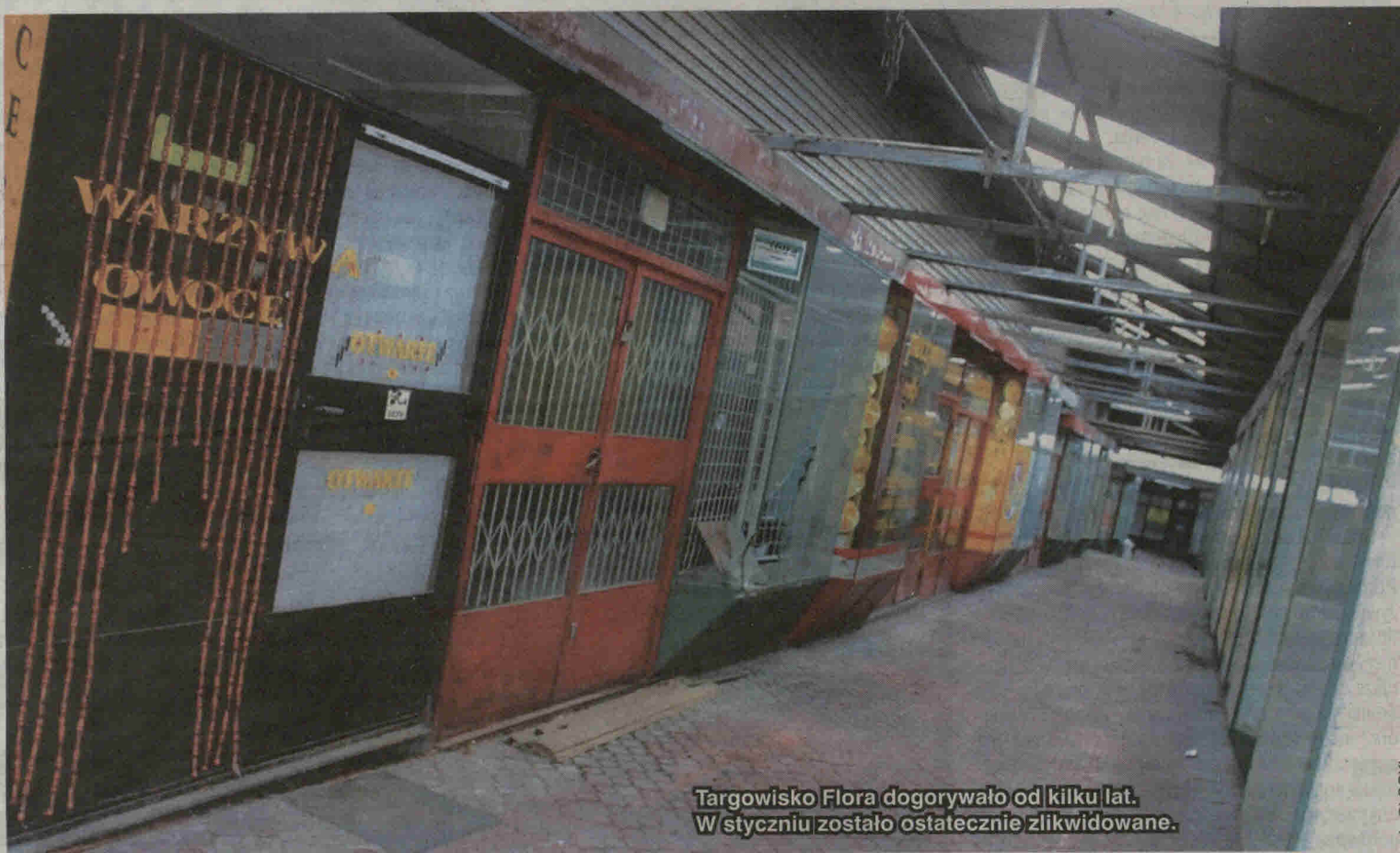
Agonia trwała kilka lat. Wreszcie stała się faktem. Jeleniogórskie targowisko Flora przestało istnieć. Brama zamknięta jest na cztery spusty. Wisi na niej kartka „Likwidacja targowiska”. Plac, tętniący życiem w latach 80. i 90. ubiegłego wieku, straszy dziś odrapanymi budami, chaszciami i zdezelowanymi pawilonami. Nad Florą nikt już nie płacze. Bardziej teraz jeleniogórzan obchodzi, co powstanie w tym miejscu? Zastanawiają się także, czy los Flory będzie przestrożą dla kupców z targowiska w Cieplicach?

Internet huczy od pomysłów na zagospodarowanie działki po targowisku Flora przy ul. Chrobrego. Parking dla autobusów turystycznych i samochodów osobowych? Sklep wielkopowierzchniowy? Centrum rozrywki z salą gier, kawiarnią, miejscem spotkań seniorów i ludzi młodych? Ikea? Kamieniczki z usługami na parterze i podziemnym parkingiem? Park ze stoiskami, na których sprzedawane byłyby lokalne produkty? Duży lokal muzyczny? Co internauta, to inny pomysł. Wszyscy są w jednym zgodni. Najważniejsze, by działka po Florze nie podzieliła losu jeleniogórskiego targowiska przy ulicy Kilińskiego. Od kilkunastu lat dziura po nim, ogrodzona teraz płotem, szpeci centrum miasta. Byłoby fatalnie, gdyby sytuacja się powtórzyła.

Wieżowca nie będzie

Duża (prawie 11 tysięcy metrów kw.) działka po Florze należy do miasta. Spółka kupiecka tylko ją dzierżawiła. Teren jest atrakcyjny. Blisko stąd do ratusza, restauracji, urzędów, galerii handlowej.

- W miejscu targowiska Flora mogą powstać rozmaite obiekty, których wysokość nie będzie przekraczała tzw. linii zabudowy - wyjaśnia Cezary Wiklik, rzecznik prasowy Prezydenta Jeleniej



Targowisko Flora dogorywało od kilku lat. W styczniu zostało ostatecznie zlikwidowane.

L. PŁOCKI



A. GIERAK

Góry. Sprawa jest więc otwarta. Jedno wiadomo. Wieżowca w tym miejscu nie będzie. Wszystko teraz zależy od tego, czy pojawi się inwestor i jaki będzie miał pomysł na zagospodarowanie działki. - Oby tylko samorząd nie zgodził się na kolejny market, bo już ich w mieście dosyć - zastrzegają internauci.

Powolna agonia

Janina Sokołowska, emerytka mieszkająca po sąsiedzku, nie jest zaskoczona upadkiem Flory. Od dawna na to się zanosilo. Po latach 80. i 90. ubiegłego wieku, gdy Czesi samochodami wywozili stąd wiklinowe koszyki, koldry, meble, drzwi harmonijkowe, sadzonki, urządzenia elektryczne i inne produkty, zaś Niemcy kupowali setki drobiazgów, stopniowo ubywało handlujących. Klienci przenieśli się do galerii handlowych. Flora stanęła w miejscu. Jak relikwiera poprzedniej epoki. Rok temu handlowało tu zaledwie trzydziestu kupców. Ledwo wiązała koniec z końcem. Część z nich zamknęła działalność i przeszła na emeryturę. Kilku przeniosło się w inne miejsce, kilku dołączyło do kupców na targowisku na Zabobrze. Tak jak pan Ryszard, który ma stoisko z konfekcją męską. Na Florze był przez 15 lat. - Przez ostatnie dwa lata to był kompletny marazm - mówi. Przyczynę upadku targowiska widzi w polityce samorządu jeleniogórskiego. - Zezwolili na budowę galerii handlowych w mieście. To zabrało nam klientów - mówi pan Ryszard. - W Europie takie galerie



Likwidacja targowiska w centrum miasta



są na obrzeżach, bo dba się o lokalny biznes - dodaje. Jeśli do tego doda się beczynność zarządu spółki kupieckiej Flora, efekt byłby do przewidzenia.

Cieplice czeka los Flory?

Los Flory może być przestrogą dla kupców z targowiska w Cieplicach, przy ul. Mieszka I. Istnieje niebezpieczeństwo, że jeśli nie ucywilizują terenu wokół straganów i nie zadbają o otoczenie, klientów będzie ubywać. Bo na razie czas stanął tu w miejscu. W końcu mieszkańcom i kuracjom zaczął się smętniejszy obraz targowania przeszkadzać.

Dwa lata temu kupcy z Cieplic otrzymali od miasta propozycję moderniza-

kredyty. Przy takim obciążeniu, jakie w Polsce mają przedsiębiorcy, mogliby mieć problemy ze spłatą - wyjaśnia. Wygląda więc na to, że handlujący na targowisku w Cieplicach mogą popełnić ten sam grzech, co koledzy z Flory. Czyli grzech zaniedbania - stwierdza Stanisław Sudoł.

W 2010 roku proponował kupcom z Flory i Cieplic wspólne działanie z Ryneczkiem Zabobrze. Chodziło o negocjacje cen czynszu, prądu czy śmieci, bowiem wspólnie mogli uzyskać lepsze warunki. Miał także pomysł na modernizację targowiska w Cieplicach. Proponował połączenie handlowania z częścią wystawienniczą, w której promowano by produkty regionalne. Miała być także część kulturalna, przeznaczona na prezentację

twórczości artystów z Polski, Czech i Niemiec. W 2010 roku na Florze było czynnych około 240 podmiotów, a na Zabobrze 120.

Spółka kupiecka Flora, która w tych czasach miała się świetnie, pomysł Stanisława Sudoła odrzuciła. Ciepliczanie też nie podjęli rozmów. Samorząd jeleniogórski milczał. Minęło dziesięć lat. Ryneček Zabobrze kwitnie, Flora jest w likwidacji, a Cieplice stoją w miejscu.

Moda na targowiska

Marek Miller, autor monografii warszawskiego Bazaru Różycyckiego „Co dzieje się świeży pieniądź”, analizuje, że kupcy bywają ostrożni, niekiedy bierni i istotnie często nie są zgodni co do kierunku rozwoju. Potrzebny jest lider, program, pomysł, by ożywić upadające

stoiska. Miller zauważa, że handel bazarowy kwitnie na całym świecie. Na targowisku ludzie rozmawiają ze sobą, nie ma anonimowości, jest swojska atmosfera, która przyciąga klientów.

Według badań IPSOS Polacy najczęściej kupują na targowiskach warzywa i owoce. Statystyki pokazują, że mieszkańcy chcą targowisk. Zmodernizowane, z zapleczem sanitarnym, parkingami, godnymi warunkami, stanowią odtrutkę na produkty masowe i dominację dyskontów.

W Europie są miasta, gdzie wizyta na targowisku to turystyczna atrakcja. Barcelońska La Boqueria przy ruchliwej Las Ramblas odwołuje się do XIII-wiecznej tradycji miejscowych jatek. W Lyonie dbają o swoje hale targowe, które doczekały się renowacji i są chętnie odwiedzane. Londyńskie Portobello Road przyciąga miejscowych i przyjezdnych, reklamując się jako największy na świecie targ staroci. Market ma też sekcje owocowo-warzywną i tekstylną, a w piątki i soboty można tu spróbować kuchni z całego świata. Przykłady można mnożyć.

Ryneček Zabobrze kwitnie

W Polsce także zauważono, że targowiska gminne pełnią ważną funkcję w życiu lokalnych społeczności. Wsparcie na rzecz budowy i modernizacji targowisk zostało przewidziane w Programie Rozwoju Obszarów Wiejskich na lata 2014 - 2020. Pomoc obejmuje budowę lub przebudowę targowisk lub obiektów budowlanych przeznaczonych na cele promocji lokalnych produktów. Program miał zachęcić do zakładania targowisk w mniejszych miastach i miejscowościach. Skorzystało z niego wiele gmin, m.in. Czarnocin i Barlinek.

Według badań BIG InfoMonitor w Polsce funkcjonowało w ubiegłym roku ponad 9 tys. targowisk. Zdecydowana większość to bazy sezonowe, które pojawiają się przede wszystkim wiosną i latem.

Na ich tle jeleniogórski Ryneček Zabobrze, działający przez cały rok, wypada bardzo dobrze. Miejskowa spółka kupiecka wybrała drogę stopniowych inwestycji i modernizacji. Dzięki temu kupców nie dobiły kredyty, a targowisko egiagle się modernizuje.

Jest na nim ponad 200 podmiotów. Unowocześniono większość pawilonów. Powstał parking dla klientów, jest plac zabaw dla dzieci, teren został ogrodzony. Inwestycje ruszyły z miejsca, gdy w 2013 roku samorząd jeleniogórski podpisał ze spółką umowę dzierżawy na 10 lat. Wcześniej były to umowy 2-, 3-letnie. To nie sprzyjało rozwojowi. Mając pewność dzierżawy oraz pomysły na rozwój, spółka ruszyła z miejsca. Docenili to klienci. Ruch na ryneczku jest od samego rana. Największy w soboty. - Produkty są świeże i dobrej jakości - chwali Maria Górska, która robi tu zakupy codziennie. W środy biegnie po kozie mleko i sery, prosto od rolnika. Ma ulubiony stragan, na którym kupuje warzywa. - Zawsze sobie pogadam z panią Elą, która sprzedaje na stoisku, o dzieciach i pogodzie, tego nie mam w markecie - mówi z uśmiechem pani Maria. Jan Michalski wpada po chleb na zakwasie. Wiosną kupuje sadzonki i krzewy. - Mam sprawdzone stoisko - dodaje zadowolony.

Klienci potwierdzają to, co mówią fachowcy. Targowiska obronią się jakością towarów oraz bezpośrednim kontaktem z klientem. Budują wspólnotę lokalną i sprzyjają integracji. - Właśnie o to nam chodzi - zgadza się Stanisław Sudoł. - Cały czas dążymy, by nasze targowisko było nie tylko miejscem zakupów, ale i spotkań mieszkańców. Dlatego w samym centrum targowiska zrobiliśmy plac zabaw, przy którym stanęły ławeczki i szachy. A w planach mamy kolejne inwestycje - zapewnia. Szkoda, że tą drogą nie poszła spółka kupiecka z Flory.

Alina Gierak

Dążymy, by nasze targowisko na Zabobrze było nie tylko miejscem zakupów, ale i spotkań mieszkańców - mówi Stanisław Sudoł.

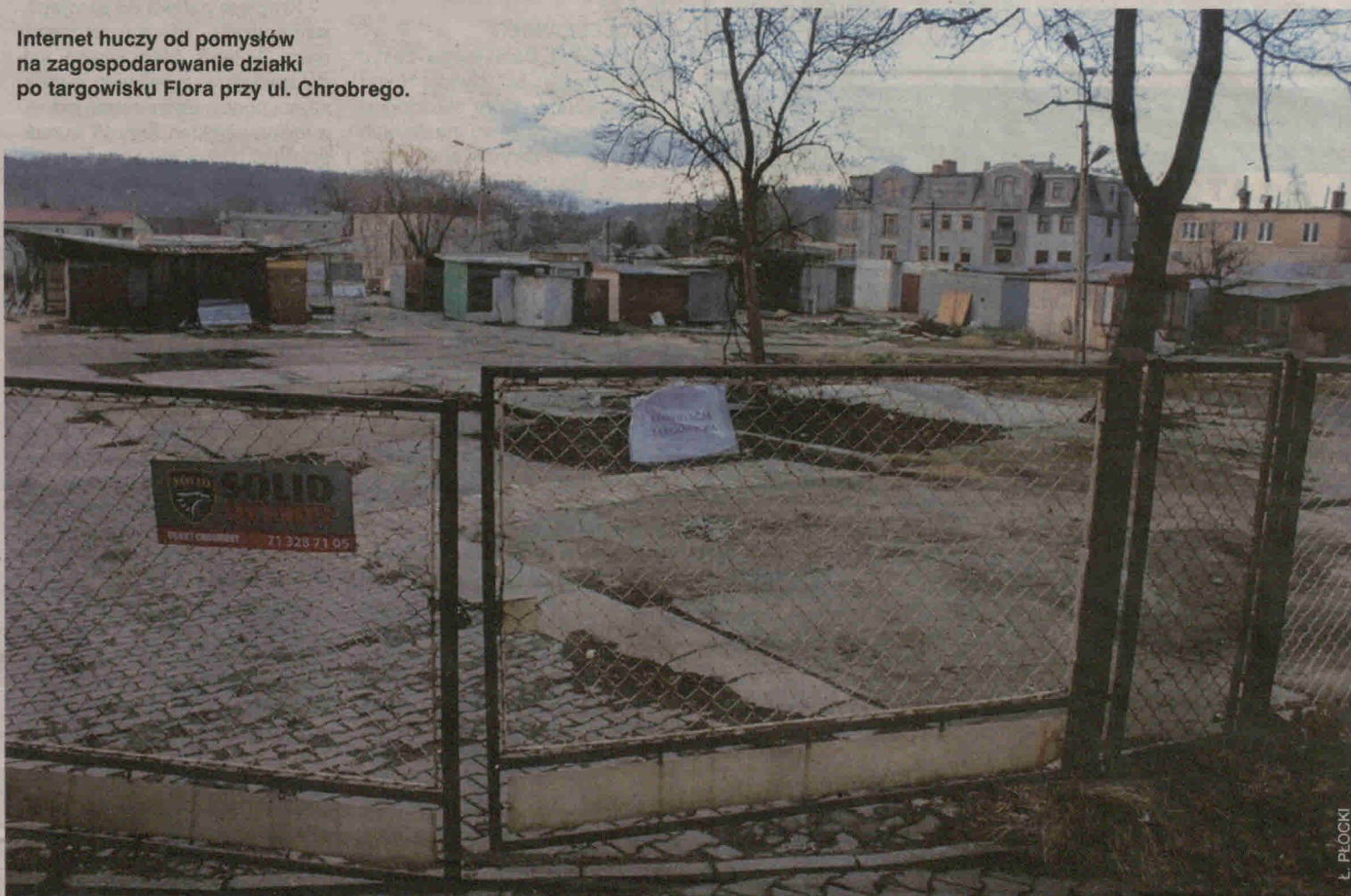


cji targowiska. Samorząd miałby w tym partycypować. W grę wchodziło milion złotych. Przewidywano postawienie jednakowych drewnianych pawilonów, dużo zieleni i ławeczek. Handlujący nie zgodzili się na ten pomysł. Mieli wiele zastrzeżeń. Między innymi wytkali brak w tych planach parkingu dla klientów. Ostatecznie żadnych zmian w Cieplicach nie przeprowadzono. Inna rzecz, że samorząd jakoś specjalnie nie naciskał na kupców.

- Administracyjne próby reanimacji targowiska mijają się z celem - wyjaśnia Cezary Wiklik. W każdym przypadku placówki handlowej to klienci głosują za jej istnieniem (lub nie). Dotyczy to targowisk oraz sklepów - dużych czy mniejszych - tłumaczy. I dodaje: - Zdarza się, że mieszkańcy wprowadzą optują za ulgami, obniżkami opłat i podatków, jakie powinien stosować samorząd wobec niektórych, szczególnie małych placówek handlowych. Ale ci sami mieszkańcy omijają sklepy, w imieniu których występują, a zakupy czynią w sklepach wielkopowierzchniowych i dyskontach, tym samym szkodząc placówkom, w interesie których pozornie występują.

- Właściwie to nie dziwię się kolegom z Cieplic - mówi Stanisław Sudoł, prezes spółki kupieckiej Zabobrze. - Gdyby zgodzili się na propozycję miasta, musieliby zaciągnąć duże

Internet huczy od pomysłów na zagospodarowanie działki po targowisku Flora przy ul. Chrobrego.



Przy redakcyjnym telefonie dyżurowała Alina Gierak Pochwały dla PKP i słowa nagany dla zarządców dróg



Nasi Czytelnicy nie tylko dzwonią do nas z prośbami o interwencje. Zdarzają się głosy proszące, by na łamach gazety pochwalić jakąś instytucję czy osobę. Czytelnik z Lubania podzielił się z nami zachwytem nad nowym przystankiem PKP Jelenia Góra-Zabobrze. Jego zdaniem budowa tego przystanku to był świetny pomysł. - Jeżdżę niemal codziennie na trasie Jelenia Góra - Goerlitz i widzę, jak wielu młodych ludzi wysiada na Zabobrze. Mają stąd blisko do szkół i galerii handlowych. Wcześniej składy często jeździły puste. Niedługo trzeba będzie dołożyć wagonów, bo chętnych do podróżowania pociągami do Jeleniej Góry przybywa, między innymi

dzięki dogodnej lokalizacji nowych przystanków PKP - przypuszcza Czytelnik.

Z pochwałami dla uczestników zbiórki pieniędzy na skocznie narciarskie w Harrachovie zadzwonił pan Jacek ze Szklarskiej Poręby. - To przykład, jak sport potrafi zjednoczyć Polaków i Czechów - wyjaśnia Czytelnik. Dzięki zbiórce publicznej, prowadzonej w Czechach i w Polsce oraz licytacom sportowych pamiątek, przekazywanych przez sportowców, udało się przeprowadzić pierwsze prace remontowe na skoczniach K-40 i K-70. Został uporządkowany teren w okolicach rozbiegu obiektów, a także wymienione deski w bandach. Pieniądze

zbierano przez internet. W Czechach uzbierano do tej pory ponad 480 tys. koron. W Polsce poprzez internetową zbiórkę oraz dzięki licytacom sprzętu sportowego, przekazywanego przez wybitnych skoczków, m.in. Adama Małysza, łącznie zebrano równowartość około 84 tysięcy koron. - Jeździłem kibicować polskim skoczkom do Harrachova i cieszę się, że mogłem wraz z innymi przyczynić się do poprawy warunków na skoczniach - mówi pan Jacek.

Podczas dyżuru nie zabrakło głosów krytycznych. Nasz Czytelnik z Pławnej Górnej szuka u nas pomocy w sprawie urzędniczej przepychanki. Rzecz dotyczy jego 11-letniej córki, która jest niepełnosprawna i nie może

na piechotę chodzić do szkoły w Pławnej Średniej. Sytuację uratowałby autobus, który zatrzymywałby się koło jej domu i koło szkoły. Rodzice dziewczynki zdobyli wszelkie zgody na uruchomienie przystanku. Teraz są bezradni, bo okazuje się, że nie wiadomo, kto ma ten przystanek ustawić. - W powiecie lwóweckim odsyłają nas do gminy Lubomierz. W gminie do powiatu - opowiada zdenerwowany Czytelnik. Taka przepychanka urzędnicza trwa od października ubiegłego roku. Interweniowaliśmy w tej sprawie w Zarządzie Dróg Powiatowych w Lwówku Śląskim. Miejmy nadzieję, że przystanek szybko powstanie.

ALKA

Zadzwoń do nas

**W środę
od godz. 10 do 14
czekamy
na sygnały
od Czytelników
o tym,
co drażni, niepokoi
i wymaga
dziennikarskiej
interwencji**

**75/64-24-485
795 602 534**



LOKALE

SPRZEDAM M-3, 62m kw, 2-piętro, spiżarka, Jelenia Góra, ul. Kolberga 1, cena 260 tys zł, tel. 793-454-507. N24-G

Wójt Gminy Jeżów Sudecki

Informuje, że w siedzibie Urzędu Gminy przy ul. Długiej 63 w Jeżowie Sudeckim zostały wywieszone na okres 21 dni wykazy nieruchomości gruntowych przeznaczonych do sprzedaży i dzierżawy.

**Wójt Gminy
Edward Dudek**

EURO 90 TRAVEL

GRABOWSKIEGO 2/2
TEL 75 7675090 LUB 7675080
www.euro90-travel.pl
euro90@euro90-travel.pl

LATO 2020 już w sprzedaży!

ITAKA, RAINBOW, GRECOS, CORAL i INNI.

Teraz największe rabaty i inne korzyści **Ofer-
ta Zima 2019/2020 - dalej w sprzedaży!**

Ponadto: ■ Bilety lotnicze, autokarowe ■ Rejsy wycieczkowe z polskim pilotem ■ Oferty Last Minute ■

Zapraszamy do kontaktu **75 76 75 090** lub na naszą stronę **www.euro90-travel.pl** lub do biura, gdzie przy kawie porozmawiamy o wczasach i wycieczkach!!!

U Nas
zapłacisz
kartą

Prezydent Miasta Jeleniej Góry informuje,

że na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Ptasiej 2-3 w Jeleniej Górze wywieszony został wykaz nieruchomości przeznaczonych do zbycia

**Obwieszczeniem nr 177.2019.VIII
z dnia 13 grudnia 2019 roku**

w sprawie podania do publicznej wiadomości wykazu nieruchomości gruntowej niezabudowanej położonej w Jeleniej Górze przy ul. Osiedle Rakownica, przeznaczonej do sprzedaży w drodze przetargu nieograniczonego.

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

Na marginesie

BOGATYNIA

28-latek włamał się i ukradł audi zaparkowane na jednej ze stacji paliw. Samochód pomógł mu ukryć na swojej posesji jego 23-letni wspólnik. Policja na trop złodzieja wpadła już po kilku dniach. Sprawca kradzieży musi się teraz liczyć z wyrokiem do 10 lat pozbawienia wolności, a jego wspólnik za kratki może trafić na 5 lat.

BOLESŁAWIEC

40-latek z Bolesławca został zatrzymany, bo dysponował land roverem, który skradziono kilka miesięcy temu na terenie powiatu złotoryjskiego. Mężczyzna nie potrafił powiedzieć, w jaki sposób wszedł w posiadanie samochodu (wartość 10 tys. zł). Śledztwo trwa. Na tym etapie 40-latek usłyszał zarzut paserstwa, za co grozi do 5 lat więzienia.

2,5 promila alkoholu we krwi miała 44-letnia kobieta kierująca samochodem osobowym. Zatrzymana przez patrol policji podejrzana będzie teraz miała sprawę sądową - grozi jej do 2 lat więzienia, wysoka grzywna. Straci też prawo jazdy.

JELENIA GÓRA

Pożyczkę w wysokości 9 tys. zł próbowała wyludzić w jednym z parabanków 43-letnia mieszkanka Legnicy. W tym celu przedstawiła pracownicy firmy pożyczkowej sfałszowany dowód tożsamości i nieprawdziwe dokumenty o zatrudnieniu i zarobkach. Tym razem oszustce nie udało się naciągnąć parabanku, ale w grudniu ubiegłego roku taką pożyczkę w wysokości 7 tys. zł uzyskała. Kobieta stanie przed

sądem. Może stracić wolność nawet na 8 lat.

Na stratę kilku tysięcy złotych naraził 30-letni złodziej kilka sklepów, z których wynosił perfumy i elektronarzędzia. Takich złodziejskich akcji z jego udziałem odnotowano kilka w ciągu ostatnich trzech miesięcy. Kradziony towar sprawca sprzedawał przygodnym osobom. 30-latek był już karany za podobne przestępstwa. Dlatego teraz trafił na 2 miesiące do aresztu, a sąd może go posłać za kratki na 5 lat.

- Kradłem paliwo do swojego samochodu

- oświadczył zatrzymany 34-latek, który włamał się do zbiorników z paliwem dwóch samochodów ciężarowych jednej z jeleniogórskich firm. W sumie ściągnął blisko 300 litrów paliwa o wartości około 1500 zł. Takie przestępstwo kwalifikowane jest jako kradzież z włamaniem, a za to grozi do 10 lat więzienia.

LUBAŃ

Policja poszukuje sprawcy brawurowej kradzieży biżuterii. Mężczyzna wbiegł do sklepu jubilerskiego, wybił szybę w gablocie i zabrał kosztowności o dużej wartości. Cała sytuacja została zapisana przez monitoring. Sprawca zamaskował się jednak i jego rozpoznanie jest utrudnione. Prawdopodobnie jest to mężczyzna w wieku około 25 lat. Śledztwo trwa.

LWÓWEK ŚL.

Telefon o wartości 4,5 tys. zł, który skradziono kobiecie, został odnaleziony przez policjantów. Szybko podjęta akcja pozwoliła odzyskać drogi sprzęt już po czterech godzinach. Sprawca nie docenił systemów nawigacyjnych, które pozwoliły namierzyć miejsce telefonu. Został zatrzymany w momencie, kiedy używał sprzętu. Grozi mu do 5 lat więzienia.

OLSZYNA

38-latek z Gryfowa Śl. postanowił spędzić sylwestra z nowo poznaną mieszkanką Olszyny. Kiedy dotarł na umówione miejsce, zaatakowało go dwóch mężczyzn (34 i 42 lata). Bili go drewnianym trzonkiem po głowie, a gdy mężczyzna upadł, kopali go, żądając pieniędzy. Wkrótce policja ustaliła napastników. Zostali aresztowani - grozi im do 12 lat odsiadki. Starszemu z agresorów postawiono dodatkowo zarzuty podpalenia altanki, włamania do mieszkania i gróźb karalnych.

ZGORZELEC

Trzech nieustalonych dotąd sprawców napadło i pobiło pracownika kantoru. Wszystko działo się późnym popołudniem (8 stycznia), kiedy pracownik wychodził z pracy z torbą z pieniędzmi (ul. Grunwaldzka). Ona też była celem bandytów. Po rozbójniczej akcji sprawcy uciekli z łupem przez podwórko i wsiadli do samochodu, którym kierował czwarty wspólnik. Policja prosi o pomoc wszystkich, którzy mają jakiegokolwiek informacji na temat zdarzenia.

Policjanci ruchu drogowego rozpoczęli akcję sprawdzania liczników samochodów. Od 1 stycznia sprawcy oszustw dotyczących przebiegu samochodów będą karani. W zatrzymanym volkswagenie, w którym licznik wskazywał 18 599 km, stwierdzono nielegalne cofnięcie licznika. Ostatni zapis w Centralnej Ewidencji Pojazdów wskazywał na przebieg 294 309 km. Teraz policja ustali, kto jest odpowiedzialny za zmianę wskazań drogomiernika. Sprawca musi się liczyć z wyrokiem pozbawienia wolności do 5 lat.

(sad)

Człowiek Roku 2019

Kto w czołówce głosowania czytelników?

Cały czas napływają do redakcji nowe zgłoszenia kandydatów, jak również trwa głosowanie na tych, których nazwiska są znane od kilku tygodni. Rywalizacja jest bardzo ciekawa, wszakże Człowiek Roku to w tej chwili najbardziej prestiżowe wyróżnienie w naszym regionie. Finał wyborów planowany jest tuż po 20 lutego, warto więc w tej chwili skupić się na wspieraniu kandydatów. Można też zgłaszać nowych na zasadach, o których pisaliśmy już wielokrotnie w ubiegłych tygodniach.

W tej chwili (stan na piątek 10 stycznia) największym poparciem czytelników cieszy się Konrad Kuźmiński, drugi jest Michał Kostek, trzeci Maciej Pelczar, a pierwszą piątkę zamykają Maria Kotlarska oraz Gabriela Zawila.

Na kandydatów można głosować zarówno za pomocą kuponów z gazety, jak i sms-em. Kupon ma siłę dwóch punktów, sms - jednego. Uwaga! Koszt jednego sms-a to jedynie 1,23 zł brutto. Sms-y wysyłamy na numer 71051 o treści np. CR.44 (44 to numer przypisany danemu kandydatowi, a CR jest skrótem od Człowieka Roku). Między CR a przypisanym kandydatowi numerem należy postawić kropkę.

Na podstawie ilości głosów otrzymanych od czytelników zostanie wyłoniona finałowa piątka. Czytelnicy dalej będą mogli głosować na swoich faworytów. Tuż przed rozstrzygnięciem będzie miała posiedzenie kapituła złożona z dwóch przedstawicieli organizatorów (redakcji NJ i Fundacji NJ) oraz ze zwycięzców z ostatnich lat. Suma głosów uzyskanych od czytelników oraz członków kapituły zadecyduje o tym, kto zostanie Człowiekiem Roku i otrzyma Kryształ Górski.

Przedstawiamy nowe kandydatury:

DANUTA ŁOTAREWICZ sms na numer 71051 CR.14

Dolnoślązka i szklarskoporebiana (od urodzenia). Działaczka samorządowa, polityczna i społeczna. Uczestniczyła w wielu ważnych dla regionu projektach.

Między innymi jako wiceprezesa Stowarzyszenia Kolej Iżerska współprowadziła polsko-czesko-niemiecki Projekt REGIOTRAM, mający na celu połączenie Szklarskiej Poręby z Harrachovem i dalej Korenovem, Dešną, Tanvaldem. Pociągi kursują regularnie, zapewniając wygodny i szybki transport dla miłośników sportów górskich i aktywnego wypoczynku na Polanę Jakuszycką. Danuta Łotarewicz jest wiceprezeską Stowarzyszenia Aktywność Kobiet we Wrocławiu, promującego zwiększenie udziału kobiet we wszystkich sferach życia publicznego: polityce, gospodarce, nauce, kulturze, sporcie. W tym zakresie szczególnie działa na rzecz aktywności kobiet na obszarach wiejskich. Współtworzyła znany „PROJEKT MALVA - Możesz więcej”, którego celem była aktywizacja zawodowa kobiet i inspiracja do przekształcania pasji np. do rękodzieła w dochodowe przedsięwzięcie. Wspiera i promuje małych przedsiębiorców i inicjatywy, które promują region i zwiększają jego atrakcyjność. Współpracuje z wieloma niemieckimi organizacjami pozarządowymi w tematyce równouprawnienia kobiet. Danuta Łotarewicz jest kobietą aktywną, zaangażowaną w życie społeczności, ciepłą, serdeczną, ma mnóstwo pozytywnej energii. Zgłoszenie nadesłała Stowarzyszenie Aktywność Kobiet.



STANISŁAW DZIEDZIC sms na numer 71051 CR.15

Przewodniczący Zarządu Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów w Jeleniej Górze, członek Zarządu Głównego tej organizacji. Nieustraszonego społecznika (z doświadczeniem biznesowym i samorządowym), prężnie działającego na rzecz seniorów. Walczy o ich aktywizację, godne życie i uczestnictwo w życiu społecznym. 80-latek o niebywalej energii działania i zaangażowaniu w sprawy środowiska lokalnego. Do współpracy na rzecz seniorów, a także całego miasta zachęca i włącza wiele osób, instytucji, organizacji społecznych, firm i władz samorządowych oraz państwowych. Organizator niezliczonych imprez adresowanych nie tylko do członków Związku Emerytów, ale do wszystkich mieszkańców miasta i regionu, wydarzeń nie tylko wzbogacających życie kulturalne okolicy, ale też bezcennych dla integracji międzypokoleniowej i międzyśrodowiskowej. Najbardziej spektakularnym z kreowanych przez niego przedsięwzięć są doroczne Senioralia - wielkie, ważne, wielodniowe i wielowymiarowe święto rangi ogólnopolskiej, odbywające się w Jeleniej Górze, cieszące się ogromnym zainteresowaniem uczestników i publiczności.

Przypominamy wcześniejsze kandydatury:

LUCYNA KORNOBYS sms na numer 71051 CR.1

Reprezentantka Polski w sportach paraolimpijskich, paraolimpijka, podwójna medalistka para mistrzostw świata w Dubaju, rekordzista świata w pchnięciu kulą. Wolontariuszka, działaczka społeczna na rzecz osób niepełnosprawnych. W plebiscycie Przeglądu Sportowego i telewizji Polsat uhonorowana tytułem Sportowiec bez Barier 2019.

ANNA PORĘBA sms na numer 71051 CR.2

Spółecznica z Sobieszowa, walcząca bezkompromisowo o rozwój tej dzielnicy Jeleniej Góry. Udziela się też czynnie w klubie MKS Karkonosze Sporty Zimowe w Jeleniej Górze. Ostatnio jej oczkiem w głowie jest budowa treningowego plastikowego toru saneczkowego, który miałby powstać na terenach przylegających do Transgranicznego Centrum Turystyki Aktywnej w Jeleniej Górze - Sobieszowie.

URSZULA JONKISZ sms na numer 71051 CR.3

Poetka o artystycznej, niepokornej duszy i do brym sercu. Aktywnistka i społeczniczka z zamiłowaniem. Jej zawdzięczamy pomysł obchodów rocznicy urodzin Henryka Tomaszewskiego. W swoim domu w mieście pod Śnieżką stworzyła Dom Łalki Adoptowanej, zbiera-



jąc łalki niechciane i naprawiając te zepsute. Nie ustaje w organizowaniu nowych projektów. O sztuce i realizowaniu siebie potrafi rozmawiać z młodymi i seniorami.

KONRAD KUŹMIŃSKI sms na numer 71051 CR.4

Współzałożyciel i prezes Dolnośląskiego Inspektoratu Ochrony Zwierząt. Stowarzyszenie, którym kieruje, dało się poznać z wielu spektakularnych akcji, których celem było odebranie oprawcom krzywdzonych zwierząt.

WOJCIECH CHADŹY - sms na numer 71051 CR.5

Przewodniczący Rady Miejskiej Jeleniej Góry, od ponad 20 lat działający na płaszczyźnie społecznej. Za swoją aktywność otrzymał Brązowy Krzyż Zasługi Prezydenta RP, nadany przez Pana Prezydenta Komorowskiego. Jako jeden z nielicznych w Polsce był przez dwie kolejne kadencje Prezydentem Rotary Club. Współzałożyciel Bractwa Kurkowego Ziemi Jeleniogórskiej.

LUIZA LASKOWSKA - sms na numer 71051 CR.6

Dyrektor Biura Wystaw Artystycznych w Jeleniej Górze.

Menedżer kultury, Człowiek Sztuki z krwi i kości. Jako szefowa BWA niezwykle kreatywna i skuteczna. Zapewniła kierowanej przez siebie firmie znakomity rok, wystarczy wymienić znaczące wystawy najwybitniejszych twórców, jak Sudek, Funke, Drlík czy ostatnio Kontakty. W jeleniogórskim BWA tętni życie, jakże intensywnie i ciekawie bije serce Sztuki.

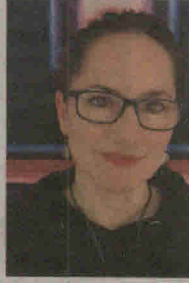
GABRIELA ZAWILA - sms na numer 71051 CR.7

Wieloletnia Dyrektorka Muzeum Karkonoskiego w Jeleniej Górze, przewodnicząca Komisji Kultury Rady Miasta Jeleniej Góry. Aktywna ciepłotłaczka, działająca na rzecz ochrony dóbr kultury, turystyki kulturowej i promocji miasta. Absolwentka Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, historyk, muzealnik, ekspert transgranicznych projektów europejskich: Czechy - Polska, autorka i koordynatorka kilkunastu projektów krajowych i europejskich oraz szeregu wystaw krajowych i zagranicznych.

MACIEJ PELCZAR - sms na numer 71051 CR.8

Jest specjalistą ortopedii i traumatologii narządu ruchu.

W Jeleniej Górze mieszka od 16 lat, związany zawodowo między innymi z Przyszłością Zdobrze. Pracuje



w Zgorzeleckim Wielospecjalistycznym Szpitalu. W wolnych chwilach oddaje się turystyce, motoryzacji. Realizuje swoją misję, niosąc osobom chorym nie tylko pomoc lekarską, ale też wsparcie, które, jak oceniają pacjenci, jest niejednokrotnie najsukcesowniejszym lekarstwem. Maciej Pelczar w oczach pacjentów to dzisiejszy Doktor Judym. Nigdy nie odmawia potrzebującym, zawsze znajdzie czas, uśmiech, dobre słowo.

MICHAŁ KOSTEK - sms na numer 71051 CR.9

Charyzmatyczny społecznik, wybitny działacz sportowy oraz od 50 lat trener w olimpijskiej dyscyplinie - badmintonie. Michał to były pracownik cieplickiej Fampy, który swój cały wolny czas poświęcał i dalej poświęca krzewieniu badmintonu wśród dzieci i młodzieży.

W czasie swej kariery zawodniczo-trenerskiej wychował wielu mistrzów Polski i regionu, jak np. Piotr Kasprów, Ania Zakrzewska Justyna i Adam Siomka, Adam Cimosz, Sławomir Kowalski i wielu innych najmłodszych mistrzów w swoich kategoriach wiekowych.

IVO ŁABOREWICZ - sms na numer 71051 CR.10

Jeleniogórski strażnik historii, niezwykle ciekawy człowiek, od lat związany z jeleniogórskim Państwowym Archiwum. Zna chyba wszystkie sekrety z dziejów miasta i, co najważniejsze, dzieli się swoją wiedzą chętnie i na wiele sposobów. Dzięki jego zaangażowaniu i otwartości nasze archiwum jest dostępne, służy nie tylko naukowcom i studentom, ale wszystkim, którzy go potrzebują. Od lat dba o to, by Jelenia Góra, jako jedno z niewielu już miast, ciągle wydawała swój rocznik.

MARIA KOTLARSKA - sms na numer 71051 CR.11

Aktywna działaczka na rzecz kultury. W uznaniu za zasługi została odznaczona Medalem Edukacji Narodowej. Wieloletnia prezeska Jeleniogórskiego Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego. Poetka. Wieloletni prezes Stowarzyszenia Jeleniogórski Klub Literacki. Opublikowała album poetycki oraz 4 zbiory wierszy. Organizatorka plenerów literackich pod Śnieżką, warsztatów twórczych. Jest inicjatorką i wydawcą wielu publikacji literackich członków klubu literackiego. Jako jedna (z dwóch osób) w naszym mieście - należy do Związku Literatów Polskich.

MACIEJ PIERZCHAŁA - sms na numer 71051 CR.12

Uchonorowany w ubiegłym roku Srebrnym Kluczykiem, animatorem kultury, który na bazie jeleniogórskiej Starej Papierni z ulicy Kilińskiego uruchomił „Otwartą Papiernię”,



miejsce tętniące życiem kulturalnym i nietuzinkowymi pomysłami, skupiającymi młodych ludzi, uczulając ich na problemy współczesnej rzeczywistości. W postindustrialnej przestrzeni realizowane są projekty, które inspirowały młodych ludzi do otwartej postawy wobec otaczających ich problemów, m.in. hejtu.

KRZYSZTOF TĘCZA sms na numer 71051 CR.13

Od ponad 40 lat jest aktywnym działaczem społecznym w dziedzinach: krajoznawstwo, turystyka, ochrona przyrody i ekologia. Opublikował drukiem ponad 5 tys. artykułów oraz ponad 8 tys. zdjęć w internecie, w znacznej części poświęconych naszemu regionowi. Działa nie tylko w PTTK, ale też na rzecz dzieci, seniorów i osób niepełnosprawnych. Jako inicjator odtworzenia, w 2010 r., Regionalnej Pracowni Krajoznawczej PTTK w siedzibie Związku Gmin Karkonoskich w Bukowcu - Krzysztof Tęcza organizował seminaria, sympozja, konferencje, odczyty, prelekcje, wystawy, koncerty, spotkania, turnieje i konkursy dla dzieci i młodzieży.

Łącząc teorię i praktykę, wcielał się często w rolę przewodnika, oprowadzając dzieci i młodzież po zabytkowych parkach i pałacach Doliny Pałaców i Ogrodów, a także osoby dorosłe w ramach „spacerów krajoznawczych” po ciekawych i mniej znanych zakątkach Ziemi Jeleniogórskiej. Pomimo że nie jest z wykształcenia nauczycielem, w uznaniu zasług na rzecz młodzieży w roku 2016 odznaczony został Medalem Edukacji Narodowej, a w bieżącym, 2019 roku, odznaczony został przez Ministra Edukacji medalem „Nauczyciel Kraju Ojczystego”.

Andrzej Buda

CZŁOWIEK ROKU
nowiny
jeleniogórskie
Głosuję na:

Kupon nie służy do tworzenia zbioru danych osobowych i ich przetwarzania
Ważny do 20.1.2020 r.

Partnerzy Gali wyborów Człowieka Roku 2019:

Z Dobkowa do Santiago de Compostella - piechotą

Krok za krokiem szlakiem muszli

Jak średniowieczni pątnicy przeszli od progu własnego domu do katedry św. Jakuba w Santiago de Compostella. To 2550 km. Tylko 500 metrów z tego szlaku nie pokonał na własnych nogach. Całkowicie zdarł dwie pary butów, a trzecią w znacznym stopniu. Spał głównie w namiocie; dopiero pod koniec podróży kilka razy w domach dobrych ludzi, a w Hiszpanii - w albergue, schroniskach dla pielgrzymów. Po drodze zgubił 12 kg, ale - jak mówi - intensywnie nadrabia. Swoją pątniczą podróż 14 listopada, po 65 dniach, dowcipnie zakończył wpisem na Facebooku, cytując Forresta Gump'a: „Jestem zmęczony. Chyba pójdę do domu”.

Dla resetu (i danej sobie obietnicy)...

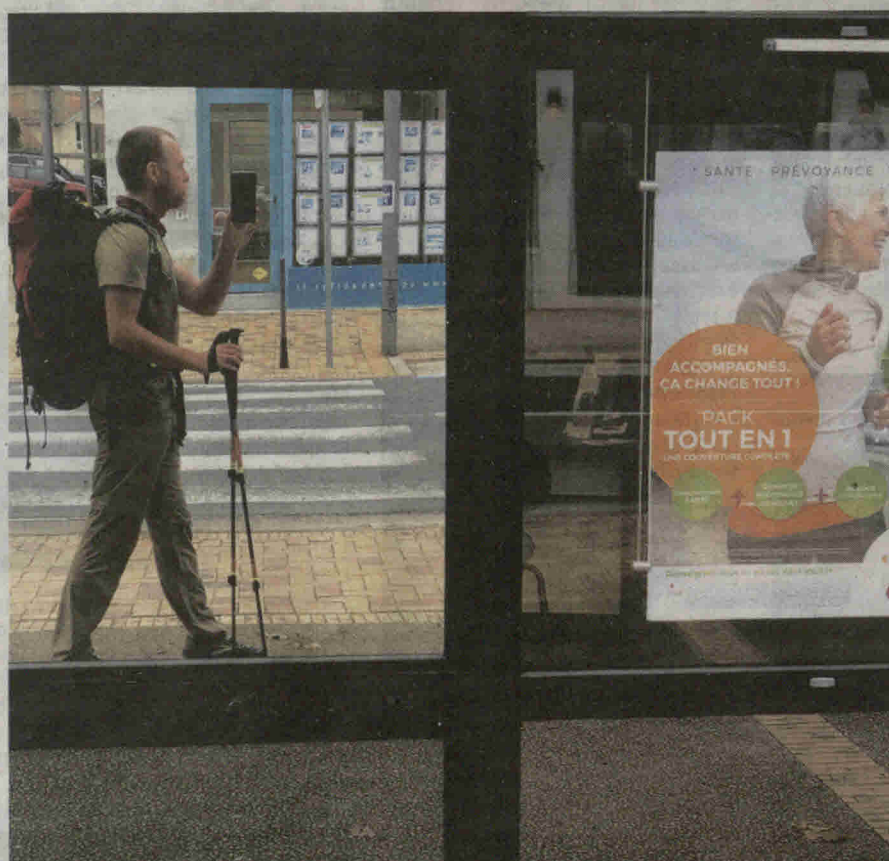
Krzysztof Rozpędowski to człowiek - można powiedzieć - w kwiecie wieku i spełniony. W połowie ważnej dla mężczyzn dekady, a więc między czterdziestką, a pięćdziesiątką. Z żoną, Ewelną, właściwie od podstaw stworzyli i prowadzą kultowe w wielu kręgach gospodarstwo agroturystyczne Villa Greta w Dobkowie. Do tego byli i są inspiratorami wielu ważnych dla podświerawskiej wioski przedsięwzięć, które przemieniły wioskę w turystyczną atrakcję. Mają dwoje dzieci w wieku szkolnym. Bez wątplenia Krzysiek jest więc osobą mocno zajętą. Skąd więc pomysł na tak ekstremalną eskapadę?

- To właściwie dalszy ciąg wyprawy sprzed lat ponad 20, gdy z przyjacielem, Kazikiem, pojechaliśmy na kilka miesięcy do Indii i Nepalu (na tym wyjeździe poznałem moją przyszłą żonę). Wtedy też podróżowaliśmy dla filozofii drogi - bez planowania, bez konkretnego celu. Obiecaliśmy sobie wtedy z Kazikiem, że powtórzymy taką wielomiesięczną wyprawę na 40. urodziny. Czterdziestka nie okazała się najlepszym momentem - i dzieci dość małe, i okoliczności związane z rozwojem firmy, i sporo wyzwań

związanych z działaniami na rzecz Dobkowa. Nie dało się wtedy, ale w głowie siedziało i po pięciu latach przyszedł właściwy moment. Trochę z podpowiedzi Magdy Mańkowskiej, którą poprosiliśmy o konsultację dla naszej restauracji. Po pewnym czasie powiedziała: „Krzysiek, tu wszystko dobrze działa, ja już wam nie muszę pomagać, a jeśli widzę jakiś problem, to taki, że nie potraficie się cieszyć tym co osiągnęliście.” Dotarło do mnie, że mam świetne dzieci, świetną żonę, nieźle kręcący się biznes i parę udanych projektów środowiskowych, brakuje tylko radości z tego wszystkiego. To zdecydowało.

- Brzmi jakby wyprawa była swoistym wotum?

- Raczej resetem. Oderwaniem się od maili, telefonów i spraw do zała-



twienia; czasem na przemyslenia.

Wyruszył 10 września. Bez Kazka - przyjaciela dwa miesiące wcześniej złamał nogę. Nie było szans na tak obciążającą wędrówkę.

Przez dwa dni szedł przez Polskę, osiem dni przez Czechy, dziesięć przez Niemcy, ponad miesiąc po Francji i 15 dni przez Hiszpanię.

- Od początku przyjąłem, że będę szedł według średniowiecznych reguł pątniczych, czyli od drzwi własnego domu do katedry w Santiago de Compostella. Żona odprowadziła mnie do Krzyża pod Lipami między Dobkowem i Świerząwą, a potem szedłem już sam. Zanim doszedłem do Jeleniej Góry, tak już mnie stopy bolały, że Aleja Jana Pawła szedłem po trawie, żeby nie uderzać o asfalt.

Nawet mnie jakiś mieszkaniec zaczępił, dlaczego niszcze zieleni. Potem to się zmienia, stopy się przyzwyczajają i same szukają najszybszego podłoża - asfaltu, betonu. Zaczynałem od 30 km dziennie, później doszedłem do 50 km.

Lepiej zjeść, niż nieść (bo coś się zawsze znajdzie)...

- Wcześniej, czytając, w to nie wierzyłem, ale faktycznie każde 100 gramów ma znaczenie. Kiedy druga, zużyta para butów trafiła do kosza i z plecaka wyjąłem ostatnią, bagaż zrobił się zdumiewająco lekki. Cały czas miałem wrażenie, że zapominam plecaka. I jeszcze taka ciekawostka:

noga na takim marszu rośnie. Zaczynałem wędrówkę w butach numer 44 (choć standardowo noszę 42), ale po jakimś czasie stały się strasznie ciasne; bardzo mnie obtarły. Potem kupilem 45 i były świetne. A teraz noga znowu zmalała i w buciku mi pływa. O wagę plecaka dbałem, stosując zasadę, że lepiej zjeść, niż nieść. Po co dźwigać na plecach jedzenie, skoro zawsze coś można po drodze znaleźć? Przez jakiś czas wędrowałem razem z Marią z Norwegii, która z kolei zawsze dźwigała jedzenia na kilka dni. Przekonywałem ją, że niepotrzebnie się męczy. Przecież nawet jeśli pechowo nie będzie w nawałnym momencie jakiegoś sklepu, to zawsze znajdzie się jakaś gruszka albo jabłko, bo pora roku sprzyja.

Zdecydowaną większość swojej drogi Krzysiek przemierzył w zupełnej samotności. W Polsce, Czechach, Niemczech i przez większość przemarszu przez Francję na szlaku nie było innych pielgrzymów. Trudno się dziwić - w ten sposób (od drzwi własnego domu) pielgrzymuje raptem kilkadziesiąt osób rocznie. Dopiero w Kraju Basków, na dystansie kilku dni od Santiago de Compostella, na szlaku zrobiło się tłoczniej.

Dobkowskiemu pątnikowi bardzo to pasowało. Nie ruszył w tak długą podróż szukać nowych znajomych i przygód, ale oderwania od codzienności. I doświadczył tego w pełnym zakresie.

- Szedłem z wyłączonym telefonem, z odinstalowanymi aplikacjami, korzystając z map ściągniętych offline. Kontaktowałem się tylko z rodziną. Na początek jakieś dwa razy w tygodniu; pod koniec, gdy tęsknota już bardzo doskwierała, znacznie częściej. Cóż - szczerze mówiąc, Droga św. Jakuba pokonywana w ten sposób, to przede wszystkim nuda. Cały dzień tylko





idziesz, bo zmęczenie nie pozwala na nic więcej. Wieczorem rozkładasz namiot, śpisz, rano zwijasz namiot i znowu idziesz. Tego nie doświadczają w pełni ludzie pokonujący tylko końcowe etapy. Tam jest już ich zbyt wielu, zbyt wiele się dzieje, a i warunki, to prawdziwy hilton. Dobre spanie w schroniskach dla pielgrzymów, dobre jedzenie, wszystko tanie. Też korzystałem z tego highlifu...

Camino otwiera serca (i domy)...

Podobno Camino opiekuje się pielgrzymami. Krzysiek uważa, że tak naprawdę opiekuje się nimi ta marka, ten brand. Dla zdecydowanej więk-

szości osób, proszonych o pozwolenie nabrania wody czy o zgodę na rozbić namiotu przy ich posesjach, informacja, że jest się pielgrzymem świętego Jakuba, wystarcza za swoisty glejt.

- Oczywiście zdarzały się osoby, które odburknęły, żeby sobie pójść. Chyba wskutek naturalnego lęku przed brudnym, zarośniętym „niewiadomkim”. Ale zauważyłem, że nawet takie osoby



czuły dyskomfort, że odmawiają pielgrzymowi. Gdzieś na półmetku mojej wędrówki poprosiłem o zgodę na rozbić namiotu w ogródku, bo akurat nie było innej możliwości. Odmówiono mi dość bezpośrednio, ale kiedy już odchodziłem, gospodarz zawołał: „A wody pan nie chce; a może owocami się pan poczęstuje”. Już żałowałem, że odmówiłem pielgrzymowi....

Zdecydowanie więcej było tych dobrych spotkań. Kobieta proponująca podwózkę, której Krzysiek odmówił, bo przecież szedł i przejazd był nie do przyjęcia. No to zaproponowała prysznic i bodaj po 24 dniach mógł wykąpać się w ciepłej wodzie. Rodzina o nazwisku Grzebałkowski, stu procentowi Francuzi. Zaproponowali mu nocleg, ale że słońce było jeszcze wysoko, więc chciał iść dalej. Wskazali mu na nocleg swoją fermę kurczaków dwie wioski dalej. I jeszcze przywieźli tam jedzenie, kawę, herbatę, gorącą czekoladę...

Tak też było w chwili kryzysu po wędrówce, w deszczu, na wietrze.

- Przemoknięty do suchej nitki, wyziębiony, miałem dosyć. Przechodziłem akurat obok hotelu. Postanowiłem się osuszyć. Poprosiłem o jedynekę na dobę. Gdy właściciele dowiedzieli się, że idę do Santiago de Compostella, stwierdzili że śpię i jem za darmo.

Krzysów oczywiście było więcej. W pierwszych tygodniach wprawdzie dopisywała pogoda, ale dokuczały odciski. - O odciskach wiem już chyba wszystko. I da się z nimi żyć - śmieje się Krzysiek.

Na drugiej połowie trasy, we Francji, przyszły deszcze, wiatry, nocne przymrozki i bodaj najpoważniejszy kryzys, gdy przytrafiła się poważna kontuzja.

- To było w Wogezach, przyszło zapalenie mięśnia przy piszczelu, odpowiadającego za ruch stopą. Piechurzy to znają. Najpierw bolało, ale gdy zaczęło puchnąć, zrobiło się groźnie. I właśnie wtedy, gdy prosiłem o wodę i zgodę na rozbić namiotu, okazało się, że gospodarz jest emerytowanym lekarzem. Zaprosił mnie do domu i potraktował, jak syna. Zalecił przynajmniej jednodniowy odpoczynek. Szkoda mi było dnia, ale uznałem,

że ryzyko jest zbyt duże i zostałem. Zaproponowali mi nocleg, ale że słońce było jeszcze wysoko, więc chciał iść dalej. Wskazali mu na nocleg swoją fermę kurczaków dwie wioski dalej. I jeszcze przywieźli tam jedzenie, kawę, herbatę, gorącą czekoladę...

Krzysiek nie wyrzucił w Santiago de Compostella butów („trochę było mi ich szkoda”), nie spalił patniczych ubrań, co praktykowali średniowieczni pielgrzymi. Nie to było jego celem. Chciał przejść tę drogę, pokonać własne słabości, zaznać swego katharsis. Wszystko mu się udało.

Gdy doszedł do katedry, spędził w niej wiele godzin.

- Wszyscy, których spotkałem po drodze, prosili, by wspomnieć ich u celu. Trochę czasu mi to zajęło, żeby nikogo nie pominąć....

Marek Lis

Zdjęcia: archiwum prywatne Krzysztofa Rozpędowskiego

Rykoszetem

Rok 2020 w jeleniogórskiej kulturze zaczyna się od trzęsienia ziemi. W wielu przypadkach sprowadza się ono być może do trzęsienia portkami o przyszłość własnych miejsc pracy, niemniej jednak trzęsienie występuje. Władze miasta wzięły bowiem na warsztat pomysł reorganizacji sieci samorządowych instytucji kultury. Powołano nawet specjalną komisję do zajęcia się trudną i szalenie istotną dla społecznego życia miasta sprawą. Wprawdzie głośno nie mówi się zbyt wiele na ten temat (a nawet chyba programowo milczy, dopóki nie zapadną jakieś ustalenia), nie zmienia to jednak faktu że w środowisku skupionym wokół lokalnych ośrodków kultury zawrzało. Atmosfera zgęstniała i rozpętały się szeptane dyskusje o tym, co i jak może być likwidowane, łączone, zmieniane oraz jaki jest sens takich czy innych operacji, jaki będzie ich koszt oraz jakie przynieść mogą one oszczędności. Bo tak naprawdę owe potencjalne oszczędności w budżecie miasta są istotą sprawy oraz powodem zajęcia się sprawą przez samorządowców i nie o usprawnienie czy polepszenie działalności miejscowych placówek kultury tutaj chodzi.

Generalnie cieszy fakt, że samorządowcy interesują się życiem kulturalnym na swoim podwórku, z mniejszym bądź większym zaangażowaniem. Mało tego. Tą szalenie ważną częścią życia społecznego zajmować się wręcz powinni! Mają takie prawo, a nawet obowiązek. Dlatego nie można obrażać się na nich, że w owej miastotwórczej materii miesają i ożywczy ferment weń zapuszczają. Ba, oczekiwać tego od nich należy. Dlatego nie można oburzać się, że cokolwiek zrobić chcą. I narzekać, że próbują.

Zapał ten raczej wykorzystać należy i dopilnować (jeśli to tylko możliwe), by na właściwe tory skierować. Może właśnie teraz należy wywołać otwartą dyskusję społeczną, albo chociaż szerszą środowiskową, na temat kulturalnej misji publicznych instytucji kultury i sposobów jej realizacji. Dyskusję na temat potrzeb kreatorów życia kulturalnego i oczekiwań odbiorców ich propozycji oraz zasadniczego celu i sposobu wydawania pieniędzy z publicznej kasy na tzw. kulturę i to, co w niej najcenniejsze. Bo choć czasy się zmieniają i rezydenci ratuszowych gabinetów też, trudno oprzeć się wrażeniu, że kultura w mieście traktowana jest po macoszemu, utrzymywana z konieczności i bez jasnej wizji jej określonego charakteru, że o czytelnej polityce kulturalnej nie wspomnę.

Radujmy się, gdy o niemudnej i służalczej dziś wszak kulturze rozmawiać chce ktoś z kompetencjami i siłą sprawczą. Problem w tym, że nie można przyglądać się temu biernie, jeśli dyskusja nie toczy się w gronie branżowych ekspertów oraz tych, którzy czują puls, potrzeby i możliwości miasta. Martwić trzeba się, jeśli w tej niełatwej do opanowania materii mieszać zaczynają ignoranci. Prawdziwym lękiem napawać może myśl, że zmiany w kulturalnej strukturze miasta podyktowane są wyłącznie szukaniem oszczędności tam, gdzie wydatki obciążyć można najmniejszym kosztem i bez większego bólu społecznego.

Gdzie dziś nie pójść, czy na na spektakl, czy na wystawę, czy na koncert, wszędzie słychać mniej lub bardziej rozpaczliwe głosy oraz pytania o przyszłość miejsc i kulturotwórczych przestrzeni, wokół których skupia się życie miasta. W pełni rozumiem owe niepokoje. Tym bardziej, że w zestawie brakujących do oceny sytuacji danych wciąż nie słychać odpowiedzi na pytanie, na jakie życie tak naprawdę stać kulturalną stolicę subregionu. Od rozwikłania tej kwestii trzeba by chyba rozpocząć tę arcyważną rozmowę.

Daniel Antosik

Szczególny przypadek Zenobiusza Perta

Najnowszy spektakl komediowy Teatru Naszego w Michałowicach - bo kabaret to za mało i nieprecyzyjnie powiedziane - właśnie prezentowany zaczął być publiczności. „Szczególny przypadek Zenobiusza Perta, czyli 13 twarzy Tadeusza K.” to kolejna sztuka Tadeusza Kuty. Tym razem autor sam na scenie przez blisko dwie godziny zajmuje uwagę i wrażliwość widzów. Z wielkim powodzeniem.

Spektakl, w którym Tadeusz Kuta przywołuje komiczne postaci, jest potwierdzeniem jego talentu aktorskiego. Dawno już nie mieliśmy okazji oglądać go w kabaretowej formule, zdaniem wielu - najtrudniejszej w zawodzie aktora. Tadeusz Kuta po raz kolejny potwierdza, że jest artystą z najwyższej półki. Uwodzi widza umiejętnością błyskawicznej transformacji. Postaci i teksty sztuki, powstałe w większości przed laty, ujęte w komediowym spektaklu zyskują nowe życie w obecnej, brawurowej interpretacji. Dla tych, którzy je znają, to miły powrót do znanych smaków. Dla tych, co oglądają po raz pierwszy - świetna niespodzianka.

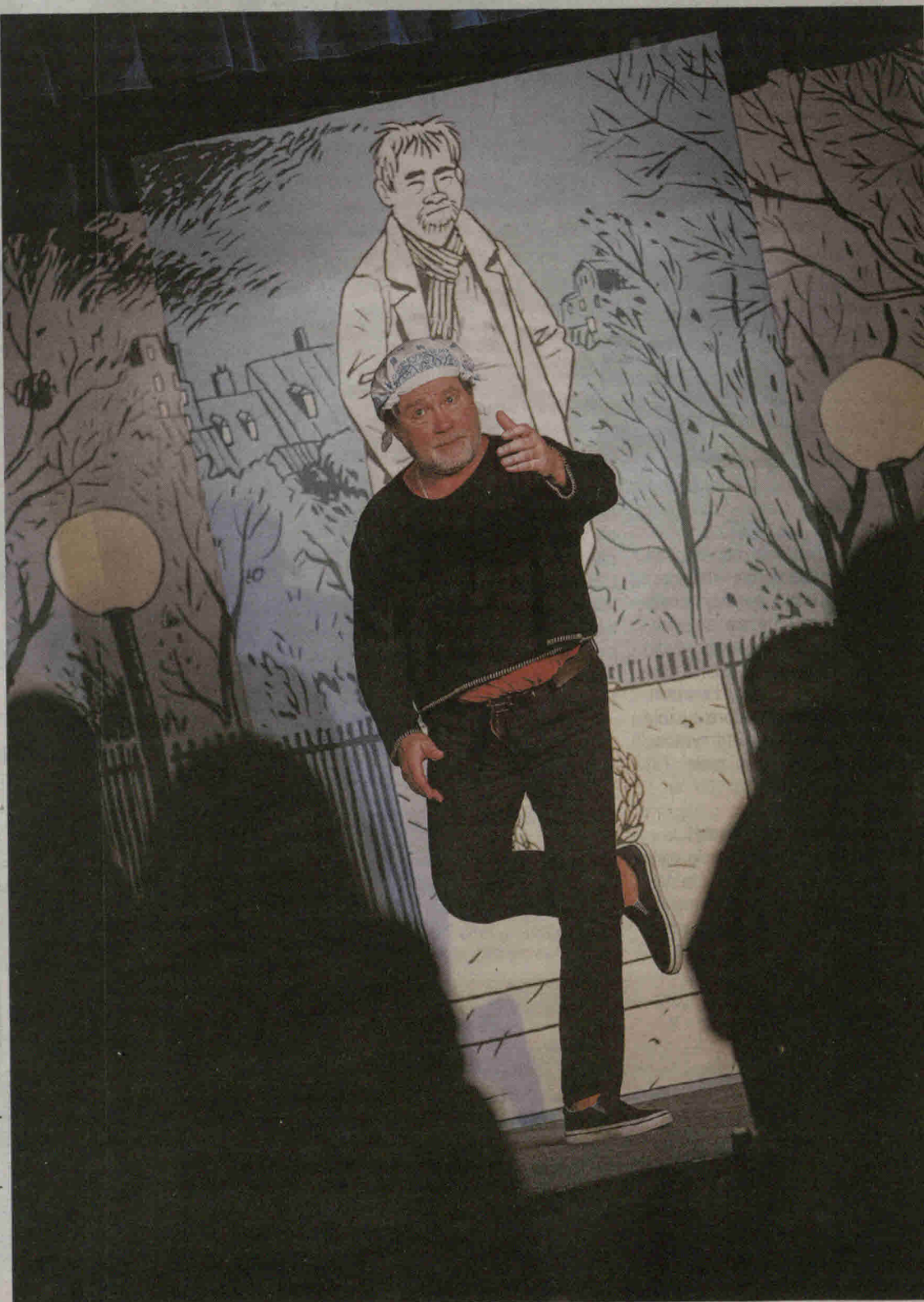
Tadeusz Kuta nie byłby sobą, gdyby kabaretową formę spektaklu nie zamknął kłamrą nieoczywistej refleksji. Tytułowy Zenobiusz Pert wprowadza widzów w komediowy spektakl opowieścią o swoim życiu naznaczonym... Nie, więcej zdradzić nie możemy. Widz utraciłby element nieoczekiwanych metamorfóz bohatera, co w tym spektaklu jest gwarancją dobrej zabawy. Pewnie, że śmiech i dowcip rządzi na scenie. Ale uważny widz pomiędzy salwami śmiechu pochyli się nad losem bohatera, którym rządzi... no właśnie: na ile zdeterminowanie urodzeniem, środowiskiem? A może przypadek? I jak w ścieżkach i rolach narzucanych bądź przybranych odnaleźć tę własną? Nie przegadując, lepiej oddać głos finałowej piosence:

„Komediant błazen pajac klaun / to nie był szekspirowski dramat / choć los ci nieźle kartę dał / nie była to pikowa dama / wśród wielu rozegranych gier, nie byłeś nigdy królem asem (...) czy byłeś sobą chociaż raz? / choć raz dotknąłeś prawdy sedna? / byłeś dla elit, czy dla mas? / czy prawd jest wiele, czy tylko jedna?”

- To ważne słowa. Bo cały czas coś gramy: łatwo przekroczyć tę cienką granicę i zapomnieć, kim się jest naprawdę. Wielu utożsamia się z funkcjami, stanowiskami, które w życiu grają i przenoszą to na inne płaszczyzny życia - powiedział tuż po spektaklu, w kuluarach teatralnych rozmów, Tadeusz Kuta. Zaznaczając wyraźnie, że z przypadków Zenobiusza Perta nie starał się zrobić dramatu. - Ja chciałem widzów po prostu rozśmieszyć - wyznał autor i aktor.

Widzów, którzy oglądali spektakl, nie musiał o tym przekonywać. Ich uśmiechnięte i wyluzowane twarze, kiedy opuszczali Teatr Nasz, były najlepszą recenzją komediowego spektaklu.

„Szczególny przypadek Zenobiusza Perta, czyli 13 twarzy Tadeusza K.” grany jest na macierzystej scenie Teatru Naszego w Michałowicach. Przełomem w historii Teatru Naszego jest początek ekspansji



autorskich sztuk Tadeusza Kuty na deski innych teatrów w Polsce. Dwie sztuki Tadeusza Kuty aktualnie można oglądać w teatrach w Zielonej Górze i Łodzi. Autorską sztukę „Szczęściarze” Tadeusz Kuta wyreżyserował w Lubuskim Teatrze w Zielonej Górze (premiera 9 listopada 2019 roku), a „Geriatry show” w Teatrze Małym w łódzkiej Manufakturze wyreżyserował Mariusz Pilawski (premiera 20 grudnia 2019 roku). Mieszkańcy karkonoskich miejscowości i Kotliny są w tym przypadku Szczęściarzami. Teatr Nasz mają tuż „za górą”.

MPP

Orkiestra zagrała radośnie, głośno i hojnie

To był bardzo udany finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. W wielu miastach pobity został rekord zbiórki. Najważniejszy jednak był liczny udział mieszkańców we wspólnej zabawie i licytacjach oraz serdeczna atmosfera na wszystkich wydarzeniach.

W Jeleniej Górze, w sztabie przy Karkonoskim Hufcu ZHP zebrano 214 tys. 927 złotych. W drugim sztabie, SJM, pieniądze liczyli długo. Już wiadomo, że na koncie WOŚP mogą zapisać 226 tys. 536 złotych. Sumując obie kwoty, już wiadomo, że padł kolejny rekord. W Jeleniej Górze ze zbiórki podczas 28. finału WOŚP będzie z pewnością ponad 441 tys. 463 złotych. Suma się zwiększy, bo trwają aukcje w internecie.

W sumie kwota deklarowana tegorocznej WOŚP wynosiła wczoraj (13 stycznia) 115 milionów 362 tysiące złotych. Pieniądze zebrane podczas 28. finału WOŚP zostaną przeznaczone na zakup sprzętu medycznego dla „zapew-

Sudeckiej. Błoto nie przeszkadzało im w kibicowaniu wyścigom wraków. Za datek można było przejechać się samochodami terenowymi i quadami, postrzelać z broni pneumatycznej. To były męskie rozrywki i nic dziwnego, że na poligonie najwięcej było ojców z synami i młodych ludzi.

Emocje rozgorzały podczas licytacji na placu Ratuszowym, która zgromadziła tłum mieszkańców. Obiad z prezydentem Jeleniej Góry Jerzym Łuźniakiem wylicytowano za 2020 zł. Jeden z tortów poszedł za 200 euro. Lalkę Zosię, podarowaną na licytację przez poseł Zofię Czernow, sprzedano za 1500 złotych, zaś kosz pierników

WOŚP upieczonych przez radną Danutę Wójcik za 500 zł. Jeden z jeleniogórzan dał 400 złotych za „nic”. Medal Lucyny Kornobys wylicytowano za 1500 zł, a lot balonem nad miastem za 500 zł.

Nie udało się zlicytować limitowanego złotego serduszka WOŚP (cena wywoławcza 10 tys. zł), ale można to nadal zrobić na aukcji w internecie. W sztabach mają nadzieję, że zdecyduje się na to jakaś jeleniogórska firma. Jelenia Góra jest jednym z 10 miast w Polsce, gdzie na licytację trafiło złote serduszko WOŚP. Na 28. finał WOŚP przekazano tylko 100 takich serduszek. 28. finał WOŚP zakończył pokaz laserów na placu Ratuszowym w Jeleniej Górze.

WOŚP grała w całym regionie

W innych miastach naszego regionu Orkiestra grała także bardzo skutecznie.

W Bolesławcu podczas finału WOŚP mieszkańcy zebrali 214 tysięcy 394,42 zł oraz 800 euro. Artyści grali i tańczyli na dwóch scenach - w budynku „Orla” i w Teatrze Starym. Wystąpili między innymi Tomek Wachnowski, Zbigniew Stanisławski, Iniemamocne 4, Chór Stowarzyszenia Reemigrantów z Bośni, Ich Potomków oraz Przyjaciół oraz Zespół Pieśni i Tańca Mały Bolesławiec.

W Gryfowie Śląskim zebrano 47 tys. złotych. Czyli prawie dwa razy tyle, co w ubiegłym roku. Burmistrz Olgierd Po-

niżnik chwalił kiermasz ciast, pokazy strażaków z OSP i dziękował wolontariuszom.

W Lubaniu z datków i licytacji na koncie WOŚP jest już 83 tys. 585 zł. W tym mieście zorganizowano między innymi bieg „Policz się z cukrzycą”, z którego wpisowe szło na konto Orkiestry. W MDK występowały lokalne zespoły, zaś na zakończenie wspaniały pokaz dał teatr Ocelot.

Świeradowski Sztab WOŚP wstępnie zebrał podczas 28. finału 55 tys. zł, 573 euro i 650 koron czeskich.

Lwówecki sztab WOŚP zameldował, że wstępnie zebrał nieco ponad 41 tys. złotych.

Zgorzelecki sztab chwali się rekordem. Przekaze na konto Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy 71 tys. 518,66



W Bolesławcu po ulicach krążyła „wielka puszka”.



Licytacja na jeleniogórskim pl. Ratuszowym obfitowała w emocje.

nienia najwyższych standardów diagnostycznych i leczniczych w dziedzinie medycyny zabiegowej”.

Głośno, efektownie i z rykiem silników

W Jeleniej Górze WOŚP grała radośnie i głośno. 12 stycznia podczas 28. finału WOŚP na ulicach kwestowało 400 wolontariuszy z dwóch sztabów - Hufca Karkonoskiego ZHP i Stowarzyszenia Jeleniogórskiej Młodzieży przy Bursie Szkolnej Nr 1.

Pogoda sprzyjała dobrej zabawie. Tłoczno było na placu Ratuszowym, gdzie harcerze przygotowali piknik i zaprosili najmłodszych między innymi do gry „Weź wiatr w żagle”. Była także loteria fantowa, pokazy udzielania pierwszej pomocy oraz sprzętu strażackiego. Z placu zabawa przeniosła się do Jeleniogórskiego Centrum Kultury. Można było tam okłaskiwać lokalne zespoły muzyczne i licytować gadżety.

Jeleniogórzanie z roku na rok są coraz bardziej hojni - cieszył się Kornel Kowalski, szef sztabu WOŚP przy Bursie Szkolnej nr 1. Wyjątkowym zapałem wykazali się uczestnicy WOŚP na jeleniogórskim poligonie przy ul.

„Świąteczko do nieba” posłano także, jak co roku, z centrum Jeleniej Góry.



zł i 600 euro. A suma ta z pewnością się powiększy, bo trwają aukcje internetowe.

W Zgorzelcu grali w Centrum Plaża i w hali PGE Turów Arena. Odbywały się występy artystyczne, kiermasze książek i słodkości. W hali sportowej PGE Turów Arena prezentowali się zapasnicy, piłkarze i koszykarze. Pasjonaci biegania wystartowali do nietypowego „biegu po schodach wokół areny”, w ramach akcji „Policz się z cukrzycą”. W Miejskim Domu Kultury dla Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy zagrała Zgorzelecka Orkiestra Mandolinistów im. Tadeusza Grudzińskiego.

Jedno nieprzyjemne zdarzenie

28. finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy w Jeleniej Górze i na terenie powiatu jeleniogórskiego przebiegł dość spokojnie. Policja odnotowała jedno zdarzenie z udziałem kwestującej na rzecz Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. 12 stycznia po godz. 20.00 nieznany mężczyzna wyrwał 16-latkę zbierającej datki wraz z matką puszkę z pieniędzmi. Wstępne straty oszacowano na około 500 zł. Nastolatce nic się nie stało. Policjanci szukają złodzieja.

ALKA

Zdjęcia: WOŚP Jelenia Góra i Bolesławiec



Nie przegap

JELEŃ GÓRA

14 stycznia DKF w JCK o godz. 18.00 zaprezentuje film „Dwóch papieży” (The Two Popes), reż. Fernando Meirelles.

Sympatycy Sobieszowa zapraszają na otwarcie wystawy fotografii, materiałów prasowych i pamiątek 15 stycznia o godz. 17.00 do MDK „Muflon”, ul. Cieplicka 172. Wystawę z okazji 20-lecia działalności Stowarzyszenia Sympatyków Sobieszowa przygotowali: jego prezes Janusz Wojtas oraz członkowie tej organizacji. Wsparcie merytoryczne i aranżacja prezentacji w Galerii „Muflon” Agata Makutynowicz. Wstęp wolny. Wystawa czynna do 29 lutego.

W Archiwum Państwowym 17 stycznia o godz. 16.00 odbędzie się wernisaż wystawy pt. „Chrześcijanin wobec nazizmu”. Wernisaż będzie połączony z wykładem pastora Ericha Busse pt. „Franz Stock – duszpasterz w piekle, człowiek w nieludzkim czasie”, prezentującym życiorys tego niezwykłego księdza katolickiego (żył w latach 1904-1948), który w czasie II wojny światowej był odpowiedzialny za opiekę nad więźniami i przygotowanie skazanych na śmierć oraz działań na rzecz pojednania w Europie, zwłaszcza pomiędzy Francją a Niemcami. W 2009 r. rozpoczął się jego proces beatyfikacyjny.

Koncert „Porywające rytmy i melodie” odbędzie się 17 stycznia o godz. 19 w Filharmonii Dolnośląskiej. Wystąpią: Paweł Kotla - dyrygent, Ewelina Hajda - marimba oraz Orkiestra Symfoniczna Filharmonii Dolnośląskiej.

Ania Rusowicz wystąpi 18 stycznia 2020 roku w JCK o godz. 19.00. Wokalistka, zdobywczyni czterech nagród Fryderyka, kompozytorka, tekściarka, ale przede wszystkim osoba która na nowo przywróciła styl i muzykę lat 60. i 70. w Polsce, nagrywając dwie płyty w stylu retro, zaśpiewa w Jeleniej Górze swoje przeboje i nowe utwory.

Wystawa w Muzeum Miejskim „Dom Gerharta Hauptmanna” do 29 marca 2020 r.



TYPISCH SCHLESISCH!?
TYPOWO ŚLĄSKIE!?

Regionalbewusstsein und schlesische Identitäten
Świadomość regionalna i śląskie tożsamości



Wystawa Dariusz Miliński - wystawa na 40-lecie pracy twórczej zostanie otwarta w jeleniogórskim BWA 17 stycznia 2020 roku o godz. 17.00. Jest to wystawa prac jednego z najbardziej rozpoznawalnych artystów regionu, prezentacja prac malarskich, rzeźbiarskich, obiektów artystycznych mieszkającego w wiosce Pławna koło Lubomierza artysty. Obrazy Dariusza Milińskiego to głównie portrety ludzi, utrzymane w stylizacji quasi-realistycznej, po części bajkowe, osadzone w wiejskim krajobrazie. Twórczość artysty bywa porównywana do prac Boscha i Breugla. Miliński ma na koncie ponad dwieście wystaw indywidualnych, w kraju i za granicą, m.in. w prestiżowej galerii „1756” w Chicago. Wystawa czynna będzie do 8 lutego 2020 roku.

Na koncert zespołu Szyszak możecie się wybrać 18 stycznia o godz. 17.00 do MDK „Muflon”. W skład zespołu wchodzić będą mieszkańcy i miłośnicy Karkonoszy: Marek Piwowarski (gitara akustyczna, śpiew); Aleksandra Jurczenko (śpiew, ukulele, flety proste, przeszkadzajki); Zbyszek Jurczenko (śpiew, conga, perkusja); Andrzej Gniewek

(skrzypce, śpiew, flety proste); Michał Piwowarski (mandolina) oraz Piotr Bednarz (gitara basowa). Koncertowi towarzyszyć będą także uroczyste obchody 61. rocznicy powstania Karkonoskiego Parku Narodowego. Wstęp wolny.

Spotkanie z Robertem Kurekiem w cyklu **Odrobina Kultury** zaplanowano na 18 stycznia o godz. 17.00 w JCK. Robert Kurek to pisarz i poeta, obecnie student I roku filozofii na Uniwersytecie Jagiellońskim. Był członkiem grupy teatralnej STA-ART, prowadził wykłady dla organizacji Centrum Praw Kobiet oraz urzędziwnia osobiste projekty, takie jak „Cały Pol'and'Rock czyta Norwida”. Znaleźć go można wszędzie, od podziemnych klubów z muzyką rave, poprzez konwenty, biblioteki, festiwale muzyczne, aż po deski sceny teatralnej, gdzie, starając się zrozumieć różnorodność kultury, bierze w niej aktywny udział zarówno jako uczestnik, jak i twórca.

„Piotrków Trybunalski – dwa oblicza” to tytuł wystawy fotografii Marcina Pieprzowskiego, która zostanie otwarta 20 stycznia o godz. 17. w ODK. Marcin Pieprzowski zaprezentuje dwa oblicza Piotrkowa Trybunalskiego – jednocześnie w kompilacjach fotografii ar-

chiwalnych i aktualnych, w poszczególnych ujęciach miasta kiedyś i dziś. Wystawa z cyklu „Polska na starej fotografii” czynna będzie do 3 marca.

Adam Mickiewicz stanie się bohaterem wystawy w Książnicy Karkonoskiej, która zostanie otwarta 21 stycznia o godz. 13.00. Wystawa została przygotowana w Dolnośląskiej Bibliotece Publicznej we Wrocławiu dla uczczenia 220. rocznicy urodzin Adama Mickiewicza. Prezentuje wszystkie fotograficzne wizerunki wieszcz, także te mniej znane i rzadziej reprodukowane, jak portret z kijem pielgrzyma czy zdjęcie z cygarem. Towarzyszą im wyimki ze wspomnień krewnych, przyjaciół i znajomych, ale tylko takie, które dotyczą wyglądu zewnętrznego Poety i opisują oczy, włosy, usta, postawę, chód, ubiór itp. Znaleźć w nich można wiele zaskakujących i intrygujących detali.

W DKF Klaps 21 stycznia o godz. 18.00 obejrzyjecie w JCK film „Bóg istnieje, a jej imię to Petrunia (Gospod postoi, imeto i'e Petrunija)” w reż. Teona Strugar Mitevska.

BOLESŁAWIEC

Spektakl „Dziewczynka z zapałkami” na podstawie baśni J.Ch. Andersena obejrzycie

17 stycznia w Teatrze Starym o godz. 9.00, 10.30, 12.00.

Pracownia Teatralna FormaT działająca przy MDK zaprasza na premierowy spektakl Teatru Budka Telefoniczna pt. „Second hand” 25 stycznia o godz. 19.00. Inspiracją do powstania spektaklu były reportaże Swietłany Aleksiejewicz z czasów przełomu w Rosji. Wykorzystane zostały także teksty współczesnych polskich prozaików oraz teksty własne zespołu. Wśród bohaterów widzowie odkryją również postacie z dzieł F. G. Lorki i Zofii Nałkowskiej.

KAMIENNA GÓRA

Lucas Laufen, muzyk z Australii (folk / country) zagra w Muzeum Tkactwa 15 stycznia o godz. 19.00. Lucas od wydania debiutanckiej EP „Goodbye” w 2016 roku zagrał ponad 80 koncertów po całej Europie, budując przy okazji grupę swoich oddanych fanów. Muzyka Lucasa Laufena sprawia, że zatrzymujemy się na chwilę i oddychamy. Śpiewa o smutku, izolacji, wolności i wspomnieniach, i sprawia, że świat na chwilę zwalnia.

LUBAŃ

Koncert operetkowy w wykonaniu artystów zespołu **Artes Ensemble** odbędzie się 18 stycznia o godz. 17.00 w sali widowiskowej MDK. Podczas gali wiedeńskiej zabrzmiały znane arie i piosenki z musicali.

SZKLARSKA POREBA

Światowy Dzień Śniegu obchodzić będziemy 19 stycznia 2020 roku. Na stokach Ski Areny Szrenica przygotowano zawody dla najmłodszych. Będą także testy najnowszych modeli nart, próba bicia rekordu prędkości oraz koncert.

ZGORZELEC

Międzynarodowe Dni Messiaena potrwają od 15 do 19 stycznia 2020 roku. Jak co roku, przejmująca kompozycja Oliviera Messiaena „Kwartet na koniec czasu” stanie się punktem wyjścia do wspomnień i rozważań o ludziach, sztuce, świecie. W programie Dni koncerty, wystawy, wykłady i warsztaty. Program na www.pl.messiaen-tage.eu.

ALKA

Więcej imprez (ze szczegółami), na które warto się wybrać w zakładce **Kalendarz imprez** na www.nj24.pl

TELEWIDZ

15 STYCZNIA
ŚRODA

TVP 1

05.35 Jaka to melodia?
06.15 Przysięga (87) - telenowela, Tur.
07.05 Elif (644) - serial obycz., Turcja
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Korona królów (315) - telen. hist.
09.20 Ranczo 7 (87) - serial obycz., Pol.
10.20 Komisarz Alex 7 (86) - serial, Pol.
11.10 Ojciec Mateusz 20 (254) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Rok w ogrodzie extra - magazyn
12.55 Dzieci słońca (1) - film dok.
14.00 Elif (645) - serial obycz., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (88) - telenowela, Tur.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3590) - telenowela, Polska
18.30 Korona królów (316) - telen. hist.
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej

THRILLER



21.00 Ocean desperacji
19.25 Sport, Wiadomości
20.00 Radio, kamera, akcja! (3) - serial
20.05 Pogoda, Alarm!
20.30 Leśniczówka (182) - telen., Polska
21.00 Ocean desperacji - thriller USA/Filipiny/Portoryko 2017
22.55 Elżbieta Bowes Lyon (2-ost.) - film dok., Wielka Brytania 2018
23.55 SEAL Team - komando Foki (17)
00.50 Kompania X 2 (9/10) - serial

TV PULS

06.00 Nash Bridges (8, 9) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (107) 09.00 Rodzinny interes (37) 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (99, 100) 12.00 Kobra - oddział specjalny (3, 4): Wieśniak: Na kacu 14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 7 (9) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (108) 16.00 Rodzinny interes (37, 38) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (191, 192) 20.00 Ice Soldiers - film sensacyjny, Kanada 2013 21.55 Najlepsi z najlepszych - film sensacyjny, USA 1989 23.55 Zabójcze polowanie - film sensacyjny, Kanada 2010 02.00 Zobacz, to!: Tajemnice medyczne (18) 03.00 Taki jest świat 5 03.55 Na jedwabnym szlaku (5) 04.35 Z archiwum policji (1) 05.00 Dyżur (2) 05.35 Dyżur (3) (38)

TVP INFO

06.45 Serwis Info 06.50 Wstaje dzień 07.00 Serwis Info 07.12 Jedziemy 07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziesiąta 10.00 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi? 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz info Wieczór 21.40 Studio LOTO 21.49 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Łyżwiarstwo szybkie: ME w wieloboju w Heerenveen 08.00 Sport flesz 08.07 7. srebra 09.00 Sport flesz 09.07 7. srebra 10.00 Sport flesz 10.07 Hokej: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy. Mountfield FK - Djurgarden IF 11.00 Sport flesz 11.07 Hokej: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy. Mountfield FK - Djurgarden IF 12.00 Sport flesz 12.07 Biatlon: Zawody PS w Oberhofie 14.30 Hokej: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy. Lulea Hockey - Frolunda Indians 17.00 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding 19.30 Magazyn alpejski 20.00 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding 22.30 Koszykówka mężczyzn: Turkish Airlines Eurolega - mecz Zenit Sankt Petersburg - Kirovbet Baskonia Vitoria-Gasteiz 01.00 Sporty walki

TVP 2

04.45 Koło fortuny - teleturniej, Polska
05.20 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (18)
06.15 Jesziwa - Lubelska Szkoła Talmudyczna - reportaż, Polska 2019
06.40 Familiada - teleturniej
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.20 Radio, kamera, akcja! (2/7)
11.25 Rodzinka.pl (70) - serial kom., Pol.
11.55 Barwy szczęścia (2172) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (232) - serial, Polska
14.10 M jak miłość (1485) - serial, Pol.
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (45)
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.15 Więzień miłości (219) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
18.55 Rodzinka.pl (176) - serial, Polska
19.35 Barwy szczęścia (2172) - serial

KOMEDIA



22.35 Prada albo nic
20.10 Barwy szczęścia (2173) - serial
20.40 Kulisy seriali „Na dobre i na złe” i „Na sygnale” - cykl felietonów
20.55 Na dobre i na złe (763) - serial
21.55 Na sygnale (254) - serial, Polska
22.35 Prada albo nic - komedia romantyczna, Meksyk/USA 2011
00.30 Geniusz (2/10) - serial, USA
01.30 Janis - film dok., USA 2015
03.20 Oficer (4/13) - serial sensac., Pol.

PULS 2

09.10 Tomek i Przyjaciele 20 (18) 09.25 Bob Budowniczy 21 (6) 09.35 Blaze i megamaszyn 2 (4) 10.00 Marta mówi 2 (25) 10.30 Monchhichi (46) 10.45 Baranek Shaun (62, 63) 11.10 Oggy i karaluchy 3 (9) 11.15 Grizzly i lemingi (9) 11.35 Kumpie z dżungli - na ratunek! (76, 77) 12.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka (11, 12) 13.00 Timon i Pumba 2 (43, 44) 14.10 Sylwester i Tweety na tropie (4, 5) 15.00 Miralotus: Biedronka i Czarny Kot (18, 19) 16.10 Krudo: U zainiań dzieł (19, 20) 17.00 Fineasz i Ferb (10, 11) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (29, 31) 19.00 Psi Patrol 4 (7, 8) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (173, 174) 22.00 Zabójcze umysły 4 (76, 77) 23.50 Wstydlive choroby: Nastolatki 2 (2)

FOKUS TV

06.00 Wehikul czasu 06.05 Premiera: łowcy cieni, Pod presją (9) 07.00 Wehikul czasu 07.15 Pod lupą 07.40 Akcja renowacja USA (19, 20, 21) 08.55 Supersamoloty bojowe (2) - film dok., USA 2016 10.00 Patrol Tatr 10.55 Starożytni kosmici (13) 11.50 Handlarze historią 12.50 Patrol Tatr 13.45 Wojny magazynowe 14.05 Wojny magazynowe 14.45 Wojny magazynowe 15.05 Wojny magazynowe 15.40 Wojny magazynowe 16.15 Drwale 17.15 Drwale 17.55 Starożytni kosmici (14, 15) 19.45 Gwiazdy lombardu 20.05 Gwiazdy lombardu 20.25 Gwiazdy lombardu 21.00 Gwiazdy lombardu 21.15 Gwiazdy lombardu 21.50 Patrol Tatr 22.50 Podwodna wojna (4) 23.45 Military top 10 (7)

EUROSPORT 1

07.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 09.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 11.00 Siermiera: GP Montreal 12.00 Snowboard: Zawody PS w Badgastein 12.50 Snowboard: Zawody PS w Badgastein 14.15 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding 15.50 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Adelboden 16.20 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS we Flachau 16.55 Żimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży - Lozanna 2020: Narciarstwo alpejskie 17.55 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 19.00 Wiadomości 19.15 Snooker: Turniej Masters w Londynie 23.25 Wiadomości 23.35 Rajdy terenowe: Rajd Dakar 2020

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
09.00 Malanowski i partnerzy (255, 256)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (2)
11.00 Dlaczego ja? (795) - serial, Polska
12.00 Gliniarze (346) - serial, Polska
13.00 Trudne sprawy (842) - serial, Pol.
14.00 Pierwsza miłość (2991) - serial
14.45 Dlaczego ja? (928) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia, Pogoda
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (271) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (201) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (2992) - serial
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.
19.30 Świat według Klepskich (76)
20.10 Jak rozpętałem II wojnę światową (2): Za bronią - komedia, Polska 1969, reż. Jacek Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, Wacław Kowalski

KOMEDIA



20.10 Jak rozpętałem... (2)
21.45 Faceci w czerni 2 - komedia SE USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Tommy Lee Jones, Will Smith, Rip Torn, Lara Flynn Boyle
23.25 Święta doskonale - komedia, USA 2007, reż. Lance Rivera, wyk. Morris Chestnut, Gabrielle Union, Faizon Love, Charlie Murphy, Katt Williams
01.45 Tajemnice losu - program rozrywkowy

STOPKLATKA TV

06.00 Wojny kontenerowe (1) 06.30 Złotopolscy (282, 283) 07.25 Plebiana (189, 190) 08.30 Castle 2 (16): Kochanka zawsze uderza dwa razy 09.20 Sekrety luksusowych hoteli 2 (2): Hongkong 10.20 Zaginione światy (10) 11.20 Niszczycielskie żywioły 7 12.15 Katastrofy w przestworzach (13, 14) 12.55 Chicago Fire 2 (17, 18) 16.05 Castle 2 (17) 17.00 Nowa Scena Śmiechu 17.55 Wojny kontenerowe (4, 5) 18.50 Alfo, Allo (60, 61) 20.00 Largo Winch 2. Spisek - film przyg., F/Belg/Niem. 2011 22.30 Donnie Brasco - film krym., USA 1997 01.00 Futro - komedia, Pol./Niem. 2007 03.10 MiłośćKropka.pl (13) 04.15 Pozdrowienia z San Francisco - etiuda film., Fr. 2016 04.50 TV okazje 05.59 Zakończenie programu

TVP 3

11.00 Mój pies i inne zwierzątka 11.15 Jedź bezpiecznie 11.35 W tyle wizji 12.15 Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka 13.00 Spotkania w świecie ciszy 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Meandry uczuć (20) 15.45 Powrót do przeszłości 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Zawody w zawody 17.30 Program lokalny 20.00 Korona królów (316) 20.30 Nożem i widelcem 20.45 Słodka kuchnia Pszczółek 21.00 Twój wybór 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizji 00.00 W tyle wizji extra

TVP SPORT

05.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie 07.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie 09.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie 11.05 Piłka ręczna mężczyzn: ME 2020 - mecz fazy grupowej: Polska - Szwecja 13.05 Skoki narciarskie: Zawody PS w Val di Fiemme podsumowanie 14.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 14.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: ACF Fiorentina - Atalanta BC 17.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 17.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: AC Milan - SPAL 2013 20.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 20.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Juventus FC - Udinese Calcio 22.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 23.00 Sportowy wieczór 23.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
06.20 Kuchenne rewolucje - rozr., Pol.
07.20 Doradca smaku - magazyn
07.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda (736) - serial, Pol.
12.00 Szkoła (369) - serial paradok., Pol.
13.00 19+ (443) - serial paradok., Polska
13.30 19+ (444) - serial paradok., Polska
14.00 Ugotowani: Poznań - kulin., rozr.
15.00 Szpital (300) - serial paradok., Pol.
16.00 Szkoła (371) - serial paradok., Pol.
17.00 Kuchenne rewolucje: Toruń, Pod Arsenałem - rozr., Polska 2010
18.00 Ukryta prawda (737) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska
20.10 Doradca smaku: Gulasz węgierski
20.15 Na Wspólnej (3006) - serial, Pol.

DRAMAT



21.30 Nocny pościg
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018
21.30 Nocny pościg - dramat sensacyjny, USA 2015, reż. Jaime Collet-Serra, wyk. Liam Neeson, Ed Harris
23.55 Ostatnia rola - dramat biograficzny, USA 2013, reż. Richard Glatzer, Wash Westmoreland
01.45 Kości (3) - serial kryminalny, USA
02.45 Uwaga! - magazyn, Polska
03.10 NOC Magii

TTV HD

08.20 Damy i wieśniaczki, Ukraina 4 (7)
09.30 Królowe życia 6 (7) 10.20 Gogglebox. Przed telewizorem 9 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (17) 12.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (380) 13.20 Włoskie zdrady 2 13.50 Przypadki na zdraździe (6) 14.55 Królowe życia 6 (5) 15.45 Express. Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy (3) 17.30 Defacto 4 - flesz 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Damy i wieśniaczki, Ukraina 6 (7) 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Usterka II (22) 20.55 Królowe życia 5 (1) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Zamiana zon 2 23.00 Gogglebox. Przed telewizorem 8 00.00 Vlogbox. W necie 2

TVP POLONIA

12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Magazyn z Wysp 13.10 Barwy szczęścia (2112) 13.45 Sanatorium miłości 2 14.40 Moja Solidarność (2) - dok. fab., Pol. 2019 15.45 Wiadomości 15.55 Korona królów (299) 16.25 Jak to działa? 16.55 A to polski właśnie... 17.00 A to polski właśnie... 17.05 Nela Mala Reporterka 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka 18.25 Przyszła nek Zaozbie 18.45 Ktośdy po sztukę 18.55 Barwy szczęścia (2112) 19.25 Kierunek Zachód 19.45 Dobranocka 20.00 Wiad., Pogoda, Sport 20.45 Echo serca (5) 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa z Polonią 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Fajna Polska 00.30 Korona królów (299)

POLSAT SPORT

06.00 Trans World Sport 07.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Tokio 09.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 12.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy: PGE Skra Bełchatów - Indykpol AZS Olsztyn 14.30 KOTV Weekly 15.00 Siatkówka mężczyzn: Turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Tokio - mecz finałowy 17.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 23.00 Siatkówka kobiet: Turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Tokio 01.00 Boks: Gala MB Boxing Night: Ostatni Taniec - waga superśrednia: Robert Parzęczewski - Dmitrij Czudinow

TV 4

06.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (9) - serial
06.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (10) - serial
07.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (11) - serial
07.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (12) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Strażnik Teksasu (28) - serial
10.00 Strażnik Teksasu (29) - serial
11.00 Strażnik Teksasu (30) - serial
12.00 Septagon (55, 56) - serial krym., Pol.
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
15.00 Policjanci i Policjanci (590)
16.00 Sekrety sąsiadów (7) - serial, Pol.
16.30 Sekrety sąsiadów (10) - serial
17.00 Sekrety sąsiadów (15) - serial
17.30 Sekrety sąsiadów (16) - serial
18.00 Septagon (54) - serial krym., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (591)

HORROR



21.05 Diabeł
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (338) - serial krym., Polska
21.05 Diabeł - horror USA 2010, reż. John Erick Dowdle, wyk. Chris Messina
22.50 Krwawy sport - film sensacyjny, USA 1988, reż. Newt Arnold
00.40 Czysta chata - magazyn
01.40 Kobiety i mafia (5) - serial, Polska
02.40 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (6, 7) 09.00 Policjantki i Policjanci (392) 10.00 Detektywi w akcji (74, 75) 12.00 Miodowe lata (59, 48) 13.40 Bumerang (2) 14.15 Żona dla milionera 15.15 Żona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator (86) 17.15 Gliniarz i prokurator (87) 18.15 Miodowe lata (79): Romeo z Weroniką 19.05 Miodowe lata (41): Gwiazda reklam 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (76) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (77) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (144) 00.00 Seksowna sekretarka w okularach - film erot., Fr. 2014 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 04.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

TVP ROZRYWKA

06.15 Zakochaj się w Polsce 06.45 Ukrasiamie przepisy 07.15 Makłowicz w podróży 07.50 Gotowi do gotowania. Start! 08.20 Gra słów. Krzyżówka 08.50 Koło fortuny 09.25 Prywatne życie zwierząt (4) 09.55 Sanatorium miłości 10.55 Va banque 11.30 Gra słów. Krzyżówka 11.55 Kabaret TOP Story 12.10 Życie to kabaret 14.15 Śpiewające fortepiany 15.20 Kabaretowa mapa Polski: Kabaretowa Noc Lisłopadowa 18.20 Ukrasiamie przepisy 18.55 Makłowicz w podróży 19.25 Gotowi do gotowania. Start! 19.55 Va banque 20.35 Śpiewające fortepiany 21.40 Kabaretowy Klub Dwójki 22.35 Rolnik szuka żony 6 (3) 23.35 Najgorszy kucharz 00.40 Koło fortuny 01.20 Niezapomniane koncerty

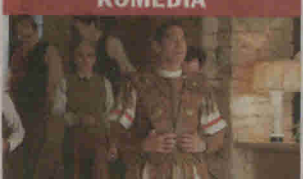
TVP KULTURA

07.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.00 Informacje kulturalne 08.25 Studio Kultura - rozmowy 09.35 Bogdan i Róża - film krótkometrażowy 09.00 Wino truskawkowe - dramat, Pol./Słowacja 2007 11.00 Rzeźba kłamstwa (7) 12.45 Droga wewnętrzna - film obycz., Pol. 2006 13.40 Legendy rocka 14.30 Studio Kultura - rozmowy 14.45 Koło pobra 15.25 Pieśń pasterza - film dok. 16.10 Wyrok na Franciszka Kłosa - dramat, Pol. 2000 18.00 Breakdancer w rytmie Bacha - film dok. 19.05 Teledyski 19.30 Videofan: Portrety 19.50 Ktośdy po sztukę 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Kino sąsiadów: Dureń - dramat, Rosja 2014 22.40 Ziemia, planeta ludzi: Penelopa - film dok. 00.20 Polonium - Motion Trio z gościnnym udziałem Leszka Możdżera - koncert, Pol.

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (155/156) - serial, Polska
06.10 Mango - telezakupy
07.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (334) - serial fab. dok., Polska
08.35 Ukryta prawda (544) - serial, Pol.
09.35 Ukryta prawda (545) - serial, Pol.
10.40 Mango - telezakupy
11.00 Idealna niania 3 - reality show
11.45 Zakochani po uszy 3 (142)
12.20 Sąd rodzinny (25/52) - serial, Pol.
13.20 Szpital (407) - serial paradok., dokumentalny, Polska
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (335) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
15.20 Ukryta prawda (460) - serial, Pol.
16.20 Sąd rodzinny (26/52) - serial, Pol.
17.20 SOS. Ekipy w akcji (17/60) - serial
18.20 Brzydula (96/180) - serial, Polska
18.55 Brzydula (97/180) - serial, Polska
19.30 Zakochani po uszy 3 (143)

KOMEDIA



20.00 Ave, Cezar!
20.00 Ave, Cezar! - komedia, Wielka Brytania/USA/Japonia 2016, reż. Ethan Coen, Joel Coen, wyk. Josh Brolin, George Clooney, Alden Ehrenreich
22.25 Tajemnice lasu - musical, USA/Wielka Brytania/Kanada 2014, reż. Rob Marshall, wyk. James Corden
00.55 Druga strona medalu 2
02.30 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV TRWAM

16.00 Informacje dnia 16.10 Na zdrowie 16.30 Regal 17.00 Po stronie prawdy 18.00 Anioł Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Brat Franciszek (3) 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Mysłac Ojczyzna 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Listy do Pana Boga - dramat, USA 2010 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Słowo życia 00.05 Świat w obrazach 00.10 Informacje dnia 00.30 Świat na wyciągnięcie ręki. Wyprawa na kraniec Syberii (4) - film dok., Pol. 2017 00.45 100 cudownych miejsc na świecie 00.55 Święty na każdy dzień 01.00 Anioł Pański 01.05 Ma się rozumieć

ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2987) 11.00 Ewa gotuje 11.30 Ewa gotuje 12.00 Polskie działy 12.30 Zawodowiec amator 13.00 Siołki (28) 14.00 Malolaty (60) 15.00 Zameldowani (8, 9) 16.00 Świat według Klepskich (259, 260) 17.00 Zooo - praktykantki 17.30 Brygada Acapulco (42, 44) 19.25 Parzyżanka - komedia, USA 1923 21.00 Na ratunek 112 (7) 21.30 Świat według Klepskich (383, 384) 22.30 Na ratunek 112 (8) 23.00 Dzisiejsze czasy - komedia, USA 1936 00.45 TV Okazje 01.00 Świat według Klepskich (101) 01.30 Bar Pod Złamanym Skrzydłem (13, 13) 02.00 Siołki (13) 03.00 Pielęgniarki (180)

TVP HISTORIA

10.35 Naukowa kawaleria - film dok., Pol. 2018 11.30 Ex Libris 12.05 Pogranicze w ogniu (10) 13.10 Ołbrzymy oceanów (3-ost.) - film przyr., Wlk. Brytania 2011 14.15 Kochany i nienawidzony. Dramat życia i śmierci twórcy „Krzyżaków” - film dok., Pol. 2002 15.20 Amerykańska broń (1) 16.10 ROK 1920. Kalendarium 16.20 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii 16.45 Przeczytaj mi tę historię 16.55 Moja Ameryka będzie tutaj - film dok., Pol. 1992 17.25 Historia Polski: Książę - film dok., Pol. 2000 18.45 Polska Kronika Filmowa 19.00 Czas honoru (8) 19.55 Szlakiem amfor: Historia podboju Galii - film dok., Francja 2016 21.00 W świecie rytuałów (3) 22.00 Z widokiem na Wawel 22.35 Hubal - film wojenny, Polska 1973 00.55 Sensacje XX wieku

**16 STYCZNIA
CZWARTEK**

TVP 1

05.45 Jaka to melodia?
06.20 Przysięga (88) - telenowela, Tur.
07.10 Elif (645) - serial obycz., Turcja
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Korona królów (316) - telen. hist.
09.20 Ranczo 7 (88) - serial obycz., Pol.
10.20 Komisarz Alex 7 (87) - serial, Pol.
11.05 Ojciec Mateusz 20 (255) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy
12.50 Dzieci słońca (2-ost.) - film dok.
14.00 Elif (646) - serial obycz., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (89) - telenowela, Tur.
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3591) - telenowela, Polska
18.30 Korona królów (317) - telen. hist.
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej

SERIAL



20.35
Ojciec Mateusz 17 (215)

19.25 Sport, Wiadomości - program inf.
20.00 Radio, kamera, akcja! (4) - serial
20.05 Pogoda, Alarm!
20.35 Ojciec Mateusz 17 (215) - serial
21.35 Sprawa dla reportera - magazyn
22.30 Magazyn śledczy Anity Gargas
23.00 Magazyn kryminalny 997
23.50 Magazyn Ekspresu Reporterów
00.50 Tanie dranie - Moroz i Kłopotowski komentują świat - talk-show

TV PULS

06.00 Nash-Bridges (9, 10): Wewnętrzne śledztwo; Półki śmierć nas nie rozłączy
08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (108)
09.00 Rodzinny interes (38) 10.00 Zakli naczka duchów 5 (100, 101) 12.00 Kobra - oddział specjalny (4, 5): Na kacz: Dziewczyna au pair 14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 7 (10): Sprawy wewnętrzne 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (109) 16.00 Rodzinny interes (38, 39) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (193, 194) 20.00 Taxi - komedia, Fr. 1998 21.45 Wiosła w dłoń - komedia, USA 2004 23.50 Królowa ringu - dramat, USA/ Niem. 20.00 Ojciec Ted 2 (9, 10) 03.00 Zobacz to!: Tajemnice medyczne (19) 04.00 Jak jest świat 5 04.35 z archiwum policji (2, 5) 05.35 Dżur 3 (39)

TVP INFO

06.45 Serwis Info 06.50 Wstaje dzień 07.00 Serwis Info 07.12 Jedziemy 07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziesiąta 10.00 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi? 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.50 W tle wizji 22.31 W tle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info

POLSAT SPORT NEWS

06.00 tyżwiarstwo szybkie: ME w wieloboju w Heerenveen 08.00 Sport flesz - program informacyjny 08.07 Hokej: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy: Lulea Hockey - Frolunda Indians 10.00 Sport flesz 10.07 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 11.00 Sport flesz 11.07 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 12.00 Sport flesz 12.07 ATP - mecz finałowy 14.30 Hokej: Liga Mistrzów - rewanżowy mecz półfinałowy: Mountfield FK - Djurgarden IF 17.00 Afteli 18.30 Koszykówka mężczyzn: Turkish Airlines Eurolega - mecz: Fenerbahçe Beko - Stambul - Barca 21.00 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding - bieg sprinterski mężczyzn 23.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska

TVP 2

04.35 Koło fortuny - teleturniej, Polska
05.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (19)
06.10 Operacja zdrowie! - magazyn
06.40 Familiada - teleturniej
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.20 Radio, kamera, akcja! (3/7)
11.25 Rodzinka.pl (71) - serial kom., Pol.
11.55 Barwy szczęścia (2173) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (233) - serial, Polska
14.10 Na dobre i na złe (763) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (46)
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Więzień miłości (220) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
18.55 Rodzinka.pl (177) - serial, Polska
19.35 Barwy szczęścia (2173) - serial
20.10 Barwy szczęścia (2174) - serial

BIOGRAFICZNY



20.45
Boska Florence

20.40 Filmowe czwartki. Wiesław Kot
20.45 Boska Florence - film biograficzny, Wielka Brytania/Francja 2016
22.50 Sekret niewierności - thriller, Kanada 2017, reż. David Winning
00.25 Niezapomniany romans - melodramat, USA 1957, reż. Leo McCarey
02.25 Zaginiona (8-ost.) - serial, Francja
03.25 Art Noc: Koncert Noworoczny z Wiednia 2020 - koncert

PULS 2

09.25 Bob Budowniczy 21 (7) 09.35 Blaze i megamaszyny 2 (5) 10.00 Marta mówi 2 (26) 10.30 Monchichi (47) 10.45 Baranek Shaun (64, 65) 11.10 Oggy i karaluchy 3 (10) 11.15 Grizzly i lemingi (10) 11.35 Kumpel z dżungli - na ratunek! (78, 60) 12.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka (12, 13) 13.00 Timon i Pumba 2 (44, 45) 14.10 Sylwester i Tweety na tropie (5, 6) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (19, 20) 16.10 Krudowie: U zarania dziejów (20, 21) 17.00 Fineasz i Ferb (11, 12) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (30, 32) 19.00 Psi Patrol 4 (8, 9) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (174, 175) 22.00 Złotyże umysły 4 (78, 79) 23.50 Wstydlive choroby: Nastolatki 2 (3) 00.50 Lowcy skarbow (6)

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Premiera: Łowcy cieni, Pod presją (10) 07.00 Wehikuł czasu 07.20 Pod lupą 07.40 Akcja renowacja USA (22, 23, 24) 08.55 Supersamoloty bojowe (3) - film dok., USA 2016 10.00 Patrol Tatr 10.55 Starożytni kosmici (15) 11.50 Handlarze historią 12.50 Patrol Tatr 13.45 Wojny magazynowe 16.15 Drwale 17.15 Drwale 17.55 Starożytni kosmici (16, 1) 19.45 Gwiazdy lombardu 20.05 Gwiazdy lombardu 20.25 Gwiazdy lombardu 20.55 Gwiazdy lombardu 21.15 Gwiazdy lombardu 21.50 Patrol Tatr 22.45 Podwodna wojna (5) 23.45 Military top 10 (9) 00.45 Elektryczni (7, 8) 01.45 Rolnicy: Podlasie (4) 02.45 Misja skarb 04.15 Wspaniały świat wędzarskich przygód (40, 41, 42, 43)

EUROSPORT 1

07.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 09.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 10.30 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 12.30 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 13.15 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding - bieg sprinterski kobiet 14.20 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding 15.50 Zimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży - Lozanna 2020: Narciarstwo alpejskie 16.15 Zimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży - Lozanna 2020: Narciarstwo alpejskie 17.05 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie - mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 18.25 Tenis 18.55 Wiadomości 19.05 Snooker: Turniej Masters w Londynie - mecz ćwierćfinałowy 19.45 Snooker: Turniej Masters w Londynie - mecz ćwierćfinałowy 23.25 Wiadomości 23.30 Rajdy terenowe: Rajd Dakar 2020 - II etap

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
09.00 Malanowski i partnerzy (257)
09.30 Malanowski i partnerzy (258)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (3) - serial parokod., Polska
11.00 Dlaczego ja? (796) - serial, Polska
12.00 Gliniarze (347) - serial, Polska
13.00 Trudne sprawy (843) - serial, Pol.
14.00 Pierwsza miłość (2992) - serial
14.45 Dlaczego ja? (929) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia - program inf.
16.10 Pogoda - program informacyjny
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (272) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (202) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (2993) - serial
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.
19.30 Świat według Kiepskich (77)
20.05 Cztery wesela - rozr., Polska 2018

DRAMAT



21.05
Titanic (2-ost.)

21.05 Titanic (2-ost.) - dramat katastroficzny, USA 1997, reż. James Cameron, wyk. Leonardo DiCaprio, Kate Winslet, Billy Zane, Kathy Bates, Frances Fisher
23.25 Mój przyjaciel Hachiko - film familijny, USA/Wielka Brytania 2009, reż. Lasse Hallström, wyk. Richard Gere, Joan Allen, Cary-Hiroyuki Tagawa, Sarah Roemer, Jason Alexander
01.10 Zakończenie programu

STOPKLATKA TV

06.00 Wojny kontenerowe (2) 06.20 Ślina - etiuda film., Wlk. Brytania 2017 06.30 Złotopolscy (283, 284) 07.30 Plebania (191, 192) 08.30 Castle 2 (17) 09.25 Sekrety luksusowych hoteli 2 (3): Nowy Orlean 10.20 Zaginione światy (11): Pierwsi chrześcijanie 11.15 Niszczycielskie żywioły (8) 12.05 Katastrofy w przestworzach (15, 16) 14.15 Chicago Fire 2 (19, 20) 16.00 Castle 2 (18) 16.55 Nowa Scena Śmiechu 17.50 Wojny kontenerowe (7, 8) 18.45 Allo, Allo (62, 63) 20.00 Psy - dramat, Polska 1992 22.15 Narcos 2 (5, 6) 00.40 W bagnie Los Angeles - dramat, USA 1995 02.45 Czysta - dramat, Pol. 2001 04.30 Z powodu małego jabłka - etiuda filmowa, Rosja 2017 04.50 TV okazje 05.59 Zakończenie programu

TVP 3

10.00 Wymarzona miłość (105) 10.45 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii 11.00 Grażyna i Jurek 11.35 W tle wizji 12.15 Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka 13.00 Moja praca 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Meandry uczu (21) 15.45 Szlakiem miejsc niezwykłych: Pomniki historii 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Astronarium 17.30 Program lokalny 20.00 Korona królów (317) 20.30 Rączka gotuje 21.00 Twój wybór 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tle wizji

TVP SPORT

05.50 Sportowy wieczór 06.30 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie - mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 08.30 z kamerą TVP Sport 09.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie - mecz ćwierćfinałowy gry pojedynczej 11.05 Siatkówka - film dok. 11.40 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Curaçao 12.45 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Inter Mediolan - Cagliari Calcio 14.45 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: AC Milan - SPAL 2013 16.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Juventus FC - Udinese Calcio 19.00 Ring TVP Sport 20.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 20.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: FC Parma - AS Roma 22.40 Piłka nożna: Puchar Włoch - studio 23.00 Sportowy wieczór 23.35 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
06.20 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
07.20 Doradca smaku: Gulasz węgierski
07.30 Dzień Dobry TVN - mag.
11.00 Ukryta prawda (737) - serial, Pol.
12.00 Szkoła (371) - serial parokod., Pol.
13.00 19+ (445) - serial parokod., Polska
13.30 19+ (446) - serial parokod., Polska
14.00 Ugotowani: Mazury - kulin.-rozr.
15.00 Szpital (301) - serial parokod., Pol.
16.00 Szkoła (372) - serial parokod., Pol.
17.00 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
18.00 Ukryta prawda (738) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska
20.10 Doradca smaku: Krem z cukinii z grzankami - magazyn, Pol. 2019
20.15 Na Wspólnej (3007) - serial, Pol.

KOMEDIODRAMAT



22.30
Truman Show

20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018
21.30 Kuchenne rewolucje: Brenna, Ziółowa Chata - rozr., Polska 2018
22.30 Truman Show - komediodramat, USA 1998, reż. Peter Weir, wyk. Jim Carrey, Laura Linney, Noah Emmerich, Ed Harris, Holland Taylor
00.40 MasterChef - rozr., Polska 2019
02.10 Uwaga! - magazyn, Polska
02.35 NOC Magii

TTV HD

08.20 Damy i wieśniaczki, Ukraina 4 (8)
09.30 Królowe życia 6 (8) 10.20 Gogglebox. Przed telewizorem 9 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (18) 12.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (381) 13.20 Włoskie zdrady 2 13.50 Przypadki na zdradzie (7) 14.55 Królowe życia 6 (6) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy (4) 17.30 Defacto 4 - flesz 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Damy i wieśniaczki, Ukraina 6 (8) 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Vlogbox. W necie 2 20.55 Królowe życia 5 (2) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Usterka 11 (2) 22.45 Usterka 12 (2) 23.15 Usterka 11 (6) 00.00 Fachowcy 2 (2)

TVP POLONIA

11.00 Polonia 24 11.25 Rozmowa Polonii 11.40 Halo Polonia 12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Kierunek Zachód 13.10 Barwy szczęścia (2113) 13.45 Echo serca (5) 14.40 Szansa na sukces. Opole 2020 15.45 Wiadomości 15.55 Korona królów (300) 16.25 Wschód 17.00 Zaczarowany świat 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka 18.25 Racja stanu 18.55 Barwy szczęścia (2113) 19.25 Wilnoteka 19.45 Dobranocka 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 PiłBull (27) 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa Polonii 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Ona w sercach i w marzeniach 00.00 Magazyn śledczy Anity Gargas

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy: PGE Skra Bełchatów - Indykpol AZS Olsztyn 08.30 Trans World Sport - mag. sportowy 09.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy: Jastrzębski Węgiel - Irefi Gdańsk 12.00 Magazyn alpejski - mag. sportowy 12.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Tokio 15.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 17.30 Siatkówka mężczyzn: KRISPOL 1, liga - mecz: AZS AGH Kraków - SPS Chrobry Głogów 20.30 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska - mecz: Calzedonia Verona - Sir Safety Conad Perugia 22.30 Sporty walki: UFC 246: McGregor vs. Cowboy - odliczanie 23.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy

TV 4

06.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (11, 12) - serial
07.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (13) - serial
07.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (14) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Strażnik Teksasu (31) - serial, USA
10.00 Strażnik Teksasu (32) - serial
11.00 Strażnik Teksasu (33) - serial
12.00 Septagon (57) - serial krym., Pol.
13.00 Septagon (58) - serial krym., Pol.
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
15.00 Policjantki i Policjanci (591) - serial obyczajowy, Polska
16.00 Sekrety sąsiadów (9) - serial, Pol.
16.30 Sekrety sąsiadów (12) - serial
17.00 Sekrety sąsiadów (17) - serial
17.30 Sekrety sąsiadów (18) - serial
18.00 Septagon (55) - serial krym., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (592)

KOMEDIA



21.00
Uciekająca panna młoda

20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (339) - serial krym., Polska
21.00 Uciekająca panna młoda - komedia romantyczna, USA 1999, reż. Gary Marshall, wyk. Julia Roberts, Richard Gere, Joan Cusack, Hector Elizondo, Rita Wilson
23.30 Kobiety i mafia (4) - serial, Polska
00.35 Śmierć na 1000 sposobów (1)
01.00 Zakończenie programu

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (8) 08.00 MacGyver (9) 09.00 Policjantki i Policjanci (393) 10.00 Detektywi w akcji (76) 11.00 Detektywi w akcji (77) 12.00 Miodowe lata (41): Gwiazda reklamy 12.55 Miodowe lata (79): Romeo z Weroniek 13.40 Bumerang (3) 14.15 Żona dla milionera 15.15 Żona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator (88) 17.15 Gliniarz i prokurator (89) 18.15 Miodowe lata (125): Supermarket 19.00 Miodowe lata (94): List z Nigerii 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (78) 21.55 CSI: Kryminalne zagadki Miami (79) 22.55 Krawce igrzyska - film kryminalny, Hongkong 2016 01.00 Zakończenie programu (przerwa techniczna)

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (156) - serial parokod., Pol.
06.10 Mango - telezakupy
07.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (335) - serial fab-dok., Polska
08.35 Ukryta prawda (546) - serial, Pol.
09.35 Ukryta prawda (547) - serial, Pol.
10.40 Mango - telezakupy
11.00 Idealna niania 3 - reality show
11.45 Zakochani po uszy 3 (143)
12.20 Sąd rodzinny (26/52) - serial, Pol.
13.20 Szpital (408) - serial parokodukumentalny, Polska
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (336) - serial fabulamo-dokumentalny, Polska
15.20 Ukryta prawda (461) - serial, Pol.
16.20 Sąd rodzinny (27/52) - serial, Pol.
17.20 SOS. Ekipy w akcji (18/60) - serial
18.20 Brzydula (98/180) - serial, Polska
18.55 Brzydula (99/180) - serial, Polska
19.30 Zakochani po uszy 3 (144)

KOMEDIA



20.00
Ptaszek na wzięci

20.00 Ptaszek na wzięci - komedia sensacyjna, USA 1990, reż. John Badham, wyk. Goldie Hawn, Mel Gibson, David Caradine, Bill Duke
22.25 Chłopa z Jersey - film biograficzny, USA 2014, reż. Clint Eastwood, wyk. Vincent Piazza
01.05 Druga strona medalu 3
02.40 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV TRWAM

15.45 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Z węgla nad wodę w Polskę i świat 16.35 Porady medyczne bonifratrów 17.00 Przegląd tygodnika rodzin katolickich „Źródło” 17.05 Duszpasterz - film dok., Pol. 17.30 Okiem kamery 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Przyjaciele i bohaterowie 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Głos Polski 21.00 Apel Jasnowojski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Przyroda i ludzie 22.30 Z węgla nad wodę w Polskę i świat 23.00 Telewizyjny Uniwersytet Biblijny VIII rok 00.00 Programy powtórkowe

ATM ROZRYWKKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.00 Pierwsza miłość (2998) 11.00 Ewa gotuje 11.30 Ewa gotuje 12.00 Zawodowiec amator 12.30 Na rybie 13.00 Siołki (29): Gracy 14.00 Malolaty (1): Nowy tata Asi 15.00 Show Tracey Ullman 2 (1, 2) 16.10 Świat według Kiepskich (261, 262) 17.05 Zooooo - praktykanci 17.35 Brygada Acapulco (44, 45) 19.25 Dzisiejsze czasy - komedia, USA 1936 21.00 Na ratunek 112 (8) 21.30 Świat według Kiepskich (385, 386) 22.30 Na ratunek 112 (9) 23.00 Joanna - film dok., Pol. 2013 23.55 Charlie i Fatty na ringu - komedia, USA 1914 00.30 TV Okazje 01.00 Zakończenie programu (przerwa techniczna)

TVP HISTORIA

08.25 Historia Polski: Książę - film dok., Pol. 2000 09.45 Sensacje XX wieku 10.40 Oceni - film dok., Pol. 2013 11.45 z widokiem na Wawel 12.10 Pogranicze w ogniu (11) 13.25 Bizancjum: opowieść o trzech miastach (3-ost.) - film dok., Wlk. Brytania 2013 14.30 Plemienna sztuka przetrwania (3) 15.35 Szlakiem amfor: Historia podboju Galii - film dok., Fr. 2016 16.40 Poszukiwacze skarbow (5) 17.10 Ekspertyza 17.40 Historia Polski: Polacy na Syberii: Tajemnice stepu - film dok., Pol. 2005 18.20 Wojna i ja (3) 18.50 Polska Kronika Filmowa 19.05 Czas honoru (9) 20.05 Hawr pod bombami aliantów - film dok., Fr. 2016 21.10 Opo wieść o Chinach (1) 22.10 Spór o historię 22.50 Szerokie tory 23.25 Wyjści spod prawa (2) 00.30 Sensacje XX wieku

17 STYCZNIA
PIĄTEK

TVP 1

05.35 Jaka to melodia?
06.15 Przysięga (89) - telenowela, Turcja
07.05 Elif (646) - serial obyczaj., Turcja
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Korona królów (317) - telen., hist.
09.15 Magazyn śledczy Anity Gargas
09.45 Okrasa łamie przepisy - magazyn
10.15 Komisarz Alex 7 (88) - serial, Pol.
11.05 Ojciec Mateusz 20 (256) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.35 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy
12.50 Kostaryka. Ostoja dzikiej przyrody - film dokumentalny, Francja 2016
14.00 Elif (647) - serial obyczaj., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (90) - telenowela, Turcja
17.00 Telexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3592) - telenowela, Polska

SERIAL

21.35
Archiwista (2)

18.30 Korona królów - taka historia... (55)
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiadomości
20.00 Radio, kamera, akcja! (5) - serial
20.05 Pogoda, Alarm! - magazyn, Polska
20.35 Blondynka 8 (95) - serial, Polska
21.35 Archiwista (2/13) - serial, Polska
22.35 Jack Hunter w poszukiwaniu grobowca Echnatona - film przyg.
00.20 SEAL Team - komando Foki (17)

TV PULS

06.00 Nash Bridges (10, 11): Półki śmierć nas nie rozłączy. Wielka ucieczka 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (109) 09.00 Rodzinny interes (39) 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (101, 102) 12.00 Kobra - oddział specjalny (5, 6): Dziewczyna au pair; Przyjaciele 14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 7 (11) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (110) 16.00 Rodzinny interes (39, 40) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (195, 196) 20.00 Pozdrowienia z Paryża - film sensac., Fr. 2010 21.55 John Stratton - film sensac., Wlk. Brytania 2017 23.50 Nędzne psy - thriller, USA 2011 02.00 Zobacz to!: Tajemnice medyczne (20) 03.00 Dyzur 2 (29) 03.30 Na jedwabnym szlaku (9, 10) 04.35 Z archiwum policji (6) 05.00 Dyzur 3 (40, 41)

TVP INFO

06.45 Serwis Info 06.50 Wstaje dzień 07.00 Serwis Info 07.12 Jedziemy dalej 07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Jedziemy dalej 08.15 Supersamoty 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziewiąta 10.00 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress extra 17.32 O co chodzi? 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Forum 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizi 22.31 W tyle wizi extra 23.00 Info wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Koszykówka mężczyzn: Turkish Airlines Euroliga - mecz: Zenit Sankt Petersburg - Kirobalt Baskonia Vitoria-Gasteiz 08.00 Sport flesz 08.07 Koszykówka mężczyzn: Turkish Airlines Euroliga - mecz: Fenerbahce Beko Stambul - Barca 10.00 Sport flesz 10.07 Biaton: Zawody PS w Ruhpolding 11.00 Sport flesz 11.07 Biaton: Zawody PS w Ruhpolding 12.00 Sport flesz 12.07 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 14.00 Skeleton: Zawody PS w Innsbrucku - L. przejazd kobiet 15.30 Skeleton: Zawody PS w Innsbrucku - 2. przejazd kobiet 17.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz: ćwierćfinałowy 19.30 Magazyn alpejski 20.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 22.30 Biaton: Zawody PS w Ruhpolding - bieg sztafetowy kobiet 01.00 Sporty walki

TVP 2

04.35 Koło fortuny - teleturniej, Polska
05.15 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (20): Serce dziecka - serial, Niem.
06.10 Anna Dymna - spotkajmy się
06.40 Familiada - teleturniej
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.20 Radio, kamera, akcja! (4/7)
11.25 Rodzinka.pl (72) - serial kom., Pol.
11.55 Barwy szczęścia (2174) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.40 Na sygnale (234) - serial, Polska
14.15 Czerdziestolatek (2/21) - serial
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (47)
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Węzień miłości (221) - telen., Turcja
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
19.00 Rodzinka.pl (178) - serial, Polska
19.35 Barwy szczęścia (2174) - serial

THRILLER

20.40
The Circle. Krag

20.10 Barwy szczęścia (2175) - serial
20.40 The Circle. Krag - thriller, USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2017, reż. James Ponsoldt
22.40 Muzyka na weekend - magazyn
23.45 Prada albo nic - komedia romantyczna, Meksyk/USA 2011
01.40 Tylko Ciebie chcę - melodramat, Hiszpania 2012, wyk. Mario Casas
03.45 Zakończenie programu

PULS 2

09.25 Bob Budowniczy 21 (8) 09.35 Blaze i megamaszyny 2 (6) 10.00 Marta mówi 2 (27) 10.30 Monchichi (48) 10.45 Baranek Shaun (66, 67) 11.10 Oggy i karaluchy 3 (11) 11.15 Grizzly i lemingi (11) 11.35 Kumpel z dżungli - na ratunek! (61, 62) 12.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka (13, 14) 13.00 Timon i Pumba 2 (45, 46) 14.10 Sylwester i Tweety na tropie (6, 7) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (20, 21) 16.10 Kru-dowie: U zarania dziejów (21, 22) 17.00 Fina-sz i Ferb (12, 13) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (31, 33) 19.00 Psi Patrol 4 (9, 10) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (175, 176) 22.00 Najśmieszniejsi 23.00 Piątek, trzynastego 8: Jason zdobywa Manhattan - horror, USA 1989 01.00 Golo i wesoło 11

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Premiera: Łowcy cieni. Pod presją (11) 07.00 Wehikuł czasu 07.15 Pod lupą 07.40 Akcja renowacja USA (25, 26, 1) 08.55 Supersamoty bojowe (1) 10.00 Mistrz piły łańcuchowej (1, 2) 10.55 Starożytni kosmici (1) 11.55 Handlarze historią 12.50 Wykute z żelaza (7, 8) 13.45 Wojny magazynowe 16.15 Drwale 17.15 Drwale 17.55 Starożytni kosmici (2, 3) 19.45 Gwiazdy Lombardu 20.05 Gwiazdy Lombardu 20.25 Gwiazdy Lombardu 21.50 USA - nowe oblicze biedy - film dok., Fr. 2019 22.55 Podwodna wojna (6) 23.55 Military top 10 (10) 00.55 Prepersi - gotowi na wszystko (1, 2) 02.00 Rolnicy. Podłasia (5) 03.00 Misja skarb 04.15 Wspaniały świat wełkarskich przygód (44, 45, 46, 47)

EUROSPORT 1

06.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 07.15 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 08.30 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 10.30 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 12.30 Snowboard: Zawody PS w Laax 13.30 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Wengen 15.00 Biaton: Zawody PS w Ruhpolding 15.50 Zimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży - Lozanna 2020: Narciarstwo alpejskie 16.50 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 17.25 Skoki narciarskie - studio 17.55 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt - kwalifikacje 19.15 Skoki narciarskie - studio 19.45 Wiadomości 19.50 Snooker: Turniej Masters w Londynie 23.30 Rajdy terenowe: Rajd Dakar 2020

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
09.00 Malanowski i partnerzy (259)
09.30 Malanowski i partnerzy (260)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (4) - serial paradok., Polska
11.00 Dlaczego ja? (797) - serial, Polska
12.00 Gliniarze (348) - serial, Polska
13.00 Trudne sprawy (844) - serial, Pol.
14.00 Pierwsza miłość (2993) - serial
14.45 Dlaczego ja? (930) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia - program inf.
16.10 Pogoda - program informacyjny
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (273) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (203) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (2994) - serial obyczajowy, Polska
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.
19.40 „Psy 3. W imię zasad” - kulisy - rep.

PRZYGODOWY

20.00
Thor. Mroczny świat

20.00 Thor: Mroczny świat - film przygodowy, USA 2013, reż. Alan Taylor, wyk. Chris Hemsworth, Natalie Portman, Tom Hiddleston
22.20 Resident Evil: Ostatni rozdział - horror, Wielka Brytania/Francja/USA/Niemcy/Kanada/Japonia/Australia 2016, reż. Paul W.S. Anderson
00.50 Daredevil - film sens., USA 2003
03.15 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA TV

06.00 Ahmed i Markus - etiuda film., Szwecja 2018 06.10 Wojny kontenerowe (3) 06.45 Złotopolski (284, 285) 07.45 Plebania (193, 194) 08.45 Stawka większa niż życie (11, 12): Akcja „Liść dębu”: Spotkanie 11.05 Przetrawiam zabójczą pogodę (1) 12.05 Katastrofy w przestworzach (17, 18) 14.20 Chicago Fire 2 (21, 22) 16.00 Castle 2 (19) 16.55 Nowa Scena Śmiechu 17.50 Odrobina nieba - komediodramat, USA 2011 20.00 Skazany na bluesa - dramat, Pol. 2005 22.05 Premiera: Paranormal Activity 2 - horror, USA 2010 00.00 Rec 2 - horror, Hiszp. 2009 01.45 Nic śmiesznego - komediodramat, Pol. 1995 03.45 „Łata dwudzieste... lata trzydzieste...” - komedia, Pol. 1983 05.59 Zakończenie programu

TVP 3

09.30 Okrasa łamie przepisy 10.00 Wymarzona miłość (106) 10.45 Antenowe remanenty 11.00 Astronarium 11.35 W tyle wizi 11.15 Co nieśrodek dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka 13.00 Rok w ogrodzie 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Meandry uczuć (22) 15.50 Antenowe remanenty 16.00 Ocalenie 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Śluz 17.15 Antenowe remanenty 17.30 Program lokalny 20.00 Ocalenie 21.00 Tygodnik polityczny 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizi 00.00 W tyle wizi extra

TVP SPORT

05.25 Sportowy wieczór 06.05 Niezwykłe historie Białe Czerwonych 06.30 Tenis: Turniej WTA w Hobart 08.30 Tenis: Turniej WTA w Hobart 09.05 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie 11.00 Niezwykłe historie Białe-Czerwonych 11.25 Piłka nożna: Puchar Włoch 13.30 Strongman: Liga Mistrzów 2019 - Zjednoczone Emiraty Arabskie 14.30 Ring TVP Sport 15.30 Skoki narciarskie: Zawody PS w Val di Fiemme 17.00 Tenis: Turniej WTA w Hobart 18.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie 19.00 Piłka nożna: Puchar Włoch 21.05 Boks: Walka o pasy WBA Super World IBF World, WBO World i IBO World w Ad Dirijji - waga ciężka: Andy Ruiz Jr. - Anthony Joshua 22.00 Sportowy wieczór 22.40 Piłka nożna: Puchar Włoch 01.00 Piłka nożna: Superpuchar Włoch

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
06.20 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
07.20 Doradca smaku: Krem z cukini z grzankami - magazyn, Pol. 2019
07.30 Dzień Dobry TVN - mag.
11.00 Ukryta prawda (738) - serial, Pol.
12.00 Szkoła (372) - serial paradok., Pol.
13.00 19+ (447) - serial paradok., Polska
13.30 19+ (448) - serial paradok., Polska
14.00 Ugotowani: Odcinek specjalny - gwiazdy internetu - kulin. rozr.
15.00 Szpital (302) - serial paradok., Pol.
16.00 Szkoła (373) - serial paradok., Pol.
17.00 Kuchenne rewolucje: Warszawa, Grande Azzurro - rozr., Pol. 2010
18.00 Ukryta prawda (739) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska

THRILLER

20.00
Incepcja

20.00 Incepcja - thriller SF, USA/Wielka Brytania 2010, reż. Christopher Nolan, wyk. Leonardo DiCaprio
23.00 Jaś i Magośia: Łowcy czarownic - film fantasy, Niemcy/USA 2013, reż. Tommy Wirkola, wyk. Jeremy Renner
00.55 Kuba Wojewódzki - talk show
01.55 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
02.55 Uwaga! - magazyn, Polska
03.15 NOC Magii

TTV HD

09.30 Królowe życia 6 (9) 10.20 Gogglebox. Przed telewizorem 8 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (19) 12.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (382) 13.20 Włoskie zdrady 2 13.50 Przyłapani na zdradzie (8) 14.55 Królowe życia 6 (7) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Orzeł czy reszka? 17.30 DeFacto 4 - flesz 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Dams i wieśniaczki. Ukraina 6 (9) 19.05 10 zadań specjalnych Michela Morana 4 19.45 Express, Pogoda 20.00 Gogglebox. Przed telewizorem 10 21.45 Express, Pogoda 22.00 Królowe życia 5 (3) 22.40 Królowe życia 4 (7) 23.30 Piękne i odważne 00.10 Pierwszy raz za granicą... (4)

TVP POLONIA

11.40 Halo Polonia 12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Wifnoteka 13.10 Na sygnale (243) 13.45 Młak miłość (1474) 14.40 M jak miłość (1475) 15.30 Pod Tatrami 15.45 Wiadomości 15.55 Korona królów - taka historia... (52) 16.30 Baw się słowami 16.40 Baw się słowami 16.55 Domisie 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Telexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka 18.25 Okrasa łamie przepisy 18.55 Wszystko przed nami (54) 19.25 Magazyn z Ameryki 19.45 Dobranocka 20.00 Wiad., Pogoda, Sport 20.45 Na dobre i na złe (760) 21.45 Polonia 24 22.05 Halo Polonia 22.45 Wolny ekran 23.00 Z pamięci 23.10 Focus on Poland 23.30 Kabaret za kulisami

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz: ćwierćfinałowy 08.30 KOTV Classics - magazyn bokserki 09.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz: ćwierćfinałowy 12.00 Atleti - magazyn sportowy 12.30 Siatkówka mężczyzn: Turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Tokio - mecz: finałowy 15.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz: ćwierćfinałowy 17.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: MKS Ślepsk Malow Suwałki - Asseco Resovia Rzeszów 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Indykpol AZS Olsztyn - Aluron Virtus CMC Zawlercie 22.30 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz: ćwierćfinałowy 01.00 Sporty walki: KSW 50 London - walka: Phil De Fries - Luis Henrique

TV 4

06.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (13, 14)
07.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (15) - serial
07.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (16) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Strażnik Teksasu (34) - serial
10.00 Strażnik Teksasu (35) - serial
11.00 Strażnik Teksasu (36) - serial
12.00 Septagon (59) - serial krym., Pol.
13.00 Septagon (60) - serial krym., Pol.
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
15.00 Policjantki i Policjanci (592)
16.00 Sekrety sąsiadów (11) - serial, Pol.
16.30 Sekrety sąsiadów (14) - serial
17.00 Sekrety sąsiadów (19) - serial
17.30 Sekrety sąsiadów (20) - serial
18.00 Septagon (56) - serial krym., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (593)
20.00 Gwiazdy Kabaretu - program rozr.

SERIAL

21.00
Sprawiedliwi - Wydział...

21.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (336) - serial krym., Polska
22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (337) - serial krym., Polska
23.20 12 rund 3 - dramat kryminalny, USA 2015, reż. Stephen Reynolds
01.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
02.10 Interwencja - mag. reporterów
02.40 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (10, 11) 09.00 Policjantki i Policjanci (394) 10.00 Detektywi w akcji (78, 79) 12.00 Miodowe lata (94): List z Nigerii 13.00 Miodowe lata (125): Supermarket 13.40 Bumerang (4) 14.15 Zona dla milionera 15.15 Zona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator (90) 17.15 Gliniarz i prokurator (91) 18.15 Miodowe lata (124): Kolędniczy 19.00 Miodowe lata (95): Honor Albatrosa 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (17) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (18) 23.00 Paul - komedia, USA/Wlk. Brytania 2011 01.05 STOP Drogówka 02.05 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

TVP ROZRYWKA

06.10 Zakochaj się w Polsce 06.40 Okrasa łamie przepisy 07.10 Makłowicz w podróży 07.45 Gotowi do gotowania. Start! 08.15 Gra słów. Krzyżówka 08.45 Koło fortuny 09.25 Pułapki umysłu 2 (1) 09.55 Kabaret za kulisami 10.55 Va banque 11.35 Gra słów. Krzyżówka 12.05 Życie to kabaret: 10-lecie kabaretu Paraniormalni 12.20 Spiewające fortepiany 15.25 Kabaretowa mapa Polski 18.20 Okrasa łamie przepisy 18.50 Makłowicz w podróży 19.20 Gotowi do gotowania. Start! 19.55 Va banque 20.30 Spiewające fortepiany 21.40 Postaw na milion 22.35 The Voice Senior Przesłuchania w ciemno 00.50 Zainwestuj w marzenia 2

TVP KULTURA

07.00 Teledyski 08.25 Studio Kultura - rozmowy 08.35 Panopticon - film anim., Pol. 1969 08.50 Daleko od okna - dramat, Pol. 2000 11.00 Przyłbice i kaptury (3) 12.10 Przyłbice i kaptury (4) 13.15 Festiwal w Salzburgu - Faust 16.25 Studio Kultura - rozmowy 16.40 Jej powrót - film obyczaj., Pol. 1975 18.00 W ostatniej chwili - o komiksie w PRL-u - film dok., Pol. 2011 19.05 Teledyski 19.15 Tygodnik kulturalny 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Miodość - komediodramat, Wł/Fr/Wlk. Brytania/Szwajc. 2015 22.40 Brian Johnson: Życie w trasie 23.35 Tygodnik kulturalny 00.30 Wstęp do filmu „Osiem i pół” - felieton, 2019 00.35 Osiem i pół - film psychol., Fr/Wł 1963 03.00 Informacje kulturalne

TVN SIEDM

05.10 Szkoła (157) - serial paradok., Pol.
06.10 Mango - telezakupy
07.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (336) - serial fab-dok., Polska
08.35 Ukryta prawda (548) - serial, Pol.
09.35 Ukryta prawda (549) - serial, Pol.
10.40 Mango - telezakupy
11.00 Idealna niania 3 - reality show
11.45 Zakochani po uszy 3 (144)
12.20 Sąd rodzinny (27/52) - serial, Pol.
13.20 Szpital (409) - serial paradok., mentalny, Polska
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (337) - serial fabularno-dokumentalny, Polska
15.20 Ukryta prawda (462) - serial, Pol.
16.20 Sąd rodzinny (28/52) - serial, Pol.
17.20 SOS. Ekipy w akcji (19/60) - serial
18.20 Brzydula (100/180) - serial, Polska
18.55 Kuchenne rewolucje 6: Pyskowie, Restauracja Łabędź - rozr.

PRZYGODOWY

20.00
Wyspa piratów

20.00 Wyspa piratów - film przygodowy, USA/Francja/Włochy/Niemcy 1995, reż. Renny Harlin, wyk. Geena Davis, Matthew Modine, Frank Langella
22.35 Krucjata Bourne'a - thriller, USA/Niemcy 2004, reż. Paul Green-grass, wyk. Matt Damon
00.55 Druga strona medalu 3
02.30 NOC Magii
04.50 Zakończenie programu

TV TRAM

16.00 Informacje dnia 16.10 Siódmy sakrament 16.35 Świat na wyciągnięcie ręki 17.00 Cud prawdy - film dok., Pol. 2000 17.30 Okiem kamery 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Westerplatte młodych 18.55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 19.00 Warto zauważyć... w mijającym tygodniu 19.30 Opowieści Theo (8) 19.45 Modlitwa z telefontycznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyznę 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Ziemia Obiecana (68) 22.50 100 cudownych miejsc na świecie 23.00 Obyś był zimny albo gorący - film dokumentalny, Pol. 2018 00.00 Programy powtórkowe

ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2989) 11.00 Ewa gotuje 11.30 Ewa gotuje 12.00 Na rybie 12.30 Zoooo - praktykanci 13.00 Siołki (30) 14.00 Makolaty (2) 15.00 Show Tracey Ullman 2 (3, 4) 16.00 Świat według Kiepskich (263, 264) 17.00 Zoooo - praktykanci 17.30 Brygada Acapulco (45, 46) 19.25 Joanna - film dokumentalny, Polska 2013 20.20 Charlie i Fatty na ringu - komedia, USA 1914 21.00 Na ratunek 112 (9) 21.30 Świat według Kiepskich (387, 388) 22.30 Na ratunek 112 (10) 23.00 Światła wielkiego miasta - komedia, USA 1931 00.30 TV Okazje 01.00 Świat według Kiepskich (103)

TVP HISTORIA

10.55 Piekło: sprawiedliwych - film dok., Pol. 2017 11.35 Poszukiwaczce skarbów (5) 12.05 Pogranicze w ogniu (12) 13.15 Cała prawda o Jerzym Waszyngtonie - film dok., USA 2008 14.15 Złoto Jukonu (1) - film dok., Wlk. Brytania 2016 15.20 Hawr pod bombami aliantów - film dok., Fr. 2016 16.20 Poszukiwaczce skarbów (6) 16.50 Ex Libris 17.25 Historia Polski: Ładowanie w Oksfordzie - film dok., Polska 2005 18.10 Człowiek świętego imienia - film dok., Polska 2009 18.45 Polska Kronika Filmowa 19.00 Czas honoru (10) 20.00 Polskie 100 lat: Polityka zagraniczna II Rzeczypospolitej - film dok., Polska 2030 Teatr wojny 20.50 Inny świat - film dokumentalny, 2019 22.15 Wpół do Irzeciej RP 22.55 Odkryć tajemnice 5 23.55 Sensacje XX wieku

18 STYCZNIA
SOBOTA

TVP 1

05.15 Klan (3588-3590) telenowela
06.25 Sprawa dla reportera - magazyn
07.20 Rok w ogrodzie - magazyn
07.45 Rok w ogrodzie extra - magazyn
08.00 Pełnosprawni - magazyn
08.25 wojsko-polskie.pl - cykl reportaży
08.55 Studio Raban - magazyn, Polska
09.20 Rodzinny ekspres - magazyn, Pol.
09.55 Szeryf - western, USA 1971
11.35 Wokół mórz - serial dok., Francja
12.00 Polskie ślady - cykl rep., Pol. 2019
12.40 Fascynujący świat: Góry i ich mieszkańcy (3/6) - serial
13.45 Okrasa łamie przepisy - magazyn
14.15 Z pamięci - cykl felietonów
14.20 Przyrodnik na tropie (2) - serial
15.00 Sanatorium miłości 2
15.50 Skoki narciarskie - studio
16.00 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt - 1. seria
17.00 Teleexpress - program inf.

PRZYGODOWY



21.35
Hercules

17.10 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt - 2. seria
18.30 Młody Piłsudski (7/13) - serial
19.25 Sport, Wiadomości
20.00 Radio, kamera, akcja! (6) - serial
20.05 Pogoda, Alarm!
20.35 Komisarz Alex 12 (146) serial
21.35 Hercules - film przyg., USA 2014
23.20 Operacja „Sofia” - dramat sensacyjny, USA 2012

TV PULS

05.55 Pan wzywał, miłordzie? 4 (1): To moje dziecko 07.00 Jak jest świat? 5 07.50 Bibliotekarze 3 (1): Przebudzenie chaosu 08.50 13 posterunek 2 (20, 21) 10.10 Rodzinny interes (31, 32, 33, 34, 35): Az na koniec świata: Dobro wraca: Kosztom wszystkich: Macocha: Za długi 15.00 Lombard: Życie pod zastaw 4 (17, 178, 179, 180, 181) 20.00 Niebezpieczna dzielnica - film sensacyjny, USA 2010 21.40 Zawrotna prędkość - film sensacyjny, Belg./Francja/USA 2017 23.25 Ochroniarz - film sensacyjny, USA/Kanada 1998 01.35 Zobacz to! Tak jest świat 5 02.10 Biedziada na cztery pory roku (1, 2) 03.25 Menu na miarę 03.55 Menu na miarę 04.35 2. archiwum policji (7) 05.00 Dyżur 3 (42-ost., 30)

TVP INFO

05.55 Powitanie - Poranek: Serwis Info 05.59 Serwis Info, Pogoda Info 09.15 Salon dziennikarski 09.59 Serwis info weekend, Pogoda Info 15.00 Debaty TVP Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Teleexpress 17.04 Teleexpress Extra 17.21 Serwis info weekend 17.32 Studio Wschód 18.00 Panorama 18.18 Serwis info weekend 18.30 Kobiety okiem 18.52 Serwis info weekend 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wiczy 21.40 Studio LOTTO 21.50 Studio Polska 23.30 INFO wieczór 00.00 Wiadomości 00.28 Gość „Wiadomości” 00.55 Salon dziennikarski 01.50 Minęła dwudziesta

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Skeleton: Zawody PŚ w Innsbrucku - przejazd kobiet 09.00 Sport flesz 09.07 Koszykówka mężczyzn: Turkish Airlines Eurolega - mecz: Zenit-Sankt Petersburg - Valencia Basket 11.00 Sport flesz 11.30 Narciarstwo dowolne: Zawody PŚ w Seiser Alm 12.00 Sport flesz 12.30 Narciarstwo dowolne: Zawody PŚ w Seiser Alm 14.00 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 1. przejazd dwójek mężczyzn 15.30 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 2. przejazd dwójek mężczyzn 17.00 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding - bieg sztafetowy mężczyzn 19.40 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: Feyenoord - sc. Heerenveen 21.50 Snowboard: Zawody PŚ w Rogli 00.00 Narciarstwo dowolne: Zawody PŚ w Nakisce 02.00 Sporty walki: FEN

TVP 2

04.40 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
05.15 Barwy szczęścia (2171) - serial
05.50 Barwy szczęścia (2172) - serial
06.20 M jak miłość (1484) - serial, Pol.
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.15 Radio, kamera, akcja! (5/7)
11.20 To je Borowicz. Podróże ze smakiem - mag. kulinarny, Polska 2019
11.55 Pasjonaci - serial dok., Polska
13.00 „Gwiazdka na plebani” - czyli marzenia Marcina Dańca - rozr.
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Szansa na sukces. Eurowizja Junior 2019 - widowisko, Polska 2019
16.20 Rodzinka.pl (271) - serial, Polska
16.55 The Wall. Wygraj marzenia
17.45 Słowo na niedzielę - pt. religijny
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Lepsza polowa (3/16) - serial, Pol.
19.05 Lepsza polowa (4/16) - serial, Pol.

MELODRAMAT



22.10
Tylko Ciebie chcę

19.35 Lajki! - magazyn kulturalny
20.05 The Voice Kids 3. Przesłuchania w ciemno - widowisko, Polska 2019
22.10 Tylko Ciebie chcę - melodramat, Hiszpania 2012, wyk. Mario Casas
00.25 Służby specjalne - film sensacyjny, Polska 2014, wyk. Patryk Vega
02.25 Boska Florence - film biograficzny, Wielka Brytania/Francja 2016
04.20 Zakończenie programu

PULS 2

07.30 Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie (4) 07.40 Reksio (15) 08.00 Blaze i megamaszyny 2 (7) 08.30 Bob Budowniczy 21 (11) 08.45 Marta mówi 2 (28, 29) 09.45 Bajeczki Maszy (17) 09.50 Straszne historie Maszy (18) 10.00 Jej Wysokość Zosia (4, 5) 11.00 Baranek Shaun (68) 11.10 Tomek i Przyjaciele 20 (22) 11.20 Strażak Sam 10 (16) 11.45 Psi Patrol 4 (11) 12.10 Goofy na wakacjach - film anim., USA 1995 13.50 Lucky Luke, Ballada o Daltonach - film anim., Fr. 1978 15.35 Pingwiny z Madagaskaru 2 (32-37) 18.35 Rogate ranczo - film anim., USA 2004 20.00 Następny proszę! 21.05 Kelnery 2 - komedia, USA 2009 23.00 Naznaczone: Rozdział 3 - horror Kanada/USA 2015 01.00 Skorpion 3 (25)

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Premiera: Łowcy cieni. Pod presją (12) 07.00 Wehikuł czasu 07.20 Wszystko o jedzeniu (5) 07.40 Sąsiedzi (23-31) 09.30 fabryka jedzenia (12) 09.50 Nieznane oblicza Chin (29) 10.25 Wielka historia (6, 5) 11.20 Starożytni kosmici (5) 12.15 Patrol Tatry 13.10 Gwiazdy lombardu 15.00 Rolnicy. Podlasie (3) 16.00 Kryptonim szef (12, 1) 17.55 Super-ciepła pomoc drogowa (1, 9) 20.00 Rolnicy. Podlasie (3) 21.00 Misja skarb 21.55 Ziemia - zabójcza planeta 22.50 Piloci w australijskim buszu (3) 23.50 Premiera: Mój nawiedzony dom (5) 00.40 Tomasz Sekielski. TEORIA SPIJKU (5) 01.40 Tajemnice historii (5, 6) 02.45 Wspaniały świat wędkarskich przygód (46, 47, 15)

EUROSPORT 1

07.00 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 07.55 Tenis 08.25 Tenis: Turniej ATP w Adelajdzie 10.55 Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ w Sestriere 12.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ w Sestriere 14.00 Narciarstwo alpejskie: Zawody PŚ w Sestriere 15.05 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt 15.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt 17.45 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt 18.30 Zimowe IO Młodzieży - Lozanna 2020 19.00 Wiadomości 19.05 Formuła E: ePrix Chile 19.45 Formuła E: ePrix Chile 20.00 Formuła E: ePrix Chile 21.00 Koszykówka mężczyzn: VTB United League 22.50 Wiadomości 22.55 Rajdy terenowe: Rajd Dakar 2020 23.25 Biatlon: Zawody PŚ

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.35 Scooby-Doo! Pogromcy wampirów - film animowany, USA 2012
10.15 Ewa gotuje - magazyn, Polska 2018
10.45 Zakochany Madagaskar - film animowany, USA 2013, reż. David Soren
11.05 Faceci w czerni 2 - komedia SF, USA 2002, reż. Barry Sonnenfeld, wyk. Tommy Lee Jones, Will Smith
13.00 Jak rozpętałem II wojnę światową (2): Za bronią - komedia, Polska 1969, reż. Tadeusz Chmielewski, wyk. Marian Kociniak, Wacław Kowalski, Kazimierz Rudzki
14.35 Cztery wesela - rozr., Polska 2018
15.45 Kabarety Rybnik 2017 - rozr.
17.45 Chłopaki do wzięcia (191) - serial
18.20 Chłopaki do wzięcia (192) - serial
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.

FAMILIJNY



20.05
Smerfy 2

19.30 Świat według Kiepskich (78)
20.05 Smerfy 2 - film familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell, wyk. Hank Azaria
22.20 X-Men Genez: Wolverine - film SF, USA 2009, reż. Gavin Hood, wyk. Hugh Jackman, Danny Huston
00.35 Sporty walki: Gala FEN 27 w Szczecinie - waga lekka: Mateusz Rebecki - Magomed Magomedov
02.30 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA TV

06.00 Nowa Scena Śmiechu 06.50 Nowa Scena Śmiechu 07.35 Komisarz Rex 4 (47, 48): Nowy: Nowy: Człowiek o tysiącu twarzy 10.45 Przygody Merlina 3 (29): Złoty gołbina 11.45 Stawka większa niż życie (11, 12): Akcja „Liść dębu”: Spotkanie 13.55 Allo, Allo (56, 57): Powtórne pogrywanie ze śmiercią: Falszywy wywiad 15.00 Człowiek przyszedł - film SF, USA/Niem. 1999 17.40 Kate i Leopold - komedia, USA 2001 20.00 Resident Evil - horror SF, Niem./USA/Fr/Wlk. Brytania 2002 22.00 Narcos 2 (7, 8) 00.30 Premiera: Oczy smoka - film sensac., USA 2012 02.25 Kuchnia polska - dramat, Pol. 1991 04.40 Wewnątrz: Ściągamy się - film krótkometrażowy, Fr. 2017 04.55 Miłość-Kropka.pl (1, 10) 05.59 Zakończenie progr.

TVP 3

10.00 Program lokalny 12.05 Antenowe remanenty 12.35 Reportaż 12.50 Zima w regionach 13.00 Zima w regionach 13.15 Ukryte skarby 13.50 Ktośkolwiek widział, ktokolwiek wie 14.20 Sanatorium miłości 15.15 Niech gra muzyka - film obycz., Pol. 2000 16.30 Antenowe remanenty 16.40 Pogoda 16.45 Dziennik regionów - temat dnia 17.00 Zima w regionach 17.15 Reportaż 17.30 Program lokalny 20.00 Piosenka dla Ciebie 21.00 Piosenka u Ciebie 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.25 Regionalny magazyn sportowy - sobota 22.35 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.05 Seks, miłość i terapia - komedia, Francja/Belgia 2014 00.35 Antenowe remanenty

TVP SPORT

05.20 Sportowy wieczór 06.00 Boks: Walka o pas WBC World w Las Vegas - waga ciężka: Deontay Wilder - Luis Ortiz 07.00 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie - mecz finałowy gry pojedynczej 09.15 Biegi narciarskie: Ski Classics - La Diagonela 13.05 Stan futbolu 14.05 Tenis: Turniej WTA w Hobart - mecz finałowy gry pojedynczej 15.15 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt - studio 16.00 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt 19.05 Hokej NHL - mecz: New York Islanders - Washington Capitals 21.50 Sportowy wieczór 22.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Tisse-Neustadt 00.20 Boks: Walka o pas WBC World w Las Vegas - waga ciężka: Deontay Wilder - Luis Ortiz 02.30 Boks: Walka o pas WBC International w Ad-Dirijji

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
07.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Na Wspólnej (3005) - serial, Pol.
11.25 Na Wspólnej (3006) - serial, Pol.
11.50 Na Wspólnej (3007) - serial, Pol.
12.25 Top Model - reality show, Pol. 2019
13.55 Incepcja - thriller SF, USA/Wielka Brytania 2010, reż. Christopher Nolan, wyk. Leonardo DiCaprio
17.00 Starsza pani musi fiknąć - rozr.
18.00 Kuchenne rewolucje: Brenna, Ziolfowa Chata - rozr., Polska 2018
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.44 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.45 Uwaga! - magazyn, Polska
20.00 Jak w niebie - komedia romantyczna, USA 2005, reż. Mark Waters, wyk. Reese Witherspoon, Mark Ruffalo, Donal Logue, Dina Spybey

KOMEDIA



20.00
Jak w niebie

22.00 Władcy umysłów - thriller, USA 2011, reż. George Nolfi, wyk. Matt Damon, Emily Blunt, John Slattery, Michael Kelly, Anthony Mackie
00.10 Prosto z Compton - dramat biograficzny, USA 2015, reż. F. Gary Gray, wyk. Corey Hawkins, Jason Mitchell, Neil Brown Jr., O'Shea Jackson Jr.
03.15 Uwaga! - magazyn, Polska
03.35 NOC Magii

TTV HD

06.55 DeFacto 8 07.25 DeFacto 8 07.55 Vlogbox. W necie 2 08.35 Gogglebox. Przed telewizorem 8 09.45 Express. Pogoda 10.05 Monster Food 11.05 10 zadań specjalnych Michela Morana 4 11.45 DeFacto 7 12.10 DeFacto 6 - flesz 12.25 Patent na... 13.00 Pierwszy raz za granicą... (5) 13.50 Piękne i odważne 14.35 Damy i wieśniaczki. Za granicą (9) 15.45 Express. Pogoda 16.05 Ostre cięcie 9 16.50 Gogglebox. Przed telewizorem 3 17.45 Express, Pogoda 18.00 Usterka 11 (2) 18.45 Usterka 12 (3) 19.15 Patent na kasę 19.45 Express, Pogoda 20.05 Druga twarz 3 21.10 Królów życia 5 (3, 4) 22.35 Gogglebox. Przed telewizorem 8 23.35 Gogglebox. Przed telewizorem 3

TVP POLONIA

06.10 Barwy szczęścia (2112) 06.40 Barwy szczęścia (2113) 07.15 Pytanie na śniadanie 10.55 Polonia 24 11.10 Halo Polonia 11.50 Okrasa łamie przepisy 12.25 Ojciec Mateusz 17 (218) 13.15 Na dobre i na złe (760) 14.15 Zakochaj się w Polsce 14.45 Muzyka na weekend 15.40 Wolny ekran 16.00 Kulturalni.pl 17.00 Słownik polsko-polski 17.30 Teleexpress 17.55 M jak miłość (1476) 18.45 Szansa na sukces. Opole 2020 - widowisko, Pol. 2019 19.45 Dobranocka: Mami fatale (20) 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Wojenne dziewczyny 3 (32) 21.40 Sanatorium miłości 2 22.35 Bez wstydu - dramat, Pol. 2012 00.25 M jak miłość (1476) 01.20 Słownik polsko-polski

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 08.00 Siatkówka mężczyzn: Puchar Polski - mecz ćwierćfinałowy 10.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: MKS Ślepsk Malow Suwałki - Asseco Resovia Rzeszów 12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Indykpol AZS Olsztyn - Aluron Virtus CMC Zawiercie 14.45 Siatkówka kobiet: Liga Siatkówek Kobiet - mecz: Bank Pocztywal - Legia Warszawa 20.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERVA Warszawa ORLEN Paliwa - BKS Visla Bydgoszcz 22.30 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding 01.00 Boks: Walka o pas WBO World Female w Jeleniej Górze

TV 4

06.00 Pan Peabody i Sherman Show (42) - serial animowany, USA
06.35 Pan Peabody i Sherman Show (43) - serial animowany, USA
07.05 Kacze opowieści (8) - serial, USA
07.35 Kacze opowieści (9) - serial, USA
08.00 Dzielnia Mysz (19) - serial
08.20 Galileo - pt. popularnonaukowy
10.20 Policjantki i Policjanci (589)
11.20 Policjantki i Policjanci (590)
12.20 Policjantki i Policjanci (591)
13.20 STOP Drogówka - magazyn, Polska
14.30 Iluzjonista - dramat kostiumowy, USA/Czechy 2006, reż. Neil Burger, wyk. Edward Norton, Paul Giamatti
16.45 Cuda z nieba - dramat obyczajowy, USA 2016, reż. Patricia Riggen, wyk. Jennifer Garner, Kylie Rogers
19.00 Galileo - pt. popularnonaukowy
20.00 Policjantki i Policjanci (592)
21.00 Policjantki i Policjanci (593)

SERIAL



20.00
Policjantki i Policjanci (592)

22.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (338) - serial krym., Polska
23.05 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (339) - serial krym., Polska
00.20 Zabójcza głębia - thriller, USA 2003, reż. Charles Robert Corner
02.10 Interwencja - mag. reporterów
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Miodowe lata (45): W pulapce 06.40 Galileo 07.40 Detektyw Monk (7, 8) 09.40 Legenda Longwood - film familijny, Hol./Ir./Niemcy 2014 11.45 Ostatnie egzamin - dramat, USA 2007 13.30 Columbo (1) 15.35 Youngblood - film obyczajowy, USA 1986 17.50 Paul - komedia, USA/Wlk. Brytania 2011 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (19) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (20) 22.55 Jerozolima - horror, Izr. 2015 01.00 Włatcy móch (8): Higieniczny blues 01.30 Włatcy móch (9): Pranie mózgow 02.00 Włatcy móch (10): Korzów, miedzarka i korek do rzaby 02.30 SuperLudzie Extra 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

TVN SIEDM

04.55 Ukryta prawda (544) - serial, Pol.
05.55 Mango - telezakupy
08.00 Ukryta prawda (542) - serial, Pol.
08.55 Ukryta prawda (543) - serial, Pol.
09.55 My Way - program rozr., Pol. 2019
10.30 Brzydula (92/180) - serial, Polska
11.00 Brzydula (93/180) - serial, Polska
11.35 Brzydula (94/180) - serial, Polska
12.10 Brzydula (95/180) - serial, Polska
12.45 Świąteczne psiaki - film familijny, USA/Kanada 2009, reż. Robert Vince, wyk. Danny Woodburn, Christopher Lloyd, George Wendt
14.30 Miłość jak narkotyk - komedia romantyczna, USA 1997, reż. Griffin Dunne, wyk. Meg Ryan, Matthew Broderick, Tchéky Karyo
16.40 Boyhood - dramat obyczajowy, USA 2014, reż. Richard Linklater, wyk. Ellar Coltrane, Patricia Arquette, Elijah Smith, Lorelei Linklater

SENSACYJNY



20.00
Ultimatum Bourne'a

20.00 Ultimatum Bourne'a - film sensacyjny, USA/Niemcy 2007, reż. Paul Greengrass, wyk. Matt Damon, Julia Stiles, David Strathairn, Scott Glenn
22.25 Szczęki - thriller, USA 1975, reż. Steven Spielberg, wyk. Roy Scheider
01.00 Nauka jazdy - komediodramat, Wielka Brytania/USA 2014
02.50 NOC Magii
04.50 Zakończenie programu

TV TRWAM

13.55 Przegląd katolickiego tygodnika „Niedziela” 14.00 Spektakl baletowy „Królewna Śnieżka” - widowisko, Pol. 2017 15.30 Wierze w Boga 16.00 Informacje dnia 16.10 Apokryfy - film dok., Fr. 2017 17.00 Z Parlamentu Europejskiego 17.30 Okiem kamery 18.10 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Katedra ks. bp. Antoniego Długosza 19.45 Modlitwa z telefonicznym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyznę 21.00 Apel Jasno-górski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Złoty umysł - film obycz., USA 2013 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Pr. powtórkowe

TVP ROZRYWK

05.50 Rozrywka retro 06.55 Zakochać się w Polsce 07.30 Muzyka łączy pokolenia 08.15 Kolo fortuny 08.50 Gwiazdzybór TVP Rozrywka: Danuta Rinn 09.20 Muzeum Polskiej Piosenki 09.40 Kabaret Potem i Bajki dla potulczonych 10.35 Życie to kabaret 11.40 Pułapki umysłu 2 (7) 12.10 To je Borowicz. Podróże ze smakiem 12.35 Podróże z historią (54) 13.10 Prywatne życie zwierząt 3 (9) 13.40 Postaw na milion 14.35 Śpiewające lortepiany 15.45 Kabaretomania 16.45 Wszystkie stworzenia duże i małe 5 (8) 17.50 Kocham Cię, Polsko! 19.25 Kabaret za kulisy 20.30 Śpiewające fortepiany 21.40 Dzięki Bogu już weekend 22.45 Kabaretowa mapa Polski 23.45 Kabaretowa mapa Polski

ATM ROZRYWK

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Ewa gotuje 08.00 Ewa gotuje 08.30 Zooooo - praktykanci! 09.00 Show Tracey Ullman 2 (1-4) 11.10 Księgarnia Black Boks (1-4) 13.05 Brygada Acapulco (43, 44) 15.00 Joanna - film dok., Pol. 2013 15.55 Charlie i Fatty na ringu - komedia, USA 1914 16.30 Na ratunek 112 (6, 7, 8, 10, 10) 19.10 Zooooo praktykanci! 19.30 Zameldowani (2) 20.00 Niespełnione pragnienia - komedia, USA 2006 21.50 Charlie zakochany - komedia, USA 1914 22.00 Świat według Kiepskich (389, 390) 23.00 Afrykańskie śledztwo - dramat, Wielka Brytania/RPA 2004 01.20 Na krawędzi 2 (4) 02.25 Słoki (16) 03.30 Lokalne we Wrocławiu 04.00 Disco Gramy 05.00 Disco Gramy

TVP KULTURA

10.00 Animama. Mały western - film anim., Pol. 1960 10.05 Animama: Koh - film anim., Pol. 1967 10.10 Animama: Czerwone i czarne - film anim., Pol. 1963 10.30 Scena klasyczna - koncert, Pol. 2017-2019 11.25 Zapomniane kobiety sztuki - film dok., Fr. 2018 12.30 Dwa żebra Adama - komedia, Pol. 1963 14.05 Szlakiem Kolberga 14.30 Świat dźwięków Krzysztofa Herdzina 14.55 Dwa księżycy - dramat, Pol. 1993 17.15 Sięgnij - film krótkometrażowy, Pol. 2015 17.35 Małpia kuracja - komedia, USA 1952 19.20 Głosne, ciężkie i magiczne - brzmienie Finlandii - film dok., Niem. 2017 20.30 Pan Holmes - film krym., USA/Wlk. Brytania 2015 22.20 Frank Zapja i The Mothers. Roky The Movie - koncert, Wlk. Brytania 1973 00.10 Nagi lunch - film SF, USA/Kanada/Jap.

TVP HISTORIA

08.40 Czarne chmury (5) 09.40 Okrasa łamie przepisy 10.15 Piermienna sztuka prze-trwania (3) 11.20 Ołbrzymy oceanów (3-ost.) - film przyg., Wlk. Brytania 2011 12.20 Lodowa planeta (1) 13.15 Polskie 100 lat: Polityka zagraniczna II Rzeczypospolitej - film dok., Pol. 13.50 Podróże z historią (37) 14.30 Bizancjum: opowieść o trzech miastach (3-ost.) - film dok., Wlk. Brytania 2013 15.30 Spór o historię 16.15 Cała prawda o Jerzym Waszyngtonie - film dok., USA 2008 17.10 Marzyciele 17.40 Zmieniły (5) 18.50 Trzynastcy: Szlakiem wileńskiej kardówki - film dok., Pol. 2018 19.55 Opowieść o Chinach (1) 21.05 Polskie drogi (3) 22.45 Władysław Szpilman 1911-2000 - własnymi słowami - film dok., Polska 2004 23.55 Historia w postaciach zapisana

19 STYCZNIA
NIEDZIELA

TVP 1

05.15 Klan (3591, 3592) - telenowela
06.05 Słownik polsko-polski
06.35 wojko-polskie.pl - cykl reportaży
07.00 Transmisja mszy świętej
08.00 Tydzień - magazyn rolniczy, Polska
08.30 Zakochaj się w Polsce - magazyn
09.05 Ziarno - program dla dzieci
09.40 Las bliżej nas (19) - serial, Polska
10.10 Laika (6/9) - serial obcy, Polska
11.45 Między ziemią a niebem - mag.
12.00 Anioł Pański - program religijny
12.15 Między ziemią a niebem - mag.
12.50 Misja Bangladesz: Kaplica na 3 piętrze - reportaż, Polska 2019
13.20 Ziemia widziana z kosmosu (3/4)
14.15 Z pamięci - cykl felietonów
14.25 Weterynarze z sercem - magazyn
15.05 Skoki narciarskie - studio
15.15 Skoki narciarskie: Zawody Pucharu Świata w Titisee-Neustadt
17.15 Teleexpress - program inf.

KOMEDIA



22.15 Znow cię kocham
17.30 Blondynka 8 (95) - serial, Polska
18.30 Jaka to wielość?
19.25 Sport, Wiadomości
20.00 Radio, kamera, akcja! (7) - serial
20.05 Pogoda - program informacyjny
20.15 Młody Piłsudski (8/13) - serial
21.15 Sanatorium miłości 2
22.15 Znow cię kocham - komedia romantyczna, USA 2015
23.55 Herkules - film przyg., USA 2014

TV PULS

06.00 Tajemnice medyczne (18)
07.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (106)
07.55 Lombard. Życie pod zastaw 3 (107)
08.55 Willow - film fantasy, USA 1988
11.35 Szkolny patrol - komedia, USA 1998
13.15 Najpiękniejsze baśnie: Magiczne pióro - baśń film., Czechy/Słowacja/Dania 2018
15.15 Robin Hood: Książę złodziei - film przyg., USA 1991
18.25 Taxi - komedia, Francja 1998
20.00 Transporter 3 - film sensacyjny, Francja/Wielka Brytania 2008
22.00 Zdrada - thriller, USA 1997
00.15 Operacja Delta Force 5 - film sensacyjny, USA 1999
02.10 Skorpion 3 (21)
03.05 Zobacz to!: Taki jest świat 5
04.00 Menu na miarę
04.35 Z archiwum policji (8)
04.55 Z archiwum policji (9)
05.35 Z archiwum policji (5)

TVP INFO

09.50 Wroniczka 17
10.59 Pogoda Info
11.02 Serwis info weekend
11.50 Salom dziennikarski
12.30 Serwis info weekend
Pogoda Info
14.59 Serwis info weekend
15.30 Okiem wiary
15.59 Info dzień
16.52 Pogoda Info
17.00 Serwis info weekend
17.16 Teleexpress
17.20 Teleexpress Extra
17.37 Teleexpress na deser
17.52 Serwis info weekend
18.00 Panorama
18.18 Serwis info weekend
18.30 Studio Zachód
19.00 Głębia ostrości
19.25 Serwis info weekend
19.30 Wiadomości
19.58 Gość „Wiadomości”
20.13 Minęła dwudziesta
21.00 W pełnym świetle
21.24 Flesz Info
Wieczór 21.40 Studio LOTTO
21.49 Strefa starcia
23.00 INFO wieczór
23.21 Nie da się ukryć extra
00.00 Serwis info weekend

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Bobsleje: Zawody PS w Innsbrucku - przejazd dwóch kobiet
09.00 Sport flesz
09.07 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: Feyenoord - sc Heerenveen
10.00 Sport flesz
10.07 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: Feyenoord - sc Heerenveen
11.00 Sport flesz
11.07 Atleci
12.00 Sport flesz
12.10 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: AFC Ajax - Sparta Rotterdam
14.30 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: VVV Venlo - PSV Eindhoven
18.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska - mecz: Sir Safety Conad Perugia - Vero Volley Monza
20.30 Bobsleje: Zawody PS w Innsbrucku - 1. przejazd czwórki mężczyzn
22.00 Bobsleje: Zawody PS w Innsbrucku - 2. przejazd czwórki mężczyzn
23.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga
01.30 Sporty walki

TVP 2

04.35 Słowo na niedzielę: Plan rozwoju osobistego - program religijny
04.45 Barwy szczęścia (2173) - serial
05.15 Barwy szczęścia (2174) - serial
05.45 Barwy szczęścia (2175) - serial
06.20 M jak miłość (1485) - serial, Pol.
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.40 Radio, kamera, akcja! (6/7): Prezent - serial komediowy, Polska
11.45 The Voice Kids 3. Przeglądanie w ciemno - widowisko, Polska 2019
14.00 Familiada - teleturniej
14.35 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
15.15 Szansa na sukces. Opolo 2020
16.25 Rodzinka.pl (272): Dyskusja to fundament - serial kom., Polska
16.55 Najgorszy kucharz - rozr.
17.50 Zainwestuj w marzenia 2 (14)
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Na dobre i na złe (763) - serial
19.30 Na sygnale (254) - serial, Polska

DRAMAT



21.00 Podwójna tożsamość
20.05 Muzyka, taniec, zabawa - koncert, Polska 2019
21.00 Podwójna tożsamość - dramat sensacyjny, USA/Niemcy 2007
22.45 Sierpień w hrabstwie Osage - komediodramat, USA 2013
00.55 Za garść dolarów - western, Włochy/Hiszpania/RFN 1964
02.45 Ostatnie piętro - thriller, Pol. 2012
04.10 Zakończenie programu

PULS 2

05.50 Ale numer! 06.10 Ale numer! 06.40 Wojciech Ciejrowski: Boso - Teksas (4, 5)
07.45 Bolek i Lolek na Dzikim Zachodzie (5)
07.50 Reksio (16)
08.15 Blaze i megamaszyny 2 (208)
08.40 Bob Budowniczy 21 (12)
08.50 Marta mówi 2 (30)
09.30 Mickey, Donald, Goofy: Trzej muszkieterowie - film anim., USA 2004
10.50 Lucky Luke na Dzikim Zachodzie - film anim., Fr. 2007
12.40 Rogate ranczo - film anim., USA 2004
14.05 Mój przyjaciel Marsjanin - komedia, USA 1999
16.00 Następny prosił
17.00 Najśmieszniejsi 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (177-181)
22.55 Agenci NCIS 11 (9, 10)
00.35 Lekarze na start (18)
01.20 Niesamowite! (22-25)
03.45 Na jedwabnym szlaku (3, 4, 5)
05.35 Dyżur (4)

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu
06.05 Premiera: kowcy cieni. Pod presją (13)
07.00 Wehikuł czasu
07.20 Wszystko o jedzeniu (6)
07.40 Sasiedzi (32-40)
09.25 Walki zwierząt (1)
10.25 Wielka historia (8, 7)
11.20 Starożytni kosmici (6)
12.15 Patrol latry
13.10 Gwiazdy lombardu
15.00 Rolnicy. Podlasie (4)
16.00 Kryptonim szef (2, 3)
17.55 Superciepka pomoc drogową (3, 2)
20.00 Rolnicy. Podlasie (4)
20.50 Adopcja w USA - dzieci z drugiej ręki - film dok., Fr. 2016
22.00 Nieudane operacje plastyczne (2)
22.55 Piloci w australijskim buszu (4)
23.55 Premiera: Mój nawiedzony dom (6)
00.45 Tomasz Sekielski. TEORIA SPISKU (6)
01.45 Tajemnice historii (7, 8)
02.45 Wspólny świat wędkarskich przygód (48, 49, 11)

EUROSPORT 1

06.30 Snooker: Turniej Masters w Londynie
08.35 Formula E: ePrix Chile
09.15 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Wengen
10.05 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Wengen
11.15 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding
11.50 Biatlon: studio
12.05 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding
13.00 Narciarstwo alpejskie - studio
13.15 Narciarstwo alpejskie: Zawody PS w Wengen
14.15 Biatlon - studio
14.30 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding
15.10 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt
17.00 Skoki narciarskie - studio
17.45 Saneczkarstwo: Zawody PS w Lillehammer
18.30 Zimowe IO Młodzieży - Łozanna 2020
19.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie
19.40 Wiadomości
19.45 Snooker: Turniej Masters w Londynie
23.30 Wiadomości

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
08.10 Potwory kontra obcy: Wielka ucieczka B.O.B.-a - film animowany, USA 2009, reż. Robert Porter
08.30 Zemsta futrzaków - komedia, USA/Zjednoczone Emiraty Arabskie 2010, reż. Roger Kumble
10.30 Smerfy 2 - film familijny, USA 2013, reż. Raja Gosnell
12.45 Percy Jackson i bogowie olimpijscy: Złodziej pioruna - film przygodowy, USA/Kanada 2010, reż. Chris Columbus, wyk. Logan Lerman
15.20 Thor: Mroczny świat - film przygodowy, USA 2013, reż. Alan Taylor, wyk. Chris Hemsworth, Natalie Portman, Tom Hiddleston
17.40 Nasz nowy dom - reality show
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.

SERIAL



22.10 W rytmie serca (65-ost.)
19.30 Państwo w państwie - public.
20.00 Kabaretobranie 2016 - VIII Zielonogórska Noc Kabaretowa na bis
22.10 W rytmie serca (65-ost.) - serial
23.10 Ślad (98-ost.) - serial krym., Pol.
00.10 Bogowie Egiptu - film przygodowy, USA/Australia 2016, reż. Alex Proyas, wyk. Gerard Butler, Brenton Thwaites, John Samaha
02.55 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKLATKA TV

06.00 Sade - etiuda film., Est. 2017
06.20 Nowa Scena Śmiechu
07.10 Nowa Scena Śmiechu
08.05 Komisarz Rex 4 (49, 50, 51); Spisek; Niebezpieczna namietność; Zrobawane szczęście
11.05 Przygody Merlina 3 (30, 31, 32); Gwaine; Kryształowa grot; Odmiennica
14.00 Kława Tutenchamonia (1) - film przyg., USA 2006
15.50 Odrobina nieba - komediodramat, USA 2011
18.00 Poinot: Zerwane zaręczyny - film krym., Wlk. Brytania 2003
20.00 Premiera: Sherlock 4 (2)
22.00 Twarda szluka - komediodramat, USA 2007
00.25 Zabójcze kłamstwa - film sensac., USA 2009
02.05 Futro - komedia, Pol./Niem. 2007
04.20 Magiczne Alpy - etiuda film., Wł. 2018
04.45 TV Okazje
05.05 Miłość Kropka.pl (10)
05.59 Zakończenie

TVP 3

08.00 Rök w ogrodzie
08.20 Pogoda
08.30 Agape
09.00 Wolanie małej białuchy - film przyrodniczy, Kanada 2016
10.00 Program lokalny
12.05 Głos regionów
13.00 Piosenka dla Ciebie
14.05 Piosenka u Ciebie
14.35 Rączka gotuje
15.05 Kościół z bliska
15.15 Film dokumentalny - film dok.
16.40 Pogoda
16.45 Dziennik regionów - tematy dnia
17.00 Tydzień
17.30 Program lokalny
20.00 Szansa na sukces: Opolo 2020 - widowisko, Pol. 2019
21.00 Cafe-piosenka
21.30 Program lokalny
22.00 Dziennik regionów
22.25 Regionalny magazyn sportowy - niedziela
22.40 Pogoda
22.45 Kryminalna siódemka
23.05 Sądy, przesyady: Rozróby u Kuby
23.45 Sądy, przesyady
00.00 Sądy, przesyady

TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór
06.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - podsumowanie 1/8 finału
08.15 Hokej. NHL - mecz: New York Islanders - Washington Capitals
10.10 Boks: Gala w Los Angeles - waga lekka: Devin Haney - Alfredo Santiago; waga junior ciężka: Logan Paul - Olajide Williams
10.40 Retro TVP Sport
13.05 Tenis: Turniej WTA w Adelaide
14.00 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt
15.15 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt
18.10 Piłka nożna: Puchar Włoch - podsumowanie 1/8 finału
20.15 Sportowy wieczór
20.55 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt
22.50 Dart: Mistrzostwa świata - Londyn 2019 - mecz finałowy
00.35 Snooker: Champion of Champions

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
07.30 Dzień Dobry TVN - mag.
11.00 Projektanci piękna - reality show
11.35 Co za tydzień - magazyn
12.10 „Mayday” - kulisy produkcji
12.45 Legendy sowiego królestwa: Strażnicy Ga’Hoole - film animowany, USA/Australia 2010
14.50 Jak w niebie - komedia romantyczna, USA 2005, reż. Mark Waters, wyk. Reese Witherspoon, Mark Ruffalo
16.50 Listy do M. 2 - komedia romantyczna, Polska 2015, reż. Maciej Dejczer, wyk. Maciej Stuhr, Roma Gajdoszewska, Jakub Jankiewicz, Tomasz Karolak, Katarzyna Zielińska
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.44 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.45 Uwaga! - magazyn, Polska

KOMEDIA



20.00 Godziny szczytu 3
20.00 Godziny szczytu 3 - komedia sensacyjna, USA/Niemcy 2007, reż. Brett Ratner, wyk. Chris Tucker, Jackie Chan, Max von Sydow
22.00 Raport Pelikana - film sensacyjny, USA 1993, reż. Alan J. Pakula, wyk. Denzel Washington, Julia Roberts
00.55 MasterChef - rozr., Polska 2019
02.25 Uwaga! - magazyn, Polska
02.45 NOC Magii

TTV HD

05.55 Express
06.15 Świat bez fikcji 15 (3)
06.50 Nauka jazdy 2
07.20 Nauka jazdy 2
07.55 Gogglebox. Przed telewizorem 6
08.35 Niszczycielskie żywioły 2 (7)
09.45 Express, Pogoda
10.05 Defacto 8
10.35 Usterka 12 (6)
11.05 Dżentelmeni i wieśniacy 2 (2)
12.05 Damy i wieśniaczki. Za granicą (2)
13.15 Ostre cięcie 9
13.55 Vlogbox. W necie 2
14.35 Gogglebox. Przed telewizorem 8
15.45 Express, Pogoda
16.05 Damy i wieśniaczki. PL (4)
17.10 Patelnia na...
17.45 Express, Pogoda
18.05 Królowe życia 5 (3, 4)
19.45 Express, Pogoda
20.00 Defacto 7
20.30 Defacto 9
21.00 Dżentelmeni i wieśniacy 2 (2)
22.00 Druga twarz 3
23.00 Królowe życia 5 (3)
23.45 Vlogbox. W necie 2

TVP POLONIA

06.25 The Extra Mile
06.50 Lajki
07.15 Pytanie na śniadanie
11.45 Między ziemią a niebem
12.00 Anioł Pański
12.15 Między ziemią a niebem
12.50 Z pamięci
13.00 Transmisja mszy świętej
14.25 Fajna Polska
15.25 Lajki
15.45 Niedziela z...
16.30 Leśniczówka (123)
16.55 Leśniczówka (124)
17.30 Teleexpress
17.55 M jak miłość (1477)
18.50 Polskie ślady
19.15 Czy wiesz, że...
19.25 Nela Mała Reporterka
19.45 Dobranocka: Pamiętnik Florki (38)
20.00 Wiadomości, Pogoda
20.35 Sport
20.45 Zniewolona (11)
21.40 Zniewolona (12)
22.40 Mała Moskwa - melodramat, Pol. 2008
00.45 M jak miłość (1477)
01.45 Dobranocka: Za oceanem: Pamiętnik Florki (38)
02.00 Wiadomości, Sport

POLSAT SPORT

06.00 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding
08.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: MKS Będzin - Grupa Azoty ZAKSA Kędzierzyn-Koźle
11.00 7. strefa - mag. siatkarski, Pol.
12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERVA Warszawa ORLEN Paliwa - BKS Visla Bydgoszcz
14.45 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Cerrad Enea Czarni Radom - Trefl Gdańsk
17.30 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga - mecz: Trefl Sopot - Asseco Arka Gdynia
20.30 Siatkówka kobiet: Liga Siatkówki Kobiół - mecz: DPD Legionovia Legionowo - BKS Stal Bielsko-Biała
22.30 Biatlon: Zawody Pucharu Świata w Ruhpolding - bieg na dochodzenie kobiet
01.00 Sporty walki: KSW 46: Narkun vs. Khalidov 2 - walka: Mamed Khalidov - Tomasz Narkun

TV 4

06.00 Pan Peabody i Sherman Show (44) - serial animowany, USA
06.35 Pan Peabody i Sherman Show (45) - serial animowany, USA
07.05 Kacze opowieści (10) - serial, USA
07.35 Kacze opowieści (11) - serial, USA
07.55 Kacze opowieści (12) - serial, USA
08.30 Akademia sztuk walki - film przygodowy, USA 2015, reż. Michael Baumgarten, wyk. Don Wilson
10.35 Galileo - pr. popularnonaukowy
11.35 Galileo - pr. popularnonaukowy
12.35 Gwiazdy Kabaretu - rozr.
13.40 Gwiazdy Kabaretu - rozr.
14.45 Spartakus (1/2) - film historyczny, USA 2004, reż. Robert Dornhelm, wyk. Goran Visnjic, Alan Bates
16.35 Uciekająca panna młoda - komedia romantyczna, USA 1999, reż. Gary Marshall, wyk. Julia Roberts
19.00 Galileo - pr. popularnonaukowy

DRAMAT



20.00 Opłacone krwią
20.00 Opłacone krwią - dramat obyczajowy, USA 2016, reż. Ben Younger, wyk. Miles Teller, Aaron Eckhart
22.35 Osaczony - thriller, USA/Niemcy 2005, reż. Florent Emilio Siri
01.00 Kobiety i mafia (5) - serial, Polska
02.05 Graffiti - program publicystyczny
02.40 Disco Polo Life - muz., Polska 2019
03.40 Top 10 - lista przebojów - muz.
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Miodowe lata (29, 30): Odmienny stan; Męska duma
07.10 Columbo (1)
09.05 Galileo
10.05 Galileo
11.20 Plaga podziemnych pajaków - film SF, USA 2012
13.00 Delektyw Monk (7, 8)
15.00 Policjantki i Policjanci (395, 396)
17.00 Policjantki i Policjanci (397)
18.00 Policjantki i Policjanci (398)
19.00 Policjantki i Policjanci (399)
20.00 Galileo
21.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (21)
22.00 CSI: Kryminalne zagadki Nowego Jorku (22)
22.55 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (145)
00.00 Tajlandzki łącznik - film erot., Fr. 2010
01.40 Wiatry móch (11): Altobus i suweniry
02.10 Wiatry móch (12): Muzeum
02.40 Top 10 - lista przebojów
03.40 Disco Polo Life
05.45 Telezakupy TV Okazje

TVP ROZRYWKI

06.55 Zakochaj się w Polsce
07.30 Muzyka łączy pokolenia
08.15 Kolo fortuny
08.55 Gwiazdodźwięk TVP Rozrywka
09.25 Muzeum Polskiej Piosenki
09.35 Kabaret Polen - Bajki dla potulonych
10.35 Życie to kabaret: Kabaret Moralnego Niepokoju przedstawia
11.40 Pulapki umysłu 2 (8)
12.10 To je Borowicz. Podróże ze smakiem
12.40 Podróże z historią
13.10 Prywatne życie zwierząt 3 (10)
13.40 Wszystkie stworzenia duże i małe 5 (8)
14.45 Śpiewające fortepiany
15.50 Kabaretomania
16.50 Wielki test o Kościuszkę
18.25 Najgorszy kucharz
19.30 Kabaret z kulisami
20.35 Śpiewające fortepiany
21.40 Dzięki Bogu już weekend
22.45 Kabaretowa mapa Polski
23.40 Kabaretowa mapa Polski

TVN SIEDEM

04.55 Ukryta prawda (545) - serial, Pol.
05.55 Mango - telezakupy
08.00 My Way - program rozr., Pol. 2019
08.35 Zakochani po uszy 3 (141) - telen.
09.05 Zakochani po uszy 3 (142)
09.35 Zakochani po uszy 3 (143, 144)
10.40 Brzydula (96/180) - serial, Polska
12.15 Brzydula (99/180) - serial, Polska
12.45 Brzydula (100/180) - serial, Polska
13.15 Bitwa o Midway - film wojenny, USA 1976, reż. Jack Smight, wyk. Charlton Heston, Henry Fonda
15.55 Córceczka - dramat obyczajowy, USA 2010, reż. Stan Foster, wyk. LeToya Luckett, Durrell „Jank” Babbs
18.15 Głupi i głupszy 2: Kiedy Harry poznał Lloyda - komedia, USA 2003, reż. Troy Miller, wyk. Eric Christian Olsen, Derek Richardson

DRAMAT



20.00 Hulk
20.00 Hulk - dramat SF, USA 2003, reż. Ang Lee, wyk. Eric Bana, Jennifer Connelly, Sam Elliott, Josh Lucas, Nick Nolte
22.55 Oszukane - dramat obyczajowy, Polska 2013, reż. Marcin Soltan, wyk. Katarzyna Herman, Artur Żmijewski
01.00 Druga strona medalu 3
02.00 Druga strona medalu 4
02.35 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV TRWAM

15.45 Święty na każdy dzień
15.50 100 cudownych miejsc na świecie
16.00 Informacje dnia
16.10 Koncert zyczeń
17.00 Tam, gdzie Bóg płacze
17.30 Okiem kamery
18.00 Anioł Pański
18.05 Informacje dnia
18.15 Rozmowy niedokończone
19.25 Święty na każdy dzień
19.30 Historie Starego Testamentu (10)
20.00 Informacje dnia
20.20 Różaniec
20.50 Myśląc Ojczyzną
21.00 Apel Jasnógórski
21.20 Informacje dnia
21.40 Retrospekcja
21.45 Samson i Dalila (12)
22.25 Misja Bilaj - film dokumentalny, Polska 2019
22.50 100 cudownych miejsc na świecie
23.00 Jak my to widzimy - z daleka widać lepiej
23.30 Tam, gdzie Bóg płacze
00.00 Programy powtórkowe

ATM ROZRYWKI

06.00 Disco Gramy
07.00 TV Okazje
07.30 Ewa gotuje
08.00 Ewa gotuje
08.30 Zooom - praktykantki
09.00 Pierwsza miłość (2985, 2986, 2987, 2988, 2989)
12.35 Na rybe: Norwegia, część 2
13.00 Maiolaty (3, 4): Idziemy na cadość; Matka alkoholiczka
15.00 Świat według Klepskiego (380, 382, 384, 386)
17.00 Siołki (3, 4): Pan od angielskiego; Toksykny mąż
19.00 Zooom - praktykantki
19.30 Zamelowani (3)
20.00 Afrykańskie śledztwo - dramat, Wielka Brytania/RPA 2004
22.15 Świat według Klepskiego (391, 392)
23.10 Błef - komediodramat, USA 2006
01.25 Na krawędzi 2 (5)
02.25 Siołki (17)
03.30 Lokalne we Wrocławiu
04.00 Disco Gramy
05.00 Disco Gramy

TVP KULTURA

07.45 Informacje kulturalne
08.20 Wszystkie kolory świata (20)
08.10 Święty Asystent (3)
09.15 Czarne chmury (6)
10.15 Okrasa łamie przepisy
10.45 303 - film dok., Pol.
2016
11.55 Złoto Jukonu (1) - film dok., Wlk. Brytania 2016
12.55 Ziemia: Świat zwierząt (5-ost.)
14.05 Archiwum zimnej wojny
14.40 Pewnego razu na Dzikim Zachodzie - western, USA/Wł. 1968
17.30 Na wolność to wszystko zamienisz - film dok., Pol. 2017
18.55 Zmierzniacy (6)
20.00 Film dokumentalny - film dok.
21.00 Odkryć tajemnicę 5
22.05 Bohaterowie z Jamestown - film dok., USA/Pol. 2017
23.10 Pułkownik Kwiatkowski - komediodramat, USA 1953
22.05 Historia w postaciach zapisana
03.05 Polskie IO lat: Polityka zagraniczna II Rzeczypospolitej - film dokumentalny, Polska

TVP HISTORIA

06.55 Był taki dzień
07.00 Wszystkie kolory świata (20)
08.10 Święty Asystent (3)
09.15 Czarne chmury (6)
10.15 Okrasa łamie przepisy
10.45 303 - film dok., Pol. 2016
11.55 Złoto Jukonu (1) - film dok., Wlk. Brytania 2016
12.55 Ziemia: Świat zwierząt (5-ost.)
14.05 Archiwum zimnej wojny
14.40 Pewnego razu na Dzikim Zachodzie - western, USA/Wł. 1968
17.30 Na wolność to wszystko zamienisz - film dok., Pol. 2017
18.55 Zmierzniacy (6)
20.00 Film dokumentalny - film dok.
21.00 Odkryć tajemnicę 5
22.05 Bohaterowie z Jamestown - film dok., USA/Pol. 2017
23.10 Pułkownik Kwiatkowski - komediodramat, USA 1953
22.05 Historia w postaciach zapisana
03.05 Polskie IO lat: Polityka zagraniczna II Rzeczypospolitej - film dokumentalny, Polska

**20 STYCZNIA
PONIEDZIAŁEK**

TVP 1

05.40 Jaka to melodia?
06.15 Przysięga (90) - telenowela, Turcja
07.05 Elif (647) - serial obcy, Turcja
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Korona królów - taka historia... (55) - serial dokumentalny, Polska
09.20 Ranczo 7 (89) - serial obcy, Pol.
10.15 Komisarz Alex 7 (89) - serial, Pol.
11.05 Ojciec Mateusz 20 (257) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy
12.55 Ziemia widziana z kosmosu (3/4)
14.00 Elif (648) - serial obcy, Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (91) - telenowela, Turcja
17.00 Teleexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3593) - telenowela, Polska
18.30 Korona królów (318) - telen. hist.

TEATR

21.00 Chory z urojenia
18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.30 Leśniczówka (183) - telen., Polska
21.00 Teatr Telewizji: Chory z urojenia - sztuka, Moliera, Polska 2019
22.55 Świat bez fikcji: Mumia Lenina - obiekt specjalny w sercu Rosji - film dokumentalny, Polska 2017
00.00 Archiwista (2/13) - serial, Polska
00.55 Sanatorium miłości 2

TV PULS

06.00 Nash Bridges (11, 12) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (10) 09.00 Rodziny interes (40): Irokez 10.00 Zaklinalnia duchów 5 (102, 103) 12.00 Kobra - oddział specjalny (6, 7): Przyjaciele: Zaciemnienie 14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 7 (12) 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (11) 16.00 Rodziny interes (40, 41) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (197, 198) 20.00 Ostatnie zlecenie - film sensacyjny, USA 2008 22.00 Brygada ponad prawem - dramat, Francja/Wlk. Brytania 2015 23.50 Ice Soldiers - film sensac., Kanada 2013 01.45 Zobacz to! Taki jest świat 5 02.25 Tajemnice medyczne (21) 03.25 Bielska na czterech porach roku (3, 4) 04.35 Z archiwum policji (10) 05.00 Dyżur (3) 05.35 Dyżur (3)

TVP INFO

06.39 Wstaje dzień 06.45 Serwis Info 06.50 Wstaje dzień 07.00 Serwis Info 07.12 Jedziemy 07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła ósma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziewiąta 10.00 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Teleexpress 17.15 Teleexpress Extra 17.32 O co chodzi? 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi 19.30 Wiadomości 19.58 Gość, Wiadomości 20.13 Minęła dwudzięta 20.50 Warto rozmawiać 21.40 Studio LOTTO 21.49 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 Info wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding - bieg pościgowy mężczyzn 08.00 Sport f1es 08.07 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku 10.00 Sport f1es 10.07 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 11.00 Sport f1es 11.07 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 12.00 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 1. przejazd kobiet 13.30 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 2. przejazd kobiet 15.00 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 1. przejazd dwójek mężczyzn 16.30 Bobsleje: Zawody PŚ w Innsbrucku - 2. przejazd dwójek mężczyzn 18.00 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding - bieg pościgowy kobiet 20.30 Sporty walki: UFC 246: McGregor vs. Cowboy - waga półśrednia: Conor McGregor - Donald Cerrone 23.00 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga 01.00 Sporty walki

TVP 2

04.40 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
05.20 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (21)
06.15 Coś dla ciebie - magazyn
06.40 Familiada - teleturniej
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.20 Radio, kamera, akcja! (7-ost.)
11.30 Rodzinka.pl (73) - serial kom., Pol.
11.55 Barwy szczęścia (2175) - serial
12.30 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (235) - serial, Polska
14.05 Coś dla ciebie - magazyn
14.30 Operacja zdrowie! - magazyn
15.05 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (48)
15.50 Zainwestuj w marzenia 2 (15)
16.00 Kolo fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Węzień miłości (222) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
18.55 Rodzinka.pl (179) - serial, Polska

SERIAL

21.50 Lepsza połowa (5)
19.35 Barwy szczęścia (2175) - serial
20.10 Barwy szczęścia (2176) - serial
20.45 Kulisy serialu „M jak miłość”
20.55 M jak miłość (1486) - serial, Pol.
21.50 Lepsza połowa (5/16) - serial, Pol.
22.30 Młodzi lekarze 3 (5/10)
23.25 Płonienie - thriller, Korea Południowa/Japonia 2018
02.00 Głęboka woda 2 (3/12) - serial
02.55 Podwójna tożsamość - dramat

PULS 2

09.25 Bob Budowniczy 21 (13) 09.35 Blaze i megamaszyny 2 (9) 10.00 Marta mówi 2 (1) 10.30 Monchichi (49) 10.45 Baranek Shaun (69, 70) 11.10 Oggy i karaluchy 3 (12) 11.15 Grizzly i lemingi (12) 11.35 Kumpie z dżungli - na ratunek! (63, 64) 12.00 Nowe przygody Kubusia Puchalka (14, 15) 13.00 Timon i Pumba 2 (46) 13.35 Timon i Pumba 3 (47) 14.10 Sylwester i Tweety na tropie (7, 8) 15.00 Miraculous: Biedronka i Czarny Kot (2, 22) 16.10 Krudowie: U zarania dziejów (22, 23) 17.00 Fineasz i Ferb (13, 14) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (36, 38) 19.00 Psi Patrol 4 (10, 12) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (176, 177) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (11, 12) 00.00 Wstydlive choroby: Nastolatki 2 (4)

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Premiera: Łowcy cieni. Pod presją (14) 07.00 Wehikuł czasu 07.15 Pod lupą 07.40 Akcja renowacja USA (2, 3, 4) 08.55 Supersamoloty bojowe (2) 10.00 OSP: Na ratunek! (1) 10.55 Starożytni kosmici (3) 11.50 Handlarze historia 12.50 OSP: Na ratunek! (1) 13.45 Wojny magazynowe 16.15 Drwale 17.55 Starożytni kosmici (4, 5) 19.45 Gwiazdy lombardu 20.05 Gwiazdy lombardu 20.25 Gwiazdy lombardu 20.55 Gwiazdy lombardu 21.15 Gwiazdy lombardu 21.50 OSP: Na ratunek! (1) 22.45 Podwodna wojna (1) 23.45 Handlarze historia 00.40 Prepersi - gotowi na wszystko (3, 4) 01.40 Rolnicy. Podlasie (6) 02.40 Misja skarb 04.15 Wspaniały świat wędzarskich przygód (48, 49, 50, 51)

EUROSPORT 1

07.00 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 09.00 Game Schett and Mats 09.15 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 11.00 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 14.30 Game Schett and Mats 15.05 Snooker: Turniej Masters w Londynie 16.00 Igrzyska olimpijskie 16.30 Igrzyska olimpijskie. Galeria Sław Rio 2016 17.30 Zimowe IO Młodzieży - Lozanna 2020 18.05 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 19.20 Wiadomości 19.30 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding 20.00 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding 20.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Ruhpolding 20.30 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Titisee-Neustadt - podsumowanie 18.50 4-4-2 20.05 Piłka nożna: Eliminacje ME - podsumowanie występu Polaków 21.55 Sportowy wieczór 22.40 Piłka nożna: Supercup Włoch - podsumowanie 1/8 finału 00.40 Sporty walki: ONE Championship: Bangkok

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
09.00 Małanowski i partnerzy (261)
09.30 Małanowski i partnerzy (262)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (5) - serial paradok., Polska
11.00 Dlaczego ja? (798) - serial, Polska
12.00 Gliniarze (349) - serial, Polska
13.00 Trudne sprawy (845) - serial, Pol.
14.00 Pierwsza miłość (2994) - serial
14.45 Dlaczego ja? (931) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia - program inf.
16.10 Pogoda - program informacyjny
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (274) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (204) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (2995) - serial
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.
19.30 Świat według Kiepskich (79) - serial komediowy, Polska

PRZYGODOWY

20.10 Bogowie Egiptu
20.10 Bogowie Egiptu - film przygodowy, USA/Australia 2016, reż. Alex Proyas, wyk. Gerard Butler, Brenton Thwaites
22.50 Obcy kontra Predator - horror SF, USA/Kanada/Niemcy/Czechy 2004, reż. Paul W.S. Anderson, wyk. Sanaa Lathan, Raoul Bova, Lance Henriksen
01.00 Terminator: Genisys - film sensacyjny, USA 2015, reż. Alan Taylor
03.45 Tajemnice losu - program rozr.

STOPKlatka TV

06.00 Wojny kontenerowe (4) 06.25 Złotopolscy (285, 286) 07.25 Plebiana (195, 196) 08.20 Castle 2 (18) 09.15 Sekrety luksusowych hoteli 2 (4) 10.10 Zaginione światy (12): Poganie 11.05 Przetrawiam zabójczą pogodę (2) 12.05 Katastrofy w przestworzach (19, 20) 14.15 Chicago Fire (1, 2) 16.00 Castle 2 (19) 16.55 Nowa Scena Śmiechu 17.50 Wojny kontenerowe (8, 9) 18.45 Allo, Allo (64, 65) 20.00 Naczelny dowódca - film sensac., USA/Wlk. Brytania/Filip/Węgry 2019 21.50 Oczyszczanie - film sensac., USA 2012 23.45 Paranormal Activity 2 - horror, USA 2010 01.40 Ewa - dramat, Pol. 2010 03.55 Miłość Kropka.pl (11) 04.50 TV okazje 05.05 Miłość Kropka.pl (10) 05.59 Zakończenie programu

TVP 3

10.50 Antenowe remanenty 11.00 Agape 11.35 W tyle wizji 12.15 Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka 13.00 Tygodnik polityczny 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Melandry uczuć (23) 15.45 Antenowe remanenty 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Kłótkowiek widział, kłótkowiek wie 17.30 Program lokalny 20.00 Korona królów (318) 20.30 Sztuka z mięsa, czyli wół z wolna, ale porządnie 21.00 Twój wybór 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echo dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.20 W tyle wizji 00.00 W tyle wizji extra

TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór 06.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: SSC Napoli - Perugia Calcio 08.10 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: SS Lazio - US Cremonese 10.10 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Inter Mediolan - Cagliari Calcio 12.10 Tenis: Turniej WTA w Hobart - mecz finałowy gry pojedynczej 13.30 Tenis: Turniej WTA w Adelajdzie - mecz finałowy gry pojedynczej 15.00 Piłka nożna: Puchar Włoch - podsumowanie 1/8 finału 17.20 Skoki narciarskie: Zawody PŚ w Titisee-Neustadt - podsumowanie 18.50 4-4-2 20.05 Piłka nożna: Eliminacje ME - podsumowanie występu Polaków 21.55 Sportowy wieczór 22.40 Piłka nożna: Supercup Włoch - podsumowanie 1/8 finału 00.40 Sporty walki: ONE Championship: Bangkok

TVN

05.20 Uwaga! - magazyn, Polska
05.45 Mango - telezakupy
06.50 Nowa Maja w ogrodzie - magazyn
07.20 Akademia ogrodnika - magazyn
07.30 Dzień Dobry TVN - mag.
11.00 Ukryta prawda (739) - serial, Pol.
12.00 Szkoła (373) - serial paradok., Pol.
13.00 19+ (449, 450) - serial paradok.
14.00 Ugotowani: Wrocław - kulin., rozr.
15.00 Szpital (303) - serial paradok., Pol.
16.00 Szkoła (374) - serial paradok., Pol.
17.00 Kuchenne rewolucje - rozr., Polska
18.00 Ukryta prawda (740) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska
20.10 Doradca smaku: Wegetariańskie kotleciki z kuskusem - magazyn
20.15 Na Wspólnej (3008) - serial, Pol.
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018

KATASTROFICZNY

22.30 Góra Dantego
21.30 Klinika bez tajemnic - med.
22.30 Góra Dantego - film katastroficzny, USA 1997, reż. Roger Donaldson, wyk. Pierce Brosnan, Linda Hamilton, Jeremy Foley, Jamie Renée Smith
00.50 Co za tydzień - magazyn
01.20 Stylowy projekt - rozr., Pol. 2019
01.50 Uwaga! - magazyn, Polska
02.15 NOC Magii - interaktywny program rozrywkowy

TTV HD

09.30 Królowe życia 6 (10) 10.20 Gogolebox. Przed telewizorem 8 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (20) 12.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (383) 13.20 Włoskie zdrady 2 13.50 Przyłapani na zdradzie (9) 14.55 Królowe życia 6 (8) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy (5) 17.30 Defacto 4 - f1es 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Damsy i wieśniaczki. Ukraina 6 (10) 19.00 Gogolebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Orzeł czy reszka? 21.10 Królowe życia. Extra (2-ost.) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Gogolebox. Przed telewizorem 8 23.00 Gogolebox. Przed telewizorem 3 23.45 Defacto 9 00.10 Defacto 8

TVP POLONIA

12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Magazyn z Ameryki 13.10 Barwy szczęścia (2114) 13.45 Wojenne dziewczyny 3 (32) 14.40 One. Kobiety kultury 15.10 Najpiękniejszy widok z okna - film dok., Pol. 2018 15.45 Wiadomości 15.55 Korona królów (301) 16.25 Astronarium 16.55 Superkolew ABC 17.10 Figu Migu - widowisko, Pol. 2019 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Teleexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka 18.25 Całe piosenka 18.55 Barwy szczęścia (2114) 19.25 Nad Niemnem 19.45 Dobranoc 20.00 Wiad., Pogoda, Sport 20.45 Dziewczyny ze Lwowa 4 (44) 21.45 Polonia 24 22.05 Rozmowa Polonii 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus na Poland 23.30 Nasza Ilypatia - film dok., Polska 2019

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga 08.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: VERVA Warszawa ORLEN Paliwa - BKS Visla Bydgoszcz 10.30 Biatlon: Zawody PŚ w Ruhpolding - bieg pościgowy kobiet 12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Cerrad Enea Czarni Radom - Trefl Gdańsk 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska - mecz: Sir Safety Conad Perugia - Vero Volley Monza 17.30 Siatkówka kobiet: Liga Siatkówek Kobiet - mecz: E.Leclerc Radomka Radom - Energa MKS Kalisz 20.00 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga - mecz: Start Lublin - HydroTruck Radom 22.30 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska - mecz: Sir Safety Conad Perugia - Vero Volley Monza 01.00 Boks: Summer Boxing Night II w Kaluszyńce - waga ciężka

TV 4

06.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (15-18) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Strażnik Teksasu (37) - serial
10.00 Strażnik Teksasu (38) - serial
11.00 Strażnik Teksasu (39) - serial
12.00 Septagon (63) - serial krym., Pol.
13.00 Septagon (65) - serial krym., Pol.
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
15.00 Policjantki i Policjanci (593)
16.00 Sekrety sąsiadów (13) - serial
16.30 Sekrety sąsiadów (21) - serial
17.00 Sekrety sąsiadów (22) - serial
17.35 „Psy 3. W imię zasad” - kulisy
18.00 Septagon (57) - serial krym., Pol.
19.00 Policjantki i Policjanci (594)
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (340) - serial krym., Polska
21.05 Gwiazdy Kabaretu - rozr.
22.10 Śmierć na 1000 sposobów (2)
22.40 Śmierć na 1000 sposobów (3)

SENSACYJNY

23.00 Samotny wilk McQuade
23.00 Samotny wilk McQuade - film sensacyjny, USA 1983, reż. Steve Carver, wyk. Barbara Carrera
01.20 Galileo - pt. popularnonaukowy
02.30 Interwencja - mag. reporterów
03.00 SuperLudzie (1) - serial dok., Pol.
03.30 SuperLudzie (2) - serial dok., Pol.
04.00 Atleci - magazyn sportowy
04.40 Trans World Sport - magazyn
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (12, 13) 09.00 Policjantki i Policjanci (395) 10.00 Detektywi w akcji (80, 81) 12.00 Miodowe lata (95): Honor Albatrosa 13.00 Miodowe lata (124): Kolejny 13.40 Bumerang (5) 14.15 Żona dla milionera 15.15 Żona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator (92) 17.15 Gliniarz i prokurator (93) 18.15 Miodowe lata (122): Pokerowa zagrywka 19.00 Miodowe lata (115): KIT Show 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (81) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (146) 00.00 Pokojówki - na stażu - film erot., Fr. 2010 01.40 Galileo 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

TVP ROZRYWKA

05.55 Zakochaj się w Polsce 06.25 Okrasa łamie przepisy 06.55 Makłowicz w podróży 07.30 Gotowi do gotowania. Start! 08.05 Gra słów. Krzyżówka 08.30 Kolo fortuny 09.15 Kocham Cię, Polsko! 10.50 Va banque 11.25 Gra słów. Krzyżówka 11.55 Życie to kabaret 14.10 Śpiewające fortepiany 15.15 Kabaretowa mapa Polski 18.20 Okrasa łamie przepisy 18.50 Makłowicz w podróży 19.25 Gotowi do gotowania. Start! 19.55 Va banque 20.35 Śpiewające fortepiany 21.45 Kabaretowy Klub Dwójki 22.45 RMF FM 22.45 The Voice Kids 3. Przesłuchania w ciemno 23.50 The Voice Kids 3. Przesłuchania w ciemno 00.55 Kolo fortuny 01.40 Niezapomniane koncerty: Sylwester marzeń z Dwójką 2019

TVP KULTURA

09.10 Lepiej być piękną i bogatą - komedia, Pol. 1993 11.00 Przyłbice i kaptury (5) 12.10 Przyłbice i kaptury (6) 13.15 Czary mary mama - film krótkometrażowy, Pol. 2017 13.40 Głosne, ciężkie i magiczne - brzmienie Finlandii - film dok., Niem. 2017 14.35 Studio Kultura - rozmowy 14.55 Niedziela ze... 15.45 Zaliczenie - film obcy, Pol. 1968 16.25 Jezioro Bodeńskie - dramat, Pol. 1985 18.00 Legendy polskiego teatru: Nikt o nim nie wiedział - film dok., Pol. 1995 19.00 Teledyski 19.20 Ktośdy po sztukę 19.25 Trzeci punkt widzenia 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Konopielka - komedia, Pol. 1981 22.05 Powidoki 22.20 Antyfonie 22.45 W imię honoru - film dokumentalny, Pol./USA/Indie/Jordania 2015 23.55 M. Morderca - dramat, Niemcy 1931

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (158) - serial paradok., Pol.
06.10 Mango - telezakupy
07.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (337) - serial fab.-dok., Polska
08.35 Ukryta prawda (550, 551) - serial
10.40 Mango - telezakupy
11.00 Idealna niania 3 - reality show
11.45 Zakochani po uszy 3 (144)
12.20 Sąd rodzinny (28/52) - serial, Pol.
13.20 Szpital (410) - serial paradok., Pol.
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (338) - serial fab.-dok., Polska
15.20 Ukryta prawda (463) - serial, Pol.
16.20 Sąd rodzinny (29/52) - serial, Pol.
17.20 SOS. Ekipy w akcji (20/60)
18.20 Brzydula (101/180) - serial, Polska
18.55 Brzydula (102/180) - serial, Polska
19.30 Zakochani po uszy 3 (145)
20.00 Mój bieg - dramat biograficzny, Polska 2013, reż. Marcin Glowacki, wyk. Bartłomiej Topa

DRAMAT

20.00 Mój bieg
21.55 Hulk - dramat SF, USA 2003, reż. Ang Lee, wyk. Eric Bana, Jennifer Connelly, Sam Elliott, Josh Lucas, Nick Nolte
00.45 Druga strona medalu 4: Jan Podgórski - talk-show, Polska 2011
01.15 Druga strona medalu 4: Tomasz Gollob - talk-show, Polska 2011
01.45 Druga strona medalu 4
02.50 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV TRWAN

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Sanktuaria polskie 16.30 Żew natury 16.55 Świadkowie 17.20 100 cudownych miejsc na świecie 17.30 Okiem kamery 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokończone 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Przygody Monster Trucków (21) 19.45 Modlitwa z telefontem udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyznę 21.00 Apel Jasnogórski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Stan bezpieczeństwa państwa 22.10 Mojżesz - 10 przykazań (158) 23.00 Śladami apostoła Pawła (3) 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Programy powtórkowe

ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2990) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Zooooo - praktykanci! 12.30 Piękno 13.00 Siołki (31) 14.00 Małolaty (3) 15.00 Księgarnia Black Books (5, 6) 16.00 Świat według Kiepskich (265, 266) 17.00 Zameldowani (5) 17.30 Brygada Acapulco (46, 47) 19.25 Światła wielkiego miasta - komedia, USA 1931 21.15 Na ratunek 112 (10) 21.45 Świat według Kiepskich (394, 395) 22.35 Na ratunek 112 (11) 23.00 Gorączka złota - komediodramat, USA 1925 00.35 TV Okazje 01.00 Świat według Kiepskich (103) 01.35 Bar Pod Złamanym Skrzydłem (15, 16) 02.00 Siołki (17)

TVP HISTORIA

06.50 Był taki dzień 06.55 Polska Kronika Filmowa 07.20 Czas honoru (10) 08.20 Ex Libris 08.50 Historia Polski: Ładowanie w Oxfordzie - film dok., Pol. 2005 09.40 Sensacje XX wieku 10.40 Lodowa planeta (1) 11.35 Wpół do Trzeciej RP 12.10 Pogranicze w ogniu (13) 13.20 Szwadron - dramat, Pol./Belg./Fr./Ukr. 1992 15.10 Ziemia: Świat zwierząt (5-ost.) 16.10 Spór o historię 16.55 Było, nie minęło - kronika zwiadoców historii 17.25 Flesz historii 17.50 Historia Polski: Ucieczki przez druty. Podziemny schron - film dok., Pol. 2017 18.50 Polska Kronika Filmowa 19.05 Czas honoru (11) 20.05 Historia w postaciach zapisana 22.00 Archiwum zimnej wojny 22.35 W świecie rytuałów (4-ost.) 23.40 Przepis na sukces - film dok., Polska 2018

21 STYCZNIA
WTOREK

TVP 1

05.40 Jaka to melodia?
06.20 Przysięga (91) - telenowela, Turcja
07.10 Elif (648) - serial obycz., Turcja
08.00 Wiadomości, Pogoda - inf.
08.15 Kwadrans polityczny - public.
08.40 Korona królów (318) - telen. hist.
09.20 Ranczo 7 (90) - serial obycz., Pol.
10.15 Komisarz Alex 7 (90) - serial, Pol.
11.10 Ojciec Mateusz 20 (258) - serial
12.00 Wiad., Agrobiznes, Agropogoda
12.40 Magazyn rolniczy - mag. rolniczy
12.55 Epifania - Święto Jordanu w Kościele greckokatolickim
14.00 Elif (649) - serial obycz., Turcja
15.00 Wiadomości, Pogoda, Alarm!
15.35 Gra słów. Krzyżówka - teleturniej
16.05 Przysięga (92) - telenowela, Tur.
17.00 Telexpress, Pogoda - inf.
17.25 Jaka to melodia?
18.00 Klan (3594) - telenowela, Polska
18.30 Korona królów (319) - telen. hist.

TELENOWELA

20.30
Leśniczówka (184)

18.55 Jeden z dziesięciu - teleturniej
19.25 Sport, Wiad., Pogoda, Alarm!
20.30 Leśniczówka (184) - telen., Polska
20.55 „Zniewolona”. Kulisy
21.05 Złota 100 (18/48) - serial, Ukr.
21.55 Magazyn Ekspresu Reporterów
23.00 Ocaleni - reality show
00.05 Głębia ostrości - cykl reportaży
00.35 Winnetou. Ostatnia bitwa - western, Niemcy 2016, wyk. Nik Xhelilaj

TVP 2

04.45 Koło fortuny - teleturniej, Polska
05.20 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (22)
06.15 Armenia - w poszukiwaniu korzeni
06.40 Familiada - teleturniej
07.15 Pytanie na śniadanie - magazyn
11.25 Rodzinka.pl (74) - serial kom., Pol.
11.55 Barwy szczęścia (2176) - serial
12.30 Koło fortuny - teleturniej, Polska
13.05 Va banque - teleturniej, Polska
13.35 Na sygnale (236) - serial, Polska
14.10 M jak miłość (1486) - serial, Pol.
15.10 Doktor Kleist - lekarz rodzinny (49)
16.00 Koło fortuny - teleturniej, Polska
16.35 Familiada - teleturniej
17.10 Wierzę miłości (223) - telen., Tur.
18.00 Panorama, Pogoda - program inf.
18.30 Va banque - teleturniej, Polska
18.55 Rodzinka.pl (180) - serial, Polska
19.35 Barwy szczęścia (2176) - serial
20.10 Barwy szczęścia (2177) - serial
20.40 Kulisy serialu „M jak miłość”

DOKUMENT

23.25
Sposób na kryzys

20.55 M jak miłość (1487) - serial, Pol.
21.50 Lepsza połowa (6/16) - serial, Pol.
22.20 Zainwestuj w marzenia 2 (15)
22.30 Młodzi lekarze 3 (6/10)
23.25 Ludzkie historie: Sposób na kryzys - film dok., Polska 2012
00.25 Rodzinka.pl (271) - serial, Polska
00.55 Zaginiona (3/7) - serial, Polska
02.00 Jutro będzie futro 2 - komedia, USA 2015, reż. Steve Pink

POLSAT

04.55 Disco Gramy - muz., Polska 2019
05.40 Telezakupy TV Okazje - magazyn
06.00 Nowy dzień - program inf.
09.00 Małanowski i partnerzy (263) - serial fab. dok., Polska
09.30 Małanowski i partnerzy (264)
10.00 Dzień, który zmienił moje życie (6) - serial paradok., Polska
11.00 Dlaczego ja? (799) - serial, Polska
12.00 Gliniarze (350) - serial, Polska
13.00 Trudne sprawy (846) - serial, Pol.
14.00 Pierwsza miłość (2995) - serial
14.45 Dlaczego ja? (932) - serial, Polska
15.50 Wydarzenia - program inf.
16.10 Pogoda - program informacyjny
16.15 Interwencja - mag. reporterów
16.30 Na ratunek 112 (275) - serial, Pol.
17.00 Gliniarze (205) - serial, Polska
18.00 Pierwsza miłość (2996) - serial
18.50 Wydarzenia, Sport, Pogoda - inf.
19.30 Świat według Kiepskich (80)

SENSACYJNY

20.10
Terminator: Genisys

20.10 Terminator: Genisys - film sensacyjny, USA 2015, reż. Alan Taylor, wyk. Arnold Schwarzenegger, Jason Clarke, Emilia Clarke, Jai Courtney
22.50 W sieci pajaka - thriller, Niemcy/USA/Kanada 2001, reż. Lee Tamahori, wyk. Morgan Freeman, Monica Potter, Michael Wincott, Dylan Baker
01.00 Nasz nowy dom - reality show
03.00 Tajemnice losu - program rozr.

TVN

04.50 Uwaga! - magazyn, Polska
05.15 Mango - telezakupy
06.20 Kuchenne rewolucje - rozr.
07.20 Doradca smaku - magazyn
07.30 Dzień Dobry TVN - magazyn
11.00 Ukryta prawda (740) - serial, Pol.
12.00 Szkoła (374) - serial paradok., Pol.
13.00 19+ (451) - serial paradok., Polska
13.30 19+ (452) - serial paradok., Polska
14.00 Ugotowani: Bieszczady
15.00 Szpital (304) - serial paradok., Pol.
16.00 Szkoła (375) - serial paradok., Pol.
17.00 Kuchenne rewolucje: Racibórz, Cynamon - program rozr., Pol. 2010
18.00 Ukryta prawda (741) - serial, Pol.
19.00 Fakty, Sport, Pogoda - inf.
19.49 Raport smogowy - poznaj kolory powietrza - program informacyjny
19.50 Uwaga! - magazyn, Polska
20.10 Doradca smaku: Kulebiak z ciasta francuskiego - magazyn

SENSACYJNY

21.35
Zabójcy

20.15 Na Wspólnej (3009) - serial, Pol.
20.55 Milionerzy - teleturniej, Pol. 2018
21.35 Zabójcy - film sensacyjny, USA/Francja 1995, reż. Richard Donner, wyk. Antonio Banderas, Sylvester Stallone, Julianne Moore, Anatoli Davydov
00.15 Kuba Wojewódzki - talk show
01.15 Klinika bez tajemnic - med.
02.15 Mentalista 5 (10) - serial, USA
03.15 NOC Magii

TV 4

06.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (17, 18)
07.00 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (19) - serial
07.30 Anatomia głupoty według Richarda Hammonda (20) - serial
08.00 Nasz nowy dom - reality show
09.00 Strażnik Teksasu (40) - serial
09.55 Strażnik Teksasu (41) - serial, USA
11.00 Strażnik Teksasu (42) - serial
12.00 Septagon (66, 68) - serial krym., Pol.
14.00 STOP Drogówka - magazyn, Polska
15.00 Policjanci i Policjanci (594)
16.00 Sekrety sąsiadów (15) - serial
16.30 Sekrety sąsiadów (18) - serial
17.00 Sekrety sąsiadów (23) - serial
17.30 Sekrety sąsiadów (24) - serial
18.00 Septagon (58) - serial krym., Pol.
19.00 Policjanci i Policjanci (595)
20.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (341) - serial krym., Polska

DRAMAT

21.00
12 rund 3

21.00 12 rund 3 - dramat kryminalny, USA 2015, reż. Stephen Reynolds
23.00 Asystent wampira - film przygodowy, USA 2009, reż. Paul Weitz
01.20 Galileo - p.c. popularnonaukowy
02.30 Interwencja - mag. reporterów
03.00 Atleci - magazyn sportowy
03.40 Trans World Sport - magazyn
04.40 SuperLudzie (3, 4) - serial dok., Pol.
05.45 Telezakupy TV Okazje - magazyn

TVN SIEDEM

05.10 Szkoła (159) - serial paradok., Pol.
06.10 Mango - telezakupy
07.30 Sędzia Anna Maria Wesołowska (338) - serial fab. dok., Polska
08.35 Ukryta prawda (552) - serial, Pol.
09.35 Ukryta prawda (553) - serial, Pol.
10.40 Mango - telezakupy
11.00 Idealna niania 3 - reality show
11.45 Zakochani po uszy 3 (145)
12.20 Sąd rodzinny (29/52) - serial, Pol.
13.20 Szpital (411) - serial paradokumen- talny, Polska
14.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (339) - serial fabularno-dokumen- talny, Polska
15.20 Ukryta prawda (464) - serial, Pol.
16.20 Sąd rodzinny (30/52) - serial, Pol.
17.20 SOS. Ekipy w akcji (21/60) - serial
18.20 Brzydula (103/180) - serial, Polska
18.55 Brzydula (104/180) - serial, Polska
19.30 Zakochani po uszy 3 (146)

KOMEDIA

20.00
Nadchodzi Polly

20.00 Nadchodzi Polly - komedia romantyczna, USA 2004, reż. John Hamburg, wyk. Ben Stiller, Jennifer Aniston, Philip Seymour Hoffman, Alec Baldwin
22.05 Źródło nadziei - dramat wojenny, Australia/USA/Turcja 2014
00.25 Druga strona medalu 4
01.25 Druga strona medalu
02.30 NOC Magii
05.05 Zakończenie programu

TV PULS

06.00 Nash Bridges (12, 13) 08.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (11) 09.00 Rodziny interes (41): Ucieczka chłanków 10.00 Zaklinaczka duchów 5 (103, 104) 12.00 Korba - oddział specjalny (7, 8): Zaciemnienie, Zabójczy wybór 14.00 Agenci NCIS: Los Angeles 7 (13): Anioły i demony 15.00 Lombard. Życie pod zastaw 3 (112) 16.00 Rodziny interes (41, 42) 18.00 Lombard. Życie pod zastaw 5 (199, 200) 20.00 Kontakt bezpośredni - film sensacyjny, Niemcy/USA 2009 21.50 Najlepsi z najlepszych 2 - film sensac., USA 1993 23.50 Hostel 3 - horror, USA 2011 01.25 Zobacz to! Tajemnice medycyny (1) 02.25 Bieda na cztery pory roku (5, 7, 8) 04.35 Z archiwum policji (11) 05.00 Dyżur (4) 05.35 Dyżur (3) (32)

PULS 2

09.25 Bob Budowniczy 21 (14) 09.35 Blaze i megamaszyny 2 (10) 10.00 Marta mówi 2 (2) 10.30 Monchichi (50) 10.45 Baranek Shaun (71, 72) 11.10 Oggy i karaluchy 3 (13) 11.15 Grizzly i lemingi (13) 11.35 Kumpel z dżungli - na ratunek! (65, 66) 12.00 Nowe przygody Kubusia Puchatka (15, 16) 13.00 Timon i Pumba 3 (47, 48) 14.10 Sylwester i Tweety na tropie (8, 9) 15.00 Miraculous. Biedronka i Czarny Kot (22, 23) 16.10 Krudowie: U zarania dziejów (23, 24) 17.00 Fineasz i Ferb (14, 15) 18.00 Pingwiny z Madagaskaru 2 (37, 39) 19.00 Psi Patrol 4 (412, 13) 20.00 Lombard. Życie pod zastaw 4 (177, 178) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Las Vegas 14 (13, 14) 00.00 Wstydlive choroby: prosto z kliniki 4 (1)

STOPKŁATKA TV

06.00 Wojny kontenerowe (5) 06.20 Złotopolscy (286, 287) 07.20 Plebiana (197, 198) 08.20 Castle 2 (19): Klątwa 09.15 Sekrety luksusowych hoteli 2 (5): Wenecja 10.10 Zaginiona (3) (1): Kama Sutra 11.05 Przetrawiam zabójczą pogodę (3) 12.05 Katastrofy w przestworzach (21, 22) 14.10 Chicago Fire (3, 4) 16.00 Castle 2 (20) 16.55 Nowa Słona Śmiechu 17.50 Wojny kontenerowe (10, 11) 18.45 Aljo, Aljo (66, 67) 20.00 Twarda sztuka - komediodramat, USA 2007 22.15 Skazany na bluesa - dramat, Pol. 2005 00.35 Premiera: Tam i z powrotem - film obycz., Pol. 2001 02.40 „Lata dwudzieste... lata trzydzieste...” - komedia, Pol. 1983 04.35 Wydarzenia 05.05 Miłość-Kropka.pl (10) 05.59 Zakończenie progr.

TTV HD

08.20 Damy i wieśniaczki. Ukraina 4 (11) 09.30 Królowe życia 6 (11) 10.20 Gogglebox. Przed telewizorem 8 11.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska 6 (21) 12.20 Sędzia Anna Maria Wesołowska (384) 13.20 Wioskie zdrady 2 13.50 Przypadki na drodze (10) 14.55 Królowe życia 6 (9) 15.45 Express, Pogoda 16.05 Uwaga! 16.30 Dżentelmeni i wieśniacy (6-ost.) 17.30 Defacto 4 - fiesz 17.45 Express, Pogoda 18.03 Raport smogowy 18.05 Damy i wieśniaczki. Ukraina 6 (11) 19.00 Gogglebox. Przed telewizorem 3 19.45 Express, Pogoda 20.05 Usterka II (23) 20.55 Królowe życia 4 (7) 21.45 Express, Pogoda 22.00 Vlogbox. W necie 2 22.45 Druga twarz 3 23.45 Zamiana żon 2 00.45 Defacto 6

TV 6

06.00 Top 10 - lista przebojów 07.00 MacGyver (14, 15) 09.00 Policjanci i Policjanci (396) 10.00 Defektywi w akcji (82, 83) 12.00 Miódowe lata (115, 122): KIT Show: Pokrowa zagrywka 13.40 Bumerang (6) 14.15 Żona dla milionera 15.15 Żona dla milionera 16.15 Gliniarz i prokurator (94) 17.15 Gliniarz i prokurator (95) 18.15 Miódowe lata (97) 19.00 Miódowe lata (123): Mur, czyli zemsta 20.00 Galileo 21.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (82) 22.00 CSI: Kryminalne zagadki Miami (83) 23.00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (147) 00.00 Wiejska sielanka - film erot., Fr. 2011 01.00 Galileo 02.00 Benny Hill 02.40 Top 10 - lista przebojów 03.40 Disco Polo Life 05.45 Telezakupy TV Okazje

TV TRWAM

15.50 Ma się rozumieć 16.00 Informacje dnia 16.10 Jestem mamą 16.30 Kalendarz pok. młodych 16.50 Express studencki 17.00 Ziemia Święta - ziemia bez chrześcijan 17.30 Okiem kamery 18.00 Aniol Pański 18.05 Informacje dnia 18.15 Rozmowy niedokonane 19.25 Święty na każdy dzień 19.30 Każdy maluch to potrafi 19.45 Modlitwa z telewizyjnym udziałem dzieci 20.00 Informacje dnia 20.20 Różaniec 20.50 Myśląc Ojczyzna 21.00 Apel Jasnowojski 21.20 Informacje dnia 21.40 Polski punkt widzenia 22.00 Głos serca (53) 22.45 Pochodzenie świata (1) - film dok., USA 2017 23.45 Święty na każdy dzień 23.50 100 cudownych miejsc na świecie 00.00 Programy powtórkowe

TVP INFO

06.45 Serwis Info 06.50 Wstaje dzień 07.00 Serwis Info 07.12 Jedziemy 07.50 Agrobiznes 07.55 Agropogoda 08.00 Jedziemy dalej 08.15 Serwis Info 08.18 Minęła osma 09.00 Serwis Info 09.11 Minęła dziesiąta 10.00 Serwis Info, Pogoda Info 14.59 Serwis Info 15.29 Info dzień 15.54 Pogoda Info 15.59 Info dzień 17.00 Telexpress 17.15 Telexpress Extra 17.32 O co chodzi? 18.00 Panorama 18.20 Panorama opinii 18.37 O tym się mówi 19.30 Wiadomości 19.58 Gość „Wiadomości” 20.13 Minęła dwudziesta 21.00 Nie da się ukryć 21.28 Flesz Info Wieczór 21.40 Studio LOTTO 21.50 W tyle wizji 22.31 W tyle wizji extra 23.00 INFO wieczór 23.30 W akcji 23.55 Serwis Info

FOKUS TV

06.00 Wehikuł czasu 06.05 Premiera: Łowcy cieni. Pod presją (15) 07.00 Wehikuł czasu 07.15 Pod lupą 07.40 Akcja renowacja USA (5, 6, 7) 08.55 Supersamoloty bojowe (3) 10.00 OSP. Na ratunek! (2) 10.55 Starożytni kosmici (5) 11.50 Okręty wojenne (1) 12.50 OSP. Na ratunek! (2) 13.45 Wojny magazynowe 16.15 Drwale 17.15 Drwale 17.55 Starożytni kosmici (6, 7) 19.45 Gwiazdy lombardu 20.05 Gwiazdy lombardu 20.25 Gwiazdy lombardu 21.00 Gwiazdy lombardu 21.50 OSP. Na ratunek! (2) 22.45 Podwodna wojna (2) 23.45 Handlarze historii 00.40 Prepersi - gotowi na wszystko (5, 6) 01.45 Rolnicy. Podlasie (7) 02.45 Patrol Tatr 03.55 Wspólny świat wędkarskich przygód (1, 2, 3, 4)

TVP 3

10.45 Antenowe remanenty 11.00 Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie 11.35 W tyle wizji 12.15 Co niesie dzień 12.30 Gra słów. Krzyżówka 13.00 Operacja zdrowie! 13.35 Agrobiznes 13.55 Agropogoda 14.00 Program lokalny 15.05 Meandry uczuć (24) 15.50 Antenowe remanenty 16.00 Telekurier 16.25 Pogoda 16.30 Kryminalna siódemka 16.45 Dziennik regionów - tematy dnia 17.00 Reportaż 17.30 Program lokalny 20.00 Korona królów (319) 20.30 To je Borowicz. Podróż ze smakiem 21.00 Twój wybór 21.30 Program lokalny 22.00 Dziennik regionów 22.20 Echa dnia 22.40 Pogoda 22.45 Kryminalna siódemka 23.00 Alarm 23.30 W tyle wizji 00.00 W tyle wizji extra 00.45 Paradoxi (9)

TVP POLONIA

12.25 Wiadomości 12.40 Historia jednego obrazu 12.50 Nad Niemnem 13.10 Barwy szczęścia (215) 13.45 Dziewczyny ze Lwowa 4 (44) 14.40 Nasza Hypatia - film dok., Pol. 2019 15.35 Z pamięci 15.45 Wiadomości 15.55 Korona królów (302) 16.25 Zakochaj się w Polsce 16.50 Margolcia i Miś zapraszają dziś 17.05 Zwierzątka Czytali 17.20 Historia jednego obrazu 17.30 Telexpress 17.55 Gra słów. Krzyżówka 18.25 Kolo pióra 18.55 Barwy szczęścia (215) 19.25 Magazyn z Wyp 19.45 Dobranoc 20.00 Wiadomości, Pogoda 20.35 Sport 20.45 Ojciec Mateusz 17 (219) 21.45 Polonia 21 22.05 Rozmowa z Polonią 22.20 Halo Polonia 23.10 Focus on Poland 23.30 Ocaleni 00.30 Korona królów (302)

TVP ROZRYWKA

06.10 Zakochaj się w Polsce 06.40 Ukrasiam przepisy 07.10 Makłowicz w podróży 07.45 Gotowi do gotowania. Start! 08.15 Gra słów. Krzyżówka 08.45 Kolo fortuny 09.25 Prywatne życie zwierząt (5) 09.50 Hity kabaretu 10.55 Va banque 11.30 Gra słów. Krzyżówka 11.55 Kabaret TOP Story 12.10 Życie to kabaret: Łowcy śmiechu 13.10 Życie to kabaret: Dobry wieściarz z Neo-Nówka 14.15 Śpiewające fortepiany 15.25 Kabaretowa mapa Polski 18.20 Ukrasiam przepisy 18.50 Makłowicz w podróży 19.25 Gotowi do gotowania. Start! 19.55 Va banque 20.35 Śpiewające fortepiany 21.40 Kabaretowy Klub Dwójki 22.30 RMF FM 22.40 Sanatorium miłości 2 23.40 To był rok!

ATM ROZRYWKA

06.00 Disco Gramy 07.00 TV Okazje 07.30 Awantura o kasę 08.25 Awantura o kasę 09.20 Gra w ciemno 10.20 Pierwsza miłość (2991) 11.05 Ewa gotuje 11.35 Ewa gotuje 12.00 Polska dzieli 13.00 Siołki (32) 14.00 Małolat (4) 15.00 Księgarnia Black Books (1, 2) 16.00 Świat według Kiepskich (267, 268) 17.00 Zameldowani (6) 17.30 Brygada Acapulco (47, 48) 19.25 Gorączka złota - komediodramat, USA 1925 21.00 Na ratunek 12 (11) 21.30 Świat według Kiepskich (396, 397) 22.30 Na ratunek 12 (12) 23.55 Wyjeżdżasz czy przyjeżdżasz? 1936 00.50 TV Okazje 01.20 Bar Pod Złamanym Skrzydłem (1, 2, 3, 4) 02.00 Siołki (18) 03.00 Pielegniarki (183) 04.00 Disco Gramy

POLSAT SPORT NEWS

06.00 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: AFC Ajax - Sparta Rotterdam 08.00 Sport fiesz 08.07 Piłka nożna: Liga holenderska - mecz: VVV Venlo - PSV Eindhoven 10.00 Sport fiesz 10.07 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 11.00 Sport fiesz 11.07 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 12.00 Sport fiesz 12.07 Trans World Sport 13.30 Bobsleje: Zawody PS w Innsbrucku - 1. przejazd dwójek mężczyzn 15.00 Bobsleje: Zawody PS w Innsbrucku - 2. przejazd dwójek mężczyzn 16.30 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding - bieg pościgowy mężczyzn 18.30 7. strefa 20.00 Biatlon: Zawody PS w Ruhpolding - bieg pościgowy kobiet 22.00 Magazyn koszykarski 22.30 Piłka nożna: Liga czeska 01.00 Sporty walki: TEN

EUROSPORT 1

07.00 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 09.00 Game Schett and Mats 09.15 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 11.00 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne 14.30 Game Schett and Mats 15.00 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne - 2. dzień 16.00 Snooker: Turniej Masters w Londynie - mecz finałowy 17.30 Zimowe IO Młodzieży - Lozanna 2020 18.05 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne - 2. dzień 18.50 Jeździectwo: Zawody FEI World Cup w Lipsku 19.50 Wiadomości 19.55 Spirit of Yachting 20.25 Formuła E: ePrix Chile 21.30 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne - 2. dzień 23.30 Tenis: Turniej Australian Open w Melbourne

TVP SPORT

05.30 Sportowy wieczór 06.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Fiorentina - Atalanta BC 08.10 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: AC Milan - SPAL 2013 10.05 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Juventus FC - Udinese Calcio 12.00 Coppa Italia 12.30 Tej jednej nocy: Joshua kontra Ruiz - film dok., USA 2019 13.25 Skoki narciarskie: Zawody PS w Titisee-Neustadt - podsumowanie 14.50 Niewyżycie historie Białe-Czerwonych 15.05 4-4-2 16.15 Piłka nożna: Puchar Włoch - podsumowanie 1/8 finału 18.20 Coppa Italia 18.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Fiorentina - Atalanta BC 20.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: AC Milan - SPAL 2013 22.55 Piłka nożna: Puchar Włoch - mecz 1/8 finału: Juventus FC - Udinese Calcio 23.00 Sportowy wieczór 23.35 Boks: Gala w Ad-Diriji - waga ciężka

POLSAT SPORT

06.00 Siatkówka kobiet: Liga Siatkówki Kobiet - mecz: E.Leclerc Radomka Radom - Energa MKS Kalisz 08.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: MKS Ślepsk Malow Suwałki - Asseco Resovia Rzeszów 10.30 Biatlon: Zawody Pucharu Świata w Ruhpolding 12.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Indykpol AZS Olsztyn - Aluron Virtus CMC Zawiercie 15.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 17.30 Koszykówka mężczyzn: Energa Basket Liga - mecz: Stelmet Enea BC Zielona Góra - BM Slam Stal Ostrów Wielkopolski 20.00 Siatkówka mężczyzn: Liga włoska 22.30 Siatkówka mężczyzn: PlusLiga - mecz: Cerrad Enea Czarni Radom - Trefl Gdańsk 01.00 Sporty walki: KSW 45: The Return to Wembley - walka: Philip De Fries - Karol Bedorf

TVP KULTURA

07.00 Teledyski - muzyka klasyczna 08.00 Informacje kulturalne 08.25 Studio Kultura - rozmowy 08.40 Nocleg - dramat, Pol. 1973 09.25 Jezioro Bodeńskie - dramat, Pol. 1985 11.00 Przyblice i kaptury (7) 12.10 Przyblice i kaptury (8) 13.15 Dzienniki Lipseta - film krótkometrażowy, Kanada 2010 13.40 Sztuka Stanów Zjednoczonych (3) - film dok., Wik. Brytania 2011 14.35 Studio Kultura - rozmowy 14.55 Słakiem Kolberga 15.30 Twarz w twarz - film obycz., Pol. 1967 16.10 Golab przysiadł na galezi i rozmyśla o istnieniu - dramat, Szwecja/Niem./Norw./F/dania 2014 18.00 Ziggy Dust - film dok., Pol. 2015 18.55 Teledyski 19.10 Powidoki 19.25 Antyfonie 20.00 Informacje kulturalne 20.30 Lucja z Lammemooru 23.10 Wielki chłód - dramat, USA 1983

TVP HISTORIA

08.15 Historia Polski: Ucieczki przez druty Podziemi schron - film dok. 09.10 Sensacje XX wieku 10.05 Spór o historię 10.40 Moja Ameryka będzie tutaj - film dok., Pol. 1992 11.10 Archiwum zimnej wojny 11.40 Pogranicze w ogniu (14) 12.55 Kobiety z Auschwitz - film dok., Pol. 2004 13.35 Fotografie z Powstania Styczniowego 13.55 Historia w postaciach zapisana 16.00 Marzyciele 16.30 Było, nie minęło - kronika zwiadowców historii 17.00 Galicja: Miasta i ludzie 17.40 Historia Polski: Szrajberka z Auschwitz - film dok. 18.50 Polska Kronika Filmowa 19.05 Czas honoru (12) 20.00 Amerykańska broń (2) 20.55 Wyjeżdżasz czy przyjeżdżasz? 1936 22.00 Po PRL-u 22.35 Pewnego razu na Dzikim Zachodzie - western, USA/Wł. 1968 01.25 Sensacje XX wieku

Przegląd młodzieżowych rokujących talentów

Zimowe igrzyska z karkonoską trójką

Na sportowych obiektach w Szwajcarii i Francji rozgrywane są trzecie Zimowe Igrzyska Olimpijskie Młodzieży (Youth Olympic Games-YOG) - Lozanna 2020. W zawodach, które odbywają się w cyklu czteroletnim rywalizują zawodnicy i zawodniczki szesnastu zimowych dyscyplin w wieku 14-18 lat. Jako reprezentanci Polski wystartują saneczkarka Anna Bryk oraz biathloniści Marcin Zawół i Konrad Badacz (wszyscy MKS Karkonosze Sporty Zimowe Jelenia Góra).

Młodzieżowe Igrzyska to nie tylko rywalizacja oparta o wcześniej zdobyte kwalifikacje, wyznaczone przez Międzynarodowe Federacje Sportowe, ale także promowanie zachowań zgodnych z ideałami olimpijskimi, takimi jak doskonałość, przyjaźń, szacunek wobec rywali i sędziów oraz umiejętność przegrywania. Poza startami młodzi sportowcy biorą czynny udział w programach kulturalno-edukacyjnych, w licznych warsztatach, laboratoriach, spotkaniach, koncertach, festiwalach i sztuce ulicznej-mówi zastępca dyrektora ds. sportu w Zespole Szkół Ogólnokształcących i Mistrzostwa Sportowego w Szklarskiej Porębie, Joanna Badacz i dodaje: - Decyzja o wyborze Lozanny (kandydatura okazała się lepsza od rumuńskiego Braszowa) zapadła podczas 128. sesji MKOl., w stolicy Malezji Kuala Lumpur już w połowie 2015 roku. W polskiej misji olimpijskiej Lozanna 2020 i w sztabie szkoleniowym są byli utytułowani, medalowi sportowcy, Konrad Niedźwiecki (szef), Norbert Foltin (bobsleje), Tomisław Tajner (kombinacja norweska), Wojciech Topór (skoki narciarskie) oraz trenerki: Justyna Kowalczyk (biegi narciarskie) i wychowanka karkonoskiego klubu, mistrzyni biathlonu Agnieszka Cyl. Zimowa Olimpiada Młodzieży potrwa do 22 stycznia, dni startów to 11-18 stycznia 2020 roku.

Karkonoscy olimpijczycy z lodowych torów

Anna Bryk to absolwentka sobieszowskiej „piętnastki”. Najpierw krótko uprawiała narciarstwo biegowe. Od siedmiu jest saneczkarką z torów lodowych. Jej pierwszym trenerem w podstawówce i w gimnazjum był Sylwester Poniatowski. Obecnie w Szkole Mistrzostwa Sportowego w Karpaczu szkoleniem Anny zajmują się Przemysław Pochód i Tomasz Koćmierowski. Ich podopieczna już wielokrotnie reprezentowała Polskę w zawodach Pucharu Świata juniorów, w mistrzostwach świata i w europejskim czempionacie juniorów. Anna jest miłośniczką zwierząt, zwłaszcza psów i kotów, lubi czytać książki.

W jeleniogórskim klubie wyróżnia się też czwórka młodych, pracowitych i utalentowanych zawodników, którzy w przyszłości mogą być być olimpijczykami na najbliższych Igrzyskach w Pekinie w 2022 roku i w 2026 roku w Mediolanie oraz Cortina d'Ampezzo. To Klaudia Domaradzka, Kacper Tarnawski, a także bracia bliźniacy Jakub i Mateusz Karaś. Wszyscy są szkoleni centralnie w kadrach olimpijskich przygotowujących się do rywalizacji

w Pekinie. To absolwenci lub jeszcze uczniowie SMS-u. Naukę szkolną i studia umiejętnie godzą z treningami sześć razy w tygodniu i z wyjazdami na zawody, a w okresie letnim z pracą. Klaudia i bracia Karaś pochodzą z Cieplic, Kacper jest mieszkańcem Piechowic. W 2016 roku w norweskim Lillehammer startował w Zimowych Igrzyskach Młodzieżowych. Klaudia Domaradzka to mistrzyni Polski juniorek młodszych i juniorek oraz medalistka mistrzostw kraju kobiet. Jakub i Mateusz Karaś również mają w kolekcji medale mistrzostw Polski mężczyzn i mistrzostw juniorów. - Do sportowego wychowania wymie-

tokowi nauki mogą ją pogodzić z życiową pasją-biathlonem. Gdy wracają w rodzinne strony, nauczyciele z ZSO-IMS pracują z nimi indywidualnie.

- Marcin Zawół (rocznik 2002) należy do kadry młodzieżowej Polskiego Związku Biathlonu. Jako pierwszy z Polaków w 2018 roku w Norwegii wygrał największy festiwal młodzieży-Liatoppen Skiskyttfestival. Gdy trafił do Gimnazjum Mistrzostwa Sportowego, trenował u Jarosława Bednarza. Marcina wyróżniały duże predyspozycje sportowe-wspaniała motoryka i sprawność ogólna. Pewnie sporo odziedziczył w genach swoich rodziców, którzy ogromnie

Jarosław Bednarz. Rodzice Konrada to byli biathloniści, jemu i siostrze od małego „zaszczepili” miłość do tej bardzo trudnej dyscypliny. Najwierniejsi kibice Konrada bardzo go wspierają i cieszą się ze sukcesów. Wielokrotny medalista mistrzostw Polski młodzików w biathlonie, w biegach narciarskich, w biathlonie letnim i w crossie oraz w biegach na nartorolkach i wojewódzkich mistrzostwach młodzików, udanie startował w międzynarodowych imprezach. W rok po zwycięstwie jako drugi z reprezentantów Polski wygrał w Norwegii Liatoppen Skiskyttfestival (pierwsze miejsce w sprincie). Konrad Badacz

pijskich. Wcześniej, oprócz biathlonu, Basia ze sukcesami rywalizowała w kolarstwie górskim.

W grupie UKS Krokus trenerki Eweliny Jedziniak i tej samej co Basia szkole, biathlonową przygodę rozpoczął też Michał Szatkowski. W ósmej klasie, w 2018 roku, przeniósł się do Szkoły Podstawowej Mistrzostwa Sportowego w Szklarskiej Porębie, gdzie trenował u Doroty Matusik. Michał jest bardzo pracowity i uparcie dąży do mistrzostwa. Bardzo szybko biega, potrafi „wykręcić” najlepsze czasy biegu w swoich kategoriach, ale jego zmurą bywa strzelanie. Basię Skrobiszewską i Michała Szatkowskiego wybrano do kadry Junior Talent Polskiego Związku Biathlonu. Oboje startowali w Liatoppen Skiskyttfestival. Wywalczyli medale w mistrzostwach Polski młodzików oraz w ogólnopolskich i wojewódzkich igrzyskach dzieci i młodzieży.

Biegacze z I klasą sportową

- W klubie Karkonosze sportowe osiągnięcia wyróżniają trójkę narciarzy z szerokiej kadry narodowej Polskiego Związku Narciarskiego, członków kadry wojewódzkiej juniorów młodszych-mówi trener Adrian Cheba. - Kinga Mareczek i Jakub Kowalski (oboje rocznik 2003) posiadają pierwszą klasę sportową, Jan Reizer (rocznik 2004) drugą klasę. Wszyscy są objęci systematycznym treningiem. Pierwsza dwójka sprawdziła swoje umiejętności w mistrzostwach świata

juniorów w biegach na nartorolkach na Łotwie, w 2019 roku. Kinga to bardzo ambitna zawodniczka z wysoko postawionymi celami na przyszłość, cechuje ją ogromne zaangażowanie do ciężkiej pracy, sumienność i dbałość o każdy szczegół. Wygrała mistrzostwa Polski w sprincie łyżwą i ranking Pucharu Polski na nartorolkach, w Pucharze Polski w biegach narciarskich dwukrotnie zajęła trzecie miejsce. Jakuba wyróżnia bardzo szybki progres wynikowy w stosunku do poprzednich sezonów. Był drugi w mistrzostwach kraju młodzików w biegu sztafetowym i trzeci w rankingu PP w biegach na nartorolkach w sezonie 2019. Janek to utalentowany zawodnik z wieloma medalami MP w młodszych kategoriach wiekowych. Duże możliwości fizyczne pozwolą mu w przyszłości osiągać wysokie wyniki sportowe-prognozuje Adrian Cheba.

Tekst i zdjęcie: Henryk Stobiecki



Z ostatniej chwili: W biathlonowym biegu indywidualnym na 12,5 km Zimowych Igrzysk Młodzieży w Lozannie Marcin Zawół (na zdjęciu) zajął jedenaste miejsce. Mógł uplasować się wyżej, gdyby celniej strzelał. Konrad Badacz był 24. Czternastego stycznia zaplanowano biathlonowy sprint mężczyzn. Saneczkowe ślizgi odbędą się 17 i 18 stycznia 2020 r.

nionych talentów saneczkarstwa na torach lodowych z MKS Karkonosze Sporty Zimowe przyczynili się trenerzy Monika Pawlak, Robert Dobrowolski, Sylwester Poniatowski i Tomasz Koćmierowski-wymienia współtwórcą sukcesów Przemysław Pochód.

Mistrzowie biegów z karabinem

Młodzi biathloniści z jeleniogórskiego klubu sportów zimowych, Marcin Zawół i Konrad Badacz są uczniami drugiej klasy liceum w ZSOIMS w Szklarskiej Porębie. Wcześniej byli uczniami trzyletniego gimnazjum. Oba trenują pod czujnym okiem Izabeli Daniłó. Wcześniej, od 2013 roku, reprezentowali inne kluby, Konrad-uczeń SP nr 1, UKS Krokus Piechowice (trener Ewelina Jedziniak), Marcin-uczeń SP nr 5, UKS Kamińczyk Szklarska Poręba (trener Joanna Badacz). Chłopcy bardzo dużo dni spędzają na zgrupowaniach i zawodach, jednak dzięki indywidualnemu

go wspierają, mobilizują do dużego wysiłku i zawzięcie mu kibicują. Często biegali z tatą. W Zawodach Nadziei Olimpijskich w Osrblie Marcin Zawół zajął piąte miejsce w biegu masowym i ósme w sprincie. W Olimpijskim Festiwalu Młodzieży Europy (EYOF) w Sarajewie biegł w polskiej sztafecie sklasyfikowanej na szóstej pozycji. Biathlonista z Karkonoszy startował w mistrzostwach świata juniorów młodszych w Osrblie. Jest czterokrotnym medalistą Ogólnopolskiej Olimpiady Młodzieży, stawał na podium mistrzostw Polski młodzików w biathlonie letnim (cross) i w biathlonie na nartorolkach-mówi Izabela Daniłó.

Konrad Badacz (rocznik 2003) to zawodnik kadry Junior Talent Polskiego Związku Biathlonu. Najpierw, w klasach I-III, trenował narciarstwo biegowe w grupie Doroty Skowron w sobieszowskiej SP nr 15. Potem, w szklarskoporebińskim Gimnazjum Mistrzostwa Sportowego szkolił go

był dwukrotnie piąty, w biegu masowym i w sprincie w Zawodach Nadziei Olimpijskich w Osrblie. Zdobył dwa złote medale (sprint i bieg pościgowy) w mistrzostwach Czech w biathlonie na nartorolkach w Lehornradzie.

Basia i Michał z kadry Junior Talent

Kandydatami do olimpijskiej reprezentacji biał-czerwonych na najbliższe lata są ponadto biathloniści z MKS Karkonosze SZ, Barbara Skrobiszewska (rocznik 2003) i Michał Szatkowski (rocznik 2005). Ich obecni trenerzy to Magdalena Wielechowska i Andrzej Kosiński. Sportowe bieganie ze strzelaniem Basia rozpoczęła w piechowickim UKS Krokus, pod kierunkiem Eweliny Jedziniak, gdy uczęszczała do tamtejszej SP nr 1. Gdy została uczennicą GMS w Szklarskiej Porębie, trenowała u Jarosława Bednarza i Waldemara Domitry. Została powołana na Zawody Nadziei Olim-

Rekordowe tempo zapisów na 44. Bieg Piastów

5500 osób z 27 krajów zgłosiło się już na 44. Bieg Piastów - Festiwal Narciarstwa Biegowego, który trwać będzie od 22 lutego do 1 marca w Szklarskiej Porębie - Jakuszycach. Jest duża szansa na rekordową liczbę uczestników na koronnym dystansie 50 km. Uwaga! Na wszystkie dystanse można się jeszcze zapisać.

Przed laty legendarny komandor Biegu Piastów, Julian Gozdowski długo starał się, by na mecie pięćdziesiątki zameldowało się ponad tysiąc osób. Cel został osiągnięty w 2009 roku, podczas debiutu Biegu Piastów w elitarnym Worldloppet (światowej lidze narciarskich biegów długich), gdy do Jakuszy zjechali biegacze z całego świata. Metę osiągnęło aż 1661 osób. To do dziś rekord. W kolejnych latach Bieg Piastów na 50 km zawsze kończyło więcej niż tysiąc osób, ale mniej niż w 2009. Od paru lat frekwencja jednak poprawia się. W 2019 do mety dobiegły 1592 osoby, a w tym roku na liście opłaconych zgłoszeń jest już 1680 zawodników! Biorąc pod uwagę, że w ostatnich tygodniach zgłasza się bardzo dużo zawodników zagranicznych, pragnących mieć gwarancję, że bieg się odbędzie (ocieplenie klimatu sprawia, że z warunkami narciarskimi bywa różnie), daje to szansę, iż padnie historyczny rekord!

Świetnie idą też zapisy na bieg na 25 km - tu na liście opłaconych zgłoszeń jest ponad 1600 zawodników. Warto podkreślić, że BP na 25 km jest w swojej klasie (biegów narciarskich podobnej długości) trzeci na świecie pod względem frekwencji. Pięćdziesiątka w swojej kategorii jest dziewiąta.

Trzecią konkurencją, obok 50 i 25 km, zaliczaną do Worldloppet, jest trzydziestka. Cieszy się mniejszym powodzeniem, bo rozgrywana jest techniką dowolną, czyli w praktyce łyżwą, mniej popularną w Polsce niż klasyki. Biegi na 50 i 25 km odbywają się właśnie techniką klasyczną. Na trzydziestkę zapisało się pół tysiąca ludzi.

Przystawką podczas głównego weekendu Biegu Piastów (28 lutego - 1 marca) będzie szóstka klasykiem, czyli bieg na zachętę dla debiutantów, by mogli poczuć wspaniałą atmosferę wielkiego sportowego

wydarzenia. Na szóstkę zgłosiło się już prawie 700 zawodników.

Weekend wcześniejszy (22-24 lutego) to trzy mniejsze biegi - Rodzinna Jedenastka z klasyfikacjami dla najstarszej i najszybszej rodziny (prawie 400 zgłoszonych), zjawiskowa Nocna Jedenastka (ponad 200 zgłoszonych) i Memoriał Stanisława Michonia na 15 km (ponad 350 zgłoszeń).

Uzupełnieniem, niezwykle ważnym, programu 44 Biegu Piastów - Festiwalu Narciarstwa Biegowego, są dwa biegi dla dzieci: Bieg Przedszkolaka i Wyprawa Polarna Zuchów.

44. Bieg Piastów po raz kolejny będzie zawodami o charakterze globalnym. Około 300 zgłoszeń napłynęło z Czech, prawie 200 z Niemiec, sporo z Rosji, Estonii i Białorusi. Są zgłoszenia z USA, Kanady i Australii. Zawodnicy z tak dalekich krajów zwykle wplatą Bieg Piastów w prywatnie organizowane toury po europejskich

biegach Worldloppet - tydzień wcześniej startują w Finlandii, a w następny weekend w Szwajcarii.

Czechów jest najwięcej, bo mają najbliżej i kochają biegówki, ale też jest to efekt dobrej współpracy promocyjnej Biegu Piastów z Jizerską Padesatką i czeskim cyklem biegów długich SkiTour. W tym sezonie Bieg Piastów po raz pierwszy jest partnerem tego cyklu i zarazem jego biegiem finałowym. Podczas Biegu Piastów można zdobywać punkty zaliczane do klasyfikacji SkiTour.

Więcej niż w poprzednich latach, jest też zgłoszeń ze Skandynawii. To z pewnością efekt ścisłej współpracy z włoską Marcialongą, ukochanym biegiem zawodników skandynawskich. Promocja BP poprzez kanały informacyjne Marcialongi umożliwiła poszerzenie rozponawalności Biegu Piastów w Szwecji (11 zgłoszeń), Finlandii (14), Norwegii (12) i na Islandii

(10) oraz w Danii (3). W sumie więc z krajów skandynawskich zgłosiło się pół setki biegaczy.

W Polsce o prymat najbardziej „piastowskiego” miasta jak zwykle rywalizują Warszawa i Wrocław. Poprawa dojazdu w nasze strony w ostatnich latach powoduje, że „mecze” ten coraz bardziej wygrywa stolica. Tym razem, jeśli chodzi o główny weekend Biegu Piastów, jej przewaga wynosi ponad 20 zgłoszeń. Zarówno z Warszawy, jak i Wrocławia, zgłosiło się po ponad 200 zawodników. Niespełna 200 z Jeleniej Góry (zważywszy na wielkość miasta, to prawdziwa potęga na biegówkach), prawie setka z Poznania, 58 z Krakowa, około 40 z Łodzi i Szczecina.

Zapisy na wszystkie konkurencje 44. Biegu Piastów - Festiwalu Narciarstwa Biegowego są otwarte. Wszelkie informacje można znaleźć na stronie: www.bieg-piastow.pl.

Leszek Kosiorowski



Po 4 latach zakończono remont murów pallatium na zamku Chojnik

Czy ruiny potrzebują remontu?

Jak najbardziej! Zwłaszcza te, które są miejscem nasilonego ruchu turystycznego, czego przykładem jest wznoszący się nad Kotliną Jeleniogórską XIV-wieczny zamek Chojnik, który popadł w ruinę wskutek pożaru od pioruna w 1675 r., został częściowo zrekonstruowany około 200 lat temu przez ówczesnych właścicieli - ród Schaffgotschów, a współcześnie, ze względu na fascynujące położenie, walory widokowe oraz interesującą historię, stanowi jedną z głównych atrakcji turystycznych pod Karkonoszami.

Nie pierwszy remont w dziejach zamku

Budowla od zakończenia II wojny światowej stanowi własność Polskiego Towarzystwa Turystyczno-Krajoznawczego. W tym czasie kilka razy podejmowano na jej terenie prace remontowo-modernizacyjne lub przynajmniej wykonywano dokumentację do nich. Andrzej Mateusiak, wiceprezes jeleniogórskiego oddziału PTTK, pokazuje plany z 1975 r., stworzone przez zespół naukowców z Politechniki Wrocławskiej, pod kierownictwem prof. Rozpędowskiego, zgodnie z którymi pozbawione dachu pallatium (pomieszczenie dla panującego) w obrębie górnej części zamku miało być przykryte... płytami żelbetowymi, a na nich zaprojektowano taras widokowy. Na szczęście (?) poprzedzono jedynie na dokumentacji.

Okres wzmożonych prac remontowych w obrębie leciwej budowli rozpoczął się w r. 2008. W ciągu ponad 10 lat zabezpieczano i restaurowano mury bastei wschodniej, położono nowy dach na budynku schroniska, wykonywano cięcia pielęgnacyjne drzew i wiele innych prac, a wszystkie te przedsięwzięcia musiały zostać poprzedzone przygotowaniem odpowiedniej dokumentacji. Łączne wydatki na prace remontowe na Chojniku w latach 2008-2016 wyniosły 1.203.900 zł - informuje Andrzej Mateusiak - przy czym aż 89 proc. tych kosztów to dotacje! Staraliśmy się o pieniądze głównie z trzech źródeł: Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego i Urzędu Miasta Jele-

nia Góra. Próbowaliśmy też pozyskać środki z tzw. Funduszy Norweskich.

Co może bluszczyć?

Turyści zwiedzający dolny, XVI-wieczny dziedziniec Chojnika, zafascynowani są zazwyczaj wspaniałym, stuletnim okazem bluszczy, który imponująco rozrósł się po pożarze na murach starszej, gotyckiej części zamku. Niestety, bujna roślinność okazała się wielkim zagrożeniem, gdyż m.in. wskutek jej oddziaływania wzniesione przed 1364 r. mury zaczęły grozić zawaleniem! Dlatego też w 2016 r. rozpoczęto kilkuletnie, podzielone na cztery etapy, ratownicze prace budowlano-konserwatorskie murów pallatium oraz ich korony.

Zakres tych prac był bardzo poważny. Wykonawca zobowiązany został m.in. do wzmocnienia murów specjalnymi zabezpieczeniami - metalowymi kotwami i siatkami, usunięcia traw, porostów i krzaków, wypełnienia pęknięć oraz przemurowania szczególnie uszkodzonych fragmentów, a także wielu innych, specjalistycznych prac. A to wszystko w specyficznych warunkach - na wysokości 627 m n.p.m., na obszarze chronionym (wzgórze Chojnik jest częścią Karkonoskiego Parku Narodowego), w ciasnej przestrzeni zlokalizowanego na szczycie góry zamku, w obecności licznych turystów; na dodatek - używając własnych agregatów prądotwórczych ze względu na przestarzałą instalację i dowożąc wodę na plac budowy z dołu, gdyż ujęcie wody na Chojniku nie zapewniało jej w ilościach potrzebnych do prac budowlanych. Poza tym - zamek, wpisany do rejestru zabytków w 1949 r., objęty jest nadzorem konserwatorskim, więc prace musiały przebiegać pod dyktando służb konserwatorskich.

- Ze względu na specyfikę robót jednym z warunków zamówienia była wizja lokalna ewentualnego wykonawcy - mówi Andrzej Mateusiak. - Chcieliśmy mieć gwarancję, że pracownicy firmy podejmującej się realizacji zamówienia będą świadomi, w jakich warunkach przyjdzie im pracować.

Wykonawcą prac na wszystkich czterech etapach była wrocławska firma „Budraf”. - Do realizacji prac w r. 2018, na trzecim etapie, zgłosili się do przetargu tylko oni - śmieje się wiceprezes „Sudetów Zachodnich”. - Rok później mieli rywala, firmę z Warszawy, która jednak zaproponowała cenę robót o 50 proc. wyższą, niż przewidywał kosztorys! Zdziwiliśmy się, ponieważ koszt robót na czwartym etapie, wynoszący 619.447 zł, został ujawniony w Biuletynie Zamówień Publicznych. Zawsze tak robimy w celu usprawnienia procedury przetargowej. Warszawiacy tłumaczyli się, że... nie doczytali.

Największa trudność

- Procedura pozyskiwania pieniędzy - bez wahania twierdzi Andrzej Mateusiak. - Łączny koszt robót, na wszystkich czterech etapach, obejmujących górny zamek, wyniósł 1.510.376,60 zł. Najwięcej środków, bo aż 1.180.085 zł pozyskaliśmy z Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego, ale z tym źródłem wiązały się największe trudności.

Wiceprezes jeleniogórskiego PTTK przywołuje sytuację dotyczącą finansowania trzeciego etapu, w 2018 r. Wtedy „Sudety Zachodnie” starały się o ministerialną dotację w kwocie 849.432,42 zł, a wniosek otrzymał 71,5 p. na 70 wymaganych. Ministerstwo jednak nie przekazało żadnych pieniędzy, gdyż, jak napisali, ze względu na dużą ilość dobrze umotywowanych wniosków niespodziewanie podniesiono próg do... 72 punktów.

- Kiedy staraliśmy się o dofinansowanie ministerialne czwartego etapu, na 2019 r., nasz wniosek otrzymał 69,75 p. na 70 wymaganych - kręci głową Andrzej Mateusiak. - Można się załamać... Nasza opiekunka z ministerstwa poleciła, by wystąpić do Funduszu Rezerw Budżetu Państwa. I udało się. Otrzymaliśmy stamtąd 400 tys. zł, i to z dyspozycji samego premiera Morawieckiego! Podejrzewam, że premier - wrocławianin z pochodzenia - zwiedzał Chojnik, będąc pacholciem, zapamiętał urok miejsca, a my dzięki temu mogliśmy zakończyć remont.

Trudności finansowych było więcej. 400 tys. dotacji ministerialnej to prze-

Widok na mur wschodni (po lewej), pomost i wieżę zamkową



cież kwota netto, więc firma budowlana wystawi rachunek na 492 tys. zł, doliczając 23-proc. VAT. - Różnicę trzeba dołożyć ze środków własnych, co w przypadku takiej organizacji jak PTTK jest trudne - podkreśla Andrzej Mateusiak. - Kilka lat temu prace konserwatorskie były zwolnione z podatku VAT, co znacznie upraszczało

całą procedurę. Oczywiście urząd skarbowy zwróci te pieniądze, ale nie od razu. Trzeba czekać. A tu koniec roku, czas zamknięcia bilansów... Słowem - kłopot.

Jedną instytucją zasługuje, zdaniem działacza PTTK, na wyrazy uznania. - Jeleniogórski Urząd Miasta - mówi. - Łącznie na cztery etapy pozyskaliśmy stamtąd 155 tys. zł, najsprawniej i najszybciej. Wynika to z faktu, iż konkurs na dotację do remontu zabytków rozpoczyna się tam we wrześniu, a wyniki znane są już w styczniu. Tak więc nie traci się czasu, gdy rozpoczyna się sezon budowlany. Niestety, tak sprawnego przebiegu konkursów nie ma w innych instytucjach.

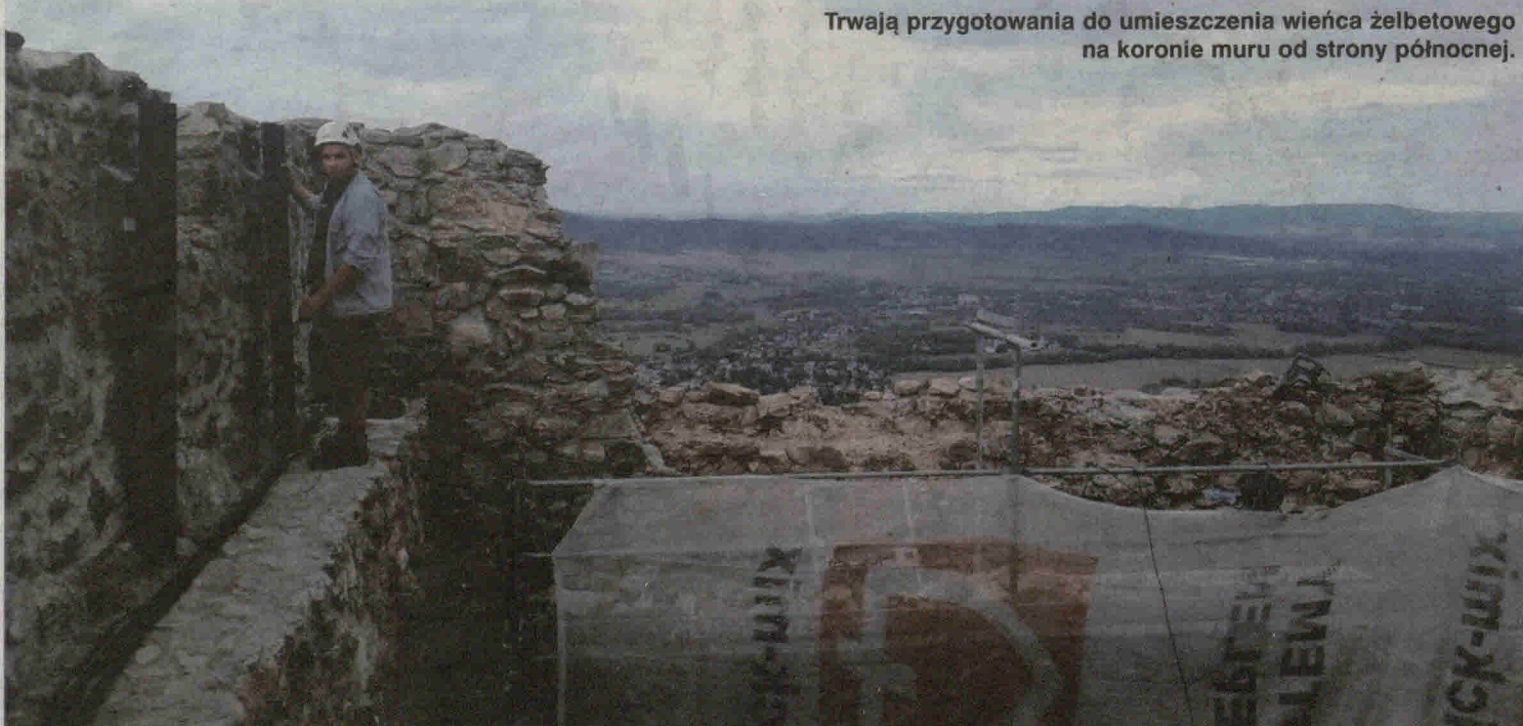
Plany na przyszłość

- Nadal będziemy działać - zarzeka się wiceprezes jeleniogórskiego PTTK. - W tej chwili najpilniejsza kwestia to uporządkowanie gospodarki wodno-ściekowej, odwiecznej „pięty Achillesa” na Chojniku. Kiedy to zostanie zrobione, można przystąpić do modernizacji schroniska, tak, by spełniało wymogi współczesnego obiektu turystycznego. A turystów na Chojniku - masa. Czas, by goście, zachowując średniowieczny kształt zamku, stworzyć warunki na miarę XXI w.

Ewa Kiraga-Wójcik

Zdjęcia: A. Mateusiak

Trwają przygotowania do umieszczenia wieńca żelbetowego na koronie muru od strony północnej.



Ivo Łaborewicz zdradza tajemnice Jeleniej Góry

Mostem do Görlitz, tunelem do Breslau

Jelenia Góra, uważana od XIX wieku za bramę w Karkonosze, choć jej nazwa sugeruje położenie na wzniesieniu, tak naprawdę leży w kotlinie, do której dostępu bronią grzbiety aż czterech pasm górskich, przeciętych jedynie od zachodu doliną rzeki Bóbr. Góry to może nie najwyższe, lecz bardzo trudne do pokonania dla najpopularniejszego środka transportu publicznego przełomu XIX i XX wieku, czyli pociągu. Z tego powodu budowa linii kolejowych nastroczała tu wielu problemów technicznych, zmuszając inżynierów do stosowania śmiałych rozwiązań konstrukcyjnych. W okolicach Jeleniej Góry należał do nich z jednej strony blisko trzystumetrowy tunel, a z drugiej - stuśiedemdziesięciometrowy wiadukt.

przestrojonego tunelu i dopiero wówczas wysadzono ostatnią skałę. Wzniesiono toasty za zdrowie Jego Wysokości króla Prus, zaś przy świetle lamp i lampionów w zachodniej części tunelu zjedzono uroczysty posiłek. Uczującym przygrywała orkiestra pana Elgera. Na koniec wewnątrz tunelu rozświeiliły bengalskie ognie, a całe towarzystwo, sformowane w pochód z pochodniami, *rozeszło się w radosnym nastroju*. Dzięki tunelowi Jelenia Góra otrzymała wkrótce połączenie kolejowe z Breslau (obecnie Wrocław).

Wyprowadzenie torów z miasta w kierunku zachodnim wymagało budowy wysokich nasypów, w tym najwyższego na Śląsku między Gotschdorfem (obecnie Goduszyn) a Jelenią

budownictwa mostowego na Śląsku. Budowę prowadziło przedsiębiorstwo Daümschen, zaś konstrukcję ogromnego rusztowania - firma Hugo Knolla z Jeleniej Góry. Bezpośredni nadzór budowlany sprawował mistrz budowlany Behrend. Uroczyste otwarcie wiaduktu nastąpiło 20 sierpnia 1866 roku. Odtąd pruska rodzina monarsza, posiadająca letnie rezydencje w Kotlinie Jeleniogórskiej, mogła dojechać tutaj z Berlina najszybszym i najnowocześniejszym wówczas środkiem lokomocji - pociągiem. Pierwszy taki przejazd nastąpił już 22 sierpnia 1866 roku. Jednocześnie Jelenia Góra otrzymała połączenie kolejowe z Lauban (Lubaniem) i Görlitz (obecnie jego prawobrzeżna część to

zdarzenia odczuwano dotkliwie przez najbliższe osiem lat.

Wysadzenie wiaduktu przerwało ważne połączenie kolejowe wzdłuż Sudetów. Przez wiele lat podróżni chcący udać się pociągiem na przykład do Szklarskiej Poręby musieli w Jeleniej Górze wysiadać na Dworcu Głównym, skąd częściowo tramwajem, a potem na piechotę, przedostać się na Dworzec Zachodni, z którego dopiero odjeżdżały pociągi w Karkonosze, a także do Lubania i Zgorzelca. Ruiny zniszczonej budowli zagradzały też drogę wiodącą wzdłuż Bobru do niezwykle popularnej restauracji-schroniska „Perła Zachodu” nad Jeziorem Modrym.

Niestety, z braku środków nie udało się od razu odbudować wiaduktu, do prac przystąpiono dopiero w 1951 roku. Projekt zlecono jednemu z najbardziej doświadczonych budowniczych mostów, Bronisławowi Kędzierskiemu, wówczas pracownikowi Centralnego Biura Studiów i Projektów Budownictwa w Warszawie. Wzorem dla niego była myśl francuskiego inżyniera Paula Séjourné, który szerokie sklepienie kamienne lub betonowe zastępował dwoma łukami równoległymi. Zgodnie z tą zasadą Kędziński umieścił nad nurtem rzeki wielkie paraboliczne przeszło (42 m szerokości), na którym - za pomocą mniejszych podpór - wsparł

końcał wiceminister resortu kolei inżynier Zygmunt Balicki. W okolicznościowym przemówieniu podkreślił wielkie znaczenie tego mostu dla turystyki i gospodarki, a następnie udekorował odznaczeniami państwowymi wyróżniających się budowniczych: Złoty Krzyż Zasługi dostał kierownik budowy Zydorowicz, zaś srebrne krzyże wyróżniający się robotnicy: spawacz Kilian i betoniarz Wojtowicz; brązowe krzyże przypadły operatorowi dźwigu Iwaniszynowi i kierownikowi działu zaopatrzenia Dutkiewiczowi. Ówczesnym zwyczajem nie podawano imion bohaterów pracy socjalistycznej. Do tego 11 pracowników otrzymało odznaki przodowników pracy, a kilkudziesięciu premie pieniężne. O konstruktorze nie pamiętano, gdyż liczyła się wówczas przede wszystkim klasa robotnicza.

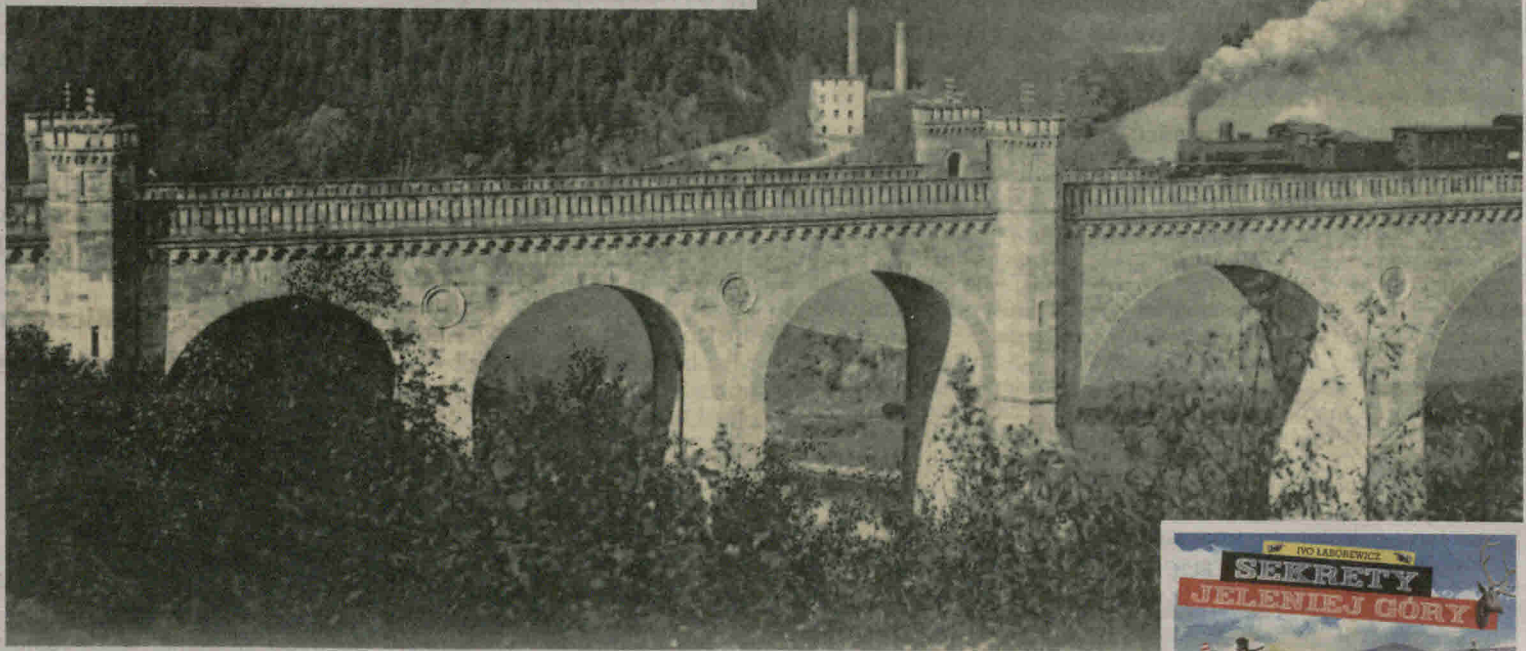
Autor oryginalnego projektu został odznaczony dopiero później. Uchwałą Rady Państwa z 22 grudnia 1954 roku przyznano mu Medal 10-lecia Polski Ludowej. Przez kilka kolejnych dekad Kędziński wznosił jeszcze wiele ważnych konstrukcji mostowych. W Jeleniej Górze trochę o nim zapomniano... Cóż, był tu tylko przez chwilę, ale jego dzieło służy mieszkańcom i całemu krajowi, będąc jednocześnie miejscową atrakcją turystyczną.



Most kolejowy nad Bobrem, ok. 1880 r.

Oba te obiekty były największymi budowlami inżynieryjnymi i kluczowymi elementami pierwszego etapu budowy Schlesische Gebirgsbahn (Śląska Kolej Górską), mającej połączyć sudeckie miejscowości. Budowę linii, według projektu i pod nadzorem tajnego radcy budowlanego Karla Malberga, rozpoczęto w 1863 roku. Wznoszono ją etapami, jednocześnie w kilku miejscach. Linia była ważna nie tylko dla lokalnej gospodarki i rodzącej się turystyki górskiej, ale miała też ogromne znaczenie militarne. Już w 1866 roku istniejące odcinki trasy zostały wykorzystane do transportu wojsk pruskich, co przyczyniło się do wygranej w wojnie z Austrią. Wojskowe eszelony przemieszczały się szybko dzięki powstałym tu licznym konstrukcjom inżynieryjnym, przede wszystkim wiaduktom i tunelom.

Pierwszą z ukończonych tego typu budowli był dwutorowy tunel kolejowy na wschód od Jeleniej Góry, pomiędzy Schildau (obecnie Wojanów) a Rohrlachem (obecnie Trzcińsk), przebiegający pod górą zwaną dziś Tunelową, a niegdyś Hummelberg. Był to pierwszy tego typu obiekt na Dolnym Śląsku, a jego ostateczna długość wyniosła 298,36 m. Dążono go jednocześnie z dwóch stron. 9 września 1865 roku obie ekipy spotkały się pod ziemią, a wysadzenie dzielącej ich ścian połączono z wielką uroczystością. Przybyli na nią liczni goście, w tym przedstawiciele władz państwowych (m.in. minister handlu Heinrich von Itzenplitz) i arystokracji (hrabia Wilhelm zu Stolberg-Wernigerode z Janowic Wielkich), a także starostowie powiatowi z Jeleniej Góry i Świerawy (von Grävenitz i von Hoffmann). Wszyscy punktualnie o godzinie 13.00 wkroczyli do specjalnie



Wiadukt ok. 1905 r.

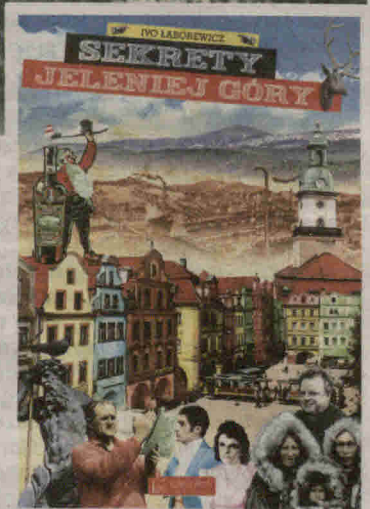
Górą, o wysokości 24,6 m i szerokości u podstawy 82,4 m. Jednak przede wszystkim należało wzniesić kilka wiaduktów, z których szczególne wyzwanie konstrukcyjne stanowiła przeprawa przez Bóbr w Sattler-Schlucht (obecnie Borowy Jar). Wiadukt w tym miejscu wzniesiono w latach 1863-1866. Do budowy wykorzystano granitowe bloki z okolicznych kamieniołomów. Powstała ośmioprzęsłowa przeprawa, której dwa największe łuki, każdy o szerokości 19 m, ustawiono nad lustrem wody, zaś sześć pozostałych, każdy o szerokości 12 m, na obu częściach naziemnych. Obiekt miał 177 m długości i 32 m wysokości. Z uwagi na sposób podziału przęseł uznano go za ikonę

Zgorzelca), a w późniejszych latach także ze Schreiberhau (obecnie Szklarska Poręba) i Pragę.

Sam wiadukt od razu stał się wielką atrakcją turystyczną, a z powodu wysokości wzbudzał dreszcz emocji u pasażerów przejeżdżających po nim pociągów. Uruchomiona wówczas przeprawa stałaby do dziś, gdyby nie kolejna wojna. Na dzień przed wkroczeniem wojsk rosyjskich, 8 maja 1945 roku, Niemcy wysadzili wiadukt. Wybuch był tak potężny, że w wielu najbliższych stojących domach, a była to odległość ponad 0,5 km, wypadły lub popękały liczne szyby w oknach. Był to ostatni akt wojny w Jeleniej Górze, która poza tym uniknęła poważnych zniszczeń. Jednak skutki tego

żelbetowy wiadukt. Filary postawił na podstawach poprzedniej przeprawy. Cała ażurowa konstrukcja sprawia wrażenie niezwyklej lekkości, choć pochłonęła około 960 m³ betonu i 350 t stali. Wiadukt ma 171,5 m długości i wznosi się nad nurtem rzeki na wysokości 30,21 m.

Nową przeprawę kolejową zaczęto wznosić w 1951 roku. Budowa wpisana została w plan sześciolletni, co dało jej priorytet przy pozyskiwaniu materiałów i funduszy. Uroczyste oddanie obiektu do użytku nastąpiło 22 lipca 1953 roku, czyli w dniu obchodzonego w Polsce Ludowej Narodowego Święta Odrodzenia Polski. Jednak wiadukt zaczęto eksploatować dopiero 30 września. Ponieważ była to bardzo ważna inwestycja, otwarcia do-



Fragment książki Ivo Łaborewicza „Sekrety Jeleniej Góry”, udostępniony przez Dom Wydawniczy Księży Młyn www.km.com.pl

OGŁOSZENIA

PREZYDENT MIASTA JELENIEJ GÓRY
ogłoszeniem nr 3/2020 ogłasza
przetarg ustny nieograniczony na
sprzedaż nieruchomości gruntowej
niezabudowanej położonej w Jeleniej
Górze przy ulicy LUBAŃSKIEJ w granicach
działki nr 25/4 o powierzchni 0,7947 ha,
obręb Cieplice II, AM 7, księga wieczysta
nr JG1J/00105129/4.



Przeznaczenie nieruchomości: tereny obiektów produkcyjnych, składów i magazynów, tereny zabudowy usługowej oraz urządzenia wytwarzające energię z odnawialnych źródeł energii - fotowoltaika, w tym o mocy ponad 100 kW.

Cena wywoławcza: 355 500,00 zł

Wadium: 35 550,00 zł.

Sprzedaż prawa własności działki nr 25/4 podlega opodatkowaniu podatkiem VAT w wysokości 23 proc. na podstawie ustawy z dnia 11 marca 2004 roku o podatku od towarów i usług. Podatek VAT doliczony będzie do ceny ustalonej w przetargu.

Wadium w pieniądzu w wyżej określonej wysokości winno wpłynąć na konto depozytowe Miasta Jelenia Góra - **Bank MILLENNIUM S. A. I Oddział w Jeleniej Górze nr 97 1160 2202 0000 6011 5681** najpóźniej do dnia 11 lutego 2020 roku.

Wpłata wadium winna zawierać oznaczenie numeru geodezyjnego działki, której wpłata dotyczy oraz oznaczenie uczestnika przetargu

Przetarg odbędzie się w dniu 17 lutego 2020 roku o godz. 11.00, w siedzibie Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Sudeckiej nr 29 - I piętro, sala nr 13.

Ogłoszenie nr 3/2020 Prezydenta Miasta z dnia 7 stycznia 2020 roku zamieszczone jest w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej bip.jeleniagora.pl w zakładce „oferty nieruchomości” oraz na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ulicy Ptasiej 2-3, I piętro.

Dodatkowych informacji dotyczących nieruchomości można uzyskać w pokoju nr 101 w siedzibie Wydziału Rozwoju Miasta lub telefonicznie pod numerami 75-75-46-304 lub 75-75-46-303.

Oferta nieruchomości prezentowana jest również na stronie internetowej Miasta Jelenia Góra www.nieruchomosci.jeleniagora.pl.

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

PREZYDENT MIASTA JELENIEJ GÓRY
ogłoszeniem nr 4/2020 ogłasza
przetarg ustny ograniczony na
sprzedaż nieruchomości gruntowej
niezabudowanej położonej w Jeleniej
Górze przy ulicy Narciarskiej położonej
w granicach działki nr 285 o powierzchni
0,2661 ha, obręb 0014, Jagniątków, AM 13,
księga wieczysta nr JGJ1/00081751/8.



Przeznaczenie nieruchomości: tereny zieleni objętej formami ochrony przyrody.

Cena wywoławcza: 65 000,00 zł

Wadium: 6 500,00 zł.

Sprzedaż prawa własności działki nr 285 podlega opodatkowaniu podatkiem VAT w wysokości 23 proc. na podstawie ustawy z dnia 11 marca 2004 roku o podatku od towarów i usług. Podatek VAT doliczony będzie do ceny ustalonej w przetargu.

Działka nr 285 nie posiada dostępu do drogi publicznej, wobec czego nie stanowi samodzielnej działki budowlanej i nie może być zagospodarowana odrębnie. Przetarg ogranicza się do właścicieli i użytkowników wieczystych nieruchomości przyległych do działki nr 285, obręb 0014, Jagniątków, AM 13 oraz osób legitymujących się oświadczeniem - złożonym w formie aktu notarialnego - przez właściciela/użytkownika wieczystego nieruchomości sąsiedniej, posiadającej dostęp do drogi publicznej, zapewniającym uczestnikowi przetargu prawo przejazdu i przechodu do działki nr 285, obręb 0014, Jagniątków, AM 13.

Wadium w pieniądzu w wyżej określonej wysokości winno wpłynąć na konto depozytowe Miasta Jelenia Góra - **Bank MILLENNIUM S. A. I Oddział w Jeleniej Górze nr 97 1160 2202 0000 6011 5681** najpóźniej do dnia 13 lutego 2020 roku.

Wpłata wadium winna zawierać oznaczenie numeru geodezyjnego działki, której wpłata dotyczy oraz oznaczenie uczestnika przetargu

Przetarg odbędzie się w dniu 19 lutego 2020 roku o godz. 11.00, w siedzibie Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Sudeckiej nr 29 - I piętro, sala nr 13.

Ogłoszenie nr 4/2020 Prezydenta Miasta z dnia 7 stycznia 2020 roku zamieszczone jest w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej bip.jeleniagora.pl w zakładce „oferty nieruchomości” oraz na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Rozwoju Miasta Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ulicy Ptasiej 2-3, I piętro.

Dodatkowych informacji dotyczących nieruchomości można uzyskać w pokoju nr 101 w siedzibie Wydziału Rozwoju Miasta lub telefonicznie pod numerami 75-75-46-304 lub 75-75-46-303.

Oferta nieruchomości prezentowana jest również na stronie internetowej Miasta Jelenia Góra www.nieruchomosci.jeleniagora.pl.

URZĄD MIASTA JELENIA GÓRA

W Jeleniej Górze powstało Centrum Chorób Piersi

Kiedy pada diagnoza: rak piersi, trzeba rozpocząć walkę.

Jeleniogórzanki i mieszkanki innych miast z naszego regionu mogą to zrobić teraz szybko i skutecznie. 13 stycznia przy Wojewódzkim Centrum Szpitalnym Kotliny Jeleniogórskiej rozpoczęło działalność Centrum Profilaktyki, Diagnostyki i Leczenia Chorób Piersi. Droga do lekarza skróci się do niezbędnego minimum.

- Każda pacjentka, która się do nas zgłosi, otrzyma kompleksową i interdyscyplinarną opiekę zespołu specjalistów: chirurga onkologa, radiologa, radioterapeuty, onkologa klinicznego, rehabilitanta i psychoonkologa - zapewnia Kazimierz Pichlak, ordynator Oddziału Chirurgii Ogólnej i Onkologicznej.

Kompleksowe badania

Centrum Profilaktyki, Diagnostyki i Leczenia Chorób Piersi w WCSKJ będzie czynne kilka dni w tygodniu, w godzinach przedpołudniowych i popołudniowych, by każda z pań miała dogodny termin na wizytę.

Podczas pierwszej wizyty pacjentkę bada zarówno onkolog, jak i chirurg onkologiczny. W zależności od potrzeby chora kierowana jest na mammografię, USG piersi, biopsję, rezonans magnetyczny, USG i biopsję węzłów chłonnych. W trakcie konsylium lekarze podejmują decyzję, czy kierować pacjentkę na chemio- lub/i radioterapię, czy od razu na zabieg chirurgiczny. Wymagana będzie rejestracja pod numerem tel. 75 753 75 51 (czynna od godz. 8 do 14.00).

- Ale jeśli zgłosi się pacjentka niezarejestrowana, także ją przyjmujemy - podkreśla Zbigniew Markiewicz, zastępca dyrektora jeleniogórskiego szpitala. - Chcemy skrócić i uprościć kobietom dostęp do lekarza - dodaje. - Gdy tylko będą miały powody do niepokoju, związane z chorobami piersi, mogą natychmiast przyjść na wizytę - wyjaśnia. Nie ma żadnych ograniczeń wiekowych.

- Taka poradnia powinna już u nas dawno powstać - podkreśla Tomasz Dymyt, dyrektor WCSKJ. Placówka jeleniogórska ma bowiem znakomity sprzęt diagnostyczny i leczniczy oraz bardzo dobrych specjalistów, zajmujących się chorobami piersi. Nie było jednak miejsca, gdzie pacjentki miałyby kompleksową pomoc.

Do tej pory trafiały do różnych poradni, co wiązało się z koniecznością wielu rejestracji i wizyt u różnych lekarzy. A czas uciekał. Teraz wystarczy wizyta w Centrum, by wyjść po badaniach spokojną o swoje zdrowie lub by rozpocząć leczenie.

Im szybciej, tym większe szanse na wyzdrowienie

Irena Godlewska z Karkonoskiego Klubu Amazonki uważa,

że takie scalone działania są bardzo ważne:

- Profilaktyka i leczenie, które będą teraz w jednym miejscu, ułatwią życie kobietom, a także panom, bo i oni chorują na nowotwory piersi - mówi pani Irena. Ważne jest także to, że badania odbędą się szybko.

- W przypadku chorób nowotworowych, im szybciej się zbadamy, tym większe są szanse na wyzdrowienie - wyjaśnia pani Irena. Jej zdaniem, teraz organizacje pacjentek będą mogły skupić się na uświadamianiu kobiet, że rak piersi to już nie choroba śmiertelna, tylko choroba przewlekła, jest dostęp do dobrego leczenia i warto się leczyć.

także leki nowej generacji, pozwalające znacznie przedłużyć życie nawet chorym z zaawansowanym rakiem piersi z przerzutami.

Rak piersi

Rak piersi stanowi jeden z najczęściej diagnozowanych nowotworów u kobiet. Na pojawienie się tej choroby ma wpływ wiele czynników, takich jak wiek, kwestie genetyczne oraz hormonalne. Leczenie wiąże się zazwyczaj z wycięciem tkanki guza bądź całej piersi, w zależności od stadium rozwoju. W Polsce w ciągu roku wykrywa się 18-19 tys. zachorowań na raka piersi, a 6 tys. patientek umiera.



CENTRUM PROFILAKTYKI DIAGNOSTYKI I LECZENIA CHOROBY PIERSI

w Wojewódzkim Centrum Szpitalnym
Kotliny Jeleniogórskiej
Jelenia Góra • ul. Ogińskiego 6



Rejestracja telefoniczna nr **75 75 37 351**
www.centrumleczeniapiersi.pl • www.spzoz.jgora.pl

Wzrasta liczba chorych kobiet

Robert Malmon, lekarz onkolog WCSKJ wyjaśnia, że co roku wzrasta liczba kobiet chorych na raka piersi, bo to choroba cywilizacyjna, związana z wydłużeniem życia. Wciąż jest dużo do zrobienia w zakresie profilaktyki. Nadal wiele pacjentek lekceważy zaproszenia na badania profilaktyczne.

- Nie wynika to z lęku przed samym badaniem, co z lęku przed rozpoznaniem - wyjaśnia Robert Malmon.

W Centrum zadbają, by pacjentki czuły się komfortowo i z zaufaniem oddały się w ręce specjalistów. Tym bardziej, że, jak dodaje onkolog, leczenie raka piersi jest coraz mniej inwazyjne, wykonywane są operacje usunięcia guza oszczędzające piersi (przypada na nie 60 proc. tych zabiegów). Wprowadzone są

Na całym świecie zwiększa się zachorowalność na raka piersi. Tak jest zarówno w USA, jak i w Europie Zachodniej. Problem polega na tym, że o ile w wielu innych krajach jednocześnie spada umieralność na raka piersi, to w Polsce ostatnio znowu rośnie. Potwierdzają to dane Krajowego Rejestru Nowotworów. Składa się na to wiele przyczyn. Między innymi zbyt długi jest okres od podejrzenia rozwoju raka piersi do rozpoczęcia leczenia. Ponadto wciąż zbyt mało kobiet zgłasza się na bezpłatne badania profilaktyczne raka piersi z użyciem mammografii. Są one przeznaczone dla kobiet w wieku 50-69 lat i pozwalają wykryć guz we wczesnym okresie rozwoju. - U wielu kobiet z rakiem piersi - podkreślali specjaliści - udaje się uzyskać wieloletnie przeżycie, sięgające 10, 15, a nawet 20 i więcej lat.

ALKA

Bezcenne badania podstawowe

Badania podstawowe obejmują w diagnostyce medycznej analizę ogólną krwi, czyli tzw. morfologię, a także badanie moczu. Są bezcenne, gdyż pozwalają szybko, stosunkowo tanim kosztem wykryć wiele nieprawidłowości w funkcjonowaniu organizmu i albo wyeliminować je na wczesnym etapie, albo pomóc we wdrożeniu bardziej zaawansowanej diagnostyki i terapii. Profilaktycznie powinno się je wykonywać przynajmniej raz w roku.

Na pierwszym miejscu - morfologia

To badanie krwi pokazuje stan ogólny organizmu - na jego podstawie można wykryć stany zapalne, niedobory, powodujące np. niedokrwistość, albo też przekroczenie pewnych norm, skutkujące problemami zdrowotnymi.

Z próbki pobranej krwi wyodrębnia się tzw. elementy morfotyczne - erytrocyty, leukocyty oraz płytki krwi. Erytrocyty, czyli krwinki czerwone, zawierają hemoglobinę, do której przyłącza się wdychany przez nas tlen. Norma jej zawartości to 12-16 g/dl u kobiet a 14-18 g/dl u mężczyzn. Natomiast prawidłowa liczba erytrocytów, które dzięki hemoglobinie roznoszą tlen po całym organizmie, to 4 do 6 mln/ul.

Z erytrocytami związany jest też czynnik zwany hematokrytem. Informuje, jaką objętość krwi stanowią erytrocyty. Norma hematokrytu dla mężczyzn wynosi 40-54 proc., a dla kobiet 34-45 proc. Zbyt wysoki może świadczyć o zbyt dużym zagęszczeniu krwi, zbyt niski - o niedokrwistości.

Zadaniem leukocytów - krwinek białych - jest obrona organizmu przed wirusami czy bakteriami. Norma to 4-10 tys./ul, a nieprawidłowy wynik może świadczyć o zakażeniu, procesie zapalnym, uszkodzeniu szpiku kostnego czy nawet białaczce.

Trombocytami nazywane są płytki krwi, niezbędne do jej krzepnięcia. W ich przypadku norma wynosi 150-440 tys./ul.

Morfologię krwi wykonuje się równocześnie z tzw. odczynem Biernackiego, czyli popularnym OB. Informuje on, z jaką szybkością opadają czerwone krwinki (erytrocyty) w osoczu - płynnym składniku krwi - w ciągu 1 godziny. Normy podają przedział 0-12, lecz warto pamiętać, że OB wzrasta podczas miesiączki, w okresie ciąży, po porodzie, przy terapii hormonalnej, a także w starszym wieku. Odczyn Biernackiego to bezcenne narzędzie pozwalające odkryć stany zapalne w organizmie, a bardzo poważnym ostrzeżeniem jest 3-cyfrowy wynik OB.

Co powie próbka moczu?

Ocenia się jego przejrzystość (nie powinien być mętny), barwę (pożądana - żółta), ciężar właściwy (1,015-1,030 kg/l) oraz odczyn pH zawarty w gra-

nicach 5.0-7.0. Laborant sprawdza też, czy nie występują w moczu takie substancje, jak glukoza, ketony, bilirubina, białko, azotyny i erytrocyty, a także bada, czy ilość leukocytów oraz urobilogenu mieści się w normie. Wykrycie wymienionych wyżej substancji może świadczyć o toczących się w organizmie procesach chorobowych.

Broń przeciwko epidemiom naszych czasów

Za choroby epidemiczne XXI w., zwłaszcza w krajach bogatej Północy, uznaje się np. cukrzycę czy hipercholesterolemię. Badania krwi są pomocne przy wykrywaniu i diagnozowaniu tych chorób.

Badając krew, zwłaszcza po 40. roku życia, powinniśmy sprawdzić poziom glukozy. Prawidłowa glikemia (na czczo) zawiera się w granicach 70-99 mg/dl.

Lekarze coraz częściej zalecają wykonanie tzw. lipidogramu, uwidoczniającego poziom różnych odmian cholesterolu (lipidów) w organizmie. I tak - cholesterol całkowity znajduje się w błonie komórkowej każdej komórki człowieka. Zapewnia jej stabilność, wspomaga przewodnictwo nerwowe oraz mechanizmy odpornościowe.

Jedną z postaci lipidów są triglicerydy wytwarzane w wątrobie i stanowiące ważne źródło energii dla organizmu. Ich niezużyty nadmiar odkłada się w tkance tłuszczowej, powodując otyłość, a podwyższone stężenie triglicerydów we krwi może prowadzić do rozwoju chorób układu krążenia.

Lipoproteiny o dużej gęstości (HDL) i o niskiej gęstości (LDL) to białka transportujące w organizmie tłuszcze, w tym cholesterol i triglicerydy. HDL bywa nazywany potocznie „dobrym cholesterol”, gdyż przenosi nadmiar tłuszczów z tkanek do wątroby, która pozbywa się ich. Natomiast LDL - „zły cholesterol” - potrafi odkładać zbędne substancje w ścianach naczyń krwionośnych, powodując ich zsyżnienie i rozwój groźnej choroby - miażdżycy.

Jak się przygotować do badań?

Do wykonania lipidogramu należy się przygotować - kilka dni przed badaniem trzeba unikać potraw z dużą zawartością tłuszczu, a w dniu



poprzedzającym badanie nie pić alkoholu. Wynik lipidogramu zaburzą też ostre infekcje, więc należy odczekać nawet 6 tygodni po chorobie.

Badania krwi zwykle wykonuje się na czczo. Ostatni posiłek powinno się zjeść około 8 godzin przed pobraniem krwi. Natomiast można wypić trochę wody - krew nie będzie zagęszczona i nie zmienią się jej parametry. Uchronimy się też przed zasłabnięciem podczas pobierania krwi, które może nastąpić wskutek odwodnienia.

Co najmniej 24 godziny przed badaniem powstrzymajmy się od wzmożonej aktywności fizycznej - intensywny wysiłek podczas biegu, jazdy na rowerze, pływania itp. powoduje wzmożoną pracę mięśni, wydzielanie enzymów i innych substancji zmieniających parametry płynów ustrojowych. Wszystko to może zaburzyć uzyskane w trakcie analizy wyniki.

Wyniki naszych badań zawsze powinien przeanalizować lekarz!

Ewa Kiraga-Wójcik

REKLAMA I PROMOCJA



ProctoMed
Specjalistyczne Gabinety Lekarskie

ul. Druciana 2
Jelenia Góra 58-500
tel. 76-743-99-27
www.proctomed.pl

HEMOROIDY - nieoperacyjnie
Fala Radiowa Specjaliści Proktolodzy

Rejestracja telefoniczna: **76 743 99 27**
poniedziałek-piątek: **8-20**, sobota: **8-13**
lub na stronie **www.proctomed.pl**






SWISS MADE

Szwajcarska metoda leczenia wad zgryzu
pod medycznym nadzorem prof. Piotra Fudaleja z Uniwersytetu w Bernie (Szwajcaria)

Ortodoncja #SmileLine w Jeleniej Górze
Zadzwoń pod numer:
tel. 75 642 45 58 lub 508 616 688

stomatologia bez bólu

Życie niewesołe

Dominiko, ja do dzisiaj psychicznie płacę za podłość mojej byłej żony. Było to wiele lat temu. Mieszkaliśmy wtedy jeszcze w Polsce. Nie mogliśmy mieć swojego dziecka, zdecydowaliśmy się na adopcję. Dziecko miało wówczas 4 lata, dziewczynka. Oboje bardzo ją kochaliśmy, świetnie się rozwijała, była bardzo inteligentna. Wkrótce wyjechaliśmy za granicę. Tam nasze małżeństwo zaczęło przechodzić trudny czas, kłóciliśmy się o pieniądze, sposób wychowywania córki, o wszystko. Żona kogoś poznała, postanowiła się ze mną rozwieść. Ponieważ ja się na to nie zgadzałem, żona w zemście zgłosiła do tamtejszych służb, że molestowałem córkę, wówczas siedmioletnią. Nie miałem możliwości bronić się, zatrzymano mnie w areszcie. Nie udowodniono mi żadnych zabronionych czynów, nie doszło nawet do sprawy sądowej, ale ja się załamałem, znalazłem się w szpitalu. Po wyjściu dałem zgodę na rozwód, wróciłem do Polski. Dzisiaj córka ma 40 lat, zostały między nami niedopowiedziane sprawy, nie mamy dobrego kontaktu. Była żona już trzykrotnie rozwiedziona, po drodze wykarcała innych nałwniaków. Pozdrawiam

Henryk

Mam problem z moją 11-letnią córką. Pięć lat temu wracaliśmy po świętach od rodziny zamieszkałej na drugim końcu Polski. Przed nami była bardzo długa podróż. Jechaliśmy pociągami, a właściwie miałymy wtedy taki plan, bo, niestety, w rezultacie nic z tego nie wyszło. Gdy już weszliśmy do przedziału, ale jeszcze nie wszyscy usadowili się na swoich miejscach, w pewnym momencie na głowę mojej 6-letniej wówczas córki spadła z góry sporej wielkości walizka. Córka zalała się krwią, zaczęła strasznie krzyczeć i płakać, obsługa pociągu szybko wezwała karetę. Byłam zdumiona, że na wyposażeniu pociągu nie było stosownej apteczki, być może obsługa jej po prostu nie znalazła. Dziecko strasznie płakało, wpadłam w popłoch, że obrażenia są bardzo poważne i będziemy musieli zostać w szpitalu. Okazało się, że wystarczy porządny opatrunek, wcześniej sprawdzono też dokładnie dziecko obrażenia głowy w karetę i mogłyśmy już wkrótce ruszać w powrotną drogę. Niestety, moja córka nie chciała już jechać pociągami i taki stan trwa do dziś. Wtedy wróciliśmy autobusem, chociaż droga była trudniejsza, wiadomo, że pociągami jest łatwiej z dzieckiem podróżować. Od tego czasu minęło pięć lat, a moja córka nadal odmawia podróżowania pociągami, boi się go, nie chciała nawet pójść ze mną na dworzec, gdy przyjechała do nas pociągami w odwiedziny moja mama. Myślę, że od tego pamiętnego czasu córka ma często sennie koszmary, budzi się z krzykiem w nocy, płacze. Byłam z nią u naszego lekarza, myślałam, że może tam znajdziemy jakąś pomoc, jednak, niestety, lekarz powiedział jedynie, że należy jeszcze poczekać, że z czasem wszystko powinno ustąpić i sytuacja się normalna. Ja się tylko obawiam, że nie dość, że sytuacja się nie poprawi, to będzie narastać i może być tylko gorzej. Czy mam rację? Czy powinnam jeszcze coś próbować zaradzić temu? Czy po prostu czekać, tak jak radził lekarz?

Ika

Raczej nie czekać. W ciągu pięciu lat, które upłynęły od opisanego wydarzenia, sytuacja emocjonalna Twojej córki już jakiś czas temu powinna wrócić do normy, jeśli rzeczywiście jej przyczyną jest tamten wypadek w pociągu. Być może źródło obecnego stanu jest inne. Tutaj nie uda nam się tego wyjaśnić, ale na Twoim miejscu spróbowałabym jednak uzyskać jakąś pomoc w tej sprawie. Można zacząć od porady szkolnego psychologa, można też jej zasięgnąć w miejscowej placówce szkolno-wychowawczej.

Dominika (dominika@nj24.pl)

Szybkie pączki serowe

Przepis łatwy, pączuszki przepyszne - puszyste, bardzo delikatne, wilgotne, a następnego dnia smakują tak samo idealnie jak po usmażeniu - i, co najważniejsze, zdecydowanie szybsze w wykonaniu niż tradycyjne. Z powodzeniem można je umieścić w karnawałowym menu.

Składniki: 300 g twarogu (dowolnie - normalny 3 razy mielony, z wiaderka, gotowy z pudełeczka...), 3 jajka, 2 łyżki cukru pudru (plus odrobina do oprószenia pączków), łyżeczka proszku do pieczenia, pół łyżeczki sody, 2 szklanki mąki pszennej (ok. 320 g) szczypta soli, 1 łyżeczka aromatu cytrynowego, 1 kieliszek wódki (25 ml, aby pączki wchłaniały mniej tłuszczu), olej do smażenia.

Wykonanie: Wszystkie składniki wyjmujemy wcześniej i szerokim garnku rozgrzewamy olej, a w czasie, gdy mąkę oraz proszek do pieczenia, wbijamy pod koniec dodajemy wódkę, aromat sodę i mieszamy. Ciasto na pączki pączusie, należy wysmarować minikuleczki (takie na

z lodówki, by nabrały temperatury pomieszczenia (jajka oraz ser). W niskim oleju się nagrzewa, przygotowujemy ciasto. Do średniej miski wkładamy ser, jajka, dodajemy cukier puder i całość mieszamy na jednolitą masę. cytrynowy i mieszamy. Przed samym smażeniem dodajemy wychodzi dość kleiste, więc by łatwiej się formowało wać ręce olejem, a następnie z ciasta formować ok. 3-4 cm) i wrzucać na rozgrzany olej.



Tekst i zdjęcie: (ep)

Kupujemy garnki

Czym kierować się, kupując nowe garnki do kuchni? Okazuje się, że jest bardzo wiele kwestii, o których należy wiedzieć, aby zakup taki był trafiony. Żeby gotowanie sprawiło przyjemność, było maksymalnie oszczędne i szybkie, konieczne jest dopasowanie garnków do rodzaju kucharki, jaką posiadamy. W innych garnkach gotuje się na gazie, w innych na płycie indukcyjnej, dlatego też warto poznać ich rodzaje. Wiele garnków jest częściowo uniwersalnych (nadają się na kucharki gazowe i elektryczne, ale nie na indukcyjną), a niektóre są przeznaczone tylko do kuchenek indukcyjnych. Dość istotną jest również możliwość mycia w zmywarce - wiele garnków nie może być mytych w zmywarce (na przeszkodzie stoi kwestia powłok wewnętrznych lub emalii, a nawet uchwytów z drewna). I oczywiście ważne jest również tworzywo, z którego wykonany jest garnek - ono decyduje o wytrzymałości, przepuszczalności i trzymaniu ciepła przez naczynie. Są starsze garnki - emaliowane, żeliwne, nowsze ze stali nierdzewnej lub z aluminium, a także ze szkła, garnki gliniane czy też droższe, designerskie garnki miedziane. Każdy z tych typów posiada wady i zalety, na które warto zwrócić uwagę.

Garnki ze szkła żaroodpornego - gotowanie w takich garnkach jest zdrowe, dlatego że szkło nie wchodzi w reakcje chemiczne z jedzeniem. Można w nich gotować także w piekarniku lub na kuchenke elektrycznej. Ponadto takie garnki pozwalają na ciągłe obserwowanie tego, jak zachodzi proces gotowania. Ich jedyną wadą jest wysoka podatność na zniszczenia - w przypadku modeli stalowych czy aluminiowych mocne uderzenie może spowodować co najwyżej wygięcie konstrukcji garnka. Jeśli natomiast chodzi o szkło, dojdzie może do rozbicia całego naczynia, dlatego warto decydować się na modele odpowiednio zabezpieczone.

Garnki ceramiczne - tego typu garnki swego czasu były dość popularne, jednakże dzisiaj odchodzą już do lamusa, głównie ze względu na niską wytrzymałość temperaturową (120 stopni Celsjusza może być w ich przypadku górną granicą). Ceramiczne garnki do gotowania mają jednak tę zaletę, że bardzo długo utrzymują ciepło i potrawa może być w nich gorąca nawet przez godzinę po zakończeniu gotowania. Są również stosunkowo tanie.

Garnki żeliwne - bardzo długo utrzymują ciepło i są niezwykle trwałe. Możemy je kupić w kilku różnych modelach. W wersji podstawowej, a także z powłoką emaliowaną, teflonową lub ceramiczną. Garnki żeliwne nadają się idealnie do duszenia potraw.

Garnki aluminiowe i emaliowane - ich najważniejszą zaletą jest niska cena i szeroki wybór wielkości oraz kolorów. Jednakże garnki te mają zbyt małą, jak na dzisiejsze potrzeby, trwałość. Garnki do gotowania emaliowane bardzo szybko odpryskują, wystarczy lekkie uderzenie i emalia odpada, a wtedy w takim garnku nie powinno się gotować.

Garnki miedziane - to drogi rodzaj garnków, wybierane są przede wszystkim dlatego, że nagrzewają się równomiernie i idealnie przewodzą ciepło. Gotowana potrawa będzie też bardzo długo ciepła, ale garnek wymaga bardzo ostrożnego traktowania. Dlatego też należy używać wyłącznie drewnianych i plastikowych łyżek.

Garnki tytanowe - najtrwalsze i najdroższe garnki, które w sklepach pojawiają się coraz częściej. Cechują się maksymalną odpornością na zarysowania, szybko się rozgrzewają i nie pękają podczas tzw. szoku termicznego, czyli chłodzenia po mocnym rozgrzaniu.

(ep)

Gdy serce drgnie

Poznam Pana, samotnego, w wieku 60-62 l., bez nałogów, który poważnie myśli o wspólnym życiu we dwoje i wspólnej pracy w Niemczech. Pochożę z Jeleniej Góry, obecnie jestem na urlopie w Polsce. Proszę o kontakt tel. +49 01634772802.

Krystyna

Wdowa z Jeleniej Góry (68 l.) wrażliwa, pogodna, optymistka bez nałogów, z własnym M i dochodem pozna Pana w zbliżonym wieku, prawnie wolnego, bez nałogów, lubiącego spacerować, muzykę - takiego do tańca i różańca, który chciałby resztę życia spędzić we dwoje. Czekam na listy z numerem telefonu.

Raczek

Samotna pani pozna Pana po 60-ce, zmotywowanego, bez zobowiązań. Na SMS nie odpowiadam. Tel. 692 516 901.

Samotna3

Wdowa, lat 74, wrażliwa, o dobrym sercu, bez nałogów, pracowita, odpowiedzialna niezależna finansowo i mieszkaniowo. Jeśli pragniesz spędzić pogodną jesień życia we dwoje, w uczciwej relacji zbudowanej na wzajemnej miłości i szacunku, jeśli jesteś mężczyzną odpowiedzialnym, wolnym i bez nałogów - napisz, czas ucieka. Czekam na listy z numerem telefonu.

Samotna1

Czy istnieje szansa, aby poznać miłą, wyrozumiałą, przeciętną kobietę? Czy myśli Pani o spacerach, rozmowach w przytulnym klimacie? Namawiam na luźną przyjaźń. Tel. 661 745 384.

Marek44

Mam 50 lat, 174 cm wzrostu, jestem pracowitą, lubię spacerować - góry i pejzaże. Poznam skromną, wrażliwą Panią, może być starsza. Tel. 511 279 362.

Robert

Wolny, lat 70, wzrost 168, wykształcenie średnie techniczne, bez nałogów, materialnie niezależny, o dobrym charakterze. Lubię ustatkowany tryb życia. Poznam Panią z wykształceniem minimum średnim, posiadającą dobre cechy charakteru. Tel. 75-76-130-39.

Waldek

Samotny kawaler, 46 lat, bez nałogów i zobowiązań, lubiący rowerowe wycieczki i spacerować. Poznam Panią szczupłą, z Jeleniej Góry i okolic. Tel. 663-865-393.

Alek

Jestem wysokim (185/95) mężczyzną 40+, bez zobowiązań i nałogów. Poznam dziewczynę, która jest sama i czuje się samotna w te krótkie i chłodne dni. Na początek kontakt e-mail: zipu2013@o2.pl

Masażysta

To, czego nie udało się w zeszłym roku, można z powodzeniem zrealizować w tym. Wystarczy do kogoś napisać lub zadzwonić, a być może ta znajomość odmieni dotychczasową rzeczywistość. Napisz anons o naszym kąciku lub zadzwoń i daj sobie szansę na poznanie osoby, która podobnie jak Ty walczy z pustką w swoim życiu. Wystarczy kilka słów o sobie i o swoich oczekiwaniach wobec ewentualnego partnera. List trzeba dostarczyć do redakcji NJ (ul. M. Curie-Skłodowskiej 13, 58-500 Jelenia Góra), można też wysłać mailem. Powtórzenie anonsu wymaga jedynie kontaktu telefonicznego. Kto pragnie odpowiedzieć na ogłoszenie (jeśli nie ma numeru telefonu), pisze list do wybranej osoby, zaznaczając jej imię i numer Nowin, w którym anons się ukazał, oraz załącza w kopercie znaczek pocztowy. Zgłoszenia do rubryki - sms: pod nr telefonu 605 097 884; mail: ela@nj24.pl.

Pomogę, oddam za darmo

Do oddania:

Damska kurtka skórzana (r. M); żyłwy figurkowy (r.45); telewizor Sony; odzież dla dziewczynki (98

Ofiarodawcy i potrzebujący mogą dzwonić pod nr 75 72 247 81 w godz. 9-15.

(ep)

cm); szafa z lustrem; odzież damska (r.40-42); mikser kuchenny.

Potrzeby:

Damska kurtka skórzana (r. M); żyłwy figurkowy (r.45); telewizor Sony; odzież dla dziewczynki (98 cm); szafa z lustrem; odzież damska (r.40-42); mikser kuchenny.

Wspomnienie



O Jacku Klimku (1959-2019)

Pasjonat historii i militariów

„Gdy nie zostanie po mnie nic
Oprócz pożółkłych fotografii,
Przywita mnie błękitny świat
W miejscu, co nie ma go na mapie”

Od wielu lat jeleniogórzanie znali Jacka z ważnych uroczystości związanych z regionem i z historią Polski. Jako strzełmistrz Kurkowego Bractwa Strzeleckiego Ziemi Jeleniogórskiej odpalał Iont. Głośny wystrzał z XVII-wiecznego moździerza, który Jacek przejął od ojca i częściowo go zrekonstruował, rozpoczynał rocznicowe i okolicznościowe ceremonie miejskie.

Najpierw pełnił różne funkcje w Lidze Obrony Kraju, gdzie później został wiceprezesem, i w strzeleckim klubie Śnieżka. Był jednym z założycieli Bractwa Kurkowego, zrzeszającego obecnie 110 osób kilkunastu profesji, głównie biznesmenów, lekarzy, naukowców i profesorów - wykładowców uniwersyteckich, z Jeleniej Góry i okolic, Kowar i Lubania, a nawet z Wrocławia. Od zarejestrowania nowego Stowarzyszenia w 2012 roku Jacek stale był członkiem zarządu Bractwa. Jako pierwszy pojawił się w specjalnie uszytym kontusz z XVII wieku. W historycznym stroju Jacek i koledy, Zbyszek Bogacki oraz Andrzej Więkowski, najpierw zaprezentowali się w ramach wystawy broni

OGŁOSZENIA

dawnej z prelekcją, podczas Nocy Muzeów. Jacek był inicjatorem tej ciekawej ekspozycji, wypożyczył broń ze swoich bogatych zbiorów.

Pasjonat historii. Potrafił o niej rozmawiać godzinami. Lubił opowiadać ciekawostki, których nie można znaleźć w książkach. Mówił: - Nie ma radości bez hobby. To było Jego życiowe motto. Robił to, co kochał. Pasje i umiejętności Jacka wzbogacały nie tylko Jego życie, ale również tych, z którymi się z nimi dzielił. Największym hobby były militaria. Miłośnik i znawca staroci, z ogromnym zasobem wiedzy i doświadczenia, pomagał i wyjaśniał zawiłości historii Polski. Szperał, wynajdował, zbierał relikty minionych czasów. Chciał je ocalić od zapomnienia. Nie mógł przejść obojętnie, gdy widział, że coś pięknego leży i niszczeje. Żał Mu było zniszczonego pomnika, próbował go ocalić, aby inni mogli go jeszcze podziwiać. Część historycznej wiedzy i doświadczenia Jacek przekazał synom, Emilowi i Jakubowi. Na kolejne jej części zabrakło czasu. Jacek odszedł za wcześnie, za szybko. Zmarł nagle, w grudniowym, nieszcześliwym wypadku. Został pochowany w rodzinnej mogile obok ojca, na starym cmentarzu komunalnym przy ulicy Sudeckiej w Jeleniej Górze.

- Jacek był aktywnym członkiem Bractwa Kurkowego Ziemi Jeleniogórskiej, zawsze można było na Niego liczyć - podkreśla hetman, prezes zarządu, Bogusław Wojdak. - Zawsze uczestniczył w rocznicowych uroczystościach państwowych w Jeleniej Górze, Kowarach i w Piechowicach.

Reprezentował Bractwo podczas tygodniowego wyjazdu do ukraińskiego miasta i powiatu Szumsko oraz w Zbarażu i Krzemieńcu, a także przy podpisaniu umowy partnerskiej z Trembowłą. Na zebraniach Jacek często miał odmienne zdanie odnośnie uchwał i decyzji Bractwa, jednak nie dyskutował z racjonalnymi argumentami. Mocno zaangażował się w fazę tworzenia lapidarium. W lasach Jeżowa Sudeckiego są porozrzucane fragmenty pomników strzelców polskich, niemieckich i czeskich. Konserwator zabytków założył im karty. Kantor Jacka przy ulicy Grodzkiej, oprócz podstawowej funkcji, był miejscem, do którego wielu z nas wstępowało na chwilę rozmowy. Albo o coś zapytać, o czymś powiedzieć. W kantorze wymieniano się doświadczenia i poglądy z różnych dziedzin. To było miejsce naszych nieformalnych spotkań. Przy dobrej pogodzie Jacek zawsze stał w drzwiach, z twarzą skierowaną w stronę słońca.

Marszałek Bractwa Kurkowego Zbigniew Bogacki wspomina dużą rolę Jacka w kilkuletniej rewitalizacji zrujnowanej strzelnicy sportowej przy cieplickiej ulicy Lubańskiej, w podnoszeniu standardu obiektu Bractwa i dostosowaniu go do warunków bezpieczeństwa.

Jacke miał patent i licencję Polskiego Związku Strzelectwa Sportowego. W turniejach strzelał z broni sportowej (kulowej). To konkurencja olimpijska. Od początku istnienia Bractwa Kurkowego Ziemi Jeleniogórskiej co roku rywalizował w turniejach o tytuły Króla Kurkowego i Króla Żniwnego. To są strzelania

z historycznej broni czarnoprochowej, obowiązkowo w kontuszach.

Jacek Klimek zawodowo sam sobie był szefem. W latach 80-tych wspólnie z żoną Zosią prowadził swój pierwszy sklep Brooklyn (kosmetyki, odzież). Później, jako jeden z pierwszych w mieście miał solarium. Handlował figurami krasnali ogrodowych, sklep muzyczny Music Trax w Jeleniej Górze wyróżniało najlepsze zaopatrzenie. Jacek lubił muzykę i znał się na niej. Prawie zawsze odgadywał wykonawców, zwłaszcza tych z Jego pokolenia. Ulubiony staroć muzyczny Coco Jumbo dawał Mu energię i „kopa” do działania.

Jacek nie znośił fałszu i obłudy. Zawsze wprost powiedział, co jest nie tak, czego się spodziewał i co mu przeszkadza. Nigdy nie był nieszczerzy i dwulicowy. Miał swoje zdanie i głośno mówił to, co uważał za słuszne.

Jego ulubionym filmem był „Czas Apokalipsy”, lubił muzykę z filmu „Wagner Walkiria”. Latem Jaciek z rodziną i przyjaciółmi wyjeżdżał do ukochanej Chorwacji. Bardzo lubił wygrzewać się na słońcu. Jako zapalony grzybiarz jesienią uwielbiał grzybobranie. Wyjazdy po pracy do lasu po rydze, borowiki, kanie i opieńki były koniecznością. Potrafił znaleźć cały koszyk prawdziwków, grzybami dzielił się ze znajomymi. Wiosenne wspólne chwile z przyjaciółmi i radość ze słońca dawały Jackowi siłę do dalszego działania. Zimy nie lubił. Zimą odszedł.

„Doceniał i szanował rodzinę, była dla Niego bardzo ważna. Wsparcie rodziny i pomoc we wszystkich przedsięwzięciach była dla Jacka nieoce-

niona. Bardzo starał się być dobrym ojcem i mężem. Może nie był wylewny i szczodry w okazywaniu uczuć, ale miał ich bardzo dużo, tam w głębi serca - miłości, wierności, oddania dla żony i synów, całej rodziny i przyjaciół". To fragment mowy pogrzebowej.

- Sam fakt, że Jacek był w naszym życiu, pokazał, jak ważna jest rodzina w osiąganiu celu, jej wartości i tradycja, jak scala i łączy, jak ważne są więzi z przyjaciółmi i grono znajomych. Jak ważni są wszyscy ludzie, których miał wokół siebie przez całe swoje życie. Dobrze, że was wszystkich miał - mówi żona Zofia. Dedykowała Jackowi wiersz:

Jakie to życie krótkie, jedno
tchnienie, a potem pustka

w sercu, w domu, w powietrzu
i nawet jest w Twoim grobie pustka
to była chwila, sekunda, moment,
jak Bóg odebrał Ci mowę

jak przestałeś widzieć i słyszeć
piękny szum marznącej pogody
ten las był Twoim lasem, ten dom
był Twoim domem

i teraz ślady tylko zostały Twoich
stóp, naszych dróg.

Jack Klimek pozostawił po-
grążoną w bólu żonę Zofię (byli
małżeństwem przez 37 lat), synów
Emila i Jakuba. Wraz z nimi cier-
pią mama Hanna i siostra Agata.
Stratę i żal odczuwa bliższa i dalsza
rodzina, przyjaciele, znajomi. Nikt
już nie skorzysta z Jego wiedzy
i doświadczenia. W jednej chwili
zabrał je ze sobą, pozostawiając
wiele niedopowiedzianych historii
i zdarzeń. Jacku! Zawsze będziesz
żył w naszej pamięci i w sercach.

Henryk Stobiecki



**Zakład Usług
Pogrzebowych
„ANUBIS”**

Dom Pogrzebowy KREMATORIUM

Jelenia Góra ul. Sudecka 68A
(parking nowego cmentarza)
Jelenia Góra ul. Wiejska 4B
Cieplice ul. Jagiellońska 26
(wjazd od ul. Sobieszowskiej)
tel. **075 752 25 82**
kom. **0601 74 84 41**
www.anubis-pogrzeby.pl

**Zapraszamy Czytelników do wspominania swoich bliskich,
telefon 75 64 244 20**

BIURO OGŁOSZEŃ

tel. 75/75-247-81; e-mail: bo@nj24.pl

OGŁOSZENIA PRZYJMUJEMY DO CZWARTKU DO GODZ. 14.00

NIERUCHOMOŚCI



www.stepien.org.pl

Sprzedajemy Najwięcej Nieruchomości

JESTEŚMY SKUTECZNI!!!

Jelenia Góra, Mostowa 6, tel/fax: 75 64 94 684

PRZYJMUJEMY NIERUCHOMOŚCI NA SPRZEDAŻ

Burmistrz Miasta Kowary

informuje, że stosownie do art. 35 Ustawy z dnia 21 sierpnia 1997r. O gospodarce nieruchomościami (tekst jednolity Dz. U. z 2018r., poz. 2204 ze zm.), w siedzibie Urzędu Miejskiego w Kowarach przy ul. 1 Maja 1a na okres 21 dni został wywieszony wykaz nieruchomości przeznaczonych do sprzedaży stanowiący załącznik nr 1 do Zarządzenia Nr 3/2020 z dnia 08.01.2020r.



Prezydent Miasta Jeleniej Góry ogłoszeniem nr 1/2020 ogłasza



II przetarg ustny nieograniczony na sprzedaż niżej wymienionych lokali położonych w Jeleniej Górze wraz ze sprzedażą związanych z tymi lokalami udziałów w gruncie:

1. ul. Wincentego Pola 7 - lokal mieszkalny nr 9 o ogólnej powierzchni wynoszącej **76,73 m kw.**, składający się z trzech pokoi, kuchni, łazienki z wc o łącznej powierzchni użytkowej **58,22 m kw.** oraz pomieszczeń przynależnych: piwnicy i dwóch pomieszczeń gospodarczych o łącznej powierzchni **18,51 m kw.**. Lokal położony jest na drugim piętrze budynku. **Udział** w elementach wspólnych budynku i prawie własności gruntu wynosi **9,31 proc.** Nieruchomość gruntowa położona jest w granicach działki nr 165/2 o powierzchni 0,0665 ha, obręb Jelenia Góra 2, AM-3, księga wieczysta nr JG1J/00065424/9. Przeznaczenie nieruchomości w miejscowym planie zagospodarowania: teren, na którym zlokalizowano budynek wielorodzinny zawierający więcej niż dwa mieszkania lub zespół takich budynków.

Cena wywoławcza nieruchomości: 71.000,00 zł
Wadium: 7.100,00 zł

2. ul. Armii Krajowej 13 - lokal użytkowy o ogólnej powierzchni wynoszącej **90,40 m kw.**, składający się z czterech gabinetów, pomieszczenia gospodarczego, wc, kotłowni, komunikacji. Lokal położony jest w suterenie (poziom piwnic) budynku. **Udział** w elementach wspólnych budynku i prawie własności gruntu wynosi **8,10 proc.** Nieruchomość gruntowa położona jest w granicach działki nr 71/1 o powierzchni 0,0396 ha, obręb 28 NE, AM-59, księga wieczysta nr JG1J/00026988/5. Przeznaczenie nieruchomości w miejscowym planie zagospodarowania: tereny zabudowy mieszkaniowej wielorodzinnej i/lub usługowej.

Cena wywoławcza nieruchomości: 58.500,00 zł
Wadium: 5.900,00 zł

Wadium w pieniądzu, w wyżej określonej wysokości winno wpłynąć na konto depozytowe Miasto Jelenia Góra - Bank MILLENNIUM S. A. I Oddział w Jeleniej Górze nr 97 1160 2202 0000 0000 6011 5681 najpóźniej do dnia 13 lutego 2020 roku.

Wpłata wadium winna zawierać adres nieruchomości, której wpłata dotyczy oraz oznaczenie uczestnika przetargu

Przetarg odbędzie się w dniu 19 lutego 2020 roku o godz. 10:00 w siedzibie Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Sudeckiej nr 29 - I piętro, sala nr 13.

Pełna treść ogłoszenia nr 1/2020 Prezydenta Miasta Jeleniej Góry z dnia 2 stycznia 2020 roku zamieszczona jest w Biuletynie Informacji Publicznej na stronie internetowej **bip.jeleniagora.pl** w zakładce „oferty nieruchomości” oraz wywieszona jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Gospodarki Nieruchomościami Urzędu Miasta Jelenia Góra przy ul. Ptasiej 2-3, I piętro. Dodatkowych informacji dotyczących nieruchomości można uzyskać w pokoju nr 111 w siedzibie Wydziału Gospodarki Nieruchomościami lub telefonicznie pod numerami **75/ 75-46-228** lub **75-49-893**.

Oferta nieruchomości prezentowana jest również na stronie internetowej Miasta Jelenia Góra **www.nieruchomosci.jeleniagora.pl**

LOKALE

KUPIĘ mieszkanie bez pośredników, Jelenia Góra, Cieplice. Może być do remontu, 694-559-227. M1205-G

KUPIĘ kawalerkę może być do remontu, tel. 515-914-092. N12-G

DO WYNAJĘCIA pokoje jednoosobowe, kuchnia, łazienka tel. 663-441-038. N18-G

KUPIĘ mieszkanie, 573-181-121.

SPRZEDAM, zamienię mieszkanie 55m, Zabobrze, 513-345-184. N21-G

CIEPLICE- lokal komfort 80m kw do wynajęcia na cele usługowe lub mieszkalne, tel. 501-377-514. N22-G

WYNAJEM mieszkań, Karpacz, Cieplice, 603-622-848. N10-K

NIERUCHOMOŚCI

SPRZEDAM działkę budowlaną- usługową Jelenia Góra- Cieplice 700m kw, 70.000 zł, tel. 609-123-218. M1189-G

KOWARY obiekt przemysłowy sprzedam (wynajmę). Hala konstrukcja żelbetowa pow. 500m kw, z pełnym węzłem socjalnym, wysokość 6,5m. Brama wjazdowa 4,5x4. Biurowiec, parter+ piętro pow. 80m kw. Działka 0,42ha, asfalt. Obiekt także nadaje się na hurtownię. Tel. 605-547-619. M1206-G

JEŻÓW Sudecki, sprzedam 2 działki budowlane. Tel. 601-910-804. M1211-G

SPRZEDAM działkę budowlaną 22ary, pod Karpaczem, tel. 695-714-672. N8-G

DO WYNAJĘCIA 2-pokojowe, umeblowane i w pełni wyposażone mieszkanie w centrum. Opłaty: 1800 zł wynajem + wg liczników woda i prąd. Ogrzewanie miejskie, śmieci i vectra. tel. 791-188-748. N13-G

SPRZEDAM działkę 822m JG, Mickiewicza, 518-942-709. N20-G

**URZĘDOWA
KASACJA POJAZDÓW**
Jeżów sudecki, Długa 17
75/713-74-12

MOTORYZACYJNE

KUPIĘ każde auto zdecydowanie. Tel. 785-524-378.

AUTO złomowanie, auto skup. Tel. 785-524-378. M873-G

KUPIĘ każde auto, całe, powy-padkowe, 693-82-82-83. M986-G

SKUP aut. Płacę najlepiej! Kupię każde auto osobowe dostawcze ciężarowe motocykle, ciągniki rolnicze wszystkie od 1 do 50 tys. zł całe i uszkodzone legalnie umowa, najlepsze ceny na rynku gotówka w 20 min konkretnie 788-345-470; dawgoz@interia.pl N1-K

KUPNO

KUPIĘ każde auto, całe, powy-padkowe, 693-82-82-83. M987-G

KSIAŻKI kupię, dojazd, gotówka, tel. 669-969-306. N18-K

SPRZEDAŻ

DREWNO kominkowe bukowe, sezonowane, 781-832-104, 603-781-271. M791-G

DREWNO opałowe, kominkowe- dowóz Jelenia Góra, okolice, 607-604-558. M1051-G

DREWNO opałowe- rozpałkowe oflisy okorki 90 zł/m długie; pocięte, porąbane na 25 cm po 110 zł/m, darmowy transport, 727-235-168. M1079-G

DREWNO kominkowe- sezonowane, różne wymiary, 601-799-452.

PODŁOGI tradycyjne z drewna, parkiety, podbitki, boazerie, 601-799-452. M1136-G

SPRZEDAŻ, więźby dachowe, tarcica sucha po suszarni, wszystkie rodzaje, 662-156-576. M1153-G

FIRMA prowadzi sprzedaż złota i srebra inwestycyjnego (sztabki, monety) oraz udziela korzystnych pożyczek pod zastaw w/w produktów. Tel. 535-860-355, 530-836-416. M1067-K

DREWNO piecowe, liściaste- suche, 601-799-452. N17-K

USŁUGI

POSADZKARSTWO, WYLEWKI betonowe tel. 728-299-544. M704-G

PRZEPROWADZKI kompleksowe z ekipą do załadunku, 694-559-227. M799-G

DOMOFONY montaż, naprawa, serwis, tel. 601-76-57-35. M957-G

PRANIE dywanów, 602-440-007. M997-G

MAŁOWANIE panele, 602-440-007. M998-G

MONTAŻ mebli, 602-440-007. M999-G

ŚCINKA drzew z podnośnika, telefon 517-799-703. M1006-G

ŁAZIENKI kompleksowo: kafelki, hydraulika, panele, malowanie, gładzie, ogólnobudowlane, 601-148-406. M1012-G

ELEKTRYK, 664-475-323. M1025-G

PRZEPROWADZKI. Tel. 660-468-908. M1043-G

ŚLUSARSTWO, 881-731-064. M1066-G

SPRZĄTANIE, pranie dywanów i tapicerek, mycie okien; 792-036-065. M1097-G

SPRZĄTANIE pobudowlane, domów, obiektów, 792-036-065. M1098-G

MAŁOWANIE, gładzie bezpyłowe, czysto, bez nałogów, 660-854-939. M1102-G

STUDIO Parkiet „Kornik”: cyklinowanie bezpyłowe, układanie parkietów, sprzedaż parkietów, klei, lakierów, olei, 609-736-480. M1116-G

USŁUGI C.D.

WYLEWANIE posadzek Mixokret, frezowanie posadzek, usuwanie subitu, 609-736-480. M1117-G

HYDRAULIK, 575-064-436. M1125-G

CYKLINOWANIE, układanie, profesjonalnie, 601-313-541. M1144-G

ROLETY, plisy, moskitiery, montaż, naprawa, 604-460-139. M1145-G

MUZYCZNA obsługa wesel, 609-299-524. M1148-G

PODCIŚNIENIOWE dogłębne czyszczenie dywanów, wykładzin, tapicerki meblowej. Profesjonalnie-Karcher, 792-216-960. M1150-G

PRZEPROWADZKI, transport, 535-197-611.

REMONTY mieszkań, usługi hydrauliczne, elektryczne, 535-197-611. M1159-G

ANTENY zbiorcze, RTV/SAT, Antemon, 75/644-50-80. M1163-G

TELEWIZJA, pensjonaty, hotele. Antemon, 75/644-50-80. M1164-G

OGÓLNOREMONTOWE, 579-258-419. M1168-G

HYDRAULICZNE, elektryczne, 794-098-737. M1169-G

NAPRAWA pralek, kuchenek, zmywarek- dojazd, 783-616-565. M1171-G

OGÓLNOBUDOWLANE- remonty, prace zewnętrzne, roboty ziemne, 530-397-645.

BRAMY, ogrodzenia, murki oporowe, 724-521-470. M1183-G

BAGAŻÓWKA transport przeprowadzki, 533-232-637. M1185-G

PRZEPROWADZKI, 736-627-869.

PRZEPROWADZKI z ekipą, 694-559-227.

PRZEPROWADZKI mieszkań, 518-639-811. M1204-G

PODNOŚNIK koszowy 27m. Wynajem. Tel. 608-404-760. M1209-G

NAPRAWA maszyn do szycia, tel. 603-324-921. M1212-G

HYDRAULIKA kanalizacja, gaz-tanio, solidnie, 604-922-815. N1-G

REMONTY tanio gwarancja, 509-924-523.

REMONTY, 604-992-041. N5-G

REMONTY mieszkań, 691-631-082. N6-G

PRALKONAPRAWY, 603-83-54-83. N7-G

MALOWANIE, 606-734-030. N11-G

MURY oporowe, brukowanie, ogrodzenia- granit. Tel. 605-304-861. N15-G

HYDRAULIKA - solidnie, fachowo. 503-319-676. N19-G

MALOWANIE mieszkań, drobne remonty, 601-33-59-57. M856-K

TECHNIKA grzewcza, pellet, podłogówka, Wolności 208, 797-252-379. M953-K

KOMINKI, piecyki, ul. Wolności 208, 797-252-379. M954-K

KOTŁY gazowe, pompy ciepła, ul. Wolności 208, 797-252-379. M955-K

MEBLE na wymiar, meble kuchenne, szafy, garderoby. Tel. 733-101-353; www.stolwir.pl

CYKLINOWANIE bezpyłowe, profesjonalne układanie parkietów, podłóg, paneli. www.stolwir.pl Tel. 733-101-353. M1003-K

DEZYNFEKCJA dezynsekcja deratyzacja. Monitoring obecności szkodników sanitarnych. Odstraszanie kun. www.dezder.jgora.pl, 692-061-312. M1004-K

USŁUGI koparkoladowarką- tanio, 886-666-896. M1057-K

WKŁADY kominowe, 608-49-55-34. M1059-K

LEKARSKIE

DERMATOLOGICZNY Gabinet Lekarski Krzysztof Kwaśny specjalista dermatolog przyjmuje: poniedziałek- czwartek 10.00- 13.00; wtorek- piątek 15.00- 19.00; środy po rejestracji, Jelenia Góra, Wojska Polskiego 75. Tel. 601-58-2883; dom. 75/718-2883. Dermoskopia i Mikrodermabrazja. M909-G

VIAGRA, cialis, 601-960-615; 605-405-855. M1014-G

CENTRUM ANGIOLOGII I REHABILITACJI Ogińskiego 1b/7 POZIOM -1 Jelenia Góra ANGIOLOG Lek. med. Joanna Olszewska-Rocznik rejestracja tel. 516815337 Sklep z wyrobami przeciwozrękowymi i przeciwyżłakowymi. Rehabilitacja stacjonarna i domowa tel. 531607899. M1024-G

PSYCHIATRA Czesława Gierczak, zmiana adresu praktyki lekarskiej: Henryka Wieniawskiego 4, 58-500 Jelenia Góra, rej. tel. 502-591-364. M1041-G

PSYCHIATRA - Ryszarda Czerniawska, specjalistyczna terapia nerwicy i zaburzeń psychicznych. Jelenia Góra, pl. Piastowski 30, ul. Cieplicka 223/1. Rejestracja telefoniczna: 693-583-915. M1184-G

WSZYWKI przeciwalkoholowe, 601-83-50-12, 603-78-57-80. M1200-G

GINEKOLOG NFZ Kowary, Zamkowa 5 Andrzej Drabarek, rejestracja 8.00- 12.00. Tel. 603-13-99-22 lub 75/718-20-99. Pełny zakres usług NFZ. M978-K

SPECJALISTA protetyki stomatologicznej stomatologii ogólnej Wojciech Z. Kulig. Wszystkie rodzaje odbudowy, leczenia zębów, wszystkie rodzaje koron, protez, mostów protetycznych, mikroskop zabiegowy, implanty, ceramika adhezyjna, piaskowanie, naprawy, wybielanie zębów, rentgen. Jelenia Góra, 1 Maja 28/2, I piętro, pon.- pt. 10.00- 19.00. Tel. 75/76-75-473; 601-773-396. N2-K

Chirurgia plastyczna, pełny zakres zabiegów
specjalista chirurgii plastycznej dr med.
Jakub Kratochwil
rejestracja
75 6424558

USG
stawów biodrowych
dziecięcych
SPECJALISTA ORTOPEDII
i CHIRURGII URAZOWEJ
UPRAWNIONY DO BADAŃ NURKÓW
Zbigniew Rudnicki

przyjmuje:
poniedziałek 17.00-18.00
środa 17.00-18.00
sobota 9.30-11.00
pl. Piastowski 30 - obok apteki
Jelenia Góra - CIEPLICE
Tel. kom. 601-75-14-74
Wizyty domowe: poniedziałek, środa, czwartek, sobota.

KRZYSZTOF CZERKASOW

specjalista chirurg ortopeda
przyjmuje poniedziałek od godz. 16.00
Jelenia Góra, Letnia 2
Rejestracja telefoniczna 75 64 57 651

Prywatny Gabinet Dermatologiczny
wtorki i czwartki 17.30-19.00. Inne terminy
przyjęć i wizyty domowe - po uzgodnieniu.
Bez rejestracji 601-898-289

Specjalista dermatolog
Alicja Lecheta-Prawdzyk
Jelenia Góra ul. Morcinka 1 (mała poczta przy aptece)
PRYWATNE POGOTOWIE DERMATOLOGICZNE
601-898-289

Okulista Małgorzata MARKIEWICZ
specjalista chorób oczu

USG-oka
Leczenie chorób oczu
komputerowe badanie wad wzroku
dobór okularów pole widzenia
pachymetria bezdotykowy
pomiar ciśnienia śródgałkowego
płukanie dróg łzowych.
Przyjmuje od pon. do pt. 10.00-17.00
Jelenia Góra, 1 Maja 15/17 "Optyk"
(vis a vis hotelu Europa)
Rejestracja telefoniczna 603-613-058

Specjalista chirurgii ogólnej
Dr n.med. **Marek Kaźmierczyk**

*diagnostyka i leczenie chorób przewodu pokarmowego
*choroby odbytu/hemoroidy i inne
*kwalifikacja do zabiegów operacyjnych
*inne schorzenia chirurgiczne-żyłaki kończyn dolnych i inne
Jelenia Góra ul. Ogińskiego 4 "KLINIKA"
Poniedziałek 16-17

Lwówek Śl. pl. Wolności 28 Wtorek 16-17
obok apteki w Ryńku kom. 602635191

GABINET OKULISTYCZNY
LEK. MED. OKULISTA
KRYSTYNA WIĄCEK-MIERZWA

ul. Letnia 2 (budynek "Klinika"
- przychodnia lekarzy specjalistów)
Przyjmuje od pon. do pt. 9.00 do 17.00
Rejestracja telefoniczna
75/645-76-50/51
tel. kom. 502-612-616
75/649-50-25

PRACA

FIRMA zatrudni pracownika ogólnobudowlanego wykończenia wnętrz, 792-563-643. M939-G

ZAOPIEKUJĘ się starszą osobą, 603-213-875. N16-G

OPIEKA Niemcy Legalnie, 725-248-935. N9-G

HOTEL ***
Tango
www.hoteltango.pl
Wesela marzeń
tel. 601 834 644
kontakt@hoteltango.pl

NAUKA

TŁUMACZ przysięgły języka niemieckiego, 501-648-318. M1081-G

ANGIELSKI, 503 819 327. M1085-G

RÓŻNE

POSZUKUJĘ legitymacji do Odznaki Grunwaldzkiej. tel. 609-025-138. M1146-G

MUZYK orkiestra oraz trębacz, 609-299-524. M1149-G

TOWARZYSKIE

VANESSA nowy numer, 796-691-135.

DOJRZAŁA od 9.00, 885-319-656.

LENA, 782-115-982.

SEKSOWNA trzydziestolatka, 796-691-134

NIEPIĘKNE lecz umiejętnie, 697-577-650.

22 - LATKA puszysta zaprasza, 781-363-127. M1188-G

SARA 40-latka zaprasza na miłą zabawę, 691-943-975. M1194-G

ZAPRASZAM Panie do współpracy, 797-171-046.

NOWA Asia w centrum, 509-644-864.

NOWA Ola, 511-603-693. N14-G

TURYSTYCZNE

LOTNISKA - PRZEWOZY. Tel. 607-763-204. M1040-G

PRZEWOZY okazjonalne busami, krajowe, zagraniczne 601-556-495. M913-K

PRZEWOZY do Berlina MS-TRANS, bez przesiadek z adresu na adres, www.mstrans.pl, 513-427-912. M980-K

KOSMETYCZNE

WYNAJME stanowisko fryzjerce, 514-521-883. N3-G

BIZNES

PRAWNIK porady, sporządzanie pism, windykacja, 606-245-298. M1070-G

POŻYCZKI, szybko tanio, tel. 500-320-777. M1152-G

BEZPŁATNE porady prawne- dla wszystkich osób zainteresowanych- każdy wtorek w Jeleniej Górze od 11.00- 15.00 po wcześniejszej rejestracji telefonicznej 602-46-78-12, ul. Teatralna 1 pok. 101. M1208-G

SERWIS księgowo-podatkowy, wszystkie podmioty. Księgowość zdalnie lub stacjonarna, Tel. 603-642-283. M951-K

BALBINA księgowość PIT, CIT, VAT, ZUS Jelenia Góra, Killińskiego 20/1u, tel. 75-76-57-434. M1006-K

SPRZEDAŻ

SPRZEDAŻ

Teraz taniej nawet do 30 %**

Hörmann - Fan Jelenia Góra
Autoryzowany Partner Hörmann Polska

ul. Wincentego Pola 8
58-500 Jelenia Góra
tel./fax 75/75-333-65
e-mail: biuro@bramdrzwi.pl tel. 75/75-357-46

Drzwi Roku "3950 zł"
Brama Roku "2690 zł"

KULTURA DOSTĘPNA

Kino Helios zaprasza!

2 stycznia ruszyła XV edycja Kultury Dostępnej w Kinach! Zapraszamy na seanse do sieci kin Helios w całej Polsce! Do repertuaru trafiły najgłośniejsze filmy z ostatnich miesięcy, tj.: „Boże Ciało”, „Ikar. Legenda Mietka Kosza” czy „Ukryta gra”.

Repertuar na najbliższe miesiące zapowiada się naprawdę obiecująco! Cykl projekcji rozpoczął film z międzynarodową obsadą - *Obywatel Jones* w reżyserii Agnieszki Holland, z Jamesem Nortonem, Peterem Sarsgaardem oraz Vanessa Kirby, który odkrywa przed nami sekrety stalinowskiej Rosji.

Druga pozycja na naszej liście to film Xawerego Żuławskiego *Mowa Płaków*. To gorzko-kwaśny kalejdoskop obrazów, przedstawiający szarą codzienność dwóch nauczycieli. W ich rolę wcielił się Sebastian Fabiański i Sebastian Pawlak.

Kolejna z naszych propozycji to długo wyczekiwany film Jana Komasy, który wzbudził wiele kontrowersji, *Boże Ciało*. W rolę Daniela, przewodnika małomiasteczkowych dusz, wcielił się Bartosz Bielenia, nagrodzony na gdyńskim Festiwalu Filmowym. Seans już 16 stycznia.

Czy może być coś lepszego niż słoneczna Toskania, dobre jedzenie i krąg szczęśliwej rodziny? Czy powszechny szacunek i uznanie nie stanowią powodu do dumy? Na pierwszy rzut oka Maria Linda (Krystyna Jańda) ma wszystko. Wszystko zmienia się wraz z nieoczekiwanym przemówieniem laureatki Nobla. *Słodki koniec dnia* w reżyserii Jacka Borucha zabierze nas w szaloną podróż do małego włoskiego miasteczka Volterra już 23 stycznia.

Nie każdy bohater nosi pelerynę. Ewa, grana przez Magdalenę Różdżkę, to niezłomna kobieta, która całą swoją

uwagę poświęca dzieciom szukającym domu. Film *1800 gramów*, w reżyserii Marcina Głowackiego, to wzruszająca historia o rodzinie, miłości i o tym, że każdemu należy się odrobina szczęścia. Zapraszamy już 30 stycznia!

Miłośnikom mocnych wrażeń polecamy film w reżyserii Dariusza Żuławskiego, *Ostatnia Góra*, dokumentujący próbę zimowego zdobycia góry K2. Tą historią w 2018 roku żyła cała Polska! Zobacz, co wydarzyło się naprawdę, już 6 lutego.

Wszystkich melomanów zapraszamy na najnowsze dzieło Macieja Pieprzycy, czyli na film *Ikar. Legenda Mietka Kosza*. Dawid Ogrodnik wcielił się w tytułowego, powojennego geniusza jazzowego. Gwiazdorska obsada i muzyka Leszka Możdżera stanowią obowiązkowy punkt na liście tegorocznych filmów do obejrzenia.

Okres wielkanocny umili film *Na bank się uda* w reż. Szymona Jakubowskiego, z plejadą polskich gwiazd w obsadzie, oraz *Pan T.*, którym zakończymy XV edycję Kultury Dostępnej w Kinach.

Z radością ogłaszamy także, że 9 filmów z XV edycji pokażemy z polskimi napisami, tak aby w seansach mogli uczestniczyć widzowie niesłyszący i niedosłyszący.

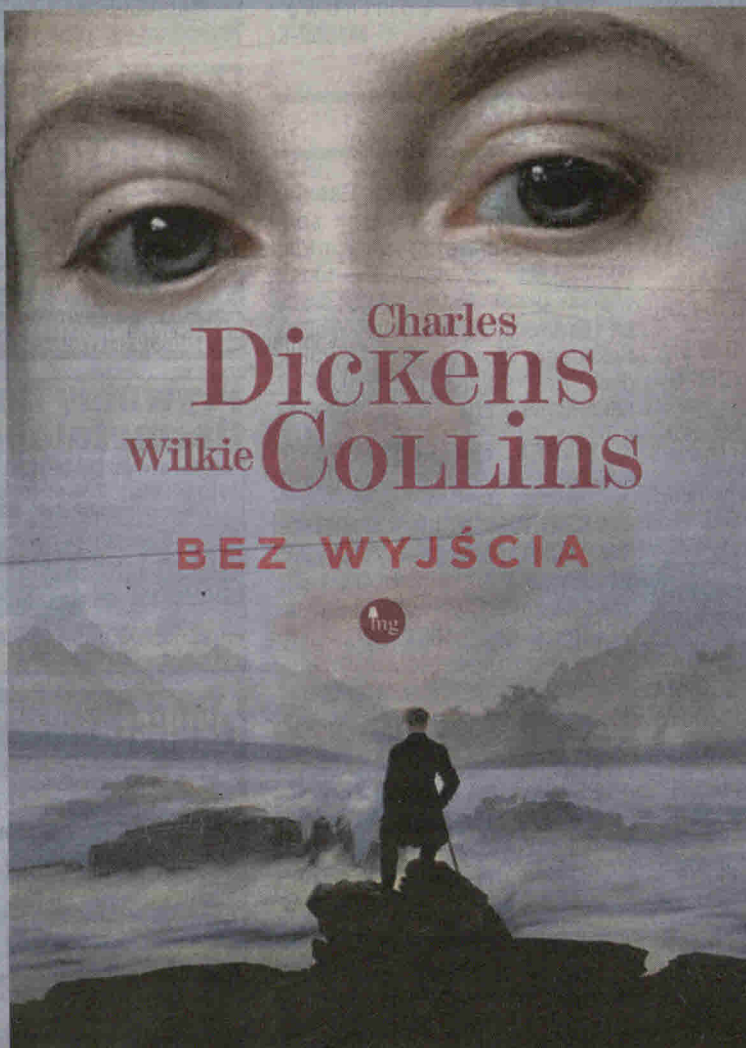
Na seanse o godz. 13:00 i 18:00 zapraszamy do wybranych kin Helios. Bilety, jak zawsze, za jedyne 10 zł. Szczegóły na stronie www.kulturadostepna.pl.



Warto czytać

Książka literackiego duetu

„Bez wyjścia” jest dziełem dwóch pisarzy i przyjaciół: Charlesa Dickensa oraz Wilkie Collinsa. To opowieść o przyjaźni, miłości, lojalności, ale też o zdradzie, chciwości i podłości.



Historia rozpoczyna się 30 listopada 1835 roku. Młoda kobieta usiłuje wyciągnąć od pracownicy przytulku dla dzieci informacje o pewnym oddanym tam chłopcu. Uda jej się to i po kilku latach korzysta ze zdobytej wiedzy. Wydaje się, że nic nie zakłóci już szczęścia połączonych na nowo matki i syna. Los jednak jest przewrotny...

Pomóc może tylko oddany przyjaciel i ukochna kobieta.

Uwaga! Dla naszych Czytelników mamy trzy egzemplarze tej właśnie książki. Rozdamy je osobom, które najszybciej zatelefonują na redakcyjny numer 757524781 we wtorek, 21 stycznia 2020 r., po godz. 14.00. Warunkiem otrzymania książki jest posiadanie aktualnego wydania „Nowin Jeleńskich” z niniejszą publikacją. Zapraszamy!

POZIOMO: 1) pojazd czterokołowy; 7) okrągłe trzy miesiące; 11) łupiny ziemniaków; 12) twórca Republiki Tureckiej; 13) ze stolicą w Montevideo; 14) trzeci co do wielkości księżyc Saturna; 15) twórca arianizmu; 18) największe jezioro Iranu; 21) piramidalna bryła geometryczna; 26) czarne złoto; 28) słynna wieża w Paryżu; 29) mityczny władca Myken; 33) bohater „Iliady”, ojciec Elektry; 36) pogańska świątynia Słowian; 40) knajpa z westernów; 42) Szurkowski i Kalisz; 43) letnie obuwie; 44) imię żeńskie; 45) kupowane w cukierni; 46) wykonywane na plastycie.

PIONOWO: 1) maszyna do pogłębiania koryta rzeki; 2) krytyczne spostrzeżenia; 3) Armstrong lub de Funes; 4) suche w stoczni; 5) Jom..., żydowskie święto; 6) Marek Juniusz, zabójca Cezara; 7) trzecia największa wyspa Japonii; 8) bogini, stworzyła Enkidu; 9) autor „Lokomotywy”; 10) pierwszy pies w kosmosie; 16) stary, zniszczony samochód; 17) autor „Germinalu” i „Nany”; 19) brytyjskie siły powietrzne; 20) dom z lodu; 22) angielska herbata; 23) szwedzki grosz; 24) zboże rosnące na zagonie; 25) dawny angielski grosz; 27) nagradzany film Pawlikowskiego; 30) smak porażki; 31) stolica Omanu; 32) większe od wsi; 33) koń o kasztanowej maści; 34) odprowadza wodę z dachu; 35) duże miasto na Florydzie; 37) krok w karierze; 38) Spokojny, z Rowem Mariańskim; 39) czwarte największe miasto w Kongu; 41) Christian, dyktator mody.

W rozwiązaniu należy podać hasło z oznaczonych pól. Na odpowiedzi czekamy 10 dni od daty ukazania się numeru. Do wygrania książka - powieść Doroty Pająk-Pudy „Matka Jagiellonów”.

Rozwiązanie krzyżówki nr 51/2019

POZIOMO: 1) ścieżka; 7) Isfahan; 11) hydrant; 12) Ewelina; 13) ambalaż; 14) Bairiki; 15) żrebak; 18) ohyda; 21) Aconcagua; 26) anemon; 28) łamaga; 29) typologia; 33) komża; 36) jedwab; 40) karmnik; 42) orędzie; 43) Andrzej; 44) pingwin; 45) asomnia; 46) Owernia.

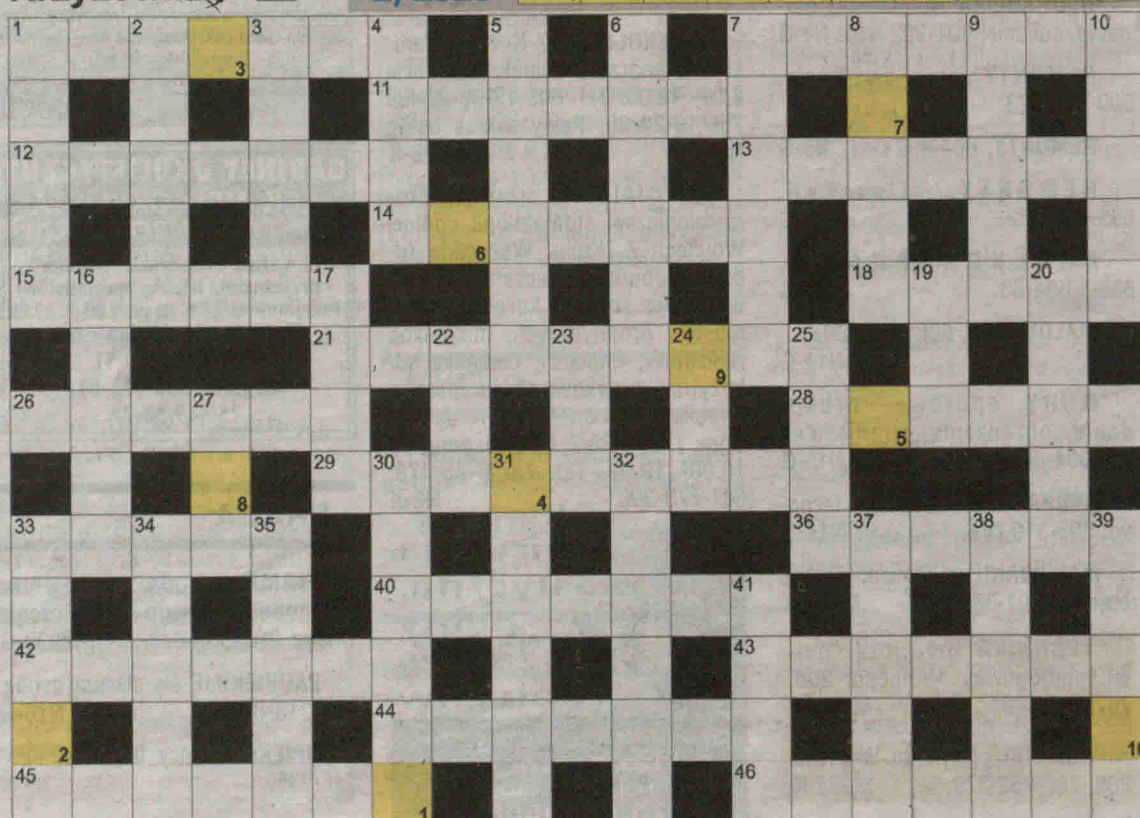
PIONOWO: 1) ślędz; 2) Isere; 3) żmija; 4) Ahab; 5) Adrien; 6) malina; 7) Itaipu; 8) Fabio; 9) hałny; 10) nóżka; 16) rondo; 17) kant; 19) Hum; 20) Dagda; 22) ORP; 23) cel; 24) gag; 25) Ałaj; 27) mąż; 30) Yekepa; 31) obrona; 32) ogniwa; 33) kłoda; 34) mięso; 35) Ajzon; 37) Eddie; 38) wazon; 39) bójka; 41) Kano.

HASŁO: JAK NA BOŻE NARODZENIE TAJE RZADKIE BĘDĄ URODZAJE

Za prawidłowe rozwiązanie krzyżówki nr 51/2019 nagrodę - książkę Karola Darwina „O powstawaniu gatunków” otrzymuje Ewelina Kałwak z Jeleniej Góry. (ika)

Krzyżówka 2

KUPON NR
2/2020

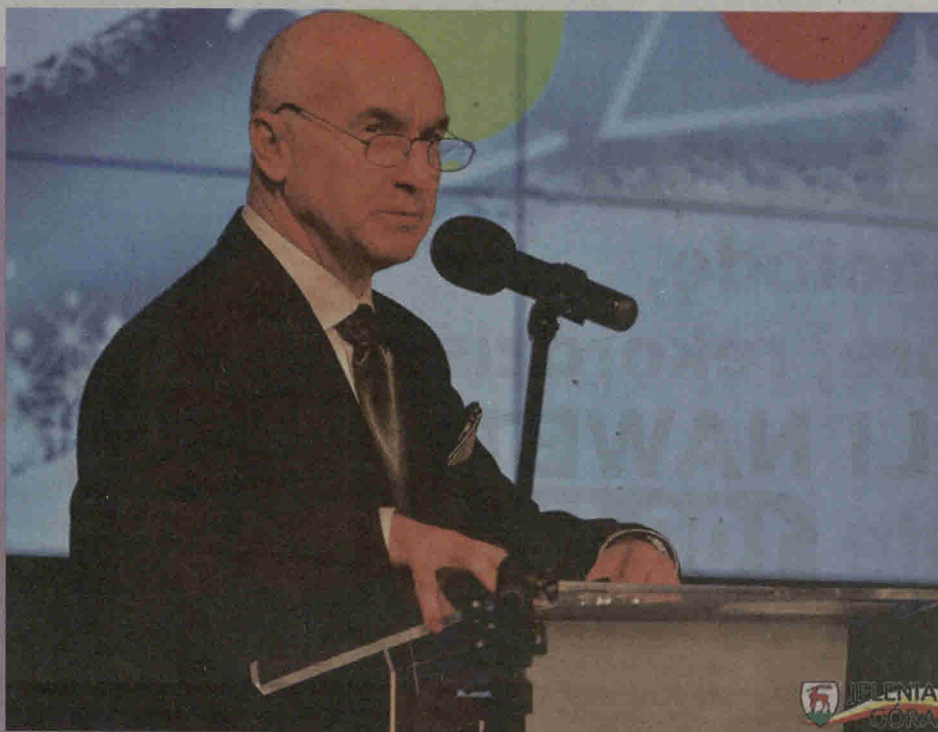


JELENIA SALONOWY

Wojewoda dolnośląski **Jarosław Obremski** jest na swoim stanowisku od niedawna. Nie zdążył więc nabrać doświadczenia w dekorowaniu, wręczaniu medali i dyplomów, i innych podobnych czynnościach. W Jeleniej Górze, jak sam się przyznał, debiutował jako wręczający medale. Odznaczenia za długoletnią służbę otrzymali jeleniogórscy strażnicy miejscy. - Oby tylko moje palce nie były zbyt pokłute - żartował wojewoda. Miał słuszne obawy, bo, jak podejrzeliśmy, trudno jest cienką szpilką przypiąć medal do grubego munduru. Ale krew się nie połała i debiut pan wojewoda ma zaliczony. To dobrze. Bo gdyby było inaczej, to Jelenia Góra już na zawsze kojarzyłaby mu się kłująco. (19)



Grzegorz Rybarczyk, to strażnik miejski, którego w Jeleniej Górze zna chyba każde dziecko. Niestrudzenie organizuje festyny, turnieje bezpieczeństwa, przypomina najmłodszym, jak zachować się na ulicy i co zrobić, gdy się zgubią. Ma także sceniczne obyczaje, bo wiele razy prowadził duże imprezy, więc nic dziwnego, że był także prowadzącym uroczystość odznaczenia jeleniogórskich medaлями strażników miejskich, która odbyła się w hotelu Mercure. W jej trakcie poznaliśmy jeszcze jedno oblicze pana Grzegorza - lubi mówić. Kwieścił i długo rozprawiał o poprawie bezpieczeństwa dzieci. Pan Grzegorz zna chyba swoje zamiłowanie do przemawiania, bo wystąpienie zakończył słowami: - Oby tylko komendant ze mną wytrzymał. - Ja to wytrzymam - zapewnił Piotr Walczyk, szef strażników miejskich w Jeleniej Górze. - Jeśli Grzegorz będzie dalej tak intensywnie działał na rzecz dzieci - dodał uzasadniając swoją wyrozumiałość (19).



To, że **Tadeusz Wnuk**, dyrektor Teatru im. Cypriana Kamila Norwida jest człowiekiem wielu talentów, już dawno wiedzieliśmy. Ale od tej strony to go nie znamy. Podczas podsumowania minionego roku, które odbywało się w mieście tradycyjnie zaprosił na nie przedsiębiorców, szefów rowych, duchownych i innych ludzi ważnych dla miastoprowadził właśnie Tadeusz Wnuk. Prezentując laureatów dla najlepszych firm w 2019 roku, pan dyrektor ze swo- przy okazji przypominał o... potrzebach teatru. Tak więc dowiedzieli się np., że tort w teatrze zawsze jest mile wi- 27 marca, gdy obchodzony jest Dzień Teatru. Nie wszyst- forma poszukiwania wsparcia dla sceny przypadła do gu- gratulujemy wyczucia okazji do biznesu. (19)

Kornel Kowalski, szef sztabu WOŚP przy Bursie Szkolnej nr 1, podjął niebezpieczne i odważne wyzwanie. Obiecał, że jeśli w tym roku na koncie WOŚP w Jeleniej Górze padnie kwota pół miliona, zafarbuje włosy na siwo. A co, jeśli będzie więcej? - radośnie zapytali uczestnicy finałowych licytacji, które odbywały się na placu Ratuszowym. - Jak będzie więcej niż 500 tys. zł, to ogolę się na tyso - dziarsko stwierdził Kornel. W tym momencie niejedna dziewczyna z żalem spojrzała na jego wystylizowaną fryzurę. Do poniedziałkowego popołudnia na koncercie Orkiestry było ponad 441 tysięcy złotych. A ponieważ trwają licytacje w internecie, to z fryzurą Kornela może być różnie... Jednego jesteśmy pewni. Teraz młode jeleniogórzanki, pewnie jak nigdy wcześniej śledzą wyniki kwesty na WOŚP. Bo gwarancji nie ma, że przystojniakowi z orkiestrowej ekipy włos z głowy nie spadnie... (19)

Panie z Jeleniej Góry rzadko mogą pokazać się w balowej kreacji, bo hucznych zabaw w naszym mieście organizuje się niewiele. Nie dziwny się zatem, że gdy tylko nadarzyła się okazja, jaką był 11. bal charytatywny Stowarzyszenia Pomocy Chorym im. Jana Musiała „Dąb”, dwa tygodnie wcześniej rozpoczęły przygotowania. Słyszeliśmy, że niektóre jeleniogórskie radne specjalnie zakupiły długie suknie, by wypaść godnie i modnie, zaś niektórzy panowie dorobili się wreszcie stylowych muszek. Fryzjerki i kosmetyczki miały pełne ręce roboty. Starania opłaciły się. Wszystkie uczestniczki i uczestnicy balu wyglądali oszałamiająco. Bez kozery możemy stwierdzić, że nie przyćmiły ich telewizyjne nawet gwiazdy, Ula Chincz i Katarzyna Sokołowska, które były gośćmi balu. Żałujemy tylko, że kreacje naszych pań były tradycyjne i żadna nie zaszalała ze strojem, jak **Lara Gessler**, która miała oszałamiającą, seksowną, drapieżną sukienkę. Potraktujmy to jednak jako inspirację i zobaczymy, co wydarzy się na dwunastym balu. (19)



Horoskop

BARAN

21 III - 20 IV

Tydzień sprzyja ważnym rozmowom - dadzą Ci wiele do myślenia. Po raz kolejny odkryjesz, że powodzenie zależy od tego, co sądzą inni ludzie.

BYK

21 IV - 21 V

Jeśli nie planujesz zimowego urlopu, pojawi się szansa na większe pieniądze - te zawsze potrafią zainspirować Cię do pracy. Tym razem zyskasz też coś więcej.

BLIŹNIĘTA

22 V - 21 VI

Czeka Cię pracowity tydzień. Jednak zbyt wiele odpowiedzialnych zadań jak zwykle źle wpłynie na Twoje samopoczucie. Nie zgłaszaj się na ochotnika.

RAK

22 VI - 22 VII

W końcu odważysz się poprosić o to, co jest w Twoim związku potrzebne. W pracy jednak nie poddawaj się woli osób, które myślą tylko o swoich interesach.

LEW

23 VII - 22 VIII

Tydzień sprzyja nowym, ważnym znajomościom. Możliwa nawet zmiana stanowiska lub nowy pomysł na karierę. W miłości bądź ostrożny i nie traktuj ukochanej osoby jak podwładnego.

PANNA

23 VIII - 22 IX

Powalcz z zaległościami, w pracy pod żadnym pozorem nie wdawaj się w biurowe intrylgi, rodzinie nie daj się sprowokować do kłótni, a tydzień będzie udany.

WAGA

23 IX - 22 X

Pod koniec tygodnia uda Ci się zaprowadzić porządek w zawodowych sprawach i znajdziesz więcej czasu dla siebie i dla rodziny. Zainwestuj we wspólny weekend.

SKORPION

23 X - 22 XI

Analizuj i kalkuluj, ale bądź realistą - zapowiada się tydzień pełen spotkań z ludźmi, którzy liczą się z Twoim zdaniem. Nie powiedz zbyt dużo.

STRZELEC

23 XI - 21 XII

W pracy miej oczy szeroko otwarte, bo możesz stać się ofiarą czyjejś gry. Warto, abyś w tym tygodniu więcej czasu poświęcił dla domu - tak, jak obiecywałeś.

KOZIOROŻEC

22 XII - 20 I

Tydzień towarzyskich atrakcji, tak że w efekcie może Ci zabraknąć czasu na sprawy zawodowe. Podczas spotkań postaraj się niczego nie pominąć, szczególnie plotek.

WODNIK

20 I - 20 II

Ten tydzień poświęć na to, aby dyplomatycznie rozegrać przeciwnika - pracą zajmiesz się energicznie w przyszłym tygodniu. Ważny czwartek.

RYBY

20 II - 20 III

Przypomnij sobie o dawnych znajomych, a unikniesz nowych kłopotów - wiedza, jaką wyniesiesz ze spotkania, będzie bezcenna. Nie odpowiadaj na zaczepki Byka.

(ep)

Wstrząsające wieści ze świata medycyny:

Odkryto metodę, dzięki której rekordziści **SCHUDLI NAWET 58KG** w niecałe **100 DNI!**

Już ponad 347 500 osób z całego świata raz na zawsze **pozbyło się nadwagi bez efektu jo-jo, odciążało stawy i poprawiło swoje wyniki badań.** Potwierdzona badaniami klinicznymi w 100% naturalna metoda prof. Vincenta Boularda jest skuteczna niemal w każdym przypadku, niezależnie od stadium zaawansowania nadwagi. Nawet osoby skrajnie otyłe w spektakularnym tempie zgubią zbędne kilogramy, odzyskując zdrowie i zgrabną sylwetkę.

Kanadyjski profesor jako pierwszy opracował metodę opartą wyłącznie na specjalnie wyselekcjonowanych substancjach bioaktywnych pochodzenia roślinnego, a przy tym spalającą tkankę tłuszczową aż 8-krotnie szybciej niż inne środki na odchudzanie dostępne na rynku. Metoda bezpiecznie zamienia złogi tłuszczu w czystą energię, przyspiesza metabolizm międzykomórkowy, a także hamuje napady wilczego głodu i chęć podjadania. A to wszystko bez obciążania wątroby, ćwiczeń i wyrzeczeń w postaci drakońskich diet. Odkrycie naukowca otwiera drzwi do zdrowia i wymarzonej sylwetki wszystkim, którzy chcą schudnąć trwale i bez efektu jo-jo.



Spalaj tkankę tłuszczową 24h/7

Skuteczność działania metody została potwierdzona przez szereg badań klinicznych, przeprowadzonych przez prof. Boularda i zespół naukowców z Obesity Therapy Center w Montrealu. Grupa ochotników obu płci, w różnym wieku i stopniu zaawansowania problemu, testowała metodę przez 3 tygodnie bez zmiany nawyków żywieniowych i wprowadzania aktywności fizycznej. **Wyniki były zaskakujące – po 21 dniach u większości osób zanotowano utratę średnio 17kg, a u niektórych nawet do 24kg. Aż 98,7% z nich zadeklarowało również ustabilizowanie poziomu cholesterolu we krwi.**

Co więcej, osoby, które przed rozpoczęciem kuracji zmagaly się z przewlekłym bólem stawów spowodowanym nadmiernym obciążeniem, potwierdziły, że ból z dnia na dzień był mniejszy. Uczestnicy testów oprócz wyraźnego spadku masy ciała dostrzegli wiele dodatkowych korzyści płynących ze stosowania metody, m.in.: przyrost energii, polepszenie jakości snu, wzmocniona odpor-

CO SPRAWIA, ŻE CHUDNIEMY?

Prof. Boulard wyjaśnia, na czym polega fenomen skuteczności odkrytej przez niego metody:

W dzisiejszych czasach większość z nas zwyczajnie nie ma czasu na przygotowywanie pełnowartościowych posiłków, przestrzeganie diety i ćwiczenia, a zdrowa żywność czy karnety na siłownię to ogromny wydatek. Postanowiłem opracować w 100% naturalną metodę, dzięki której można schudnąć bez wyrzeczeń, restrykcyjnych diet i dużych nakładów finansowych. **Moja metoda opiera się w 100% na bioaktywnych substancjach roślinnych i nie wymaga zmiany jadłospisu ani tykania suplementów.** Tradycyjne środki odchudzające w formie kapsułek i tabletek nie są w stanie wprowadzić organizmu w tryb intensywnego spalania tkanki tłuszczowej. Trafiając do żołądka wchłaniają się jedynie w 6-8% i nie oddziałują bezpośrednio na zalegające w organizmie złogi tłuszczu.

Właśnie dlatego stworzyłem metodę, która będzie zupełnie inna od dotychczasowych rozwiązań. Wraz z moim zespołem badawczym opracowaliśmy **transdermalny system spalania tłuszczu** w postaci niewielkich plasterków. Dzięki innowacyjnej formie podania, składniki bioaktywne są uwalniane do organizmu przez całą dobę – wystarczy jedynie nakleić plaster na ciało. Substancje błyskawicznie przenikają przez warstwy skóry i uderzają bezpośrednio w komórki tłuszczowe. Nawet największe, nagromadzone latami złogi tłuszczu zostają rozbite i następnie wydalone z organizmu razem z toksynami. Formuła odblokowuje metabolizm na poziomie komórkowym, co sprawia, że nasz organizm spala tłuszcz przez całą dobę, nawet podczas snu.

„Od zawsze byłem pulchna. Próbowalam diet, ćwiczeń, a nawet głodówek... wszystko na nic. Jak tylko schudłam kilka kg, to zaraz przybierałam drugie tyle. Frustrację zjadałam słodkościami i dalej tyłam... Jednak los się do mnie uśmiechnął.

Na imprezie firmowej, lekko odurzona winem koleżanka zdradziła mi sekret swojej nienagannej figury – plastry Rapid Slim. Aż zdębiałam! Byłam pewna, że jej ciało to zasługa wieloletnich wyrzeczeń. Musiałam mieć te plastry – poprosiłam koleżankę, aby je dla mnie załatwiła. Zaczęłam stosować i szok! Już po 3 dniach od 1-ego naklejenia udało mi się bez problemu dopiąć spodnie. Waga spadała z dnia na dzień. Po kuracji stałam się pewną siebie, atrakcyjną kobietą, mam mnóstwo energii i książkowe wyniki badań. Można powiedzieć, że zyskałam drugie życie!”

Magda K., 40 lat, księgowa z Gdańska

schudła łącznie 32 kg

WAŻNE!

Transdermalny system spalania tłuszczu został opracowany tak, aby jeden plaster zapewniał spalanie tkanki tłuszczowej w obrębie całego ciała. Oznacza to, że niezależnie od tego, gdzie nakleisz plaster, będziesz chudła równomiernie i zyskasz proporcjonalną, smukłą sylwetkę – dokładnie taką, o jakiej marzysz.



ność, poprawa stanu cery, włosów i paznokci, **ujędrnienie**

skóry w najbardziej strategicznych miejscach (uda, brzuch, pośladki, ramiona), lepsze samopoczucie. Badania wykazały też, że metoda usuwa z organizmu szkodliwe toksyny i uzupełnia niedobory minerałów oraz witamin.

Naklejasz i chudniesz

Użytkownicy, którzy stosują metodę zgodnie przyznają, że odchudzanie nigdy nie było tak proste i wygodne. Jedyne o czym trzeba pamiętać, to codziennie rano nakleić plaster na ciało w dowolnie wybranym miejscu. Sam decydujesz, gdzie: na ramię, brzuch, szyję, czy plecy – po prostu naklej tak, by czuć się komfortowo. Noś go przez cały dzień, a rano wymień na nowy, żeby proces odchudzania mógł przebiegać bez przerwy. **Ty będziesz zajmować się codziennymi czynnościami, a Twój organizm będzie spalał tłuszcz 24h/dobę bez żadnego dodatkowego wysiłku.** Przekonasz się, że po kilku dniach stosowania ubrania staną się luźniejsze, a Ty poczujesz się lżejszy i nabierzesz energii.

Dzięki kuracji Rapid Slim pozbędziesz się zbędnych kilogramów, wymodelujesz sylwetkę i poprawisz swoje wyniki badań. Osoby stosujące plastry schudły średnio 16,5-18kg w ciągu zaledwie 21 dni. **Rekordziści natomiast zrzucili nawet 58kg w 3,5 miesiąca!** Oprócz utraty masy ciała przyspieszysz metabolizm, usuniesz z organizmu szkodliwe toksyny, złogi zalegające w jelitach, a poziom złego cholesterolu LDL obniży się do bezpiecznego poziomu. Efekty kuracji skumulują się na poziomie komórkowym, dzięki czemu trwale pozbędziesz się nadwagi i unikniesz groźnych konsekwencji wynikających z posiadania nadmiaru tkanki tłuszczowej.

W Polsce transdermalny system spalania tłuszczu Rapid Slim jest dostępny wyłącznie w sprzedaży telefonicznej. Dla **pierwszych 120 osób**, które zadzwonią do **21 stycznia 2020r.** producent przygotował **specjalną zniżkę -70%**. Oznacza to, że otrzymasz innowacyjne plastry w rekordowo niskiej cenie **97zł!** Nie zwlekaj i zamów – **decyduje kolejność zgłoszeń.**

81 300 33 50

(od pon. - niedz. 8:00 - 20:00 (Zwykłe połączenie lokalne bez dodatkowych opłat))