GAZETA ZRZESZONA W POLSKIEJ GRUPIE WYDAWNICZO-MEDIALNEJ

MediaRzeszów.pl

CZWARTEK | 20 lipca 2017 | Nr1 | www.mediarzeszow.pl | GAZETA BEZPŁATNA | RZESZÓW – KROSNO

Marian Dziędziel:
Nie przepadam za jubileuszami
str. 4

Krystyna Podleska:
Wciąż traktują mnie jak cudzoziemkę
str. IV

Marcin Meller:
Gruzja na wakacje
str. VIII

Zapraszamy do Punktu Sprzedaży Plusa i Cyfrowego Polsatu
Rzeszów, Pl. Wolności 1, tel. 601 075 016

Reklama

XVII ŚWIATOWY FESTIWAL POLONIJNYCH ZESPOŁÓW FOLKLORYSTYCZNYCH

19 – 26 lipca

Co trzy lata, tradycyjnie w lipcu, odbywa się w Rzeszowie Światowy Festiwal Polonijnych Zespołów Folklorystycznych, integrujący środowiska polonijne z różnych kontynentów.

Zaczęło się skromnie, od przyjazdu do Rzeszowa Zespołu Pieśni i Tańca "Krakus" z Genk-Zwartberg w Belgii i spotkania z rzeszowskim zespołem "Bandoska". Inne zespoły polonijne, prężnie działające na Zachodzie Europy i w Ameryce, również dążyły do szerszego kontaktu z rodzinnym krajem. W lipcu 1969 roku Festiwal Polonijnych Zespołów Folklorystycznych odbył się po raz pierwszy. Do Rzeszowa przyjechało trzynaście zespołów z Belgii, Francji, Holandii, USA, Czechosłowacji i Węgier. Od tej pory spotkania Polonii w naszym mieście stały się imprezą cykliczną.

Dotychczas w festiwalach udział wzięło ponad 250 różnych zespołów, przy czym część z nich uczestniczyła wielokrotnie. Najliczniej reprezentowane były zespoły z USA, Kanady, Francji i Wielkiej Brytanii. Przyjeżdżały także grupy z Niemiec, Szwecji, Danii, Szwajcarii i Rumunii, a również z dalekiej Australii, Brazylii,

Argentyny i Kazachstanu. Od początku lat dziewięćdziesiątych coraz liczniej reprezentowane są zespoły polonijne z Ukrainy, Litwy i Białorusi. Każdorazowo Festiwal rozpoczyna się pięknym, barwnym korowodem zespołów polonijnych idących z tańcem i śpiewem ulicami miasta.

W czasie Festiwalu uczestnicy prezentują swój kunszt i dorobek artystyczny na scenach rzeszowskich oraz w wielu miejscowościach naszego regionu. Do tradycji Festiwalu należy Koncert Pieśni i Tańca Krajów Zamieszkania, podczas którego goście przybliżają widzom folklor swoich nowych ojczyzn. Całą imprezę zwieńcza imponujący koncert galowy, w którym uczestniczą wszystkie zespoły Festiwalu.

Podczas Festiwalu organizowane są liczne imprezy towarzyszące: warsztaty artystyczne z udziałem najlepszych polskich choreografów, wystawy popularyzujące historię, kulturę i sztukę polską, konferencje naukowe o tematyce dotyczącej środowisk polonijnych, kiermasze, konkursy wiedzy o Polsce, a także występy regionalnych zespołów pieśni i tańca.

Program:

19 lipca (środa)
Przyjazdy zespołów.
20 lipca (czwartek)
godz. 9.00 - 13.00 - Próby zespołów – Hala Podpromie,
godz. 15.00 – 19.30 - Próby zespołów – Hala Podpromie,
godz. 19.30 - 21.00 - Próby solistów – Hala Podpromie.
21 lipca (piątek)
godz. 8.00 - 9.00 - próby solistów – Hala Podpromie,
godz. 9.00 - 13.00 - próby zespołów – Hala Podpromie,
godz. 16.30 - uroczyste otwarcie ulicy 3 Maja (skrzyżowanie ulic: 3 Maja i Zamkowej),
godz. 17.00 - korowód zespołów polonijnych ulicami miasta (al. Lubomirskich, 3 Maja, Kościuszki, Rynek),
otwarcie Festiwalu – Rynek,
godz. 19.00 - spotkanie delegacji zespołów z Prezydentem Miasta - Ratusz, godz. 19.00 - koncert powitalny zespołów polskich – Rynek.
22 lipca (sobota)
DNI POLONIJNE W WOJEWÓDZTWIE PODKARPACKIM
godz. 9.00 - 13.00 - próba zespołów - Hala Podpromie,
godz. 13.00 - 14.00 - próba z małą sceną (studenci ZPiT PW) - Hala Podpromie,
godz. 12.30 - 22.00 - występy zespołów polonijnych - Rynek.
23 lipca (niedziela)
DNI POLONIJNE W WOJEWÓDZTWIE PODKARPACKIM
godz. 9.00 - Msza święta w intencji Polonii - Katedra,
godz. 12.00 - 22.00 - występy zespołów polonijnych - Rynek.
24 lipca (poniedziałek)
godz. 8.30 - 12.30 - próba do koncertu „Folklor Narodów Świata" - Hala Podpromie,
godz. 13.00 - spotkanie delegacji zespołów z kierownictwem Stowarzyszenia „Wspólnota Polska" - „Bohema",
godz. 14.00 - 18.00 - próba do koncertu - Hala Podpromie,
godz. 19.00 - Koncert „FOLKLOR NARODÓW ŚWIATA" - Hala Podpromie.
25 lipca (wtorek)
godz. 8.30 - 12.30 - próba do Koncertu Galowego - Hala Podpromie,
godz. 14.30 - 18.00 - próba do koncertu - Hala Podpromie,
godz. 19.00 - KONCERT GALOWY „KARCZMA NA PODZAMCZU" - Hala Podpromie.
26 lipca (środa)
Wyjazdy zespołów.
IMPREZY TOWARZYSZĄCE: 22 - 23 lipca
godz. 10.00 - 21.00 - Jarmark festiwalowy - Rynek.

Zapraszamy do Punktu Sprzedaży Plusa i Cyfrowego Polsatu
Rzeszów, Pl. Wolności 1, tel. 601 075 016

Całoroczne domki *w pełni wyposażone, z kominkiem*

Na terenie ośrodka: *trampolina, plac zabaw, boisko plażowe, kijki nording walking, zabawki dla dzieci (gry planszowe , książki), dla małych dzieci (łóżeczko turystyczne, krzesełko do karmienia), wiata rekreacyjno-szkoleniowa*

Domki Wczasowe Jabłonki
Jabłonki 16, Baligród
tel. 607 051 064
e-mail: domkijablonki@gmail.com www.domkijablonki.pl

Nie przepadam za jubileuszami

Rozmowa z MARIANEM DZIĘDZIELEM

- Przed kamerą debiutował Pan w kultowej "Stawce większa niż życie", ale przekornie chciałem zapytać o inny popularny serial, też o mundurowych. Lubi Pan "Czterech pancernych i psa"?

- Kiedyś go oglądałem, więc pewnie, jak większość też lubię (uśmiech).

- Domyśla się Pan, że pytam o ten serial ze względu na Franciszka Pieczkę.

- Dlatego tak chętnie się go na Śląsku oglądało. Zresztą do dziś z przyjemnością patrzy się na "Pancernych".

- Podobno to Gustlik pomógł Panu podjąć decyzję o wyborze szkoły teatralnej?

- Pieczką zafascynowałem się już wcześniej. Zachwycił mnie rolą Paszeki w "Rękopisie znalezionym w Saragossie" Wojciecha Hasa. Głównym powodem zdawania na aktorstwo był teatr. To on interesował mnie przede wszystkim. I to, co dzieje się z człowiekiem kiedy stoi na scenie przed widownią. Jeszcze w szkole średniej miałem okazję być na scenie Teatru Wyspiańskiego w Katowicach. Był pusty, w tym momencie kurtyna poszła w górę. Rozmarzyłem się.

- Marzenia są po to, by się spełniały.

- Pierwszy raz na scenie pojawiłem się w zastępstwie, ale za swój prawdziwy debiut uważam spektakl "Kulig" Józefa Wybickiego, w którym zagrałem główną rolę, pracując nad nią od początku do końca. Śpiewałem w tym przedstawieniu "Nadziejo, tyle razy mnie zdradziłaś , ja zawsze tęsknię za tobą". Zagrałem tyle ról, wygłosiłem na scenie tysiące dialogów, z których większość od dawna uleciała mi z pamięci, a tę pioseneczkę z "Kuligu" mógłbym śpiewać codziennie. Nie pozwoliła mi o sobie zapomnieć. I z tą nadzieją od początku idę przez życie.

- Pana początki wcale nie były łatwe. Już przy egzaminach do szkoły postawiono Panu warunek...

- To prawda. Jeden z profesorów powiedział mi, że zostanę przyjęty, jeśli nauczę się mówić poprawną polszczyzną. Bez śląskiego akcentu. Zaparłem się i nauczyłem.

- Ze Śląskiem, szczególnie na początku drogi zawodowej, nie potrafił się Pan rozstać.

- Od czasów szkoły związany jestem już z Krakowem. Także Teatrowi Słowackiego, w którym zaraz po studiach dostałem angaż, jestem wierny do dziś. Ze Śląskiem związany byłem już raczej filmowo, bo tylko Kazimierz Kutz dał mi szansę na robotę w kinie. Dzięki niemu nauczyłem się obcować z planem filmowym. Choć nigdy nie miałem specjalnego parcia na szkło. Zawsze chciałem pracować w teatrze.

- Dziś do szkoły teatralnej większość chyba idzie właśnie ze względu na to "szkło".

- Wtedy nie myślało się takimi kategoriami. Marzyłem o tym, żeby w ogóle na aktorstwo się dostać. Wiele osób pukało się w czoło. Nawet moi rodzice nie bardzo wierzyli, że mi się uda. Choć jednocześnie mi kibicowali, bo chcieli żeby marzenia ich syna się zrealizowały. Myśleli, że jak się nie dostanę, to wszyscy będą się ze mnie śmiać, więc lepiej, żebym się dostał (uśmiech).

- Jest Pan jedynakiem?

- Mam młodszego brata, który ma "normalny", śląski zawód. Jest inżynierem w kopalni.

- Nigdy nie ciągnęła Pana popularność, Warszawa?

- Chodził pan dziś trochę po Krakowie?

- Oczywiście, nie tylko dzisiaj.

- To już zna pan odpowiedź (uśmiech).

- Kraków to specyficzne miasto. A szczególnie jego środowisko artystyczne. Tutaj wszyscy się lubią, spotykają, odwiedzają... Czuje się Pan jego częścią?

Chyba nią jestem? (uśmiech). Zdarza mi się spotykać z kolegami z branży. Mam jednak swoje sprawdzone grono znajomych. To im staram się poświęcać czas wolny, którego niestety nie miewam zbyt wiele.

- W pewnym momencie to popularność upomniała się o Pana. Nie jest Panu przykro, że trochę za późno?

- Absolutnie. Wszystko w swoim czasie. Widać tak było mi pisane.

- "Wesele", bo od niego zaczęło się zamieszanie wokół Pana i Wojtka Smarzowskiego, było dla Panów dosłownie wkroczeniem na nową drogę życia. Tyle, że zawodowego.

- Można tak powiedzieć. Był to pełnometrażowy debiut Wojtka, który do dziś twierdzi, że napisał ten film z myślą o mnie. Uparł się i obsadził mnie w nim. Dziś mogę mu jedynie za to serdecznie podziękować.

- Z "Wesela" utkwiła mi w pamięci scena, w której traci Pan palec.

- Zaraz potem w "Czasie surferów" straciłem kolejny (uśmiech).

- Z kolei Wojtek dla kilku aktorów, w tym i dla Mariana Dziędziela stracił głowę. Mówi się nawet o nich "aktorzy Smarzowskiego".

- Jeśli tak mówią, cieszę się, że jestem nazywany jego aktorem. To mi schlebia. Wojtek zawsze sięga po tych, których naprawdę chce oglądać w swoich filmach. I to jest piękne, bardzo zawodowe.

- W jego "Drogówce" zagrał Pan komisarza. To nie jedyna taka Pana rola. W swojej karierze był Pan także ochroniarzem, inspektorem, generałem... Mundur dobrze na Panu leży.

- Każdy kostium wzbogaca aktora. Nigdy nie zastanawiałem się czy akurat w mundurze mi do twarzy. Ale skoro zwrócił pan uwagę na role, które w nim zagrałem, to pewnie tak (uśmiech).

- Od czasu współpracy z Wojtkiem nie wiedzie Pan już doli anonimowego aktora, który kiedyś spokojnie mógł przejść ulicą niezauważony...

- W samym Krakowie wcale nie było tak spokojnie. Długi czas grałem w tutejszych kabaretach: Piwnicy pod Baranami i Jamie Michalika. Dużo grałem w teatrze i często w mniejszych formach poza nim. Trafiały się też jakieś realizacje telewizyjne. Bywały takie sezony, w których byłem w obsadzie dziewięciu repertuarowych sztuk jednocześnie. Także roboty było sporo i nie było czasu na to, żeby wyskoczyć gdzieś na miasto.

- Czyli właściwie nie zauważył Pan różnicy w okresie sprzed i po współpracy ze Smarzowskim?

- Najmniejszej. Jedynie po "Weselu" częściej muszę się nakombinować, żeby wyskoczyć z teatru do filmu, zagrać jakąś ciekawą rolę (uśmiech). Na szczęście głównie takie mi się przytrafiają.

- Patrząc na Pana filmografię, można dojść do wniosku że niemal żadna produkcja nie może się teraz bez Pana obejść.

- To miłe co pan mówi, ale nie przesadzajmy. Przykładowo nie zagrałem w "Wołyniu".

- Pokłóciliście się Panowie?

- Między nami nigdy nie doszło do poważniejszej scysji. Po prostu nie było tam dla mnie roli.

- Zdaje Pan sobie sprawę, że teraz chodzi się na Dziędziela?

- Jeśli tak rzeczywiście jest, zrobię wszystko, żeby to się nie zmieniło. Żeby widzów nie zawieść.

- Nie tylko widzowie doceniają Pana pracę. Jest Pan laureatem wielu nagród i wyróżnień. Które ceni Pan sobie najbardziej?

- Jednak te, przyznawane przez publiczność. To dla niej i dzięki niej, my aktorzy istniejemy. Pamiętam dość zabawną historię z nagrodą, którą otrzymałem na festiwalu filmowym w tureckim mieście Antalya za rolę w "Supermarkecie". Reżyser Maciej Żak mówił, żebym z nim jechał na festiwal. Nie mogłem, miałem inne zobowiązania. W żartach powiedziałem mu, żeby przywiózł jakąś nagrodę dla filmu albo dla mnie. Zadzwonił do mnie i oznajmił, że właśnie ją dostałem. Myślałem, że żartuje, więc powiedziałem, żeby sobie ją wziął. Do dziś mi jej nie dostarczył (uśmiech).

- W tym roku będzie Pan świętował piękny, okrągły jubileusz...

- Już pan zaczyna? (uśmiech).

- Właściwie to kończę.

- To prawda, za parę dosłownie dni będę już dużo starszy.

- Tylko o rok.

- Ale z przodu zmieni mi się cyfra. Z szóstki na siódemkę, a to już jest znaczna różnica.

- Szykuje Pan na tę okazję coś specjalnego?

- Już miewałem w swoim życiu jubileusze, benefisy... Nie przepadam za tym.

- Może Smarzowski coś dla Pana "wysmaży"?

- Może? Czas pokaże. (uśmiech)

ROZMAWIAŁ MARCIN KALITA

PolskaOnline24.pl

Nr 1 Lipiec 2017

MAGAZYN POLSKIEJ GRUPY WYDAWNICZO-MEDIALNEJ

Program TV 20-26.07.2017

Marcin Meller:

Gruzja na wakacje

STR.VII

Były partner Anny Popek z Odetą Moro Str. VIII

Edyta Herbuś spełniła swoje aktorskie pragnienie Str. VIII

Równość płci za kierownicą? Str. VIII

Czwartek, 20 lipca

TVP 1

05:15 Telezakupy
05:55 Dr Quinn 3 (29) serial
06:50 Natura w Jedynce
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif (52) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (135) serial
10:35 Dr Quinn 4 (1/28) serial
11:30 Obserwator cykl reportaży
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (53) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:45 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czarne chmury: Szafot serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:40 Zraniona miłość (51) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Kolarstwo: Tour de Pologne
20:10 Pogoda
20:20 Ojciec Mateusz
14: Życiowy rekord (180) serial
21:15 Sprawa dla reportera
22:05 Sekundy, które zmieniły życie
22:30 Uwikłani: Łucja - w sidłach kłamstwa (3/9) serial
23:30 Ręka fryzjera film dokumentalny,

TVP 2

05:55 Rodzinka.pl serial
06:30 Sonda 2 (23) program popularnonaukowy
07:05 M jak miłość (81) serial
08:00 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
09:35 Pogoda
09:40 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Barwy szczęścia (1659) serial
11:35 Na dobre i na złe serial
12:40 Tysiąc i jedna noc serial
13:35 Na sygnale: Dług (1) serial
14:10 Zaufaj mi, jestem lekarzem telenowela dokumentalna
15:10 M jak miłość (1281) serial
16:10 Ojciec Brown: Najdrobniejszy szczegół (52) serial
17:05 Cena miłości (86/113) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 8. Płocka Noc Kabaretowa. Kabaretowe Igrzyska 2014rozrywka
21:30 Jak w czeskim filmie: Homolkowie na urlopie komedia obyczajowa, Czechosłowacja 1972
23:05 Słodycz życia komedia romantyczna, USA 2013
00:45 Prawie po ślubie komedia romantyczna, USA 2013

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:50 Trudne sprawy (153) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (542) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (543) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (130) serial
10:50 Małolaty (28) serial
11:50 Na ratunek 112 (55) serial
12:20 Na ratunek 112 (56) serial
12:50 Trudne sprawy (284) serial
13:50 Słoiki (28) serial
14:50 Dlaczego ja? (697) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:30 Gliniarze (89) serial
17:30 Trudne sprawy (212) serial
18:30 Wydarzenia
19:00 Ceremonia otwarcia World Games 2017 widowisko
21:15 Galerianki dramat obyczajowy, Polska 2009
22:55 Bez litości: Walka wręcz (3) serial sensacyjny
00:55 Tajemnice losurozrywka

TVN

05:30 Uwaga! magazyn reporterów
06:00 Mango telezakupy
07:05 W-11 - Wydział Śledczy: Ratujcie moje dziecko serial
07:50 Doradca smaku magazyn
08:00 Milionerzy (27) teleturniej
08:35 Kuchenne rewolucje: Zajazd pod Jodłową Górą, Tymbark (9)rozrywka
09:35 Szkoła (215) serial
10:35 Ukryta prawda (473) serial
11:35 Szpital (359) serial
12:35 19+ (84) serial
13:05 19+ (85) serial
13:35 W-11 - Wydział Śledczy: Piękna Sonia (985) serial
14:15 W-11 - Wydział Śledczy: Podwójna gra (986) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Bolesławiec, Pod Złotym Aniołem (3)rozrywka
16:00 Szkoła (216) serial
17:00 Ukryta prawda (474) serial
18:00 Szpital (360) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (2515) serial
20:55 Kuchenne rewolucje: Łagów, Szalotka (2)rozrywka
21:55 Gliniarz z metropolii film sensacyjny, USA 1997
00:20 Ostatni skaut film sensacyjny, USA 1991

TV 4

06:00 Wszystko o psach (4) serial
07:00 Kacze opowieści (53) serial
07:30 Kacper: Szkoła postrachu (23) serial
08:00 Kacze opowieści (56) serial
08:30 Kacper: Szkoła postrachu (26) serial
09:00 Wszystko o psach (5) serial
10:00 Twoja na zawsze (90) serial
11:00 Detektywi w akcji (20) serial fabularny
12:00 Detektywi w akcji (115) serial fabularny
13:00 Policjantki i Policjanci (267) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania 9 (257) reality show
16:00 Twoja na zawsze (91) serial
17:00 Hawaje 5-0 3 (14) serial
18:00 Detektywi w akcji (21) serial fabularny
19:00 Policjantki i Policjanci (268) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (73) serial
21:00 Patriota film sensacyjny, USA 1998
22:55 Śmierć na 1000 sposobów (6) serial
23:25 Śmierć na 1000 sposobów (7) serial
23:55 Spadkobiercy (40)rozrywka
00:55 Sekrety sąsiadów (13) serial

TVN7

05:30 Ukryta prawda (386) serial
06:30 Szpital (109) serial
07:25 Sąd rodzinny: Miłość kieszonkowca (52) serial
08:25 39 i pół: Najemcy (5) serial
09:25 Dr House 6 (9) serial
10:25 Mango telezakupy
12:00 Ukryta prawda (320) serial
13:00 Sąd rodzinny: Policjantka (48) serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (283) serial
15:00 Szpital (110) serial
16:00 Chirurdzy (5) serial
17:00 Dr House 6 (11) serial
18:00 Dr House 6 (12) serial
19:00 Ukryta prawda (321) serial
20:00 Komediowy czwartek: Książę i ja
03: Królewski miesiąc miodowy komedia romantyczna, USA 2008
21:55 Kości 11 (15) serial
22:55 Wieczór strachu: Fatum horror, USA 2005

Puls

06:00 To moje życie! telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Sabotaż (13) serial sensacyjny
08:00 Nash Bridges: Gość z Miami (114) serial sensacyjny
09:00 Nash Bridges: Wspólnik (116) serial sensacyjny
10:00 Napisała: Morderstwo: Jak popełnić morderstwo mimo woli (14/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Tajny agent (14) serial sensacyjny
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles: Archanioł (13) serial sensacyjny
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles: Ołowiane żołnierzyki (15) serial sensacyjny
13:50 Zbuntowany anioł (103) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (104) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles: Sprawa osobista (17) serial sensacyjny
16:35 13 posterunek 2 (9) serial
17:10 13 posterunek 2 (10) serial
17:50 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Jak ugryźć 10 milionów komedia kryminalna, Kanada/USA 2000
22:05 Operacja "Słoń" film przygodowy, USA 1995
00:15 International dramat sensacyjny, Niemcy/Wielka Brytania/USA 2009

Piątek, 21 lipca

TVP 1

05:15 Telezakupy
05:55 Dr Quinn 4 (1/28) serial
06:50 Natura w Jedynce
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny program publicystyczny
08:40 Elif (53) serial
09:40 Wspaniałe stulecie (136) serial
10:40 Dr Quinn 4 (2/28) serial
11:35 Coś dla ciebie magazyn
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (54) serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:45 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czarne chmury serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? teleturniej
18:35 Zraniona miłość (52) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Kolarstwo: Tour de Pologne
20:10 Pogoda
20:20 Weekendowy hit Jedynki: D'Artagnan i trzej muszkieterowie (1/2) film kostiumowy, Francja 2005
22:05 American Pie komedia, USA
23:55 Agenci T.A.R.C.Z.Y. (11/22)
00:45 Matka swojej matki dramat

TVP 2

06:00 Rodzinka.pl: Święty Walenty (99) serial
06:35 Sonda 2 (50) program popularnonaukowy
07:05 M jak miłość (82) serial
08:00 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
09:35 Pogoda
09:40 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
10:55 Barwy szczęścia (1660) serial
11:35 Na dobre i na złe: Medyczny trójkąt (416) serial
12:40 Tysiąc i jedna noc serial
13:35 Na sygnale: Ratujcie mojego tatę (2) serial
14:05 Nabożeństwo w Kościele metodystów - Kraplewo
15:05 M jak miłość (1282) serial
16:10 Ojciec Brown : Szkarłatne pióro (53) serial
17:05 Cena miłości (87/113) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 The Best of Kabaret Młodych Panów rozrywka
21:20 DISCOPOLAND (5) cykl reportaży
21:55 07 zgłoś się: Strzał na dancingu (13/21) serial
23:35 Z podniesionym czołem Odwet film sensacyjny, USA 2007

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:50 Trudne sprawy (154) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (544) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (545) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (131) serial
10:50 Małolaty (29) serial
11:50 Na ratunek 112 (57) serial
12:20 Na ratunek 112 (58) serial
12:50 Trudne sprawy (285) serial
13:50 Słoiki (29) serial
14:50 Dlaczego ja? (698) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (90) serial
17:40 Trudne sprawy (213) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (302) serial
20:10 Noc w muzeum film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2006
22:35 Spider-Man 2 film przygodowy, USA 2004

TVN

05:30 Uwaga! magazyn reporterów
06:00 Mango telezakupy
07:05 W-11 - Wydział Śledczy: Podwójna gra (986) serial
07:50 Doradca smaku magazyn kulinarny
08:00 Milionerzy (28) teleturniej
08:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja Matalmara, Goczałkowice-Zdrój (10) rozrywka
09:35 Szkoła (216) serial
10:35 Ukryta prawda (474) serial
11:35 Szpital (360) serial
12:35 19+ (86) serial
13:05 19+ (87) serial
13:35 W-11 - Wydział Śledczy: Wśród ludzi (990) serial
14:15 W-11 - Wydział Śledczy: Winna, niewinna (992) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Rzeszów, U'Bares (4) rozrywka
16:00 Szkoła (217) serial
17:00 Ukryta prawda (475) serial
18:00 Szpital (361) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Władca Pierścieni: Powrót króla film fantasy, Nowa Zelandia/Niemcy/USA 2003
00:10 Niesamowity jeździec western, USA 1985

TV 4

06:00 Wszystko o psach (5) serial
07:00 Kacze opowieści (54) serial
07:30 Kacper: Szkoła postrachu (24) serial
08:00 Kacze opowieści (57) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (1) serial
09:00 Wszystko o psach (6) serial
10:00 Twoja na zawsze (91) serial
11:00 Detektywi w akcji (21) serial fabularny
12:00 Galileo (604) program popularnonaukowy
13:00 Policjantki i Policjanci (268) serial
14:00 Galileo (605) program popularnonaukowy
15:00 Dom nie do poznania 9 (258) reality show
16:00 Twoja na zawsze (92) serial
17:00 Hawaje 5-0 3 (15) serial
18:00 Detektywi w akcji (22) serial fabularny
19:00 Policjantki i Policjanci (269) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (74) serial
21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (70) serial
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (71) serial
23:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (72) serial
00:00 W mgnieniu oka film SF, Wielka Brytania 1992

TVN7

05:30 Ukryta prawda (387) serial
06:30 Szpital (110) serial
07:25 Sąd rodzinny: Policjantka (48) serial
08:25 39 i pół: Pomylone dzieci (6) serial
09:25 Dr House 6 (11) serial
10:25 Mango telezakupy
12:00 Ukryta prawda (321) serial
13:00 Sąd rodzinny: Mania ciała (40) serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (284) serial
15:00 Szpital (111) serial
16:00 Chirurdzy (6) serial
17:00 Dr House 6 (13) serial
18:00 Dr House 6 (14) serial
19:00 Ukryta prawda (322) serial
20:00 Agent Cody Banks
02: Cel Londyn komedia sensacyjna, Kanada/USA 2004
22:10 Alfie komediodramat, Wielka Brytania/USA 2004
00:25 Masters of Sex (9) serial

Puls

06:00 To moje życie! telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny
07: Tajny agent (14) serial
08:00 Nash Bridges: Wrobiony (115) serial
09:00 Nash Bridges: Zabójczy robot (117) serial
10:00 Napisała: Morderstwo : Dom na sprzedaż (15/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny : Bez wyjścia (1) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles : W potrzasku (14) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Pusty kołczan (16) serial
13:50 Zbuntowany anioł (105) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (106) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles : Zakładnik (18) serial
16:30 13 posterunek 2 (10) serial
17:10 13 posterunek 2 (11) serial
17:50 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Purpurowe rzeki thriller, Francja 2000
22:05 Desperado film sensacyjny, Meksyk/USA 1995
00:05 Krzyk 3 horror, USA 2000

Sobota, 22 Lipca

TVP 1

05:20 Klan (3115) telenowela
05:40 Klan (3116) telenowela
06:05 Klan (3117) telenowela
06:40 Sprawa dla reportera magazyn interwencyjny
07:30 Rok w ogrodzie (650) magazyn
08:00 Naszaarmia.pl magazyn
08:25 Na szlaku wydarzeń magazyn
08:45 Sekundy, które zmieniły życie (
09:05 Polski grill (3) magazyn kulinarny
09:35 D'Artagnan i trzej muszkieterowie (1/2) film kostiumowy, Francja 2005
11:20 Piłka nożna: mecz: FC Bayern Monachium - AC Milan
13:50 Anna German (7/10) serial
14:50 Anna German (8/10) serial
16:00 Zagadka Hotelu Grand serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Polski grill (4) magazyn kulinarny
17:55 Lista przebojów Jedynki (18) program muzyczny
18:35 Ranczo
10: Próba ognia (120) serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 Kolarstwo: Tour de Pologne
20:15 Pogoda
20:20 Hit na sobotę: 22 Jump Street komedia kryminalna, USA 2014
22:20 Noc Świętojańska koncert
23:05 Agenci T.A.R.C.Z.Y. (12/22) serial
23:50 Piłka nożna: mecz: Juventus FC - FC Barcelona

TVP 2

05:55 Sztuka codzienności serial
06:30 M jak miłość (1295) serial
07:30 Pytanie na śniadanie magazyn
08:35 Pogoda
08:40 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
10:40 Lajk! magazyn kulturalny
11:05 Na sygnale: Proszę pani, był wypadek... (133) serial
11:35 Podróże z historią serial
12:15 Jak w czeskim filmie: Homolkowie na urlopie komedia obyczajowa, Czechosłowacja
14:00 Familiada teleturniej
14:40 Sonda 2 (24) program popularnonaukowy
15:15 Komedie po polsku: Dziewczyny do wzięcia komedia obyczajowa, Polska 1972
16:15 Kocham Cię, Polsko! rozrywka
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Kulisy „Postaw na milion" felieton
19:05 Postaw na milion teleturniej
20:05 25 lat Disco Polo - gala jubileuszowa koncert
22:35 Sztuka kochania komedia erotyczna, Polska 1989
00:25 Kovak Box thriller SF, Wielka Brytania/Hiszpania 2006

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:40 Jeźdźcy smoków (13) serial
08:10 Pan Peabody i Sherman Show (1) serial
08:40 Jeźdźcy smoków na końcu świata (33) serial
09:10 Przygody Kota w Butach (32) serial
09:40 Przygody Kota w Butach (33) serial
10:10 Ewa gotuje (274) magazyn kulinarny
10:45 Noc w muzeum film przygodowy, Wielka Brytania/USA 2006
13:10 Spider-Man 2 film przygodowy, USA 2004
15:50 Polsat SuperHit Festiwal 2017: Sopocki Hit Kabaretowy na bis koncert
17:50 Chłopaki do wzięcia (86) serial
18:20 Chłopaki do wzięcia (87) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (303) serial
20:05 Gdzie jest Nemo? film animowany, USA 2003
22:15 Jeździec znikąd western, USA

TVN

05:15 Uwaga! magazyn reporterów
05:35 Mango telezakupy
07:45 Efekt Domina (5) serial
08:20 Spotkanie ze smakiem (8) magazyn kulinarny
08:30 Dzień Dobry Wakacje (9) magazyn
11:00 Na Wspólnej (2512) serial
11:25 Na Wspólnej (2513) serial
11:50 Na Wspólnej (2514) serial
12:15 Na Wspólnej (2515) serial
12:45 Agent - Gwiazdy (7) reality show
13:45 MasterChef Junior (8) rozrywka
15:20 Mamy Cię! (8) rozrywka
16:30 Kobieta na krańcu świata (5) serial
17:00 Projekt Lady (6) reality show
18:00 Kuchenne rewolucje: Łagów, Szalotka (2) rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 27 sukienek komedia romantyczna, USA 2008
22:20 Wytańczyć marzenia dramat obyczajowy, USA 2006
00:50 G.I. Joe: Czas Kobry film sensacyjny, Czechy/USA 2009

TV 4

06:00 Światowe rekordy Guinnessa (6) rozrywka
07:00 Kacze opowieści (55) serial
07:30 Kacper: Szkoła postrachu (25) serial
08:00 Kacze opowieści (58) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (2) serial
09:00 Garfield Show serial
09:25 Wszystkie psy idą do nieba film animowany, Irlandia/Wielka Brytania 1989
11:00 Policjantki i Policjanci (265) serial
12:00 Policjantki i Policjanci (266) serial
13:00 Policjantki i Policjanci (267) serial
14:05 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:20 Lepszy model film dla młodzieży, USA 2014
17:05 Zabójcze tornado film SF, USA 2012
19:00 Galileo (606) program popularnonaukowy
20:00 Policjantki i Policjanci (268) serial
21:00 Policjantki i Policjanci (269) serial
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (73) serial
23:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (74) serial
00:00 Niebezpieczna strefa film sensacyjny, Kanada/RPA/USA 1997

TVN7

05:55 Ukryta prawda (389) serial
06:55 Mango telezakupy
09:00 Dr House 6 (12) serial
10:00 39 i pół: Ślub (2) serial
11:00 39 i pół: Wymiar sprawiedliwości (3) serial
12:00 Wojny magazynowe - Teksas 2 (1/12) reality show
12:30 Wojny magazynowe - Teksas 2 (2) reality show
13:00 Remontowy biznes braci Scott (9) serial
13:55 Remontowy biznes braci Scott (10) serial
14:50 Stalowy rycerz film przygodowy, USA 1997
16:55 Polowanie na mysz komedia, USA 1997
19:00 Komediowa sobota: Facet z ogłoszenia komedia romantyczna, USA 2005
21:10 Do szaleństwa melodramat, USA 2011
23:00 Fatum horror, USA 2005

Puls

05:55 Niesamowite!: Ostatnie zadanie (17/25) serial
06:25 Niesamowite!: Galerianka (18/25) serial
07:00 Taki jest świat 3 (16) program informacyjny
07:50 Co ludzie powiedzą? 3: Żeglarski podwieczorek (7) serial
08:25 Co ludzie powiedzą? 4: Oferta pracy (1) serial
09:05 Hotel Zacisze 2 (6) serial
09:50 13 posterunek 2 (7) serial
10:30 13 posterunek 2 (8) serial
11:05 Bibliotekarze :Szczęśliwe zakończenie (9/10) serial
12:00 Bibliotekarze :Ostatnia kurtyna (10-ost.) serial
12:55 Skorpion (10/22) serial
13:55 Operacja „Słoń" film przygodowy, USA 1995
16:05 Kochanie, zmniejszyłem dzieciaki komedia, Meksyk/USA 1989
18:00 Ostatni legion dramat historyczny, Słowacja/Francja/Wielka Brytania/Włochy 2007
20:00 Mocne sobotnie kino: W odwecie za śmierć thriller, USA 2010
22:00 Zabójczy cel film sensacyjny, Kanada/USA 2008
00:00 Noc żywych trupów horror, USA

Niedziela, 23 lipca

TVP 1

05:15 Klan (3119) telenowela
05:35 Klan (3120) telenowela
06:10 Słownik polsko@polski
06:35 Pełnosprawni magazyn
07:00 Transmisja mszy świętej z Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Krakowie-Łagiewnikach
08:00 Tydzień magazyn rolniczy
08:40 Fundusze europejskie
08:55 Ziarno: Ja zawsze jestem z wami program dla dzieci
09:30 Zakochaj się w Polsce magazyn
10:00 Weterynarze z sercem magazyn
10:35 Biblia: Samson i Dalila serial
11:30 Magazyn kolarski
11:50 Między ziemią a niebem
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem
13:00 BBC w Jedynce
14:05 Niebo i piekło. Północ - Południe. Księga 3 (3/6) serial
15:05 Dziewczyny ze Lwowa serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Pół wieku Kabaretu pod Egidą
18:35 Rolnik szuka żony
19:30 Wiadomości
20:05 Sport
20:10 Kolarstwo: Tour de Pologne
20:15 Pogoda
20:20 Zakochana Jedynka: Zakazana żona film obyczajowy,
22:00 Sportowa niedziela
22:25 Piłka nożna: mecz: Real Madryt CF - Manchester United FC

TVP 2

05:50 Słowo na niedzielę
05:55 „Ja to mam szczęście!" - ulubione skecze (21) rozrywka
06:20 M jak miłość (1296) serial
07:20 Most na Renie dramat wojenny,
09:15 Ukryte skarby cykl reportaży
09:50 Rodzinne oglądanie: Stworzenia światła film dokumentalny, Wielka Brytania 2015
10:55 Makłowicz w podróży
11:35 Gwiazdy w południe: Siedmiu wspaniałych western, USA 1960
14:00 Familiada teleturniej
14:40 Sonda 2 (51) program popularnonaukowy
15:20 Na dobre i na złe (669) serial
16:15 Na sygnale: Dobre chęci (134) serial
16:50 Pierwsza randka (5) reality show
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:55 Rodzinka.pl: Zakaz palenia (195) serial
19:30 Rodzinka.pl: Przypadkowe pary (196) serial
20:05 Wakacje z kabaretem - Szczecin 2014: Wakacje Jasia Kowalskiego (1) rozrywka
21:00 Wakacje z kabaretem - Szczecin 2014: Wakacje Janka Kowalskiego (2) rozrywka
22:00 Z podniesionym czołem
02: Odwet film sensacyjny, USA 2007
23:45 Sztuka kochania komedia erotyczna, Polska 1989

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:45 Jeźdźcy smoków (14) serial
08:15 Jeźdźcy smoków na końcu świata (34) serial
08:40 Przygody Kota w Butach (34) serial
09:10 Astro Boy film animowany, Hongkong/Japonia/USA 2009
11:15 Karate Kid 4: Mistrz i uczennica komedia sensacyjna, USA 1994
13:30 Gdzie jest Nemo? film animowany, USA 2003
15:35 Dziewięć miesięcy komedia romantyczna, USA 1995
17:50 Nasz nowy dom (79) reality show
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (304) serial
20:05 Polsat SuperHit Festiwal 2017: Sopocki Hit Kabaretowy na bis koncert
22:05 Lep na muchy komedia kryminalna, Niemcy/USA 2011
23:55 Terminator: Ocalenie thriller SF, Niemcy/Wielka Brytania/USA/Włochy 2009

TVN

05:25 Uwaga! magazyn reporterów
05:45 Mango telezakupy
07:55 Nowa Maja w ogrodzie (2) magazyn ogrodniczy
08:25 Akademia ogrodnika (28) magazyn ogrodniczy
08:30 Dzień Dobry Wakacje (10) magazyn
11:00 Dom marzeń (6) reality show
12:00 Co za tydzień
12:35 Belle Epoque (6) serial
13:40 Władca Pierścieni: Powrót króla film fantasy, Nowa Zelandia/Niemcy/USA 2003
17:50 Gotowi na sezon (8) rozrywka
18:00 Ugotowani (12-ost.) program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 G.I. Joe: Czas Kobry film sensacyjny, Czechy/USA 2009
22:15 Operacja Argo dramat sensacyjny, USA 2012
00:40 Sekrety lekarzy reality show

TV 4

06:00 Światowe rekordy Guinnessa (7) rozrywka
07:00 Kacze opowieści (56) serial
07:30 Kacper: Szkoła postrachu (26) serial
08:00 Kacze opowieści (59) serial
08:25 Garfield Show serial
08:45 Lepszy model film dla młodzieży, USA 2014
10:35 Galileo (605) program popularnonaukowy
11:35 Galileo (606) program popularnonaukowy
12:45 Zemsta Różowej Pantery komedia kryminalna, Wielka Brytania/USA 1978
14:50 O krok od zagłady film sensacyjny, USA 2014
16:45 Klątwa Różowej Pantery komedia kryminalna, Wielka Brytania/USA 1983
19:00 Galileo (607) program popularnonaukowy
20:00 Czasy ostateczne: Pozostawieni film sensacyjny, Kanada/USA 2014
22:15 Ten niezręczny moment komedia romantyczna, USA 2014
00:20 STOP Drogówka magazyn policyjny

TVN7

05:45 Ukryta prawda (391) serial
06:45 Mango telezakupy
08:50 Dr House 6 (14) serial
09:50 39 i pół: Genowefa (4) serial
10:50 39 i pół: Najemcy (5) serial
11:50 39 i pół: Pomylone dzieci (6) serial
12:50 Wojny magazynowe - Teksas 2 (3) reality show
13:20 Wojny magazynowe - Teksas 2 (4) reality show
13:50 Remontowy biznes braci Scott (11) serial
14:45 Remontowy biznes braci Scott (12) serial
15:45 Przygoda na Alasce film przygodowy, USA 1996
18:05 Książę i ja 3: Królewski miesiąc miodowy komedia romantyczna, USA 2008
20:00 Superseans: Cobra film sensacyjny, USA 1986
21:50 Czysty Geniusz (7) serial medyczny
22:50 Ucieczka z Los Angeles film SF, USA 1996

Puls

05:55 Taki jest świat 3 (16) program informacyjny
06:30 Co ludzie powiedzą? 4: Wiejska posiadłość (2) serial
07:15 Co ludzie powiedzą? 4: Przyjęcie ogrodowe (3) serial
07:55 Co ludzie powiedzą? 4: Komandor (4) fabularny
08:35 Ale numer! (20) rozrywka
09:05 Ale numer! (21) rozrywka
09:40 Wojciech Cejrowski. Boso - Karaiby: Na langusty (2) serial
10:20 Wojciech Cejrowski. Boso - Karaiby: Trzcina cukrowa (3) serial
11:00 Wojciech Cejrowski. Boso - Karaiby: Baryłka (4) serial
11:45 Wojciech Cejrowski. Boso - Karaiby: Luksus (5) serial
12:30 Bibliotekarze :Ostatnia kurtyna (10-ost.) serial
13:25 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Piękna i książę baśń filmowa, Niemcy 2014
14:35 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stańcowane pantofelki baśń filmowa, Niemcy 2011
15:50 Podwodna tajemnica film SF, Niemcy 2008
17:55 Jak ugryźć 10 milionów komedia kryminalna, Kanada/USA 2000
20:00 Niedziela z gwiazdami: Likwidator film sensacyjny, USA 2013
22:00 Momentum thriller, USA 2015
00:00 Wikingowie 2 (8/10) serial historyczny

Poniedziałek, 24 lipca

TVP 1

05:20 Telezakupy
06:00 Dr Quinn 4 (2/28) serial
06:55 BBC w Jedynce
08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda
08:40 Elif (54) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (137) serial
10:35 Dr Quinn 4 (3/28) serial
11:30 Z ciemności - zobaczyć świat serial
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:25 Agropogoda
12:30 To się opłaca: Modernizacja gospodarstw rolnych magazyn
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (55) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:55 Czarne chmury: Zawiść serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:35 Zraniona miłość (53) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Kolarstwo: Tour de Pologne kronika
20:10 Pogoda
20:20 Wichry wojny (7-ost.) serial
22:55 GOL magazyn piłkarski
23:30 Komisja morderstw: Krew rodu (7/12) serial
00:30 Młodzi lekarze 2 (7/10) telenowela dokumentalna

TVP 2

06:05 Rodzinka.pl: Razem i osobno
06:40 Mam przepis na pielgrzymowanie
07:05 M jak miłość (83) serial
08:00 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
09:35 Pogoda
09:40 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
10:55 Barwy szczęścia (1661) serial
11:35 Na dobre i na złe: Dzień singla (417) serial
12:40 Tysiąc i jedna noc serial
13:30 Na sygnale: Poród (3) serial
14:05 Najdziksze wyspy świata: Dzikie wyspy: Amazonia - pływające lasy serial
15:10 M jak miłość (1283) serial
16:10 Ojciec Brown : Atlas motyli serial
17:05 Cena miłości (88/113) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu wielki finał
19:25 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 Komedie po polsku: Złoto dezerterów komedia wojenna
22:15 Rodzinka.pl: Daj żonie palec...! (203) serial
22:50 Czy świat oszalał?: Śmierć na receptę film dokumentalny, Francja 2014
23:55 Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (13/22) serial
00:45 Kryminalne zagadki Las Vegas 13 (14/22) serial

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:50 Trudne sprawy (155) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (546) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (547) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (132) serial
10:50 Małolaty (30) serial
11:50 Na ratunek 112 (59) serial
12:20 Na ratunek 112 (60) serial
12:50 Trudne sprawy (286) serial
13:50 Słoiki (30) serial
14:50 Dlaczego ja? (699) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (91) serial
17:40 Trudne sprawy (214) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (305) serial
20:05 Megahit: Terminator: Ocalenie thriller SF, Niemcy/Wielka Brytania/USA/Włochy 2009
22:25 Strażnik granicy film sensacyjny, USA 2008
00:40 Bad Boys 2 film sensacyjny, USA 2003

TVN

05:30 Uwaga! magazyn reporterów
06:00 Mango telezakupy
07:05 W-11 - Wydział Śledczy: Winna, niewinna (992) serial
07:50 Gotowi na sezon (8) rozrywka
08:00 Milionerzy (29) teleturniej
08:35 Kuchenne rewolucje: Karczma Leśniczanka, Wielbark (11) rozrywka
09:35 Szkoła (217) serial
10:35 Ukryta prawda (475) serial
11:35 Szpital (361) serial
12:35 19+ (88) serial
13:05 19+ (89) serial
13:35 W-11 - Wydział Śledczy: Handlarz starzyzną (994) serial
14:15 W-11 - Wydział Śledczy: Zabójstwo niedoskonałe serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Świdnica, Stary Browar (5) rozrywka
16:00 Szkoła (218) serial
17:00 Ukryta prawda (476) serial
18:00 Szpital (362) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Pieczony indyk w słodko-ostrym sosie (1) magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (2516) serial
20:55 Projekt Lady (7) reality show
21:55 Sekrety lekarzy (11/12) reality show
22:55 Ostre cięcie (10/12) rozrywka
23:41 Żony Hollywood (7) rozrywka
00:40 Co za tydzień

TV 4

06:00 Wszystko o psach (6) serial
07:00 Kacze opowieści (57) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (1) serial
08:00 Kacze opowieści (60) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (3) serial
09:00 Wszystko o psach (7) serial
10:00 Twoja na zawsze (92) serial
11:00 Detektywi w akcji (22) serial fabularny
12:00 Detektywi w akcji (116) serial fabularny
13:00 Policjantki i Policjanci (269) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania 9 (259) reality show
16:00 Twoja na zawsze (93) serial
17:00 Hawaje 5-0 (16) serial
18:00 Detektywi w akcji (23) serial fabularny
19:00 Policjantki i Policjanci (270) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (75) serial
21:00 Śmierć na 1000 sposobów (9) serial
21:30 Śmierć na 1000 sposobów (10) serial
22:00 Galileo (606) program popularnonaukowy
23:00 Galileo (607) program popularnonaukowy
00:00 Spadkobiercy (41) rozrywka

TVN7

05:30 Ukryta prawda (392) serial
06:30 Szpital (111) serial
07:25 Sąd rodzinny: Mania ciała (40) serial
08:25 39 i pół: Cienie na ścianie (7) serial
09:25 Dr House 6 (13) serial
10:25 Mango telezakupy
12:00 Ukryta prawda (322) serial
13:00 Sąd rodzinny: Wesoła wdowa (43) serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (285) serial
15:00 Szpital (112) serial
16:00 Chirurdzy (7) serial
17:00 Dr House 6 (15) serial
18:00 Dr House 6 (16) serial
19:00 Ukryta prawda (323) serial
20:00 Będziecie nas pamiętać dramat obyczajowy, USA 2012
22:20 Lista klientów (10-ost.) serial
23:20 Masters of Sex (10) serial
00:40 Facet z ogłoszenia komedia romantyczna, USA 2005

Puls

06:00 To moje życie! (79) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny : Bez wyjścia (1) serial
08:00 Nash Bridges: Wspólnik (116) serial
09:00 Nash Bridges: Gorączka (118) serial
10:00 Napisała: Morderstwo : Widowisko (16/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny : Na celowniku (2) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Ołowiane żołnierzyki (15) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Sprawa osobista (17) serial
13:50 Zbuntowany anioł (107) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (108) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles : Wewnętrzny wróg (19) serial
16:35 13 posterunek 2 (11) serial
17:15 13 posterunek 2 (12) serial
17:50 Gwiazdy lombardu 15 (343) reality show
18:10 Gwiazdy lombardu 15 (344) reality show
18:35 Gwiazdy lombardu 15 (357) reality show
19:05 Gwiazdy lombardu 16 (358) reality show
19:30 Gwiazdy lombardu 16 (359) reality show
20:00 Lęk pierwotny horror, USA 2007
21:55 Cierń thriller, USA 2008
23:30 Oblicze strachu film sensacyjny, USA 2004

Wtorek, 25 lipca

TVP 1

05:55 Dr Quinn 4 (3/28) serial
06:50 Natura w Jedynce
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:40 Elif (55) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (138) serial
10:35 Dr Quinn 4 (4/28) serial
11:30 Obserwator (87) cykl reportaży
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda program
12:35 To się opłaca: Wsparcie gospodarstw zagrożonych ASF magazyn
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (56) serial
15:00 Wiadomości
15:15 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:55 Czarne chmury: Przeprawa (4/10) serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela dokumentalna
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:35 Zraniona miłość (54) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Kolarstwo: Tour de Pologne
20:10 Pogoda
20:20 Rozdarte serca (67/83) serial
21:20 Rozdarte serca (68/83) serial
22:10 El Príncipe - dzielnica zła serial
23:05 Matecznik film dokumentalny
00:05 Z ciemności - zobaczyć świat serial

TVP 2

06:05 Rodzinka.pl: Bez mieszkania (101) serial
06:40 Program ekumeniczny
07:05 M jak miłość (84) serial
08:00 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
09:35 Pogoda
09:40 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
10:55 Barwy szczęścia (1662) serial
11:35 Na dobre i na złe: Amazonki (418) serial
12:40 Tysiąc i jedna noc serial
13:35 Na sygnale: Oświadczyny serial
14:05 Włoska kuchnia jak u babci: Bari (11/13) magazyn kulinarny
14:35 Afryka od kuchni: Jima, Etiopia (11/13) serial
15:05 M jak miłość (1284) serial
16:10 Ojciec Brown : Sekret alchemika (55) serial
17:05 Cena miłości (89/113) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 Kocham Cię, Polsko! (7) rozrywka
21:55 Inteligent w armii komedia, USA 1994
00:10 Świat bez fikcji: Mali ludzie, wielkie marzenia film dokumentalny, Singapur/Chiny

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:50 Trudne sprawy (156) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (548) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (550) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (133) serial
10:50 Małolaty (31) serial
11:50 Na ratunek 112 (61) serial
12:20 Na ratunek 112 (62) serial
12:50 Trudne sprawy (287) serial
13:50 Słoiki (31) serial
14:50 Dlaczego ja? (700) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (92) serial
17:40 Trudne sprawy (215) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich serial
20:05 Bad Boys 2 film sensacyjny, USA
23:15 Wyścig z czasem thriller, USA

TVN

05:30 Uwaga! magazyn reporterów
06:00 Mango telezakupy
07:05 W-11 - Wydział Śledczy: Zabójstwo niedoskonałe (996) serial
07:50 Doradca smaku: Pieczony indyk w słodko-ostrym sosie (1) magazyn kulinarny
08:00 Milionerzy (30) teleturniej
08:35 Kuchenne rewolucje: Villa Toscania, Pszczew (12) rozrywka
09:35 Szkoła (218) serial
10:35 Ukryta prawda (476) serial
11:35 Szpital (362) serial
12:35 19+ (90) serial
13:05 19+ (91) serial
13:35 W-11 - Wydział Śledczy: W zagrożeniu (997) serial
14:15 W-11 - Wydział Śledczy: Leoś (998) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Bytów, Młyn (6) rozrywka
16:00 Szkoła (219) serial
17:00 Ukryta prawda (477) serial
18:00 Szpital (363) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Kolorowe chilli con carne (3) magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (2517) serial
20:55 Infiltracja dramat sensacyjny, Hongkong/USA 2006
00:05 Suma wszystkich strachów thriller, Niemcy/USA 2002

TV 4

06:00 Wszystko o psach (7) serial
07:00 Kacze opowieści (58) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (2) serial
08:00 Kacze opowieści (61) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (4) serial
09:00 Wszystko o psach (8) serial
10:00 Twoja na zawsze (93) serial
11:00 Detektywi w akcji (23) serial fabularny
12:00 Detektywi w akcji (117) serial fabularny
13:00 Policjantki i Policjanci (270) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania 9 (260) reality show
16:00 Twoja na zawsze (94) serial
17:00 Hawaje 5-0 (17) serial
18:00 Detektywi w akcji (24) serial fabularny
19:00 Policjantki i Policjanci (271) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (76) serial
21:00 El Mariachi dramat sensacyjny, Meksyk/USA 1992
22:40 Śmierć na 1000 sposobów (8) serial
23:05 Śmierć na 1000 sposobów (9) serial
23:35 Spadkobiercy (42) rozrywka
00:35 Tuż przed tragedią (5) serial

TVN7

05:35 Szpital (112) serial
06:40 W-11 - Wydział Śledczy: Mięczaki (1151) serial
07:25 Sąd rodzinny: Wesoła wdowa (43) serial
08:25 39 i pół: Liceum (8) serial
09:25 Dr House 6 (15) serial
10:25 Mango telezakupy
12:00 Ukryta prawda (323) serial
13:00 Sąd rodzinny: Nic już nie jest możliwe (46) serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (286) serial
15:00 Szpital (113) serial
16:00 Chirurdzy (8) serial
17:00 Dr House 6 (17) serial
18:00 Dr House 6 (18) serial
19:00 Ukryta prawda (324) serial
20:00 Sensacyjny wtorek: Gra o przeżycie film sensacyjny, USA 1994
22:05 Kino oldschool: Firefox film sensacyjny, USA 1982
00:40 Czysty Geniusz (7) serial medyczny

Puls

06:00 To moje życie! (80) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny : Na celowniku (2) serial
08:00 Nash Bridges: Zabójczy robot (117) serial
09:00 Nash Bridges: Zabić Joy (119) serial
10:00 Napisała: Morderstwo : Morderstwo według Maggie (17/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny : Zabójcza lista (3) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Pusty kołczan (16) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Zakładnik (18) serial
13:50 Zbuntowany anioł (109) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (110) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles : Robota (20) serial
16:35 13 posterunek 2 (12) serial
17:10 13 posterunek 2 (13) serial
17:50 Gwiazdy lombardu 15 (346) reality show
18:10 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Momentum thriller, USA 2015
21:55 Desperado film sensacyjny, Meksyk/USA 1995
23:55 Zobacz to!: Ale numer! (4) rozrywka
00:30 Z archiwum policji (8) serial

Wciąż traktują mnie jak cudzoziemkę

Rozmowa z KRYSTYNĄ PODLESKĄ

- Od premiery „Misia" Stanisława Barei, w którym stworzyłaś niezapomnianą kreację Aleksandry Kozeł, minęło już 36 lat...

- To straszne (śmiech)! To jedyny komentarz jaki teraz przychodzi mi do głowy. A poważnie mówiąc… Na przestrzeni tych lat „Miś" stał się kultowy i bardzo się cieszę, że mogłam w nim zagrać. To była czysta przyjemność.

- Podobno nie byłaś na premierze.

- Bo takiej oficjalnej w ogóle nie było. Ówczesne władze, z wiadomych przyczyn, chciały, żeby ten film przeszedł szybko i bez echa. Dlatego równie szybko został on zdjęty z ekranów i odłożony na półkę. Dopiero w latach dziewięćdziesiątych odkryto go na nowo. Przez te dziesięć lat nikt nie krzyczał za mną: pani grała w „Misiu". Natomiast kiedy przyjechałam do Polski bodaj w 1997 roku dosłownie nie mogłam się odpędzić od zaczepiających mnie przechodniów. Ale są to do bardzo miłe reakcje. Fajnie jest, kiedy ludzie kojarzą cię z czymś co lubią, bo od razu lubią ciebie (uśmiech).

- „Miś", jak wspomniałaś, stał się kultowy, Twoja rola również. Później nie dawano Ci zbyt wielu szans na zaistnienie w świadomości widzów. Postać Oli jest dla Ciebie szczęściem czy przekleństwem?

- 30 lat temu bywało mi przykro z tego powodu. Dzisiaj, z perspektywy lat, inaczej na to patrzę. Jestem bardziej wyciszona i nie interesuje mnie konkurencja, pogoń za rolą, ten umowny wyścig szczurów. Nie wiem czy gdybym nie zagrała w „Misiu" mogłabym dziś grać w polskich teatrach. Ten film dał mi też możliwość częstego odwiedzania kraju, który – pomimo tego, że urodziłam się i wychowałam w Anglii – zawsze nosiłam w sercu.

Reklama

- Ale przyznasz, że Polska była dla Ciebie wówczas tak egzotyczna, jak dla nas właśnie Londyn.

- Zgadza się! Gdybym wtedy zdecydowała się przeprowadzić do Polski, to pewnie zamknęliby mnie z szpitalu psychiatrycznym (śmiech).

- Dla „Misia" przyjechałaś z Londynu, do którego nie pozwolono Ci w filmie wyjechać.

- Taaaak, Lądek Zdrój (śmiech)!

- Ola Kozeł dość często pokazuje się na ekranie w stroju Ewy. Nie przeszkadzało Ci to?

- Absolutnie, nie jestem pod tym względem pruderyjna. Pamiętam nawet dość zabawną sytuację, w której kręciliśmy scenę odwiedzin sobowtóra głównego bohatera. Otwieram mu drzwi i mówiąc, że nie jestem jeszcze gotowa, rozchylam szlafroczek. Zupełnie zapomniałam, że nic pod nim nie mam. Oczywiście ku uciesze ekipy. I ta nieplanowana scena weszła do filmu. Poza tym nie uważam za specjalny wyczyn pokazania przed kamerą pół cyca. Szczerze podziwiam aktorki, które decydują się na odważne sceny erotyczne. Nie wiem czy ja bym potrafiła takie zagrać.

- Jakiś czas temu Tym pokusił się o zrealizowanie kontynuacji „Misia". Nie zagrałaś w „Rysiu". Nie miałaś do niego o to żalu?

- Początkowo wręcz ogromny. W trakcie realizacji Stasio zadzwonił do mnie i zaproponował jakiś epizod. Odmówiłam, mówiąc, że epizod to ja mogę zagrać w każdym filmie, tylko nie w tym. Kiedy dowiedziałam się, że małe rólki zagrały w nim nawet Janda, Tyszkiewicz i Szapołowska, pomyślałam, że zrobiłam wielki błąd. Kiedy jednak obejrzałam film – przykro mi to mówić – ale dziękowałam Bogu, że w nim nie wystąpiłam.

- Za to z powodzeniem znów grasz dla polskiej widowni teatralnej.

- Tak, bardzo mnie to cieszy. Od lat wcielam się w Angelę w moim ukochanym monodramie „Mój boski rozwód" w reżyserii Jerzego Gruzy. Cieszę się, że Teatr Ludowy zdecydował się na ten projekt. To mnie trzyma w zawodzie i na scenie, którą cenię sobie bardziej niż kino.

- Z kolei kino daje popularność. Nie wierzę, że idąc do szkoły aktorskiej, nie marzyłaś o tym by być rozpoznawana i zasypywana propozycjami filmowymi.

- Powiem ci szczerze, że nigdy nie należałam do osób nad wyraz śmiałych i rozpychających się łokciami. Pewnie, że jeśli nie dostałam jakiejś roli, było mi przykro. Ale zupełnie nie interesują mnie układziki, jakie teraz panują w polskim kinie. Jestem od tego daleka. Poza tym zawsze interesowałam się wieloma dziedzinami sztuki, nie umiem należeć do jednej z form…

- Czy jednej osoby, o czym świadczą Twoje trzy małżeństwa.

- (śmiech)!!!

- Jak Ci się wydaje, dlaczego tych propozycji nie było?

- Po pierwsze nie jestem na co dzień w Warszawie. Poza tym podejrzewam, że wiele osób wciąż traktuje mnie jak cudzoziemkę.

- A Ty kim się czujesz?

- Jak najbardziej Polką. W końcu Polakami byli moi rodzice. Ale wiesz, uro-

dziłam się, kształciłam i wychowałam w obcym kraju. Spędziłam tam w sumie pół wieku.

- To dlaczego w „Misiu" nie zagrałaś jako Krystyna Podleska, tylko Christine Paul?

- Były to czasy, kiedy Anglia nie była jeszcze tak otwarta na cudzoziemców, a nawet jedzenie. Wszystko co francuskie też było be, chociaż to niemal za miedzą. Byłam akurat tuż przed dyplomem. Wezwał mnie dyrektor szkoły i powiedział, że muszę zmienić nazwisko, bo moje jest trudne do wymówienia. Długo nie mogłam się przyzwyczaić do nowego. Na castingach, kiedy wywoływano Christine Paul, rozglądałam się, która to paniusia. Dopiero za trzecim czy czwartym razem jarzyłam, że przecież chodzi o mnie (śmiech). A wracając do „Misia", to przecież ostatecznie ktoś do tego pseudonimu próbował dodać moje prawdziwe nazwisko, przekręcając je dokumentnie. W napisach figuruje Christine Paul-Podlasky. Koszmar. To przykre dla mnie, do dziś nie udało mi się tego odkręcić.

- Jesteś w Polsce już od ponad dwadzieścia lat. Co Cię skłoniło do powrotu?

- Raczej do przyjazdu, niż powrotu, bo przecież nigdy tu tak naprawdę nie mieszkałam. Głównym powodem było odejście moich ukochanych rodziców, którzy zmarli w przeciągu ośmiu miesięcy. Bez nich Londyn stracił dla mnie swój urok. Dlatego wcale nie żałuję tej decyzji o przeprowadzce.

- Ale podobno w Polsce nie zamierzasz się zestarzeć?

- Tylko ze względu na aurę. Dotarłam do takiego punktu swojego życia, w którym potrzebuję jedynie świętego spokoju. Pomimo, że mieszkałam pół wieku w Londynie, cudownym zresztą i w ogóle tego nie żałuję, to teraz im dalej od miasta, tym lepiej się czuję. Kocham przyrodę, słońce, morze, zwierzęta. Takie swoje miejsce na ziemi widziałabym na południu Włoch.

ROZMAWIAŁ MARCIN KALITA

FOT. MARCIN KALITA, ARCHIWUM

KRYSTYNA PODLESKA Urodziła się w Londynie. Jest absolwentką tamtejszej Webber Douglas Academy of Dramatic Art. W Anglii występowała m.in. w Polskim Teatrze Dramatycznym, Royal Court Theatre, Richmond Theatre, Pheonix Theatre Leicester, The Almost Free Theatre i Lyric Theatre. Po powrocie do kraju w 1999 roku związała się z krakowskim Teatrem Ludowym. Zagrała główną rolę kobiecą w kultowym filmie „Miś". Ponadto znana z takich filmów i seriali jak: „Barwy ochronne", „Palace Hotel", „Tygrysy Europy", „Job", „Świat według Kiepskich", „Ranczo" czy „Ojciec Mateusz". Poza aktorstwem zajmuje się tłumaczeniem sztuk z angielskiego na polski. Jej pierwszym mężem był szermierz Janusz Różycki, drugim – dyrygent Jacek Kasprzyk. Od 1989 roku związana jest z aktorem i reżyserem Januszem Szydłowskim.

Dlaczego nasza FOTOBUDKA?

- Jest szybka, mobilna i robi zabawne fotki
- Rozkręci każdego typu imprezę
- Animator zajmie się całą organizacją
- Szeroki wybór przebrań oraz akcesoriów
- świetna zabawa, nielimitowana liczba zdjęć

Stworzymy dla Was album oraz płytę DVD ze zdjęciami

Atrakcyjne ceny!

Nie czekaj, zarezerwuj termin już dziś!

Reklama

Środa, 26 lipca

TVP 1

05:20 Telezakupy
05:55 Dr Quinn 4 (4/28) serial
06:50 Natura w Jedynce: Enklawy dzikiej przyrody: Stawonogi - niezastąpione ogniwo (15) serial
07:20 Natura w Jedynce: Cudowny świat przyrody : Kolebka morskiego życia. Shiretoko. Japonia serial
08:00 Wiadomości
08:15 Pogoda
08:40 Elif (56) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (139) serial
10:35 Dr Quinn 4 (5/28) serial
11:30 Obserwator (91) cykl reportaży
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes magazyn rolniczy
12:30 Agropogoda program informacyjny
12:35 Magazyn rolniczy: Hodowla zwierząt w Wielkopolsce magazyn poradnikowy
12:50 Natura w Jedynce: Enklawy dzikiej przyrody: Tajemnica sukcesu stawonogów (16) serial
13:20 Natura w Jedynce: Cudowny świat przyrody : Mały amator wspinaczki. Góralek przylądkowy. Afryka serial
14:00 Elif (57) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Polska Molskiej: Wielkopolska (1) magazyn kulinarny
15:55 Czarne chmury: Czarna sakwa (5/10) serial
16:45 Fundusze europejskie
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela dokumentalna
17:55 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:35 Zraniona miłość (55) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Kolarstwo: Tour de Pologne kronika
20:10 Pogoda
20:20 Skrywana prawda thriller, USA 2016
22:00 Kryminalne zagadki Las Vegas 15 (18-ost.) serial
22:50 Penderecki. Droga przez labirynt film dokumentalny, Niemcy/Polska 2013
00:05 Raban Miłosierdzia Bożego film dokumentalny, Polska 2016

TVP 2

06:35 Rodzinka.pl: Nawarzyłeś piwa, to teraz je pij (102) serial
07:05 M jak miłość (85) serial
08:00 Pytanie na śniadanie magazyn
08:50 Panorama
08:55 Pytanie na śniadanie magazyn
09:35 Pogoda
09:40 Pytanie na śniadanie magazyn
10:15 Pogoda
10:20 Pytanie na śniadanie magazyn
11:00 Barwy szczęścia (1663) serial
11:35 Na dobre i na złe: Koledzy (419) serial
12:40 Tysiąc i jedna noc (107/158) serial
13:35 Na sygnale: Pierwszy dyżur (5) serial
14:05 Włoska kuchnia jak u babci: Polignano a Mare (12/13) magazyn kulinarny
14:35 Afryka od kuchni: Kaloleni, Kenia (12/13) serial
15:05 M jak miłość (1285) serial
16:10 Ojciec Brown : Za cudze grzechy (56) serial
17:05 Cena miłości (90/113) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 Kino relaks: Kiedy Harry poznał Sally komedia romantyczna, USA 1989
21:55 Pierwsza randka (6) reality show
23:00 Na sygnale: Koniec zabawy (135) serial
23:30 Na sygnale: Kwestia zasad (136) serial
00:05 Inteligent w armii komedia, USA

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News program informacyjny
07:50 Trudne sprawy (157) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (551) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (552) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (134) serial
10:50 Małolaty (32) serial
11:50 Na ratunek 112 (63) serial
12:20 Na ratunek 112 (64) serial
12:50 Trudne sprawy (288) serial
13:50 Słoiki (32) serial
14:50 Dlaczego ja? (701) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (93) serial
17:40 Trudne sprawy (216) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (307) serial
20:05 Świat według Kiepskich (511) serial
20:40 Last Vegas komedia obyczajowa, USA 2013
22:55 Studenci komedia, USA 2008

TVN

05:30 Uwaga! magazyn reporterów
06:00 Mango telezakupy
07:05 W-11 - Wydział Śledczy: Leoś (998) serial
07:50 Doradca smaku: Kolorowe chilli con carne (3) magazyn kulinarny
08:00 Milionerzy (31) teleturniej
08:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja Gaumarjos, Warszawa (13) rozrywka
09:35 Szkoła (219) serial
10:35 Ukryta prawda (477) serial
11:35 Szpital (363) serial
12:35 19+ (92) serial
13:05 19+ (93) serial
13:35 W-11 - Wydział Śledczy: To było niesamowite (999) serial
14:15 W-11 - Wydział Śledczy: Zła znajomość (1000) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Bestwinka, Polskie Ranczo (7) rozrywka
16:00 Szkoła (220) serial
17:00 Ukryta prawda (478) serial
18:00 Szpital (364) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Ciasto z bananami do góry nogami (6) magazyn kulinarny
20:15 Na Wspólnej (2518) serial
20:55 Dom marzeń (7) reality show
21:55 Czas patriotów film sensacyjny, USA 1992
00:15 Kuba Wojewódzki: Agnieszka Więdłocha i Paranienormalni (6) talk-show

TV 4

06:00 Wszystko o psach (8) serial
07:00 Kacze opowieści (59) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (3) serial
08:00 Kacze opowieści (62) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (5) serial
09:00 Wszystko o psach (9) serial
10:00 Twoja na zawsze (94) serial
11:00 Detektywi w akcji (24) serial fabularny
12:00 Detektywi w akcji (118) serial fabularny
13:00 Policjantki i Policjanci (271) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania 9 (261) reality show
16:00 Twoja na zawsze (95) serial
17:00 Hawaje 5-0 (18) serial
18:00 Detektywi w akcji (25) serial fabularny
19:00 Policjantki i Policjanci (272) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (77) serial
21:00 Street Fighter: Legenda Chun-Li film sensacyjny, Kanada/Japonia/USA/Indie 2009
23:05 Śmierć na 1000 sposobów (10) serial
23:35 Śmierć na 1000 sposobów (11) serial
00:00 Spadkobiercy (43) rozrywka

TVN7

05:30 Ukryta prawda (393) serial
06:30 Szpital (113) serial
07:25 Sąd rodzinny: Nic już nie jest możliwe (46) serial
08:25 39 i pół: Rola życia (9) serial
09:25 Dr House 6 (17) serial
10:25 Mango telezakupy
12:00 Ukryta prawda (324) serial
13:00 Sąd rodzinny: Ból rozłąki (45) serial
14:00 Sędzia Anna Maria Wesołowska (287) serial
15:00 Szpital (114) serial
16:00 Chirurdzy (9-ost.) serial
17:00 Dr House 6 (19) serial
18:00 Dr House 6 (20) serial
19:00 Ukryta prawda (325) serial
20:00 Dobre kino: Wyprawa Kon-Tiki film przygodowy, Szwecja/Niemcy/Wielka Brytania/Dania/Norwegia 2012
22:30 The Following 3 (4/15) serial
23:30 Latający biznes komedia, USA

Puls

06:00 To moje życie! (81) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny : Zabójcza lista (3) serial
08:00 Nash Bridges: Gorączka (118) serial
09:00 Nash Bridges: Zamiana (120) serial
10:00 Napisała: Morderstwo : Szczęście O'Malleya (18/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny : Wróg z przeszłości (4) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Sprawa osobista (17) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles : Wewnętrzny wróg (19) serial
13:50 Zbuntowany anioł (111) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (112) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles : Spec od rakiet (21) serial
16:35 13 posterunek 2 (13) serial
17:10 13 posterunek 2 (14) serial
17:50 Gwiazdy lombardu 15 (349) reality show
18:10 Gwiazdy lombardu 15 (350) reality show
18:35 Gwiazdy lombardu 16 (363) reality show
19:05 Gwiazdy lombardu 16 (364) reality show
19:30 Gwiazdy lombardu 16 (365) reality show
20:00 Anakonda thriller, Brazylia/USA/Peru 1997
21:35 Anakondy: Polowanie na krwawą orchideę film sensacyjny, USA 2004
23:45 American Horror Story: Sabat (11/13) serial grozy
00:40 Zobacz to!: Ale numer! (5) rozrywka

Horoskop

Baran (21.03-19.04)
Twój sposób bycia otoczenie odbiera jako zarozumiałość. Przestań ukrywać prawdziwe uczucia, bądź sobą. Zdobądź się na szczerą rozmowę, a wszystko potoczy się inaczej. Masz przed sobą bardzo dobry okres.

Byk (20.04-20.05)
Ktoś będzie chciał sfinansować Twój projekt. Należy jednak zachować ostrożność przy podpisywaniu umowy. Mogą znaleźć się w niej jakieś kruczki, a w rezultacie propozycja nie jest zbyt atrakcyjna.

Bliźnięta (21.05-21.06)
Czeka Cię rozstanie z kimś bliskim. Ponieważ nie lubisz pustki zaczniesz się rozglądać za kimś na pocieszenie. To nie jest właściwy moment na zawieranie nowych znajomości.

Rak (22.06-22.07)
Tylko odpowiednią taktyką i uporem w negocjacjach możesz przekonać całkiem dużą liczbę oponentów do swoich pomysłów. Nie poddawaj się jednak nawet wówczas, kiedy spotkasz się z odmową.

Lew (23.07-22.08)
Z tymi sprawami nie poradzisz sobie sam. Najlepiej poszukać pomocy u prawnika. I nie zwlekaj z tym długo, bo każdy kolejny dzień działa na Twoją niekorzyść. Dobrze by było, gdyby to był ktoś sprawdzony.

Panna (23.08-22.09)
Skoncentruj się na poważnych sprawach. Niełap wszystkich srok za ogon i nie reaguj nerwowo. Zwracaj szczególną uwagę na dokumenty jakie podpisujesz.

Waga (23.09-22.10)
Czeka Cię kilka spotkań towarzyskich, na których będziesz się nudzić. Tylko to ostatnie okaże się inne. Padnie propozycja współpracy, która będzie miała wpływ na dalsze Twoje losy.

Skorpion (23.10-21.11)
Na horyzoncie ktoś z przeszłości. Szykują się wielkie zmiany. Ale czy warto przewracać wszystko do góry nogami. Czy gra jest warta świeczki. Należy wszystko przemyśleć i przedyskutować bez niedomówień.

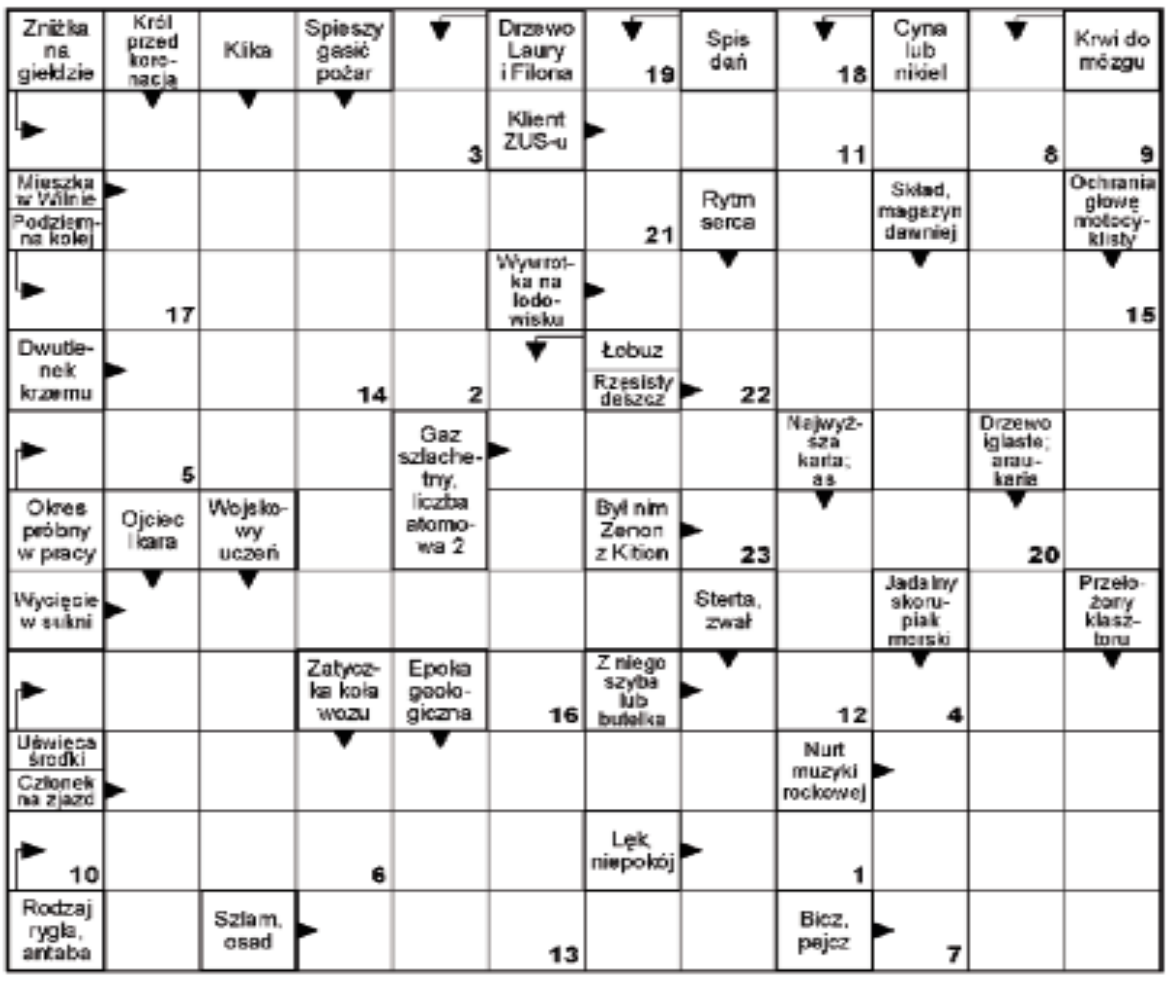
Strzelec (22.11-21.12)
Skup się na sprawach związanych z finansami. Pojawi się szansa kupna czegoś nowego. Przeanalizuj sprawę, czy gra warta świeczki. Nie działaj pod wpływem impulsu.

Koziorożec (22.12-19.01)
Niektóre Byki przez swój upór bardzo lubią komplikować sobie i innym życie. Propozycja rzucona przez kogoś nowego nie jest poważna. Dlatego warto przemyśleć zanim podejmie się decyzję. Nie ulegaj kaprysom.

Wodnik (20.01-18.02)
Droga do kariery zawodowej jest otwarta. Przed Tobą nowe wyzwania, nowe propozycje. Wiąże się to także z dużymi pieniędzmi. Nareszcie ktoś dostrzegł Twoje zdolności i zaangażowanie.

Ryby (19.02-20.03)
Bardzo dobry okres na załatwianie wszelkich spraw związanych z finansami. Pojawi się szansa na podpisanie korzystnych umów. Spróbuj też szczęścia w jakiejś grze liczbowej.

Krzyżówka



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 23 utworzą rozwiązanie - - aforyzm Anny Pogonowskiej.

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

Marcin Meller:

Gruzja na wakacje

Coraz więcej Polaków na wakacyjny odpoczynek wybiera kierunki coraz mniej oczywiste. Jednym z wciąż odkrywanych, a zarazem fascynujących nas państw jest Gruzja. Jak się przygotować do jej zwiedzania i dlaczego warto najpierw sięgnąć po książkę „Ali i Nino"? Odpowiada znany dziennikarz i prezenter telewizyjny Marcin Meller.

Co pana zafascynowało w Gruzji, podczas pierwszych wizyt w tym kraju?

Przede wszystkim ludzie. Gruzja to piękny, górzysty kraj, z niesamowitą historią, ale pierwszy raz trafiłem do niej w niezwykle ciężkim momencie. Był rok 1992, Gruzja dopiero co odzyskała niepodległość, była po pierwszej wojnie domowej, w trakcie drugiej, a przed trzecią. Stolica Tbilisi była w dużej mierze bandyckim miastem, strach było wychodzić po zmierzchu, więc można by zasadnie się zapytać co do diaska mi się tam spodobało? No więc ludzie. To było niesamowite. Przyjechałem jako reporter nie znając nikogo. Zaszedłem na główną ulice miasta, Aleję Rustawelego gdzie mieścił się Dom Prasy, wlazłem i zagadnąłem pierwszego napotkanego człowieka, że nazywam się Marcin, przyjechałem z Polski i czy może mi pomóc. Pomógł. Po paru dniach znałem już dziesiątki ludzi, przewożono mnie z mieszkania do mieszkania, goszczono w ujmujący sposób, mimo, że nikomu się nie przelewało. Nigdy tego nie zapomnę. Plus czarne poczucie humoru, które uwielbiam, a w którym celują Gruzini, zwłaszcza kiedy jest ciężko.

Współczesna kultura gruzińska, dla zwykłego, polskiego turysty, który pojedzie tam pierwszy raz, wciąż będzie jakimś zaskoczeniem? Co może zaskoczyć, lub zachwycić osobę, która zazwyczaj jeździła na wakacje do Egiptu, Tunezji, czy Turcji, a w tym roku postanowi odwiedzić właśnie Gruzję?

O Gruzji można powiedzieć: „tak daleko i tak blisko". W każdym ze znaczeń. Odnajdziemy wiele podobieństw mentalnych i kulturowych, w podejściu do życia, w historii, w poczuciu humoru, a jednocześnie będziemy zaskaki-

wani egzotyką. Jest duża szansa, że zachwycimy się gruzińską muzyką i tańcem, gdy usłyszymy i zobaczymy jak Gruzini śpiewają i tańczą, co wyrabiają z głosami i ciałami. Jest duża szansa, że przytyjemy, bo gruzińska kuchnia jest oryginalna i pyszna, a supra czyli uczta to gruziński sport narodowy, okraszona najbardziej niesamowitymi na świecie toastami. Plus gruzińska spontaniczność, która potrafi wszystko wywrócić do góry nogami.

Co trzeba zobaczyć, jak smakować i poznawać Gruzję, czy też większą część Kaukazu, aby poczuć zachwyt do tej części świata, taki jaki poczuł pan, a nie z lekkim zblazowaniem stwierdzić „no fajnie, ale szału nie było"?

Najlepiej pojechać na własną rękę i improwizować. Być otwartym na ludzi. Zejść z utartych ścieżek. Pojechać w miejsca nieoczywiste. A przed wyjazdem poczytać to i owo o miejscu, do którego się wybieramy. To zresztą tyczy się nie tylko Gruzji.

Dlaczego przed wyjazdem w tamten region świata, książkę „Ali i Nino" powinniśmy potraktować jak lekturę obowiązkową?

Bo kapitalnie, lekko i zabawnie opowiada o tym zadziwiającym kawałku świata. Mimo, że jej akcja dzieje się sto lat temu, mimo, że została napisana w latach 30. ubiegłego wieku, to jak mało która lektura oddaje charakter tamtych miejsc, ludzi, charakterów. No i jest bardzo śmieszna, a przede wszystkim to najbardziej znana kaukaska historia miłosna. Ali i Nino to tamtejsi Romeo i Julia. W gruzińskim Batumi nad Morzem Czarnym stoi nawet pomnik Ali i Nino, pod który tłumnie przychodzą zakochani. To fenomen: o Ali i Nino słyszeli nawet ci, którzy nie przeczytali powieści. A sama powieść jest urocza i wzruszająca.

Od kilku lat można w Polsce zaobserwować pewną fascynację kulturą, dla nas, orientalnego Wschodu. Myśli pan, że to zainteresowanie, to właśnie kwestia orientalizmu, egzotyki, czy są także jakieś inne powody?

Nie chciałbym romantyzować Wschodu, ale tam jednak czas płynie inaczej, wolniej, swobodniej, relacje między ludźmi są bliższe, gorset luźniejszy. Może nam tego brakuje. Mnie na pewno.

Jak przygotować się do urlopowego zwiedzania dotychczas nieznanych krajów? Czytać przewodniki, książki podróżnicze, dobrą, lokalną beletrystykę, aby dotrzeć do ciekawych smaczków, czy też niuansów kulturowych? Jak pan się przygotowuje do podróży w nieznane?

Zawsze najpierw kupuję sobie jakąś książkę albo raczej książki. Reporterskie, powieści, podróżnicze, wspomnieniowe, gatunek nieważny, byle dobre były. Jak jest film, to film. Szperam po You Tubie i w ogóle internecie, szukam miejsc, które chciałbym odwiedzić, pójść śladami bohaterów tych książek i filmów. W nagrodę są momenty magii. Pamiętam jak po przeczytaniu „Ali i Nino" wszedłem w Tbilisi na górę Mtacminda, gdzie znajduje się grób rosyjskiego pisarza i dyplomaty Aleksandra Gribojedowa i jego gruzińskiej żony Nino Czawczawadze. Powieściowa Nino prowadziła tam swego ukochanego Aliego, zafascynowana postawą swej imienniczki, która owdowiawszy tuż po ślubie w wieku 16 lat (jej męża zamordowano w czasie zamieszek w Teheranie) nigdy więcej nikogo nie poślubiła, mimo starań wielu szlachetnych kawalerów. Po śmierci pochowano ją obok męża. I teraz ja stałem pod ich grobowcem myśląc o nich, o Alim i Nino, o życiu, miłości i śmierci. Dziwne to było i piękne.

ROZMAWIAŁ: ROBERT STĘPOWSKI

Rozmaitości

W STARYM, DOBRYM STYLU

Komedia
Reżyseria: Zach Braff
Obsada: Morgan Freeman, Michael Caine, Alan Arkin, Matt Dillon, Christopher Lloyd, Ann-Margret, Joey King, Peter Serafinowicz

Trzej najlepsi kumple – Willie, Joe i Al decydują się przełamać stereotyp spokojnych emerytów i po raz pierwszy w życiu zejść ze ścieżki prawości, kiedy ich fundusz emerytalny zostaje zlikwidowany. Aby samodzielnie opłacać swoje rachunki i nie stać się ciężarem dla najbliższych, trzej zdesperowani przyjaciele stawiają wszystko na jedną kartę i postanawiają napaść na ten sam bank, który pozbawił ich pieniędzy.

REMIGIUSZ MRÓZ: „CZARNA MADONNA"

Fani prozy Remigiusza Mroza niecierpliwie oczekują na jego najnowszą powieść, o której jeszcze do niedawna zarówno autor jak i wydawca milczeli jak zaklęci. Teraz już wiadomo, że powieść o tajemniczo brzmiącym tytule „Czarna Madonna" i intrygującej okładce do księgarń trafi 19 lipca. Boeing 747 irlandzkich linii lotniczych miał wylądować w Tel Awiwie o trzeciej w nocy. Nigdy nie dotarł na miejsce, a kontakt z maszyną utracono gdzieś nad Morzem Śródziemnym. Na pokładzie znajdowało się 520 osób, w tym narzeczona Filipa, która miała odbyć pielgrzymkę do Bazyliki Grobu Świętego. Przez pierwsze godziny Filip wierzy, że samolot się odnajdzie. Nic nie wskazuje na zamach, straż przybrzeżna nie odnajduje wraku, a co jakiś czas do kontroli lotów dociera sygnał z transpondera. Co stało się z boeingiem? Jaki związek ma jego zniknięcie z podobnymi zdarzeniami. I jakie znaczenie ma obraz Matki Bożej, nazywany Czarną Madonną? Pierwsze odpowiedzi każą Filipowi sądzić, że niewiedza naprawdę jest błogosławieństwem.

JACEK CYGAN: „CYGAN O MIŁOŚCI"

Wyjątkowy wybór utworów Jacka Cygana, autora tekstów, poety, scenarzysty, autora musicalowego, wielokrotnie nagradzanego za słowa piosenek, które stały się wielkimi przebojami, współpracującego z najwybitniejszymi artystami polskiej estrady. Kompilacja przedstawia wybór wyjątkowych utworów, które śpiewają już kolejne pokolenia artystów. Wrażliwe poetyckie teksty piosenek wyniosły autora na czołowe miejsce pośród twórców muzyki rozrywkowej w Polsce. Na płycie usłyszymy: „Intymnie" – Ryszard Rynkowski, „Księżycowa kołysanka" – Krzysztof Kiljański, „Jak natchnieni" – Mario Szaban, „Stan pogody" – Anna Jurksztowicz, „Ja będę tobą, ty mną" – Natalia Kukulska, „Imię trawy" – Sylwia Grzeszczak, „Otulmy się miłością" – Krzysztof Kiljański, „Rozmowa przy ściemnionych światłach" – Ela Adamiak, „Czułość" – Gosia Stępień, „Niebo to my" – Edyta Górniak, „Zmysły precz" – Anna Jurksztowicz, „To moja magia" – Lora Szafran i Mieczysław Szcześniak, „Dotyk" – Edyta Górniak, „Dumka na dwa serca" – Edyta Górniak i Mieczysław Szcześniak, „Naga przed lustrem" – Krzysztof Antkowiak, „Odchodzę w deszczu" – Majka Jeżowska, „W muszelkach twoich dłoni" – Grzegorz Turnau.

Z życia gwiazd

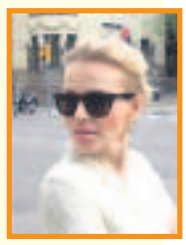
Edyta Herbuś spełniła swoje aktorskie pragnienie

Aktorsko dużo jeszcze przede mną – zapowiada Edyta Herbuś. Obecnie można ją oglądać między innymi w spektaklu „Przygoda z ogrodnikiem" w reżyserii Mirosława Połatyńskiego w Teatrze IMKA, a wkrótce w nowym serialu. – Dzieje się intensywnie. Mam też zaplanowane zdjęcia do filmu, za chwilę również nowy spektakl taneczny, a do tego rola w serialu, ale o tym jeszcze przez chwilę nie mogę mówić – mówi Edyta Herbuś. Tancerka przyznaje, że bardzo dobrze czuje się na teatralnej scenie. Zadebiutowała w duodramie „Diwa" (reż. Grzegorz Kempinsky), później był spektakl komediowy „Zagraj to jeszcze raz, Sam" (reż. Magdalena Cwen Hanuszkiewicz), a teraz kolejna sztuka – „Przygoda z ogrodnikiem". – Aktorstwo to było moje pragnienie i w momencie, gdy zdecydowałam się pójść tą drogą, bardzo dużo zainwestowałam w swój rozwój – warsztat, w naukę tego zawodu. Jestem na pewnym etapie tej drogi, sporo jeszcze przede mną, ale pierwsze elementy satysfakcji – mam okazję pracować ze świetnymi aktorami, reżyserami – mówi Edyta Herbuś.

Joanna Majstrak mówi „nie" związkom za wszelką cenę

Aktorka ceni sobie czas, gdy jest singielką. Nie jest wtedy przez nikogo ograniczana i może całkowicie skupić się na własnym rozwoju. Nie rozumie kobiet, które boją się braku partnera życiowego. Ona sama woli być sama niż angażować się w niesatysfakcjonujący związek. Lato to dla wielu kobiet czas nie tylko odpoczynku, ale i większej niż na co dzień swobody, także seksualnej. W okresie wakacyjnym częściej pozwalają sobie one na niezobowiązujące romanse, niekiedy z cudzoziemcami poznanymi podczas zagranicznego urlopu. Joanna Majstrak nie rozumie takiego podejścia, zakładającego nawiązanie erotycznej relacji wyłącznie na czas urlopu. – Kiedy się z kimś wiążę lub spotykam to nie z określeniem daty od-do: koniec wakacji, cześć, już się nie znamy – mówi aktorka. Joanna Majstrak nie wyklucza, że jeden z jej związków mógł zakończyć się wraz z nadejściem jesieni, zapewnia jednak, że było to dziełem przypadku. Nie ukrywa natomiast, że w gronie jej bliskich koleżanek są kobiety, które chętnie wdają się w wakacyjne romanse.

Agnieszka Cegielska zdradza sposób na perfekcyjną figurę



Bardzo pilnuję tego, co jem. Nie chodzi tu jednak o liczenie kalorii, ale o jakość jedzenia – podkreśla Agnieszka Cegielska. Prezenterka kieruje się zasadą: „jesteśmy tym, co jemy", stawia na życie w harmonii z naturą i chętnie włącza do swojego menu przeróżne rośliny, zioła, zboża, warzywa i owoce. Z pasją odkrywa ich właściwości i zdobytą wiedzą dzieli się z widzami. Jej zdaniem największe spustoszenia w organizmie są spowodowane restrykcyjnymi dietami, stresem i chemicznymi dodatkami do żywności. – Nigdy w życiu nie byłam na diecie i mam nadzieję, że nigdy nie będę musiała. Stosuję różnorodną dietę umiaru, słucham swojego organizmu, podpowiada mi tak dobrze, że wychodzi mi to na zdrowie – zdradza prezenterka Agnieszka Cegielska. W autorskim cyklu „Naturalnie" w programie „Dzień dobry TVN" Agnieszka Cegielska odkrywa skarby natury i opowiada o ich właściwościach. Prezenterka zachęca do tego, by w menu jak najczęściej pojawiały się sezonowe owoce i warzywa, tłumaczy, jak wykorzystywać zioła, lecznicze rośliny, zboża i produkty z ekologicznych upraw. Jak podkreśla, swoją figurę i odporność organizmu zawdzięcza zdrowemu odżywianiu i dobrym genom.

ŹRÓDŁO: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

FOT: FACEBOOK

Były partner Anny Popek z Odetą Moro

Konrad Komornicki, były partner prezenterki TVP Anny Popek, związał się z inną gwiazdą show-biznesu, znaną ostatnio choćby z programu TVN „Azja Express" – Odetą Moro. Gwiazda TVP, choć życzy parze jak najlepiej, obawia się, że jej były partner wybiera sobie kobiety znane w show-biznesie.

FOT: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

Relacja Anny Popek z Konradem Komornickim przetrwała zaledwie kilkanaście miesięcy – para rozstała się w 2013 roku. Dziennikarka nigdy nie mówiła o okolicznościach rozpadu tego związku, uważała bowiem, że dorośli ludzie powinni się rozstawać z klasą, nie zdradzając nadmiernej szczegółów ze swojego wspólnego życia.

– Obydwoje byliśmy w tym samym kręgu znajomych i myślę, że byłoby niezręcznie zarówno mnie czytać jakieś komentarze z jego strony, jak i jemu dowiadywać się z gazet czegoś, co powiedziałam – mówi Anna Popek.

Gwiazda TVP uważa związek z Konradem Komornickim za zamknięty rozdział swojego życia. Ma też nadzieję, że zarówno ją samą, jak i jej byłego partnera czekają nowe miłości. Były szef Biura Ochrony i Informatyki w kancelarii prezydenta Bronisława Komorowskiego spotyka się obecnie z inną znaną dziennikarką Odetą Moro.

FOT: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

Anna Popek podkreśla, że z nową partnerką Komornickiego nie łączą jej żadne podobieństwa, z wyjątkiem pracy w show-biznesie.

– Mam nadzieję, że ułoży im się szczęśliwie i obydwoje dopłyną do bezpiecznego małżeńskiego portu – mówi gwiazda.

Dziennikarka nie zamierza oceniać, czy Odetę Moro i Konrada Komornickiego łączy prawdziwie głębokie uczucie. Gdy patrzy na zdjęcia publikowane przez byłą żonę Michała Figurskiego w mediach społecznościowych, uważa, że faktycznie tak właśnie jest. Obojgu życzy jak najlepiej, jej zdaniem prawdziwa miłość jest bowiem wielkim skarbem. Obawia się jednak, że motywacją Konrada Komornickiego może być coś innego.

– Mam tylko obserwację, że ten człowiek wybiera na swoje partnerki osoby znane, rozpoznawalne, mniej lub bardziej popularne. Mam taką obawę, że być może tym się kieruje – mówi Anna Popek.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA LIFESTYLE

Ćwiczenia na rurze i zdrowe nawyki

Aby pięknie wyglądać należy stosować drakońską dietę i katować się na siłowni? Nic takiego. Aktorka Olga Borys uważa, że wystarczy racjonalny tryb życia: zdrowe jedzenie i trochę sportu, aby wyglądać, a przede wszystkim czuć się, doskonale.

FOT: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

Olga Borys nigdy nie miała problemów z utrzymaniem prawidłowej wagi, choć nie należy do kobiet obsesyjnie dbających o sylwetkę. Twierdzi, że jej idealna figura to efekt wielu połączonych działań, m.in. diety i sportu. Aktorka ćwiczy jogę, od niedawna próbuje swoich sił także w tańcu.

– Zaczęłam robić ćwiczenia na rurze, jest to wykańczające i mam kilka siniaków – mówi Olga Borys.

Gwiazda stara się również zdrowo odżywiać, choć nie katuje się restrykcyjnymi dietami. Zazwyczaj trzyma się zdrowych nawyków, jeśli jednak czuje, że jej organizm tego potrzebuje, pozwala sobie nawet na tak kaloryczne jedzenie jak fast food. Stara się jednak robić to jak najrzadziej, zdaje sobie bowiem sprawę ze szkodliwości tego typu żywności.

– Nie terroryzuję się, ponieważ może to doprowadzić tylko do złego, ale dyscyplina jest. Jeżeli mam ochotę na obrzydliwy fast food, bo czuję, że dzięki niemu podskoczą mi endorfiny, to sobie pozwalam – mówi Olga Borys.

Aktorka zapewnia, że nie ma kompleksów związanych z wyglądem. Nie ukrywa jednak, że jako bardzo młoda dziewczyna dostrzegała w sobie niedoskonałości i bardzo się nimi przejmowała.

– Teraz się z tego śmieję, jak byłam głupia, czym zawracałam sobie głowę. Życie jest takie piękne i takie krótkie – mówi Olga Borys.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA LIFESTYLE

FOT: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

Karolina Pilarczyk, jedna z najlepszych polskich drifterek twierdzi, że kobiety i mężczyźni są równi za kierownicą. Jej zdaniem kobiety w driftingu są równie dobre co mężczyźni, ale po wyjściu z auta, cały czas powinny pamiętać o swojej kobiecości.

Pilarczyk to jedyna licencjonowana drifterka w Polsce, posiadaczka licencji King of Europe, King of Asia oraz Polskiej Federacji Driftu. Jako dziecko zamierzała iść w ślady mamy i zostać aktorką, szybko jednak zafascynowały ją sporty motorowe. Naukę jazdy zaczęła już w wieku 13 lat, cztery lata później zdała egzamin na prawo jazdy. Twierdzi, że zakochała się nie tyle w samochodach, ile w jeździe w kontrolowanym poślizgu. Karierę zaczynała od rajdów samochodowych, a w 2004 roku zajęła się driftem. Zapewnia, że już w momencie pierwszego kontaktu z tym rodzajem sportu, zrozumiała, że swoją dalszą karierę właśnie w tę stronę.

– Była to długa droga, nie miałam tradycji motorsportowych, budżetu, musiałam na to zarobić, trwało to długo, ale się udało się i obecnie jesteśmy jednymi z najbardziej rozpoznawalnych drifterów w Europie, a może i na świecie – mówi Karolina Pilarczyk.

Królowa polskiego driftu coraz częściej pojawia się na imprezach show-biznesowych, zapewnia jednak, że nie zamierza rezygnować z kariery sportowej. Twierdzi, że drifting jest jej miłością i tej pasji poświęciła całe życie. Chce promować ten rodzaj sportu i pokazywać jego piękno. Jej celem jest dotarcie do różnych środowisk, stąd jej obecność na imprezach lifestyle'owych.

– Nie chcę rezygnować, śmieję się, że nie widzę innego zakończenia swojej kariery niż jako starsza babcia, która wsiada do auta z chodzikiem i dalej jeździ – mówi Karolina Pilarczyk.

Drifterka nie rezygnuje również ze swojej kobiecości, na imprezach chętnie pokazuje się więc w zmysłowych, podkreślających sylwetkę kreacjach. Jej zdaniem nawet przebywając na co dzień w środowisku zdominowanym przez mężczyzn, panie powinny pozostać kobiece. Chce na swoim przykładzie pokazać, że jest to możliwe.

– Mimo że wsiadamy do samochodów, które często mają po 1000 koni, i pokazujemy tam swoją siłę, to jednak zostańmy kobietami. Staram się zakładać te kreacje i pokazywać, że kobieta w motorsporcie może pozostać kobieca – mówi Karolina Pilarczyk.

Sporty motorowe wciąż odbierane są jako męska domena. Zdaniem Karoliny Pilarczyk obie płcie są jednak sobie całkowicie równe za kierownicą, a kobiece umiejętności w zakresie driftingu w niczym nie ustępują męskim. Gwiazda nie ukrywa też, że wielu panów ma problem z rywalizacją z kobietami. Twierdzi, że mężczyźni boją się porażki, w dodatku w tak męskim sporcie jak drift.

– W 9 na 10 przypadków przed walką słyszę, co im niedomaga w samochodzie, aby zabezpieczyć się na wypadek przegranej, że w przypadku klęski nie przegrał z kobietą, a po prostu miał słaby samochód, opony, dyferencjał itd. Słyszę tysiące wymówek, dlaczego potencjalnie mogą przegrać walkę. To jest słodkie – mówi Karolina Pilarczyk.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA LIFESTYLE

P.P.U.H. DOMEX

PRODUCENT MEBLI POD ZAMÓWIENIE

35-506 Rzeszów
ul. Krakowska 115
tel./fax 17 863 40 69

biuro@domex.rzeszow.pl

www.domex.rzeszow.pl

Mieczysław Rewera
tel. kom.: **602 355 781**

Kamil Rewera
tel. kom.: **666 878 242**

NASZE MEBLE TO KOMFORT I RADOŚĆ

Bramy garażowe przemysłowe

Ogrodzenia, balustrady, automatyka, kotły c.o garaże

Producent:
Rajchel

tel. (013) 43-56-652
kom. 605-674-888, 601-224-380
rajchel@poczta.onet.pl
www.bramy-rajchel.pl

Reklama

Kierowcy chorzy na bezdech senny będą musieli poddać się leczeniu lub stracą prawo jazdy

Konsekwencją zaburzeń snu mogą być chroniczne niewyspanie i spadek koncentracji, a to spowalnia czas reakcji u kierowców, stwarzając tym samym zagrożenie na drodze.

Zgodnie z obowiązującymi od 31 grudnia 2015 roku przepisami w przypadku podejrzenia bezdechu sennego u kursanta lekarze orzekający będą zlecać specjalistyczne badania. Osoby ze zdiagnozowaną chorobą w stopniu umiarkowanym i ciężkim będą musiały poddać się leczeniu. W innym wypadku stracą prawo jazdy.

Bezdech senny to powtarzające się podczas snu epizody zatrzymania oddechu. Najczęstsza jego postać – obturacyjny bezdech senny (OBS), stanowi około 90 proc. przypadków i polega na nadmiernym rozluźnieniu mięśni górnych dróg oddechowych, co w konsekwencji prowadzi do ich zablokowania.

– Kierowca, który cierpi na bezdech senny, ma problemy z koncentracją i zwolniony czas reakcji. Objawy są podobne jak po spożyciu nadmiernej ilości alkoholu czy narkotyków – mówi agencji Newseria Tomasz Zarzycki, dyrektor ds. rynków wschodzących w firmie ResMed, eksperta w nowoczesnej terapii obturacyjnego bezdechu sennego.

Badania amerykańskiej AAA Foundation for Traffic Safety wskazują, że 7 proc. wypadków jest powodowanych przez osoby z OBS.

– Im groźniejszy jest to wypadek, tym większy jest udział takich osób. W przypadku wypadków drogowych, w których są ofiary śmiertelne, 21 proc. zostało spowodowanych przez kierowcę z bezdechem sennym – mówi Zarzycki.

Skala problemu spowodowała, że sprawą zajęła się Komisja Europejska. Przepisy, które w państwach członkowskich obowiązują od 31 grudnia 2015 roku, zakładają, że kierowcy ze zdiagnozowanym i nieleczonym bezdechem sennym mogą stracić prawo jazdy.

– Jeżeli ubiegamy się o prawo jazdy lub o jego przedłużenie, to w przypadku podejrzenia bezdechu powinniśmy zostać skierowani na takie badania przez lekarza orzekającego – wyjaśnia Tomasz Zarzycki. – Internista nie jest w stanie przesądzić o tym, czy mamy bezdech, czy nie. W tym celu należy przeprowadzić specjalistyczne badanie. W dużej mierze to jednak na lekarzu orzekającym spoczywa odpowiedzialność, żeby nas na takie badania skierować.

Szacuje się, że na bezdech senny cierpi ok. 1,5 mln Polaków, wśród nich są kierowcy. W latach 2009–2011 w pracowniach snu zdiagnozowano 40 tysięcy osób z bezdechem sennym, które nigdy nie podjęły terapii. W 2014 roku badaniom diagnostycznym w kierunku bezdechu sennego poddanych zostało 13 701 osób, a 48 proc. z osób, u których wykryto schorzenie, nie podjęło leczenia.

Ekspert ResMed ocenia, że w związku z wprowadzonymi zmianami nastąpi wzrost zapotrzebowania na diagnostykę i leczenie bezdechu. Dlatego istotną kwestią będzie upowszechnienie dostępu do badań polisomnograficznych. Obecnie na takie badanie w specjalistycznej poradni czeka się w kolejce kilka miesięcy. Wykonanie takiego badania jest konieczne, by otrzymać refundację z NFZ na aparat CPAP do terapii OBS.

NEWSERIA.PL

Nowa siedziba
Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie

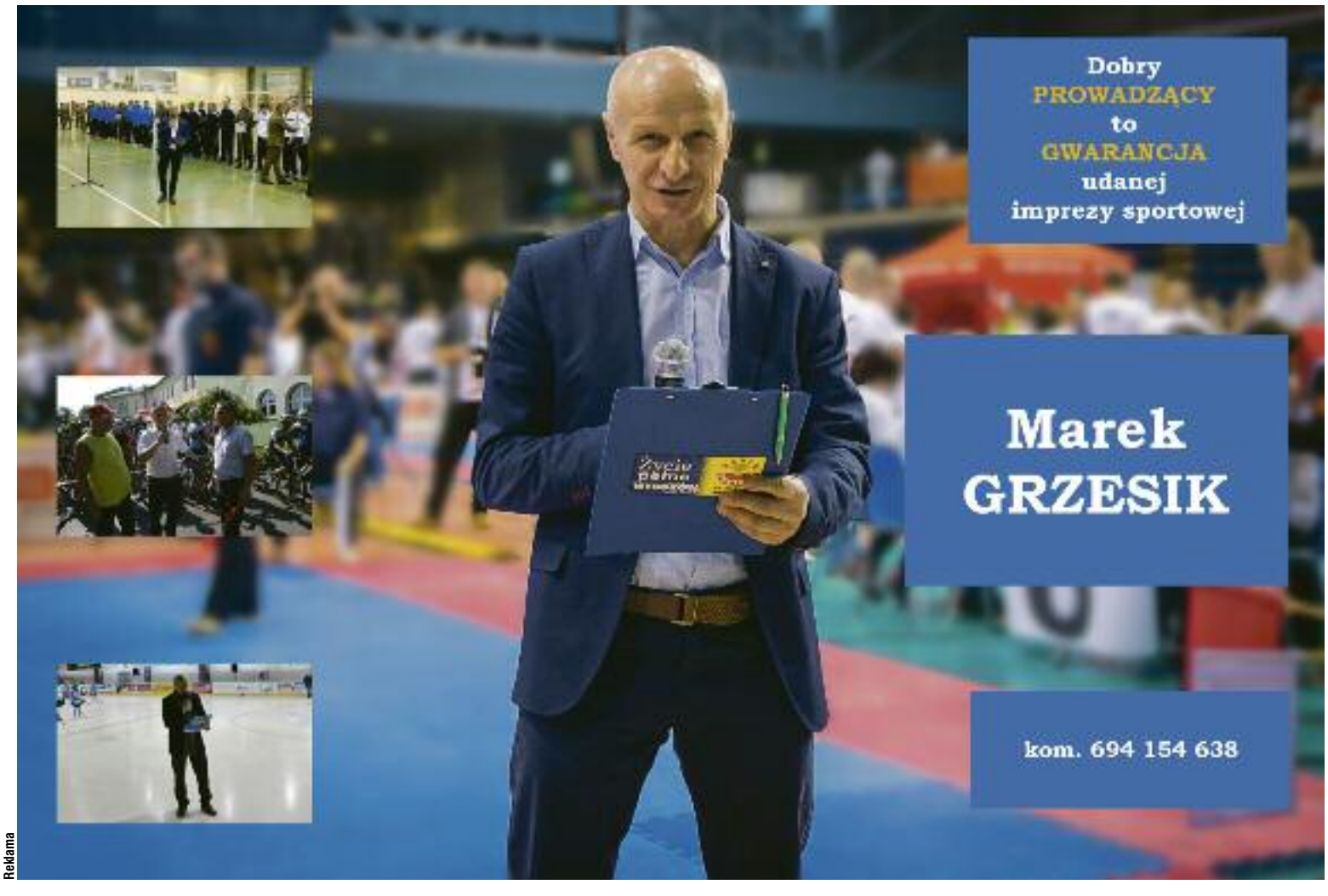
Wojewoda podkarpacki Ewa Leniart wzięła udział w uroczystym otwarciu nowej siedziby Wojewódzkiego Urzędu Pracy w Rzeszowie.

Do czerwca br. WUP mieścił się w kilku budynkach w Rzeszowie. Główna siedziba ulokowana była przy ulicy Lisa-Kuli 20. Teraz wszystkie wydziały urzędu, zaangażowane w realizację Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego 2014-2020, są zgrupowane w jednym miejscu – przy ul. A. Naruszewicza 11 w Rzeszowie (budynek dawnego hotelu pielęgniarskiego, obok Klinicznego Szpitala Wojewódzkiego nr 1 im. Fryderyka Chopina). Całkowity koszt realizacji projektu to ponad 8 mln zł. Unijne dofinansowanie wyniosło 2,7 mln zł. Prace remontowe i adaptacyjne nowej siedziby trwały 10 miesięcy.

Cieszy mnie, że Wojewódzki Urząd Pracy rozwija się, inwestuje, stawia na nowoczesne rozwiązania i najwyższe standardy obsługi klienta. To bardzo ważne, by usługi dla chcących skorzystać z funduszy Unii Europejskiej i osób bezrobotnych udzielane były w sposób nowoczesny, z wykorzystaniem dobrego sprzętu i wygodnej bazy lokalowej. Z uznaniem pragnę zauważyć, że głównym celem inwestycji jest stworzenie takich warunków, które wspierać będą kompleksowość realizacji polityki rynku pracy, zwiększą dostępność obywateli do usług WUP oraz podniosą skuteczność zapobiegania bezrobociu na Podkarpaciu. Korzystna lokalizacja budynku to ogromny plus dla klientów i beneficjentów Urzędu – powiedziała wojewoda podkarpacki Ewa Leniart podczas dzisiejszej uroczystości.

Wojewódzki Urząd Pracy w Rzeszowie realizuje zadania województwa podkarpackiego w zakresie polityki rynku pracy – Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Podkarpackiego 2014-2020 (urząd odpowiada za realizację trzech z osi RPO WP – Regionalny rynek pracy, Integracja społeczna, Jakość edukacji i kompetencji w regionie) oraz Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój. Prowadzi również międzynarodowe pośrednictwo pracy, realizując i koordynując zadania europejskiej sieci mobilności zawodowej EURES, rozpatruje wnioski bezrobotnych o wydanie odpowiednich zaświadczeń lub decyzji w sprawie ustalenia zasiłku dla bezrobotnych, którzy pracowali za granicą w krajach Unii Europejskiej i Europejskiego Obszaru Gospodarczego. W strukturze urzędu funkcjonuje Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, świadczące bezpłatne usługi poradnictwa zawodowego dla bezrobotnych i poszukujących pracy. Wydziały realizujące te działania są już do dyspozycji klientów w nowej siedzibie urzędu w Rzeszowie, u zbiegu ulic Naruszewicza, Targowej i Szopena.

AGNIESZKA SKAŁA
FOT. WUP W RZESZOWIE



Reklama

MediaRzeszów.pl

ADRES REDAKCJI
35-074 Rzeszów
ul. Gałęzowskiego 6/305
tel. 603 790 207
e-mail:s.gajos@pgwm.pl

REDAKTOR NACZELNY
Marek Gajos

WSPÓŁPRACOWNICY
Marcin Kalita, Radosław Gajos, Marek Grzesik, Marta Studzińska, Aleksandra Trzeciak

WYDAWCA
Media Rzeszów

GAZETA ZRZESZONA W
PGWM
POLSKA GRUPA WYDAWNICZO-MEDIALNA

DRUK
Agora SA ,ul. Daniszewska 27, Warszawa

Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń oraz zastrzega sobie prawo skrótu nadsyłanych materiałów.

Reklama

Modny ogród nie wymaga teraz zbyt dużej ingerencji człowieka

Na topie są trawniki przypominające łąkę i rośliny zmieniające kolor w zależności od pory roku.

Zdaniem stylistów w tym sezonie modny ogród powinien wyglądać naturalnie. I nie chodzi tu o pozostawienie zielonego terenu wokół domu bez opieki, ale o wykorzystanie naturalnego piękna roślin, ich kolorystyki i właściwości zależnych od pory roku. Ingerencja powinna być umiarkowana. Tym samym do lamusa odchodzą strefy zieleni przycięte od linijki, geometryczne żywopłoty, gładkie niczym murawa trawniki, sztywne alejki i grządki w szachownicę.

Moda na hygge, czyli duńską filozofię szczęśliwego życia, ma również swoje przełożenie na aranżację ogrodów, a trend ten przekonuje nawet największych sceptyków. Wszystko dlatego, że ogrody w tym stylu są po prostu bardziej przyjazne – czerpią z natury, są bardziej ekologiczne, tworzą kojącą i ciepłą atmosferę. Wymagają też znacznie mniej pracy. Taki pomysł na aranżację ogrodu ma na celu stworzenie oazy spokoju, podobnej do łąki czy leśnej polany, w której będzie można odpocząć i oderwać się od codzienności.

– Wśród klientów centrów ogrodniczych nieustannym powodzeniem cieszą się takie rośliny jak iglaki, liściaste krzewy i drzewa do nasadzeń ogródkowych, natomiast w ostatnim czasie bardzo duży wzrost sprzedaży obserwujemy w kategorii bylin, traw i roślin rabatowych. Dużą popularnością cieszą się również własne uprawy ekologiczne, ten trend, który obserwujemy nie tylko wśród producentów nawozów czy podłoży, ma swoje odbicie w sprzedaży roślin i to jest fajna tendencja – mówi agencji Newseria Marzena Bartosiewicz, właścicielka Centrum Ogrodniczego Hortorus, założycielka Greenery.

Dominującymi kolorami – oprócz oczywistej zieleni – w tym sezonie są kolory słońca, jeszcze bardziej potęgujące wrażenie ciepła i przytulności. Wybierając kwiaty do ogrodu, warto więc sięgnąć po żółte, pomarańczowe, czerwone, a także różowe i białe.

Zmienia się również oświetlenie ogrodu – w tym sezonie zamiast na lampki solarne, warto postawić na lampiony. Duże świece na tarasie, gustowne latarnie, a nawet pochodnie, bo to kolejne elementy, który sprzyjają atmosferze relaksu.

Zdaniem ekspertów polski rynek ogrodniczy w segmencie roślin ogrodowych ma tendencje wzrostową. Kierunki tego rozwoju są związane nie tylko z gatunkami krzewów, roślin czy drzew, które cieszą się coraz większą popularnością, lecz także z tym, że klienci mają coraz większą świadomość swoich potrzeb i oczekują w swoich centrach ogrodniczych asortymentu wysokiej jakości i w optymalnej cenie, nie zawsze musi być to cena najniższa.

Marzena Bartosiewicz zwraca uwagę na to, że polski rynek ogrodniczy jest cały czas w tendencji wzrostowej.

– Rynek zachodni jest bardziej uporządkowany, kanały dystrybucji są czytelne, jest bardzo jasna polityka cenowa, producenci skupiają się na rzeczywistej produkcji, a nie na dystrybucji, dzięki temu finalny produkt znajduje się w miejscach dostępnych dla klientów w sposób niekłopotliwy. Nasz rynek ma jeszcze dużo do nadrobienia – mówi Marzena Bartosiewicz.

Coraz większa świadomość polskich klientów wymusza na centrach ogrodniczych większą staranność o to, aby dostarczyć towar dobrej jakości.

– Powinny być to krótkie serie, dobrej jakości, bez potrzeby dodatkowej ingerencji ogrodniczej, bez zabiegów pielęgnacyjnych typu ochrona i nawożenie. Ten towar powinien się sam sprzedawać – mówi Marzena Bartosiewicz.

NEWSERIA.PL