GAZETA ZRZESZONA W POLSKIEJ GRUPIE WYDAWNICZO-MEDIALNEJ

MediaRzeszów.pl

CZWARTEK | 17 sierpnia 2017 | Nr3 | www.mediarzeszow.pl | GAZETA BEZPŁATNA | RZESZÓW – KROSNO

Rozmowa z ARTUREM PONTKIEM

Wychowałem się na posterunku

str. 4

Tatiana Mindewicz-Puacz:

Wrzuć na luz!

str. I

Rozmowa ze SŁAWOMIREM ZAPAŁĄ

Mundur, sutanna i... szlafrok

str. IV-V

Klimatyczne przebudzenie

Pod koniec sierpnia, od dwunastu lat, Festiwal Kultur Pogranicza Karpackie Klimaty budzi to spokojne miasto zmieniając go w wypełnioną niepowtarzalnym śpiewem i żywiołowym tańcem kulturalną stolicę Podkarpacia.

Przez kolejne trzy dni miasto Krosno tętni koncertami, kiermaszami i wystawami odwiedzanymi przez mieszkańców regionu i wielu gości z całego świata. Karpackie Klimaty gromadzą artystów z Polski, Słowacji, Ukrainy, Czech i Węgier, stając się autentycznym spotkaniem przyjaciół z pogranicza. W trakcie wspólnego biesiadowania uczymy się nawzajem swoich obyczajów i kultywujemy wieloletnie tradycje. Wspaniałą muzyką pogranicza, smakiem węgierskiego wina, zapachem wybornego chleba, pięknem drewnianych aniołów i świątków, miękkością rękodzielniczych tkanin, kunsztem unikatowej biżuterii, Krosno opowiada wówczas swoją historię i prezentuje nowoczesną teraźniejszość...

szczegóły na stronie 3.

Reklama

foto arcom

13 49 399 49

Zobacz nasz fanpage na FB /fotoarcom

Fotomontaże
Fotografia kreatywna
panoramy 360
EKSPRESOWA fotografia do dokumentów
projekty graficzne

Krosno, ul. Bieszczadzka 1b/119

Ekspresowa FOTOGRAFIA do dokumentów

w budynku BIURA PASZPORTOWEGO

- ✓ paszport
- ✓ dowód osobisty
- ✓ prawo jazdy
- ✓ legitymacja

Krosno, ul. Bieszczadzka 1b/119

tel. 13 49 399 49

Reklama

DevelopRes SKYRES MIESZKANIA

NOWE MIESZKANIA W CENTRUM RZESZOWA

NOWA PULA ponad 230 mieszkań

nowy budynek L3 przy ul. Lubelskiej

mieszkania już od 156 tys.-zł

BIURA SPRZEDAŻY: ul. Architektów 1/45 /na os. Zawiszy/ Warszawska 18 /bud. SKYRES, 12 piętro/ tel. 17 250 26 37, www.developres.pl

MEBLODREW®
Czesław Korab

PRODUCENT MEBLI NA WYMIAR
oraz FRONTÓW LAKIEROWANYCH

Meblodrew to Firma założona w 1993 roku, zajmująca się projektowaniem i produkcją mebli oraz frontów lakierowanych z wykorzystaniem najnowszych technologii. Nasze meble z powodzeniem konkurują na rynku krajowym, słowackim, czeskim, austriackim i szwajcarskim

Projektowanie i transport gratis !

Chcesz mieć profesjonalnie zaprojektowane i wyprodukowane meble zadzwoń

tel. 13 43 158 47, 697 082 235, 604 532 711

VI. Narodowe Czytanie – Stanisław Wyspiański „Wesele”

Marszałek Województwa Podkarpackiego Władysław Ortyl oraz Prezydent Miasta Rzeszowa Tadeusz Ferenc zapraszają mieszkańców Rzeszowa do wspólnego czytania dramatu Stanisława Wyspiańskiego „Wesele” w ramach VI. Narodowego Czytania 2017 pod honorowym patronatem Pary Prezydenckiej. Wydarzenie odbędzie się 2 września 2017 r. od godz. 16.00 do 21.00 obok Fontanny Multimedialnej przy Alei Lubomirskich w Rzeszowie.

VI. Narodowe Czytanie rozpoczną tańce krośnieńskie (16.00-16.10) w wykonaniu Zespołu Pieśni i Tańca Lesiaki, działającego przy Gminnym Ośrodku Kultury, Sportu i Rekreacji w Raniżowie.

Następnie pieśni weselne (16.10-16.30) zaprezentuje Zespół Śpiewaczy Wesołe Kumoszki wraz z Kapelą z Rzeszowskiego Domu Kultury Filia Country. Kolejnym punktem programu będą tańce lasowiackie (16.30-16.45) w wykonaniu Zespołu Pieśni i Tańca Lesiaki, działającego przy Gminnym Ośrodku Kultury, Sportu i Rekreacji w Raniżowie oraz głośne czytanie dialogu Panny Młodej i Pana Młodego, przez członków zespołu.

Następnie, w ramach „Klubu Czytelnika-Przestrzeni Głośnego Czytania” odbędzie się czytanie wybranych fragmentów Wesela (16.45-20.00) przez Mieszkańców Rzeszowa i Podkarpacia oraz przez zaproszonych Gości, a także pamiątkowe pieczętowanie prywatnych egzemplarzy okolicznościową pieczęcią przekazaną przez Kancelarię Prezydenta RP (16.45-19.00). Przygotowano wiele atrakcji dla dzieci, młodzieży i dorosłych w „Strefie zabaw” (16.45-19.00). Odbędą się: animacje, gry, warsztaty plastyczne, zabawy, malowanie twarzy, zabawy z wykorzystaniem chusty KLANZY. Podczas warsztatów rękodzieła „Weselne wianki” (16.45-18.30) dzieci i dorośli będą mieli szansę stworzyć niepowtarzalne wianki z papierowych kwiatów. W tym samym czasie odbędzie się też rodzinne quizowanie literackie (16.45-18.00).

Narodowe czytanie zakończy pokaz specjalny Fontanny Multimedialnej, który rozpocznie się o godz. 20.00.

Tegoroczną lekturę wybrano w internetowym głosowaniu spośród czterech propozycji. W głosowaniu, oprócz „Wesela”, wzięły udział: „Przedwiośnie” Stefana Żeromskiego, „Pamiątki Soplicy” Henryka Rzewuskiego i „Beniowski” Juliusza Słowackiego.

W Rzeszowie VI. Narodowe Czytanie organizuje Urząd Marszałkowski Województwa Podkarpackiego w Rzeszowie i Urząd Miasta Rzeszowa

Koordynatorem jest Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna w Rzeszowie

Partnerzy: Teatr im. W. Siemaszkowej, Teatr Maska, Estrada Rzeszowska

Patroni medialni: TVP Rzeszów, Polskie Radio Rzeszów, GC „Nowiny”, nowiny 24.pl

Akcja Narodowe Czytanie organizowana jest przez Prezydenta RP od 2012 roku. Została zainicjowana wspólną lekturą „Pana Tadeusza” Adama Mickiewicza. W 2013 roku w całej Polsce odbyło się czytanie dzieł Aleksandra Fredry, a w rok później „Trylogii” Henryka Sienkiewicza. W roku 2015, 5 września, Andrzej Duda i Agata Kornhauser-Duda rozpoczęli Narodowe Czytanie „Lalki” Bolesława Prusa w warszawskim Ogrodzie Saskim. Przez ponad 10 godzin powieść Prusa czytali znani aktorzy. W całej Polsce „Lalkę” przeczytano w ponad 1600 miejscowościach.

Wesele. Dramat w trzech aktach, najsłynniejszy utwór Stanisława Wyspiańskiego, powstał na kanwie autentycznego wydarzenia – wesela poety i dramaturga Lucjana Rydla z Jadwigą Mikołajczykówną, chłopką z podkrakowskich Bronowic. Prapremiera sztuki odbyła się 16 marca 1901 roku w Teatrze Miejskim w Krakowie. W tym samym roku w Krakowie Wesele zostało opublikowane po raz pierwszy. Dramat Wyspiańskiego został dotychczas przetłumaczony na ponad 10 języków. W języku polskim ukazało się ponad 120 wydań Wesela.

Stanisław Wyspiański (1869-1907) – poeta, dramatopisarz, malarz, inscenizator – był jednym z najgenialniejszych polskich artystów. Wybitny przedstawiciel Młodej Polski, zajmował się wieloma dziedzinami sztuki. Uprawiał malarstwo, pisał utwory liryczne i dramatyczne, libretta oper, projektował witraże, meble, a nawet strój dla Lajkonika. Został pochowany w Krypcie Zasłużonych w podziemiach kościoła oo. Paulinów na Skałce.

Już po raz 15. spotkamy się na pięknym krośnieńskim rynku, aby w gronie serdecznych dla siebie ludzi, przy kielichu doskonałego węgrzyna, celebrować przyjaźń, stare tradycje miasta Krosna i niezwykłe związki polsko-węgierskie. Nad nami czuwał będzie duch Roberta Portiusa - największego importera win węgierskich na północ od Karpat w XVII wieku, a także kupca, Komendanta Miasta Krosna i fundatora, który pozostawił po sobie pamiątki będące do dzisiaj symbolem naszego miasta.

Życzę udanej zabawy i niezapomnianych wrażeń!
Zbigniew Ungeheuer
Prezes Stowarzyszenia Portius

Jubileuszowy XV Festiwal
Win Węgierskich im. Portiusa

„Pijcie wino węgierskie,
Wnet tu zmądrzejecie,
Napiwszy się raz drugi,
Do tańca pójdziecie
--
Pijcie wino węgierskie,
Będziecie weseli,
Ustąpi wnet frasunek,
Jeśliście go mieli”

Kiedy każdą uliczkę i każdy zakamarek Krosna wypełnią gwar rozmów, zapach świeżo pieczonego chleba, smak wina i widok niecodziennych dekoracji, to znak, że rozpoczęły się KARPACKIE KLIMATY. Doroczne święto Krosna i regionu przyciąga sceną w sercu miasta, muzyką, tańcem, rozmowami, warsztatami dla dzieci i dorosłych, wyrobami, które cieszą oczy i podniebienia – a to zaledwie kropla w morzu atrakcji!

PROGRAM

17 sierpnia 2017 | czwartek
17.00
Wernisaż wystawy Macieja Syrka z okazji 45-lecia działalności Muzeum Podkarpackie, ul. J. Piłsudskiego 16
19.00
CELTIC TRIANGLE Koncert na harfę i dudy szkockie Katarzyna Wiwer, Irena Czubek-Davidson, Lindsay Davidson Centrum Dziedzictwa Szkła, ul. Blich 2

18 sierpnia 2017 | piątek
16.30
Wernisaż Pati Dubiel. Summer chill - rysunki i projekty Muzeum Rzemiosła - Wieża Farna, ul. J. Piłsudskiego
Godzina 17.30
Wernisaż Pavel Michalič - Malarstwo Biuro Wystaw Artystycznych, ul. Kolejowa 1
SCENA
17.30 - Studio Piosenki SWING
18.30 - Cimbálová Muzika KUNOVJAN - Uherské Hradiště (Czechy)
19.00 - Uroczysta inauguracja Karpackich Klimatów i Festiwalu Win Węgierskich
20.00 - BALKANSCREAM
21.00 - Zespół Pieśni i Tańca WISZNIA - Wiśniowa (Polska)
21.30 - JANUSZ PRUSINOWSKI KOMPANIA - Muzyka do tańca

19 sierpnia 2017 | sobota
12.00 - Uroczyste odsłonięcie drogowskazu partnerstwa na krośnieńskim rynku
17.00 - TURNIOKI
18.30 - Zespół CSIMPOLYA - Sárospatak (Węgry)
19.30 - Cimbálová Muzika KUNOVJAN - Uherské Hradiště (Czechy)
20.30 - ANGELA GABER TRIO
21.30 - WADADA

20 sierpnia 2017 | niedziela
10.00 - XIII Bieg uliczny „o Skarb Portiusa”
12.00 - Pokaz kulinarny Pawła Dobrzańskiego
15.00 - Zespół CSIMPOLYA - Sárospatak (Węgry)
16.00 - Zespół Pieśni i Tańca DOLINA DUNAJCA
17.00 - Uroczyste zakończenie konkursu na ulubiony chleb krośnian
18.00 - SIOSTRY LIPKA - Stowarzyszenie „Troska o Twoją Przyszłość”
19.00 - Zespół Pieśni i Tańca (Polska)
20.00 - KAPELA BRODÓW

Zakątek dla dzieci
Dziedziniec Sądu Okręgowego w Krośnie
ul. Sienkiewicza
Na dziedzińcu gościnnego Sądu Okręgowego, gdzie w architektoniczny sposób łączy się tradycja z nowoczesnością swoje Karpackie Klimaty odnajdą najmłodsi uczestnicy imprezy. Regionalne Centrum Kultur Pogranicza co roku znajduje nowe pomysły na wspaniałe warsztaty dla całych rodzin. W tym roku między innymi tworzyć będziemy szmaciane strachy, tekturowe chaty, słoneczniki na patyku, skarpetkowe stwory-potwory czy spinaczowe zwierzaki. W sobotę Teatr Słuchaj Uchem zaprezentuje wyjątkowy spektakl Kusy Janek, a w niedzielę piękne opowieści snuć będzie Parparusza Wędrowna Wytwórnia Wyobraźni.

18 sierpnia 2017 | piątek
17.00-20.00
Pracownia RCKP na dziedzińcu - warsztaty spinaczowy zwierzyniec gliniane dziwaki szmaciane strachy na wróble

19 sierpnia 2017 | sobota
11.00
Kusy Janek - spektakl muzyczny Teatr Słuchaj Uchem
12.00-16.00
Pracownia RCKP na dziedzińcu - warsztaty słoneczniki na patyku skarpetkowe stwory-potwory szmaciane strachy na wróble spinaczowy zwierzyniec
16.00-20.00
Tajemnice papieru czerpanego - warsztaty

20 sierpnia 2017 | niedziela
11.00
Opowieść o Mędrcach i Głupcach Parparusza Wędrowna Wytwórnia Zdarzeń
12.00-14.00
Pracownia RCKP na dziedzińcu - warsztaty spinaczowy zwierzyniec szmaciane strachy na wróble
14.00
Raz, dwa, trzy, wychodź ty - tańce i zabawy z różnych stron świata Parparusza Wędrowna Wytwórnia Zdarzeń
16.00-18.00
Pracownia RCKP na dziedzińcu - warsztaty słoneczniki na patyku gliniane dziwaki
18.00
Opowieść Ziółko, co Furtki odmyka Parparusza Wędrowna Wytwórnia Zdarzeń

Zakątek Rozmaitości Galicyjskich

18 sierpnia 2017 | piątek
19.30
AREK ZAWILIŃSKI bieszczadzki blues Biesiada turystyczna

19 sierpnia 2017 | sobota
18.00
NAJLEPSZA NALEWKA GALICJI rozwiązanie konkursu
19.30
PERUMARKA muzyka peruwiańska
22.00
SERENCZA łemkowskie klimaty Biesiada turystyczna

20 sierpnia 2017 | niedziela
19.45
BARTEK ZOBEK podróże ze śpiewem Biesiada turystyczna
Zakątek nad Wisłokiem
Stowarzyszenie Idea Carpathia ul. Okrzei, Krosno

19 sierpnia 2017 | sobota
15.00-21.00
INTEGRACYJNY PIKNIK RODZINNY z udziałem podopiecznych PSONI (Krosno)
19.00
Koncert zespołu KAPITAŁ
20.00
TANIEC Z OGNIEM Teatr Ognia IGNIS
Święto chleba

19 sierpnia 2017 | sobota
10.00-18.00
ULUBIONY CHLEB KROŚNIAN Głosowanie

20 sierpnia 2017 | niedziela
10.00-14.00
ULUBIONY CHLEB KROŚNIAN Głosowanie
17.00
ULUBIONY CHLEB KROŚNIAN Ogłoszenie wyników
Festiwal Win Węgierskich

18 sierpnia 2017 | piątek
16.00
Otwarcie pawilonów winiarskich na rynku
II Dni Węgierskie w antykwariacie i księgarni Zbigniewa Oprządka - kiermasz książek węgierskich i promocja likieru UNICUM ul. Portiusa 4
18.00
Uroczysta degustacja win węgierskich Szilágyi Pincészet és Borház z Tokaju Centrum Dziedzictwa Szkła, ul. Blich 2
19.00
Uroczyste otwarcie Karpackich Klimatów i Festiwalu Win Węgierskich im Portiusa Klimatyczna scena, Rynek, Krosno
20.00
Wernisaż wystawy Henryk Sławik - bohater trzech narodów Podcienia, Krosno
21.00
Uroczysta degustacja win węgierskich Tibor Gál z Egeru Centrum Dziedzictwa Szkła

19 sierpnia 2017 | sobota
10.00
II Dni Węgierskie w antykwariacie i księgarni Zbigniewa Oprządka - kiermasz książek węgierskich i promocja likieru UNICUM ul. Portiusa 4
14.00
Otwarcie pawilonów winiarskich na rynku
17.00
Uroczysta degustacja win węgierskich Etyeki Kúria - region Etyek Centrum Dziedzictwa Szkła, ul. Blich 2
21.00
Uroczysta degustacja win węgierskich Koczor Pincészet - region Balatonfüred Centrum Dziedzictwa Szkła

20 sierpnia 2017 | niedziela
10.00
II Dni Węgierskie w antykwariacie i księgarni Zbigniewa Oprządka - kiermasz książek węgierskich i promocja likieru UNICUM ul. Portiusa 4
10.00
XIII Bieg “o skarb Portiusa” - start z rynku
14.00
Otwarcie pawilonów winiarskich na rynku
17.00
Uroczysta degustacja win węgierskich - Portius Pincé z Tokaju Centrum Dziedzictwa Szkła
18.00
Winiarska kolacja komentowana - Attila Petreny - Eger Restauracja Naftaya, ul. Lwowska 21
Karpackie Klimaty z PWSZ Ekologicznie i naukowo

19 sierpnia (sobota), godz. 10.00
Aula, ul. Kazimierza Wielkiego, Krosno
Wykład Rośliny lecznicze i trujące doliny potoku Panna, dr Henryk Różański, dr Dominik Wróbel i prof. Antoni Szumny.
19 sierpnia (sobota) 11.00-18.00 i 20 sierpnia (niedziela) 11.00-16.00
Dziedziniec uczelni, ul. Kazimierza Wielkiego | Biblioteka, Rynek 1 | krośnieński Rynek
Warsztaty w klimacie zielarsko-sportowo-plastycznym: Pachnące naturą woreczki zapachowe i mydełka ziołowe

Warsztaty plastyczne dla dzieci: Drewnoludy Ekologiczne domy i jeździki | Pomiary i badania funkcjonalne | Piramida zdrowia | Pokaz i degustacja produktów ekologicznych | Wystawa Małopolski Przełom Wisły z lotu ptaka i konkurs wiedzy o Wiśle | Akademickie Koło Fortuny z nagrodami.
Bieg uliczny

20 sierpnia 2017 | niedziela
XIII Bieg Uliczny „o Skarb Portiusa”, organizowany przez MOSiR, będzie odbywał się następującą trasą:
START **godz. 10.00** - Rynek | ulica Piłsudskiego | Rondo Solidarności | ulica Legionów | Rondo Niezapominajki | ulica Sicińskiego | Rondo Zawodzie | ulica Białobrzeska | ulica Moniuszki | ulica Konopnickiej | ulica Krakowska | ulica Piłsudskiego | Rondo Solidarności | ulica Piłsudskiego | Rynek - META

Wychowałem się na posterunku

Rozmowa z ARTUREM PONTKIEM

Trudno w to uwierzyć, ale w tym roku mija 32 lata od Twojego debiutu filmowego w etiudzie "Lombard złudzeń", w którym zagrałeś u boku Bogusława Lindy. Nie byłoby może w tym nic dziwnego, gdyby nie to że masz zaledwie o dziesięć lat więcej.

- To było w 1985 roku? Myślałem, że wcześniej... Tak naprawdę swoje pierwsze kroki stawiałem jeszcze wcześniej. Mając 6 lat zaczynałem w Teatrze Polskiego Radia w audycjach "Radio dzieciom". Tam, nie umiejąc jeszcze dobrze czytać, już uczyłem się pierwszych tekstów na pamięć. To były moje pierwsze przygody przed mikrofonem. Stawałem na krzesełku, bo byłem wówczas jeszcze niższy niż teraz (śmiech).

Uwielbiam ludzi, którzy mają poczucie humoru nawet na własny temat.

- To podstawa. I nie wynika to z samoobrony. Tym bardziej w moim przypadku. Mały, rudy, piegowaty i w dodatku leworęczny. Mama czasem do mnie mówiła "Ty to masz dwie lewe ręce". Odpowiadałem, że w moim przypadku mogę to uznać jedynie za komplement (uśmiech).

Ale wróćmy do początków Twojej.. kariery.

- Wspominam ten czas radiowy z ogromnym sentymentem. Miałem wielkie szczęście współpracować wtedy z Ireną Kwiatkowską. Cezarym Julskim, Henrykiem Talarem i innymi wieloma wspaniałościami teatru i telewizji.

Właściwie skąd Ty się wziąłeś w tym środowisku? Przecież nie wywodzisz się z jakiegoś klanu aktorskiego...

- To prawda. Nie miałem, a raczej moi rodzice nie mieli też żadnych kontaktów czy znajomości. W mojej kamienicy mieszkał Jan Warenycia, reżyser radiowy. To on mnie wypatrzył, a właściwie zasłyszał (uśmiech). I o ile dobrze pamiętam, to właśnie z radia trafiłem do pierwszego, wspomnianego przez ciebie filmu. Już wtedy tak rozkochałem się w zabawie w aktorstwo, że kiedy usłyszałem od babci o Ognisku Teatralnym państwa Machulskich, postawiłem sobie za cel, że się do niego dostanę. Udało się i w niedługim czasie otrzymałem trzy propozycje występów w profesjonalnym teatrze. Wtedy zakochałem się również w grze na scenie i tak mi zostało do dzisiejszego dnia.

Teatr teatrem, ale rozpoznawalność dał Ci tak naprawdę film. Właściwie nie było roku, żebyś nie wziął udziału w jakieś produkcji jako aktor dziecięcy. Wymieńmy choćby te najbardziej znane tytuły: "Mów mi Rockefeller", "Pan Kleks w kosmosie", "Rififi po sześćdziesiątce", "Misja specjalna" czy "Banda Rudego Pająka". Pamiętasz ten moment, kiedy poczułeś, że jesteś już dojrzałym aktorem profesjonalnym? W końcu szkoły teatralnej nie skończyłeś.

- Rzeczywiście, bo mnie do niej nie przyjęto. Zresztą znam aktorów po szkole, niekoniecznie cenionych w zawodzie i wybitnych artystów, którzy też nigdy jej nie ukończyli. Postanowiłem więc iść dalej tą drogą, którą sam sobie wcześniej wytyczyłem. I chyba był to chyba jedyny słuszny kierunek (uśmiech). W 2000 roku zdałem zawodowy egzamin eksternistyczny. A co do częstotliwości pracy, nie zawsze było jej tak dużo. Myślałem wtedy czasem, że może poszukać sobie jakiegoś innego, alternatywnego zawodu. Ostatecznie zawsze dochodziłem do wniosku, że w zasadzie nic innego nie umiem robić (uśmiech). Więc kiedy tych propozycji było mniej, wpadłem na pomysł. Skoro nie mam w czym grać, to sobie sam coś wymyśl. I tak zająłem się produkcją spektakli teatralnych, z którymi jeździmy po całej Polsce. To też fajne, kolejne doświadczenie.

Pozwolisz, że wrócę jeszcze do filmu. Wymienię kilka tytułów, także tych przez Ciebie tylko dubbingowanych. Ciekawy jestem czy zgadniesz co je łączy?

- Postaram się.

"Banda Rudego Pająka", "Uprowadzenie Agaty", "Dotknięcia", "Szpital na perypetiach", "Ławeczka", "At The ZOo", "Lękosław Wiewióra", "Alvin i wiewiórki"...

- Rudy?

Brawo! Dziś ten kolor włosów to Twój prawdziwy atut. Miałeś z nim kiedyś problem?

- Nie przywiązuję większej wagi czy ktoś jest rudy, łysy, chudy czy gruby. Ale uważam, że angażując kogoś ze względu na jego warunki zewnętrzne, jest pójściem na łatwiznę. Fajnie byłoby mając długie i kręcone włosy, zagrać przykładowo łysego. Lubię tego typu przekorę. I zdarzyło mi się to kiedyś w pewnej reklamie. Miałem zagrać właśnie łysola, więc się ogoliłem. Początkowo zdziwiło mnie, dlaczego ja, bo przecież każdy może być łysy, ale z drugiej strony doceniłem, że chodziło o mnie, a nie mój kolor włosów. A w dzieciństwie pewnie, zdarzało się, że ktoś chciał mi sprawić przykrość, ale nigdy nie przeżyłem jakieś specjalnej traumy z tego powodu. Do dziś mam poczucie humoru na własny temat, ale nie znaczy to wcale, że nic nie jest w stanie mnie dotknąć. Zdarzają się i przykre momenty, ale nie na tyle istotne, żebym się musiał podłamać. Myślę, że właśnie ten niski wzrost, rude włosy i inność od moich rówieśników, polegająca na tym, że kiedy oni szli grać w piłkę, ja jechałem na plan czy nagranie do telewizji, wykształciły we mnie naturalną odporność.

Taką chyba też muszą posiadać stróże prawa. Od ośmiu już lat stacjonujesz w Sandomierzu jako lubiany policjant Marczak w "Ojcu Mateuszu". Ale nie był to Twój pierwszy filmowy posterunek.

- Zgadza się. Wcześniej w kilku odcinkach "Kryminalnych" grałem policyjnego rysownika. Bardzo fajna przygoda. Wpadałem na plan serialu, pracując jeszcze w kieleckim teatrze.

O proszę, a wtedy bywałeś już w Sandomierzu? Choćby prywatnie.

- O ironio, właśnie nie. Teraz, kiedy znów wróciłem do Warszawy, bywam w nim znacznie częściej. Bardzo lubię to miejsce, a i chyba Sandomierz lubi nas, czyli serialową ekipę.

Myślę, że zyskał na tym jako atrakcja turystyczna, choć trzeba przyznać, że sam w sobie jest również niezwykle urokliwy. Jesteśmy posterunkiem dość specyficznym. Taką zbieraniną indywidualności. Jest rudy, gruby, chudy, łysy, a do tego wszyscy mało rozgarnięci. I chyba dlatego widzowie nas tak lubią (śmiech).

A jak traktują Cię prawdziwe patrole policyjne?

- Jeśli popełniam błędy, to się do nich przyznaję. Jeśli mam być pouczony, to jestem. Nie wykłócam się i nie udaję, że jestem mądrzejszy. Poza tym mam posterunek policji po sąsiedzku, na podwórku, więc można powiedzieć, że wychowałem się na policji (śmiech). I bardzo się lubimy z panami policjantami.

Twoje dzieci już idą w ślady znanego taty.

- Rzeczywiście, Leon zagrał kilka epizodów w serialach, także w "Ojcu Mateuszu". Ma też za sobą pierwsze próby dubbingowe. Z kolei Zoja, już jako noworodek pojawiła się na planie "Barw szczęścia". Jest serialową córeczką Oli Szwed.

Zwarzywszy na to, że ich mama Beata Sadkowska też jest aktorką, może kiedyś przygotujecie coś w czwórkę?

- Kto wie? Na pewno byłoby ciekawie.

ROZMAWIAŁ MARCIN KALITA

FOT. MARCIN KALITA, ARCHIWUM

PolskaOnline24.pl

Nr 3 Sierpień 2017

MAGAZYN POLSKIEJ GRUPY WYDAWNICZO-MEDIALNEJ

Program TV 18.08-24.08.2017

Tatiana Mindewicz-Puacz:

Wrzuć na luz!

Małgorzata Rozenek o nowym programie str.VII

Naga sesja tancerki? str.VII

Robert Makłowicz wraca na ekrany str.VII

FOT. ARCHIWUM PRYWATNE

Piątek, 18 sierpnia

TVP 1

05:05 Telezakupy
05:40 Dr Quinn 4 (20/28) serial
06:40 Natura w Jedynce
07:40 Podmuch energii cykl reportaży
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Notacje: Bogdan Dziworski.
08:35 Elif (71) serial
09:30 Wspaniałe stulecie (155) serial
10:35 Dr Quinn 4 (21/28) serial
11:30 Coś dla ciebie magazyn
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie - na zielono
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (72) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:45 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czas honoru: W matni serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Jaka to melodia? teleturniej
18:40 Zraniona miłość (67) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport magazyn sportowy
20:05 Jeździectwo
20:10 Pogoda
20:20 Weekendowy hit Jedynki: Winnetou i tajemnica Srebrnego Jeziora western,
22:05 Szklanką po łapkach komedia,
23:40 Agenci T.A.R.C.Z.Y. serial
00:30 Poza zasięgiem dramat

TVP 2

05:55 Rodzinka.pl: Powrót do szkoły (117) serial
06:35 Sonda 2
07:05 M jak miłość (102) 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
10:50 Barwy szczęścia (1679) serial
11:25 Na dobre i na złe: Pochopna decyzja (434) serial
12:30 Tysiąc i jedna noc (122/158) serial
13:20 Na sygnale (21/26) serial
13:50 „Siedem pieśni Marii" koncert
14:50 M jak miłość (1301) serial
15:50 Zmiennicy: Antycypacja (11/15) serial
17:05 Cena miłości (105/114) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:20 Jeden z dziesięciu teleturniej
20:05 The Best of Latający Klub 2 (1) rozrywka
21:25 07 zgłoś się: Zamknąć za sobą drzwi (19/21) serial
23:05 Rok przemocy film sensacyjny, Zjednoczone Emiraty Arabskie/USA 2014

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy (173) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (632) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (633) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (150) serial
10:50 Małolaty (48) serial
11:50 Na ratunek 112 (95) serial
12:20 Na ratunek 112 (96) serial
12:50 Trudne sprawy (304) serial
13:50 Słoiki (48) serial
14:50 Dlaczego ja? (717) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (109) serial
17:40 Trudne sprawy (232) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (335) serial
20:05 Festiwal Weselnych Przebojów - Mrągowo 2017 koncert
23:30 Teraz stand-up rozrywka
00:30 Wyatt Earp: Zemsta western, USA 2012

TVN

05:35 Uwaga! magazyn reporterów
06:05 Mango telezakupy
07:10 W-11 - Wydział Śledczy: Menda (991) serial
07:50 Doradca smaku: Tortilla z domowymi kiełbaskami i dipem jogurtowym
08:00 19+ (103) serial
08:35 Druga szansa (3) serial
09:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja U Przyjaciół, Sopot (1) rozrywka
10:35 Ukryta prawda (493) serial
11:35 Szpital (379) serial
12:35 Kryminalni: Pułapka serial
13:40 W-11 - Wydział Śledczy: Plan był inny (993) serial
14:20 W-11 - Wydział Śledczy: Bez przebaczenia (995) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Jelcz Laskowice. Boczek i spółka
16:00 Szkoła (236) serial
16:55 Top of the Top Festival - Sopot 2017 reportaż
17:00 Ukryta prawda (494) serial
18:00 Szpital (380) serial
19:00 Fakty
19:30 Top of the Top Festival - Sopot
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:55 Top of the Top Festival - Sopot 2017: #ilove... Największe przeboje o miłości koncert
23:55 Wydział pościgowy film sensacyjny, USA 1998

TV 4

06:00 Niegrzeczny pies (6) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (17) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (25) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (20) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (28) serial
09:00 Niegrzeczny pies (1) rozrywka
10:00 Twoja na zawsze (110) serial
11:00 Detektywi w akcji (41) serial
12:00 Galileo (612) program popularnonaukowy
13:00 Policjantki i Policjanci (288) serial
14:00 Galileo (613) program popularnonaukowy
15:00 Dom nie do poznania (11) reality show
16:00 Twoja na zawsze (111) serial
17:00 Hawaje 5-0 (16) serial
18:00 Detektywi w akcji (42) serial
19:00 Policjantki i Policjanci (289) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (94) serial
21:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (90) serial
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (91) serial
23:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (92) serial
00:00 Saga: Przekleństwo Cienia film fantasy, USA 2013

TVN7

05:20 Ukryta prawda (339) serial
06:20 Szpital (129) serial
07:15 Sąd rodzinny: Wyrodny brat (62) serial
08:15 Dr House 7 (15/23) serial
09:15 Brzydula (25) serial
09:45 Brzydula (26) serial
10:20 Mango telezakupy
11:55 Ukryta prawda (340) serial
12:55 Sąd rodzinny: Piłkarz (63) serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (303) serial
14:55 Szpital (130) serial
15:55 Chirurdzy 2 (16) serial
16:55 Dr House 7 (16/23) serial
17:55 Brzydula (27) serial
18:30 Brzydula (28) serial
19:00 Ukryta prawda (341) serial
20:00 Batman i Robin film przygodowy, USA 1997
22:40 Wyborcze jaja komedia, USA 2012
00:25 Masters of Sex 2 (1/12) serial

Puls

06:00 To moje życie! (98) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Polowanie (5) serial
08:00 Rewir (9/20) serial
09:00 Napisała: Morderstwo: Lekarz rodzinny (11/22) serial
10:00 Napisała: Morderstwo: Podejrzany o morderstwo (12/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Nieczysta gra (6) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Zdrada (9) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Siła wyższa (11) serial
13:50 Zbuntowany anioł (143) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (144) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Strategia wyjścia (13) serial
16:40 Rewir (10/20) serial
17:40 Gwiazdy lombardu 16 (401) reality show
18:00 Gwiazdy lombardu 16 (402) reality show
18:30 Gwiazdy lombardu 10 (181) reality show
19:00 Gwiazdy lombardu 10 (182) reality show
19:30 Gwiazdy lombardu 10 (183) reality show
20:00 2012 film katastroficzny, Kanada/USA 2009
23:00 Żądza śmierci film sensacyjny, Rosja/Kanada/USA 2009

Sobota, 19 sierpnia

TVP 1

06:00 Klan (3139) telenowela
06:35 Sprawa dla reportera magazyn
07:30 Rok w ogrodzie (654) magazyn
08:00 Naszaarmia.pl magazyn
08:25 Na szlaku wydarzeń magazyn
08:45 Sekundy, które zmieniły życie
09:10 Polski grill (7) magazyn
09:40 Winnetou i tajemnica Srebrnego Jeziora western, Niemcy 2016
11:25 Mamy w nim ojca film dokumentalny, Polska 2015
12:00 Wielkie nieba magazyn
12:25 Fascynujący świat
13:15 Okrasa łamie przepisy
13:45 Kariera Nikodema Dyzmy serial
14:50 Jeździectwo: Mistrzostwa Europy we wszechstronnym konkursie konia wierzchowego w Strzegomiu cross
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Polski grill (8) magazyn
18:35 Ranczo: Wet za wet serial
19:30 Wiadomości
20:05 Sport magazyn sportowy
20:10 Jeździectwo: Mistrzostwa Europy we wszechstronnym konkursie konia wierzchowego
20:14 Pogoda
20:20 Gwiazdy letniego nieba koncert
22:40 Poza zasięgiem dramat sensacyjny, Polska/USA 2004
00:10 Agenci T.A.R.C.Z.Y. serial

TVP 2

05:55 Sztuka codzienności: Moda serial dokumentalny
06:30 M jak miłość (1303) 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
10:00 Nabożeństwo z Grabarki program religijny
12:00 Lajk! magazyn kulturalny
12:25 Jak w czeskim filmie: Jak wyrwać ząb wielorybowi komedia, Czechosłowacja
14:00 Familiada teleturniej
14:35 Sonda 2
15:10 Komedie po polsku: Profesor na drodze film obyczajowy, Polska 1973
16:15 Kocham Cię, Polsko! rozrywka
17:45 Słowo na niedzielę
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:40 Pogoda
18:50 Kulisy „Postaw na milion" felieton
19:05 Postaw na milion teleturniej
20:05 Pitch Black film SF, Australia/USA 2000
22:05 Rodzinka.pl: Suknia teściowej (202) serial
22:40 Ambassada komedia, Polska 2013
00:35 Kowboj z Szanghaju western komediowy, USA 2000

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków (17) serial
08:15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (4) serial
08:45 Jeźdźcy smoków na końcu świata (37) serial
09:15 Przygody Kota w Butach (2) serial
09:45 Słoneczna Stacja magazyn
10:25 Ewa gotuje (279) magazyn
11:00 Pamiętnik księżniczki: Królewskie zaręczyny komedia romantyczna, USA 2004
13:25 Dobosz 2: W nowym rytmie komedia muzyczna, USA 2014
15:45 Disco pod gwiazdami koncert
17:45 Chłopaki do wzięcia (93) serial dokumentalny
18:15 Chłopaki do wzięcia (94) serial dokumentalny
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (336) serial
20:10 Tajemnica Zielonego Królestwa film animowany, USA 2013
22:30 Komando film sensacyjny, USA 1985
00:25 Boogeyman 2 horror, USA 2007

TVN

05:35 Mango telezakupy
07:45 Kobieta na krańcu świata: Bhutan. Królestwo szczęścia (5) serial dokumentalny
08:20 Spotkanie ze smakiem (12) magazyn
08:30 Dzień Dobry Wakacje (17) magazyn
11:00 Na Wspólnej (2528) serial
11:25 Na Wspólnej (2529) serial
11:50 Na Wspólnej (2530) serial
12:15 Na Wspólnej (2531) serial
12:45 Agent - Gwiazdy (11) reality show
13:45 Złodzieje (3) magazyn poradnikowy
14:25 Złodzieje (4) magazyn poradnikowy
15:10 Mamy Cię! (13-ost.) rozrywka
16:30 Kobieta na krańcu świata: Nigeria. Gwiazda Nollywood (3) serial dokumentalny
17:00 Projekt Lady (10) reality show
17:55 Top of the Top Festival - Sopot 2017 reportaż
18:00 Kuchenne rewolucje: Wałcz, Blue Moon (6) rozrywka
19:00 Fakty
19:25 Top of the Top Festival - Sopot 2017 reportaż
19:30 Sport magazyn sportowy
19:40 Pogoda
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Top of the Top Festival - Sopot 2017: #idance ... Morze przebojów koncert
00:00 Plan gry komedia, USA 2007

TV 4

06:00 Światowe rekordy Guinnessa (10) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (18) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (26) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (21) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (29) serial
09:00 Kacper i przyjaciele (30) serial
09:30 Psu-braty film familijny, Kanada 2013
11:10 Policjantki i Policjanci (285) serial
12:10 Policjantki i Policjanci (286) serial
13:10 Policjantki i Policjanci (287) serial
14:15 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:20 Irlandzkie szczęście film przygodowy, USA 2001
17:00 Okrążenie komedia, Kanada/USA 2008
19:00 Galileo (614) program popularnonaukowy
20:00 Policjantki i Policjanci (288) serial
21:00 Policjantki i Policjanci (289) serial
22:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (93) serial
23:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (94) serial
00:00 Wezwani horror, Hiszpania 2009

TVN7

06:00 Ukryta prawda (340) serial
07:05 Mango telezakupy
09:10 Dr House 7 (15/23) serial
10:10 Wojny magazynowe - Teksas 3 (4/11) reality show
10:40 Wojny magazynowe - Teksas 3 (5/11) reality show
11:15 Remontowy biznes braci Scott 2 (12) serial dokumentalny
12:15 Remontowy biznes braci Scott 2 (13) serial dokumentalny
13:15 Brzydula (21) serial
13:50 Brzydula (22) serial
14:25 Brzydula (23) serial
15:00 Brzydula (24) serial
15:35 Niedźwiedzie film dokumentalny, USA 2014
17:15 Scooby-Doo komedia przygodowa, Australia/USA 2002
19:00 Komediowa sobota: Podróż przedślubna komedia romantyczna, USA 1999
21:20 Komediowa sobota: Mroczne cienie czarna komedia, USA 2012
23:45 Krwawa jazda horror, Luksemburg/Wielka Brytania 2003

Puls

05:55 Niesamowite!: Podwójne życie studentki (21/25) serial dokumentalny
06:25 Niesamowite!: Szczęśliwa wdowa (22/25) serial dokumentalny
07:00 Taki jest świat 3 (20)
07:50 Co ludzie powiedzą?: Piknik nad rzeką (4) serial
08:30 Co ludzie powiedzą?: Urodziny Ryszarda (5) serial
09:05 Co ludzie powiedzą?: Licytacja (6) serial
09:50 13 posterunek 2 (32) serial
10:30 Skorpion (17/22) serial
11:20 Skorpion (18/22) serial
12:25 Bibliotekarz 2: Tajemnice kopalni króla Salomona film przygodowy, USA 2006
14:10 Ace Ventura: Zew natury komedia, USA 1995
16:15 19. Mazurska Noc Kabaretowa rozrywka
18:00 Jurassic Park 3 film przygodowy, USA 2001
20:00 Mocne sobotnie kino: Na krawędzi film sensacyjny, Francja/Włochy/USA 1993
22:15 Maczeta film sensacyjny, USA 2010
00:20 Piła 5 horror, Kanada/USA

Niedziela, 20 sierpnia

TVP 1

05:35 Klan (3141) 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
08:40 Fundusze europejskie - jak to działa?
08:55 Ziarno: Być dobrym jak chleb program dla dzieci
09:30 Zakochaj się w Polsce
10:00 Weterynarze z sercem
10:35 Biblia: Dawid serial religijny
11:40 Między ziemią a niebem magazyn
12:00 Anioł Pański
12:15 Między ziemią a niebem magazyn
12:55 BBC w Jedynce
14:00 Ostatnie dni księżnej Diany (1/2) dramat obyczajowy,
14:50 Jeździectwo: Mistrzostwa Europy we wszechstronnym konkursie konia wierzchowego w Strzegomiu skoki
16:05 Dziewczyny ze Lwowa serial
17:00 Teleexpress
17:15 Pogoda
17:30 Pół wieku Kabaretu pod Egidą
18:35 Rolnik szuka żony telenowela
19:30 Wiadomości
20:05 Sport magazyn sportowy
20:10 Jeździectwo
20:15 Pogoda
20:20 Zakochana Jedynka: Randki na zlecenie komedia romantyczna,
21:55 I że cię nie opuszczę melodramat,
23:45 Sportowa niedziela
00:10 Ki dramat obyczajowy, Polska

TVP 2

06:15 Słowo na niedzielę
06:25 Podróże z historią
07:05 M jak miłość (1304) serial
08:05 Kleopatro, do dzieła komedia kostiumowa, Wielka Brytania
09:45 Ukryte skarby: Mumia egipska i śląska perła gotyku
10:25 Rodzinne oglądanie: Jak zbudować planetę (1/2) film dokumentalny, Wielka Brytania
11:25 Makłowicz w podróży: Madera - Funchal magazyn
12:05 Gwiazdy w południe: Łowcy skalpów western, USA 1968
14:00 Familiada teleturniej
14:40 Sonda 2 (55) program popularnonaukowy
15:20 Na dobre i na złe: Solidarność matek (673) serial
16:20 Na sygnale: Dr Hans serial
16:50 Pierwsza randka reality show
18:00 Panorama
18:35 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:55 Rodzinka.pl: Daj żonie palec...! (203) serial
19:30 Rodzinka.pl: Lepiej dobrze żyć z teściową (204) serial
20:05 Kowboj z Szanghaju western komediowy, USA 2000
22:10 Świadek thriller, Francja 2014
23:45 Duet fortepianowy: Leszek Możdżer - Gloria Campaner (ENTER Enea Festival 2017) koncert
00:50 Ambassada komedia, Polska

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:45 Jeźdźcy smoków (18) serial
08:15 Scooby-Doo i Brygada Detektywów (7) serial
08:45 Jeźdźcy smoków na końcu świata (38) serial
09:15 Przygody Kota w Butach (3) serial
09:45 Kubuś i Hefalumpy film animowany, USA 2005
11:15 Szalone wakacje na kółkach film familijny, Niemcy/Wielka Brytania/USA 2006
13:20 Tajemnica Zielonego Królestwa film animowany, USA 2013
15:30 Ostatnie wakacje komedia, USA 2006
17:50 Nasz nowy dom (83) reality show
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (337) serial
20:05 Kabaretobranie 2016 - 8. Zielonogórska Noc Kabaretowa rozrywka
22:05 Ciacho komedia, Polska 2010
00:45 Pojutrze dramat katastroficzny, USA 2004

TVN

05:20 Uwaga! magazyn reporterów
05:45 Mango telezakupy
07:55 Nowa Maja w ogrodzie (5) magazyn ogrodniczy
08:25 Akademia ogrodnika (32/52) magazyn ogrodniczy
08:30 Dzień Dobry Wakacje (18) magazyn
11:00 Dom marzeń (10) reality show
12:00 Co za tydzień
12:45 Belle Epoque (10-ost.) serial
13:45 Akademia policyjna: Operacja „Chaos" komedia, USA 1989
15:35 Plan gry komedia, USA 2007
17:50 Gotowi na sezon (12) rozrywka
18:00 Ugotowani (4) program kulinarno-rozrywkowy
19:00 Fakty
19:25 Sport magazyn sportowy
19:35 Pogoda
19:45 Uwaga! magazyn reporterów
20:00 Jack Reacher film sensacyjny, USA 2012
22:45 Ninja dramat sensacyjny, USA 2009
00:30 Niezwykłe przypadki medyczne (3/8) reality show

TV 4

06:00 Światowe rekordy Guinnessa (11) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (19) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (27) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (22) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (31) serial
09:00 Kacper i przyjaciele (28) serial
09:30 Garfield Show serial
09:45 Irlandzkie szczęście film przygodowy, USA 2001
11:30 Galileo (613) program popularnonaukowy
12:30 Galileo (614) program popularnonaukowy
13:35 Przeznaczenie Wikinga film przygodowy, Kanada/Bułgaria/USA 2014
15:30 Tornado zagłady (1/2) film katastroficzny, USA 2004
17:20 Tornado zagłady (2-ost.) film katastroficzny, USA 2004
19:00 Galileo (615) program popularnonaukowy
20:00 Król wikingów film fantasy, Malezja/USA 2013
22:20 Ip Man: Ostatnia walka dramat biograficzny, Hongkong 2013
00:30 STOP Drogówka magazyn policyjny

TVN7

05:45 Ukryta prawda (341) serial
06:45 Mango telezakupy
08:50 Dr House 7 (16/23) serial
09:50 Wojny magazynowe - Teksas 3 (6/11) reality show
10:20 Wojny magazynowe - Teksas 3 (7/11) reality show
10:50 Remontowy biznes braci Scott 2 (14) serial dokumentalny
11:50 Remontowy biznes braci Scott 2 (15) serial dokumentalny
12:50 Brzydula (25) serial
13:25 Brzydula (26) serial
14:00 Brzydula (27) serial
14:30 Brzydula (28) serial
15:05 Chisum western, USA 1970
17:30 Batman i Robin film przygodowy, USA 1997
20:00 Superseans: Wykonać wyrok film sensacyjny, Kanada/USA 1990
21:55 Czysty Geniusz (11) serial medyczny
22:55 Śmiertelna wyliczanka thriller, USA 2002

Puls

06:00 Taki jest świat 3 (20)
06:50 Co ludzie powiedzą?: Przedstawienie (7) serial
07:25 Co ludzie powiedzą?: Przyjęcie u Violety (8) serial
08:05 Co ludzie powiedzą?: Rolls Royce (9) serial
08:40 13 posterunek 2 (32) serial
09:20 13 posterunek 2 (34) serial
10:00 13 posterunek 2 (35) serial
10:40 Ale numer! 2 (6) rozrywka
11:10 Wojciech Cejrowski. Boso - Teksas: Safari na rancho (9) serial dokumentalny
11:45 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta: Stara Jerozolima (1/8) serial dokumentalny
12:15 Wojciech Cejrowski. Boso - Ziemia Święta: Arabski kupiec (2/8) serial dokumentalny
12:55 Najpiękniejsze baśnie braci Grimm: Stoliczku, nakryj się baśń filmowa, Niemcy 2008
14:05 Jurassic Park 3 film przygodowy, USA 2001
16:05 Matylda komedia, USA 1996
18:00 Blondynka w koszarach komedia, USA 2008
20:00 Niedziela z gwiazdami: Protektor dramat sensacyjny, USA 2012
21:55 2012 film katastroficzny, Kanada/USA 2009

Poniedziałek, 21 sierpnia

TVP 1

05:45 Dr Quinn 4 (21/28) serial
06:40 BBC w Jedynce
07:35 Podmuch energii cykl reportaży
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif (72) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (156) serial
10:35 Dr Quinn 4 (22/28) serial
11:30 Z ciemności - zobaczyć świat (10) serial dokumentalny
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:25 Agropogoda
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (73) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:50 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czas honoru: Spotkania serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat: Damski bokser (29) telenowela dokumentalna
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:40 Zraniona miłość (68) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport
20:05 Jeździectwo: Mistrzostwa Europy we wszechstronnym konkursie konia wierzchowego
20:10 Pogoda
20:20 Zakazany Bóg dramat
22:45 Gol Ekstra magazyn piłkarski
23:25 Komisja morderstw: Trzecie jest przerażenie serial

TVP 2

06:05 Rodzinka.pl: Walentynki serial
06:35 Mam przepis na pielgrzymowanie cykl dokumentalny
07:05 M jak miłość (103) 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
10:50 Barwy szczęścia (1679) serial
11:25 Na dobre i na złe: Klątwa faraona (435) serial
12:30 Tysiąc i jedna noc serial
13:20 Na sygnale (22) serial
13:50 Jak zbudować planetę
14:55 M jak miłość (1302) serial
15:55 Rodzinka.pl: Pogadajmy o facetach (205) serial
16:30 Rodzinka.pl: Trzymaj się za portfel! (206) serial
17:05 Cena miłości (106/114) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (1679) serial
20:05 Barwy szczęścia (1680) serial
20:40 Na sygnale: Pomyłka serial
21:20 Komedie po polsku: Pułkownik Kwiatkowski komediodramat, Polska 1995
23:35 Czy świat oszalał?: Trzecia wojna - wybór strategii film dokumentalny, Wielka Brytania
00:40 Rodzinka.pl serial

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy (174) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (634) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (635) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (1/100) serial
10:50 Małolaty (49) serial
11:50 Na ratunek 112 (97) serial
12:20 Na ratunek 112 (98) serial
12:50 Trudne sprawy (305) serial
13:50 Słoiki (49) serial
14:50 Dlaczego ja? (718) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (110) serial
17:40 Trudne sprawy (233) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (338) serial
20:05 Megahit: Pojutrze dramat katastroficzny, USA 2004
22:45 W cywilu 4 - ruchomy cel film sensacyjny, USA 2015
00:45 Szklana pułapka 3 film sensacyjny, USA 1995

TVN

05:40 Uwaga! magazyn reporterów
06:05 Mango telezakupy
07:10 W-11 - Wydział Śledczy: Bez przebaczenia (995) serial
07:50 Gotowi na sezon (12) rozrywka
08:00 19+ (104) serial
08:35 Druga szansa (4) serial
09:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja Do Syta, Łódź (2) rozrywka
10:35 Ukryta prawda (494) serial
11:35 Szpital (380) serial
12:35 Kryminalni: Tajemnica Julii Małeckiej (10) serial
13:40 W-11 - Wydział Śledczy: Marzenie o szczęśliwej rodzinie (1001) serial
14:20 W-11 - Wydział Śledczy: Pokochaj mnie (1004) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Bielsko-Biała. Relaks (11) rozrywka
16:00 Szkoła (237) serial
17:00 Ukryta prawda (495) serial
18:00 Szpital (381) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Wytrawna jaglanka z kurczakiem magazyn
20:15 Na Wspólnej (2532) serial
20:55 Projekt Lady (11) reality show
21:55 Niezwykłe przypadki medyczne reality show
22:55 Żony Hollywood (11) rozrywka
23:55 Indiana Jones i ostatnia krucjata film przygodowy, USA

TV 4

06:00 Niegrzeczny pies (1) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (20) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (29) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (23) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (32) serial
09:00 Niegrzeczny pies (2) rozrywka
10:00 Twoja na zawsze (111) serial
11:00 Detektywi w akcji (42) serial
12:00 Detektywi w akcji (131) serial
13:00 Policjantki i Policjanci (289) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania (12) reality show
16:00 Twoja na zawsze (112) serial
17:00 Hawaje 5-0 (17) serial
18:00 Detektywi w akcji (43) serial
19:00 Policjantki i Policjanci (290) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (95) serial
21:00 Śmierć na 1000 sposobów (3) serial dokumentalny
21:30 Śmierć na 1000 sposobów (4) serial dokumentalny
22:00 Galileo (614) program popularnonaukowy
23:00 Galileo (615) program popularnonaukowy
00:00 Spadkobiercy (56) rozrywka

TVN7

05:20 Ukryta prawda (342) serial
06:20 Szpital (130) serial
07:15 Sąd rodzinny: Piłkarz (63) serial
08:15 Dr House 7 (16/23) serial
09:15 Brzydula (27) serial
09:45 Brzydula (28) serial
10:20 Mango telezakupy
11:55 Ukryta prawda (341) serial
12:55 Sąd rodzinny: Gdzie jest Paulina (64) serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (304) serial
14:55 Szpital (131) serial
15:55 Chirurdzy 2 (17) serial
16:55 Dr House 7 (17/23) serial
17:55 Brzydula (29) serial
18:30 Brzydula (30) serial
19:00 Ukryta prawda (342) serial
20:00 Los numeros komedia kryminalna, Polska 2011
21:40 Lista klientów 2 (4) serial
22:40 Masters of Sex 2 (2/12) serial
23:55 Świadek dramat sensacyjny, USA 1985

Puls

06:00 To moje życie! (99) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Nieczysta gra (6) serial
08:00 Rewir (10/20) serial
09:00 Napisała: Morderstwo: Podejrzany o morderstwo (12/22) serial
10:00 Napisała: Morderstwo: Wykroczenie drogowe (13/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Wybuch (7) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Dług (10) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Obserwatorzy (12) serial
13:50 Zbuntowany anioł (145) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (146) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Partnerzy (14) serial
16:40 Rewir (11/20) serial
17:40 Gwiazdy lombardu 16 (403) reality show
18:00 Gwiazdy lombardu
16: Best Of - On the Road (406) reality show
18:30 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Quest film sensacyjny, Kanada/USA 1996
21:55 Na krawędzi film sensacyjny, Francja/Włochy/USA 1993
00:15 Gothika thriller, USA 2003

Wtorek 22 sierpnia

TVP 1

05:45 Dr Quinn 4 (22/28) serial
06:40 Natura w Jedynce
07:40 Podmuch energii cykl reportaży
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif (73) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (157) serial
10:35 Dr Quinn 4 (97) serial
11:30 Obserwator
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:35 Agropogoda
12:40 To się opłaca: LEADER - turystyka na obszarach wiejskich magazyn
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (74) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:45 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czas honoru serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat: Szalone dziewczyny (30) telenowela dokumentalna
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:40 Zraniona miłość (69) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport magazyn sportowy
20:10 Pogoda
20:20 Rozdarte serca serial
22:15 El Príncipe - dzielnica zła serial
23:15 Warszawa. Zmartwychwstałe miasto film dokumentalny,
00:10 Z ciemności - zobaczyć świat

TVP 2

06:00 Rodzinka.pl: Komunia serial
06:35 Dla Boga i ludzi reportaż
07:05 M jak miłość (104) 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
10:50 Barwy szczęścia (1680) serial
11:30 Na dobre i na złe: Bez znieczulenia (436) serial
12:30 Tysiąc i jedna noc serial
13:20 Na sygnale (23) serial
13:50 Włoska kuchnia jak u babci: Sant'Angelo in Colle magazyn
14:20 Afryka od kuchni serial dok..
14:50 M jak miłość (1303) serial
15:50 Zmiennicy: Obywatel Monte Christo (12/15) serial
17:05 Cena miłości (107/114) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (1680) serial
20:05 Barwy szczęścia (1681) serial
20:40 Na sygnale: Opowiem ci bajkę (146) serial
21:20 Bal maturalny komedia, USA
23:15 Świat bez fikcji: YouTube'owa rewolucja film dokumentalny, Wielka Brytania 2015
00:10 Pułkownik Kwiatkowski komediodramat, Polska 1995

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy (175) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (636) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (637) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (2) serial
10:50 Małolaty (50) serial
11:50 Na ratunek 112 (99) serial
12:20 Na ratunek 112 (100) serial
12:50 Trudne sprawy (306) serial
13:50 Słoiki (50) serial
14:50 Dlaczego ja? (719) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (1) serial
17:40 Trudne sprawy (234) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (339) serial
20:10 Szklana pułapka 3 film sensacyjny, USA 1995
22:55 Arbitraż thriller, USA 2012

TVN

05:35 Uwaga! magazyn reporterów
06:05 Mango telezakupy
07:10 W-11 - Wydział Śledczy: Pokochaj mnie (1004) serial
07:50 Doradca smaku: Wytrawna jaglanka z kurczakiem
08:00 19+ (105) serial
08:35 Druga szansa (5) serial
09:35 Kuchenne rewolucje: Karczma Sielska Zagroda, Nowy Dwór Gdański (4) rozrywka
10:35 Ukryta prawda (495) serial
11:35 Szpital (381) serial
12:35 Kryminalni: Egzekucja serial
13:40 W-11 - Wydział Śledczy: Przeklęty dom (1011) serial
14:20 W-11 - Wydział Śledczy: Trudna dziewczyna serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Gubin, Gospoda (12) rozrywka
16:00 Szkoła (238) serial
17:00 Ukryta prawda (496) serial
18:00 Szpital (382) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Ciasto drożdżowe z malinami i białą czekoladą (20) magazyn
20:15 Na Wspólnej (2533) serial
20:55 Jestem legendą film SF, Australia/USA 2007
23:00 Jack Reacher film sensacyjny, USA 2012

TV 4

06:00 Niegrzeczny pies (2) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (21) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (30) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (24) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (33) serial
09:00 Niegrzeczny pies (3) rozrywka
10:00 Twoja na zawsze (112) serial
11:00 Detektywi w akcji (43) serial
12:00 Detektywi w akcji (132) serial
13:00 Policjantki i Policjanci (290) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania (13) reality show
16:00 Twoja na zawsze (113) serial
17:00 Hawaje 5-0 (18) serial
18:00 Detektywi w akcji (44) serial
19:00 Policjantki i Policjanci (291) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (96) serial
21:00 Saga: Przekleństwo Cienia film fantasy, USA 2013
23:10 Śmierć na 1000 sposobów (3) serial dokumentalny
23:40 Śmierć na 1000 sposobów (4) serial dokumentalny
00:05 Spadkobiercy (57) rozrywka

TVN7

05:30 Szpital (131) serial
06:30 W-11 - Wydział Śledczy (1155) serial
07:15 Sąd rodzinny: Gdzie jest Paulina (64) serial
08:15 Dr House 7 (17/23) serial
09:15 Brzydula (29) serial
09:45 Brzydula (30) serial
10:20 Mango telezakupy
11:55 Ukryta prawda (342) serial
12:55 Sąd rodzinny: Frajer (65) serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (305) serial
14:55 Szpital (132) serial
15:55 Chirurdzy 2 (18) serial
16:55 Dr House 7 (18/23) serial
17:55 Brzydula (31) serial
18:30 Brzydula (32) serial
19:00 Ukryta prawda (343) serial
20:00 Sensacyjny wtorek: Śmiertelna wyliczanka thriller, USA 2002
22:35 Kino oldschool: 48 godzin komedia sensacyjna, USA 1982
00:30 Czysty Geniusz (11) serial medyczny

Puls

06:00 To moje życie! (100) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Wybuch (7) serial
08:00 Rewir (11/20) serial
09:00 Napisała: Morderstwo: Wykroczenie drogowe (13/22) serial
10:00 Napisała: Morderstwo: Kto zabił J.B. Fletcher? (14/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Alarm pożarowy (8) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Siła wyższa (11) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Strategia wyjścia (13) serial
13:50 Zbuntowany anioł (147) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (148) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Sprawa kameleona (15) serial
16:40 Rewir (12/20) serial
17:40 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Leon zawodowiec dramat sensacyjny, Francja/USA 1994
22:40 Purpurowe rzeki thriller, Francja 2000
00:50 Zobacz to!: Ale numer! 2 (9) rozrywka

Środa, 23 sierpnia

TVP 1

05:05 Telezakupy
05:45 Dr Quinn 4 (23/28) serial
06:40 Natura w Jedynce
07:40 Podmuch energii cykl reportaży
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny
08:40 Elif (74) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (158) serial
10:35 Dr Quinn 4 (24/28) serial
11:25 Obserwator cykl reportaży
12:00 Wiadomości
12:15 Agrobiznes
12:35 Agropogoda
12:40 Hodowla roślin magazyn
12:55 Natura w Jedynce
14:00 Elif (75) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa
15:45 Lista przebojów Jedynki
15:55 Czas honoru: Za murem serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela
17:55 Jaka to melodia? teleturniej
18:40 Zraniona miłość (70) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport magazyn sportowy
20:10 Pogoda
20:20 W pułapce kłamstw thriller, Kanada 2016
22:00 El Príncipe - dzielnica zła serial
22:55 Defilada zwycięzców film dokumentalny, Polska 2007
23:55 Palimpsest thriller, Polska 2006

TVP 2

06:00 Rodzinka.pl: Dorastanie serial
06:35 Pożyteczni.pl magazyn
07:05 M jak miłość (105) 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
10:50 Barwy szczęścia (1681) serial
11:30 Na dobre i na złe: Godzina zero (437) serial
12:30 Tysiąc i jedna noc serial
13:20 Na sygnale (24) serial
13:50 Włoska kuchnia jak u babci: Montefalco (6/13) magazyn
14:20 Afryka od kuchni serial dok.
14:50 M jak miłość (1304) serial
15:50 Zmiennicy: Spotkania z Temidą (13/15) serial
17:05 Cena miłości (108/114) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:35 Pogoda
18:45 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (1681) serial
20:05 Barwy szczęścia (1682) serial
20:40 Na sygnale: Zła kobieta (147) serial
21:20 Piękna i szalona dramat obyczajowy, USA 2001
23:10 Bal maturalny komedia, USA

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy (176) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (638) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (639) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (3) serial
10:50 Małolaty (51) serial
11:50 Na ratunek 112 (101) serial
12:20 Na ratunek 112 (102) serial
12:50 Trudne sprawy (307) serial
13:50 Słoiki (51) serial
14:50 Dlaczego ja? (720) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (2) serial
17:40 Trudne sprawy (235) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (340) serial
20:05 Świat według Kiepskich (515) serial
20:40 Nie zadzieraj z fryzjerem komedia, USA 2008
23:00 To nie jest kolejna komedia dla kretynów komedia, USA 2001
00:55 Bruno komedia, USA 2009

TVN

05:35 Uwaga! magazyn reporterów
06:05 Mango telezakupy
07:10 W-11 - Wydział Śledczy: Trudna dziewczyna serial
07:50 Doradca smaku: Ciasto drożdżowe z malinami i białą czekoladą (20) magazyn
08:00 19+ (106) serial
08:35 Druga szansa (6) serial
09:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja Relax, Chełm (5) rozrywka
10:35 Ukryta prawda (496) serial
11:35 Szpital (382) serial
12:35 Kryminalni: Łowcy dusz serial
13:40 W-11 - Wydział Śledczy: Mój synek (1015) serial
14:20 W-11 - Wydział Śledczy: Klawisz (1017) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Zielonki, Bistro Obora (13) rozrywka
16:00 Szkoła (239) serial
17:00 Ukryta prawda (497) serial
18:00 Szpital (383) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Domowy chleb z masłem ziołowym
20:15 Na Wspólnej (2534) serial
20:55 Dom marzeń (11) reality show
21:55 Dzień zagłady film katastroficzny, USA 1998
00:25 Kuba Wojewódzki: Karol Strasburger, Aleksandra Hamkało (10) talk-show

TV 4

06:00 Niegrzeczny pies (3) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (22) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (31) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (25) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (34) serial
09:00 Niegrzeczny pies (4) rozrywka
10:00 Twoja na zawsze (113) serial
11:00 Detektywi w akcji (44) serial
12:00 Detektywi w akcji (133) serial
13:00 Policjantki i Policjanci (291) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania (14) reality show
16:00 Twoja na zawsze (114) serial
17:00 Hawaje 5-0 (19) serial
18:00 Detektywi w akcji (45) serial
19:00 Policjantki i Policjanci (292) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (97) serial
21:00 Dom w głębi lasu horror, USA 2011
23:05 Śmierć na 1000 sposobów (5) serial dokumentalny
23:35 Śmierć na 1000 sposobów (6) serial dokumentalny
00:00 Spadkobiercy (58) rozrywka

TVN7

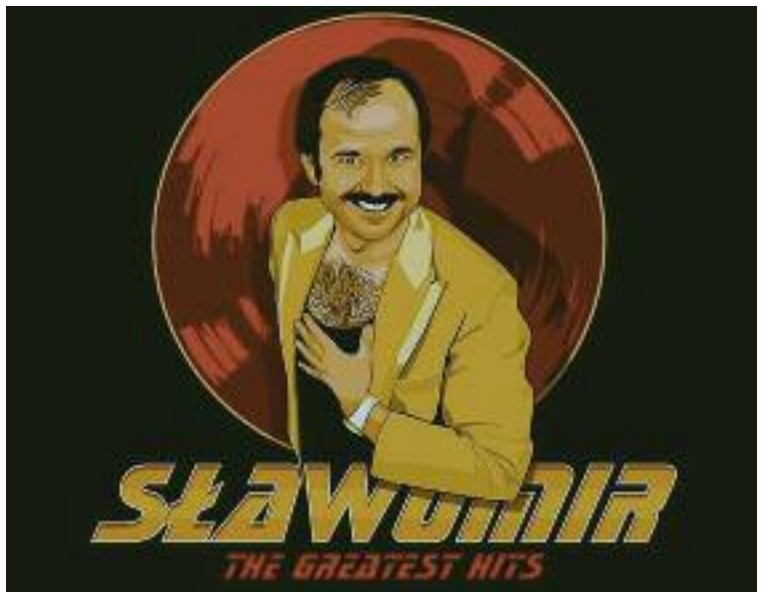
05:20 Ukryta prawda (343) serial
06:20 Szpital (132) serial
07:15 Sąd rodzinny: Frajer (65) serial
08:15 Dr House 7 (18/23) serial
09:15 Brzydula (31) serial
09:45 Brzydula (32) serial
10:20 Mango telezakupy
11:55 Ukryta prawda (343) serial
12:55 Sąd rodzinny: Skacząc po dachach (66) serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (306) serial
14:55 Szpital (133) serial
15:55 Chirurdzy 2 (19) serial
16:55 Dr House 7 (19/23) serial
17:55 Brzydula (33) serial
18:30 Brzydula (34) serial
19:00 Ukryta prawda (344) serial
20:00 Dobre kino: Bez granic melodramat, Niemcy/USA 2003
22:45 Magazyn UEFA Champions League (3/9) magazyn piłkarski
23:50 Sprawa O.J. Simpsona: Taśmy prawdy film dokumentalny, USA 2015

Puls

06:00 To moje życie! (101) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Alarm pożarowy (8) serial
08:00 Rewir (12/20) serial
09:00 Napisała: Morderstwo: Kto zabił J.B. Fletcher? (14/22) serial
10:00 Napisała: Morderstwo: Poborca w akcji (15/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Ogień na autostradzie (9) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Obserwatorzy (12) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Partnerzy (14) serial
13:50 Zbuntowany anioł (149) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (150) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Agentka Kensi Blye, część 1. (16) serial
16:40 Rewir (13/20) serial
17:40 Gwiazdy lombardu reality show
20:00 Resident Evil: Zagłada horror, Francja/Niemcy/Australia/USA 2007
21:55 Next thriller SF, USA 2007
23:50 Purpurowe rzeki thriller, Francja 2000

Mundur, sutanna i... szlafrok

Rozmowa ze SŁAWOMIREM ZAPAŁĄ



Przyznam, że jesteś dla mnie swego rodzaju fenomenem. Zanim ukazała się Twoja debiutancka płyta, zaprezentowałeś zaledwie trzy numery, które miały już wtedy milionowe odsłony na You Tube. Na Twoich koncertach pojawiają się tłumy ludzi, którzy nawet znają teksty Twoich piosenek. Jak to się robi?

- Cześć, tu Sławomir. Bardzo miło mi to słyszeć. To prawda, stoją za mną potężni fani. I to właściwie oni dali mi możliwość nagrania tej płyty. Sporą zasługą jej ukazania się jest znany internetowy projekt "wspieram to". Wśród nagród, które można było na nim zdobyć, wspierając wydanie albumu, było picie wódki ze Sławomirem (śmiech). Przemierzyłem niemal całą Polskę, pijąc ze swoimi fanami i jeszcze trochę flaszek mi zostało (śmiech). Dzięki temu, zanim płyta się ukazała, już sprzedała się w blisko tysięcznym nakładzie. A skąd sukces? Myślę, że Sławomir i rock polo jest powrotem do melodyjnych piosenek, do których dokładamy nasze, specyficzne poczucie humoru. Dopełnieniem jest oczywiście mój zespół, który tworzą czołowi muzycy, grający na co dzień z Marylą Rodowicz, Edytą Górniak, Mietkiem Szcześniakiem. Oni są gwarantem wysokiego poziomu muzycznego.

Niesamowite jest również to, że zanim ukazał się album, już zdążyłeś wystąpić na festiwalu w Sopocie, o udział w którym zabiegają największe gwiazdy.

- To prawda. Rzeczywiście jest to typowy "american dream", który jak się okazuje, może spełnić się także w naszej ojczyźnie. Przywiozłem tę mentalność właśnie z Nowego Jorku. Słuchajcie, naprawdę się da. Polacy mają ogromne poczucie humoru. Czego dowodem jest mój udział w programach "Taniec z gwiazdami" i "Twoja twarz brzmi znajomo" oraz to jak wysoko udało mi się w nich dotrzeć.

Niedawno ktoś porównał Cię do jednego z moich ulubionych wykonawców. Napisał, że lata 80. XX wieku należały do Franka Kimono, a obecne do Sławomira.

- To bardzo miłe. Piotr Fronczewski stworzył w tamtym czasie wspaniałą kreację. No i przecież przeboje Franka śpiewane i grane są do dziś. Myślę, że jednak profesjonalne przygotowanie artystyczne jest ważne. Sam uczyłem się wokalu już od ósmego roku życia. Teraz wykorzy-

Zabierz fotobudkę na swoją imprezę!
Uchwyć niezapomniane chwile...
rezerwacja
697 666 696
791 730 379
wesela • studniówki • firmowy event
www.mediarzeszow.pl/fotomania
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

stuję to doświadczenie. Także aktorskie, które przydaje się z kolei przy realizacji teledysków.

Sam je reżyserujesz?

- Oczywiście, razem z żoną, która również w nich występuje. Sławomir składa się z dwóch nóg. I jedną z nich, nawet mocniej stąpająca po ziemi, jest właśnie moja żona Kajra. Ja mam popularność, a ona zabiera mi wszystkie pieniądze. Taki mamy podział (śmiech).

Wspomniałeś wcześniej o swoim pobycie w Stanach Zjednoczonych...

- Pojechałem tam na zaproszenie Roberta Wilsona, reżysera, który realizował opery m.in. w Teatrze Wielkim w Warszawie. Wybierał sobie młodych i zdolnych ludzi z całego świata i zapraszał na warsztaty do Stanów.

To jakim cudem wybrał Ciebie?

- No widzisz. Widać miałem w sobie to "coś" (uśmiech). Pewnie dojrzał we mnie niedoszlifowany diament. Zaprosił mnie do stworzonego przez siebie The Watermill Center. Miałem opłacony przelot, do dyspozycji dom, samochód. Mogę się pochwalić, że w ramach tych warsztatów miałem m.in. zajęcia z Rogerem Watersem z Pink Floyd.

Skoro wspomniałeś o gwiazdach, to wymieńmy te, z którymi pracowałeś przy swoich klipach. To m.in. Małgorzata Socha, Ewa Kasprzyk, Krzysztof Kiersznowski, Witold Dębicki, Lech Dyblik. Naprawdę wielkie nazwiska.

- To prawda. Jak to się robi? Daje kolosalne honorarium. Wszystkie pieniądze, które przywiozłem ze Stanów, utopiłem w teledysk do "Megiery" (śmiech). A poważnie mówiąc... Wszystkie wymienione osoby mają doskonałe poczucie humoru i lubią się bawić w Sławomira. Pamiętam, że kiedy dałem Ewie Kasprzyk scenariusz do przeczytania, zaproponowałem jej jedną z ról w klipie. Ale jej spodobały się wszystkie. Naprawdę było warto!

Wspomniałeś wcześniej o tym, że z zawodu jesteś aktorem. Musze przyznać, że jak na kogoś, kto szkołę teatralną skończył 11 lat temu, masz bardzo imponujący dorobek. No i debiut jako Chino w musicalu "West Side Story". Stąd to zamiłowanie nie tylko do desek teatralnych i kamery, ale i estrady?

- Dokładnie. "West Side Story" to połączenie muzyki z tym "amerykańskim snem". Musical wyreżyserował sam Laco Adamik - kolejne wielkie nazwisko.

To pewnie czekasz teraz na rolę w filmie Agnieszki Holland.

- Jestem otwarty na propozycje. Jestem artystą wielu dziedzin i na wielu polach się realizuję. Ale nade wszystko kocham śpiew i na nim oraz występach ostatnio mocno się skupiam.

Ale swojego wyuczonego zawodu - magistra sztuki nie porzucasz?

- Absolutnie nie. To idzie dwutorowo i jednocześnie znakomicie się uzupełnia. Obecnie realizuje się kolejna seria serialu "Blondynka". I muszę przyznać, że zaobserwowałem pewną prawidłowość. Otóż, im więcej Sławomira, tym ciekawsze propozycje filmowe. Ostatnio wystąpiłem chociażby w głośnym filmie Macieja Pieprzycy "Jestem mordercą" czy "Poradach na zdrady" Ryszarda Zatorskiego.

Cieszę się, że wspomniałeś obraz "Jestem mordercą", bo właśnie między innymi w nim Twoim kostiumem jest mundur. Zakładałeś go także w "Korowodzie", "Trzecim oficerze", "Heli w opałach", "Popiełuszce", "Ostatniej akcji" czy "Piątej porze roku". Zauważyłeś ile tego było?

- Fakt, ale wcześniej z kolei były sutanny. Między innymi w "Karolu. Człowieku, który został papieżem" i "Janie Pawle II", w którym miałem przyjemność spotkać się na planie z samym Johnem Voightem.

Następne wielkie nazwisko...

- Miałem okazję zagrać z nim w jednej scenie. Czułem się już prawie tak, jakbym całował się z Angeliną Jolie, która jest przecież jego córką (śmiech).

No, przecież Angelina po coś się rozwodzi... Twoje notowania rosną!

- Może to lub kto jest powodem rozpadu jej małżeństwa z Bradem pozostawmy niedopowiedziane (uśmiech).

Kilka razy przed kamerą zakładałeś też kucharski fartuszek...

- Muszę ci zdradzić, że przygotowując się do tego typu roli, pracowałem w hotelowej restauracji, przygotowując około dwieście posiłków dziennie. Robiłem co prawda przy ziemniakach, ale do dziś potrafię tak szybko kroić marchewkę, jak robią to zawodowi kucharze.

Pokaż czy masz całe palce.

- Całe, przeszedłem specjalne szkolenie (śmiech).

Z kolei w teledyskach pojawiasz się w... szlafroku.

- To wyjątkowy szlafrok. Dostałem go od teściowej (uśmiech).

Skoro już mowa o rodzinie... Podobno Podkarpacie jest Ci szczególnie bliskie?

- Moja babcia i mama pochodzi z gminy Dynów, dokładnie z Jawornika Polskiego. Niemal cały Chmielnik. Tam z kolei mieszka moja mama chrzestna. No i całe niemal kuzynostwo mieszka z kolei w samym Rzeszowie.

O ile Twoje poczynania estradowe można potraktować jako pastisz...

- No nie do końca. Do swoich występów i publiczności podchodzę bardzo poważnie. Pamiętam szczególnie swoje pierwsze koncerty przed ogromną widownią. Było to dla mnie ogromne wyzwanie. Bo albo cię wygwizdają, albo pozwolą śpiewać dalej. Na szczęście moja muzyka się obroniła.

Ok, chodziło mi o to, że na estradzie świetnie się bawisz, ale z kolei życie prywatne traktujesz bardzo serio...

- Bo wciąż mam tę samą żonę (śmiech). W końcu jesteśmy już małżeństwem sześć lat. Nuda (uśmiech).

Miałem raczej na myśli imię Twojego niespełna rocznego synka. Jest dość oryginalne.

- Imię Kordian wybrałem ja, a żona je zaakceptowała. Po pierwszy wymyślił je Juliusz Słowacki, a po drugie nie bez znaczenia było jego tłumaczenie. W język hiszpańskim słowo "misericordia" oznacza miłosierdzie. No i wyobraź sobie taką sytuację. Mój syn ma kilkanaście lat. Spotyka na swojej drodze dziewczynę. "Cześć, jestem Ania". Na co on "Cześć, jestem Kordian". I jak to brzmi... Dziewczyna zdobyta. Kordian jest po prostu skazany na sukces w miłości (uśmiech).

Dzięki za rozmowę.

- Ja też dziękuję i pozdrawiam wszystkich Czytelników.

ROZMAWIAŁ MARCIN KALITA

FOT. MARCIN KALITA, POLSAT, ARCHIWUM

Czwartek, 24 sierpnia

TVP 1

05:25 Telezakupy
06:00 Dr Quinn 4 (24/28) serial
06:50 Natura w Jedynce: Bujne życie pól film dokumentalny, Niemcy 2010
07:40 Podmuch energii cykl reportaży
08:00 Wiadomości
08:10 Pogoda
08:15 Kwadrans polityczny program publicystyczny
08:40 Elif (75) serial
09:35 Wspaniałe stulecie (159) serial
10:35 Dr Quinn 4 (25/28) serial
11:30 Obserwator (6) cykl reportaży
12:00 Wiadomości
12:10 Agrobiznes
12:30 Agropogoda
12:35 Smaki polskie
12:50 Natura w Jedynce
14:00 Elif (76) serial
15:00 Wiadomości
15:10 Pogoda
15:20 Teo-ria smaku Teo Vafidisa (13) magazyn
15:45 Lista przebojów Jedynki program muzyczny
15:55 Czas honoru: Władek (13) serial
17:00 Teleexpress
17:20 Pogoda
17:30 Komisariat telenowela dokumentalna
17:55 Jaka to melodia? teleturniej muzyczny
18:40 Zraniona miłość (71) serial
19:30 Wiadomości
20:00 Sport magazyn sportowy
20:10 Pogoda
20:20 Ojciec Mateusz
14: Rave Party (185) serial
21:15 Sprawa dla reportera magazyn interwencyjny
22:10 Sekundy, które zmieniły życie (11) reportaż
22:35 Uwikłani: Janusz - dramat ojca (8/9) serial
23:30 Kościuszko: Człowiek, który wyprzedził swoje czasy film dokumentalny, USA 2014
00:35 W pułapce kłamstw thriller, Kanada 2016

TVP 2

05:55 Rodzinka.pl: Wakacje w Grudziądzu (121) serial
06:30 Sonda 2 (28) program popularnonaukowy
07:05 M jak miłość (106) 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
10:40 Barwy szczęścia (1682) serial
11:20 Na dobre i na złe: Zaufaj intuicji! (438) serial
12:20 Tysiąc i jedna noc (126/158) serial
13:15 Na sygnale (25) serial
13:45 Zaufaj mi, jestem lekarzem (10/12) telenowela dokumentalna
14:45 M jak miłość (1305) serial
15:50 Zmiennicy: Pocałuj mnie, Kasiu (14/15) serial
17:05 Cena miłości (109/114) serial
18:00 Panorama
18:30 Sport telegram magazyn sportowy
18:40 Pogoda
18:50 Jeden z dziesięciu teleturniej
19:25 Barwy szczęścia (1682) serial
20:05 Barwy szczęścia (1683) serial
20:40 Na sygnale: Papużki nierozłączki (148) serial
21:20 Jak w czeskim filmie: Jutro wstanę rano i oparzę się herbatą komedia, Czechosłowacja 1977
23:05 Partner komedia, USA 1996

POLSAT

05:00 Disco gramy program muzyczny
06:00 Nowy dzień z Polsat News
07:50 Trudne sprawy (177) serial
08:50 Malanowski i partnerzy (640) serial
09:20 Malanowski i partnerzy (641) serial
09:50 Dzień, który zmienił moje życie (4) serial
10:50 Małolaty (52) serial
11:50 Na ratunek 112 (103) serial
12:20 Na ratunek 112 (104) serial
12:50 Trudne sprawy (308) serial
13:50 Słoiki (52) serial
14:50 Dlaczego ja? (721) serial
15:50 Wydarzenia
16:10 Pogoda
16:15 Interwencja magazyn reporterów
16:40 Gliniarze (3) serial
17:40 Trudne sprawy (236) serial
18:50 Wydarzenia
19:20 Sport magazyn sportowy
19:25 Pogoda
19:30 Świat według Kiepskich (341) serial
20:05 Siatkówka mężczyzn: Mistrzostwa Europy - Polska 2017 mecz fazy grupowej: Polska - Serbia
22:50 Zdrady (61) serial
23:55 Fair Game thriller, Zjednoczone Emiraty Arabskie/USA 2010

TVN

05:35 Uwaga! magazyn reporterów
06:05 Mango telezakupy
07:10 W-11 - Wydział Śledczy: Klawisz (1017) serial
07:50 Doradca smaku: Domowy chleb z masłem ziołowym (21) magazyn
08:00 19+ (107) serial
08:35 Druga szansa (7) serial
09:35 Kuchenne rewolucje: Restauracja Euforia, Ciągowice (6) rozrywka
10:35 Ukryta prawda (497) serial
11:35 Szpital (383) serial
12:35 Kryminalni: Polowanie (13-ost.) serial
13:40 W-11 - Wydział Śledczy: Zabójstwo Janiny Chabrzyńskiej (1021) serial
14:20 W-11 - Wydział Śledczy: Zośka (1025) serial
15:00 Kuchenne rewolucje: Łódź, El Toro (14) rozrywka
16:00 Szkoła (240) serial
17:00 Ukryta prawda (498) serial
18:00 Szpital (384) serial
19:00 Fakty
19:35 Sport magazyn sportowy
19:45 Pogoda
19:50 Uwaga! magazyn reporterów
20:10 Doradca smaku: Kotleciki rybne z fasolką szparagową i piklami (22) magazyn
20:15 Na Wspólnej (2535) serial
20:55 Kuchenne rewolucje: Lwówek Wielkopolski, 'Domowy zakątek' (7) rozrywka
21:55 Indiana Jones i ostatnia krucjata film przygodowy, USA 1989
00:30 Jestem legendą film SF, Australia/USA 2007

TV 4

06:00 Niegrzeczny pies (4) rozrywka
07:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (23) serial
07:30 Kacper i przyjaciele (32) serial
08:00 Klub przyjaciół Myszki Miki (26) serial
08:30 Kacper i przyjaciele (35) serial
09:00 Niegrzeczny pies (5) rozrywka
10:00 Twoja na zawsze (114) serial
11:00 Detektywi w akcji (45) serial
12:00 Detektywi w akcji (134) serial
13:00 Policjantki i Policjanci (292) serial
14:00 STOP Drogówka magazyn policyjny
15:00 Dom nie do poznania (15) reality show
16:00 Twoja na zawsze (115) serial
17:00 Hawaje 5-0 (20) serial
18:00 Detektywi w akcji (46) serial
19:00 Policjantki i Policjanci (293) serial
20:00 Sprawiedliwi - Wydział Kryminalny (98) serial
21:00 Edison thriller, USA 2005
23:05 Śmierć na 1000 sposobów (7) serial dokumentalny
23:35 Śmierć na 1000 sposobów (8) serial dokumentalny
00:00 Spadkobiercy (59) rozrywka

TVN7

05:20 Ukryta prawda (344) serial
06:20 Szpital (133) serial
07:15 Sąd rodzinny: Skacząc po dachach (66) serial
08:15 Dr House 7 (19/23) serial
09:15 Brzydula (33) serial
09:45 Brzydula (34) serial
10:20 Mango telezakupy
11:55 Ukryta prawda (344) serial
12:55 Sąd rodzinny (67) serial
13:55 Sędzia Anna Maria Wesołowska (307) serial
14:55 Szpital (134) serial
15:55 Chirurdzy 2 (20) serial
16:55 Dr House 7 (20/23) serial
17:55 Brzydula (35) serial
18:30 Brzydula (36) serial
19:00 Ukryta prawda (345) serial
20:00 Komediowy czwartek: 48 godzin komedia sensacyjna, USA 1982
22:05 Kości 11 (20/22) serial
23:05 Batman i Robin film przygodowy, USA 1997

Puls

06:00 To moje życie! (102) telenowela
07:00 Kobra - oddział specjalny: Ogień na autostradzie (9) serial
08:00 Rewir (13/20) serial
09:00 Napisała: Morderstwo: Poborca w akcji (15/22) serial
10:00 Napisała: Morderstwo: Cynk z pewnego źródła (16/22) serial
11:00 Kobra - oddział specjalny: Obrona konieczna (10) serial
12:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Strategia wyjścia (13) serial
13:00 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Sprawa kameleona (15) serial
13:50 Zbuntowany anioł (151) telenowela
14:50 Zbuntowany anioł (152) telenowela
15:45 Agenci NCIS: Los Angeles 3: Agentka Kensi Blye, część 2. (17) serial
16:40 Rewir (14/20) serial
17:40 Gwiazdy lombardu 10 (179) reality show
18:00 Gwiazdy lombardu 10 (180) reality show
18:30 Gwiazdy lombardu 17 (416) reality show
19:00 Gwiazdy lombardu 17 (417) reality show
19:30 Gwiazdy lombardu 17 (418) reality show
20:00 Pokojówka na Manhattanie komedia romantyczna, USA 2002
22:05 Leon zawodowiec dramat sensacyjny, Francja/USA 1994
00:35 Zobacz to!: Przypadki Cezarego P.: Przypadki Cezarego P. (15) serial

Horoskop

Baran (21.03-19.04)
Możesz śmiało polegać na swoim partnerze biznesowym. Propozycja, jaką Ci złoży jest nie do odrzucenia. Korzyści, jakie osiągniesz, gwarantuja dostatnie i stabilne życie na przyszłość. A zatem powodzenia.

Byk (20.04-20.05)
Dość nieoczekiwanie otrzymasz nowa propozycj zawodową. Wprawdzie marzyłeś o tym, ale ta nagła informacja Cię zaskoczy. Korzystaj z nadarzajacej się okazji, to może wiele zmienić w Twoim życiu.

Bliźnięta (21.05-21.06)
Jesteś osoba dość niecierpliwą. Działasz w pośpiechu i często pochopnie. Twoje środowisko nie nadąża za Tobą. Ale jeżeli chcesz osiagnać sukces zawodowy, to będziesz potrzebować wsparcia.

Rak (22.06-22.07)
Czekają Cię pilne sprawy do załatwienia. Postaraj się być dobrze przygotowanym i mieć dokumentacj na bieżąco. Pomyłka może Cię drogo kosztować. Nieznajomość przepisow nie zwalnia od odpowiedzialności.

Lew (23.07-22.08)
Najwyższy czas, by zdobyć się na odwagę i zmienić pracę. Wbrew pozorom, jest to realne i w zasięgu ręki. Wystarczy tylko Twoja stanowcza decyzja, a już niebawem pojawi się więcej zer na koncie.

Panna (23.08-22.09)
Masz pociąg do hazardu. Niektorym z Was może się nawet poszczęścić, jeżeli zagracie w jakąś grę lub kasynie. Pamiętajcie jednak o zachowaniu umiaru, bo to, co wygracie, szybko stracicie.

Waga (23.09-22.10)
Samotne Wagi maja szans spotkać kogoś interesujacego. Pod warunkiem, że wybiora się na imprez towarzyską. Postarajcie się bardziej słuchać, co się do Was mowi. Dajcie szansę tej drugiej osobie coś powiedzieć.

Skorpion (23.10-21.11)
W stałych związkach zapanuje sielanka. Druga połówka będzie zasypywać dowodami swoich uczuć. Już dawno nie było tak miło. W sprawach zawodowych także panuje korzystny okres.

Strzelec (22.11-21.12)
Jesteś osoba ambitna i nie lubisz siedzieć z założnymi rękami. Aby plany się powiodły, to należy działać. Lubisz błyszczeć i tryumfować i dlatego będziesz działać w samotności, aby laury spadły tylko na Ciebie.

Koziorożec (22.12-19.01)
Niestety, ale musisz zacisnać pasa i zaczać bardziej oszczędzać. Nic nie wskazuje na to, że w najbliższym czasie pojawią się jakieś zmiany na Twoim koncie. Zatem omijaj szerokim łukiem wszelkie wyprzedaże.

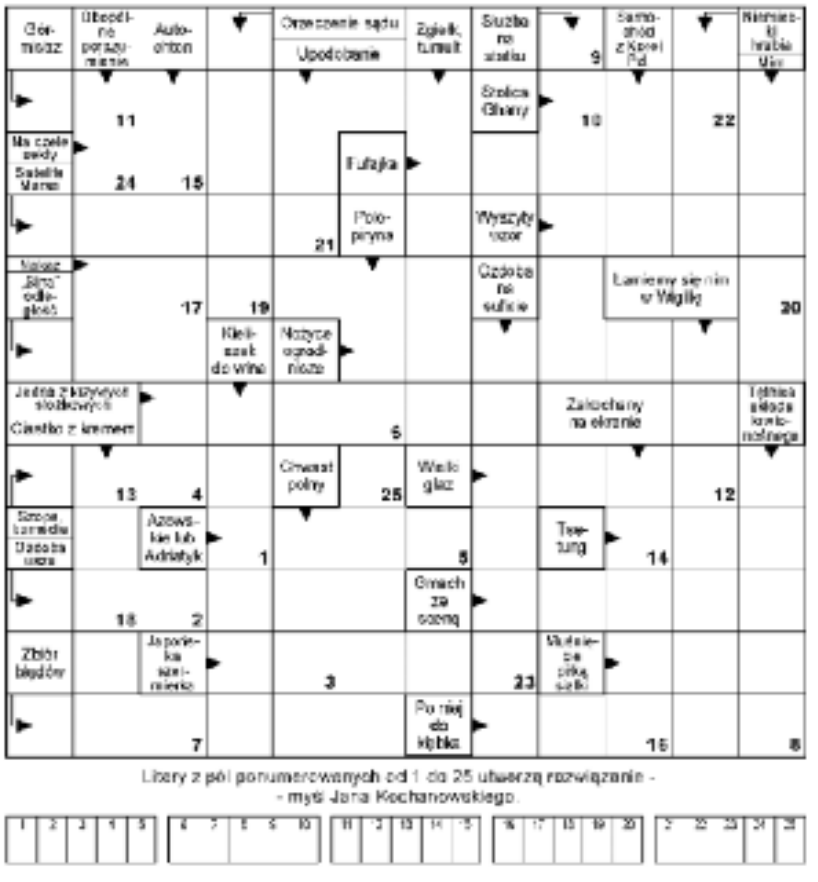
Wodnik (20.01-18.02)
To właściwy moment, by otworzyć się na nowe znajomości. Nie trwaj w tym trudnym zwiazku na siłę. Masz wielki talent „pakowania" się w takie układy. Skoncentruj się bardziej na tym co robisz, a sukces masz w kieszeni.

Ryby (19.02-20.03)
W sprawach zawodowych małe zamieszanie. Przyda się zdrowy rozsadek. Nie wdawaj się w dyskusję i nie komentuj niczego, nawet jeżeli poczułaś się urażona. Ktoś wreszcie przejrzy na oczy.

Krzyżówka

nazwisko Forresta		dzielnica Warszawy	kobieta	kieruje transportem	Castro, dyktator Kuby		dywan na ścianie		... Mater		pot. układy scalone		klub z Manchesteru	rywal Bakomy	okrasa
flirciarz											coś wspaniałego				
					Turner, piosenkarka		miasto we Włoszech		zespół Kory						
mniejsze niż powiaty											używana do holowania				
głęboka dolina rzeczna	tworzywo przedszkolaka		oszczep legionistów						młody obok sarny	podniosły styl mowy					
						angielskie stronnictwo		obok przysiadów		dawny serial o źrebaku	hrabstwo koło Londynu				
nieskromny kurowaty	wydaje "Gazetę Wyborczą"		Emil, czeski biegacz								pomysł				
			porcja bzdur		poemat epicki		Lubaszenko, reżyser					niszczy ozon	między poziomem a pionem	dwie w aucie	panna z filmu A.Wajdy
nastają na wiosnę		płetwa ogonowa statku					Jim z "The Doors"								
							wiele ich w lesie					litera grecka			
zbożowy Dyzmy		grecki bóg miłości					najmłodsza era geol.								
				do uszczelniania								dzieli się na gemy			

zadanie udostępnił serwis krzyżówkowy **szarada.net**



Litery z pól ponumerowanych od 1 do 25 utworzą rozwiązanie -
- myśl Jana Kochanowskiego.

Mentorka programu telewizyjnego „Projekt Lady", emitowanego na antenie TVN, zdradza Czytelnikom „Polska Online 24.pl", czego uczy uczestniczki tego programu i jak uwierzyć w siebie i zrobić to na prawdziwym luzie, bez ciągłego wymagania od siebie coraz więcej.

FOT ARCHIWUM PRYWATNE

Tatiana Mindewicz-Puacz:

Wrzuć na luz!

Czego stara się pani nauczyć uczestniczki programu „Projekt Lady", a także widzów?

Uczenie to może za duże słowo. Zwłaszcza jeśli chodzi o widzów. Staram się przede wszystkim inspirować, motywować. Pokazać, że prawdziwa zmiana zaczyna się w nas. Jeśli dotkniemy tego, co nas blokuje lub czasami wręcz popycha w przeciwną, niż byśmy chcieli stronę - otwierają się nowe możliwości. Zaczynamy brać odpowiedzialność za swoje życie, działać. Podkreślam też często, że nie ma czegoś takiego jak „ostatnia szansa". Tak długo jak mamy siłę i odwagę próbować - możemy i warto to robić. Zamartwianie się przeszłością i lęk przed jej konsekwencjami nie pomaga budować przyszłości. Żeby ruszyć do przodu potrzebna nam siła. Tą siłą jest poczucie własnej wartości. To jak śniadanie przed ciężkim dniem. Jeśli go nie zjemy, zasłabniemy przy pierwszym wysiłku.

Dlaczego, pani zdaniem, Polacy tak pokochali ten program?

Myślę, że głównie dzięki dziewczynom. Są w 100 procentach autentyczne. Pokazują zarówno swoje słabości jak i ogromną siłę. Wzruszają, zadziwiają, dają nadzieję ale i bawią. Są kochane. Pięknie ludzkie, we wszystkich kolorach człowieczeństwa. Każdy z nas ma słabości, każdy popełnia błędy i każdy, bez względu na ich skalę, chciałby umieć sobie z nimi poradzić. Dziewczyny pokazują, że to możliwe.

Pani dla siebie również wyniosła - z udziału w tym programie - jakąś naukę? Czy to tylko telewizyjne show, które ma przyciągnąć przed telewizory widzów?

To dla mnie bardzo ważne i ciekawe doświadczenie. Nie tylko zawodowe, także jako kobieta nauczyłam się wiele. Począwszy od tego, co swoim zaufaniem, siłą i optymizmem dały mi dziewczyny, poprzez cenne lekcje mentorki Ireny, wiedzę przekazywaną przez innych ekspertów, czy też wspierającą obecność Małgosi. Jeśli chodzi o moją pracę, traktuję ją bardzo odpowiedzialnie. Czy wykonuję ją w ramach telewizyjnego show, czy podczas otwartych warsztatów, sesji, czy filmów motywacyjnych, które nagrywam - zawsze staram się dawać z siebie tyle, ile jest możliwe i robić to najlepiej jak potrafię.

Zawodowo zajmuje się pani coachingiem. W Polsce wizyta u psychologa ma zabarwienie pejoratywne. Coaching jest modny. Z jakimi problemami najczęściej przychodzą do pani klienci?

Szczęśliwie coraz częściej terapia czy coaching nie są traktowane jedynie jako „ostatnia deska ratunku" ale jako szansa, możliwość rozwoju. Daleko nam jeszcze do kolebki tych dziedzin - Ameryki, ale jest coraz lepiej. Mam nadzieję, że dzięki programom takim jak „Projekt Lady" - będzie jeszcze lepiej.

Oglądając „Projekt Lady" mam przed oczami okładkę pani książkę „Luz. I tak nie będę idealna". Dziewczyny, które wchodzą do programu mają chyba nadto luzu… Czuję więc tu pewną niespójność.

Widać, że pan „LUZu" jeszcze nie przeczytał ;)

To prawda, ale widziałem okładkę i wspomniany tytuł.

Tu wszystko jest bardzo spójne. To, co starałam się przekazać w książce dotyczy głównie braku poczucia własnej wartości oraz rożnych sposobów, prób budowania go przy pomocy wszelkiego rodzaju substytutów. Idealny facet, idealny związek, idealna kobieta i tak dalej - to mity, które sprawiają, że skazujemy się na wieczną nieszczęśliwość.

Piszę też o tym, że wywieranie na siebie presji i próby szukania akceptacji w tym, co „na zewnątrz" prowadzą do frustracji, a nie satysfakcji z życia. LUZ oznacza: zamieniam w głowie „muszę" na „chcę". Nie ma znaczenia, czy to „muszę" oznaczało wcześniej „jakoś zaistnieć", „być superwoman", czy „udowodnić innym, że mogę zrobię więcej". Ważne, żeby zrozumieć, że jeśli zaakceptujemy siebie - możemy zrobić znacznie więcej i czerpać z tego wiele radości. Czyli dokładnie tak, jak mówię dziewczynom w „Projekcie Lady" - jeśli uwierzymy w siebie, możemy wiele zmienić i zrobimy to na LUZIE a nie „pseudoLuzie" podszywanym lękiem lub walką o akceptację.

My, jako społeczeństwo, mamy w sobie za mało luzu? Podchodzimy zbyt poważnie, nazbyt ambitnie do powierzonych nam zadań? Niepotrzebnie się spinamy? Wciąż czujemy potrzebę, aby coś, komuś udowodnić?

Zgadzam się, trochę tak mamy. Przez to jesteśmy bardziej skłonni do krytykowania i oceniania innych. Nie dajemy sobie prawa do błędu, po cichu dowalamy sobie po porażkach i często zaczynamy dzień z „ojej" na ustach. To sprawia, że męczy nas, kiedy inni się cieszą.

Kiedy zaczynałam swoją aktywność na portalach społecznościowych - postanowiłam sobie, że choćby miało tam być tylko kilka lub kilkanaście osób - nie wpadnę w tą marudząco-krytykującą narrację. I wcale nie chodzi o to, żeby się cieszyć z byle powodu i stać w miejscu udając, że problemy nie istnieją. Rzecz w tym, że negatywne nastawienie w ich rozwiązaniu w żaden sposób nie pomaga. Wiadomo, że trzeba działać, często bardzo ciężko pracować, żeby pokonywać trudności i osiągać cele. Samo nic się nie zrobi - ale robienie tego, co mamy do zrobienia z kwaśną miną i brakiem nadziei jest bardzo smutne, wyczerpujące.

Czy to dotyczy tylko kobiet? Mężczyźni mają w sobie tego luzu więcej?

Dostaję maile od wielu panów, którzy ją przeczytali. Piszą, że znaleźli tam wiele rzeczy dla siebie. Zwłaszcza, jeśli chodzi o rolę jaką odgrywają, wyniesione z dzieciństwa schematy postępowania, używane w dorosłym życiu. Bardzo mnie to cieszy, Współczesny mężczyzna nie może być „zabetonowany emocjonalnie", bo cierpi strasznie i albo sam siebie wykończy albo swoich bliskich. Czasami jedno i drugie. Zdecydowana większość materiału dotyczy obu płci. Jednak zadedykowałam ją kobietom, bo z nimi pracowałam w ostatnim czasie najwięcej, a poza tym miałam wrażenie, że kobiety są częściej ofiarami wielu stereotypów, częściej wywierają na siebie presję . Rola matki, czy superwoman potrafi mocno przytłoczyć, jeśli nie ma się wystarczająco dużo siły i poczucia własnej wartości, żeby oddzielić to, czego inni ode mnie oczekują, od tego, czego ja chcę lub uważam za ważne i dobre. No i oczywiście, żeby książka mogła być też wyczerpująca dla mężczyzn powinnam dopisać kilka rozdziałów poświęconych ich specyficznym problemom. Coraz więcej panów korzysta w warsztatów i sesji. To mi pokazuje, że mężczyznom też jest współcześnie naprawdę trudno. Odnalezienie się w nowej rzeczywistości, kiedy facet - nie oznacza już rozumianej stereotypowo siły - wcale nie jest proste. Kim mam być? Jaki mam być? Wielu panów zadaje sobie to pytanie.

Gdzie jest granica między zdrowym luzem a „olewactwem" i co zrobić, aby nasz luz, choćby w miejscu pracy nie był postrzegany jako brak profesjonalizmu?

To już temat na oddzielną rozmowę. Ale króciutko.

Luz wewnętrzny nie oznacza łamania zasad (a przynajmniej nie bez ważnego powodu) i ostentacyjnego pokazywania, że „mogę wszystko". To sztuka czucia się ze sobą dobrze, swobodnego korzystania z życia, ale jednocześnie szanowania granic innych osób. Wszystkie nasze zachowania niosą konkretne konsekwencje. Jeśli chcę - mogę przyjść na wieczorowe przyjęcie w bikini, tylko po co? Jeśli moim celem było przykucie uwagi - w porządku, jeśli nie lubię tego typu przyjęć - to może lepiej zostać w domu, a kiedy chcę tam pójść bo to ma dla mnie znaczenie, warto się odpowiednio przygotować.

ROZMAWIAŁ: ROBERT STĘPOWSKI

Rozmaitości

MROCZNA WIEŻA

Fantasy Horror

„Dawno, dawno temu wszystko było Discordią, z której powstały Promienie, mocne, krzyżujące się w jednym punkcie" – czytamy w powieści Kinga. To właśnie na przecięciu promieni znajduje się Mroczna Wieża. Cykl „The Dark Tower" to historia Rolanda Deschaina, ostatniego żyjącego członka bractwa „rewolwerowców", który próbuje dostać się do tytułowej Mrocznej Wieży; miejsca będącego centrum wszystkich światów. Długa droga do tego mitycznego miejsca okupiona jest stratą, nadludzkim wysiłkiem i cierpieniem.

HARUKI MURAKAMI: ZAWÓD: POWIEŚCIOPISARZ

Eseje zawarte w tym tomie Haruki Murakami zaczął pisać mniej więcej sześć lat temu. Już znacznie wcześniej czuł potrzebę, by opowiedzieć czytelnikom o swojej twórczości i o tym, jak to jest być pisarzem. Teksty z tej książki mogą być potraktowane jako eseje autobiograficzne, ale Murakami pisząc je, nie miał takiej świadomości. Chciał tylko pokazać swoją pisarską drogę i podzielić się refleksjami na temat twórczości w ogóle. "Nie bardzo wiem, na ile te w pewnym sensie egocentryczne, prywatne teksty – będące raczej zapisem prywatnych spekulacji na temat procesu pisania niż przesłaniami – przydadzą się czytelnikom. Bardzo bym się cieszył, gdyby naprawdę choć troszkę się komuś przydały".

VARIOUS ARTIST: NOWA KLASYKA?

Lubimy nowości. Kochamy dobrze znane utwory, ale otwarci jesteśmy na wszelkie nowinki. W muzyce światy sztuki wysokiej i popkultury coraz bardziej na siebie zachodzą. Zbiorów wspólnych jest coraz więcej. Artyści świata klasycznego marzą o popularności gwiazd muzyki pop, te zaś, może nie otwarcie, ale jednak, tęsknią za szacunkiem, jakim obdarza się kolegów klasycznych. W świecie kompozytorskim podziały przestały już obowiązywać, bowiem twórcy muzyki poważnej od dawna piszą lżejsze utwory (piosenki) oraz komponują muzykę do filmu i teatru. Kompozytorzy rozrywkowi zaś zawsze tęsknili do występów z orkiestrami. Jedni byli, i są, bardzo blisko drugich.

Małgorzata Rozenek o swoim nowym programie

Małgorzata Rozenek i Radosław Majdan byli jedną z najbardziej lubianych przez widzów par uczestniczących w programie „Azja Express". Stacja TVN postanowiła wykorzystać ich popularność i zaproponowała małżeństwu poprowadzenie własnego programu. Projekt owiany jest tajemnicą, zdjęcia ruszyły dopiero latem tego roku, Małgorzata Rozenek jest jednak przekonana, że program okaże się hitem. Gwiazda nie zdradza szczegółów programu, zapewnia jednak, że praca na planie wymaga od niej wiele wysiłku. Twierdzi, że bardzo pomaga jej obecność męża, Radosław Majdan, jest bowiem mężczyzną spokojnym i opanowanym, cechy te natomiast bardzo się przydają przy realizacji nowego programu TVN. Małgorzata Rozenek przekonuje również, że jej mąż daje sobie radę ze wszystkimi zadaniami, jakie stawiają przed nim producenci programu. Małgorzata Rozenek twierdzi, że nie zna kolejnych wyzwań, jakie czekają ją na planie programu.

Bartłomiej Kasprzykowski: Gra i pisze scenariusz

Aktor wkrótce rozpocznie próby do premierowego spektaklu, w którym zagra wraz z Tamarą Arciuch. Będzie to opowieść o rozwiedzionych małżonkach, którzy nie mogą bez siebie żyć. Kasprzykowski pracuje również nad scenariuszem serialu – ma już wizję całości formatu, na razie jednak kończy pracę nad pierwszym odcinkiem. Jak przyznaje Kasprzykowski, zamawiający nie wie jeszcze, jaka będzie stylistyka serialu. Aktor przyznaje, że w tej chwili jest przy zamykaniu pierwszego odcinka, całość dość mocno kiełkuje w głowie i czeka na moment, kiedy będzie mógł spokojnie usiąść do laptopa i wbić się w pisanie. Letnie miesiące to dla Bartłomieja Kasprzykowskiego czas intensywnej pracy, a nie wakacyjnego odpoczynku. W lipcu aktor wziął udział w projekcie „Szekspir w parku", którego celem było propagowanie twórczości angielskiego dramaturga. W tym roku w ramach projektu wystawiono sztukę „Jak się wam podoba" raz na terenie warszawskiego Business Garden i ponownie podczas Festiwalu Szekspirowskiego w Gdańsku. Reżyserem i producentem spektaklu był John Weisgerber. Aktor ma nadzieję, że spektakl „Jak się wam podoba" uda się pokazać jesienią na deskach jednego z warszawskich teatrów.

Rafał Brzozowski rozbierze się na Instagramie?

Artysta ma obecnie ponad 270 tys. fanów na Facebooku, jego profil na Instagramie obserwuje natomiast blisko 37 tys. internautów. Wokalista ma świadomość, że media społecznościowe są niezwykle istotnym narzędziem promowania własnej twórczości i kontaktu z fanami, stara się więc w miarę regularnie publikować zdjęcia i posty. Nie ukrywa jednak, że brakuje mu biegłości innych artystów. Wokalista twierdzi, że czasami nie ma pomysłu na kolejnego posta. Media społecznościowe do niedawna jeszcze traktował jako profesjonalny kanał promocyjny, na którym artysta prezentuje swoje życie zawodowe. Widzi jednak, że coraz więcej gwiazd pokazuje w internecie znaczną część swojej prywatności, co Rafał Brzozowski traktuje jako rodzaj celebrytyzmu. Zapewnia, że on nie czuje potrzeby takiej formy promocji. Zdaniem wokalisty pewna część życia prywatnego powinna pozostać tajemnicą dla osób spoza bliskiego otoczenia artysty.

ŹRÓDŁO: LIFESTYLE. NEWSERIA. PL

Jakie prezenty kupują sobie gwiazdy?

Modelka i prezenterka telewizyjna, Karolina Gilon przyznaje, że nie kupuje zwykłych, materialnych prezentów, którymi najczęściej obdarowujemy się z różnych okazji. Ze swoją przyjaciółką kultywuje tradycję fundowania jubilatce zagranicznych wycieczek, aby mieć co wspominać przez długie lata.

Ostatnie dni lipca Karolina Gilon spędziła w Paryżu. Modelka jest zachwycona francuską stolicą.

– Spędziłam tam miło czas. Paryż jest piękny, wszystkim polecam – mówi modelka, Karolina Gilon.

Pierwszego dnia gwiazda zamieściła na Instagramie zdjęcie sugerujące, że jej pobyt w Paryżu związany jest z pracą modelki. Do Francji wybrała się jednak wyłącznie dla przyjemności. Wyjazd był bowiem prezentem urodzinowym dla jej przyjaciółki.

– Mamy taką tradycję, że kupujemy sobie wycieczki, bo prezenty rzucimy w kąt, kwiaty zwiędną, a wspomnienia pozostaną – przyznaje Karolina Gilon.

Modelka uważa, że wycieczka w gronie przyjaciół to najlepsza forma prezentu. Życzy też wszystkim kobietom, by otrzymywały właśnie takie podarunki od najbliższych osób.

– Ja dostałam wycieczkę do Mediolanu. Byłyśmy tam z moimi trzema przyjaciółkami, było cudownie – mówi Karolina Gilon.

ŹRÓDŁO: NEWSERIA.LIFESTYLE.PL

Robert Makłowicz wraca na ekrany z nowym programem

Dziennikarz nie obawia się konkurowania z Magdą Gessler. Twierdzi, że choć oboje zajmują się tematyką kulinarną, ich programy będą miały zupełnie inny charakter. Już jesienią Robert Makłowicz zadebiutuje na antenie Food Network i zabierze widzów w podróż m.in. do Austrii, Belgii oraz na Ukrainę.

Robert Makłowicz przez blisko 20 lat prowadził w Telewizji Polskiej programy związane z kulinariami i podróżami. Początkowo był to format „Podróże kulinarne Roberta Makłowicza", w 2008 roku zastąpiony przez program „Makłowicz w podróży". W marcu 2017 roku TVP zakończyła jednak współpracę z popularnym dziennikarzem, który nie musiał jednak długo czekać na nowe propozycje zawodowe. Obecnie pracuje nad nowym programem „Makłowicz w drodze", który już jesienią pokaże stacja Food Network.

– Gdy padła propozycja ze strony TVN, aby był to kanał Food Network i ma być tam właśnie m.in. Magda oraz inne rodzime programy kulinarne, pomyślałem – fantastycznie – mówi Robert Makłowicz.

Dziennikarz zapewnia, że nie obawia się konkurowania ze znaną restauratorką, która na antenie Food Network prowadzi program „Sexy kuchnia Magdy Gessler", w TVN natomiast jest gospodynią niezwykle popularnego formatu „Kuchenne rewolucje". Współpracy tej nie traktuje nawet w kategoriach konkurencji, uważa bowiem, że choć oboje z Magdą Gessler zajmują się kulinariami, ich programy mają całkowicie inny charakter. Dają ponadto widzom większą możliwość wyboru.

– Gdy ktoś ma na półce jedną książkę, to skąd on może wiedzieć, czy jest dobra? Trzeba przeczytać ich trochę więcej, żeby zorientować się, która tak naprawdę mi najbardziej odpowiada, podobnie jest z programami, warto je porównywać. Ja się tego nie boję i nie dlatego, że mam wygórowane zdanie o sobie – mówi Robert Makłowicz.

W formacie „Makłowicz w drodze" dziennikarz utrzyma konwencję swojego ostatniego programu w TVP2. Ponownie wyruszy w świat, by poznawać regionalne przysmaki i lokalne tradycje kulinarne. Na początku Makłowicz zabierze widzów na Ukrainę, w samo serce Karpat, do miejscowości odległych od utartych turystycznych szlaków. W pierwszych odcinkach zwiedzi Zakarpacie, Huculszczyznę i Pokucie.

– Do tego Bukowina ze wspaniałą stolicą, miasto Czerniowce, historyczny fragment Mołdawii, miasto wielokulturowe, region od XVIII wieku aż do końca I wojny światowej należał bezpośrednio do Austrii, bardzo ciekawe miejsce – mówi Robert Makłowicz.

Kolejne odcinki poświęcone będą Austrii, Makłowicz pokaże m.in. Osttirol, wschodni, mało znany fragment Tyrolu, oraz Innsbruck. Te epizody już zostały nagrane, zdjęcia do kolejnych ruszą we wrześniu. Robert Makłowicz wraz z ekipą swojego nowego programu wyjedzie wówczas do Flandrii, czyli flamandzkojęzycznej części Belgii.

– Nie tylko z powodu Brugii, Antwerpii, Gandawy i wspaniałości tamtejszych miast, lecz także z tego powodu, że we wrześniu jest sezon na mule – mówi dziennikarz.

Program „Makłowicz w drodze" zadebiutuje na antenie stacji Food Network w listopadzie.

ŹRÓDŁO: LIFESTYLE.NEWSERIA.PL

Naga sesja tancerki?

To może być niemiłe rozczarowanie dla fanów tej tancerki. Wiktoria Omyła wyraźnie podkreśla, że w najbliższym czasie nie weźmie udziału w żadnej rozbieranej sesji dla magazynów dla mężczyzn. Uważa to bowiem za niestosowne w jej wieku. Jest jednak nadzieja. tancerka nie wyklucza, że w przyszłości pokaże nagie ciało.

Tancerze, którzy zyskali popularność w show-biznesie często decydują się na pracę także w innych dziedzinach artystycznych. Tak postąpiła m.in. Edyta Herbuś, która zajęła się karierą aktorską, oraz Stefano Terrazzino z powodzeniem rozwijający się jako wokalista. W bliskim otoczeniu Wiktorii Omyły są osoby, które postanowiły przerwać karierę taneczną i zająć się muzyką, malarstwem lub fotografią. Sama jednak nie planuje takich zmian zawodowych.

– Ja mam dopiero 19 lat, cała kariera przede mną. Myślę, że prędko się to nie skończy, pozostanę przy tańcu, bo ani aktorstwo, ani wokal to nie jest moja mocna strona – mówi tancerka Wiktoria Omyła.

Istnieje jednak branża, w której tancerka mogłaby się odnaleźć. Jest nią modeling, w którym ma już pewne doświadczenie. Pozowała do kilku sesji zdjęciowych, choć traktowała je raczej jako chęć sprawdzenia się w czymś innym niż taniec.

– Oglądając zdjęcia z fotografami, doszliśmy do wniosku, że nie jest źle, dlatego jeśli będzie szansa wziąć udział, to jak najbardziej – mówi Wiktoria.

Tancerka odrzuca jednak możliwość pozowania do nagich zdjęć dla magazynu dla mężczyzn. Nie twierdzi, że nigdy nie weźmie udziału w tego rodzaju sesji, nie jest im przeciwna, uważa jednak, że na razie jest na to zbyt młoda. Nie ukrywa jednak, że gdyby otrzymała taką propozycję za kilka lat, byłaby skłonna ją przyjąć.

– Może w przyszłości chciałabym pokazać ludziom, że swoją ciężką pracą można tak wypracować swoje ciało, że nie trzeba się będzie go wstydzić i będzie można je pokazać publicznie – dodaje tancerka.

ŹRÓDŁO: LIFESTYLE.NEWSERIA.PL

Z Podkarpacia do czołówki rajdowych Mistrzostw Europy

Zdobycie drugiego miejsca w Rajdzie Rzeszowskim dało Kajetanowi Kejetanowiczowi prowadzenie w klasyfikacji generalnej Mistrzostw Europy. Reprezentant naszego kraju puchary odebrał z rąk członka zarządu województwa Stanisława Kruczka oraz przewodniczącego sejmiku Jerzego Cyprysia.

Zakończenie zawodów i rozdanie nagród odbyło się w sobotę na rzeszowskim rynku. Po raz piąty wyścigi na Podkarpaciu wygrał Brain Bouffier z Francji .Marijan Griebel wygrał kategorię ERC Junior Under 28 po raz drugi, zdobył także trzecią pozycję w klasyfikacji generalnej rajdu. Czwarte miejsce zajął aktualny mistrz Polski Grzegorz Grzyb. Najgroźniejszy rywal Griebela Pepe Lopez nie punktował w Rzeszowie, dzięki czemu Niemiec zbliżył się znacząco do końcowego zwycięstwa w tej kategorii i nagrody, którą jest występ w europejskiej rundzie Mistrzostw Świata za kierownicą samochodu klasy WRC w 2018 roku.

Jari Huttunen po pierwszym zwycięstwie zwiększył swoje szanse wygrania 100 000 Euro na rozwój kariery sportowej ufundowanej dla zwycięzcy kategorii ERC Jnior Under 27 w sezonie 2017. Tibor Erdi Jr zmierzał po zwycięstwo w ERC2, ale na mecie ostatniej próby (!) silnik w jego samochodzie odmówił posłuszeństwa i musiał wycofać się z rajdu. Pierwsze miejsce przejął Zelindo Melegari. Tamara Molinaro wygrała kategorię ERC Ladie's Trophy. Castrol Ford Team Turkey lideruje w klasyfikacji zespołów FIA ERC.

JAKUB CZARNOTA
KANCELARIA ZARZĄDU

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
PGW/M

DRUK
Agora SA ,
ul. Daniszewska 27,
Warszawa

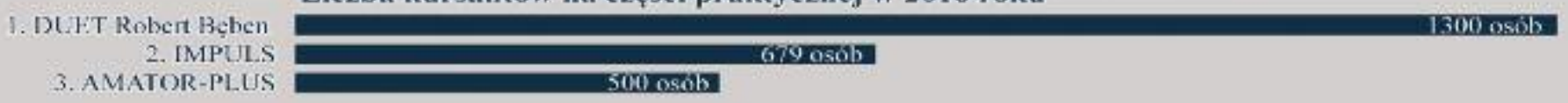
Redakcja nie odpowiada za treść reklam i ogłoszeń oraz zastrzega sobie prawo skrótu nadsyłanych materiałów.

Ośrodek Szkolenia Kierowców
A, B, C, D, E

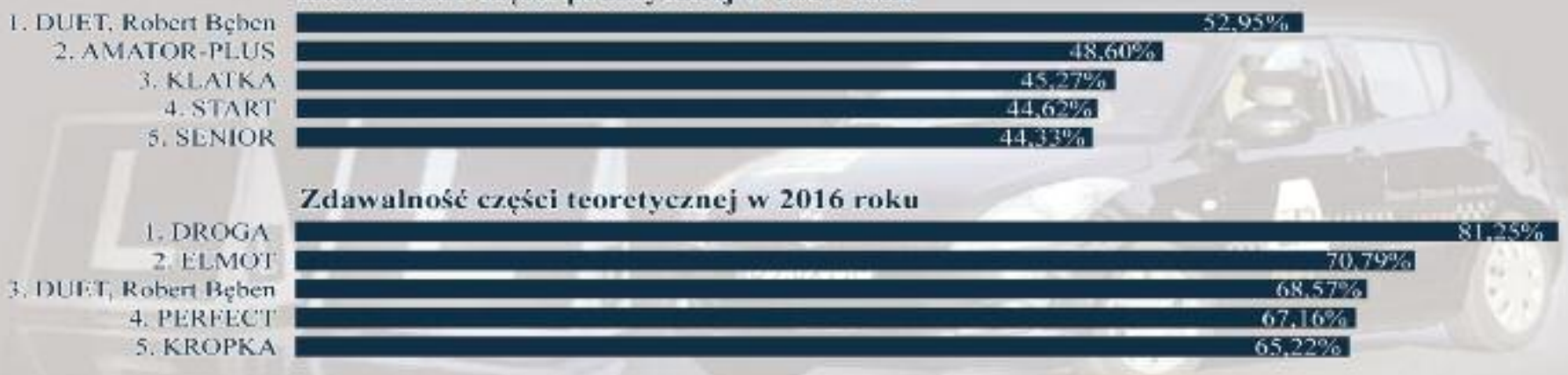
38-400 Krosno ul. Naftowa 18
600 379 680, 696 840 014
osk-duet.krosno.pl
duetosk@gmail.com

Nowoczesne pomieszczenia dydaktyczne

Liczba kursantów na części praktycznej w 2016 roku



Zdawalność części praktycznej w 2016 roku



Zdawalność części teoretycznej w 2016 roku

OSK Duet oferuje:

- kursy prawa jazdy kategorii: A, B, C, D, E
- kwalifikacja wstępna i szkolenia okresowe
- kursy instruktora nauki jazdy
- pracownia psychotechniczna
- warsztaty dla instruktorów
- badania lekarskie
- kursy ADR

Psychotesty i badania do kategorii: C, D, E w poniedziałki i czwartki od godz 15:00
Badania do kategorii: B we wtorki i piątki od godz 16:00

Wszystkim kursantom zapewniamy bezpłatny dowóz do Krosna

38-500 Sanok, ul. Daszyńskiego 17 — 664 912 980
38-200 Jasło, ul. 3-go maja 24 A — 600 968 873

Reklama

STACJA KONTROLI POJAZDÓW

Janusz Błaż
kom. 601 063 097

Iskrzynia, ul. Szkolna 10, tel. 13 43 154 98

MASZ PROBLEM Z SAMOCHODEM?

DZWOŃ DO NAS !!!

Przy zakupie **oleju** w naszym warsztacie **wymiana GRATIS**

- naprawy bieżące w szerokim zakresie
- montaż haków holowniczych
- serwis i naprawa klimatyzacji
- badania techniczne – pełny zakres do 3,5 t
- naprawa elektryki i elektroniki samochodowej

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

Podczas upałów szybkość reakcji kierowców znacząco spada

W upalne dni szybkość reakcji kierowców spada nawet o 20 proc., a już po kilku minutach postoju w pełnym słońcu temperatura w aucie sięga 50-60 stopni. Ratunkiem jest klimatyzacja, ale nie schłodzi ona błyskawicznie tak rozgrzanego samochodu. Lepiej też nie nastawiać nawiewu na siebie, bo to najszybsza droga do przeziębienia. Eksperci radzą, żeby na 10–15 minut przed dojazdem klimatyzację wyłączyć i wyrównać temperaturę, aby uniknąć szoku termicznego. Przynajmniej raz w roku niezbędna jest też dezynfekcja układu i wymiana filtru kabinowego.

– Wysokie temperatury mają wpływ na szybkość reakcji kierowcy. Badania francuskich naukowców wykazały, że przy temperaturze 27 stopni wewnątrz pojazdu, nasze reakcje są o 20 proc. gorsze. Rośnie więc ryzyko, że spowodujemy wypadek. Ma to duży wpływ na komfort jazdy i bezpieczeństwo – podkreśla w rozmowie z agencją informacyjną Newseria Biznes Kamil Kleczewski, dyrektor ds. marketingu w Webasto Petemar.

Wysoka temperatura oznacza większą liczbę wypadków. W upale trudniej się wyspać, a zmęczony kierowca stanowi zagrożenie na drodze. W ubiegłym roku z powodu zmęczenia czy zaśnięcia doszło do 655 wypadków, w których zginęło 98 osób, a 981 zostało rannych.

Choć klimatyzacja znacznie poprawia komfort jazdy, trzeba umieć z niej korzystać. A z tym polscy kierowcy mają duży problem.

– Kiedy mamy nagrzany samochód, najpierw go przewietrzamy. Nie włączajmy od razu klimatyzacji, tylko najpierw nawiew i otwarcie okien. Najlepiej zastosować klimatyzację dopiero gdy ruszymy – przypomina Kleczewski.

Klimatyzacja nie jest w stanie w szybkim czasie schłodzić nagrzanego samochodu, pozostawionego na dłuższy czas na słońcu. Gdy temperatura na zewnątrz przekracza 30 stopni Celsjusza, wnętrze samochodu już po 20 minutach nagrzewa się do temperatury ok. 50 stopni, po kolejnych 20 minutach już do 60 stopni. Przy takim upale często ulegamy pokusie i puszczamy mocny nawiew na siebie. To prosta droga do przeziębienia.

– Najlepiej strumień chłodnego powietrza puścić na przednią szybę, uchylić nieco okna, zwłaszcza w początkowej fazie jazdy. Wówczas mamy gwarancję, że samochód będzie schłodzony, będziemy jechać w komfortowej temperaturze i nie przeziębimy się – tłumaczy Kleczewski.

Ekspert ocenia się, że optymalna temperatura w samochodzie to 19–23 stopni Celsjusza. Przy dużym upale przed dotarciem do celu dobrze jednak wyłączyć klimatyzację tak, by uniknąć

szoku termicznego.

– Gdy różnica temperatur między wnętrzem pojazdu a sytuacją na zewnątrz jest bardzo duża, dobrze jest wyłączyć klimatyzację na 10–15 minut przed dojazdem do celu, uchylić nieco okna, wyrównać różnicę temperatur – wskazuje przedstawiciel Webasto Petemar.

Do działającej klimatyzacji zazwyczaj potrzebny jest uruchomiony silnik. Kierowcy samochodów ciężarowych, którzy często śpią w pojeździe, mogą jednak skorzystać z klimatyzatorów postojowych.

– Są one zasilane z akumulatorów, czyli silnik nie jest włączony i nie ma emisji dwutlenku węgla, nie ma też straty paliwa związanej z uruchomieniem silnika. Te klimatyzatory są mniejszej mocy, ale pozwalają na spokojne przespanie się i dają komfort kierowcy w kabinie – mówi Kamil Kleczewski.

Większość kierowców używa klimatyzacji nie tylko w upalne dni. Pozwala ona bowiem osuszyć powietrze i zapobiec parowaniu szyb podczas deszczu. Dlatego eksperci radzą, by dokonywać okresowych przeglądów i sprawdzać stan układu klimatyzacji przynajmniej raz w roku. Wpływ na powietrze, jakim oddycha się w samochodzie ma też filtr kabinowy. Również ten element dobrze wymienić raz w roku.

– Nasza klimatyzacja to dość wilgotne środowisko, zbiera się tam wiele bakterii. Oprócz oczyszczenia klimatyzacji z zewnątrz, parowników, żeby dobrze działała i efektywnie chłodziła, warto też raz w roku oczyścić ją z bakterii. Dokonuje się tego albo metodą ozonowania, albo wpuszczania w obieg klimatyzacji środków, które zabiją wszelkie bakterie – tłumaczy Kamil Kleczewski.

NEWSERIA.PL

Reklama