

EKOLOGIA • PORADY • WYWIADY • TECHNOLOGIE • HITY TV • ROZRYWKA • KUCHNIA • SPORT

BRAVO

NR 1 (12)
2024

MAGAZYN
BEZPŁATNY
I DLA KAŻDEGO

Ty!

NESO – pierwsze
ogólnodostępne
stacje tankowania
wodoru
już ruszyły

Wiosenne
porządki
w domowym
budżecie

W Polsat Box
masz dostęp
do serwisów
streamingowych

Dołącz do
**Stowarzyszenia
Program
Czysta Polska**
– to proste
i nic Cię
nie kosztuje

Ponad 170
salonów Plusa
i Polsat Box
w nowej
odświeżonej

Lepsza Polska Doroty Gawryluk

Magazyn
wydrukowano
na papierze
ekologicznym.



Rekordowy rok w Plusie

polsat box 

plus 

TV + Światłowód

19_{zł/mies.}

przez pierwszy rok po rabatach

Od 13. mies. 70 zł/mies. z rabatami, od 25. mies. 99 zł/mies. z rabatem.

Telewizja Pakiet S – 57 kanałów, Światłowód S – do 300 Mb/s.



Pobierz ulotkę

Dotyczy prezentowanych ofert łączonych dla nowych Klientów na min. 24 mies. **Światłowód Plusa S** z rabatami (e-faktura, smartDOM i specjalny) 19 zł/mies. przez 12 mies., od 13. mies. 40 zł/mies. z rabatami (e-faktura i smartDOM), od 25. mies. 59 zł/mies. z rabatem (e-faktura). Rabaty mies.: e-faktura 10 zł, specjalny 21 zł, smartDOM 9 zł. Szczegóły w Regulaminie „Plus internet stacjonarny – oferta łączona” na plus.pl. **Telewizja Pakiet S** przez pierwszy rok bez opłat, w drugim roku 30 zł/mies., potem 40 zł/mies. „Bez opłat” nie obejmuje pakietów dodatkowych i opłaty jednorazowej za aktywację dekodera. Liczba kanałów uwzględnia kanały niegwarantowane. Min. prędkość 8 Mb/s dla kanałów HD i 25 Mb/s dla kanałów 4K na dekoder. Szczegóły w Warunkach Oferty i Regulaminie na polsatbox.pl. **Warunkiem skorzystania z rabatu smartDOM** jest zachowanie warunków tego programu i zgoda na przekazywanie danych pomiędzy Cyfrowym Polsatem S.A. a Polkomtelem Sp. z o.o. Szczegóły w Regulaminie „smartDOM 5 – Telewizja, Internet, Telefon” na polsatbox.pl i plus.pl

Drodzy Czytelnicy

Zapraszam do kolejnego niesamowitego rozdziału świata „Brawo Ty!”.

A w nim wiele ważnych i ciekawych nowości – między innymi poznacie nową liderkę Stowarzyszenia Program Czysta Polska, którego działalność łączy już ponad 350 tysięcy osób z całej Polski.

Pokażemy, dlaczego warto być częścią tego wielkiego przedsięwzięcia i dlaczego nie warto stać na uboczu i tylko się przyglądać. Działamy razem z Programem Czysta Polska od 4 lat, walczymy o czystsze powietrze dla nas wszystkich, o środowisko naturalne i o to, aby nam wszystkim żyło się lepiej, zdrowiej i po prostu wygodniej. Nie można być tu obojętnym.

Wszyscy też niemal obowiązkowo interesują się dzisiaj światem polityki i tym, jak bardzo wpływa ona na nasze codzienne życie – tak naprawdę na niemal każdą najmniejszą część naszej codzienności. I dlatego wiemy już, skąd się wziął niewiarygodny wręcz sukces stacji i programów informacyjnych w Polsce. A nikt lepiej nie opowie o tym niż Dorota Gawryluk, która świat polityki i mediów zna jak nikt inny.

Opowiemy też o zielonej energii, o czystym transporcie i udowodnimy, że sami nie rzućmy słów na wiatr – to między innymi ponad 150 samochodów w naszej flocie. I autobusy wodorowe NesoBus z naszej

fabryki w Świdniku jeżdżące po polskich miastach.

Bo tania i czysta energia jest niezbędna dla każdego z nas. I my ją już produkujemy – na naszych farmach słonecznych i wiatrowych. To najczystsza energia w Polsce. Na stronach magazynu dowiecie się, jak to wszystko działa.

Mamy wiele doskonałych wiadomości z dziedziny nowoczesnych, ale codziennych dla każdego technologii – już 23 mln mieszkańców Polski mogą korzystać z najlepszej, działającej od 4 lat sieci 5G Plusa, 6 mln jest w zasięgu jeszcze szybszego internetu 5G Ultra, a niedługo dzięki nowej częstotliwości internet w Plusie osiągnie prędkość niemal kosmiczną – 2 Gb na sekundę. To 2 tys. razy szybciej niż jeszcze kilka lat temu.

Nasz internet to również dostęp światłowodowy – już ponad 14 mln osób jest w sieci światłowodowej. Dzięki temu można mieć dostęp do najlepszych informacji, sportu i rozrywki w ponad 40 kanałach Telewizji Polsat i w serwisie internetowym Polsat Box Go.

Zapraszam do świata „Brawo Ty!”

Mirosław Błaszczyk

Prezes Zarządu
Cyfrowego Polsatu
i Polkomtlu,
operatora sieci
Plus



**MONIKA
LUBOWIECKA-JANKOWSKA**

Redaktor Naczelna

Szanowni Państwo

Zyjemy w niespokojnych czasach. Tuż za naszą granicą wojna. Napięcia niemal wszędzie na świecie, również w Polsce. Wydaje się, że ostry spór – a właściwie paraliżujący konflikt – stał się kanonem zachowań w polityce i generalnie w życiu społecznym. Niestety powoli przyzwyczajamy się do tego i uznajemy ten permanentny konflikt za coś normalnego.

Ale tak być nie powinno i być nie może. Konflikt, którego strony nie uznają racji drugiej strony jest nie tyle paraliżujący, ile wręcz zabójczy. Przede wszystkim dla Państwa. Dlatego z radością przyjąłam wiadomość o tym, że Dorota Gawryluk poprowadzi program, w którym na pierwszym miejscu będą argumenty i próba poszukiwania rozwiązań, a nie jałowa wymiana ciosów.

„Lepsza Polska”, bo tak się nazywa program Doroty Gawryluk, ma być programem, którego celem jest nie podsycanie emocji, ale rzeczowa dyskusja. Tak właśnie mówi w rozmowie ze mną redaktorka Gawryluk. A całość tej rozmowy, misję programu i motywację autorki nowego programu znajdziecie Państwo w magazynie, który właśnie trzymacie w rękach.

Co jeszcze w najnowszym wydaniu „Brawo Ty!”? Serdecznie polecam wywiad z Piotrem Witwickim, szefem Interii oraz pionu informacji i publicystyki Polsatu. Polecam, bo Piotr mówi o oczywistościach, które dla wielu – w dzisiejszych czasach – oczywiście nie są. Choćby jego słowa do młodych adeptów dziennikarstwa o tym, że muszą być przede wszystkim ciekawi świata. Że zdobywanie informacji i wiedzy to umiejętność, której można się nauczyć. Ale bez bycia ciekawym świata nie można być dobrym dziennikarzem.

Aktualny magazyn to nie tylko rozmowy ze znanymi i lubianymi publicystami Polsatu. To również solidna porcja informacji o tym, co nowego w rozrywce oraz ofercie filmowej wszystkich kanałów Grupy Polsat Plus. Ja szczególnie polecam Państwu 20., jubileuszowy sezon znakomitego show „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”, w którym wystąpi 8 zwycięzców z poprzednich edycji. To świetny sposób na spędzenie czasu po ciężkim tygodniu pracy i oderwanie się od rzeczywistości dnia codziennego.

Milej lektury!



s. 24



s. 18

WSTĘPNIKI • 3**CZYSTA POLSKA**

Stowarzyszenie Program Czysta Polska
zawsze po stronie przyrody • **14**
Jesteśmy w drużynie 3U • **18**

**PRZYRODA
I EKOLOGIA**

Elektrownia jądrowa
w Koninie-Pątnowie • **21**
Autobus wodorowy... przez ulice
polskich miast mknie • **22**
NESO – pierwsze ogólnodostępne
stacje tankowania
wodoru już ruszyły • **24**
Zamiast węgla:
energia z wiatru i słońca • **26**

SPOŁECZEŃSTWO

1,5% to magiczny klucz,
który otwiera wiele drzwi
do leczenia dzieci • **28**

TELEWIZJA

Zawsze w centrum wydarzeń • **64**
Taniec, który zmienia życie • **68**
„Twoja Twarz Brzmi Znamo”
– 20 sezonów znakomitej zabawy • **72**
Wiosna w Czwórcę pod znakiem
hitów i emocji • **80**
Trzymam kciuki za miłość • **83**
Hity kanałów tematycznych • **84**
Wiosenna uczta filmowa • **86**
Zdrada – nowy thriller
kryminalno-obyczajowy
w gwiazdorskiej obsadzie • **88**

WYWIAD

Lepsza Polska
Doroty Gawryluk • **10**

EKONOMIA

Wiosenne
porządki w domowym
budżecie • **44**

s. 72



s. 10

**BRAWO
ty!**

Magazyn Abonentów Polsat Box
ISSN 2544-8765
Warszawa 2024

Wydawca:
Grupa Polsat Plus
ul. Łubinowa 4a
03-878 Warszawa

Producent wykonawczy:
Jankowski Promotion
Grzegorz Jankowski

Redaktor naczelna:
Monika Lubowiecka-Jankowska

Zespół redakcyjny:
Natalia Pieńkowska

Opracowanie graficzne:
Maciej Łuczka,
Jacek Piekarski

Korekta:
Ewa Gładysz-Jeż

Druk:
Drukarnia ART
ul. Fortuny 5, 01-339 Warszawa

Magazyn dostępny gratis
w punktach sprzedaży
Plusa i Polsat Box.

**TELEKOMUNIKACJA
I TECHNOLOGIE**

Ponad 170 salonów Plusa i Polsat Box
w nowej odstonie • **31**
Tylko w Plusie dostęp do serwisów
streamingowych w pakiecie • **33**
Ponad połowa mieszkańców Polski
w zasięgu 5G Plusa • **34**
5G i nowy wymiar codziennego
korzystania z internetu • **36**
Rekordowy rok w Plusie • **38**
Łącz usługi i zyskuj oszczędności • **40**
Smartfon idealny dla... • **42**
Plusy oferty na kartę. Czemu warto wybrać? • **46**
Nowe funkcje
w dekoderach 4K Polsat Box • **56**
Najlepsza rozrywka w jednym miejscu
– pakiet Polsat Box Go Start • **58**
Telewizja przez internet – czyli jaka? • **59**

POLSAT BOX

W Polsat Box masz dostęp do serwisów
streamingowych • **47**
Serialowe premiery wiosny Polsat Box Go • **52**
Filmowe hity w Polsat Box Go • **54**

INTERNET

Dziennikarstwo to nie tylko zawód,
to sposób życia • **60**
Interia wydarzenia • **90**
Pomponik.pl nr 1 – to nie plotka! • **91**

SPORT PREMIUM

Sportowa wiosna w Polsat Box
i Polsat Box Go • **48**

SPORT

Emocjonująca wiosna w kanałach
sportowych Polsatu • **76**
Do Paryża po upragniony
siatkarski medal olimpijski • **78**
WKT „Mera” – kuźnia talentów polskiego
tenisa z prawie 50-letnią historią • **97**

KUCHNIA

Świeżo i z fantazją – wiosenne przepisy
Ewy Wachowicz • **92**

Magazyn
wydrukowano
na papierze
ekologicznym.



Dzień dobry we wspólnej pracy dla lepszej Polski

Jestem bardzo szczęśliwa, bo mam nowe, wielkie i przyjemne zadanie – będę namawiać wszystkich Państwa do tego, żeby dołączyć do już ponad 350 tysięcy Polaków, którzy chcą lepszej Polski z lepszym powietrzem, środowiskiem i klimatem.

Nikt nie chce stać z boku i być obojętnym – przecież wszyscy oddychamy tym samym powietrzem.

Ważne sprawy jednoczą ludzi – a więc mogą potączyć i nas. Na pewno każdy sam, z osobna może coś codziennie zrobić dla środowiska i przyrody, ale też o wiele łatwiej dąży się do realizacji celów we wspólnocie, kiedy wiemy, że jest nas wielka liczba. Nie ma co zostawać na marginesie. Czystsze powietrze to szansa na lepsze życie i na kolejny, dodatkowy dzień życia.

Dlatego jako nowa Prezeska Stowarzyszenia Program Czysta Polska zapraszam do współdziałania wszystkich chętnych. Dołącz do nas, nie zostawaj sam na poboczu!



Dorota Gawryluk,
Prezeska Zarządu
Stowarzyszenia Program
Czysta Polska

EDUKACJA

Jednym z głównych założeń naszego Stowarzyszenia jest edukacja. Nasze działania

i sposób, w jaki funkcjonujemy na co dzień, oddziałują na środowisko, a w konsekwencji na nasze zdrowie i życie. Chcemy wprost mówić o tym, że postawy proekologiczne w wielu przypadkach są bardzo proste do wdrożenia, a jednocześnie zdecydowanie tańsze niż dotychczas praktykowane.

INFORMACJA

Dzięki mediom Grupy Polsat Plus możemy promować najważniejsze akcje i tematy związane z ekologią. Kanaty telewizyjne i portale internetowe Grupy Polsat Plus opowiadają o wszystkim, co ważne w ekologii czy ochronie środowiska.

INICJOWANIE ZMIAN

Zmiany zaczynamy od siebie. Wszędzie, gdzie to możliwe, zmieniamy naszą infrastrukturę, a starsze rozwiązania zastępujemy nowoczesnymi, przyjaznymi dla środowiska. Wierzmy, że konsekwencją naszych działań będzie zmiana podejścia nas wszystkich do kwestii ekologii i jednoczesna poprawa jakości naszego życia. Na tym zależy nam najbardziej.

BEZPŁATNE CZŁONKOSTWO

Członkostwo w naszym Stowarzyszeniu jest bezpłatne.

Nie pobieramy w związku z tym żadnych składek.

Jeśli chcesz być na bieżąco z tematami ekologicznymi, z najważniejszymi inicjatywami i trendami z Polski i ze świata, masz ciekawe spostrzeżenia i pomysły i chciałbyś się nimi podzielić, **dołącz do Stowarzyszenia Program Czysta Polska.**

STOWARZYSZENIE

PROGRAM / CZYSTA / POLSKA

Naszym celem jest poprawa jakości środowiska w Polsce!

Jeśli chcesz razem z nami:

- Dbać o środowisko.
- Edukować społeczeństwo.
- Nagłaśniać ważne tematy i akcje.
- Inicjować zmiany.

Dołącz do nas – to takie proste i nic Cię nie kosztuje!

Wystarczy, że wypełnisz deklarację ze strony obok i dostarczysz ją nam:

- Osobiście do punktów sprzedaży Plusa i Cyfrowego Polsatu.
- Za pośrednictwem poczty na adres Stowarzyszenie Program Czysta Polska, al. Stanów Zjednoczonych 61A; 04-028 Warszawa.
- Poczta e-mail na adres kontakt@programczystapolska.pl

Deklarację można też wypełnić na stronie www.programczystapolska.pl

Wypełnij, wytnij i zanieś do punktu **Plusa i Cyfrowego Polsatu**
lub wyślij do nas na adres **kontakt@programczystapolska.pl**
Możesz też wysłać pocztą na adres **Stowarzyszenie Program Czysta Polska,**
al. Stanów Zjednoczonych 61A, 04-028 Warszawa.

DEKLARACJA CZŁONKOWSKA STOWARZYSZENIA



Niniejszym deklaruje wstąpienie w poczet Członków wspierających
Stowarzyszenie Program Czysta Polska „SPCP”

Imię i nazwisko: _____

Adres do korespondencji: : _____

Telefon: _____

Adres e-mail: _____

Oświadczam, że znane mi są cele i zadania Stowarzyszenia, a ponadto deklaruje chęć przystąpienia do Stowarzyszenia jako Członek wspierający.
Oświadczam, że zapoznałam/em się z podaną na odwrocie informacją o zasadach przetwarzania danych osobowych przez Stowarzyszenie.

Jeśli chcesz na bieżąco otrzymywać informacje od Stowarzyszenia Program Czysta Polska, zaznacz poniższe zgody:

☐

TAK

☐

NIE

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych w celu otrzymywania od Stowarzyszenia Program Czysta Polska informacji o jej bieżącej działalności krajowej i zagranicznej, prowadzonych projektach, wydarzeniach i akcjach, w tym o jej władzach, inicjatywach Członków zwyczajnych, wspierających i honorowych związanych z celami statutowymi Stowarzyszenia, zarówno w wersji papierowej, jak i elektronicznej na podany przeze mnie adres korespondencyjny i poczty elektronicznej. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

☐

TAK

☐

NIE

Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu otrzymywania informacji o działalności, usługach i produktach, projektach i inicjatywach podmiotów z Grupy Polsat Plus („GPP”) oraz podmiotów współpracujących z podmiotami GPP i SPCP (grupapolsatplus.pl: Cyfrowy Polsat S.A., Polkomtel Sp. z o.o., Telewizja Polsat Sp. z o.o., Interia.pl Sp. z o.o., Netia S.A., Port Praski Sp. z o.o.), zarówno w wersji papierowej jak i elektronicznej na podane przeze mnie adresy: korespondencyjny i poczty elektronicznej. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

_____, dnia: _____

czytelny podpis: _____

INFORMACJA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH KANDYDATA NA CZŁONKA STOWARZYSZENIA

1. Stowarzyszenie Program Czysta Polska z siedzibą w Warszawie, al. Stanów Zjednoczonych 61A, 04- 028 Warszawa, jest Administratorem danych osobowych w rozumieniu Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27.04.2016r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE („RODO”). Żądania, oświadczenia i wszelką korespondencję dotyczącą danych osobowych należy kierować na adres e-mail kontakt@programczystapolska.pl
2. Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych, z którym można się skontaktować elektronicznie na adres iod@programczystapolska.pl lub pisemnie na ww. adres siedziby Administratora z dopiskiem „Inspektor Ochrony Danych”.
3. Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Niepodanie danych uniemożliwi rozpatrzenie deklaracji członkowskiej.
4. Dane osobowe są lub mogą być przetwarzane: I. w celu przystąpienia do Stowarzyszenia - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO, II. w celu rozpatrzenia deklaracji przystąpienia do Stowarzyszenia - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b i f RODO, III. w celu realizacji określonych zainteresowań i potrzeb związanych z przedmiotem działalności Stowarzyszenia zgodnie ze Statutem Stowarzyszenia - na podstawie art. 9 ust. 2 lit. d RODO, IV. w celach dowodowych na podstawie prawnie uzasadnionego interesu, takiego jak obsługa procesów wewnętrznych związanych z działalnością statusową, obsługą postępowań cywilnych i egzekucyjnych, administracyjnych, karnych - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO, V. w celu wskazanym w treści wyrażonej zgody, o ile ma zastosowanie - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO, w związku z przepisami szczególnymi w zakresie marketingu bezpośredniego.
5. Dane osobowe mogą być przekazywane następującym kategoriom odbiorców: podmiotom świadczącym Administratorowi usługi niezbędne do realizacji wyżej wskazanych celów, w tym partnerom IT, podmiotom realizującym wsparcie techniczne lub organizacyjne, innym podwykonawcom w zakresie obsługi Klienta, podmiotom uprawnionym na podstawie przepisów prawa, spółkom z Grupy Polsat Plus.
6. Dane osobowe mogą być przekazywane do państw/organizacji międzynarodowych poza Europejski Obszar Gospodarczy, gdy państwa/organizacje te na podstawie decyzji Komisji Europejskiej zostały uznane za zapewniające adekwatny stopień ochrony danych osobowych do stopnia ochrony obowiązującego na Europejskim Obszarze Gospodarczym lub pod warunkiem zastosowania odpowiednich zabezpieczeń, które mogą polegać na skorzystaniu z wiążących reguł korporacyjnych, standardowych klauzul ochrony danych przyjętych przez Komisję Europejską, standardowych klauzul ochrony danych przyjętych przez Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych lub klauzul umownych dopuszczonych przez Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, a ich kopie można uzyskać na wniosek złożony w sposób wskazany w pkt 1 powyżej.
7. Ponadto informujemy, że niektóre rozwiązania techniczne, z których korzystamy, dostarczane mogą być przez podmioty spoza Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG), w tym ze Stanów Zjednoczonych. W związku z tym, w określonych sytuacjach dane osobowe przekazywane mogą być do państw siedziby dostawców - także na terytorium USA. Do partnerów takich należą Google oraz Facebook, którzy deklarują zapewnienie odpowiedniego poziomu ochrony przetwarzanych danych osobowych poprzez przyjęcie i stosowanie standardowych klauzul umownych UE (Informacja FB, Informacja Google).



8. Dane osobowe będą przetwarzane do zakończenia weryfikacji deklaracji, a w przypadku: I. negatywnej weryfikacji – przez okres 30 dni od odmowy przyjęcia w poczet Członków Stowarzyszenia, II. pozytywnej weryfikacji – zgodnie z okresami wskazanymi w Informacji o przetwarzaniu danych osobowych Członka Stowarzyszenia. Deklaracje będą rozpatrywane maksymalnie w ciągu 30 dni od złożenia deklaracji.
9. Przysługuje Pani/Panu prawo sprostowania danych, dostępu do danych, do usunięcia danych, do ograniczenia przetwarzania danych, do przenoszenia danych dostarczonych Administratorowi.
10. Przysługuje Pani/Panu prawo do złożenia sprzeciwu wobec przetwarzania danych na podstawie uzasadnionego interesu Administratora lub podmiotu trzeciego, w tym profilowania, z przyczyn związanych ze szczególną sytuacją, oraz do sprzeciwu wobec przetwarzania danych w celach marketingu bezpośredniego, w tym profilowania. W odniesieniu do danych przetwarzanych na podstawie zgody przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, które nastąpiło przed wycofaniem zgody.
11. Powyższe żądania i oświadczenia należy składać w sposób wskazany w pkt 1 powyżej.
12. Skargę dotyczącą przetwarzania danych osobowych można złożyć do organu nadzorczego zajmującego się ochroną danych osobowych. W Rzeczypospolitej Polskiej organem nadzorczym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
13. Wobec Pani/Pana nie będą podejmowane zautomatyzowane decyzje (w tym profilowanie).

DLA OSÓB FIZYCZNYCH PONIŻEJ 16. ROKU ŻYCIA

Niniejszym deklaruje wstąpienie w poczet Członków wspierających
Stowarzyszenie Program Czysta Polska „SPCP”

Imię i nazwisko: _____

Adres: _____

Telefon: _____

Adres e-mail: _____

Oświadczam, że znane mi są cele i zadania Stowarzyszenia, a ponadto deklaruje chęć wsparcia jego działalności oraz rozwoju. Oświadczam, że zapoznałam/em się z podaną na odwrocie informacją o zasadach przetwarzania danych osobowych przez Stowarzyszenie.

_____, dnia: _____, czytelny podpis: _____

Jeśli chcesz na bieżąco otrzymywać informacje od Stowarzyszenia Program Czysta Polska, zaznacz poniższe zgody:

☐ TAK ☐ NIE Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych w celu otrzymywania od Stowarzyszenia Program Czysta Polska informacji o jej bieżącej działalności krajowej i zagranicznej, prowadzonych projektach, wydarzeniach i akcjach, w tym o jej władzach, inicjatywach Członków zwyczajnych, wspierających i honorowych związanych z celami statutowymi Stowarzyszenia zarówno w wersji papierowej, jak i elektronicznej na podane przeze mnie adresy: korespondencyjny i poczty elektronicznej. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

☐ TAK ☐ NIE Wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych w celu otrzymywania informacji o działalności, usługach i produktach, projektach i inicjatywach podmiotów z Grupy Polsat Plus („GPP”) oraz podmiotów współpracujących z podmiotami GPP i SPCP (grupapolsatplus.pl: Cyfrowy Polsat S.A., Polkomtel Sp. z o.o., Telewizja Polsat Sp. z o.o., Interia.pl Sp. z o.o., Netia S.A., Port Praski Sp. z o.o.), zarówno w wersji papierowej, jak i elektronicznej na podane przeze mnie adresy: korespondencyjny i poczty elektronicznej. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

_____, dnia: _____, czytelny podpis: _____

Potwierdzam zgodę na przesyłanie informacji od Stowarzyszenia Program Czysta Polska, wg powyższej treści.

Jeżeli wprowadzone dane dotyczą osoby, która ma mniej niż 16 lat, to wymagana jest dodatkowa zgoda rodzica lub innego przedstawiciela ustawowego. Wyrażam zgodę na przystąpienie ww. osoby do Stowarzyszenia Program Czysta Polska.

_____, dnia: _____, czytelny podpis
przedstawiciela ustawowego: _____



DEKLARACJA CZŁONKOWSKA STOWARZYSZENIA



PROGRAM / CZYSTA / POLSKA

DLA OSÓB PRAWNYCH

Niniejszym deklaruję wstąpienie w poczet Członków wspierających Stowarzyszenie Program Czysta Polska „SPCP”

Firma: _____

Adres: _____

Adres e-mail: _____

Numer KRS: _____

Telefon: _____

Imię i nazwisko (osoba kontaktowa): _____

Imię i nazwisko (osoby/osób reprezentujących kandydata): _____

Oświadczam w imieniu reprezentowanej przeze mnie osoby prawnej, że znane mi są cele i zadania Stowarzyszenia, a ponadto deklaruję chęć wsparcia jego działalności oraz rozwoju. Oświadczam, że zapoznałam/em się z podaną poniżej informacją o zasadach przetwarzania danych osobowych reprezentacji lub osoby kontaktowej przez Stowarzyszenie. W przypadku podania danych osoby kontaktowej innej niż osoba reprezentująca osobę prawną zobowiązuję się do poinformowania osoby kontaktowej o zasadach przetwarzania jej danych osobowych przez Stowarzyszenie. Jednocześnie oświadczam, że jestem uprawniona/y do reprezentacji osoby prawnej na Członka wspierającego Stowarzyszenia oraz składania oświadczeń woli.

Jeśli chcesz na bieżąco otrzymywać informacje od Stowarzyszenia Program Czysta Polska, zaznacz poniższe zgody.

☐ **TAK** ☐ **NIE** Wyrażam zgodę na otrzymywanie od Stowarzyszenia Program Czysta Polska informacji o jej bieżącej działalności krajowej i zagranicznej, prowadzonych projektach, wydarzeniach i akcjach, w tym o jej władzach, inicjatywach Członków zwyczajnych, wspierających i honorowych związanych z celami statutowymi Stowarzyszenia zarówno w wersji papierowej, jak i elektronicznej na podane przeze mnie adresy: korespondencyjny i elektroniczny. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

☐ **TAK** ☐ **NIE** Wyrażam zgodę na otrzymywanie od Stowarzyszenia Program Czysta Polska informacji o działalności, usługach i produktach, projektach i inicjatywach podmiotów z Grupy Polsat Plus („GPP”) oraz podmiotów współpracujących z podmiotami GPP i SPCP (grupapolsatplus.pl: Cyfrowy Polsat S.A., Polkomtel Sp. z o.o., Telewizja Polsat Sp. z o.o., Interia.pl Sp. z o.o., Netia S.A., Port Praski Sp. z o.o.) zarówno w wersji papierowej, jak i elektronicznej na podane przeze mnie adresy: korespondencyjny i poczty elektronicznej. Przyjmuję do wiadomości, że zgoda może być wycofana w każdej chwili.

_____, dnia: _____ podpis/podpisy: _____

INFORMACJA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH REPREZENTANTA LUB OSOBY KONTAKTOWEJ OSOBY PRAWNEJ - KANDYDATA NA CZŁONKA STOWARZYSZENIA

- Stowarzyszenie Program Czysta Polska z siedzibą w Warszawie, al. Stanów Zjednoczonych 61A, 04-028 Warszawa, jest Administratorem danych osobowych w rozumieniu Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z 27.04.2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE („RODO”). Żądania, oświadczenia i wszelką korespondencję dotyczącą danych osobowych należy kierować na adres e-mail kontakt@programczystapolska.pl
- Administrator wyznaczył inspektora ochrony danych, z którym można się skontaktować pod adresem iod@programczystapolska.pl lub pisemnie na ww. adres siedziby Administratora z dopiskiem „Inspektor Ochrony Danych”.
- Podanie danych osobowych jest dobrowolne. Niepodanie danych uniemożliwi rozpatrzenie deklaracji członkowskiej. Dane osoby kontaktowej zostały podane przez reprezentanta osoby prawnej i obejmować mogą następujące rodzaje danych: imię, nazwisko lub adres - email i nr telefonu kontaktowego.
- Dane osobowe są lub mogą być przetwarzane: I. w celu przystąpienia do Stowarzyszenia - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. c RODO, II. w celu rozpatrzenia deklaracji przystąpienia do Stowarzyszenia - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. b i f RODO, III. w celu realizacji określonych zainteresowań i potrzeb związanych z przedmiotem działalności Stowarzyszenia zgodnie ze Statutem Stowarzyszenia - na podstawie art. 9 ust. 2 lit. d RODO, IV. w celach dowodowych oraz w celach kontaktowych wobec reprezentanta lub osoby kontaktowej osoby prawnej na podstawie prawnie uzasadnionego interesu, takiego jak obsługa procesów wewnętrznych związanych z działalnością statusową, obsługą postępowań cywilnych i egzekucyjnych, administracyjnych, karnych - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. f RODO, V. w celu wskazanym w treści wyrażonej zgody, o ile ma zastosowanie - na podstawie art. 6 ust. 1 lit. a RODO, w związku z przepisami szczególnymi w zakresie marketingu bezpośredniego.
- Dane osobowe mogą być przekazywane następującym kategoriom odbiorców: podmiotom świadczącym Administratorowi usługi niezbędne do realizacji wyżej wskazanych celów, w tym partnerom IT, podmiotom realizującym wsparcie techniczne lub organizacyjne, innym podwykonawcom w zakresie obsługi Klienta, podmiotom uprawnionym na podstawie przepisów prawa, spółkom z Grupy Polsat Plus.
- Dane osobowe mogą być przekazywane do państw/organizacji międzynarodowych poza Europejski Obszar Gospodarczy, gdy państwa/organizacje te na podstawie decyzji Komisji Europejskiej zostały uznane za zapewniające adekwatny stopień ochrony danych osobowych do stopnia ochrony obowiązującego na Europejskim Obszarze Gospodarczym lub pod warunkiem zastosowania odpowiednich zabezpieczeń, które mogą polegać na skorzystaniu z wiążących reguł korporacyjnych, standardowych klauzul ochrony danych przyjętych przez Komisję Europejską, standardowych klauzul ochrony danych przyjętych przez Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych lub klauzul umownych dopuszczonych przez Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, a ich kopie można uzyskać na wniosek złożony w sposób wskazany w pkt 1 powyżej.
- Ponadto informujemy, że niektóre rozwiązania techniczne, z których korzystamy, dostarczane mogą być przez podmioty spoza Europejskiego Obszaru Gospodarczego (EOG), w tym ze Stanów Zjednoczonych. W związku z tym w określonych sytuacjach dane osobowe przekazywane mogą być do państw siedziby dostawców - także na terytorium USA. Do partnerów takich należą Google oraz Facebook, którzy deklarują zapewnienie odpowiedniego poziomu ochrony przetwarzanych danych osobowych poprzez przyjęcie i stosowanie standardowych klauzul umownych UE (Informacja FB, Informacja Google).
- Dane osobowe będą przetwarzane do zakończenia weryfikacji deklaracji, a w przypadku: I. negatywnej weryfikacji - przez okres 30 dni od odmowy przyjęcia w poczet Członków wspierających Stowarzyszenia, II. pozytywnej weryfikacji - zgodnie z okresami wskazanymi w Informacji o przetwarzaniu danych osobowych Członka Stowarzyszenia. Deklaracje będą rozpatrywane maksymalnie w ciągu 30 dni od złożenia deklaracji.
- Przysługuje Pani/Panu prawo do sprostowania danych, dostępu do danych, do usunięcia danych, do ograniczenia przetwarzania danych, do przenoszenia danych dostarczonych Administratorowi.
- Przysługuje Pani/Panu prawo do złożenia sprzeciwu wobec przetwarzania danych na podstawie uzasadnionego interesu Administratora lub podmiotu trzeciego, w tym profilowania, z przyczyn związanych ze szczególną sytuacją, oraz do sprzeciwu wobec przetwarzania danych w celach marketingu bezpośredniego, w tym profilowania. W odniesieniu do danych przetwarzanych na podstawie zgody - przysługuje Pani/Panu prawo do cofnięcia zgody w dowolnym momencie. Cofnięcie zgody nie wpływa na zgodność z prawem przetwarzania, które nastąpiło przed wycofaniem zgody.
- Powyższe żądania i oświadczenia należy składać w sposób wskazany w pkt 1 powyżej.
- Skargę dotyczącą przetwarzania danych osobowych można złożyć do organu nadzorczego zajmującego się ochroną danych osobowych. W Rzeczypospolitej Polskiej organem nadzorczym jest Prezes Urzędu Ochrony Danych Osobowych.
- Wobec Pani/Pana nie będą podejmowane zautomatyzowane decyzje (w tym profilowanie).



To nowa jakość w polskiej publicystyce. W Polsce wystartował nowy program Doroty Gawryluk „Lepsza Polska”.

– **Oprócz emocji Polsce potrzebna jest uczciwa wymiana argumentów**

– mówi autorka programu w rozmowie z „Brawo Ty!”.

Dorota Gawryluk,
dziennikarka
i prezenterka,
Dyrektorka
Zarządzająca
Pionu Kanałów
Tematycznych,
Wiceprezeska
Zarządu Fundacji
Polsat, prowadząca
autorski program
„Lepsza Polska”,
Prezeska Zarządu
Stowarzyszenia
Program Czysta
Polska

Lepsza Polska DOROTY GAWRYLUK

• **Na głównej antenie Polsatu wystartował Twój nowy program „Lepsza Polska”. Jaki jest Twój pomysł na ten program?**

Chcę robić coś zupełnie innego niż do tej pory. Moim celem nie jest dolewanie benzyny do ognia emocji, ale konkretna i prawdziwa dyskusja między nami, Polakami. Jestem pewna, że będzie ciekawie i wciągająco, bo będziemy zajmować się tym, co jest ważne w danej chwili, co jest na tapecie i czym wszyscy żyjemy, i co nie jest bynajmniej czarno-białe. I będę pytać, co z tego wszystkiego wynika dla każdego z nas. Nie chcę tracić czasu na jałowe szukanie winnych, kto za jakie grzechy odpowiada, chcę, żeby rozmowa kończyła się konkretnymi – co zrobić, żeby było lepiej. Żeby Polska była lepsza.

• **Czy nie jesteś zbytnią optymistką? Czy liczysz na rzeczową debatę w tak skłóconym świecie politycznym?**

Oprócz emocji
potrzebna jest
uczciwa wymiana
argumentów,
**a moje zadanie,
jako dziennikarza,
jest proste
– poszukiwanie
prawdy.**

Tak, wierzę w to, jestem przekonana, że się uda, a na pewno, że należy próbować. To powinna być nowa jakość w publicystyce, nowe otwarcie. Mam wrażenie, że za dużo jest jazgotu i jałowych politycznych sporów. Oprócz emocji, których dziś nie brakuje, potrzebna jest też uczciwa wymiana argumentów, a moje zadanie, jako dziennikarza,

jest proste – poszukiwanie prawdy. I na tym chcę się skupić.

• **Ale widzę codziennie polityków, którzy tylko czyhają, żeby pognębić adwersarzy. Nie dyskutować, lecz pognębić. I to samo dzieje się w publicystyce w różnych mediach. Tego chcą i politycy, i publicyści.**

Świat się zmienił i cały czas się zmienia. Co to znaczy, że się nie da? Dlaczego z góry zakładasz, że jeden kanon ma obowiązywać zawsze? I czy jeden kanon ma obowiązywać wszędzie? Nie wpadajmy w pułapkę schematów. Obserwuję polską publicystykę od wielu lat. Ona kiedyś była inna, dziś jest inna i jutro też się zmieni. Bo zmienia się też sytuacja polityczna, gospodarcza, społeczna, międzynarodowa.

• **Jednak jako widz programów publicystycznych obserwuję, jak trudno jest prowadzącym**

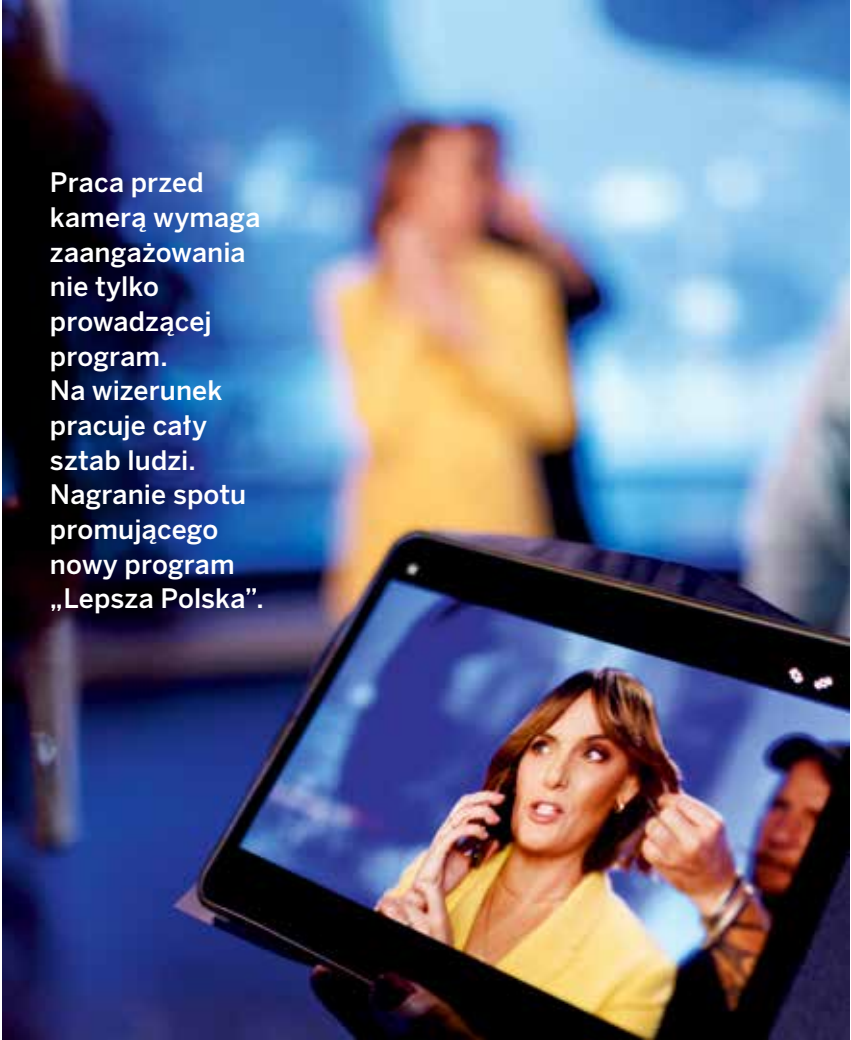
Skierniewice
– remont
Szpitala
Dziecięcego.



Prezeska Zarządu
Fundacji Polsat Krystyna
Aldridge-Holc i Wiceprezeska
Zarządu Dorota Gawryluk.

**– W każdej możliwej
sytuacji Dorota okazywała
zaangażowanie i wsparcie,
pomagając w ratowaniu
zdrowia i życia dzieci.**

Bardzo mi zależało na tym,
by Dorota dołączyła do
Fundacji. Bo razem możemy
więcej – mówi Krystyna
Aldridge-Holc.



Praca przed kamerą wymaga zaangażowania nie tylko prowadzącej program. Na wizerunek pracuje cały sztab ludzi. Nagranie spotu promującego nowy program „Lepsza Polska”.

zapanować nad gośćmi. I mam też wrażenie, że widzowie potrzebują wysokiej temperatury. Tak się przynajmniej utarło.

A skąd wiesz, że potrzebują tylko wysokiej temperatury? Co to znaczy „utarło się”? Czy życie stanęło w miejscu? Żyjemy w świecie pełnym napięć, niepokoju, nowych wyzwań, i to nie zawsze dobrych. Jestem przekonana, że widzowie chcą się dowiedzieć, jakie są dostępne recepty na trapiące ich problemy. Każdy z nas codziennie niesie ze sobą ciężar wielu emocji związanych z domem, rodziną, dziećmi, pracą – rozmowa o Polsce nie musi być kolejną emocjonalną bombą, ludzie mają prawo w spokoju wysłuchać, co dzieje się w Polsce i na świecie.

• Dla kogo więc robisz ten program?

Dla wszystkich zainteresowanych mechanizmami i argumentami, na których podstawie podejmowane



Nagranie spotu promującego program „Lepsza Polska” – na zdjęciu Dorota Gawryluk i stylista fryzur Piotr „Wasył” Wasiński.

Telefon jest dziś podstawowym narzędziem pracy każdego dziennikarza newsowego. Może zadzwonić w każdej chwili.



FOT. PREZENTACJA WIOSENNEJ RAMÓWKI POLSATU

Najbardziej zgrany zespół dziennikarski Polsatu i Polsat News:
Dorota Gawryluk, Piotr Witwicki (po lewej) – Dyrektor Pionu Informacji i Publicystyki
w Telewizji Polsat i Interii oraz Bogdan Rymanowski, prowadzący „Gościa Wydarzeń”
oraz „Śniadanie Rymanowskiego” w Polsat News i Interii.

są merytoryczne decyzje wpływające na nasze życie. Zainteresowanych wnioskami, jakie mogą z nich wypływać.

• **Dla wszystkich? Przecież młodzi ludzie nie oglądają telewizji.**

Może nie oglądają telewizji, ale za to są masowo obecni w internecie, w social mediach, na różnych platformach internetowych. Trzeba tylko do nich dotrzeć.

• **Ale jak? Program w telewizji to zupełnie inna bajka niż treści w internecie.**

Jak? To już widać na antenie. Łączę strony konfliktu, szukam rozwiązań, spór jest konstruktywny i prowadzi do konkretnych wniosków. To inna jakość. To lepsza Polska, jak ją widzę i jak widzi ją wielu moich rodaków. Z tym przekazem chcę docierać również do tych

Chcę, by program był
**platformą wymiany
argumentów
i pomysłów**
na rozwój Polski.

Polaków, którzy czerpią wiedzę tylko i wyłącznie z internetu.

• **Widzę, że program wygląda inaczej, o wiele ciekawiej niż inne, również graficznie.**

Tak. Grafika odgrywa istotną rolę. Kiedy bierzemy na tapetę konkretny problem, to chcemy, by poza sporem ekspertów widz poznał również suche fakty, by

wiedział, o czym dyskutujemy, by miał wiedzę. Używamy do tego nowoczesnych technik telewizyjnych, nie tylko zresztą grafik. To powoduje, że program jest bardzo merytoryczny. Ale również atrakcyjniejszy.

• **Na koniec jednym zdaniem: jaki jest cel „Lepszej Polski”?**

Mam nadzieję, że „Lepsza Polska” będzie odpowiedzią na pytanie, kto może być w Polsce moderatorem w wyniszczającym politycznym sporze. Moderatorem akceptowanym przez wszystkie strony. Chcę, by program był platformą wymiany argumentów i pomysłów na rozwój Polski. Wierzę, że świat polityki jest w stanie wypracować minimum porozumienia w najtrudniejszych sprawach dla naszych widzów. ●

**ROZMAWIAŁA MONIKA
LUBOWIECKA-JANKOWSKA**



Sadzonki drzew
od Lasów
Państwowych
w ramach akcji
„Czyste, Zielone
Miasta”.

STOWARZYSZENIE PROGRAM CZYSTA POLSKA

Zawsze po stronie **PRZYRODY**

Stowarzyszenie Program Czysta Polska – ekologiczna dusza Grupy Polsat Plus – w ciągu kilku lat działalności zdobyło już własną renomę i może się pochwalić sporym dorobkiem. Mamy własny cykliczny program w Polsat News, współpracujemy z profesjonalnymi organizacjami, stworzyliśmy specjalną aplikację mobilną i z sukcesem organizujemy akcje przyrodnicze w całej Polsce. Mając w pamięci słowa Zygmunta Solorza – Prezesa naszego koncernu i Założyciela Stowarzyszenia – że czystego powietrza nie da się wyprodukować ani kupić, codziennie prowadzimy działalność edukacyjną. A na wiosnę ruszamy w nową trasę z kolejną edycją projektu „Czyste, Zielone Miasta”.



Program „Czysta Polska”, sobota, 16.30 w Polsat News. Na zdjęciu prowadzący program Dominika Tarczyńska i Przemysław Białkowski.

Nasze inicjatywy opierają się na trzech filarach:

- informowaniu,
- edukowaniu,
- inspirowaniu do aktywnego działania.

Wierzmy, że dzięki efektywnej komunikacji i działaniom edukacyjnym możemy wpłynąć na zmiany społeczne i środowiskowe. To, co robimy, ma istotne znaczenie – zarówno teraz, jak i dla przyszłych pokoleń.

CZyste, Zielone Miasta

Stowarzyszenie Program Czysta Polska jest najbardziej znane – szczególnie w społecznościach lokalnych – z akcji „Czyste, Zielone Miasta”, która miała już swoje dwie odsłony, a w 2024 roku planowana jest kolejna edycja. W ciągu dwóch lat odwiedziliśmy kilkadziesiąt miast we wszystkich województwach, zasadziliśmy prawie 10 tysięcy drzew, rozdaliśmy 7 tysięcy sadzonek i zebraliśmy 30 ton śmieci

w całej Polsce. Jak mówi Agata Grabowska, koordynatorka akcji w Stowarzyszeniu, najważniejsza w naszych spotkaniach ze społecznościami lokalnymi jest edukacja ekologiczna i możliwość inspirowania do różnych działań na rzecz czystego powietrza. - Nie zawiedziemy także podczas kolejnej edycji, szykujemy nowe atrakcje dla uczestników, by jeszcze bardziej zwracać uwagę na zmiany klimatyczne i konieczność walki o czyste powietrze – zapewnia.

Co udało nam się osiągnąć dzięki akcji „Czyste, Zielone Miasta”:

- zainspirowaliśmy samorządy lokalne do inicjatyw ekologicznych;
- dotarliśmy z przekazem ekologicznym do tysięcy mieszkańców we wszystkich województwach w Polsce;
- zaangażowaliśmy w działania i promowanie postaw ekologicznych różne grupy wiekowe, w naszych wydarzeniach chętnie biorą udział i uczniowie, i seniorzy;

O NAS W LICZBACH

4 lata

aktywnej działalności na rzecz promowania postaw ekologicznych

350 tysięcy osób

dołączyło już do naszego Stowarzyszenia!

62 miasta, **30** kilogramów zebranych odpadów, **10 tysięcy** drzew, **7 tysięcy** sadzonek, **3** murale antysmogowe w ramach akcji „Czyste, Zielone Miasta” przez dwa lata

100 stron w e-booku

o wspólnych działaniach z miastami na rzecz ekologii w ramach akcji „Czyste, Zielone Miasta”

Ponad **150** odcinków programu „Czysta Polska” dostarczającego najważniejsze treści ekologiczne w kraju

Ponad **150** rozmów z ekspertami i działaczami na rzecz ekologii w poranku Dominiki Tarczyńskiej w każdy piątek w Polsat News

Prawie **9 tys.** unikatowych użytkowników aplikacji o ekologii „Czysta Polska”

12 tysięcy odbiorców mediów społecznościowych profilu @programczystapolska (Facebook, Instagram)

Bądźcie z nami i dołączcie do ekologicznej społeczności naszego Stowarzyszenia!



Finał akcji „Czyste, Zielone Miasta” w Lublinie.

- › zaktywizowaliśmy członków Stowarzyszenia do udziału w przedsięwzięciach Stowarzyszenia, w tym w „Czystych, Zielonych Miastach”;
- › aktywnie współpracowaliśmy z Lasami Państwowymi, których przedstawiciele udostępnili sadzonki do akcji i prowadzili warsztaty edukacyjne;
- › zaprosiliśmy pracowników Grupy Polsat Plus do wzięcia czynnego udziału w akcji.

PROGRAM TELEWIZYJNY „CZYSTA POLSKA”

Widzom stacji Polsat News nie trzeba przedstawiać Dominiki Tarczyńskiej i Przemysława Białkowskiego, którzy poruszają najważniejsze tematy związane z ekologią w każdy piątek w „Nowym dniu” po godz. 8.00 oraz w podcastach Zielonej Interii. Przede wszystkim jednak zamiennie prowadzą program

„Czysta Polska” w soboty o 16.30.

W każdym odcinku opowiadamy o wyzwaniach i niebezpieczeństwach związanych ze zmieniającym się klimatem. – Pokonujemy setki kilometrów. Rzeszów, Gdańsk, Poznań czy Zielona Góra – dla nas dystans nie ma znaczenia – mówi Adrianna Borowicz, reporterka przygotowująca materiały do programu. – Tworzymy zgrany zespół i szukając ciekawych tematów, mamy zawsze oczy dookoła głowy. Zajmujemy się wszystkimi zielonymi tematami, od technologii, przez edukację, lifestyle, energię, aż po fenomenalny świat roślin i zwierząt – podkreśla.

Dziennikarka wspomina najbardziej emocjonujące momenty z podróży ekipy „Czystej Polski”. – Kroiliśmy dynię Dorotkę w Ogrodzie Botanicznym PAN w Powsinie, miała 907 kilogramów i była krajową rekordistką. Towarzyszyliśmy ornitologom z Akcji Bałtyckiej w obrączkowaniu ptaków. W Poznaniu obserwowaliśmy, jak w ciągu kilku miesięcy po ekologicznej przemianie do wyschniętego stawu wróciło życie. W Poleskim Parku Narodowym liczyliśmy o świcie żurawie i wypuszczaliśmy

na wolność żółwiki wodne. W Rzeszowie zgłębialiśmy temat mikroplastiku w wodzie pitnej. W Zielonej Górze zobaczyliśmy komin słoneczny, czyli prototypową instalację do wykorzystywania energii słonecznej – opowiada.

Drugi reporter „Czystej Polski”, Marcin Szumowski, dodaje, że najbardziej zapadło mu w pamięć, gdy ekipa telewizyjna wspólnie z ornitologami walczyła o spokojne legi ptaków w warszawskim rezerwacie przyrody Wyspy Zawadowskie. – Ponadto byliśmy na obozach ornitologicznych, towarzyszyliśmy w obrączkowaniu jerzyków, bocianów, kaczek i gawronów. Mówiliśmy o zmianach klimatu i ich wpływie na ludzi, rośliny i zwierzęta – mówi. – Walczyliśmy o czyste opolskie lasy, tropiąc tych, którzy wyrzucają do nich śmieci i stare opony. Byliśmy, jesteśmy i będziemy zawsze po stronie przyrody – podkreśla.

Szumowski przygotowuje także dla programu materiały reporterskie w porozumieniu z Ogólnopolskim Towarzystwem Ochrony Ptaków, z którym Stowarzyszenie Program Czysta Polska nawiązało stałą współpracę.

Misją OTOP jest nie tylko ochrona skrzydlatych zwierząt, ale także walka z kryzysami związanymi z różnorodnością biologiczną i zmianami klimatycznymi. Oba organizacjom przyświeca wspólne hasło „Łączymy siły dla natury”. O ile OTOP oferuje wiedzę ekspercką, o tyle Stowarzyszenie potrafi ją wykorzystywać w działaniach społecznych czy medialnych kampaniach informacyjnych. Nasza współpraca ma poszerzyć grupę odbiorców działań obu organizacji.

APLIKACJA „CZYSTA POLSKA” TO IDEALNY TOWARZYSZ DLA KAŻDEGO

Podobny cel ma aplikacja stworzona przez Stowarzyszenie, w której czytelnicy znajdą nie tylko aktualności ekologiczne, ale także przydatne narzędzia, jak choćby aktualną prognozę pogody. – Aplikacja „Czysta Polska” to idealny towarzysz dla każdego, zarówno dla Stowarzyszenia, jak i wszystkich zainteresowanych sprawami naszego środowiska – mówi Karolina Pawłowska, redaktor w Stowarzyszeniu Program Czysta Polska, która między innymi opiekuje się aplikacją. – Pozwala ona być na bieżąco w temacie ekologii dzięki liczным artykułom, poradom oraz materiałom wideo – opowiada. I dodaje: – Aplikacja ma także interaktywne quizy i sondy, a już wkrótce pojawi się nowy element – konkursy, do udziału w których serdecznie zapraszamy.

ROZWIJAMY SIĘ DLA CZYSTEJ POLSKI!

Stowarzyszenie Program Czysta Polska ma rozległe plany na przyszłość. Pragniemy nie tylko inspirować do dal-

szych działań proekologicznych i aktywizować społeczności lokalne podczas kolejnych edycji „Czystych, Zielonych Miast”, ale także rozszerzać współpracę z samorządami. Dotychczasowe doświadczenia pokazują, że nasze działania często stają się impulsem dla władz lokalnych do rozwijania polityki proekologicznej w swoich małych odczynach. Chcemy także docierać do jak największych grup odbiorców, dlatego będziemy rozwijać program edukacyjny między innymi poprzez liczne aktyw-

ności w naszych kanałach komunikacyjnych. W mediach społecznościowych i w aplikacji znajdzie się jeszcze więcej informacji czy inspirujących konkursów, a w programie telewizyjnym nie zabraknie treści ekologicznych. Planujemy także rozstrzygnąć konkurs ekologiczny, w który będą zaangażowani uczniowie szkół w całej Polsce.

Będziemy wszędzie tam, gdzie potrzebuje nas natura. I wszędzie tam, gdzie trzeba walczyć o czyste powietrze, czyli o wspólną przyszłość. To nasza misja, którą będziemy realizować.

PRZEMYSŁAW SZUBARTOWICZ



Marcin Szumowski, reporter programu „Czysta Polska”.

Adrianna Borowicz, reporterka programu „Czysta Polska”.



DOŁĄCZ DO NAS!

WYSTARCZY WYPEŁNIĆ DEKLARACJĘ, BY STAĆ SIĘ CZĘŚCIĄ EKOLOGICZNEJ RODZINY STOWARZYSZENIA PROGRAM CZYSTA POLSKA. Zapraszamy do zajrzenia na stronę

www.programczystapolska.pl (zakładka „Dołącz do nas”), a także do darmowej aplikacji dostępnej na smartfony.

Jesteśmy w drużynie 3U

Stowarzyszenie Program Czysta Polska promuje i wspiera wszelkie działania, które przyczyniają się do zmniejszania zagrożeń dla naszej planety i zwiększają świadomość ekologiczną.

ZASADA 3U – UNIKAJ, UŻYWAJ PONOWNIE, UTYLIZUJ – doskonale wpisuje się w profil tej działalności, a jednocześnie stanowi wielkie wyzwanie edukacyjne, któremu staramy się sprostać.

Dlatego przy wsparciu Stowarzyszenia już kilka lat temu zainicjowaliśmy w Telewizji Polsat kampanię społeczną „Czysta Polska zaczyna się w Twoim domu”, w której w kolejnej jej odsłonie w prosty sposób pokazaliśmy, dlaczego stosowanie zasady 3U powinno stać się codzienną praktyką każdego z nas. I dlatego w walce o czyste powietrze warto zacząć od siebie oraz od edukowania ludzi ze swojego najbliższego otoczenia.

– *Cały czas kupujemy za dużo, mamy problemy z segregacją śmieci, a plastik zalewa nasze lasy i oceany – mówi związana ze Stowarzyszeniem Dominika Tarczyńska, która w Polsat News prowadzi program „Czysta Polska” i pojawia się w kampanijnych spotach obok między innymi Anny Dereszowskiej, Julii Kamińskiej, Natalii Przybysz, Eli Romanowskiej, Pawła Deląga i Jacka Braciaka.*

Diennikarka dodaje, że jednym z celów kampanii była chęć przekonania odbiorców, by każdy kilka razy zastanowił się, zanim kupi nowe ubranie, wodę w plastikowej butelce czy zignoruje zasadę segregacji śmieci. A więc aby stosował zasadę 3U – UNIKAŁ kupowania niepotrzebnych rzeczy, UŻYWAŁ PONOWNIE opakowań, które się do tego nadają, UTYLIZOWAŁ i mądrze segregował odpady.

Uczestnicy spotów zabierają nas do Japonii, by pokazać, jak tam segreguje się śmieci i dlaczego warto to robić także w Polsce. Uświadamiają, że gdyby wszystkie plastikowe butelki wyprodukowane jednego roku ustawić jedna na drugiej, to sięgnęłyby słońca. Pokazują, że na pustynię Atakama rocznie trafia kilkadziesiąt tysięcy

cy ton nowych i znoszonych ubrań, więc warto takim produktom dawać nowe życie we własnych garderobach. Dzięki zaawansowanej technologii twórcy spotów stworzyli rozbudowane i realistyczne sceny bez konieczności przenoszenia całego zespołu na miejsce planu. To także przyczyniło się do redukcji emisji CO₂ związanej z podróżowaniem.

– Korzystając z wirtualnej produkcji, możemy eksperymentować z kreatywnością, zanurzając widza w niesamowitym otoczeniu. To pozwala nam na przedstawienie różnych scenariuszy i konsekwencji naszych działań w bardziej bezpośredni i angażujący sposób – mówi Armin Kurasz, reżyser spotów.

Warto podkreślić, że zarówno tę, jak i wszystkie nasze kampanie realizujemy poprzez wszelkie dostępne kanały należące do Grupy Polsat Plus, aby dotrzeć z pozytywnym przekazem do masowego odbiorcy. Ma to niepowtarzalny walor edukacyjny.

Filmy miały premierę podczas transmitowanego w Polsce Earth Festival Uniejów 2023. Każdy z nich łączy ekologiczny przekaz z pokazywaniem działań na rzecz dobrostanu naszej planety i jej przyrody, wpisując Polskę w światowe trendy. W myśl zasady 3U zmiana na lepsze zawsze jest możliwa i zależy tylko od nas samych. To zresztą jedna ze sztandarowych zasad Stowarzyszenia Program Czysta Polska, którego Założyciel, Właściciel Grupy Polsat Plus – Zygmunt Solorz, mówił, że czystego powietrza nie da się wyprodukować ani kupić, dlatego trzeba dbać o nie na co dzień.

PRZEMYSŁAW SZUBARTOWICZ



Jacek Braciak, aktor, ambasador kampanii społecznej „Czysta Polska zaczyna się w Twoim domu”.

Gdyby wszystkie plastikowe butelki wyprodukowane jednego roku ustawić jedna na drugiej, to sięgnęłyby słońca.

Wspieramy ekologiczne inicjatywy

ZOBACZ KILKA Z NICH:

AKCJA „ZOBACZ CZYM ODDYCHASZ. ZMIENŲ TO!” 2022/2023

W sezonie grzewczym mobilne instalacje pokazują społeczeństwu, jak zanieczyszczenia obecne w powietrzu osadzają się w naszych płucach. Do kampanii po raz kolejny dołączyło również Stowarzyszenie Program Czysta Polska.



AKCJA „NIE JESTEM TWOIM MISEM” Z UDZIAŁEM WWF POLSKA

Zielona Interia to najpopularniejsze miejsce w sieci poświęcone ekologii w Polsce o zasięgu 2,9 mln realnych użytkowników (Mediapanel, luty 2024). Serwis przy wsparciu WWF Polska i Stowarzyszenia Program Czysta Polska przeprowadził kolejną akcję, której głównym bohaterem były tym razem zagrożone wyginięciem niedźwiedzie brunatne.

WSPÓŁPRACA Z OGÓLNOPOLSKIM TOWARZYSTWEM OCHRONY PTAKÓW.

OTOP pokazuje piękno przyrody oraz informuje, jak o nią dbać i wspierać. Dlatego postanowiliśmy współpracować. OTOP daje ekspercką wiedzę, Stowarzyszenie Program Czysta Polska potrafi ją wykorzystać w konkretnych działaniach społecznych czy medialnych kampaniach informacyjnych. Zależy nam, by cenna przyrodnicza wiedza w przystępny sposób trafiała do Was.

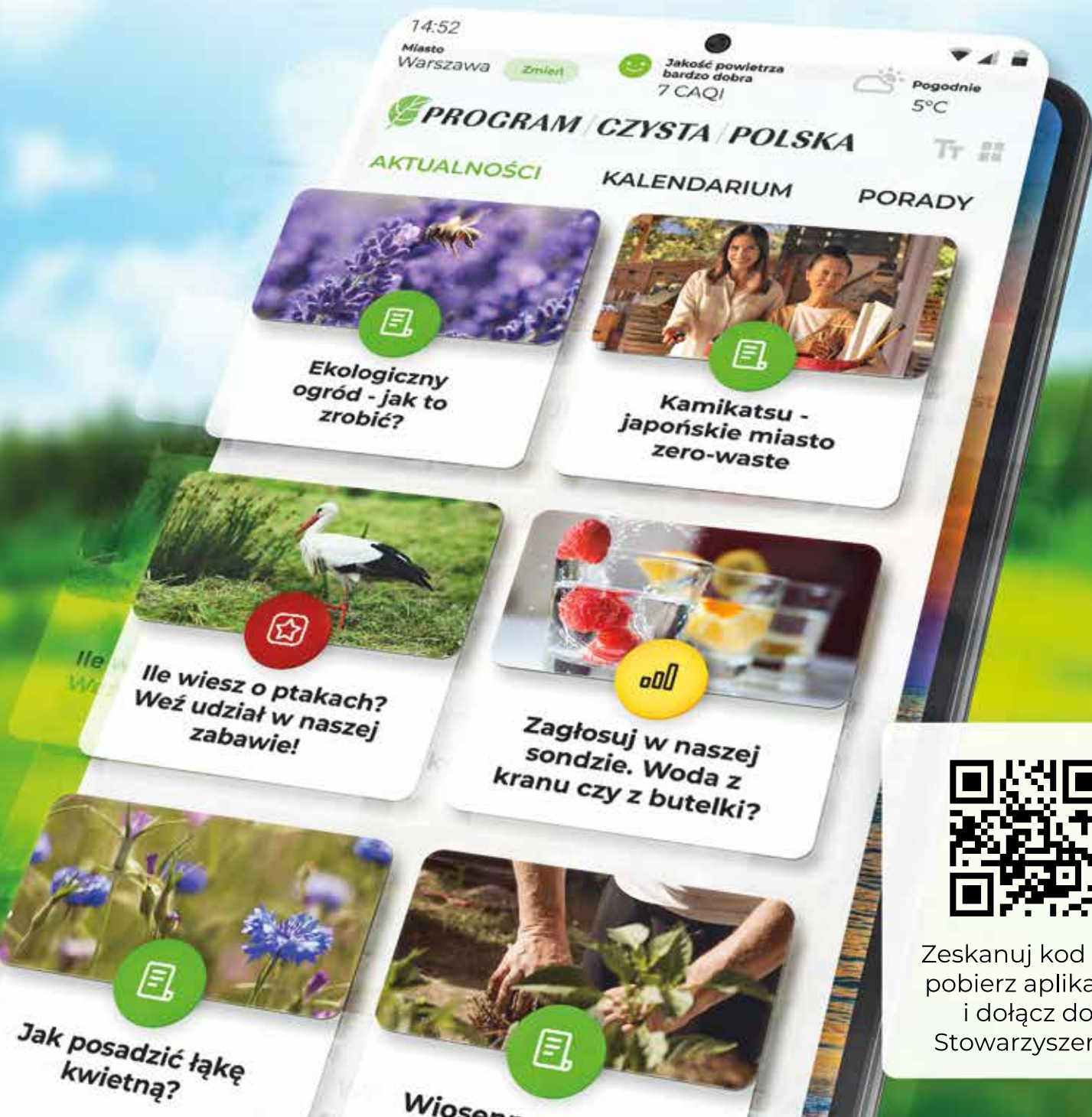


„CZyste BESKIDY FESTIWAL 2023”

we współpracy z Polkomtelem oraz GOPR. Cieszymy się, że nasze Stowarzyszenie dołożyło swoją cegiełkę do zeszłorocznej akcji. Wspólne sprzątanie pomogło nie tylko usunąć zalegające śmieci z górskich szlaków, ale też zintegrowało ludzi działających na rzecz naszej planety. Zebrano 320 worków śmieci ważących 3,5 tony z 40 kilometrów szlaków.

PROGRAM / CZYSTA / POLSKA

Aplikacja „Czysta Polska”
ekologiczny towarzysz dla każdego



Zeskanuj kod QR,
pobierz aplikację
i dołącz do
Stowarzyszenia



Elektrownia jądrowa w Koninie-Pątnowie

– szansa na tanią i czystą energię dla Polski

PGE Polska Grupa Energetyczna S.A. i ZE PAK S.A. powołały wspólną spółkę celową PGE PAK Energia Jądrowa S.A. w celu budowy elektrowni jądrowej w Koninie-Pątnowie w regionie konińskim w Wielkopolsce (PGE i ZE PAK mają po 50 proc. akcji w spółce).

PGE PAK Energia Jądrowa S.A. to spółka celowa PGE Polskiej Grupy Energetycznej i ZE PAK, która będzie brała udział w realizacji budowy elektrowni jądrowej w Koninie-Pątnowie w Wielkopolsce. PGE i ZE PAK mają po 50 proc. akcji w PGE PAK Energia Jądrowa, co pozwala zachować i zabezpieczyć interes Skarbu Państwa w tym projekcie. PGE PAK Energia Jądrowa S.A. reprezentuje polską stronę na wszystkich etapach projektu, w tym w trakcie realizacji badań lokalizacyjno-środowiskowych, pozyskiwania finansowania i przygotowywania wspólnie ze stroną koreańską szczegółowego harmonogramu inwestycji, a także na kolejnych etapach uzyskiwania pozwoleń i decyzji administracyjnych.

PGE PAK Energia Jądrowa w listopadzie 2023 roku otrzymała decyzję zasadniczą, wydaną przez Ministerstwo Klimatu i Środowiska, dotyczącą budowy elektrowni jądrowej w regionie konińskim. Decyzja MKiŚ umożliwia rozpoczęcie prac we wskazanej lokalizacji i jest potwierdzeniem zgodności planowanej inwestycji z celami polityki energetycznej Polski.

Złożony przez PGE PAK Energia Jądrowa wniosek zawierał najważniejsze informacje dotyczące planowanej elektrowni budowanej w sprawdzonej i bezpiecznej koreańskiej technologii APR1400. Zgodnie z planem dwa reaktory o łącznej mocy zainstalowanej 2800 MW dostarczą rocznie 22 TWh energii, co odpowiada 12 proc. obecnego zapotrzebowania na energię elektryczną w Polsce.

ENERGIA JĄDROWA TO TANIE, CZYSTE I STABILNE ŹRÓDŁO ENERGII DLA POLSKI

Elektrownia jądrowa w Koninie-Pątnowie ma wesprzeć niezależność i stabilność polskiego systemu energetycznego – stanowić stabilne źródło taniej i czystszej energii dla Polski, jej mieszkańców i firm.

Już w 2035 roku

Uruchomienie pierwszego bloku elektrowni jest możliwe już w 2035 roku.

NAJWAŻNIEJSZE JEST BEZPIECZEŃSTWO – SPRAWDZONA KOREAŃSKA TECHNOLOGIA REAKTORÓW APR1400

W projekt są zaangażowane ze strony polskiej PGE PAK Energia Jądrowa S.A. oraz ze strony koreańskiej firma KHNP.

Budowa elektrowni jest planowana na bazie bezpiecznej oraz funkcjonującej i rozwijanej od ponad 40 lat efektywnej koreańskiej technologii reaktorów APR1400. Korea zbudowała już wiele reaktorów w samej Korei i za granicą.

W PLANACH JEST BUDOWA DWÓCH REAKTORÓW O ŁĄCZNEJ MOCY 2800 MW – 12 PROC. DZISIEJSZEJ ENERGII W POLSCE

W planie jest posadowienie dwóch reaktorów o łącznej mocy 2800 MW. Dwa

Energia jądrowa to większa niezależność i suwerenność polskiej gospodarki – uniezależniamy się od importu ropy, węgla czy gazu, w większym stopniu stajemy się samowystarczalni w obszarze produkcji energii.

reaktory mogłyby dostarczyć do polskich domów i firm około 22 TWh energii, czyli około 12 proc. dzisiejszej konsumpcji energii w Polsce. Uruchomienie pierwszego bloku elektrowni jest możliwe już w 2035 roku.

TANIA I CZYSTA ENERGIA JEST NIEZBĘDNA DLA NAS WSZYSTKICH DO CODZIENNEGO ŻYCIA

Projekt docelowo powinien zwiększyć konkurencyjność polskiej gospodarki, stworzyć nowe możliwości inwestycyjne w Polsce, ale przede wszystkim przez następne 60 lat dostarczać polskim gospodarstwom domowym tanią i czystą energię w stabilnej cenie.

ELEKTROWNIA JĄDROWA TO NOWE TECHNOLOGIE I NOWE MIEJSCA PRACY

Potencjalna inwestycja w elektrownię jądrową w Polsce zapewni naszym firmom możliwości uczestniczenia w szerokim łańcuchu dostaw opartym na nowych technologiach.

ELEKTROWNIA JĄDROWA TO RÓWNIEŻ DODATKOWE WPŁYWY DO BUDŻETU PAŃSTWA I SAMORZĄDÓW

To także możliwe wsparcie dla Polski w zakresie dostarczania strumienia podatków, zarówno na poziomie spółki produkującej energię elektryczną, jak i – poprzez efekty indukowane – na poziomie innych przedsiębiorstw.

Polska potrzebuje czystej, taniej i lepszej energii dla nas wszystkich.

CZYSTEJ, czyli takiej, która nie będzie szkodziła środowisku i zanieczyszczała powietrze, którym wszyscy oddychamy.

TANIEJ, ponieważ energia z elektrowni jądrowych jest dużo tańsza niż ta produkowana z węgla.

LEPSZEJ, bo jest lepsza dla środowiska, społeczeństwa i państwa.



NesoBus tankujący wodór na stacji Neso w Rybniku.

Autobus wodorowy... przez ulice polskich miast mknie!

- Czy **NesoBus** to szansa na ekologiczny transport miejski?
- Jakiego są zalety **napędu wodorowego**?
- Jak przebiega rozwój **stacji wodorowych NESO**?
- Czy na polskich drogach jeżdżą już **pojazdy wodorowe**?

Kryzys klimatyczny motywuje wszystkich do działania. Światowa motoryzacja także nie spoczywa w poszukiwaniu coraz czystszych rozwiązań. Faworytem tego wyzwania stają się auta z napędem wodorowym. Ich przewaga rośnie, bo są odpowiedzią na kluczowe potrzeby – zarówno środowiska naturalnego, jak i konsumentów. Czy na polskich drogach widać już pojazdy z napędem

wodorowym? Czy NesoBus – polski autobus wodorowy – to szansa na rozwój ekologicznego transportu miejskiego? Odpowiadamy na te i inne pytania.

JAKIE SĄ TAJNIKI NAPĘDU WODOROWEGO?

Silnik wodorowy to tak naprawdę zespół napędowy, którego głównym paliwem jest wodór (H_2). Wbrew

obiegowej opinii zasada działania silnika wodorowego jest dosyć prosta. Energia elektryczna uzyskiwana za jego pośrednictwem powstaje w odwróconej elektrolizie wody. Samochód nie emituje żadnych spalin, a efektem ubocznym procesu jest jedynie czysta woda.

CZY NA POLSKICH DROGACH WIDĄC JUŻ POJAZDY WODOROWE?

Na polskich drogach przybywa samochodów osobowych z napędem na wodór i autobusów wodorowych.

Japoński producent rozpoczął promocję nowej Toyoty Mirai II. Ta niemal 5-metrowa limuzyna w stylu coupé ma zapewnić zasięg nawet do 650 km.

Druga generacja Toyoty Mirai wynosi na wyższy poziom technologię elektrycznego napędu zasilanego wodorem. Całkowicie przebudowany zestaw ogniw paliwowych, inteligentne rozłożenie elementów na platformie oraz opływowe nadwozie o niskim współczynniku oporu powietrza sprawiają, że nowy Mirai zużywa o 10 proc. mniej paliwa od poprzednika, a jego zasięg wynosi około 650 km. Producent zakłada, że nowa Toyota Mirai będzie się cieszyła większą popularnością za sprawą lepszych osiągnięć i niższej ceny (około 20 proc.) od Mirai I.

Inny model samochodu wodorowego, który jest widoczny na polskich drogach, to Hyundai NEXO. Ten nowoczesny SUV o mocy 120 kW (czyli 163 KM) łączy w sobie zaawansowaną technologię z futurystyczną stylistyką i zasięgiem samochodu spalinyowego (ponad 600 km). Twórcy NEXO inspirowali się naturą. Czyste, aerodynamiczne linie sprawiają, że auto wyróżnia się wśród innych pojazdów. Nadwozie ma budzić skojarzenia z płynącym strumieniem wody, która jest jedynym produktem ubocznym powstającym podczas zużycia paliwa.

Samochód oficjalnie nie jest dostępny w sieci sprzedaży Hyundai Motor Poland. Dystrybutor sprowadza jednak te pojazdy dla klientów flotowych. Duża część z nich trafiła do stajni Plus Floty należącej do Grupy Polsat Plus.

NesoBus to natomiast całkowicie nowy, wyprodukowany w Polsce zero-

emisyjny miejski autobus wodorowy, który powstał we współpracy Grupy Polsat Plus i ZE PAK. Zasilany zielonym wodorem jest najbardziej ekologicznym autobusem dla mieszkańców miast i transportu miejskiego. Stworzyli go polscy konstruktorzy i inżynierowie przy współpracy z partnerami z Europy i całego świata. Ma 12 m długości, do 93 miejsc, w tym do 37 miejsc siedzących, jego zasięg to około 450 km.

CZY NESOBUS TO SZANSA NA ROZWÓJ EKOLOGICZNEGO TRANSPORTU MIEJSKIEGO?

NesoBus ma już za sobą testy w kilku dużych miastach Polski (m.in. w Rybniku, Warszawie, Gdańsku, Gdyni, Szczecinie, we Wrocławiu), a pierwszym nabywcą 20 egzemplarzy tego pojazdu jest Rybnik. Kolejnych 10 NesoBusów trafi w tym roku do Gdańska. Po-

wstaną one w nowo uruchomionej fabryce autobusów wodorowych Grupy Polsat Plus w Świdniku, która ma możliwość produkcji około 100 sztuk pojazdów rocznie. Razem z rozwojem rynku zielonego wodoru rośnie zainteresowanie tego rodzaju transportem ze strony samorządów.

GDZIE I JAK MOŻNA TANKOWAĆ AUTO Z NAPĘDEM NA WODÓR?

Pierwsze ogólnodostępne stacje wodorowe pod marką NESO zostały uruchomione przez Grupę Polsat Plus i Grupę ZE PAK w Warszawie i Rybniku. W budowie są kolejne punkty z sieci NESO w Gdyni, Gdańsku, Lublinie i we Wrocławiu. W sumie sieć NESO ma objąć kilkadziesiąt punktów rozłożonych na mapie Polski – tak aby docelowo kierowcy mogli się swobodnie i komfortowo poruszać na krajowych trasach w różnych kierunkach. ●

Jakie są zalety aut na wodór?

Oto 5 kluczowych zalet samochodów z napędem na wodór:

1. Brak szkodliwych emisji

– jedynym odpadem związanym z reakcją przetwarzania wodoru na energię elektryczną jest para wodna.

2. Eksploatacja przyjazna dla środowiska

– w pojazdach wodorowych nie trzeba wymieniać części takich jak paski klinowe czy olej silnikowy.

3. Cicha praca

– ogniwa paliwowe funkcjonują bezgłośnie, a napęd jest niezwykle cichy, podróż takim autem jest szczególnie komfortowa.

4. Szybkość tankowania

– zatankowanie samochodu na wodór do pełna trwa zaledwie kilka minut, czyli podobnie jak w przypadku tradycyjnych samochodów, a auto przez cały czas jest w gotowości do wyruszenia w trasę.

5. Zasięg

– zasięg aut wodorowych jest zbliżony do parametrów samochodów z silnikami spalinowymi. Na jednym tankowaniu można spokojnie przejechać około 650 km.



NESO – „**N**ie **E**mituję **S**palin, **O**czyszczam”
 • Proste tankowanie • Wodór. Paliwo przyszłości

NESO

pierwsze ogólnodostępne stacje tankowania wodoru już ruszyły!

W Warszawie i Rybniku już działają pierwsze ogólnodostępne stacje tankowania wodoru dla aut osobowych i autobusów Grupy Polsat Plus i ZE PAK. Kolejne – w Gdańsku, Gdyni, Lublinie i we Wrocławiu – są obecnie w trakcie budowy. Sieć tankowania wodoru po-

wstaje pod marką NESO. Nazwa pochodzi od pierwszych liter „Nie Emituję Spalin, Oczyszczam”.

STACJE NESO NA MAPIE POLSKI

Aktualna mapa NESO obejmuje 6 lokalizacji w Polsce (w centrum, na

północy, południu, wschodzie i zachodzie kraju).

Stacje tankowania wodoru w Warszawie i Rybniku są pierwszymi ogólnodostępnymi stacjami w Polsce i jednymi z najnowocześniejszych w Europie. Korzystają z nich użytkownicy pojazdów napędzanych wodorem, mając do wyboru dwa sta-

nowiska – H70 i H35. Dystrybutor z ciśnieniem 700 barów jest przeznaczony do tankowania samochodów osobowych, a ten o ciśnieniu 350 barów dla autobusów. Kolejne cztery stacje są w trakcie budowy.

Z założenia stacje NESO są w dużym stopniu samowystarczalne energetycznie. Panele słoneczne o mocy 19 kW zainstalowane na stacji dostarczają do niej prąd, a magazyny energii o pojemności 60 kWh mogą przechowywać jej nadwyżki. Wodór jest dostarczany do stacji za pomocą wodorowozów, które przewożą jednorazowo nawet 1000 kg H_2 .

PROSTE TANKOWANIE

Stacja NESO jest w pełni samoobsługowa. Tankowanie wodoru niewiele różni się od znanych już kierowcom sposobów. Podobnie jak na tradycyjnej stacji cały proces jest intuicyjny i obejmuje kilka prostych kroków. Wystarczy podjechać pojazdem do dystrybutora, otworzyć wlew w samochodzie lub autobusie, zdjąć pistolet z dystrybutora, podłączyć go do zaworu pojazdu, nacisnąć zielony przycisk i rozpocząć tankowanie. Po wyświetleniu się informacji o zakończeniu procesu należy odbloko-

wać pistolet, odłączyć go od pojazdu i umieścić ponownie w uchwycie na dystrybutorze. Na koniec uregulować płatność i odebrać paragon lub fakturę.

Cała operacja zajmuje około 4 minut dla auta osobowego i około 15 minut dla autobusu. Po jej zakończeniu pojazd może przejechać nawet 650 km.

PALIWO PRZYSZŁOŚCI

Zielony wodór to czyste i zeroemisyjne paliwo – może być stosowany w transporcie samochodowym, kole-

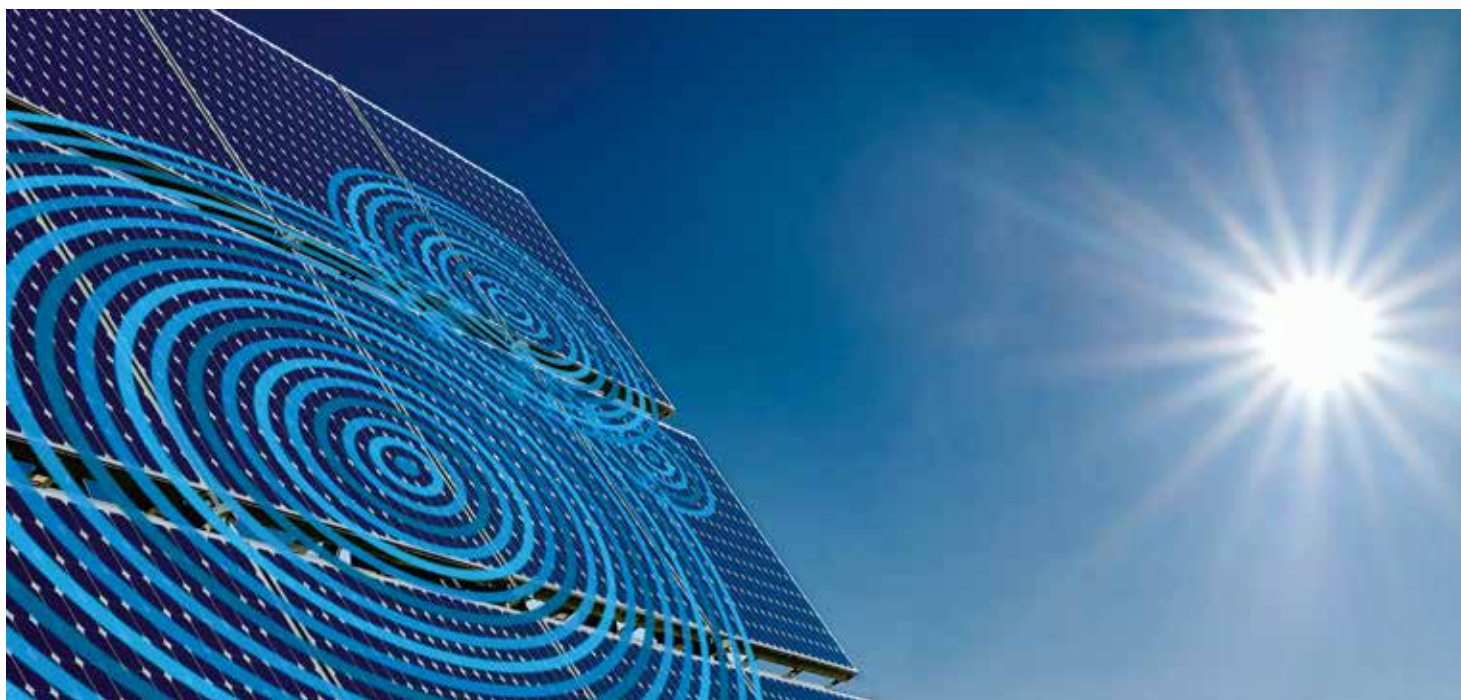
jowym, morskim czy powietrznym. Samochody i autobusy jeżdżące na wodór emitują z rury wydechowej „destylowaną” parę wodną, podczas gdy inne rodzaje paliwa odpowiadają za emisję trujących substancji, jak CO_2 , tlenki azotu czy pyły (w szczególności PM 2,5).

Co ważne, obecna technologia z powodzeniem pozwala magazynować wodór w butlach kompozytowych. Może on też być transportowany na duże odległości – zarówno rurociągami, jak i w butlach, a także w formie ciekłej lub gazowej. ●



FOT. MATERIAŁY PRASOWE

Zamiast węgla: energia z wiatru i słońca!



- Czysta, zielona i tania energia od Grupy Polsat Plus
- Na drodze innowacji i zeroemisyjności
- Skuteczna transformacja energetyczna: polskie OZE biją rekord!

Energia z wiatru, słońca czy biomasy przestaje być pieśnią przyszłości, a fotowoltaika – to nie moda, lecz konieczność. Dlatego Grupa Polsat Plus konsekwentnie realizuje działania na rzecz odejścia od węgla i umożliwienia Polakom korzystania z taniej, zielonej energii. A to wszystko w trosce o środowisko naturalne i na rzecz przeciwdziałania kryzysowi energetycznemu.

ENERGETYKA JAK INTERNET?

Prace nad znowelizowaną dyrektywą budynkową (tzw. dyrektywa EPBD) są już na ostatniej prostej. Oznacza to, że na budynkach będzie przybywało instalacji OZE (odnawialne źródła energii). Energia

produkowana będzie na wszelkiego rodzaju budynkach, a typowe elektrownie – zwłaszcza te oparte na węglu – przejdą transformację. Sukcesywnie nieruchomości będą musiały być wyposażone w panele słoneczne i pompy ciepła.

To dlatego fotowoltaika powoli staje się koniecznością. A energia z wiatru, słońca czy biomasy – realnym rozwiązaniem. Wkrótce z alternatywnymi źródłami energii może być jak z internetem, który z biegiem czasu dotarł w każdy zakątek Polski.

CZYSTA ENERGIA OD GRUPY POLSAT PLUS

Grupa Polsat Plus już od 2021 r. rozwija nowy segment biznesowy. Obok

dotychczasowych dwóch filarów działalności – media/content oraz telekomunikacja – rozwijany jest obszar czystej energii we współpracy z ZE PAK. Grupa inwestuje w nowe, odnawialne źródła czystej energii – z biomasy, słońca, wiatru i termicznej obróbki odpadów. W 2025 r. zainstalowana moc czystej energii ma wynieść łącznie około 740 MW, w tym projekty farm wiatrowych na lądzie o łącznej mocy blisko 300 MW. Inne projekty to między innymi farmy słoneczne (fotowoltaiczne) o docelowej łącznej mocy ponad 340 MW. W Strategii 2023+ Grupy Polsat Plus docelowa zainstalowana zielona moc to 1000 MW. Szacuje się, że pomoże to zmniejszyć emisję CO₂ w polskiej gospodarce o ponad 2 miliony ton rocznie.

NA DRODZE INNOWACJI I ZEROEMISYJNOŚCI

W ramach realizacji strategii opartej na produkcji czystej energii Grupa Polsat Plus przyjęła kluczowe wskaźniki efektywności w tym zakresie, którymi będzie mierzyć stopień realizacji przyjętych celów środowiskowych. Wśród nich obok określonych wartości związanych z redukcją emisji gazów cieplarnianych, produkcją energii z OZE i produkcją zielonego wodoru jest także udział zeroemisyjnych źródeł w miksie energetycznym Grupy Polsat Plus, który w 2025 r. ma wynosić 25 proc., a w 2030 r. – 50 proc.

FIRMA ROKU ZA DZIAŁANIA ŚRODOWISKOWE

Podczas XXXI Forum Ekonomicznego w Karpaczu Grupa Polsat Plus otrzymała zaszczytny tytuł Firmy Roku za działania na rzecz środowiska. Razem z ZE PAK zaprezentowała nie tylko swoją strategię opartą na czystej, zielonej energii, ale także konkretne działania podejmowane w zakresie transformacji energetycznej Polski, m.in.: wykorzystywanie energii słonecznej i budowa farm fotowoltaicznych, inwestycje w farmy wiatrowe na lądzie i morzu, wykorzystywanie biomasy i produkcja zielonego wodoru oraz stworzenie całego łańcucha gospodarki wodorowej. ●

Polskie OZE biją rekord*

● Farmy wiatrowe dostarczyły w grudniu 2023 r. 3,10 TWh energii elektrycznej, czyli 1/7 całości energii z wiatru wytworzonej w ub.r., co jest absolutnym miesięcznym rekordem.

● W grudniu 2023 r., pierwszy raz w historii, produkcja energii z wiatru przekroczyła poziom produkcji z węgla brunatnego.

● Udział energii OZE w produkcji energii w 2023 r. był rekordowy, tj. nastąpił wzrost do 26,8 proc. (41 TWh) w stosunku do 21,2 proc. w 2022 r. Źródła pogodozależne (wiatrowe i słoneczne) stanowiły 86,1 proc. generacji OZE, podobnie jak rok wcześniej.

● Polska produkuje ponad 5 proc. całej solarnej energii elektrycznej w UE.

● IEO prognozuje, że na koniec 2025 roku Polska trafi do pierwszej trójki krajów UE pod względem łącznej mocy zainstalowanej – stanie się też czwartym wytwórcą energii elektrycznej ze słońca w Europie.

● Udział OZE w ogólnej produkcji energii elektrycznej w Polsce w 2030 r. może wynieść nawet 50 proc.

* Z raportu Instytutu Energetyki Odnawialnej „Rynek Fotowoltaiki w Polsce 2023” oraz z analizy CIRE „Rynek energii elektrycznej w 2023 r.” na podstawie danych ENTSO-E.





1,5% to magiczny klucz, który otwiera wiele drzwi do leczenia dzieci

– **Każdy gest, nawet ten najmniejszy, ma dla nas znaczenie, gdyż realnie wpływa na przyszłość naszej córki** – mówi mama 6-letniej Julii, która diagnozę otrzymała w wieku 2 lat. Zespół Angelmana – schorzenie neurologiczne o podłożu genetycznym. Dziewczynka wymaga ciągłej rehabilitacji i opieki wielu specjalistów.

To tak niewiele, a tak wiele może zmienić w życiu podopiecznych Fundacji Polsat.

– Każdy gest, nawet ten najmniejszy, ma dla nas znaczenie, gdyż realnie wpływa na przyszłość naszej córki – mówi mama 6-letniej Julii, która diagnozę otrzymała w wieku 2 lat. Zespół Angelmana – schorzenie neurologiczne o podłożu genetycznym. Dziewczynka wymaga ciągłej rehabilitacji i opieki wielu specjalistów.

Do 30 kwietnia każdy z nas może wybrać Organizację Pożytku Publicznego, której przekaze 1,5% podatku. Nic nas to nie kosztuje, a może pomóc między innymi Zoi, Adzie, Bogumiłowi, Julii, Marcelinie czy Szymkowi. Sześcioro naszych podopiecznych wzięło udział w nagraniu spotów w kampanii „Rozlicz się sercem”.

Mieszkają w różnych miastach, mają różne marzenia i pasje. Ich rodziców łączy

walka o ich zdrowie i każdy dobry dzień. – Takie dzieci same wybierają sobie rodziców – usłyszała kiedyś mama 7-letniej Ady chorej na achondroplazję, inaczej zwaną niskorosłością. Jest to rzadka choroba genetyczna występująca raz na mniej więcej 25 tysięcy urodzeń. – Ta informacja była dla nas, rodziców pierwszego wyczekiwanego dziecka, bardzo trudna do przyjęcia.

O chorobie swojej córki rodzice Zoi dowiedzieli się zaraz po urodzeniu. Był to dla nich trudny czas. Dziś Zoja jest odważną i

towarzystwą dziewczynką. – Nigdy nie izolowałam jej od dzieci i doświadczeń. Tym bardziej że nie ma rodzeństwa. Robię wszystko, by żyła normalnie, a ona jest bardzo dzielna! Mamy to szczęście, że trafiamy na bardzo dobrych ludzi – mówi mama dziewczynki, która miała w swoim życiu czas, że przedstawiała się: – Cześć. Jestem Zoja i mam zespół Aperta. Teraz mogłoby to brzmieć: – Cześć. Jestem Zoja i pilnie potrzebuję kolejnej operacji. Kolejnej operacji w Dallas w USA.

Zoja skończyła 10 lat i, jak sama mówi, zaczyna być nastolatką. Urodziła się z rzadką wadą genetyczną – zespołem Aperta, który charakteryzuje się zrośnięciem kości czaszki i palców. Do tego dochodzą inne schorzenia, m.in. wada serca i problemy z kręgosłupem.

Bogumił, zwany przez najbliższych Milkiem, miał 9 lat, gdy rodzice usłyszeli, że będzie dzieckiem ze spektrum autyzmu. Jest bardzo czytany, mądry i inteligentny, ale byle błahostka wyprowadza go z równowagi. Nie rozumie wielu żartów i przeñośni. Największe trudności sprawiają mu kontakty z rówieśnikami. – On przecież nie rozumie, tak jak my, mowy niewerbalnej. Dlatego od trzech lat, czyli od czasu diagnozy, wozimy go na różne zajęcia i terapie, które bardzo mu pomagają – mówi mama chłopca.

O cukrzycy typu 1 rodzice Szymona dowiedzieli się, gdy skończył 5 lat. Dziś 12-letni Szymek mówi: – Z cukrzycą da się żyć, trzeba tylko dużej dyscypliny. Tak jak w piłce nożnej, którą uwielbiam. Chciałbym zostać piłkarzem. Pocieszam się, że jest wielu sportowców, którzy mają cukrzycę. Gram w miejscowej drużynie i w dwóch typowo cukrzycowych. Mam wielu kolegów, którzy wiedzą o mojej chorobie i starają się zrozumieć, z czym się zmagam.

Rodzice Marceli byli przygotowani na to, że będą się mierzyć z niedosłuchem swojej córki, ponieważ oboje mają obustronny niedosłuch. Dużym wzruszeniem był dzień, kiedy usłyszeli upragnione „mama” i „tata”. Było to po zabiegu wszczepienia implantu ślimakowego, po którym Marcelina zaczęła rozwijać mowę i dużo rozumieć. – Dziś nasza komunikacja wygląda tak, że jeśli mamy założone aparaty słuchowe, to Marcelinka do nas mówi, jeśli ich nie mamy, to używa języka migowego – mówią rodzice dziewczynki.

Każde z dzieci potrzebuje kosztownej, systematycznej rehabilitacji, czasami sprzętu rehabilitacyjnego lub medycznego, a czasami operacji, także poza granicami kraju.

Nie moglibyśmy pomagać na tak wielką skalę bez wsparcia widzów Telewizji Polsat i zaangażowania zespołu Fundacji Polsat, do którego dołączyła Dorota Gawryluk, obejmując funkcję Wiceprezeski Zarządu. W ten sposób jeszcze mocniej wykorzysta wiedzę i doświadczenie newsowe na rzecz Fundacji i chorych dzieci.

– Praca na rzecz chorych dzieci, którymi opiekuje się Fundacja Polsat, tak naprawdę nie jest zwykłą pracą, ale wielkim wyzwaniem i zobowiązaniem. To misja, którą w naszym newsowym świecie my, dziennikarze, traktujemy niezwykle poważnie. Daje nam ona poczucie, że nasza praca nie idzie na marne. Wspierając chore dzieci, poprzez nagłaśnianie ich potrzeb dajemy im to, co w nas najlepsze. Zamierzam poświęcić się temu w maksymalnym stopniu, jakim będę mogła – mówi Dorota Gawryluk.

– W każdej możliwej sytuacji Dorota okazywała zaangażowanie i wsparcie. Pomagała nam w ratowaniu zdrowia i życia dzieci. Bardzo mi zależało na tym, by Dorota dołączyła do Fundacji. Bo razem możemy więcej – mówi Krystyna Aldridge-Holc, Prezeska Zarządu Fundacji Polsat.

O tym, że razem możemy więcej – z widzami, dziennikarzami Polsat News i „Wydarzeń” – przekonaliśmy się także podczas ostatniej, wielkiej zbiórki na rzecz Ady, która urodziła się z wrodzoną, skom-



**Dorota Gawryluk,
Wiceprezeska
Zarządu
Fundacji
Polsat.**



Krystyna Aldridge-Holc, Prezeska Zarządu Fundacji Polsat, wręcza czek o wartości 100 000 zł na zakup echa serca i sprzętu chirurgicznego dla Kliniki. Koncert „Wielki Rock dla Małych Serc”.

plikowaną wadą serca. Tetralogia Fallota w tej postaci to jedna z najtrudniejszych do operowania wad serca.

Nadzieją dla dziewczynki jest operacja serca w USA – koszt to 11 mln zł. Była to największa zbiórka w historii Fundacji Polsat. Ada w lutym trafiła na salę operacyjną w Stanford Medicine Children's Health, gdzie lekarze będą walczyć o jej serduszek. Udało się! Ada w marcu wróciła do Polski.

Z sercem wsparliśmy także Klinikę Kardiologii i Kardiologii w Uniwersyteckim Szpitalu Dziecięcym w Krakowie-Prokocimiu. Jest to miejsce, gdzie pomoc otrzymują dzieci z najbardziej złożonymi wadami serca.

Fundacja Polsat podczas wyjątkowego koncertu „Wielki Rock dla Małych Serc” przekazała czek o wartości 100 000 zł na zakup echa serca i sprzętu chirurgicznego dla Kliniki.

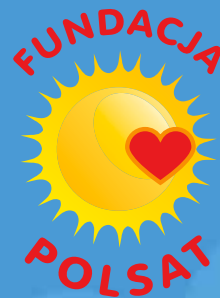
Wszystkie nasze działania pokazują, że jedynie łącząc siły, można pomagać na wielką skalę. Rozliczmy się sercem. Pomaganie jest fajne!

**AGNIESZKA GRZEGORCZYK
AGNIESZKA FRANASZEK
FUNDACJA POLSAT**

KAŻDY Z NAS MOŻE POMÓC!
● WPLACAJĄC DAROWIZNĘ PRZEZ STRONĘ:
WSPIERAM.FUNDACJAPOLSAT.PL
● NA KONTO FUNDACJI POLSAT
MBANK S.A. 39 1140 1010 0000 7777 7000 1001
● PRZEKAZUJĄC 1,5% SWOJEGO PODATKU
KRS 0000135921

ZAPRASZAMY NA PROFILE
FUNDACJI POLSAT  

Rozlicz się SERCEM



PRZEKAŻ

1,5%  

PODATKU

FUNDACJI POLSAT



KRS 0000 135 921

Kampanię wspiera **polsat** 

Boguś,
chłopiec
z autyzmem
i Apolonia

Ponad 170 salonów Plusa i Polsat Box w nowej odsłonie

Nowoczesne i energooszczędne wnętrza z efektem immersji

Salony Plusa i Polsat Box w całej Polsce przechodzą zmianę wizualizacji. Już przeszło 170 punktów sprzedaży zyskało nowy design, stając się showroomami obu marek. Dzięki zastosowanym nowoczesnym udogodnieniom klienci mogą wejść do świata produktów i usług Plusa oraz Polsat Box. Nowe cyfrowe rozwiązania towarzyszące procesowi sprzedaży przekładają się także na większą dbałość o środowisko.



NOWOCZESNE TECHNOLOGIE NIE TYLKO W OFERCIE

Plus i Polsat Box otwierają swoje salony w nowej, nowoczesnej aranżacji. Do wejścia zaprasza jasna i ciepła kolorystyka wnętrza odpowiadająca współczesnym trendom. W każdym z salonów klienci mogą przetestować sprzęt i zapoznać się z hitami sprzedażowymi, smartfonami, akcesoriami, słuchawkami, zegarkami, ofertą internetu, smartDOM i na kartę oraz produktami Apple (w wybranych lokalizacjach).

ZANURZ SIĘ W ŚWIECIE PLUSA I POLSAT BOX

W każdym salonie znalazły się ścianki prezentujące bestsellery, gdzie można przetestować najnowsze propozycje sprzętowe, np. smartfony, słuchawki czy zegarki. W centralnym punkcie wybranych salonów pojawiły się dodatkowo stoły prezentujące najnowsze sprzętowe hity. Taka forma ekspozycji pozwala na zapoznanie się z aktualnymi nowościami i promocjami w błyskawiczny sposób. Wszystko to sprawia, że klient doświadcza efektu immersji – od wejścia zanurza się w świecie oferty Plusa i Polsat Box, od telekomunikacji, poprzez content, rozrywkę, aż po najnowsze technologie sprzętowe. Dzięki temu odwiedzający z łatwo-

ścią „wybiera swoje wszystko” i dopasowuje ofertę do swoich potrzeb.

SALONY W ZGODZIE Z EKOTRENDAMI

Wnętrza punktów w nowej odsłonie zostały zaprojektowane i dopasowane do postępującego procesu cyfryzacji. E-podpisy w miejsce tych standardowych, a także ulotki i katalogi, które można pobrać na telefon poprzez kod QR. Ponadto jednym z głównych kryteriów wyboru form ekspozycji jest energooszczędność wykorzystanych elementów aranżacji.

NA ŚCIEŻCE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU

Wprowadzenie tego typu cyfrowych i energooszczędnych rozwiązań w salonach wpisuje się w długofalową strategię zrównoważonego rozwoju Grupy. Warto także pamiętać, że w każdym z punktów sprzedaży Plusa, również w tych nowych, można skorzystać z ekologicznej usługi Plus Odkup. Dzięki niej smartfony, które są nadal funkcjonalne, zyskują drugie życie, podczas gdy te, które nie nadają się do dalszego użytku, są utylizowane w odpowiedni sposób.

To pierwszy etap zmian wizualizacji salonów Plusa i Polsat Box, które w 2024 roku obejmą kolejne punkty sprzedaży w całej Polsce.



FOT. MATERIAŁY PRASOWE





Najszybszy w Polsce

Najszybszy Internet 5G w 2023 roku według



Internet
5G





REWOLUCJA NA RYNKU.

Tylko w Plusie dostęp do serwisów streamingowych w pakiecie

Teraz w Plusie można skorzystać z pełnej mocy rozrywki z innowacyjnym pakietem **All In Streaming**. Pakiet obejmuje dostęp do: **Disney+**, **HBO MAX** i **Polsat Box Go Plus** za jedyne **49,99 zł miesięcznie**.

WSZYSTKIE ULUBIONE FILMY I SERIALE W ZASIĘGU RĘKI

Pakiet All In Streaming to odpowiedź na rosnące oczekiwania użytkowników, którzy pragną mieć dostęp do filmów i seriali na różnych serwisach streamingowych, ale nie chcą płacić wysokich opłat za każdy z osobna. Plus jako jedyny operator oferuje dostęp do 3 streamingów w 1 pakiecie, dzięki czemu nikt w rodzinie nie będzie musiał wybierać, gdzie i co chce oglądać. All In

Streaming to wygoda i spora oszczędność dzięki konkurencyjnej cenie i kilku miesiącom dostępu w prezencie na start.

Pakiet obejmuje nie tylko Disney+ z niezliczonymi propozycjami od wytwórni Disney, Marvel, Gwiezdne Wojny, Pixar, National Geographic i Star. To także HBO MAX będący domem dla kultowych seriali i filmów od HBO, Warner Bros., DC, Cartoon Network i Max Originals. Polsat Box Go Plus to dostęp do 34 popularnych kanałów telewizyjnych,

ponad 40 tysięcy godzin materiałów VOD bez reklam oraz różnorodnych seriali, programów rozrywkowych i wielu więcej.

Dla abonentów z umową na 24 miesiące korzystanie z tego obszernego pakietu to jedynie 49,99 zł miesięcznie. Co więcej, w zależności od wybranego abonamentu klienci mogą korzystać z platform przez 3 lub 6 miesięcy za darmo. Biorąc pod uwagę wysokość opłat za indywidualne subskrypcje streamingów, cena za All In Streaming jest wyjątkowo atrakcyjna. ●

Ponad połowa mieszkańców

Zobacz, gdzie możesz korzystać z najszybszej sieci **5G** wg rankingu SpeedTest.pl za 2023 rok



NAJSZYBSZE 5G JEST W PLUSIE

Już 23 miliony osób objętych jest zasięgiem najszybszej sieci 5G wg rankingu SpeedTest.pl za 2023 rok, w tym 6 milionów mieszkańców z 257 miejscowości jest w zasięgu 5G Ultra, czyli internetu mobilnego szybkiego jak światłowod. Użytkow-

nicy dzięki temu zyskują możliwość oglądania filmów i seriali w najlepszej jakości bez zacinania, bezproblemowe granie online, jak również komfortową pracę i naukę zdalną. Internet 5G oraz 5G Ultra jest dostępny bezpłatnie dla wszystkich klientów sieci Plus korzystających z ofert abonamentowych, na kartę i internetowych. Wystarczy mieć smartfon lub router obsługujący tę technologię i przebywać w zasięgu 5G/5G Ultra. ●

5G – 23 miliony mieszkańców

Polski w prawie **1150 miejscowościach**
we wszystkich województwach

5G Ultra – 6 milionów mieszkańców Polski
w **257 miejscowościach**
we wszystkich województwach

CO ZYSKUJESZ DZIĘKI 5G?

- Błyskawiczne ładowanie stron internetowych
- Szybsze pobieranie plików, zdjęć czy aplikacji mobilnych
- Lepsza jakość połączeń wideo
- Większa wydajność w grach mobilnych
- Łatwiejsze wysyłanie plików do chmury

Polski w zasięgu

5G Plusa

Oznaczone na biało to miejscowości objęte zasięgiem **5G**, na zielono to miejscowości objęte zasięgiem **5G Ultra**.



Sprawdź,
czy jesteś
w zasięgu sieci

5G/5G Ultra

na stronie www.plus.pl/mapa-zasiegu.

MAPA MA JEDYNE CHARAKTER POGLĄDOWY – PRZEDSTAWIA ORIENTACYJNĄ DOSTĘPNOŚĆ 5G/5G ULTRA. SPRAWDŹ ZASIĘG NA STRONIE INTERNETOWEJ: WWW.PLUS.PL/MAPA-ZASIEGU.

MATERIAŁ PROMOCYJNY

5G i nowy wymiar codziennego korzystania z internetu



Od rozrywki po zdrowie, podróże, kulturę, komunikację czy pracę i naukę zdalną. Dziś internet jest nieodłącznym elementem naszego codziennego życia. W cyfrowym świecie technologia 5G podnosi wydajność, możliwości i prędkości sieci, ale także otwiera zupełnie nowy wymiar codziennego korzystania z internetu.

Ultraszybki internet 5G pozwala na przekraczanie granic tradycyjnego korzystania ze smartfona, zapewniając płynną i natychmiastową reakcję w wielu sytuacjach.

Sieć 5G przekształca codzienne użytkowanie internetu mobilnego, otwierając drzwi do nieograniczonych możliwości w sytuacjach, gdy szybkość i dostępność są kluczowe. Wolny internet jest często powodem poirytowania, na przykład kiedy chcemy szybko zrobić zakupy online, ulubiony serial zatnie się nam w kulminacyjnym momencie czy zależy nam na sprawnym pobraniu aplikacji mobilnej.

KIEDY PRĘDKOŚĆ INTERNETU MA ZNACZENIE?

1 BEZPROBLEMOWY ZAKUP BILETU NA KONCERT

Popularny zespół zaplanował trasę koncertową w Polsce, a na forach aż wrze od dyskusji fanów. Mając szybki internet 5G, można się natychmiast zalogować na sprzedażowej stronie i bez problemu kupić bilety z najlepszymi miejscami, zanim będą niedostępne. Kilka kliknięć i gotowe.

Mając już potwierdzenie zakupu na poczcie e-mail, można spokojnie planować niezapomniany wieczór.

2 WYGRANA NA AUKCJI INTERNETOWEJ

Na internetowych aukcjach można znaleźć wiele perełek vintage. Wielbicieli stylu retro wiedzą, jak ważny jest refleks podczas zakupów online, a wolny internet może popsuć wiele planów. Dlatego warto mieć smartfona i ofertę z internetem 5G,

Jak skorzystać z internetu 5G?

Chcąc korzystać z możliwości szybkiego internetu 5G od Plusa, należy:

1. wybrać optymalną dla siebie ofertę na abonament albo na kartę od Plusa lub Plusa

2. przebywać w zasięgu sieci 5G Plusa – zasięg można sprawdzić, korzystając z wyszukiwarki na stronie internetowej www.plus.pl/mapa-zasiegu

3. mieć urządzenie obsługujące tę technologię.



który umożliwia natychmiastową reakcję na nowe oferty i szybkie włączenie się w licytację. Dzięki temu możemy reagować na pojawiające się konkurencyjne oferty i zwiększać swoje szanse na wygraną na internetowej aukcji.

SPRAWNE POBRANIE APLIKACJI MOBILNEJ

Bywają takie sytuacje, kiedy konieczne jest szybkie pobranie aplikacji mobilnej, na przykład do zakupu biletu w komunikacji miejskiej czy opłacenia miejsca parkingowego. Wtedy każda sekunda ma znaczenie, a aby uniknąć zniecierpliwienia, warto korzystać z oferty abonamentowej z szybkim internetem 5G. Dzięki temu mamy pewność, że szybko pobierzemy aplikację, a autobus nam nie odjedzie lub ktoś nie zajmie wypatrzonych miejsca na parkingu.

SZYBKA WYSYŁKA PREZENTACJI NA ZALICZENIE

Czas mija, deadline goni, a w prezentacji zaliczeniowej wciąż jeszcze zostało sporo do poprawienia. Szybkie pobranie potrzebnych materiałów, znalezienie dodatkowych informacji i uzupełnienie prezentacji o brakujące elementy stanie się niezwykle łatwe z internetem 5G. Następnie zaledwie kilka kliknięć wystarczy, by udostępnić plik wykładowcy. Pozostaje tylko czekać na pozytywną ocenę wpisaną do elektronicznego indeksu.

ŁATWE DZIELENIE SIĘ ZDJĘCIAMI Z PODRÓŻY

Majestatyczne góry, średnio-wieczne miasta czy relaks na wsi... wszędzie tam jest wiele pięknych kadrów wartych utrwalenia. Oprócz smartfona z dobrym aparatem na pewno przyda się jeszcze ultraszybki internet 5G, dzięki któremu będzie można się błyskawicznie podzielić fotograficznymi pamiątkami z rodziną i przyjaciółmi. Kilka kliknięć i w zaledwie sekundę można przesłać zdjęcia w wiadomości lub opublikować je w mediach społecznościowych.

GODZINNE ROZMOWY Z PRZYJACIELEM Z DRUGIEGO KOŃCA ŚWIATA

Prawdziwej przyjaźni niestraszna jest odległość ani tym bardziej inna strefa czasowa. W dzisiejszych czasach możemy szybko i sprawnie rozmawiać z bliskimi, nawet jeśli przebywają na innym kontynencie. Do tego dużym ułatwieniem będzie szybki internet 5G, dzięki któremu bez zakłóceń można prowadzić rozmowy wideo, nawet te trwające wiele godzin.

EMOCJE SPORTOWE NA ŻYWO

Szybki internet 5G umożliwia oglądanie relacji live z wydarzeń sportowych w wysokiej jakości obrazu, co przekłada się na lepsze doświadczenie oglądania. Brak zacinania się obrazu czy brak widocznych pikseli spowodują, że lepiej zobaczymy detale i poczujemy atmosferę wydarzenia. Z 5G jest pewność, że nie umknie nam ani jeden moment rozgrywki, a każdy będzie mógł spokojnie się cieszyć wieczorem pełnym sportowych emocji w zaciszu własnego domu.

Rekordowy rok w Plusie

Najszybszy internet mobilny w 2023 roku był w Plusie, co potwierdzają wyniki niezależnego rankingu SpeedTest.pl za rok 2023. Plus zajął pierwsze miejsce w dwóch kategoriach – 5G i w ogólnym zestawieniu internetu mobilnego. Średnia prędkość pobierania danych w 5G to 134,6 Mb/s, a w całej sieci Plusa we wszystkich technologiach to 49,3 Mb/s.

W 2023 roku klienci Plusa przestali rekordowe 2,3 eksabajta danych. Wynik ten stawia Plusa w czołówce europejskich operatorów mobilnych w skali transmisji danych. Taką ilość danych można porównać do około 2,3 biliona wysłanych e-maili z załącznikiem.

PLUS Z TYTUŁEM NAJSZYBSZEGO 5G

W rankingu SpeedTest.pl za rok 2023 liderem kategorii 5G został **Plus**. Od trzech lat Plus nie schodzi z pierwszego miejsca w tej kategorii. Średnia prędkość prawdziwego 5G wyniosła **134,6 Mb/s**, czyli ponad dwa razy więcej niż w przypadku kolejnego operatora w rankingu.

Ranking 5G w 2023 roku – SpeedTest.pl			
Operator	Pobieranie [Mb/s]	Wysyłanie [Mb/s]	Ping [ms]
PLUS	134,3	19,0	31
PLAY	72,2	27,7	26
ORANGE	69,1	27,0	26
T-MOBILE	65,0	24,5	27

ŹRÓDŁO: SPEEDTEST.PL.

Ranking internetu mobilnego w 2023 roku – SpeedTest.pl

Operator	Pobieranie [Mb/s]	Wysyłanie [Mb/s]	Ping [ms]
PLUS	49,3	10,9	37
T-MOBILE	46,1	12,4	28
PLAY	44,0	13,3	30
ORANGE	43,5	11,8	28

ŹRÓDŁO: SPEEDTEST.PL.

PLUS ZWYCIĘŻA W KATEGORII INTERNETU MOBILNEGO – 3G, 4G I 5G

W podsumowującym 2023 rok zestawieniu serwisu SpeedTest.pl **Plus** zwyciężył w kluczowej kategorii internetu mobilnego (obejmującej 3G, 4G i 5G). Średnia prędkość pobierania w 2023 roku wzrosła aż o **26 proc.** – do **49,3 Mb/s**.

Najszybszy Internet 5G

w 2023 roku według



www.speedtest.pl/5G

Najszybszy Internet mobilny

w 2023 roku według



www.speedtest.pl/5G

Najszybsza sieć mobilna w Polsce z rekordem ilości przestanych danych

Szybkość internetu mobilnego Plusa łączyła się z intensywną aktywnością klientów w sieci. Użytkownicy Plusa w 2023 roku przestali rekordowe 2,3 eksabajta danych. Taka ilość to miliardy, a nawet i biliony przetransferowanych informacji, plików, obrazów lub wideo.

2,3 EKSABAJTA TO:

- › około **460 miliardów** pobranych piosenek,
- › około **1,5 miliarda** pobranych filmów,
- › około **575 miliardów** pobranych zdjęć,
- › około **7,6 miliarda** pobranych aplikacji mobilnych,
- › około **46 bilionów** pobranych dokumentów tekstowych,
- › około **2,3 biliona** e-maili,
- › około **1,150 biliona** pobranych e-booków.

Łącz usługi i oszczędzaj

Od telefonów komórkowych po szybki internet i różnorodne opcje telewizyjne... Usługi telekomunikacyjne stanowią integralną część codziennego życia, a zapotrzebowanie na te oferty wciąż rośnie. **Dlatego wybór odpowiedniego dostawcy jest niezwykle istotny. Jedną z popularnych opcji jest łączenie usług, dzięki czemu można skorzystać z atrakcyjnych rabatów.**

FOT. SHUTTERSTOCK



¹ Dotyczy wybranych wariantów ofert dla nowych Klientów, którzy łączą się z Internetem stacjonarnym Plusa i telewizji Polsat Box z pakietem podstawowym S z umowami na okres podstawowy min. 24 mies. Światłowód S – prezentowana cena w pierwszym roku wynosi 19 zł/mies. (rabaty: e-faktura 10 zł, smartDOM 9 zł, specjalny 21 zł), w drugim roku 40 zł/mies. (rabaty: e-faktura 10 zł, smartDOM 9 zł, specjalny 21 zł). Szczegóły w Regulaminach Promocji z grupy ofert: „Plus Internet Stacjonarny – oferta łączona” na plus.pl. Telewizja Polsat Box S przez pierwszy rok bez opłat, w drugim roku 30 zł/mies. „Bez opłat” nie obejmuje pakietów dodatkowych i opłaty jednorazowej za aktywację dekodera. Liczba kanałów uwzględnia kanały niegwarantowane, w tym promocyjne. Min. predkość 8 Mb/s dla kanałów HD i 25 Mb/s dla kanałów 4K na dekoder. Szczegóły w Regulaminie na plusatbox.pl. Warunkiem skorzystania z rabatu smartDOM jest zachowanie warunków tego programu i zgoda na przekazywanie danych pomiędzy Cyfrowym Polsatem S.A. a Polkomtel Sp. z o.o. Szczegóły w Regulaminie „smartDOM 5 – Telewizja, Internet, Telefon” na plusatbox.pl i plus.pl.

² Dotyczy wybranych wariantów ofert. Prezentowany abonament przy pierwszym zobowiązaniu do 2 lat dotyczy Abonentów, którzy zakupili telefon. Opłata za abonament rodzinny M po 2 latach wyniesie 69 zł/mies. z rabatem e-faktura 10 zł. Szczegóły w Regulaminach z grupy ofert: „PLUS 74”, „Kolejna karta 74”, na plus.pl. Warunkiem skorzystania z rabatu smartDOM jest zachowanie warunków tego programu i zgoda na przekazywanie danych pomiędzy Cyfrowym Polsatem S.A. a Polkomtel Sp. z o.o. Szczegóły w Regulaminie „smartDOM 5 – Telewizja, Internet, Telefon” na plusatbox.pl i plus.pl.

³ Dotyczy wybranych wariantów ofert dla nowych Klientów, którzy łączą się z Internetem stacjonarnym Plusa i telewizji Polsat Box z pakietem podstawowym S oraz abonamentem telefonicznym Plusa z umowami na okres podstawowy min. 24 mies. Internet mobilny M – prezentowana cena w pierwszym roku wynosi 29 zł/mies. (rabaty: e-faktura 10 zł, smartDOM 9 zł, specjalny 21 zł), w drugim roku 50 zł/mies. (rabaty: e-faktura 10 zł, smartDOM 9 zł, specjalny 21 zł). Wymagany jest zakup sprzętu. Szczegóły w Regulaminach Promocji z grupy ofert: „Plus Internet – oferta łączona” na plus.pl. Telewizja Polsat Box S przez pierwszy rok bez opłat, w drugim roku 30 zł/mies. „Bez opłat” nie obejmuje pakietów dodatkowych i opłaty jednorazowej za aktywację dekodera. Liczba kanałów uwzględnia kanały niegwarantowane, w tym promocyjne. Min. predkość 8 Mb/s dla kanałów HD i 25 Mb/s dla kanałów 4K na dekoder. Szczegóły w Regulaminie na plusatbox.pl. Warunkiem skorzystania z rabatu smartDOM jest zachowanie warunków tego programu i zgoda na przekazywanie danych pomiędzy Cyfrowym Polsatem S.A. a Polkomtel Sp. z o.o. Szczegóły w Regulaminie „smartDOM 5 – Telewizja, Internet, Telefon” na plusatbox.pl i plus.pl.

ŁĄCZENIE USŁUG W PLUSIE I POLSAT BOX

Często u dostawcy usług telekomunikacyjnych można skorzystać z wielu różnorodnych usług, takich jak telefon komórkowy, internet i telewizja, które są praktycznie niezbędne w każdym gospodarstwie domowym. Oprócz oszczędności czasu to również duża oszczędność w domowym budżecie. Na przykład w Plusie i w Polsat Box można skorzystać z takiego łączenia usług i uzyskać atrakcyjne rabaty. Jakie usługi możemy wybrać? Lista jest długa i obejmuje abonament telefoniczny, mobilny internet oraz światłowód od Plusa, a także telewizję satelitarną, kablową IPTV i internetową z dekoderniem od **Polsat Box**. A ponadto, im więcej usług wybierzemy, tym więcej możemy zaoszczędzić. Nie ma więc potrzeby przepłacać, aby cieszyć się korzyściami.

TELEWIZJA POLSAT BOX I ŚWIATŁOWÓD PLUSA W SUPERCENIE

W ramach oferty łączonej można skorzystać z telewizji **Polsat Box** oraz światłowodu **Plusa** już od 19 zł miesięcznie przez pierwszy rok po rabatach. A dzięki temu obniżyć swoje rachunki za telewizję oraz internet i sporo zaoszczędzić.

Usługi te gwarantują atrakcyjną rozrywkę oraz dostęp do ultraszybkiego światłowodu dla wszystkich domowników. Oferta **Plus Światłowód** jest dostępna dla 6 milionów domów i mieszkań, czyli ponad 13 milionów osób w Polsce we wszystkich województwach. Ponadto w ramach oferty otrzymujemy router wi-fi w cenie oraz kartę z internetem 5G/LTE z pakietem 5 GB miesięcznie.

Dostępność światłowodu w danej lokalizacji można sprawdzić na stronie plus.pl/swiatlowod lub u sprzedawców.

Telewizja **Polsat Box** z pakietem S obejmuje 57 kanałów telewizyjnych, w tym Polsat News, Polsat Sport, Polsat Film, Polsat Jim Jam, a do tego 5 kanałów w jakości 4K.

Cena: nowi klienci, wybierając Plus Światłowód z prędkością do 300 Mb/s oraz telewizję Polsat Box z pakietem S (57 kanałów), zapłacą 19 zł/mies. z rabatami przez rok¹.

Od 13. miesiąca opłata wyniesie 70 zł/mies. z rabatami, a od 25. miesiąca – 99 zł/mies. z rabatem.

SMARTFON Z ABONAMENTEM 5G

Kolejną usługą, którą można dobrać w Plusie i skorzystać z rabatów, jest abonament telefoniczny. Smartfon jest nieodłącznym urządzeniem, które pomaga w wielu codziennych sytuacjach. Dlatego tym bardziej warto się rozejrzeć za korzystną ofertą, która pozwoli zyskać oszczędności w domowym budżecie.

Wybierając abonament telefoniczny w Plusie, zyskujemy nielimitowane rozmowy, SMS-y i MMS-y oraz pakiet danych z dostępem do najszybszego internetu 5G według rankingu SpeedTest.pl za 2023 rok.

Cena: klienci posiadający lub kupujący telewizję Polsat Box lub abonament telefoniczny za wymaganą kwotę mogą dobrać kolejny abonament z pakietem 50 GB za 29 zł/mies. przez dwa lata z rabatami. Po okresie promocyjnym opłata wynosi 69 zł/mies. z rabatami. Wymagany jest jednoczesny zakup smartfona².

TELEFON, INTERNET 5G/LTE OD PLUSA I TELEWIZJA POLSAT BOX

W Plusie można swobodnie łączyć usługi domowe, takie jak na przykład telefon, internet mobilny oraz telewizję od **Polsat Box** już za 58 zł/mies. z rabatami. Co otrzymujemy w ramach tego?

- Abonament telefoniczny – rozmowy, SMS-y i MMS-y bez limitu, pakiet 50 GB z dostępem do sieci 5G;
- Internet 5G/LTE – pakiet 300 GB (od 13. miesiąca 150 GB) z dostępem do najszybszej sieci mobilnej według rankingu SpeedTest.pl za 2023 rok;
- Telewizję **Polsat Box** z dostępem do 57 kanałów.

Oferta obowiązuje przy jednoczesnym zakupie sprzętu.

Cena: nowi klienci Plusa, wybierając powyższy pakiet, zapłacą jedynie 58 zł/mies. z rabatami przez pierwsze 12 miesięcy.

Od 13. miesiąca opłata wyniesie 109 zł/mies. z rabatami, a od 25. miesiąca – 178 zł/mies. z rabatem³. ●



Mówi się, że *ile ludzi, tyle opinii* – to ponadczasowe stwierdzenie znajduje zastosowanie w każdej sytuacji, nawet przy wyborze telefonu. Przed zakupem nowego smartfona warto zwrócić uwagę na jego specyfikację, aby sprawdzić, czy będzie dla nas odpowiedni.



MATERIAŁ PROMOCYJNY

Smartfon

idealny dla...

MIŁOŚNIKA JAKOŚCIOWYCH FOTOGRAFII

Jeśli utrwalanie momentów z rodziną, robienie zdjęć natury, dzielenie

się momentami w mediach społecznościowych za pomocą telefonu są dla nas istotne, nasz wzrok powinien zostać skierowany na **Xiaomi Redmi Note 13 5G 6/128GB**. To smartfon z niezwykle

dobrym, potrójnym aparatem o rozdzielczości **108 MP** (aparat główny: 108 MP, aparat ultraszerokokątny: 8 MP, aparat makro: 2 MP). Producent zapewnia o bezstratnym przybliżaniu 3x. **Redmi Note 13 5G** ma zaprogramowane specjalne tryby aparatu (niezwykle wyraźnego obrazu, pionowy, makro, ultraszeroki kąt, kamery filmowej) pozwalające na jeszcze więcej efektywnego manewrowania przy zdjęciach. Ponadto podstawowy algorytm **Xiaomi Imaging Engine** zapewnia szybsze uruchamianie aparatu i wyraźniejsze zdjęcia, tak aby każde z nich było wyjątkowe.



PASJONATA SZTUKI

Osoby ceniące sobie unikatowy design powinny zwrócić uwagę na **motorolę edge 40 neo 5G 12/256GB**. Dzięki kolaboracji marek Motorola i Pantone możemy znaleźć wyjątkowe smartfony w niezwykłych kolorach. Marki przedstawiły kolor roku Pantone 2024, czyli Peach Fuzz, w którym można kupić **motorolę edge 40 neo 5G**. Obudowa urządzenia została wykonana z silikonu i skóry wegańskiej. Jednak design to niejedyna zaleta tego urządzenia. Procesor tego modelu to MediaTek Dimensity 7030, który wspierany jest przez baterię o pojemności 5000 mAh z funkcją szybkiego ładowania o mocy 68 W.



FANA NOWYCH TECHNOLOGII

Obecność sztucznej inteligencji jest odczuwalna w wielu dziedzinach życia. Coraz więcej producentów urządzeń mobilnych decyduje się na zaawansowane funkcje z użyciem tej technologii. Będąc zwolennikiem szybkich i nowoczesnych rozwiązań, warto skupić swoją uwagę na **Samsung Galaxy S24 8/128GB**. Funkcje Samsunga wykorzystującego AI to:

- › **Circle to Search with Google** – sposób na szybsze wyszukiwanie. Wystarczy zakreślić obiekt i uzyskać wyniki wyszukiwania w Google'u;
- › **Live Translate** – funkcja umożliwiająca szybkie tłumaczenie na inny język podczas rozmowy telefonicznej czy wysyłania wiadomości;
- › **Note Assist** – opcja łatwego formatowania notatek pisanych rysikiem i na klawiaturze w przejrzyste podsumowanie;
- › **Photo Assist** – asystent zdjęć pozwala na: wypełnienie tła i przesuwanie elementów na zdjęciu, zmiany rozmiaru obrazu, całkowite usuwanie obiektów.

Wymienione funkcje ułatwią pracę na telefonie, tym samym sprawią, że m.in. edycja zdjęć czy tłumaczenie tekstu nie będą wymagały od nas takiego samego nakładu pracy jak przy wykorzystaniu sztucznej inteligencji. Oprócz specyfikacji ważna jest cena i odpowiednia oferta abonamentowa dobrana do telefonu, w tym celu warto zapoznać się z bogatym portfolio urządzeń w Plusie. ●



Wiosenne porządki

W DOMOWYM BUDŻECIE

Wiosna, która przynosi powiew świeżości, to świetna okazja nie tylko do generalnych porządków, ale także do przeanalizowania domowego budżetu. Zadbanie o kondycję swoich finansów już teraz jest szansą na zwiększenie funduszy, które można wykorzystać w przyszłości. Podpowiadamy, jak mądrze zaplanować budżet na kolejne miesiące, tak by zmniejszyć ryzyko niepotrzebnych wydatków, znajdując przy tym szansę na dodatkowe oszczędności.

NAJWAŻNIEJSZY PIERWSZY KROK

Dobry plan, który jest podstawą finansowego sukcesu, ograniczy Twoją frustrację spowodowaną zbyt małymi oszczędnościami pod koniec miesiąca. Nie daj się zaskoczyć nagłym wydatkom. Zaczynaj prowadzić budżet w formie pisemnej, najlepiej elektronicznej. Dzięki temu szybko zorientujesz się w realnych kosztach życia. Comiesięczne wpływy podziel na te stałe (takie jak pensje, zasiłki, dochody z pewnych źródeł, np. z wynajmu) i prognozowane (np. premie czy dodatkowe zlecenia). Wypisz i postaraj się skategoryzować wydatki. Uwzględnij regularne zobowiązania, które zazwyczaj oznaczają m.in. rachunki, raty kredytu, opłaty za transport, za szkołę. Na podstawie ostatnich wyciągów z konta i paragonów oszacuj

nieregularne miesięczne wydatki, np. na zakupy (niezbędne i zachcianki) czy rozrywkę (hobby i spontaniczne atrakcje).

REGULARNOŚĆ PODSTAWĄ SUKCESU

Zadbaj o systematyczne uzupełnianie wpływów i wydatków. Planuj w określonych horyzontach czasowych. Postaraj się z góry, np. z początkiem każdego miesiąca, oszacować opłaty na najbliższe cztery tygodnie. Ustal jeden dzień w tygodniu, kiedy odhaczysz i uzupełnisz faktycznie poniesione koszty, co pozwoli na coraz precyzyjniejsze prognozy finansowe. Większe wydatki, takie, które wiesz, że wydarzą się w przyszłości, np. wakacyjny wyjazd czy naprawa auta, zaplanuj z wyprzedzeniem. Co miesiąc przeznaczaj część pieniędzy na ten





cel. Dzięki temu zwiększysz pewność jego realizacji i nie nadwyregżysz domowych finansów.

MOTYWACJA NIEJEDNO MA IMIĘ



Ustal jeden większy lub kilka mniejszych celów finansowych, do których będziesz dążyć. Już samo takie postanowienie będzie motywacją i zachętą do prowadzenia domowego budżetu. Możesz to zrobić od pierwszego miesiąca prowadzenia finansowych kalkulacji. Jeśli trudno Ci się od razu zdecydować, warto poczekać i przyrzeć się bilansowi wpływów i wydatków za 2-3 miesiące. Mierz siły na zamiary. Ważne, by Twój finansowy cel był możliwy do zrealizowania, najlepiej w określonym terminie. Od Ciebie zależy, czy odkła-

dasz na wymarzony koncert, rodzinny wyjazd, czy na przyszłą emeryturę.

POMYSŁY NA DODATKOWE OSZCZĘDNOŚCI

Sumiennie prowadzony domowy budżet to bardzo ważny, ale nie jedyny sposób na obniżenie opłat i tym samym na powiększenie oszczędności. Przeanalizuj swoje wydatki, przejrzyj strony usług, z których korzystacie Ty i Twoja rodzina. Z pewnością znajdziesz tam informacje o nowych ofertach i promocjach. Przykładowo dla większości z nas stałym wydatkiem są opłaty za abonament komórkowy czy internet. W Plusie i Polsat Box możesz łączyć usługi, jednocześnie zmniejszając swoje zobowiązania. Dzięki temu na kolejną dokupowaną usługę możesz zyskać rabat nawet 19 zł miesięcznie.

Wiosną oszczędności rosną!



Zadbaj o systematyczne uzupełnianie wpływów i wydatków. Planuj w określonych horyzontach czasowych.

Plusy oferty na kartę

Czemu warto wybrać?

Coraz więcej osób zwraca uwagę na ofertę na kartę jako wygodną alternatywę bez zobowiązań. Atrakcyjne pakiety internetu, rozmowy i SMS-y bez limitu oraz Nielimitowany internet w Plushu na Kartę to idealne rozwiązanie dla osób, które szukają elastyczności. Jakie jeszcze korzyści płyną z tego typu oferty i do kogo jest skierowana?

DLA KOGO JEST PLUSH NA KARTĘ?

Oferta na kartę to idealne rozwiązanie dla osób ceniących elastyczność i niezależność. Utrzymanie numeru w Plushu na Kartę wymaga systematycznego doładowywania konta, ale użytkownik ma pełną kontrolę nad kwotą doładowania. Można przeznaczać środki na rozmowy, SMS-y, MMS-y oraz różne usługi i pakiety według potrzeb. Telefon na kartę to doskonała opcja dla tych, którzy nie chcą się zobowiązywać długoterminowym kontraktem, bo daje użytkownikom swobodę korzystania z usług według własnych potrzeb.

Młodzi ludzie, tacy jak uczniowie i studenci, znajdują w ofercie na kartę korzystne warunki. To pozwala na pełną kontrolę nad kosztami, a użytkownicy mogą doładować kartę i korzystać z niej, aż środki się wyczerpią, unikając nieoczekiwanych wydat-

ków. Osoby, które używają telefonów komórkowych sporadycznie, mogą również skorzystać, wybierając ofertę na kartę. To ekonomiczna opcja bez zbędnych kosztów i długoterminowych umów.

ATRAKCYJNE PAKIETY I BRAK LIMITÓW

Cykliczne pakiety umożliwiają użytkownikom korzystanie z telefonu w niższych cenach przez 30 dni, bez obaw o to, że skończą się środki. Pakiety Bez Limitu oferują Nielimitowane rozmowy, SMS-y i MMS-y, a pakiety GB w ramach pakietu są dobrane do potrzeb i wysokości budżetu. Ale to nie wszystko! W Plushu można korzystać z Nielimitowanego internetu. Płacąc jedynie złotówkę, użytkownicy Plush na Kartę mogą włączyć usługę na jeden dzień i nie przejmować się zmniejszającymi się gigabajtami czy dokupywaniem nowych pakietów internetu. To idealne rozwiązanie, gdy pojawia się potrzeba intensywnego korzystania z internetu.

Zarówno nowi, jak i obecni klienci mogą liczyć na dodatkowe pakiety gigabajtów. Wystarczy, że korzystają z pakietu za min. 35 zł/mies. i włączą bezpłatną promocję – wtedy będą otrzymywać 400 GB co 30 dni przez 12 miesięcy, co łącznie daje 4800 GB.

Co więcej, nowi użytkownicy Plusha na Kartę mają możliwość otrzymania bonusowych 500 GB na start. Wystarczy zakupić starter, doładować konto kwotą minimum 20 zł w ciągu 30 dni od aktywacji oraz wysłać SMS o tre-

ści ZGODA pod numer 80087. Łącznie – aż 5300 GB, które nie przepada!

Czemu nie przepada? Bo Plush daje możliwość przenoszenia niewykorzystanych gigabajtów na kolejne miesiące, co oznacza, że klienci nie tylko mają dostęp do dużej puli danych, ale także mogą korzystać z nich w dogodnym dla siebie czasie, bo niewykorzystane gigabajty nie przepadają. Aby zachować tę funkcję kumulacji niewykorzystanych gigabajtów, wystarczy pozostawić aktywny pakiet Bez Limitu.

Dla miłośników wysokiej jakości muzyki Plush przygotował specjalny prezent – użytkownicy Plusha na Kartę mogą otrzymać darmowy dostęp do serwisu muzycznego Tidal na 12 miesięcy.

TIDAL TO:

- ponad 100 milionów utworów muzycznych oraz 650 tysięcy wideo;
- teksty piosenek, podcasty oraz wywiady;
- do wygrania w konkursach bilety na koncerty i spotkania z artystami;
- transmisje na żywo, relacje z festiwali i koncertów.

JAK KUPIĆ PLUSHA NA KARTĘ?

Starter Plush na Kartę dostępny jest m.in.: w salonach Plusa i Polsat Box, kioskach Ruchu, placówkach Poczty Polskiej, na starter.plushbezlimitu.pl oraz w Żabce. Rejestracja numeru jest możliwa na miejscu, wystarczy mieć dowód osobisty i numer karty SIM (umieszczony na starterze).



W polsat box

masz dostęp do serwisów streamingowych

Dziś oferta telewizyjna to nie tylko mnóstwo kanałów i nowoczesne funkcje w dekodernach, które pozwalają na komfortowe oglądanie treści, ale też dostęp do popularnych serwisów streamingowych.

Ulubione kanały telewizyjne, filmy czy wydarzenia sportowe oglądamy już zarówno w domu na telewizorze, jak i w każdym momencie, kiedy mamy na to ochotę, na różnych urządzeniach: komputerze, tablecie czy smartfonie. Chcemy mieć ulubione treści zawsze przy sobie i mieć ich duży wybór.

W tę potrzebę idealnie wpisują się popularne serwisy streamingowe, dostępne w ofercie Polsat Box:

POLSAT BOX GO

– ponad 130 kanałów TV, wydarzenia sportowe na żywo, bogata biblioteka najnowszych filmów (również w 4K) i seriali – też premium i dostępnych przed premierą w TV, programów rozrywkowych, informacyjnych oraz bajek dla dzieci. W aplikacji Polsat Box Go na dekodernie abonenci znajdą ulubione programy i serie ze swojego pakietu dostępne na życzenie, a także inne dodatkowe treści. Polsat Box Go to wielkie wydarzenia sportowe: Liga Mistrzów



Serial „Krew” – Polsat Box Go.

UEFA, rozgrywki lig europejskich, wielki tenis, sporty zimowe i wiele innych oraz nowości filmowe i najnowsze polskie serie premium, tj. „Krew”, „Grzechy sąsiadów”, „Rafi”, „Rodzina na Maxa”, „Sługa narodu”, „Bracia”.

Klienci telewizji Polsat Box wybrane kanały i treści ze swojej oferty mogą oglądać w Polsat Box Go bez dodatkowych opłat.



Serial „The Last of us” – HBO Max.

DISNEY+

– usługa streamingowa, będąca domem dla filmów i programów Disneya, Pixara, Marvela, ze świata Gwiezdnych Wojen, Star, National Geographic oraz takich tytułów jak „Simpsonowie” oraz wielu innych. Oprócz dostępu do niepowtarzalnego zbioru telewizyjnej i filmowej rozrywki Disneya, Disney+ jest także domem najnowszych produkcji The Walt Disney Studios. Najnowsze propozycje od Disney+ to m.in.: „Gwiezdne Wojny: Parszywa zgrają” sezon 3., „Pierwszy gol”, „Między nami żywiołami”, „Twórca” i inne. W Polsat Box dostęp do Disney+ moż-

na otrzymać nawet na 6 miesięcy bez opłat z pakietem L i M Sport i 3 miesiące bez opłat z pakietami S i M.

HBO MAX

– filmy prosto z kina, nowe i kultowe serie, nagradzane dokumenty i bajki dla najmłodszych. To najlepsze hity, łącznie z nowościami od DC i Warner Bros. Oprócz tego komedie, dramaty i klasyki. Wśród najpopularniejszych tytułów HBO Max znalazły się: „The Last of us”, „Sukcesja”, „Detektyw”, „Rick i Morty”, „Odwilż”, kolekcja filmów z Harrym Potterem, „Przyjaciele”, „Ród smoka”, „Euforia”, także takie filmy jak: „Barbie”, „Diuna” oraz „Aquaman i Zaginione Królestwo”. W Polsat Box 3 kanały HBO oraz HBO Max są dostępne w ramach pakietu HBO i HBO Max nawet przez 6 miesięcy bez opłat, później za 29,99 zł/mies.



„Twórca” – Disney+.

SERWISY STREAMINGOWE ZNAJDUJĄ SIĘ W OFERTACH POLSAT BOX ZARÓWNO W TELEWIZJI SATELITARNEJ, KABLOWEJ IPTV, JAK I INTERNETOWEJ. WIĘCEJ INFORMACJI NA WWW.POLSATBOX.PL.

Sportowa wiosna w Polsat Box i Polsat Box Go

W regularnej ofercie platformy Polsat Box i serwisu Polsat Box Go (pakiet Polsat Box Go Sport) można znaleźć najpopularniejsze stacje TV transmitujące najważniejsze wydarzenia sportowe:

- **najlepszą siatkówkę kobiet i mężczyzn** – PlusLiga, Tauron Liga, Liga Mistrzów i Liga Mistrzyń CEV, Liga Narodów FIVB, Mistrzostwa Świata, Mistrzostwa Europy, siatkówka plażowa, SuperLiga,
- **piłkę nożną krajową i zagraniczną na różnych poziomach**, m.in.: włoska Serie A, hiszpańska LALIGA EA SPORTS¹, francuska Ligue 1 Uber Eats, belgijska Jupiler Pro League, PKO BP Ekstraklasa, Fortuna 1 Liga, Liga Mistrzów UEFA,
- **piłkę ręczną**, m.in.: ORLEN Superliga, Liga Mistrzów, Liga Europejska, Mistrzostwa Europy,
- **koszykówkę**, m.in.: ORLEN Basket Liga, Euroliga oraz EuroCup,
- **sporty motorowe**, m.in.: FIA WEC, rajdy WRC, ERC i World RX, MotoGP, żużel,
- **sporty walki**, m.in.: gale UFC, FEN, Babilon MMA,
- **tenis ziemny**, m.in.: turnieje Wielkiego Szlema, ATP 1000, 500, 250,
- **kolarstwo** ● **lekkoatletykę** ● **igrzyska olimpijskie**



Piłka nożna

LIGA MISTRZÓW UEFA W POLSAT SPORT PREMIUM

Finiszują najważniejsze piłkarskie klubowe rozgrywki świata. W najbliższych tygodniach rozstrzygnie się, które kluby spotkają się 1 czerwca na legendarnym stadionie Wembley w wielkim finale Ligi Mistrzów UEFA. To ostatni sezon tych prestiżowych rozgrywek w takiej formie.

Najbardziej pasjonujące wydarzenia sportowe na platformie Polsat Box:

- w różnych technologiach – satelitarnej, kablowej IPTV² oraz internetowej z dekoderem;
- w pakietach, m.in.: podstawowym **M Sport** oferującym kanały z rodziny Polsat Sport, Polsat Sport Premium, Eurosport, Eleven Sports oraz promocyjnie CANAL+ SPORT 3 i 4³, lub dodatkowym dla fanów sportu – **Sport Max**⁴;
- także mobilnie w aplikacji **Polsat Box Go**⁵ – bezpłatnie w ramach Twojego pakietu TV.

Więcej informacji na: www.polsatbox.pl

PKO BP EKSTRAKLASA W CANAL+ SPORT 3 I 4

Przy rzeszy wiernych kibiców rozpoczęła się wiosenna runda PKO BP Ekstraklasy. Do rozegrania pozostało już tylko kilka serii. W emocjonujących spotkaniach zobaczymy m.in.: Górnik Zabrze, Legię Warszawa, Lecha Poznań, Pogoń Szczecin, Wartę Poznań czy Koronę Kielce. Zakończenie sezonu planowane jest na weekend 25–26 maja.

FORTUNA 1 LIGA W STACJACH POLSAT SPORT

Pierwszoligowe polskie drużyny piłkarskie walczące o wejście do najwyższej klasy rozgrywek – wzmocnione transferami, które odbyły się podczas zimowej przerwy – wróciły z 20. kolejką do gry o punkty. Ostatnia kolejka fazy zasadniczej została zaplanowana na weekend 25–26 maja, a mecze barażowe o awans do PKO BP Ekstraklasy odbędą się w kolejnym tygodniu.



PIŁKARSKIE ROZGRYWKI EUROPEJSKIE W ELEVEN SPORTS

Wiosną na spore emocje mogą się szykować fani piłki nożnej na najwyższym poziomie. Na boiskach hiszpańskiej LALIGA EA SPORTS⁶ zobaczymy w akcji Roberta Lewandowskiego w barwach słynnej FC Barcelony, a także inne wielkie gwiazdy występujące w barwach takich klubów, jak Real Madryt czy Atlético Madryt. Równie ciekawie będzie we włoskiej Serie A, gdzie Juventus FC Wojciecha Szczęsnego i Arkadiusza Milika powalczy o najwyższe cele m.in. z Interem Mediolan i AC Milanem. Do miejsc zapewniających grę w europejskich pucharach aspirują też SSC Napoli Piotra Zielińskiego i AS Roma Nicolò Zalewskiego. Sporych emocji można się spodziewać również we francuskiej

Ligue 1 Uber Eats. Tam niezwykle mocne Paris Saint-Germain będzie odpierać ataki groźnych przeciwników, jak choćby OGC Nice Marcina Bułki czy AS Monaco Radosława Majeckiego. Z kolei dla kibiców śledzących rozgrywki w Portugalii zaplanowano transmisje spotkań z udziałem głównych kandydatów do tytułu mistrzowskiego: Sportingu CP, SL Benfiki i FC Porto. Nie zabraknie także relacji na żywo z rywalizacji najstojniejszych drużyn w decydujących rundach Pucharu Anglii (The Emirates FA Cup) i Pucharu Niemiec (DFB-Pokal). Wielkie finały tych zmagania odbędą się pod koniec maja na Wembley Stadium w Londynie i Olympiastadion w Berlinie.



Sporty walki

SPORTY WALKI W STACJACH POLSAT SPORT

Telewizja Polsat i gigant światowego MMA organizacja UFC przedłużyły współpracę na najbliższe 4 lata. Transmisje z walk, tj.: UFC, FEN czy Babilon MMA, na sportowych antenach Polsatu.



Sporty motorowe

SPORTY MOTOROWE W MOTOWIZJI I POLSAT SPORT

Wśród 13 rund Rajdowych Mistrzostw Świata ponownie znalazł się odcinek specjalny ORLEN 80. Rajd Polski, który pod koniec czerwca odbędzie się w okolicach Mikołajek. To jeden z najstarszych rajdów świata, święto kibiców sportów motorowych, podczas którego zawodnicy będą rywalizowali na widowiskowych oesach szutrowych. W Polsat Sport w nowym sezonie Długodystansowych Mistrzostw Świata FIA WEC zobaczymy Roberta Kubicę za kierownicą auta legendarnej stajni Ferrari. Z kolei w Motocyklowych Mistrzostwach Świata MotoGP wysokie obroty, prędkość, precyzja, walka, a wszystko dzięki światowej klasie motocyklistów, tj. Marca Márqueza czy Jorge Martína.

Koszykówka

ORLEN BASKET LIGA W STACJACH POLSAT SPORT

Od czasu zajęcia przez reprezentację Polski 4. miejsca w Mistrzostwach Europy rozgrywki ORLEN Basket Ligi cieszą się rosnącym zainteresowaniem kibiców. Finałowe spotkanie trwającego sezonu rozegrane zostanie w czerwcu, a w rywalizacji biorą udział m.in.: WKS Śląsk Wrocław, Anwil Włocławek, Trefl Sopot, Arged BM Stal Ostrów Wielkopolski czy Legia Warszawa.



Piłka ręczna

ORLEN SUPERLIGA W STACJACH POLSAT SPORT

W drugiej połowie maja rozegrane zostaną finały ORLEN Superligi, najwyższej w hierarchii klasy męskich i żeńskich ligowych rozgrywek piłki ręcznej w Polsce. W rywalizacji mężczyzn biorą udział m.in.: Azoty-Puławy, Górnik Zabrze, Orlen Wisła Płock, Industria Kielce, MKS Zagłębie Lubin. W ORLEN Superlidze Kobiet grają m.in.: MKS FunFloor Lublin, KGHM Zagłębie Lubin, Start Elbląg.

Żużel

ŻUŻEL W ELEVEN SPORTS

Kibice speedwaya ostrzą sobie zęby na nowy sezon PGE Ekstraligi⁷, najlepszej żużlowej ligi świata, która startuje 12 kwietnia. W rywalizacji wezmą udział znakomici zawodnicy z Bartoszem

Zmarzlikom na czele. Runda zasadnicza PGE Ekstraligi zakończy się 11 sierpnia, a finałowa rozpocznie się 23 sierpnia i po raz ostatni obejmie rywalizację sześciu drużyn, tak jak w sezonach 2022 i 2023. Finały PGE Ekstraligi odbędą się 22 i 29 września.

Najważniejsze sportowe wydarzenia w jednym miejscu, dostępne online na dowolnym urządzeniu

Pakiet Polsat Box Go Sport – w promocji 40 zł za 30 dni, bez reklam

- 22 najlepsze kanały sportowe, m.in.: Polsat Sport, Polsat Sport Extra, Polsat Sport Premium, Eleven Sports, CANAL+ SPORT3 i 4, Eurosport, Motowizja i wiele innych;
- transmisje w jakości Full HD na smartfonie, tablecie, komputerze i Smart TV;
- wybrane transmisje w jakości 4K;
- elastyczność w korzystaniu – włącz teraz; zrezygnuj, kiedy chcesz, bez długotrwałych zobowiązań;
- dostęp przez stronę internetową polsatboxgo.pl lub aplikację na: Android, iOS i Harmony OS, wybrane Smart TV, Android TV, Apple TV, Amazon Fire TV oraz dekodery; serwis zapewnia funkcje Chromecast i AirPlay umożliwiające przesyłanie obrazu z telefonu lub tabletu np. na ekran TV.

UEFA CHAMPIONS LEAGUE

polsat sport premium

Statystyki meczu

Real Madryt	SSC Napoli
POSIADANIE PIŁKI	
53%	47%
STRZAŁY	
20	11
ODBIORY UDANE	
49%	51%

OGŁĄDAJ MECZE Z TRYBEM
STATYSTYK

polsat box go

Tryb statystyk w meczach Ligi Mistrzów UEFA

– jeszcze więcej informacji o rozgrywkach i drużynach

Polsat Box Go zapewnia interaktywną funkcję prezentującą dodatkowe informacje o wszystkich meczach Ligi Mistrzów UEFA udostępnianych na żywo. Nakładka w języku polskim może być aktywowana przez widza w dowolnym momencie wydarzenia.

Tryb statystyk – co zyskujesz?

Nowoczesna funkcja zapewnia widzowi możliwość personalizowania informacji podczas oglądania rozgrywek ulubionej drużyny piłkarskiej w Lidze Mistrzów UEFA. Dostępna jest na żądanie, w dowolnym momencie trwania transmisji i umożliwia śledzenie:

- statystyk i wyników poszczególnych drużyn,
- przegapionych goli i najważniejszych zdarzeń w meczu,
- informacji o każdym zawodniku oraz całym zespole.

Z interaktywnej funkcji można korzystać w ramach pakietu Polsat Box Go Sport na stronie polsatboxgo.pl (w przeglądarkach internetowych: Chrome, Firefox, Opera, Microsoft Edge, w wersji aktualnej lub dwóch poprzednich) oraz w aplikacji na urządzeniach mobilnych z systemem Android (w wersji 9 lub wyższej).

Nowoczesne technologie w studiu Ligi Mistrzów UEFA. Analiza meczu na najwyższym poziomie

Trwający sezon Ligi Mistrzów to nie tylko piłkarskie emocje, ale także najnowsze technologie w studiu Polsat Sport Premium. Już od pierwszej kolejki nasi eksperci omawiają oraz analizują poszczególne spotkania najlepszych drużyn Starego Kontynentu. W tym zadaniu wspomaga ich system interaktywnej analizy taktycznej meczów, który umożliwia jeszcze lepsze zrozumienie wszystkich niuansów i strategii stosowanych przez piłkarzy.

Studio sportowe Polsat Sport Premium:

- 700 m² powierzchni
- gigantyczna ściana wizyjna w technologii LED o wymiarach 3 x 24 metry i rozdzielczości 4x4K, która pozwala na wyświetlanie wielu przekazów jednocześnie;
- specjalne miejsca do omawiania statystyk meczowych, plan z dotykowym ekranem do rozrysowywania i szczegółowej analizy ciekawych

- meczowych sytuacji oraz greenbox, który wirtualnie przeniesie omawiających sytuację ekspertów np. wprost na boisko, obok grających piłkarzy;
- obraz realizowany za pomocą 8 kamer, w tym steadicam i kamery na ekranie z wysuwającym ramieniem;
- nowoczesne, zarządzane komputerowo ledowe oświetlenie studyjne i scenograficzne.

Serialowe premiery wiosny

polsat box go



Satyra polityczna „Sługa narodu”

(sezon drugi)

Przeniesiona na rodzimy grunt historia przedstawia Ignacego Koniecznego (Marcin Hycnar), który w wyniku politycznych intryg zostaje prezydentem. W nowych odcinkach Ignacy będzie konsekwentnie prowadził walkę z korupcją i oligarchami. Sytuacja skomplikuje się, gdy prezydent stanie w obliczu przymierza z wrogami, a jego zwolennicy pokażą inną niż dotąd twarz. Na fali popularności ukraińskiego pierwowzoru serialu odtwórca głównej roli i aktor komediowy Wołodymyr Zefenski wygrał wybory prezydenckie w Ukrainie w 2019 roku.

W roli głównej Marcin Hycnar, któremu towarzyszą m.in.: Danuta Stenka, Krzysztof Dracz, Sławomir Orzechowski, Dorota Kolak i Magdalena Poptawska. Serial już dostępny w Polsat Box Go.

Rodzinne tajemnice w serialu „Krew”

(sezon drugi)

Do rodziny Gajewskich wracamy po 5 latach od aresztowania Jerzego. Nowy sezon zaczyna się jego wyjściem z więzienia. Starsza siostra Laury, Alicja, ma wypadek. Auto, które prowadzi, wpada do rzeki, a ona sama ledwo uchodzi z życiem. W bagażniku samochodu policja znajduje ciało. Przykładna matka i żona, która walczy z chorobą, ukrywa – jak się okazuje – mroczne tajemnice, które powoli wychodzą na jaw.

Serial to pełen rodzinnych kłamstw i sekretów thriller psychologiczny. W obsadzie: Katarzyna Z. Michalska, Ireneusz Czop, Maciej Musiałowski, Piotr Trojan, Vanessa Aleksander, Piotr Głowacki, Olaf Lubaszenko, Monika Krzywkowska, Kamil Kula, Hubert Miłkowski i Izabela Dąbrowska. Premiera w Polsat Box Go 5 kwietnia br.



Zabawnie o różnicach pokoleniowych „Teściowie”

(sezon drugi)

Serial to pełna humoru historia, która w krzywym zwierciadle odbija współczesne obyczaje i różnice pokoleniowe. Rodziny Ledwoniów i Nagórskich czekają ogromne zmiany. Ich dzieci dramatycznie przeżywają nieudany ślub. Życie nie znosi próżni, więc Lucek i Andżela zaczynają układać sobie życie na nowo. Dzieje się też u rodziców – ciągną się za nimi stare kłopoty, które przyciągają nowe.

W rolach młodej pary Julia Wieniawa i Ignacy Liss, tytułowych teściów grają: Joanna Kurowska, Cezary Pazura, Jolanta Fraszyńska i Cezary Kosiński. Premiera wkrótce.



Nowe polskie seriale znanych twórców z najlepszymi aktorami pojawiają się w pakiecie Polsat Box Go Premium w Polsat Box Go (promocyjna cena pakietu to 30 zł/30 dni).

Można je oglądać bez reklam w dowolnym miejscu i czasie na stronie polsatboxgo.pl oraz w aplikacji: na urządzeniach mobilnych z systemami Android, iOS i Harmony OS, w wybranych Smart TV, Android TV, za pośrednictwem Apple TV, Amazon Fire TV oraz dekodерów.

Serwis pozwala na korzystanie z funkcji Chromecast i AirPlay umożliwiających przesyłanie obrazu z telefonu lub tabletu np. na ekran TV.

SZCZEGÓŁY I REGULAMINY NA WWW.POLSATBOXGO.PL

Gwałtowne uczucia w serialu „Zdrada”

„Zdrada” to thriller psychologiczny, remake znakomicie przyjętego przez krytyków i widzów holenderskiego serialu „Overspel”.

Julia jest introwertyczną i docenianą fotografką, żoną ambitnego i żądnego sukcesu prokuratora Patryka. Kiedy podczas wernisażu wychodzi zacerpnąć świeżego powietrza i odpocząć od tłumu, nieoczekiwanie poznaje Pawła. Tych dwoje nie jest w stanie oprzeć się chemii i gwałtownemu uczuciu. To, z czego nie zdają sobie sprawy, to istniejące między nimi zależności i powiązania.

W rolach głównych: Anna Karczmarczyk, Marieta Żukowska, Dawid Ogrodnik, Paweł Małaczyński i Piotr Polk oraz Grażyna Szapołowska, Mikołaj Krawczyk, Olga Sarzyńska, Dobromir Dymecki, Przemysław Bluszczyk, Bartłomiej Firlet i Juliusz Chrzastowski. Premiera wkrótce.



WSZYSTKIE NOWOŚCI POWSTAŁY NA ZLECENIE TELEWIZJI POLSAT.

Filmowe hity w polsat box go

Serwis streamingowy oferuje bogatą bibliotekę filmów, w tym głośne premiery, popularne tytuły **z największych wytwórni oraz kinowe hity.**



„NIEBEZPIECZNI DŻENTELMENI”

Przewrotna historia pewnej szalonej nocy czterech znakomitości zakopiańskiej bohemy. Tadeusz Boy-Żeleński (Tomasz Kot), Stanisław Witkiewicz (Marcin Dorociński), Bronisław Malinowski (Wojciech Mecwaldowski) oraz Joseph Conrad (Andrzej Seweryn) budzą się po mocno zakrapianej, całonocnej imprezie. Głowy im pękają i nikt nic nie pamięta, a sytuacja nie poprawiają znalezione na podłodze zwłoki nieznanego mężczyzny. Ponadto do drzwi dobijają się stróż prawa.

„O PSIE, KTÓRY JEŹDZIŁ KOLEJĄ”

Przeniesiona we współczesne czasy opowieść znana z uwielbianego dzieła Romana Pisarskiego pod tym samym tytułem. Poruszająca historia przyjaźni dziecka i niezwykłego psa podróżnika, czworonoga wiernego jak Lassie, dzielnego jak Bella i zabawnego jak Beethoven, który od szczenięcia czuł pociąg do wielkiej przygody i swoimi podróżami kolejną poruszył miliony serc. W obsadzie znaleźli się m.in.: Mateusz Damięcki, Monika Pikuła, Adam Woronowicz i Liliana Jajbert.



Tegoroczna, 96. gala wręczenia najbardziej prestiżowych nagród filmowych Oscarów, tradycyjnie odbyła się w Dolby Theatre i transmitowana była w ponad 200 krajach na całym świecie. W bibliotece Polsat Box Go znajduje się ponad 90 tytułów nagrodzonych i nominowanych przez Akademię Filmową w poprzednich latach. Są to m.in.: „Zimna wojna”, „Fabelmanowie”, „Wszystko wszędzie naraz”.



„ZIELONA GRANICA”

Dramat w reżyserii Agnieszki Holland ukazujący sytuację uchodźców na polsko-białoruskiej granicy. Po przeprowadzce na Podlasie psycholożka Julia (Maja Ostaszewska) staje się mimowolnym świadkiem i uczestnikiem dramatycznych wydarzeń na granicy polsko-białoruskiej. Świadoma ryzyka i konsekwencji prawnych przyłącza się do grupy aktywistów pomagających uchodźcom, którzy koczują w lasach w strefie objętej stanem wyjątkowym.

Serwis Polsat Box Go to:

- ponad 130 kanałów TV;
- kinowe hity, seriale premium na wyłączność, tysiące filmów, polskich i zagranicznych seriali, programy rozrywkowe, informacyjne oraz bajki;
- przedpremierowe odcinki wybranych seriali Telewizji Polsat i TV4;
- największe wydarzenia sportowe na żywo;
- 3 główne pakiety: Start, Premium i Sport;
- dostęp – wraz z pakietem Premium – do Disney+, a w nim produkcje od Disneya, Pixara, Marvela, National Geographic, ze świata Gwiazdnych Wojen i pod marką Star;
- wybrane filmy i wydarzenia sportowe w jakości 4K;
- wygodne funkcje, np. „pobierz”, „cofaj”, „przewijaj”, Chromecast i AirPlay;
- dostęp w dowolnym miejscu i czasie na stronie polsatboxgo.pl oraz w aplikacji na: urządzeniach mobilnych z systemami Android, iOS i Harmony OS, wybranych Smart TV, Android TV, Apple TV, Amazon Fire TV oraz dekodernach.

Szczegóły oferty i regulaminy na: www.polsatboxgo.pl.

„MIŁOŚĆ NA PIERWSZĄ STRONĘ”

Historia narodzin uczucia pomiędzy współczesnym Kopciuszkiem – Niną (Olga Bołądź) i księciem czyli przystojnym synem pary prezydenckiej Robertem (Piotr Stramowski). Życie Niny w jednej chwili przewróciło się do góry nogami i jest w trakcie życiowej przemiany. Przebojowo stawia pierwsze kroki w zawodzie paparazzi. Robert próbuje żyć na własnych zasadach, z dala od blasku fleszy, jednak może się to okazać trudniejsze, niż przypuszcza. Nieoczekiwanie ich drogi się łączą.



„UKRYTA SIĘĆ”

Polski thriller oparty na bestsellerowej książce Jakuba Szamałki. Młoda dziennikarka prowadzi śledztwo, które może wstrząsnąć nie tylko jej rodziną, ale też całym krajem. Uważa, że to, co służby kwalifikują jako nieszczęśliwy wypadek, w rzeczywistości było precyzyjnie zaplanowaną zbrodnią. W głównych rolach występują: Magdalena Kolesnik, Andrzej Seweryn oraz Piotr Trojan.

NOWE FUNKCJE **w de**

W dekodernach POLSAT BOX 4K i POLSAT BOX 4K lite pojawiły się nowe, wygodne funkcje umożliwiające głosowe sterowanie urządzeniem oraz wyszukiwanie treści¹, które sprawiają, że korzystanie z ulubionej rozrywki jest jeszcze łatwiejsze i bardziej intuicyjne. Wybrane treści w jakości 4K, pilot Bluetooth, serwisy streamingowe Polsat Box Go i Disney+ oraz możliwość odbierania kanałów TV drogą satelitarną lub przez internet² – poznaj nowoczesne dekodery 4K POLSAT BOX.



1 ASYSTENT GŁOSOWY

– Możliwość obsługi dekodera (zmiana kanałów, włączanie aplikacji, sterowanie dźwiękiem itp.) oraz wyszukiwania treści (kanały TV, Polsat Box Go, Disney+, usługa CatchUP) za pomocą poleceń głosowych.

2 PILOT Z BLUETOOTH

– Technologia bezprzewodowa o dużej szybkości i zasięgu umożliwiająca płynne niezawodne sterowanie dekodern. Dzięki niej dekodery POLSAT BOX 4K możesz umieścić na przykład w zabudowanej szafce i nadal sterować nim bez zakłóceń.



3 STANDARD 4K – DOSKONAŁA JAKOŚĆ OBRAZU

– 4 razy większa rozdzielczość, 4 razy więcej szczegółów niż Full HD, 4 razy więcej dynamiki, 4 razy więcej kolorów i odcieni. Jeszcze nigdy obraz nie był tak zbliżony do rzeczywistości⁴.

¹FUNKCJE DOSTĘPNE PO PODŁĄCZENIU DEKODERA DO INTERNETU.

²INTERNET STACJONARNY: PLUS, NETIA, ORANGE ORAZ WYBRANI DOSTAWCY ISP (PEŁNA LISTA NA POLSATBOX.PL). MIN. PRĘDKOŚĆ 8 MB/S DLA KANAŁÓW HD I 25 MB/S DLA KANAŁÓW 4K NA DEKODER.

³DISNEY+ DODATKOWO PŁATNY. DOSTAWCĄ SERWISU DISNEY+ JEST THE WALT DISNEY COMPANY (BENELUX) BV. SZCZEGÓŁY DOTYCZĄCE DOSTĘPU DO DISNEY+ W POLSCE, PEŁNA LISTA OBSŁUGIWANYCH URZĄDZEŃ ORAZ REGULAMIN DOSTĘPNE NA DISNEYPLUS.COM.

(PEŁNA LISTA NA POLSATBOX.PL). MIN. PRĘDKOŚĆ 8 MB/S DLA KANAŁÓW HD I 25 MB/S DLA KANAŁÓW 4K NA DEKODER.

⁴WYBRANE KANAŁY DOSTĘPNE W JAKOŚCI 4K. MOŻLIWOŚĆ ODBIERANIA KANAŁÓW W JAKOŚCI 4K NA EKRANACH 4K.

dekoderach 4K



POLSAT BOX

4 INNOWACYJNE FUNKCJE I USŁUGI¹

– ułatwiające oglądanie telewizji na własnych zasadach:

TimeShift – zatrzymuj i cofaj określone programy od początku do 3 godzin,

reStart – oglądaj określone programy od początku maksymalnie do 3 godzin wstecz,

CatchUP – oglądaj określone programy nawet 7 dni po emisji,

nPVR – nagrywaj w chmurze wybrane programy bez konieczności podłączania do dekodera dodatkowych urządzeń,

5 FUNKCJA DUO – TV PRZEZ SATELITĘ LUB INTERNET²

– Możliwość odbierania wykupionej oferty TV zarówno drogą satelitarną, jak i przez internet w ramach telewizji kablowej IPTV. Jeden pakiet TV – możliwość swobodnego przełączania się między dwoma technologiami.



6 WBUDOWANE WI-FI

– Urządzenie automatycznie wyszuka dostępne sieci wi-fi i nawiąże połączenie.

7 APLIKACJA POLSAT BOX GO

– Nowoczesna aplikacja i serwis streamingowy zapewniający bezpłatny dostęp do wybranych seriali, programów rozrywkowych i wielu innych treści z Twojego pakietu TV, bez reklam.

8 MOZAIKA

– Nie wiesz, co oglądać? Pomoże w tym kafelkowy ekran startowy menu dekodera z rekomendacjami programów z kanałów, treści na życzenie, a także dodatkowych pakietów, które można w łatwy sposób kupić z poziomu dekodera (w aplikacji SKLEP).

9 APLIKACJA DISNEY+³

– Disney+ to tysiące odcinków seriali, filmów oraz produkcji oryginalnych od Disneya, Pixara, Marvela, National Geographic, ze świata Gwiezdných Wojen oraz pod marką Star.

Więcej szczegółów na www.polsatbox.pl

Najlepsza rozrywka w jednym miejscu – pakiet Polsat Box Go Start

Finał poprzedniego sezonu „Przyjaciółek” przyniósł kilka zaskakujących i tajemniczych wydarzeń. Pojawienie się Doroty, powrót Patrycji do męża, odgłos wypadku na drodze Anki do nowego życia, a także sercowe zawirowania w życiu Ingi. Co zobaczymy w 23. sezonie serialu? Z kolei randkowe reality show „Love Island. Wyspa miłości”, rozgrywane się w rajskej scenerii hiszpańskiego Costa del Sol, z niezawodną Karoliną Gilon w roli prowadzącej, rozgrzeje widzów tej wiosny po raz 9.

Te i wiele innych popularnych produkcji można śledzić w serwisie Polsat Box Go w pakiecie Polsat Box Go Start oferowanym w promocyjnej cenie 30 zł za rok.

Polsat Box Go Start to ponad 40 tysięcy godzin ulubionych seriali, gorących reality show, wyjątkowych programów i wielu ekscytujących nowości po emisji na antenach kanałów Telewizji Polsat. Dostępny jest z niewielką liczbą reklam w bardzo atrakcyjnej, promocyjnej cenie (zaledwie 30 zł za cały rok, czyli 2,5 zł miesięcznie), w dowolnym miejscu i na dowolnym urządzeniu.

Fani najlepszej rozrywki znajdą w nim nie tylko najpopularniejsze serie i najgłośniejsze programy, ale też najnowsze tytuły produkowane dla ponad 20 kanałów Telewizji Polsat, m.in. Polsatu, Czwórki, Szóstki, Polsat News, Polsat Play, Polsat Café, Fokus TV, Eski TV, Polsat Seriale.

Polsat Box Go Start to:

- **ulubione serie** – „Przyjaciółki”, „Wotum nieufności”, „Teściowie”, „Matka”, „Lulu”, „Pierwsza miłość”, „Kowalscy kontra Kowalscy”, „Sługa narodu”;
- **kultowe serie** – „Świat według Kiepskich”, „Własy Móch”, „Miodowe lata”;
- **serie z życia wzięte** – „Gliniarze”, „Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny”, „Policjantki i policjanci”, „Chłopa-ki do wzięcia”;
- **hitowa rozrywka** – „Love Island. Wyspa miłości”, „Farma”, „Nasz nowy dom”, „Twoja Twarz Brzmi Znamo”;
- **nowości** – serie „Bracia” i „Planeta singli. Ośiem historii”, powracający kultowy program „Pamiętniki z wakacji”.

Polsat Box Go Start to także wiele nowoczesnych funkcji ułatwiających korzystanie z treści, m.in.:

- **follow me content** – oglądaj od momentu, w którym skończyłeś, na dowolnym urządzeniu;
- **download** – pobierz na urządzenie i oglądaj offline;
- **timeshift i startover** – cofaj i przewijaj, kiedy chcesz.

Polsat Box Go Start jest oferowany obok pakietów Polsat Box Go Premium (ponad 100 kanałów telewizyjnych, se-

riale premium i filmy, w tym premiery kinowe) oraz Polsat Box Go Sport (22 kanały sportowe, najważniejsze i najlepsze rozgrywki oraz imprezy sportowe z Polski i całego świata). Serwis Polsat Box Go jest dostępny przez stronę internetową polsatboxgo.pl lub aplikację na Android, iOS i Harmony OS, wybrane Smart TV, Android TV, Apple TV, Amazon Fire TV oraz dekoder. Zapewnia funkcje Chromecast i AirPlay umożliwiające przesyłanie obrazu z telefonu lub tabletu np. na ekran TV.

PAKIET polsat box go Start

Ponad 40 tysięcy godzin Twoich ulubionych seriali, rozrywki i informacji
Najnowsze tytuły produkowane dla ponad 20 kanałów Telewizji Polsat
Tylko teraz 30 zł za cały rok!

Sprawdź

www.polsatboxgo.pl/pakiety/start



Telewizja przez internet – czyli jaka?

Mimo rosnącej popularności serwisów streamingowych nadal lubimy oglądać tradycyjne kanały TV. Są one niezastąpione zwłaszcza

w przypadku rozgrywek sportowych i serwisów informacyjnych, kiedy chcemy brać udział w wydarzeniach na żywo. A dzięki rozwojowi internetu mamy teraz znacznie większy wybór technologii, w jakich możemy odbierać ulubione stacje TV.

Przez długi czas dostęp do bogactwa rozrywki i informacji zapewniała głównie telewizja satelitarna i kablowa, jednak rozwój technologii internetowych przyniósł nowe sposoby odbioru telewizji, które pod względem jakości przekazu i bogactwa treści nie ustępują tradycyjnym usługom.

Wraz z rozwojem internetu – zarówno światłowodowego, jak i mobilnego – pod względem prędkości przesyłu danych oraz zasięgu coraz popularniejsze stają się usługi TV dostępne za jego pośrednictwem. Dziś technologia daje mnóstwo możliwości, a widz może decydować, w jaki sposób chce odbierać swoje ulubione kanały.

DEKODER PODŁĄCZONY DO INTERNETU

Popularność zyskuje telewizja, która wykorzystuje internet jako źródło tradycyjnych kanałów TV. Podobnie jak w przypadku telewizji satelitarnej do ich odbioru wystarczy specjalny dekodery, który należy podłączyć do telewizora i dodatkowo do routera internetowego (kablem bądź przez wi-fi).

Największy dostawca płatnej telewizji w Polsce – platforma Polsat Box – od kilku lat, obok telewizji satelitarnej, zapewnia także telewizję przez dekoder podłączony do internetu oraz bogatą ofertę kanałów TV i treści VOD w streamingu. Dzięki temu klienci tej firmy mają możliwość wybrania najdogodniejszego dla siebie sposobu dostępu do ich ulubionych treści TV.

CO OZNACZA IPTV I OTT?

Sprawdzając ofertę Polsat Box z dekodery, można się spotkać z dwoma rozwiązaniami – telewizją kablową IPTV (Internet Protocol TV) i telewizją internetową OTT (Over The Top).

Telewizja kablowa IPTV nazywana jest kablówką, ponieważ wymaga podłączenia dekodera do internetu stacjonarnego, tzw. kablowego (kablem lub przez wi-fi). Aby skorzystać

z takich usług, należy mieć internet stacjonarny (najlepiej światłowodowy) od jednego z dostawców, z którym współpracuje Polsat Box w zakresie oferowania telewizji w tym modelu. Może to być Plus, Netia, Orange albo jeden z mniejszych operatorów (z listą można się zapoznać na www.polsatbox.pl). Aby telewizja w technologii IPTV działała prawidłowo, wymaga łącza o minimalnej prędkości 8 Mb/s dla kanałów w jakości HD i 25 Mb/s dla kanałów w jakości 4K na dekodery.

Co ciekawe, Polsat Box ma w ofercie hybrydowe dekodery 4K, które pozwalają na odbieranie kanałów TV zarówno przez satelitę, jak i internet stacjonarny – to my decydujemy, z jakiej technologii chcemy korzystać, i możemy ją w dowolnym momencie zmieniać. A to wszystko w ramach jednego pakietu TV i abonamentu. W ofercie telewizji kablowej IPTV można znaleźć ponad 160 kanałów, w tym wszystkie kanały podstawowe oraz te premium, np. HBO z serwisem HBO Max, Polsat Sport Premium czy Eleven Sports.

WŁĄCZAJ PAKIETY, KIEDY CHCESZ

Drugi wariant to telewizja internetowa z dekodery, która umożliwia odbiór kanałów TV przez dekoder podłączony do internetu od dowolnego operatora, czyli nie musi być to dostawca z listy Polsat Box. Wystarczy dowolny dostęp do internetu (stacjonarny lub mobilny), który spełnia określone wymagania techniczne – jak wyżej przy IPTV. W tej usłudze możemy wybrać ofertę Praktyczną ze stałym zobowiązaniem na pakiet telewizyjny lub Elastyczną i włączać pakiety kanałów na 30 dni wtedy, kiedy chcemy. W ofercie znajduje się ponad 130 kanałów TV, a jeden z trzech pakietów podstawowych można w dowolnym momencie wzbogacić o tematyczny pakiet dodatkowy – filmowy, sportowy czy dla dzieci.

SERWISY STREAMINGOWE

Trzecią możliwością są serwisy streamingowe, które umożliwiają odbiór kana-

łów TV i treści VOD przez stronę WWW albo aplikację na telewizorze, smartfonie czy tablecie. Serwis Polsat Box Go zapewnia dostęp aż do ponad 130 kanałów TV o różnej tematyce, a dodatkowo także: kinowych hitów, seriali premium na wyłączność, tysięcy filmów, polskich i zagranicznych seriali, największych wydarzeń sportowych na żywo, programów rozrywkowych, informacyjnych oraz bajek. A wszystko to w trzech prostych pakietach do wyboru: Premium (ponad 100 kanałów telewizyjnych, seriale premium i filmy), Sport (22 kanały sportowe, najważniejsze i najlepsze rozgrywki sportowe z Polski i całego świata) oraz Start (40 tys. godzin seriali, reality show, rozrywki, w promocyjnej cenie tylko 30 zł za cały rok). Pakiet Polsat Box Go Premium można wybrać także w opcji z usługą Disney+.

SWOBODA I ELASTYCZNOŚĆ

Firmy, które dostarczają usługi telewizyjne, rozumieją zmiany, jakie następują w obszarze technologii. Telewizja dziś czerpie z możliwości, jakie daje internet, a widzowie dzięki temu mają swobodny i elastyczny dostęp do tego, co lubią. Z Polsat Box można więc odbierać tradycyjną telewizję przez dekoder satelitarny, ale też ten podłączony do internetu, albo wybrać opcję w pełni internetową – serwis Polsat Box Go, który oferuje zarówno 130 kanałów, jak i wiele innych treści zapewniających rozrywkę na każdą okazję.

O sukcesie Interii, Polsatnews.pl i Telewizji Polsat oraz o tym, że warto marzyć, ciężko pracować i być ciekawym świata, opowiada Piotr Witwicki, Dyrektor Pionu Informacji i Publicystyki w Telewizji Polsat.

Dziennikarstwo to nie tylko zawód, to sposób życia

• Wprowadził Pan Interię na sam szczyt najchętniej odwiedzanych witryn internetowych. Jaka jest tajemnica tego sukcesu?

Wprowadziliśmy. Cieszę się, że miałem w tym swój udział. Zebraliśmy grupę ludzi, których obsesją stało się zrobienie z Interii numeru jeden w internecie. Tajemnica? Myślę, że nie ma tajemnic: pokora i ciężka praca. Mamy wsparcie zarządu w podejmowaniu odważnych decyzji. To jest kluczowe.

• Polsatnews.pl - kolejny sukces, tym razem serwisu czysto

informacyjnego. Co jest jego siłą?

Szybkość, bezstronność i dostęp do świetnego contentu telewizyjnego. Od tego serwisu wszystko się zaczęło. Nie mieliśmy wielkiej wiedzy o robieniu internetu, więc kierowaliśmy się intuicją i dziennikarskim wyczuciem. Trochę metodą prób i błędów. W ten sposób zbudowaliśmy bardzo silne, zasięgowe media społecznościowe. Polsatnews.pl ma dziś wiernych użytkowników, a współpraca z Interią dodatkowo go wzmocniła.

• **W grudniu ubiegłego roku został Pan szefem Pionu Informacji i Publicystyki w Telewizji Polsat. Jaką ma Pan wizję rozwoju stacji?**

Obecne zainteresowanie polityką sprawia, że musimy wchodzić głębiej w główne tematy. Nie możemy bać się mówić dłużej i mądrzej. Widzowie tego chcą. Nie możemy się też bać emocji. Ważne jest, żeby nie wywoływać ich w prymitywny sposób. To właśnie w naszym studiu toczy się dziś prawdziwa debata. Politycy się kłócą, a my musimy iść śladem ich sporów.

• **Synergia między telewizją a internetem. Jak ona wygląda? Jak ją wyegzekwować?**

Synergia jest naszą siłą, egzekwowanie to złe słowo. Staram się mówić o tym, jakie daje możliwości. Pokazaliśmy prowadzącym i wydawcom, ile możemy dzięki niej zyskać, a oni zasypali nas pomysłami, jak lepiej łączyć świat telewizji i internetu. Dziś synergia jest częścią naszego newsowego DNA.

• **Niedawno Zygmunt Solorz, główny udziałowiec Grupy Polsat Plus, zaapelował do wszystkich nadawców o „obniżenie poziomu emocji debaty publicznej”. Co to oznacza w praktyce w kierowanych przez Pana serwisach?**

Przede wszystkim nie zajmujemy się ocenianiem, tylko informowaniem. Zamiast mówić ludziom, co mają myśleć, staramy się ich wysłuchać. Każdy polityk może się u nas wypowiedzieć, ale też każdy dostanie trudne pytania. Klasyczne dziennikarstwo, które jest dla mnie ideałem. Zwłaszcza że w obecnej rzeczywistości, gdzie media coraz częściej, zamiast skupić się na swojej misji, zajmują się urządzaniem nagonek. Polsat i Interia przyczyniają się do obniżenia temperatury sporu politycznego. Apel Zygmunta Solorza utwierdza nas w przekonaniu, że jest to właściwy kierunek. Jestem wdzięczny Prezesowi za stworzenie warunków, w których możemy

nie tylko biegać za newsem, ale też zrobić coś dobrego. Nie przez przypadek wszystkie badania pokazują, że naszym kanałom i internetowym serwisom Polacy ufają najbardziej.

• **Jakie cechy powinien mieć dobry menedżer w mediach informacyjnych?**

Nie bać się podejmowania decyzji i chodzić z otwartą głową. Historia Interii pokazuje, że warto też mieć marzenia.

• **A jakie cechy powinien mieć dobry dziennikarz?**

Ciekawość. Ciekawość jest kluczowa. Jeśli nie interesuje cię, co mają do powiedzenia ludzie, to nie powinieneś w ogóle z nimi rozmawiać. Od lat wzorem jest tu dla mnie Joe Rogan i jego rozmowy. Uważam, że dziennikarstwo to nie zawód, tylko sposób życia. Gdy widzę, że dziennikarz przygotowuje się do programu jak do odrabiania pracy domowej w szkole, to wiem, że nic z tego nie będzie.

• **Jak wygląda przygotowywanie „Wydarzeń”, sztandarowego programu Polsatu?**

Dzień zaczynam kolegium newswym o 8.30 w Interii, o 9.00 omawiamy stronę główną. Następnie o 9.30 widzimy się na kolegium Polsat News, a o 10.00 do „Wydarzeń”. Po tylu spotkaniach i dyskusjach jesteśmy pewni, że niczego nie przeoczyliśmy. To nie znaczy, że przestajemy być czujni. Świetnie nam to wychodzi, bo „Wydarzenia” to dziennik, który startuje najwcześniej, a czasem jako jedyny zdąży odnotować coś, co wydarzyło się nagle po 18.00. Wtedy w newsroomie jest gorąco, bo reporterzy, prezenterzy, producenci w pośpiechu przygotowują nową wersję dziennika: trzeba zmienić materiały, kolejność zapowiedzi. Jest nerwowo, padają mocne słowa, ale robimy dziennik, z którego jesteśmy dumni.

• **Opowie Pan o swojej zawodowej drodze: najpierw jako reportera, później publicysty i wreszcie menedżera mediów?**

Już jako dzieciak nagrywałem swoje audycje czy pisałem teksty do nieistniejących gazet. Potem kręciłem się praktycznie zawsze przy jakiejś rozgłośni. Pracę w telewizji zacząłem w trakcie studiów. Ponieważ zawsze chciałem być reporterem politycznym, postanowiłem przeprowadzić się do Warszawy. Tak się złożyło, że właśnie powstawał Polsat News. Od razu usłyszałem, że nie ma już miejsc dla reporterów, ale i tak wysłałem płytę z moimi materiałami. Miejsce się znalazło. Początki Polsat News były trudne, jednak niesamowite jest to, że mogłem uczestniczyć w rozwoju stacji.

Przede wszystkim nie zajmujemy się ocenianiem, tylko informowaniem.

Zamiast mówić ludziom, co mają myśleć, staramy się ich wysłuchać.

• **Momenty z pracy, które najbardziej utkwiły Panu w pamięci?**

Pamiętam, gdy na początku istnienia Polsat News robiło się po kilkanaście live dziennie. To była prawdziwa szkoła. Trudno zapomnieć dzień katastrofy smoleńskiej. Byłem wtedy w studiu i prowadziłem program. Czytałem nazwiska i dowiadywałem się na żywo, że na przykład zginął Władysław Stasiak, z którym tydzień wcześniej robiłem dużą rozmowę. Nie zapomnę też, gdy polsatnews.pl pokonał tvn24.pl w kategorii informacje i publicystyka i otwieraliśmy szampany w newsroomie.

• **Czy jest różnica między młodymi ludźmi aspirującymi do zawodu 15-20 lat temu (Pańskie pokolenie) a tymi dzisiaj?**

My mieliśmy trochę większą wiedzę ogólną, oni lepiej znają języki. My potrafiliśmy bardziej się poświęcać, a oni bardziej szanują swój czas. Dla nas dziennikarstwo jest stylem życia, a dla nich tylko jednym z jego elementów. Mamy w Interii wielu młodych dziennikarzy i nie brakuje wśród nich ludzi z prawdziwą pasją. Lubię z nimi pracować, bo ich spojrzenie na świat potrafi być inspirujące.

• **Jeśli wyślę do Pana swoje CV, to co powinno się w nim znaleźć, żeby mieć szansę na pracę w Interii lub Polsacie?**

CV powinno nas zaciekawić. Na rozmowie rekrutacyjnej szukamy ludzi ciekawych świata. Takich, którzy chcą się rozwijać. W zasadzie to od razu widać, czy ktoś nadaje się do dziennikarstwa. To specyficzna branża.

• **Czy brak wiedzy to jest największy grzech młodych adeptów dziennikarstwa?**

Brak wiedzy nie jest dziś wielkim problemem. W każdej chwili można wziąć telefon i go uzupełnić. Większym problemem jest brak ciekawości.

• **Zarządzanie ludźmi, kilkuset-osobowym zespołem jest trudne. Deleguje Pan uprawnienia? Decentralizuje zarządzanie? Czy musi mieć Pan nad wszystkim kontrolę?**

Nie da się mieć kontroli nad wszystkim. Mam zaufanych współpracowników. Zbudowaliśmy świetny zespół, wzajemnie się wspieramy.

• **Wydał Pan książkę „Znikająca Polska”, w której przedstawił Pan historię transformacji na przykładzie rodzinnego Włocławka. Pisanie to pasja czy misja?**

O ile pisanie „Petardy” było zabawą, to w przypadku „Znikającej Polski” czułem, że to misja. Chciałem opowiedzieć historię transformacji z innego punktu widzenia, niż zwykło się o niej opowiadać. Odkrywanie historii mojego rodzinnego miasta też było niesamowitym przeżyciem.

Oczywiście pisanie jest pasją. Obiecuję sobie, że napiszę kilka reportaży dla Interii, ale nie mam na to czasu.

• **Czy planuje Pan napisanie kolejnej książki? Jeśli tak, to o jakiej tematyce?**

Niestety, nie mam dziś czasu na pisanie książek. Zresztą poprzednią skończyłem tylko dlatego, że w czasie COVID-u miałem kolejne kwarantanny. Dziś całą energię wkładam w obowiązki, które mam w Pionie Publicystyki i Informacji.

Mamy w Interii wielu młodych dziennikarzy i nie brakuje wśród nich ludzi z prawdziwą pasją. Szukamy ludzi ciekawych świata. Takich, którzy chcą się rozwijać.

• **W swojej pracy najbardziej lubi Pan...**

...możliwość nieustannego rozwoju. To daje mi praca w grupie Polsat Plus. W internecie wciąż tworzymy nowe serwisy: dopiero co wypuściliśmy top.pl i wydarzenia24.pl, a już pracujemy nad serwisem w języku ukraińskim. W telewizji tworzymy nowe kanały, jak Polsat News Polityka. W żadnym innym medium nie ma dziś takich możliwości.

• **Praca w mediach jest bardzo wymagająca. Czy w natłoku obowiązków znajduje Pan czas dla siebie, dla rodziny? Czy ma Pan hobby?**

Z tym czasem bywa trudno. Razem z narzeczoną lubimy zwiedzać świat i staramy się z tego nie rezygnować. Nawet jeśli są to podróże z telefonem w ręku. Jeśli chodzi o hobby, to skończyłem filozofię i lubię wracać do jej klasycznych dzieł.

To jest moja odtrutka. Również dlatego, że czytanie wielkich dzieł wymaga pełnego skupienia, z którym wszyscy mamy dziś poważny problem. Nie zamykam się jednak tylko w klasyce. Jestem zafascynowany tym, czego dowiedzieliśmy się w ostatnim czasie o funkcjonowaniu mózgu i jak wpłynęło to na współczesną filozofię.

• **Sposób na odpoczynek? Wiem, że uprawia Pan sport.**

Gram w koszykówkę. Mimo iż od 30 lat wszystko wskazuje, że nie mam w tym kierunku żadnego talentu, to nie poddaję się. Jeżdżę do rodzinnego miasta na mecze Anwilu Włocławek, a następnego dnia gram z kolegami. Wiele lat trenowałem boks, ale gdy po kilku ostrzejszych sparingach przed programami pojawiły się problemy z „zamalowaniem” mojej obitej twarzy, pomyślałem, że to kiepskie połączenie z telewizją. Regularnie wstaję o 6.00 rano, by jechać do mojego trenera i doskonalić się w kalistenice. Te ćwiczenia miały być wsparciem przy problemach z kręgosłupem, ale zaangażowałem się w te treningi na całego. Gram też z córką w tenis stołowy i coraz częściej przegrywam. Oprócz tego zbieram winyle. Zastanawiam się w sklepach z płytami, by znaleźć pierwsze wydania. Cały czas chodzę na koncerty i jeżdżę na festiwalach muzyczne. Dlatego tak bardzo chciałem, by Interia była partnerem OFF-a w Katowicach. Zrobiliśmy to.

• **Ulubiona potrawa i kto ją przyrządza? Lubi Pan gotować?**

Ulubione potrawy przyrządza moja mama. Numerem jeden jest zawsze pizza. Lubię gotować, ale nie umiem tego robić. To fatalne połączenie dla rodziny. W ostatnich miesiącach jestem poszukiwaczem dobrego ramenu. Z córką i narzeczoną szukamy go w różnych punktach i miastach.

ROZMAWIAŁA MONIKA LUBOWIECKA-JANKOWSKA

Netia w nowej odświeżeniu

Netia, jedna z najstarszych polskich marek telekomunikacyjnych, przechodzi właśnie przez zmianę wizerunkową, która stanowi świeże spojrzenie na 30-letnią historię firmy. Nowa identyfikacja marki jest przy tym odzwierciedleniem więzi łączących Netię z innymi markami Grupy Polsat Plus.

Netia to jedna z nielicznych polskich marek telekomunikacyjnych i jeden z największych operatorów w Polsce. Od kilku lat Netia prężnie rozwija się jako **część Grupy Polsat Plus**.

Od 19 lutego br. fakt przynależności do rodziny, której częścią są też m.in. Polsat Box i Plus, podkreśla nowe logo i cała identyfikacja wizualna Netii.

To, co łączy wszystkie marki Grupy Polsat Plus, to **możliwość wyboru** przez każdego klienta i widza w dowolny sposób i w wybranym przez siebie czasie i miejscu **indywidualnie dobranych usług, produktów i treści w atrakcyjnej cenie.**

Klienci kojarzą markę Netia przede wszystkim z niezawodnym Internetem światłowodowym (**nawet do 2 Gb/s!**) i najlepszą rozrywką (**bogata oferta kanałów TV i serwisów VoD**) dla całej rodziny.

Netia to również usługi telefonii komórkowej na bazie sieci Plus oraz pełna oferta komunikacyjna dla firm i instytucji, w tym **zaawansowane usługi transmisji danych, chmurowe rozwiązania ICT, usługi cyberbezpieczeństwa, Data Center (6 obiektów w Polsce)** i wiele innych.

netia 
Nieziemska rozrywka

netia.pl
801 801 100



Zawsze w centrum wydarzeń

Tylko medialna Grupa Polsat Plus może pochwalić się tak szeroko rozbudowanym i świetnie rozwiniętym obszarem informacyjnym w Polsce.

Dzięki bardzo dobrze współpracującym ze sobą stacjom informacyjnym oraz serwisom internetowym marki newsowe Telewizji Polsat tworzą wspólnie największe źródło informacji w kraju i niezmiennie cieszą się opinią najbardziej wiarygodnych.

Codziennie Polsat News średnio oglądają 3 mln widzów, a łącznie informacje docierają w kanałach Polsatu do ponad 7,6 mln widzów. Obecnie informacje i publicystyka Polsatu to kanały informacyjne – Polsat News, Polsat News 2, Wydarzenia 24, Polsat News Polityka oraz co-

dziennie kilka wydań „Wydarzeń”. Informacje Polsatu to też silna część internetowa – poprzez Polsatnews.pl i Wydarzenia.Interia.pl. Łącznie prawie 24 mln mieszkańców Polski co miesiąc korzystają z informacji dostarczanych przez Polsat – kanały i programy telewizyjne oraz portale i serwisy internetowe.

Jak wynika z badań opublikowanych w ostatnim raporcie CBOS-u „Postrzeganie mediów”, w odczuciu Polaków najbardziej wiarygodne są programy publicystyczne i informacyjne Telewizji Polsat i Polsat News. [...] Dziś wielu Polaków postrzega Polsat jako stację stojącą poza politycznym sporem, nieangażującą się po żadnej z jego stron.

POLSAT NEWS



polsat
news

Wydarzenia

Ich historia jest oczywiście znacznie dłuższa niż historia Polsat News – w październiku 2024 r. „Wydarzenia” będą obchodziły 20. urodziny! Jednak od samego początku funkcjonowania stacji stanowią swoisty tandem. Główne wydanie tego programu emitowane jest codziennie o godzinie 18.50 również w Telewizji Polsat. W Polsat News – codziennie

o godzinie 12.50, 15.50 i 21.50. Nad szybkością i rzetelnością informacji czuwa doświadczona i zgrana redakcja, pracująca w jednym z najnowocześniejszych newsroomów w Polsce, oraz ekipy krajowe Polsat News. Natomiast najważniejsze wieści ze świata dostarczają korespondenci zagraniczni w Waszyngtonie, Brukseli, Berlinie czy Kijowie.



FOT. MATERIAŁY PROMOCYJNE

 **WYDARZENIA**

**- flagowy
program
informacyjny
Telewizji Polsat
dociera do
5,4 mln
widzów dziennie**

Programy publicystyczne i informacyjne Telewizji Polsat i Polsat News Polacy uważają za najbardziej wiarygodne

Postrzeganie mediów. Raport CBOS nr. 132

Gość Wydarzeń

„Gość Wydarzeń” – najpopularniejszy program publicystyczny nadawany codziennie zaraz po głównym wydaniu „Wydarzeń”, w którym Bogdan Rymanowski, Piotr Witwicki, Grzegorz Kępka i Marcin Fijołek rozmawiają z bohaterami wydarzeń minionego dnia.



Nowy dzień

Tuż przed godziną 6.00 budzimy naszych widzów i zaczyna się „Nowy dzień”. To dynamiczne pasmo, które idealnie pasuje do porannej kawy. Z przeglądem prasy, newsów z kraju i ze świata, prognozą pogody, informacjami sportowymi, ale również plotkami z show-biznesu i kultury. Są też rozmowy z ekspertami,

gwiazdami oraz przegląd doniesień z najważniejszych, krajowych i zagranicznych, portali internetowych. Specjalne wydanie „Nowego dnia” widzowie mogą obejrzeć przed ważnymi dla Telewizji Polsat wydarzeniami, np. sylwestrem w Chorzowie czy Sopot Hit Festiwałem z nadmorskiej plaży.

Punkt widzenia

„Punkt widzenia” – politycy, publicyści i eksperci odpowiadają na pytania dotyczące bieżących tematów bliskich widzom. Dyskusja, argumenty, emocje i tytułowe „punkty widzenia” w autorskim programie Grzegorza Jankowskiego od poniedziałku do piątku o 16.30.





Debate dnia

Autorski program Agnieszki Gozdyry, w którym od poniedziałku do piątku o 19.50 zobaczymy starcie na argumenty przedstawicieli partii politycznych zasiadających w polskim parlamencie, ale także rozmowy z ekspertami. „Debate dnia” to rzeczowa dyskusja na kluczowe tematy bieżącej sytuacji politycznej w kraju. W sobotę o tej samej porze widzowie mogą zobaczyć podsumowanie w programie „Debate tygodnia”.

Śniadanie Rymanowskiego w Polsat News i Interii

Niedzielnny poranek (od godz. 10.00) należy do Bogdana Rymanowskiego. A to za sprawą „Śniadania Rymanowskiego w Polsat News i Interii”, w którym politycy przy porannej kawie, w luźnej atmosferze, choć często w bardzo emocjonalny sposób odpowiadają na pytania dziennikarza, omawiając jednocześnie najważniejsze wydarzenia mijającego tygodnia. W grudniu ubiegłego roku Bogdan Rymanowski w sondażu Wirtualnej Polski został oceniony jako najchętniej oglądany prezenter stacji informacyjno-publicystycznych w Polsce.



Państwo w Państwie

Program, w którym przedstawiane są przypadki nadużywania prawa, nepotyzmu i patologii w wymiarze sprawiedliwości w relacjach: państwo – przedsiębiorca, państwo – obywatel. To audycja, dzięki której już wielokrotnie dokonano m.in. różnych istotnych zmian w przepisach, uchylono wadliwe decyzje urzędników, a wiele spraw przekazano do ponownego rozpatrzenia.

Łącznie **23 mln** Polaków, co miesiąc korzysta z informacji dostarczanych przez Polsat - kanały i programy telewizyjne oraz portale i serwisy internetowe

POLSAT NEWS 2

Kanał, w którym widz może obejrzeć powtórki programów publicystycznych z Polsat News i jednocześnie być na bieżąco z tym, co się dzieje, dzięki aktualnym informacjom umieszczonym na scrollach u dołu ekranu.



WYDARZENIA 24

To kanał, który przez całą dobę nadaje serwisy informacyjne, sportowe i pogodę, a także na bieżąco śledzi to, co się dzieje w przestrzeni social mediów. To oferta dla widzów, którzy oczekują czystej informacji, bez dodatku publicystyki.



Treści z kanału Wydarzenia 24 są nadawane w telewizji naziemnej w ramach MUX-1.

POLSAT NEWS POLITYKA

Polsat News Polityka zaoferuje widzom m.in. bezpośrednie transmisje obrad Sejmu i Senatu. Transmitowane będą też posiedzenia wszystkich komisji śledczych.



Od poniedziałku do piątku o godz. 17.30 w programie „Studio parlament”, nadawanym bezpośrednio z Sejmu, czołowi dziennikarze Polsatu, m.in. Bartłomiej Maślankiewicz i Wojciech Dąbrowski, będą rozmawiać z politykami o tym, co tu i teraz jest najważniejsze w pracach obu izb.



Od poniedziałku do piątku o 21.00 Karolina Olejak i Przemysław Szubartowicz, dziennikarze Interii, w „Debatie politycznej” będą wraz z politykami komentatorami i ekspertami podsumowywać mijający dzień w polskiej polityce.

Treści Polsat News Polityka są nadawane na dotychczasowej satelitarnej koncesji kanału Wydarzenia 24.

Taniec, który zmienia życie

„Taniec z Gwiazdami” to od lat najpopularniejszy polski show telewizyjny. W Polsce właśnie trwa już 14. edycja programu. Przez lata na parkiecie pojawiły się dziesiątki gwiazd i tancerzy. Program zmienił ich życie, uczestnicy odzyskiwali wiarę w siebie, widzowie byli świadkami nie tylko ostrej rywalizacji, ale też momentów romantycznych i dramatycznych. **O kulisach pracy przy programie opowiadają osoby związane z nim od samego początku. Jurorka Iwona Pavlović, prowadzący Krzysztof Ibisz, tancerz, a obecnie juror Rafał Maserak i producentka Edyta Tomczak.**



Iwona Pavlović

Międzynarodowy sędzia taneczny, jurorka w „Tańcu z Gwiazdami” od 1. edycji

NIE LITUJĘ SIĘ NAD GWIAZDAMI

• Jak trafiłaś do „Tańca z Gwiazdami”?

Kiedy „Taniec z Gwiazdami” pojawił się w Polsce, zorganizowano casting wśród sędziów z najwyższą kategorią. Pojechałam na niego z dwoma kolegami z Olsztyna. Nikt z nas nie wiedział, co to za program, więc przed przestuchaniem zapytałam moją przyjaciółkę Ewę Cichocką, jak się ubrać, uczesać, umalować. Jaka w ogóle mam być. Ona mi dała wtedy najcudowniejszą w życiu radę, powiedziała: „Nie wiadomo, kogo szukają. Blondynki, rudej, czarnej, zabawnej czy ostrej... Nie wiesz tego, więc po prostu bądź sobą”. Poszłam na casting ubrana na czarno, w kucyku, tak jak najbardziej lubię do dziś. Wygrałam i tak pojawiłam się w programie. Tak naprawdę to Edward Miszczak

i reżyser Wojtek Iwański mnie wtedy odkryli. A dziś ponownie mam przyjemność z nimi współpracować.

• Od początku wzbudzałaś kontrowersje. Byłaś surowa w ocenach.

To nie było zamierzone. Rzeczywiście na spotkaniu przed programem poproszono mnie o rzetelną, merytoryczną ocenę tańca. Zrobiłam to i pojawiły się kontrowersje, ponieważ te oceny były dość surowe. Dlatego kiedy program wystartował, bardzo szybko nazwano mnie Czarną Mambą. Trochę przysłużyła mi się Beata Tyszkiewicz, bo uważała, że jestem tak samo wredna jak ten wąż (*śmiech*). Ale z czasem zaczęłam ubierać swoje oceny w żart, śmiech...

• Złagodziłaś?

Tak, być może dlatego, że stałam się osobą rozpoznawalną. Do każdego programu bardzo się przygotowuję – mentalnie, fizycznie, wizerunkowo. Przypominam sobie wiele rzeczy, szukam, szkolę się. A przed każdym wejściem na żywo powtarzam sobie: „Bądź sobą. Nie jesteś gwiazdą, jesteś sędzią, oceniaj to, co widzisz. Nie gwiazdujesz tutaj”.

• Zawsze jesteś szczerą w ocenach czy czasem się litujesz nad zawodnikami?

Gdyby rzeczywiście tak w stu procentach ocenić gwiazdy, mogłoby być znacznie gorzej, niż jest. Ale nie lituję się, tylko czasami w profesjonalnej ocenie biorę małą poprawkę, bo to jednak jest program rozrywkowy, a nie turniej. Laicy nie zdają sobie sprawy ze złożoności techniki tańca towarzyskiego. Nie ukrywam, że taniec gwiazd jest dość powierzchowny i gdybym się tak naprawdę zagłębiła w niuansy, to pewnie trudno byłoby uzyskać ocenę powyżej piątki. Dlatego zawsze patrzymy na poziom, jaki jest w programie, i kiedy coś jest „wow”, to dziesiątki też dajemy.

• Co jest najtrudniejsze w byciu sędzią? Czy masz swoich ulubieńców? Zdarza się, że czasem oceniasz kogoś lepiej, niż na to zasłużył?

To jest bardzo trudne. Już samo słowo „sędzia” oznacza, że musisz wydać jakiś wyrok, podjąć decyzję. A to niełatwe, szczególnie gdy kogoś znasz. Mam taką zasadę, że z gwiazdami zapoznaję się po programie, a nie przed. Chodzi o to, że jak pójde na przykład na kawę z jakąś gwiazdą, fajnie sobie porozmawiamy i wrócimy do programu, to śmiem twierdzić, że ona będzie oczekiwać ode mnie lepszych ocen. A tak nie będzie. Staram się nie zagadywać, nie rozmawiać, nie prowokować. Uczestnicy są trochę odsunięci ode mnie, i to jest dobre dla nich, ale też dla mnie, bo mam wtedy lżejsze serce. Trzeba pamiętać, że ocena tańca niestety nie jest obiektywna. Tańca nie zmierzmy. To dość zabawna sprawa, bo kiedy nie sędziuję kogoś, to siadam i się rozpijwam. Patrzę, jaka piękna sukienka, fryzura, makijaż. Wszystko mi się podoba. Rozkoszuję się tym tańcem.

• Zdarza się, że uczestnicy mają do Ciebie pretensje po tym, jak ich ocenisz?

Teraz już nie, chyba się przyzwyczaili do tego, w jaki sposób oceniam. Wcześniej zdarzało się, że podchodzili do mnie po programie z niezbyt przyjemnymi słowami. Zwracali mi uwagę, że przesadziłam. Ale ja jestem twarda.

• A przesadzałaś? Oceniałaś kogoś zbyt surowo?

Nie, raczej dawałam zbyt wysokie oceny. Taniec jest ulotny, jest sekundą, chwilą. Poza tym my oglądamy i oceniamy taniec na żywo. To jest kompletnie inna emocja niż oglądanie w telewizorze. Niekiedy ekran spłyca pewne rzeczy. Dlatego czasami się zdarza tak, że ktoś rzeczywiście zadziała na nas szczególnie emocjonalnie. Po technice to właśnie emocje uważam za najważniejsze w tańcu. Można być średnim tancerzem, ale jeśli sprawisz, że coś w ludziach się zadzieje, to jest Twój plus, nawet jeżeli tego paluszka czy ręki nie poprowadzisz tak, jak trzeba.

• Zdarzało Ci się uронić łezkę podczas programu?

Tak, właśnie to mam na myśli. Z drugiej strony czasami zdarzało się, że pękaliśmy ze śmiechu.

• A pamiętasz największe talenty, które objawiły się na parkiecie „Tańca z Gwiazdami”? Zdarzały się diamenty?

Zdarzały się. Julia Wieniawa była świetna, Ewelina Lisowska była super, Tatiana Okupnik, Ela Romanowska. Ela ma w tańcu to „coś”. Ludzie ją uwielbiali, była hitem swojej edycji. Kasia Dziurska, która tańczyła z Tomkiem Barańskim... I – co ciekawe – większość z nich wcale nie wygrała. Ale największym pechowcem był chyba Rafał Maserak. Wygrał tylko dwa razy, swego czasu ciągle był drugi. Rafał jest doskonałym tancerzem. Uwielbiam patrzeć, jak tańczy.

• A co z tymi, którzy tańczyli nie najlepiej?

O tym może nie piszmy (*śmiech*). No bo jeśli tak, to nie sposób nie wspomnieć o Justynie Żyle... Talentu tanecznego nie ma na przykład Jacek Jelonek, a mimo to się nauczył. Myślę,

że to jest duża zasługa jego partnera tanecznego Michała Danilczuka, który sprawił, że Jacek się po prostu pięknie zaprezentował. Nie mając talentu, można nieźle zatańczyć, ale to wymaga pracy. Z samym talentem daleko się nie zajędzie.

• Czarnym koniem okazał się też Wiesiu Nowobilski, choć na początku mało kto wróżył mu sukces.

Wiesiu zdecydowanie ma dryg i talent. Słyszysz muzykę, ruchowo jest dobrze skoordynowany.

Ja czasami bardziej rozumiem gwiazdy niż laicy, ponieważ jako profesjonalista zdaję sobie sprawę, co tak naprawdę jest dla nich trudne. Widzom może się wydawać, że jak partner podnosi partnerkę i nią kręci w powietrzu, to jest super. I to jest super, ale to jest łatwe. Znacznie trudniej jest zatańczyć zwykły krok. Pomimo moich surowych ocen bardzo cenię sobie gwiazdy, które występują w tym programie. Uważam za bardzo odważne, że poddają się ocenom w dziedzinie, która nie jest ich specjalnością. Aktor może się schować za rolę, a w tańcu nie ma się gdzie schować. Naprawdę bardzo ich za to podziwiam.

• „Taniec z Gwiazdami” zmienił życie wielu uczestników. Kobiety odzyskiwały kobiecość, pary się tworzyły, pary się rozpadały. A co show dał Tobie?

Całe moje życie jest związane z tańcem. Tańczyłam w parze, byłam trenerką, sędzią. Dzięki programowi mogę się nadal zajmować tańcem. Poza tym wcześniej byłam osobą rozpoznawalną, ale tylko w swoim kręgu, a show dał mi prawdziwą popularność. Uważam, że popularność zobowiązuje, osoby popularne powinny być przykładem dla innych ludzi. Dlatego spotykam się z młodymi ludźmi w szkołach, często w małych miejscowościach, żeby ich wspierać i pokazać, że wszystko można osiągnąć, trzeba tylko iść do przodu, mieć cel i do niego dążyć. Kolejna sprawa to wykonana przez nas nieświadomie misja. Wiele razy słyszałam, że roztańczyliśmy całą Polskę. Pomimo że jestem Czarną Mambą, spotykam się z ogromną sympatią ludzi. Często słyszę: „Pani Iwonko, jak to fajnie, że pani mówi nam o tych wszystkich ramach i przeprostach”.



Krzysztof Ibisz

Prowadzący „Taniec z Gwiazdami” od pierwszej edycji w Polsce

SERCEM JESTEM PRZY SŁABSZYCH

• Czy propozycja poprowadzenia „Tańca z Gwiazdami” była spełnieniem Twoich zawodowych marzeń?

Absolutnie tak. Uważam, że jeżeli chodzi o pracę dziennikarza prowadzącego programy rozrywkowe, to jest największy, najbardziej emocjonujący show, który zawsze będzie ludziom dostarczał ogromnych wzruszeń. Moim zdaniem nie ma formatu większego, bardziej widowiskowego i niosącego tak różnorodne emocje i opowieści o nas samych niż „Taniec z Gwiazdami”. To jest top dla każdego prezentera.

• Co było dla Ciebie najtrudniejsze w prowadzeniu tego programu?

Mam wieloletnie doświadczenie w programach na żywo, poprowadziłem setki, jeśli nie tysiące takich programów. Program na żywo generalnie polega na tym, że musisz być osobą bardzo dobrze przygotowaną, bardzo dobrze siedzącą w temacie, która przewidzi wiele możliwości i wiele ruchów do przodu, trochę jak w szachach. Czasem są to sytuacje trudne.

• A przygotowywałeś się jakoś szczególnie do „Tańca z Gwiazdami”? Oglądałeś inne wersje?

Mam taki zwyczaj, że staram się nie oglądać zbyt dokładnie innych wersji. Rzucę okiem, natomiast nie chciałbym, żeby coś wpłynęło na mój sposób prowadzenia programu. Czerpię

z siebie, staram się, żeby to, co robię w telewizji, było spójne z moimi cechami charakteru, z moim stosunkiem do świata i ludzi. Ufam sobie, że to będzie moje i będzie miało mój sznyt.

• A przygotowanie merytoryczne? Tak żeby rozumieć, o czym mówi na przykład Iwona Pavlović?

Absolutnie tak. Chodziłem na kurs tańca, ćwiczyłem z Anią Głogowską i Hanią Żudziejewicz, uczyłem się różnych choreografii, bo chciałem się na własnej skórze przekonać, jaka to jest praca. Dobrze jest sprawdzić wszystko na sobie. Mogę stwierdzić, że to jest bardzo ciężka praca, wymagająca całkowitego oddania czasowego i emocjonalnego. Najlepiej gdy ktoś ma taki luksus, że może się na czas całej edycji wyłączyć z codziennego życia i skupić tylko na tym. To jest praca nad sobą, a moim zdaniem nie ma nic ciekawszego w życiu. Ten program daje takie możliwości nam wszystkim – i uczestnikom, i prowadzącym.

• Lubisz tę pracę?

„Taniec z Gwiazdami” to taki show, gdzie jedziesz z przyjemnością na próby i na live, dlatego że ludzie tańca to jest trochę inny świat. Bardziej optymistyczny, radosny, pełen dobrej energii. To ogromna przyjemność w tym tanecznym towarzystwie przebywać. Wydaje się, że miłość do ruchu, do wyrażania emocji jednak powoduje, że ci ludzie są inni. My zawsze – mówię o sobie i o Paulinie – z przyjemnością jeździmy na każde spotkanie. Mam nadzieję, że to się też przenosi przez ekran telewizora i nasi widzowie też to czują. Może dlatego to jest ich ulubiony program.

• Jako prowadzący jesteś zawsze neutralny, nie sposób odgadnąć, komu z uczestników kibicujesz. Masz swoich faworytów, mimo że tego nie pokazujesz?

Oczywiście, że mam. Bardzo cenię ciężką pracę, więc jak widzę, że ktoś pokonuje trudności, własne słabości, że mu idzie to opornie, ale mimo to walczy, to ja to zawsze doceniam. Sercem jestem przy tych, którzy muszą dużo więcej włożyć niż inni. To trochę tak, jak przy rozmowach kwalifikacyjnych – najważniejszy jest ten błysk w oku. Zawsze doceniam, że ktoś ma frajdę bycia z nami i uczestniczenia w tym całym ogromnym przedsięwzięciu, jakim jest „Taniec z Gwiazdami”. Natomiast nigdy, przenigdy nie daję tego nikomu odczuć, każdego witam z otwartymi rękami i z każdego sukcesu tak samo się cieszę.

• Zawsze zgadzasz się z ocenami jurorów i publiczności?

Ufam profesjonalistom. Jeżeli w jury zasiada Iwona Pavlović, Tomasz Wygoda, guru całego środowiska tańca klasycznego, to nie mam pytań. Ja się na tym nie znam. Natomiast jak ocenia ktoś, kto nie jest profesjonalistą, to wtedy mogę mieć odmienne zdanie.



Rafał Maserak

Tancerz, trener, choreograf, juror

NAJTRUDNIEJ PRZEŁAMAĆ WSTYD

• Pamiętasz swoje początki w „Tańcu z gwiazdami”?

Razem ze swoją taneczną partnerką stawiałem się na casting. Nie wiedzieliśmy nawet, do jakiego programu. Dostałem zadanie – nauczyć panią w ciągu trzech minut walca angielskiego. Oczywiście nie da się nikogo nauczyć tańczyć w takim czasie, więc zrobiłem figurę, której partnerka nie była w stanie powtórzyć. Reżyser spojrzał i mówi: „Co to za szalony gość!”. I mnie przyjął. Tym reżyserem był Wojtek Iwański, który pracuje również nad tą edycją „Tańca z Gwiazdami”.

• Wiedzieliście wtedy coś o tym programie?

W środowisku wiedzieliśmy, że jest jakiś program, ale nikt się tym przesadnie nie interesował. Byłem wtedy skupiony na tańcu sportowym, na turniejach tańca, wyjazdach, a ta komercyjna strona nie bardzo mnie zajmowała.

• Co Cię najbardziej zaskoczyło, gdy zaczął się show?

Zacząłem uczyć ludzi tańca bardzo wcześnie, w wieku 16 lat, żeby mieć fundusze na dalszy rozwój w tańcu sportowym. Ale dopiero pięć lat później udział w „Tańcu z Gwiazdami” umożliwił mi zostanie trenerem i choreografem. A także trochę coachem, co dla mnie było zaskoczeniem, ale miłym. Za każdym razem, w kolejnych edycjach, w których brałem udział, cudownym zaskoczeniem było dla mnie to, że poznaję nowych, fantastycznych ludzi. Każda z tych osób była inna, miała inną osobowość. To za każdym razem była lekcja dla mnie jako dla pedagoga.

• Co sprawia największą trudność w uczeniu tańca?

Najtrudniej jest przekonać kogoś do tego, że musi przełamać granicę wstydu i wyjść ze strefy komfortu. Jesteśmy przyzwyczajeni do swoich schematów, które – ćwicząc taniec – musimy zostawić z boku.

• Kiedy zaczynasz trenować z gwiazdą, widzisz od razu, czy coś z tego będzie, czy nie?

Jeżeli ktoś decyduje się na udział w tym programie, musi wiedzieć, że to jest ciężka praca, a zarazem mieć świadomość, że przychodzi tu po to, żeby się nauczyć tańczyć i fajnie bawić. Jeżeli ktoś mówi, że nie umie tańczyć i się nie nauczy, to już na początku sprawa jest zawalona. Ale jeżeli ktoś przychodzi i mówi, że chce się nauczyć tańczyć i przeżyć fajną przygodę, to się nauczy. To tylko kwestia podejścia i psychiki tej osoby.

• Praca z którą partnerką sprawiła Ci największą satysfakcję, najdalej zaszliście, najwięcej zrobiliście?

Na pewno dużą transformację i metamorfozę przeszła Ela Romanowska. Ela jest dość zamknięta w sobie. Myślę, że jest sporo rzeczy, które dzięki tańcowi na nowo w sobie odkryła. Kolejna fajna przemiana to Marcelina Zawadzka. Zналиśmy ją jako miss, modelkę, piękną kobietę. W programie zobaczyliśmy, jaka jest silna. Sama przyznała kiedyś, że miała ze mną przekichane, ale to była lekcja, którą musiała przejść, i taniec wiele wniósł w jej życie.

• A co Tobie dał program?

Bardzo wiele rzeczy! Mógłbym mówić i mówić. Przede wszystkim ukształtował mnie jako człowieka, który ma wrażliwość na pracę, którą wykonuje. Na początku chciałem wszystko osiągnąć szybko, pokazać się z jak najlepszej strony. Dzięki „Tańcowi...” patrzę na ludzi z większą cierpliwością, doceniam inne rzeczy, na co wpływ miało także pojawienie się na świecie mojego syna. Poza tym oczywiście program dał mi popularność i różne benefity, które się z tym wiązały.

• W programie tancerz siłą rzeczy powinien być na drugim planie. Jak tancerze sobie z tym radzą? Przecież to też są gwiazdy w swoim środowisku.

Tancerz nie jest tu od tego, żeby gwiazdorzyć. To gwiazdy są najważniejsze. My mamy świadomość, że jesteśmy nauczycielami, mentorami, coachami, czasem przyjaciółmi. Na nas spada odpowiedzialność za uczestników, borykamy się nie tylko z ich problemami na sali, ale też poza nią. Dzwonią do nas i mówią: „Boże, śni mi się po nocach ten taniec. Jak mam zrobić to czy tamto”. I to jest nasza bardzo ważna rola w programie. Gwiazdy doceniają to i zawsze są życzliwe. Zdarzało mi się usłyszeć: „Wy taką ogromną robotę wykonujecie, a tak naprawdę wszyscy gadają tylko o nas”.

• Kiedy przyjąłeś propozycję zostania jurorem, nie miałeś obaw, że będzie ci trudno oceniać kolegów?

Nie myślałem o tym, że będę oceniał kolegów, bo w tym programie oceniamy gwiazdy, a nie tancerzy. Zasada jest taka, że ocenia się amatora, nie zawodowca.

• Czy jakieś znajomości zawarte przez Ciebie podczas programu przetrwały także po zakończeniu edycji?

Oczywiście, że tak, mnóstwo. Wiadomo, że to jest show, czasami trzeba coś udać, nie być taką osobą, jaką jest się na co dzień. Ale tak naprawdę z większością osób, które poznałem w „Tańcu...”, mam cały czas kontakt.

Edyta Tomczak

Producentka
„Tańca z Gwiazdami”

SZUKAMY RÓŻNORODNOŚCI

• Jak się robi „Taniec z Gwiazdami”?

Podstawą jest format i biblia – księga, która ma około 170 stron i opisuje krok po kroku, jak wygląda dany program, co jest najważniejsze i czego nie możemy zmienić. Na przykład sposób głosowania widzów i jurorów jest bardzo precyzyjnie określony. Musimy dobrze znać biblię, żeby nie naruszyć warunków licencji, której w tym wypadku udzieliło nam BBC. Poza tym oglądamy różne wersje programu. Najbardziej znane są: amerykańskie „Dancing with the Stars” i brytyjskie „Strictly Come Dancing”. Warto także śledzić wersję australijską, niemiecką, francuską czy grecką. Czasami pojawiają się ciekawe rozwiązania, które można wykorzystać. Ale mamy też własne pomysły.

• No właśnie, co jest naszym polskim wkładem w ten format?

Mamy bardzo dużo odcinków tematycznych w każdej serii: filmowe, cyrkowe, rodzinne. Te ostatnie świetnie się oglądają. Jest u nas też sporo zabaw w stylu zamiany prowadzącego w parze czy maratonów tanecznych. Dwie nowości wprowadziła Agnieszka Kaczorowska. Po pierwsze, chciała tańczyć z rozpuszczonymi włosami, żeby dodać sobie elegancji i seksapilu. To się bardzo szybko przyjęło. Po drugie, zaczęła się inaczej ubierać na treningi. Tanecznie, ale jednocześnie modnie. Nie w legginsy i T-shirty, tylko w bluzeczki i sukienki. To też się przyjęło, bo materiały filmowe z treningów można obejrzeć w trakcie programu. Poza tym w polskiej edycji staramy się wychodzić poza dziesiątkę standardowych stylów tanecznych. Szukamy pomysłów bardziej współczesnych, które mogą zainteresować młodego widza. Na początku, 10 lat temu, w pierwszym odcinku połowa par tańczyła jeden styl taneczny, a reszta drugi. Teraz będziemy mieć siedem stylów tanecznych w pierwszym odcinku, po to, żeby było różnorodnie. Dwa lata temu BBC uznało, że polska wersja jest w pierwszej piątce najlepiej robionych edycji na świecie. To duże wyróżnienie, bo „Taniec z Gwiazdami” powstaje w ponad 60 krajach.

• Po zapoznaniu się z biblią następny etap to szukanie uczestników i tancerzy?

Zaczynamy poszukiwania na rok przed startem edycji. Rozmawiamy o tym odpowiednio wcześniej, bo to są trzy miesiące wyjęte z życia. Oczywiście można trochę grać w serialu czy w spektaklu, ale jeżeli masz plan zdjęciowy poza Warszawą kilka razy w tygodniu,

to nie zatańczysz w „Tańcu z Gwiazdami”. Podobnie jeżeli jesteś artystą kabaretowym czy muzykiem, który jeździ w trasy. Nie zatańczysz też, jeżeli jesteś czynnym sportowcem, bo możesz mieć kontuzję.

• A jakie są kryteria, kogo bierzecie pod uwagę jako uczestnika programu? Są jakieś cechy, które powinna mieć gwiazda, żeby dostać propozycję?

Szukamy różnorodności. Gwiazd młodszych i starszych, znanych w internecie i znanych widzom seriali, rozpoznawalnych dla czytelników czasopism typu „Na żywo” i „Tele Tydzień”. W dzisiejszych czasach nie ma gwiazd, które są uniwersalne i na wszystkich Polakach robią takie samo wrażenie. Pamiętajmy też, że tutaj co tydzień ktoś odpada. Uczestnicy świetnie się bawią w lutym. Cieszą tańcem. Ćwiczą kilkanaście godzin tygodniowo. Ale dopiero jak zaczyna się program, zaczyna się cała zabawa. Pary chcą więcej ćwiczyć, bo taniec uzależnia w pozytywny sposób. Daje dużo energii i radości. Ciało się zmienia. Nie tylko się chudnie, ale też wzmacnia mięśnie. Pierwszy odcinek, w którym się odpada, jest dla większości gwiazd najtrudniejszym momentem. Wszyscy marzą, żeby to była ta chwila, kiedy prowadzący powiedzą: „Dziś nikt nie odpada”. Bo każdy czuje, że może to spotkać właśnie jego. Uczestnicy myślą: „Niby jestem popularny, mam bardzo dużo fanów na Instagramie albo wśród widzów telewizji. Ale może widz mnie nie zauważył, nie wystąpił na mnie SMS-a, nie zagłosował w aplikacji”. I wtedy zaczyna się rywalizacja. Z tego powodu część znanych osób nie chce brać udziału w tego typu programach. Nie lubią otwartej rywalizacji, nie chcą być przez trzy miesiące zajęci treningami. To wszystko mocno nas ogranicza, dlatego szukanie kolejnych gwiazd jest dużym wyzwaniem. W 14. edycji „Tańca z Gwiazdami” w Polsce, która jest 27. realizowaną w Polsce, udało nam się zebrać taką listę gwiazd, o jakiej marzymy.

• Jak reagują gwiazdy, kiedy odpadają? Czy w telewizji widzimy całą prawdę?

Wszyscy starają się nie okazywać zawodu i zwykle deklarują, że kibicują tym, którzy zostali. Później dzięki produkcji i swojemu partnerowi tanecznemu, który uczył ich tańca. Pierwsza reakcja na parkiecie zazwyczaj jest szczerą. Widać, kto jest spokojny, a kto się powstrzymuje, żeby nie wybuchnąć.

• Zaskoczyła Cię jakaś reakcja?

Przede wszystkim zaskakujące jest czasami to, kto odpada w pierwszym odcinku. Dużym zaskoczeniem było odpadnięcie Andrzeja Krzywego, wokalisty De Mono. Jest popularny i lubiany, więc nikt się tego nie spodziewał. Nie jesteśmy w stanie przewidzieć, na kogo widzowie zagłosują i które gwiazdy będą z odcinka na odcinek zyskiwać sympatię. Ludzie lubią, kiedy ktoś się rozwija, tańczy coraz lepiej.

• Dzięki „Tańcowi z Gwiazdami” sporą popularność mogą zyskać także tancerze.

Wielu wyrosło na prawdziwe gwiazdy. No nie mówię już o Rafale Maseraku, który jest legendą tego programu. Tańczył w nim od 1. edycji, a dziś, po prawie 20 latach, został jurorem. Stefano Terrazzino zaczął karierę wokalną i aktorską, Jan Kliment był jurorem w „Mam Talent!”. Rozpoznawalni są też Jacek Jeschke, Hanna Żudziejewicz i Michał Danilczuk.

• Jak szukacie tancerzy?

Chcemy, żeby mieli klasę S, czyli najwyższą w tańcu towarzyskim, i żeby sami wciąż brali udział w pokazach turniejowych. To jest trudne. Jeżeli tancerz jeździ po świecie, to nie zawsze może przeznaczyć dla nas trzy miesiące. Kandydatów wyłaniamy w castingu, szukamy ludzi z osobowością.

• A na jakiej zasadzie dobieracie pary?

Charakterologicznie. Jeżeli ktoś jest energiczny, to potrzebuje podobnego partnera. Taka para będzie się dobrze bawiła na treningach, polubi się i przez to będą lepsi na parkiecie. No i gwiazda oraz tancerz powinni być podobnego wzrostu. Nie zawsze jest to możliwe, bo trudno dobrać tancerkę dla dwumetrowego sportowca.



Ilona Krawczyńska i Robert Rowiński, zwycięzcy ostatniej edycji „Tańca z Gwiazdami”.

„Twoja Twarz Brzmi Znajomo”

20 SEZONÓW ZNAKOMITEJ ZABAWY

Najlepszy program muzyczny „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”, oparty na hiszpańskim formacie „Your Face Sounds Familiar”, już od 2014 roku przyciąga widzów Polsatu przed telewizory. **Wiosną zobaczymy wyjątkowy, 20. sezon jubileuszowy.**

W trakcie 19 wyemitowanych edycji show poznaliśmy aż 152 utalentowanych uczestników, którzy dostarczyli nam mnóstwo niezapomnianych emocji. Teraz doczekaliśmy się 20. sezonu, w którym wystąpi ósemka zwycięzców z poprzednich edycji. „Twoja Twarz Brzmi Znajomo. Najlepsi” to zapowiedź prawdziwej muzycznej uczty. Jubileuszowy charakter programu zostanie podkreślony nie tylko przez wyjątkowe występy, ale również przez liczne niespodzianki przygotowane z myślą o widzach.

Grono najlepszych z najlepszych otwiera Katarzyna Skrzynecka! To właśnie ona wywalczyła Złotą Twarz w pierwszym sezonie. Obok Kasi zobaczymy Aleksandrę Szwed, finalistkę z sezonu piątego, Marię Tyszkiewicz z szóstego i Barbarę Kurdej-Szatan z piętnastego. W męskim gronie znajdują się zwycięzcy: trzeciej edycji – Stefano Terrazzino, ósmej – Kacper Kuszewski, dziewiątej – Filip Lato, i najlepszy w dziesiątym sezonie – Mateusz Ziółko.

„Twoja Twarz Brzmi Znajomo” to program, z którego uczestnicy nie odpadają po każdym odcinku, ale przez cały czas trwania edycji oceniani są przez grono jurorów. Od pierwszej edycji dowodzi nim niezastąpiona Małgorzata Walewska, światowej sławy śpiewaczka operowa. Dodatkowe – cza-

sami decydujące o podium – punkty zawodnicy przyznają sobie nawzajem. Dopiero w półfinałowym odcinku wyłaniana jest najlepsza czwórka, która w finale walczy o zwycięstwo, czyli Złotą Twarz. Na szczęście w tym programie nie ma przegranych. Każdy z uczestników, który wygrywa odcinek, decyduje o tym, na jaką fundację chce przekazać wygraną w postaci czeku na kwotę 10 tys. zł. Nagroda w wysokości 100 tys. zł również przekazywana jest na cele charytatywne. Honorem dla finalisty jest możliwość decyzji, na którą fundację przeznaczą tę pokaźną sumę.

POLSATOWSKI CZARNY KOŃ

Kulisy „Twoja Twarz Brzmi Znajomo” zdradza producent ze strony Polsatu Artur Patkowski:

– 10 lat temu to był czarny koń polsatowskiej ramówki. I już w 6. minucie emisji programu rozdzwoniły się telefony! „Twoja Twarz Brzmi Znajomo” to jeden z najpopularniejszych programów w historii telewizji i jeden z nielicznych, które utrzymują się 10 lat na antenie... a przecież cała branża powątpiewała. Pojawiały się głosy szyderców: „Polsat robi program, w którym facet przebiera się za babę”. Prawda, że brzmi to strasznie, chyba że robią to najlepsi specja-

liści. Zresztą bezdyskusyjnie polska edycja jest najlepszą edycją na świecie, również dlatego, że u nas przemiany w gwiazdy są na serio. W innych krajach przemiany są bardzo „mniej więcej”, a metamorfoza jest tylko pretekstem do dobrej zabawy. Ten program to również fantastyczni ludzie i prawdziwe przyjaźnie. Moja przyjaciółka „juror od zawsze”, najprawdziwsza diwa operowa Małgorzata Walewska, dzwoni do mnie zawsze po nagraniu pierwszego odcinka i tradycyjnie opowiada, jaka to będzie nowa edycja. Nieraz słyszałem wypowiedzi typu: „O, jest dużo nerwusów, musimy być delikatni, chwilę potrwa, zanim odpał” albo „On jest taki ścichapek, ale jak zacznie numer, to klęskajcie narody”. Jedną z legend programu był Paweł Królikowski, przyjaciel całej produkcji. Jego oceny jurorskie często były bardzo bogate w porównania gastronomiczne. Jeśli ich było już nadto, ogłaszaliśmy przerwę w nagraniu na obiad (*śmiech*). Prawdziwa drama godna fabuły zdarzyła nam się tylko raz, kiedy dzień po próbach w dniu nagrania jedna z występujących w programie artystek nie była w stanie wykonać utworu. Śpiewała rzewną piosenkę o rozstaniu z ukochanym, trzymając w dłoni walizkę jako symbol rozstania. Problem polegał na tym, że życie niepokojąco dogoniło sztukę. Do dzisiaj mam dla niej ogromny szacunek, że dała radę. ●



Barbara Kurdej-Szatan

zwycięzczyni 15. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Praca nad Edem Sheeranem. Jako pierwszy w programie przypadł mi mężczyzna, co było bardzo trudne. Dopiero poznawałam sposoby zmiany głosu, wszystko było nowe, trochę bałam się przesadzać i miałam wrażenie, że dziwnie brzmię. A to trzeba jednak ciut przesadzać. Natomiast jeśli chodzi o charakteryzację – była idealna! Mamy z Edem podobny rozstaw oczu i taki sam kolor, więc twarz wpasowała się perfekcyjnie.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Adele, Beyoncé i Zdzisławę Sośnicką. Przy „Alei gwiazd” Sośnickiej miałam ogromną frajdę z powtarzania jej charakterystycznych ruchów scenicznych, trochę pokręconych, trochę dziwacznych, i oczywiście przyjemność ze śpiewania tego wielkiego polskiego utworu, gdzie głos musi być szeroki i mocny. I ten kostium, i peruka... miodzio (*śmiech*), w Beyoncé połączenie tańca, wokalu i jej niezwyklej kobiecej siły dało mi ogromną moc. Z kolei u Adele trafiłam na przepiękny utwór. Bliski mi stylistycznie muzycznie, jeśli chodzi o to, co kocham śpiewać prywatnie, więc ogromna to była przyjemność.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Chyba męskie postacie, w szczególności Ray Charles. To ikona muzyki soul, jazz, gospel, którą kocham! A zaśpiewałam jak Kermit (*śmiech*). Przynajmniej do teraz mam ubaw, gdy to oglądam.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Z bardzo dobrymi! Wiem, że będę miała znów ogromną przyjemność i frajdę z każdej postaci. Już nie mogę się doczekać kolejnych prób wokalnych i choreograficznych. I tego, w kogo będę się wcielać i w kogo będą się wcielać inni uczestnicy! Ekipę mamy świetną, więc będzie dużo śmiechu, ale i zapewne wzruszeń. To najpiękniejsze w tym zawodzie.

Kto jest Twoim faworytem?

Każdy miał w swoich wystąpieniach jakieś peretki, jestem ciekawa wszystkich!



Maria Tyszkiewicz

zwycięzczyni 6. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Pierwsze wspomnienie to casting, na który przygotowywałam się godzinę przed przyjazdem. Wybrałam sobie kilka charakterystycznych wokalistek i wokalistów do naśladowania, ale nie znałam tekstu utworów, więc sporo improwizowałam po „flamandzku”. Świetnie się przy tym bawiłam, i to był chyba klucz do sukcesu.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Miło wspominać fantastyczne wyzwanie, jakim był Axl Rose. Nigdy wcześniej nie śpiewałam takich mocnych, męskich i rockowych utworów. Zaskoczyłam sama siebie oraz bardzo polubiłam energię Axla. Świetnie bawiłam się w odcinku, w którym wcielałam się w Dode. Zaraziłam się jej pewnością siebie, co dało mi i całej produkcji dużo funu podczas dnia zdjęciowego. Ciepło wspominać również swój 9. odcinek, w którym dostałam przemiłą niespodziankę i spotkałam się z samą panią Alicją Majewską, której utwór śpiewałam. To było bardzo wzruszające przeżycie.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Niejednokrotnie największą trudnością okazywała się konieczność radzenia sobie na bieżąco z przeciwnościami losu, takimi jak kontuzja pleców, przeziębienia, chwilowa utrata głosu. Jednak jako artystka, wykonując ten zawód, jestem przyzwyczajona do zaciskania zębów i pracy na wysokich obrotach. Mimo kilku takich „atrakcji” podczas pracy przy programie finalnie jeszcze bardziej mnie wzmocniły.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

W tej edycji mam zamiar przede wszystkim dobrze się bawić. Oczywiście liczę na kolejne artystyczne wyzwania, które będą dla mnie rozwijające, ale myślę, że dużo dystansu i luzu przyczyni się do kolejnych wspaniałych wspomnień w przyszłości.

Kto jest Twoim faworytem?

Muszę przyznać, że jestem prawdziwą fanką „Twoja Twarz Brzmi Znajomo” od 1. edycji programu i podziwiam występy wszystkich artystów, z którymi teraz będę dzielić scenę. To dla mnie ogromny zaszczyt i przyjemność, zatem najchętniej zapomniabym o zasadach programu związanych z wyłanianiem spośród nas zwycięzcy. Nie mogę się doczekać wszystkich nowych wcielen moich koleżanek i kolegów z edycji, a w związku z takim jubileuszem wszyscy jesteśmy wygranymi.

Filip Lato

zwycięzca 9. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Właściwie każdy odcinek i każdy wylosowany artysta to dziesiątki wspomnień, anegdot, godzin analiz i ćwiczeń na treningach. To mógłby być materiał na całą książkę ze wspomnieniami. Jeśli chodzi o najważniejszy i najbardziej doniosły moment, to z pewnością byłoby to zwycięstwo w całej edycji – te emocje, możliwość przekazania wygranej na cel charytatywny, zapisanie się w historii tego wyjątkowego programu – to wszystko tworzy niezapomniany miks przeżyć.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Poza odcinkiem, w którym wcielałem się w Czesława Niemena i w studiu wydarzyła się prawdziwa magia, to chyba występ finałowy. Skorzystałem z tej okazji, że w tym jedynym odcinku można samemu wybrać postać. I wybrałem gigantów rock'n'rolla, jednych z moich młodzieńczych idoli – Led Zeppelin i Roberta Planta.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Chodzenie w szpilkach! Podziwiam Was, drogie Panie, nie wiem, jak Wy to robicie!

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Z ekscytacją i przerażeniem. Wiem, że to będzie świetna przygoda, i jednocześnie przeraża mnie ogrom pracy, jaki czeka wszystkich nas – pracujących przy tym programie. Tym razem odczuwam to zdecydowanie bardziej niż za pierwszym razem, kiedy wchodziliśmy w nieznane – bo teraz wszyscy uczestnicy wiedzą już dobrze, „z czym to się je”.

Kto jest Twoim faworytem?

Pod tym względem jest to zupełnie wyjątkowa edycja, bo ma aż ośmioro faworytów! Mam nadzieję, że dzięki temu, że każdy z nas ma już na koncie niezapomniane występy i sukcesy w tym programie, nasza „rywalizacja” przebiegnie w dobrej, przyjacielskiej atmosferze.



Aleksandra Szwed

zwycięzcy 5. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Robienie odlewu (*śmiech*)! Całkowita ciemność, przejmujący i stale rosnący ciężar gipsu na moich barkach. I ta powracająca w kółko myśl: „W coś ty się, dziewczyno, znowu wpakowała...” (*śmiech*). I, choć może to trochę dziwnie zabrzmieć, to pamiętam, że w tamtej chwili trudno mi było powstrzymać uśmiech ekscytacji na tę myśl.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Chyba Dawida Podsiadły, bo prywatnie bardzo lubię jego twórczość. Możliwość zrobienia czegoś, co naprawdę w duszy mi gra, było wielką przyjemnością. Na pewno Edytę Bartosiewicz, bo ten odcinek przyniósł mi najwięcej wzruszeń. No oczywiście Bernarda Ładysza – przy tej postaci miałam chyba najwięcej pracy, ale i frajdy, bo była tak odległa ode mnie samej i tak wiele elementów musiałam złożyć w całość, aby stworzyć tę kreację.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Chyba kamuflowanie własnego głosu – mam bardzo niski głos jak na kobietę, do tego dość specyficzną barwę z dużą ilością tak zwanego piachu. Cierpię na dość poważną niedoczynność głośni, więc niektórych dźwięków... nie mam – nie jestem w stanie ich wydobyć, bo struny w tym miejscu się nie stykają. To, ile mnie to stresu co odcinek kosztowało, i to, jak musiałam się nakombinować, żeby to ukryć podczas występów, wiedzą chyba tylko moje trenerki wokalne.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

To jest jakaś absolutnie wybuchowa mieszanka, której składowe nawet mnie samej jest bardzo trudno jednoznacznie określić... (*śmiech*). Z jednej strony jest moc pozytywnych emocji, takich jak radość, podekscytowanie, niecierpliwe oczekiwanie. Bardzo się cieszę, że mogę znowu tu być! Z drugiej jest niepewność: na przykład czy się po raz kolejny w tym świecie „Twojej Twarzy” jakkolwiek odnajdę? Od mojego udziału w tym programie minęły lata. Przez te 15 edycji wiele się tu zmieniło. Coś mi mówi, że w żadnym wypadku dla nas, uczestników, ani – miejmy nadzieję – dla naszych widzów to nie będzie zwyczajna „powtórka z rozrywki”. Wręcz przeciwnie.

Kto jest Twoim faworytem?

Z ręką na sercu – nie mam! Uważam, że w tym gronie po prostu nie sposób jest wybrać faworyta. Niektórzy z obecnych uczestników byli jurorami tego programu, i to nie bez powodu, a bez wątplenia wszyscy moi koledzy mają na swoim koncie fenomenalne występy, które publiczność tego programu pamięta do dziś. Ja również! To jest edycja „mistrzów”. Tu nie ma słabych ogniw. Dla mnie ogromnym zaszczytem jest sam fakt, że znalazłam się w gronie, i naprawdę nie mogę się doczekać, żeby zobaczyć, co wyczarują tym razem.



Stefano Terrazzino

zwycięzca 3. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Udział w programie to był wyjątkowy czas w moim życiu, ale przede wszystkim wyjście ze swojej strefy komfortu. Czuję się jak małe dziecko na placu zabaw, które odkrywa nowy świat – z jednej strony towarzyszył mi strach, a z drugiej strony ekscytacja i chęć zmierzenia się z nowymi wyzwaniami. Ta przygoda wspaniale się dla mnie zakończyła – wygraną 3. edycji, ale moją największą nagrodą są zdobyte doświadczenia, uznanie wśród ludzi i przepiękne wspomnienia. To napędziło moją wiarę w siebie i dalszy rozwój.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Każde wcielenie się w daną postać było ciekawym doświadczeniem, ale najcieplej wspominam Mieczysława Foggę, ponieważ był to mój występ finałowy, ukoronowanie mojej przygody w programie. Podczas nagrań była moja rodzina, a charakterystyczna, kostium i cały entourage przypominały mi mojego dziadka. Nie spodziewałem się, że format rozrywkowy dostarczy mi tyle wzruszeń i osobistych doznań.



Co sprawiło Ci największą trudność?

Największym wyzwaniem dla mnie było pokonanie trudności wokalnych. Musiałem poświęcić na to dużo więcej czasu niż na ruch, bo – jak wiadomo – taniec jest mi bliższy. Ze śpiewem nie miałem tak dużej styczności, jak inni wokaliści, choć oni mieli do pokonania też swoje trudności. Śpiewanie w obcym języku również do najprostszych nie należy. Musiałem podwójnie skupiać się na polskich słowach. Ten program to jest najlepsza szkoła, ponieważ równolegle kształcisz się na wielu poziomach i przesuwasz swoje granice.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Bardzo się cieszę, że będę w programie. Minęło 9 lat, dużo się zmieniło, rozwijałem i rozwijam się artystycznie, ale też jako człowiek, i to wszystko ma wpływ na każdy mój występ na scenie. Myślę, że będę na nowo odkrywał ten format. To będzie takie nowe sprawdzenie się dla mnie. W pierwszym podejściu bawiłem się, cieszyłem się wszystkim, kochałem to robić, chciałem wypaść jak najlepiej dla siebie. Dokładnie z takim pozytywnym nastawieniem wchodzę i tym razem do programu.

Kto jest Twoim faworytem?

W jubileuszowej edycji są same asy. To są ludzie, których ja bardzo szanuję i podziwiam każdego z osobna za swój fach, a także na scenie programu „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”. Kasia Skrzynecka była pierwszą, która wszystkich zachwyciła w pierwszej edycji, później Marysia Tyszkiewicz i kolejni wspaniali. Myślę, że nie mogę odpowiedzieć na to pytanie, dopóki nie zacznie się program, bo składa się na to wiele czynników, więc zapytajcie mnie w trakcie edycji. Może wtedy uda mi się odpowiedzieć.

Katarzyna Skrzynecka

zwycięzczyni 1. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Atmosfera w nowym studiu, nowego programu, wszyscy twórcy podekscytowani, jak to będzie, co to wyjdzie, wszystko po raz pierwszy w Polsce... Mieliliśmy wrażenie, że eksplodujemy z emocji! I później wciąż szok i niedowierzanie, że dzieją się tu rzeczy magiczne, niemożliwe, wzruszające i nie do wiary, że tak się da...

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Tinę Turner, Louisa Armstronga i Ellę Fitzgerald w odcinku świątecznym.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Połączenie trudnego wokalu z dużą ilością nowego tekstu i tańcem jednocześnie (Shakira, Pink, Madonna).

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Dla każdego z nas przejście przez ten program było zawodową przygodą życia. Wracamy ze wzruszeniem i radością, ale pełni obawy, jak wysokich szczytów ekwilibrystyki mielibyśmy teraz sięgnąć, by sprostać wygórowanym oczekiwaniom widzów... Jakie cuda z siebie wykrzesać, by nie było słabiej niż kiedyś...? A jesteśmy wszyscy wszak o 10 lat starsi. :)))

Kto jest Twoim faworytem?

Gąs. :)))))))))



Kacper Kuszewski

zwycięzca 8. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Chyba robienie gipsowego odlewu mojej twarzy. Było to dość przerażające doświadczenie. Po zabezpieczeniu włosów specjalnym gumowym czepkiem całą głowę, kark, szyję i ramiona zalano mi do wysokości mostka bardzo zimną masą gipsową, zostawiając tylko małe dziurki na wysokości nosa. Czuję się jak zamurowany żywcem! Na szczęście odlew się udał i nie trzeba było całej operacji powtarzać, co czasami się zdarza.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Bardzo ciepło wspominam Stinga, którym byłem w pierwszym odcinku. To było magiczne doświadczenie. Z kolei przy Dianie Ross naprawdę miałem wrażenie, że wstąpiła we mnie jakaś inna osoba. Najwięcej frajdy miałem, pracując nad Marylą. Do dziś znajomi mi mówią, że jak mają zły dzień, to oglądają sobie ten mój występ na poprawę nastroju. Mieczysław Fogg dzięki przepięknej inscenizacji wywołał ogromne wzruszenie na widowni, a Maria Callas wyglądała bosko i dała mi zwycięstwo.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Największym wyzwaniem była Missy Elliott. Rap i hip-hop to zupełnie nie mój świat. Przy Anastacji miałem spory kryzys z powodu skumulowania stresu i zmęczenia. Trzeba pamiętać, że uczestnicy programu, oprócz bardzo czasochłonnych i wyczerpujących przygotowań do kolejnego odcinka, cały czas prowadzą intensywne życie zawodowe: gramy spektakle, wyjeżdżamy z koncertami, wstawiamy o 5 rano na 12 godzin zdjęć na planie filmowym itd., mamy też życie rodzinne. Pogodzenie tego wszystkiego jest bardzo trudne.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Z ogromną radością i ekscytacją. Cieszę się na spotkanie z cudownymi ludźmi, którzy ten program tworzą, z fantastyczną i wierną publicznością oraz z moimi wspaniałymi koleżankami i kolegami, którzy na pewno zaserwują nam fenomenalne kreacje. Jestem też ciekaw, czym sam siebie zaskoczę tym razem.

Kto jest Twoim faworytem?

Nie mam faworytów, trzymam kciuki za wszystkich. To będzie bardzo wyrównana edycja, wiele będzie zależało od tego, co wylosuje dla nas kotowrotek. Ten program jest nieprzewidywalny, często wygrywa go ktoś, kto wcale faworytem nie jest. Dlatego nie myślę o tym, kto wygra, tylko nastawiam się na ciężką pracę i wspaniałą zabawę.



Mateusz Ziółko

zwycięzca 10. edycji

Jakie jest Twoje pierwsze wspomnienie z poprzedniej edycji „Twoja Twarz Brzmi Znajomo”?

Nauka chodzenia na szpilkach przed pierwszym odcinkiem, w którym wcieliłem się w postać kobiecą. To było dla mnie jak emocjonalne zderzenie z lokomotywą. Wjazd do programu na 150 proc. To wymagało nie dość, że wyjścia ze swojej osobowości (jak zresztą przy każdej postaci), to jeszcze wyzbycia się kompletnie jakichkolwiek męskich przymiotów. Na początku bardzo trudno było mi się przełamać, ale po kilku dniach zacząłem się sam z siebie śmiać i dobrze się tym bawić. Do dzisiaj przez to doświadczenie chylę czoła przed wszystkimi paniami, które z taką gracją pomykają we wszelakich butach na szpilkach. Panowie... to naprawdę nie jest takie proste.

Które wcielenie wspominasz najcieplej?

Myszę, że nie będzie to dla nikogo zaskoczeniem, jeśli powiem, że wcielenie się w postać Zbigniewa Wodeckiego. To był moment w programie, który kompletnie mnie zmienił. Nie tylko jeśli chodzi o podejście do pracy w programie, ale przede wszystkim w sferze mojej wrażliwości. Odkryłem w sobie przestrzenie, których wcześniej nie byłem świadomy. Do dziś naprawdę z wielkim wzruszeniem wracam pamięcią do tego występu.

Co sprawiło Ci największą trudność?

Uważam, że ogólnie wcielanie się w postaci kobiet. Bo kiedy odgrywałem postać męską, to jednak jakiś pierwiastek mojej naturalnej, męskiej osobowości mogłem sobie zachować. A kiedy stawałem się kobietą na scenie, wymagało to ode mnie maksymalnego skupienia, żeby jak najmniej albo najlepiej żadne z moich męskich wrodzonych cech nie przebiły się przez kreowaną postać. Arcytrudne zadanie, ale te sytuacje nauczyły mnie dużego dystansu do siebie.

Z jakimi emocjami wchodzisz do tej edycji?

Ja to nazywam emocjonalnym kociołkiem Panoramiksa. Czyli wszelkie emocje, jakie można sobie wyobrazić, w jednej chwili skupione wokół całej tej przygody w programie. Ekscytuję się z jednej strony i cieszę, bo wiem, ile dobrej zabawy i śmiechu nas czeka. Ale z drugiej strony wiem, ile ten program wymaga pracy, skupienia, koncentracji i jak wiele jest w nim sytuacji, w których musimy pokonywać swoje ograniczenia, słabości czy nawet lęki. To z kolei budzi niepewność, może nawet jakiś stres. Totalnie skrajne emocje. Myszę, że tym razem nawet one są silniejsze, bo ja już doskonale wiem, co mnie czeka. Jedno wiem na pewno... wszystko skończy się dobrze.

Kto jest Twoim faworytem?

Jestem przekonany, że nikt z nas nie bierze udziału w programie po to, by cokolwiek albo z kimkolwiek wygrywać. W tym show każdy wygrywa sam ze sobą po każdym odcinku. Jeśli toczyć się tu będzie jakaś walka, to będzie to wyłącznie osobista walka każdego z uczestników ze swoimi własnymi ograniczeniami. Ale jeśli już mam odpowiedzieć na to pytanie, to... moim faworytem jest niekończąca się ilość śmiechu i pięknych wzruszeń.



Emocjonująca wiosna

w kanałach sportowych Polsatu

Najszerza oferta sportowa na rynku to znak rozpoznawczy sześciu kanałów telewizyjnych z rodziny Polsat Sport. W roku olimpijskim dostęp do niezliczonej liczby transmisji w najróżniejszych dyscyplinach daje kibicom unikalną możliwość obserwowania, jak najlepsi sportowcy świata budują formę na zawody w Paryżu.

A już wiosną, na długo przed igrzyskami, będzie co oglądać!



Natalia Kaczmarek to jedna z polskich nadziei medalowych na igrzyskach w Paryżu.

Jeśli Biało-Czerwoni sportowcy wykorzystają wszystkie swoje kwalifikacyjne szanse, to Olimpijska Reprezentacja Polski w Paryżu może liczyć nawet 250 osób. Istotną jej część stanowią będą lekkoatleci, którzy olimpijską formę wykuwać będą między innymi podczas Diamentowej Ligi. Cykl 15 najbardziej prestiżowych mityngów lekkoatletycznych świata startuje 20 kwietnia i trwać będzie aż do wczesnej jesieni. Sportowe kanały Polsatu pokażą wszystkie te zawody, a aż dziesięć mityngów odbędzie się przed igrzyskami w Paryżu! Dzięki nim kibice na bieżąco będą mogli śledzić postępy takich gwiazd Królowej Sportu, jak Anita Włodarczyk, Paweł Fajdek, Ewa Swoboda, Wojciech Nowicki, Pia Skrzyszowska czy Natalia Kaczmarek.

Wielkimi polskimi nadziejami na medale olimpijskie są także siatkarze i siatkarki. Jednak zanim nasi zawodnicy i zawodniczki skupią się na walce o medale w Paryżu, czeka ich szereg innych wyzwań, transmitowanych przez kanały sportowe Polsatu. Pod koniec kwietnia

rozstrzygną się losy mistrzostwa Plusligi mężczyzn i Tauron Ligi kobiet. Z kolei finały siatkarskiej Ligi Mistrzów i Mistrzyń zaplanowane są na pierwszy weekend maja. W połowie tego miesiąca wystartuje natomiast Liga Narodów, czyli próba generalna dla drużyn celujących w medale olimpijskie. Faza interkontynentalna Ligi Narodów potrwa miesiąc, a turnieje finałowe tych rozgrywek odbędą się w ostatnich dniach czerwca. Ten z udziałem siatkarek zaplanowany jest na termin 20–23.06 w Bangkoku. Natomiast siatkarze o triumf powalczą w dniach 27–30.06 w Łodzi. Wszystkie mecze Ligi Narodów pokażą kanały sportowe Telewizji Polsat.

W ofercie programowej sześciu stacji z rodziny Polsat Sport znajdują się także topowe turnieje tenisowe, w tym prestiżowy cykl ATP Tour z udziałem najlepszych tenisistów. W samym tylko kwietniu Hubert Hurkacz i spółka wezmą udział w dwóch turniejach rangi Masters: w Monte Carlo (7–14.04) oraz Madrycie (24–5.05). Jak co roku fani tenisa swoje święto będą mieli w lipcu. W dniach 1–14.07 rozegrany zostanie

Wiosenne hity Polsatu Sport

20 KWIETNIA

Start cyklu lekkoatletycznych
mityngów Diamentowej Ligi

2 MAJA

Finał piłkarskiego
Pucharu Polski

4–5 MAJA

Finał siatkarskiej
Ligi Mistrzów i Mistrzyń

14 i 21 MAJA

Początek sezonu w Lidze
Narodów siatkarek i siatkarzy

10–26 MAJA

Mistrzostwa świata
w hokeju na lodzie

1 CZERWCA

Finał piłkarskiej
Ligi Mistrzów UEFA

20–23 CZERWCA

Turniej finałowy Ligi Narodów
siatkarek w Bangkoku

27–30 CZERWCA

Turniej finałowy Ligi Narodów
siatkarzy w Łodzi

1–14 LIPCA

Wielkoszlemowy tenisowy
Wimbledon



Hokejowe
mistrzostwa
świata Elity
w Telewizji
Polsat.

najważniejszy turniej świata, czyli Wimbledon. W Londynie oprócz wspomnianego Huberta Hurkacza rywalizować będzie, rzecz jasna, także Iga Świątek oraz inne czołowe gwiazdy tenisa. Sportowe kanały Polsatu jak zwykle pokażą setki godzin transmisji z Wimbledonu, a dodatkowym smaczkiem tegorocznych pojedynków na legendarnych trawiastych kortach będzie bliskość igrzysk olimpijskich. Goście specjalnych programów studyjnych Polsatu Sport będą więc prześcigać się w typowaniu faworytów do triumfu zarówno w stolicy Anglii, jak i we Francji. Naturalną faworytką kibiców i bukmacherów w walce o medale w Paryżu jest Iga Świątek. Polka na tamtejszych kortach im. Rolanda Garrosa czuje się znakomicie, czego dowiodła trzykrotnie, triumfując we French Open. Na igrzyskach liderka światowego rankingu tenisistek, oprócz gry w turnieju singlistek, planuje także rywalizację w grze mieszanej (mikście) u boku Huberta Hurkacza. O wybuchowym potencjale tych dwóch gwiazd polskiego i światowego tenisa nie trzeba nikogo przekonywać.

Wiosną kanały sportowe Polsatu przyniosą widzom też ogromne emo-

cje związane z piłką nożną. Kwiecień i maj to czas ćwierćfinałów oraz półfinałów Ligi Mistrzów UEFA. Finał najbardziej prestiżowych klubowych rozgrywek piłkarskich świata zaplanowany jest na 1 czerwca. Wszystkie mecze Champions League, bez reklam i w jakości Super HD, oglądać można w kanałach Polsat Sport Premium. Dużo będzie się działo również na krajowych boiskach. Drugiego maja odbędzie się finał Pucharu Polski, a w kolejnych tygodniach finiszować będzie Fortuna 1 Liga. Maj i czerwiec to także gorąca końcówka sezonu w ORLEN Basket Lidze koszykarzy oraz ORLEN Superlidze w piłce ręcznej.

Ale to nie koniec sportowych wrażeń! W dniach 10–26.05 widzów sportowych kanałów Polsatu czeka prawdziwy hit! W tym terminie rozegrane zostaną hokejowe mistrzostwa świata, a w ich elitarniej dywizji po raz pierwszy od 21 lat wystąpi reprezentacja Polski. Z tej okazji Telewizja Polsat szykuje wyjątkową oprawę turnieju, którego gospodarzem są Czechy. Niemal w każdy weekend fani sportów walki mogą oglądać także gale UFC, czyli największej organizacji MMA na świecie. ●

Do Paryża po upragniony **siatkarski medal olimpijski**

Rok 2023 należał do Biało-Czerwonych siatkarzy, którzy wygrali właściwie wszystko, co było do wygrania. Potęgą polskiej siatkówki, budowana od ponad 20 lat przy czynnym udziale Grupy Polsat Plus, pozwala kibicom mieć nadzieję, że w roku 2024 przełamana zostanie klątwa olimpijskiego ćwierćfinału. **Na igrzyskach olimpijskich w Paryżu Polacy celują w medal, i to najchętniej złoty. W stolicy Francji należy się także bacznie przyglądać naszym siatkarkom, które ostatnio w wielkim stylu wróciły do światowej czołówki.**



Rok 2023 należał do polskich siatkarzy.

Aleksander Śliwka
to jedna
z gwiazd
polskiej
kadry.



Złoto Ligi Narodów, tytuł Mistrza Europy oraz wygrany w świetnym stylu turniej kwalifikacyjny do igrzysk olimpijskich w Paryżu. To najkrótszy możliwy opis 2023 roku w wykonaniu polskich siatkarzy. Nic więc dziwnego, że na podsumowującej minionych 12 miesięcy Gali Mistrzów Sportu kadra Nikoli Grbicia błyszczała najmocniej. Serbski selekcjoner Biało-Czerwonych otrzymał statuetkę dla Trenera Roku, a jego podopieczni zostali Drużyną Roku, zresztą już po raz ósmy. Ponadto trzecie miejsce w Plebiscycie na Najlepszego Sportowca Polski zajął Aleksander Śliwka, który do sukcesów reprezentacyjnych dołożył także klubowy, bo jego ZAKSA Kędzierzyn-Koźle triumfowała w siatkarskiej Lidze Mistrzów.

Biorąc pod uwagę wszystkie ubiegłoroczne sukcesy oraz ogólny dorobek medalowy naszej męskiej drużyny narodowej, dźwięk „Mazurka Dąbrowskiego” w Paryżu i łyzy szczęścia spływające po policzkach polskich siatkarzy to scenariusz, który dla nikogo nie stanowiłby niespodzianki. Polacy w samym tylko XXI wieku dwukrotnie wygrywali mistrzostwo świata i tyle samo razy sięgali po koronę Europy. Od 2006 roku z tych dwóch turniejów Biało-Czerwoni przywieźli łącznie aż dziewięć różnokolorowych medali. Do tego należy dodać sześć krążków Ligi Narodów (i jej poprzedniczki, czyli Ligi Światowej), w tym dwa złote. Jednak jeśli chodzi o igrzyska olimpijskie, to w dorobku Biało-Czerwonych nadal widnieje „tylko” jedno trofeum, czyli historyczne złoto wywalczone w 1976 roku w Montrealu przez legendarną drużynę trenera Huberta Jerzego Wagnera. Nigdy później nasi siatkarze nie zbliżyli się do tego wyczynu. A olimpijski scenariusz, jaki życie pisze im od dwudziestu lat, z czasem doczekał się miana kłątwy ćwierćfinałów. To właśnie tej fazy Polacy nie byli w stanie przejść zwycięsko na igrzyskach olimpijskich, począwszy od tych w Atenach w 2004 roku, przez kolejne w Pekinie cztery lata później oraz Londyn 2012, Rio de Janeiro 2016, a także Tokio 2020. W tym roku w Paryżu w końcu ma



Polskie siatkarki mogą być czarnym koniem igrzysk w Paryżu.

być jednak inaczej. Papiery na wygranie jak zawsze są, co potwierdzają choćby wspomniane wcześniej ubiegłoroczne sukcesy. Mamy też, kolejne już, wyśmienite pokolenie siatkarzy. I jest brakujący, zdawać by się mogło, element układanki, czyli trener. Mimo kunsztu, doświadczenia oraz energii ani Raúl Lozano, ani Andrea Anastasi, ani Stéphane Antiga, ani Vital Heynen nie byli w stanie pomóc Biało-Czerwonym sforsować ćwierćfinałowej bariery pięciu ostatnich igrzysk olimpijskich. Tym, który ma tego dokonać, jest Nikola Grbić. To jemu prezes Polskiego Związku Piłki Siatkowej dwa lata temu powierzył rolę selekcjonera naszej drużyny narodowej – jako cel wyznaczając właśnie medal igrzysk. Sebastian Świdorski pamięta doskonale rozczarowanie, którego razem z kolegami doznał w 2004 oraz 2008 roku. Już jako sternik Polskiej Siatkówki obiecał zrobić wszystko, by młodsze pokolenia polskich siatkarzy pokonały w końcu kłatwę olimpijskiego ćwierćfinału.

Okazja do przełamania fatum wydaje się więc lepsza niż kiedykolwiek wcześniej. Co więcej, w Paryżu polscy kibice będą mogli wspierać nie tylko Biało-Czerwonych, ale także Biało-Czerwone. Ogólny dorobek medalowy naszych siatkarek, bez podziału na turnieje, jest marginalnie mniejszy niż kadry mężczyzn, ale to przecież od nich zaczął się złoty wiek polskiej siatkówki. Wszak to legendarne Złotka w 2003 oraz 2005 roku

sięgnęły po złoto mistrzostw Europy, dając tym samym potężny impuls do rozwoju całej dyscypliny w naszym kraju. Zorganizowane częściowo w Polsce mistrzostwa Europy siatkarek w 2009 roku przyniosły nie tylko brąz Polek, ale też pokazały władzom światowej siatkówki, że nasz kraj ma gigantyczny potencjał do organizacji wielkich turniejów, a polscy kibice są najlepsi na świecie. To także dzięki tamtemu turniejowi pięć lat później w naszym kraju odbyły się mistrzostwa świata mężczyzn, zakończone pamiętym złotem Polaków. W efekcie kolejnych kosmicznych sukcesów naszych siatkarzy kobieca siatkówka straciła nieco medialnego blasku, choć oglądalność transmisji w kanałach sportowych Polsatu dowodzi, że kibice kochają tę dyscyplinę niezależnie od tego, czy grają panie, czy panowie. A w minionym roku siatkarki dostarczyły fanom tyle samo radości, co siatkarze. Podopieczne trenera Stefano Lavariniego wywalczyły brązowe medale Ligi Narodów i w przepięknym stylu awansowały na igrzyska, dowodząc w trudnych momentach swojego niesamowitego charakteru. Ostatnie miesiące pokazały całemu światu, że polskie siatkarki wróciły do grona najlepszych i w Paryżu mogą odegrać istotną rolę. Redakcja sportowa Polsatu, podobnie jak kibice, z wypiekami na twarzy czeka na maj i początek tegorocznej Ligi Narodów, która da nam wszystkim przedsmak olimpijskiej rywalizacji. ●

Wiosna w Czwórcie pod znakiem **hitów i emocji**

Wiosna w Czwórcie upływa pod znakiem hitów i emocji. Oprócz najgorętszego randkowego reality show **„Love Island. Wyspa miłości”** i kultowych już **„Pamiętników z wakacji”**, które porywają nas w wir przygód i romantycznych przeżyć pod słońcem Hiszpanii, możemy oglądać pełne akcji, zagadek kryminalnych i poruszających historii bohaterów nowe sezony seriali **„Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny”**, **„Policjantki i policjanci”** oraz **„Pomóż mi”**. Ludzi z pasją, fascynujące opowieści o wyjątkowych przedmiotach i ekscytujące licytacje znajdziemy w nowych odcinkach show **„Łowcy skarbów. Kto da więcej”**, a potężną dawkę wiedzy i ciekawostek podanych w atrakcyjnej formie otrzymamy w **„Galileo”**. Nie brak też nowych odcinków programu **„STOP Drogówka”**, który w Czwórcie można oglądać od początku istnienia stacji.



„Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny”

Tej wiosny Czwórka spełnia marzenia fanów serialu „Sprawiedliwi – Wydział Kryminalny”, którzy od dawna domagali się emisji swojej ulubionej produkcji także w piątkowe wieczory. W nowej serii jeszcze więcej intrygujących

zagadek, trzymających w napięciu wydarzeń i mocny przewodni wątek kryminalny sezonu, będący jedną z najmroczniejszych spraw w historii serialu. Oprócz pasjonujących dochodzeń śledzimy dalsze

prywatne losy głównych bohaterów, wśród których w tej serii pojawiły się nowe postaci.

**„Sprawiedliwi
– Wydział Kryminalny”**
PONIEDZIAŁEK–PIĄTEK,
GODZ. 20.00



„Policjantki i policjanci”

Wciągające policyjne akcje i interwencje oraz osobiste perypetie bohaterów – funkcjonariuszy z wydziału prewencji – można oglądać w najnowszym sezonie serialu obyczajowego „Policjantki i policjanci”. Tej wiosny Mikołaj Białach – wspierany przez niezawodny zespół wrocławskiej komendy – mierzy się w trudnym i niebezpiecznym pojedynku z wyjątkowo groźnym i przebiegłym przestępcą, a prywatnie zmagając się z przeciwnościami, jakie napotyka jego miłość do Ildy. Oprócz kolejnych wyzwań na komendzie nie zabraknie nowych twarzy, a gościnnie w serialu wystąpią znane i lubiane gwiazdy.



„Policjantki i policjanci”

PONIEDZIAŁEK–PIĄTEK, GODZ. 19.00

„Pomóż mi”

O przejściach nastoletnich bohaterów opowiada z kolei serial fabularno-dokumentalny „Pomóż mi”, który tej wiosny powróci na antenę z kolejnym sezonem o nowej porze. Ukazuje on historie młodych ludzi i ich rodzin, w których przemilczane lub zbagatelizowane problemy doprowadzają do tragedii i przestępstw. Rozwiązaniem tych trudnych spraw i zagadek kryminalnych zajmują się policjanci z Wydziału do Walki z Przestępczością Przeciwko Mieniu i Przestępczością Nieletnich.



„Pomóż mi”

PONIEDZIAŁEK–PIĄTEK, GODZ. 15.00



„Łowcy skarbów. Kto da więcej”

Oprócz serialowych hitów nie brak w Czwórce kolejnych sezonów popularnych programów. Krzysztof Ibis i Paweł Orleański, gospodarze show „Łowcy skarbów. Kto da więcej”, zapraszają na nowe odcinki produkcji będącej doskonałym połączeniem rozrywki, wiedzy i emocji. Tytułowi łowcy, czyli grono kolekcjonerów i dealerów antyków, przedmiotów vintage, designu i sztuki, licytują w niej skarby przyniesione do studia przez uczestników programu. Przedmioty i ich historie ożywają na naszych oczach, licytacje mogą przyprawić o zawrót głowy, a w studiu goszczą ciekawi ludzie o niezwykłych pasjach i fascynującej wiedzy.

„Łowcy skarbów. Kto da więcej”

PONIEDZIAŁEK–PIĄTEK, GODZ. 18.00



„Galileo”

Widzów w każdym wieku od lat przyciąga prowadzony przez Pawła Orleańskiego program popularnonaukowy „Galileo”, czyli wspaniała zabawa w odkrywanie świata, pasjonująca przygoda i świetna rozrywka dla całej rodziny. W nowym sezonie nieustrudzeni reporterzy programu znów podążają wszędzie tam, gdzie zawiedzie ich pasja poznania i poszukiwanie ciekawych informacji na wszelkie możliwe tematy – od teorii względności Einsteina po szalone wynalazki czy dom zrobiony z jedzenia.



„Galileo”

NIEDZIELA, GODZ. 9.00 I 10.00



„STOP Drogówka”

Zaskakujących i pouczających przypadków nie brak też w programie „STOP Drogówka”. Uchwycone w nim zdarzenia pokazują, co może spotkać każdego z nas, pozwalają zobaczyć z innej perspektywy różne sytuacje w ruchu drogowym i dają szansę uczenia się na błędach innych.



„STOP Drogówka”

SOBOTA, GODZ. 17.00

Rozrywka i dokument w Super Polsat



„Dagmara szuka męża”

Hitem Super Polsat jest reality show, w którym Dagmara Kaźmierska poszukuje swojej drugiej połowy. W roli samowzających swatów towarzyszy jej dwóch wiernych kompanów: syn Conan oraz niezawodny przyjaciel Jacek, którzy przedstawiają jej kandydatów w różnym wieku, o rozmaitych temperamentach i profesjach. Jedyne w swoim rodzaju trio sprawia, że wyprawa przeradza się w szaloną eskapadę, pełną komicznych perypetii, do których bohaterowie podchodzą z humorem i ogromnym dystansem do siebie.

„Dagmara szuka męża” to nie tylko randkowe reality show, które bawi, śmieszy i zaskakuje. To także program o miłości, przyjaźni i poszukiwaniu szczęścia, który potrafi wzruszyć i sprowokować do myślenia.



super
polsat

„Dagmara szuka męża”

PONIEDZIAŁEK, GODZ. 22.00

„Policjanci”

Najnowsza propozycja Super Polsat to serial dokumentalny, którego bohaterami są policjanci z różnych regionów Polski. Kamera towarzyszy patrolom pieszym, zmotoryzowanym, wodnym i morskim zarówno podczas interwencji – gdy każda minuta wymaga podejmowania trudnych decyzji – jak i w chwilach oddechu na służbie lub kiedy, kończąc dyżur, zdejmują mundur. Podpatrujemy policjantów w sytuacjach prawdziwych, nierzyserowanych – nie tylko gdy jadą na trudne akcje, ale też w czasie codziennych rutynowych zadań lub gdy przytrafiają im się zabawne przypadki.



super
polsat

„Policjanci”

CZWARTEK,
GODZ. 21.00 I 21.30

Trzymam kciuki za miłość



Karolina Gilon o roli prowadzącej i kulisach randkowego reality show Czwórki „Love Island. Wyspa miłości”.

• 14 kwietnia w Czwórce wielki finał dziewiątej już edycji hitu „Love Island. Wyspa miłości”, który prowadzisz od pierwszego sezonu. Jak zaczęła się dla Ciebie ta przygoda? Jak trafiłaś do programu?

Zaproszono mnie na casting na prowadzącą. Wskoczyłam w czerwoną kieckę, poszłam i, mimo że byłam wtedy chora, to dałam z siebie wszystko. Najwyraźniej zostało to docenione przez Panią Ninę, do której należało podjęcie tej decyzji. No i chyba podobnie uważa też dyrektor Miszczak, skoro pozwolił mi kontynuować tę wyjątkową przygodę (śmiech).

• Czy znałaś wcześniej ten format?

Słyszałam o nim, bo jest bardzo popularny za granicą, szczególnie w Wielkiej Brytanii. Ale przyznaję, że wcześniej nie obejrzałam żadnego sezonu w całości. Poszłam na żywioł, bo zależało mi, żeby stworzyć własną jakość prowadzenia tego programu.

• Co jest największym wyzwaniem dla gospodarza „Love Island”?

To program, którym po prostu trzeba żyć! Śledzić każdy krok naszych „wyspiątek”, aby ich poznać i zrozumieć pewne ich zachowania. Dla mnie to nie było duże wyzwanie, bo właśnie taka jestem też w codziennym życiu. Czasem śmieję się, że ja się urodziłam do tej roli. Oczywiście początki nie były łatwe, ale dość szybko się w tym wszystkim odnalazłam. Prowadzenie „Love Island” to dla mnie czysta przyjemność i świetna zabawa.

• Co Twoim zdaniem jest najtrudniejsze dla uczestników? Co ich zaskakuje?

Przed wszystkim to oni zaskakują samych siebie, a my tylko dolewamy oliwy

do ognia, stawiając ich przed wyborami, decyzjami, spontanicznymi zabawami, które potrafią wiele namieszać (śmiech). Gdybym to ja była uczestniczką, to pewnie najtrudniejsze byłoby dla mnie otworzenie się przed milionami widzów. Ale z tego, co obserwuję, to większość „wyspiątek” radzi sobie z tym świetnie. Nie da się długo udawać ani ukrywać prawdziwych emocji.

• Jako profesjonalistka nie dajesz po sobie poznać, komu kibicujesz w programie. Czy masz swoich faworytów?

Zwykle już po mniej więcej tygodniu zaczynam mieć swoich ulubieńców, ale zawsze zostawiam tę informację dla siebie. Nikogo nie faworyzuję. Trzymam kciuki przede wszystkim za to, by na Wyspie znaleziona została miłość, a nie za pojedynczych uczestników. Ale nie ukrywam: uwielbiam tych, którzy są szczerzy i otwarci na odnalezienie drugiej połówki. Przecież po to powstał ten program!

• Czy utrzymujesz znajomości z uczestnikami po programie?

Oczywiście! Nie ze wszystkimi, ale z wieloma osobami. Czemu nie? To są bardzo fajni ludzie, pobyt na Wyspie Miłości wszystkich nas zbliża, więc interesuje mnie to, jak potoczyły się ich dalsze losy.

• Czy program wpłynął na Twoje życie?

Oj, trudno mi nawet opisać, jak bardzo. „Love Island” jest już częścią mojego życia, bez której nic nie byłoby takie samo. Po pięciu latach na planie mogę śmiało powiedzieć, że nasza Wyspa Miłości to mój drugi dom.

• Co najbardziej lubisz w tej pracy?

Słońce! (śmiech). A tak poważnie, to bardzo dużo się tutaj uczę. Lubię przeżywać te wszystkie emocje i razem z „wyspiątkami”, i z widzami. Jestem łącznikiem pomiędzy tymi dwoma światami. Uwielbiam, gdy dużo się dzieje, a tam zwroty akcji są codziennie. Jestem wielką fanką tego programu nie tylko dlatego, że go prowadzę (śmiech).

• Czy sama wzięłabyś udział w takim programie?

Teraz już nie, bo odnalazłam swoją drogę w życiu, ale gdyby los pokierował mnie inaczej? Pewnie! Zresztą często sama mówię „wyspiątkom”, że zazdroścę im tej przygody.

• Jakie są Twoje zawodowe marzenia?

Cały czas spełniam kolejne marzenia i wyznaczam sobie nowe cele. Nie ukrywam, że mam teraz chrapkę na aktorstwo, a w sercu wciąż gra mi muzyka.



HITY KANAŁÓW TEMATYCZNYCH

„PODGLĄDACZE PRZYRODY”



Zachwyć się pięknem polskiej przyrody. Udaj się w dziką podróż do niezwykłych miejsc. Poznaj świat zwierząt żyjących w Polsce. Tych najpospolitszych żyjących obok nas i tych najrzadszych, skrytych, zagrożonych wyginięciem. Przyrodnik i naukowiec Adam Zbryt oraz filmowiec przyrody Robert Drózdź wyruszają

na poszukiwania niezwykłych zwierząt zamieszkujących Polskę. Razem z nimi podglądamy niezwykły świat zwierząt oraz pracę filmowców przyrody. Zobaczymy: **chomiki europejskie, susły, żubry, jelenie, nietoperze, popielice, zimorodki, wydry i mnóstwo innych.** Rozwój miast, budowa dróg i autostrad, przekształcanie pól w plantacje uprawne, jak również wycinka lasów powoduje, że naturalne środowisko tych zwierząt się kurczy. Niektóre z nich, aby przetrwać, musiały przenieść się bliżej miast i nauczyć żyć obok ludzi.

„Podglądacze przyrody” to program dokumentalny realizowany w Polsce. Jego celem jest zbudowanie świadomości o polskiej dzikiej przyrodzie, którą mamy na

wyciągnięciu ręki. Poznaj jej piękno, zobacz wyjątkowe ujęcia przyrodnicze oraz zaskakującą naturę z zupełnie innej perspektywy. Nowy serial „Podglądacze przyrody” od kwietnia na kanale Polsat Play.



„SHOPPING QUEENS. KRÓLOWE ZAKUPÓW”

Ile razy zdarzyło się wejść nam do sklepu i wrócić z pustymi rękoma? Pomimo najszerszych chęci, by znaleźć wieczorową sukienkę czy stylowe buty. Polsat Café w swojej wiosennej ramówce przedstawia „Shopping Queens. Królowe zakupów”, program, który zainspiruje Cię stylizacjami na każdą kieszeń i okazję. Premierowy sezon już w maju tylko na kanale Polsat Café.

„Shopping Queens. Królowe zakupów” to oparty na tureckim formacie „Shopping Monsters” program, w którym cztery miodniczki zakupów rywalizują ze sobą podczas przygotowania dwóch stylizacji idealnych. Dodatkowym utrudnieniem jest również narzucony przez prowadzącą temat przewodni. Na wykonanie zadania bohaterki programu mają określony czas oraz budżet w wysokości 900 zł. Uczestniczki oceniają się wzajemnie, przyznając sobie punkty. Ta, która zdobędzie uznanie rywali oraz zgromadzi największą liczbę punktów, otrzyma **koronę królowej oraz nagrodę pieniężną na zakupy w wysokości 2500 zł.**

Stylizacje uczestniczek są oceniane i komentowane także przez jury, w skład którego wchodzi eksperci do spraw mody: styliści Tomasz Jacyków i Zofia Słota, aktorka i fashionistka Ada Fijał oraz

modelka Karolina Pisarek-Salla. W programie nasze bohaterki wspiera i motywuje modelka i ikona stylu Joanna Horodyńska. Oglądaj „Shopping Queens. Królowe zakupów”, nowy sezon od maja na kanale Polsat Café.



Joanna Horodyńska i Tomasz Jacyków

„ZŁOMIARZE”



Od kwietnia na kanale Polsat Play będziemy mogli oglądać premierową produkcję „Złomiarze”. Seria opowiada historię charyzmatycznych i dowcipnych zbieraczy cennej materii w postaci stali i metali kolorowych. W programie nie zabraknie też ciekawych historii z życia pracowników polskich złomowisk. Produkcji programu stawiają na autentyczność i dobry humor. W „Złomiarzach” każda postać jest mniej lub bardziej komiczna, dzięki czemu oglądanie tego formatu jest czystą rozrywką. Wszystkie perypetie bohaterów zostaną pokazane przez pryzmat historii ludzkich, ich emocji oraz relacji. W „Złomiarzach” nie może zabraknąć również złomu. Zobaczymy, jak nasi bohaterowie zmagają się z pozyskiwaniem przedmiotów metalowych. Jak czyszczyć małe posesje, jak odbierają złom z nietypowych miejsc oraz jak dokonują rozbiórek mniejszych i większych budowli. Potężna dawka humoru, sytuacyjne gagi oraz tony złomu. Serial „Złomiarze” od kwietnia na kanale Polsat Play.



„ZNALAZŁAM MIŁOŚ ZA GRANICĄ”

Ciekawe historie i wzruszające momenty od zawsze łączą ludzi. „Znalazłam miłość za granicą” to program o kobietach, które zdecydowały się zmienić swoje życie i ruszyły w pogoń za marzeniami oraz miłością – czy ją odnalazły? Czy łatwo było im się przystosować, zostawić rodzinę, dom, pracę i zacząć wszystko od nowa? Jak trudno było pokonać bariery kulturowe, religijne i językowe?

Oglądaj nowy program „Znalazłam miłość za granicą” i razem z prowadzącą Martą Lech Maciejewską wyrusz w podróż do miejsc, które stały się nowym domem dla naszych bohaterek. Zobacz, jak żyją, mieszkają i gdzie pracują. Program to również wspaniała propozycja dla miłośników podróży.

„Znalazłam miłość za granicą”, czyli inspirujący obraz kobiet, które odnalazły spokój w obcym kraju oraz przyszłość pełną miłości. Już od kwietnia na kanale Polsat Café.



„10 LAT MŁODSZA W 10 DNI Z SABLEWSKĄ”

Czy w zaledwie kilka dni można odmłodzić o dekadę? To pytanie, na które odpowiedź twierdzącą chciałby usłyszeć każdy. Polsat Café w swojej wiosennej ramówce zaprasza do obejrzenia programu „10 lat młodsza w 10 dni z Sablewską”. Premierowy sezon od kwietnia tylko na kanale Polsat Café.

Nigdy wcześniej dbanie o własną urodę nie było tak łatwe, na wyciągnięcie ręki dostępne są zabiegi estetyczne, które całkowicie odmieniają nasz wygląd, bez konieczności poddawania się kosztownym operacjom. Czy po latach ciężkich doświadczeń, dbania o innych, nie o siebie, jesteśmy w stanie odzyskać dawny blask? Z pomocą przychodzi nam ekipa trzech fantastycznych specjalistów od poprawy wizerunku. **Barbara Sobczak** – implantolożka, **Monika Bujanowska** – lekarka medycyny estetycznej oraz **Maja Sablewska**, jedna z najbardziej znanych osobowości telewizyjnych.

To właśnie w ich ręce oddadzą się uczestniczki programu, które przejdą metamorfozę zarówno tę wewnętrzną, jak i zewnętrzną. W programie poznamy historie fantastycznych kobiet, dla których zmiana okazała się ważniejsza, niż mogłoby się to wydawać. Nie zabraknie emocji, obaw, wzruszeń i wreszcie tak wyczekiwanej radości.

ZNAJDŹ SWÓJ STYL I STAŃ SIĘ „10 LAT MŁODSZA W 10 DNI Z SABLEWSKĄ”, nowy sezon od kwietnia na kanale Polsat Café.



„MUZYCZNA PODRÓŻ Z TERESĄ WERNER”

Ten program to prawdziwa uczta dla fanów biesiady, śląskich szlagierów i przede wszystkim prowadzącej program popularnej artystki – Teresy Werner.

Rozpocznij muzyczną podróż wraz ze znaną piosenkarką po jej rodzinnym Śląsku. W każdym odcinku towarzyszyć jej będzie muzyk oraz prezenter Polo TV Maciej Smoliński. Widzowie Polo TV będą odkrywać uroki regionu

położonego w górnym dorzeczu Odry kawałek po kawałku. Prowadzący zabiorą nas nie tylko w popularne miejsca na Śląsku, ale i w te dostępne tylko lokalnie. Usiądź wygodnie i wraz z **Teresą Werner**

i **Maciejem Smolińskim** poznaj uroki Śląska, wsłuchaj się w rytm biesiad oraz hitów, które zna i nuci cała Polska. „Muzyczna podróż z Teresą Werner” w każdą niedzielę o 12.00 na kanale Polo TV.



„MUZYCZNA PRZEGLĄDARKA”



Kasia Morawska i **Edyta Folwarska** to kawybuchoowy duet. Prezentarki wspólnie poprowadzą muzyczne podsumowanie miesiąca.

Nie zabraknie plotek i najciekawszych wydarzeń muzycznych. Będziemy mówić również o nowościach i zbliżających się premierach. Bądź na bieżąco ze wszystkim, co ważne w branży disco polo, oglądaj „Muzyczną przeglądarkę” – na kanale Polo TV w każdą niedzielę o godzinie 15.00.



WIOSENNE NOWOŚCI ESKI

ESKA TV zaprasza na premiery swoich flagowych programów: „Co się słucha”, „Miejska lista” i „Podwójna gorąca 20”. Nie zabraknie też spotkań z gwiazdami oraz relacji z najciekawszych wydarzeń dzięki programom „Jazdy gwiazdy”, „Przestuchanie” i „Weekend z ESKA TV”. **Wieczorami na antenie ESKA TV** nieustannie króluje najlepsza rozrywka. Codziennie od 21.00 do 1.00 stacja gra dwa kultowe seriale – „Przyjaciół” oraz „Teorię wielkiego podrywu”, a w soboty i niedziele od 20.00 do 21.00 także animację „Włafcy móch”.



„DISCO WEEKEND Z BLONDI”

W każdy piątek o 17.00 na kanale Polo TV zwariowana blondynka będzie musiała sprostać ekstremalnym zadaniom. **Edyta Folwarska** nie boi się wyzwania i udowodni to w każdym odcinku programu. Jej poczynaniom towarzyszyć będzie kamera i topowa gwiazda z branży disco polo. Wspólnie odwiedzą

różne miejsca w Polsce i zrealizują szalone pomysły. Program „Disco weekend z blondi” inspirowany i nastraja widzów do spędzania fantastycznego czasu. Nie zabraknie również muzyki, której na kanale Polo TV jest pod dostatkiem. Oglądaj „Disco weekend z blondi” w każdy piątek o 17.00 na kanale Polo TV.



Wiosenna uczta filmowa!

Kultowe pasmo **MEGAHIT** w sezonie wiosennym będzie obfitowało w najlepszy repertuar filmowy, a poniedziałkowe wieczory w Polsce spełnią oczekiwania nawet najbardziej wymagających widzów.



FOT. COPYRIGHT: © 2019 MARVEL

„KAPITAN MARVEL” 8 KWIETNIA, GODZ. 20.00, POLSAT

Na początek podróży filmowej zabierze nas Brie Larson w superprodukcji **„Kapitan Marvel”**. Następnie czeka nas seria kultowych filmów akcji **„Szybcy i wściekli”** z premierową propozycją **„Szybcy i wściekli 9”**. W roli głównej uwielbiani Vin Diesel i Paul Walker. Nie zabraknie propozycji dla miłośników thrillerów szpiegowskich i trzymających w napięciu dramatów science fiction. Soboty z kolei to czas zarezerwowany dla rodziny i filmów, które mogą oglądać z zapartym tchem zarówno młodzi, jak i starsi widzowie – tutaj Polsat przygotował prawdziwie rodzinne superhity. Widzów rozbawią między innymi kultowe dialogi z filmu **„Epoka lodowcowa 4: Wędrówka kontynentów”**

oraz premierowego hitu **„Buzz Astral”**. O przetrwanie zaś będą walczyć dwie prehistoryczne rodziny w filmie animowanym **„Krudowie 2. Nowa era”**, a o tym, co siedzi w głowach nastolatków, przypomni hit **„W głowie się nie mieści”**. Natomiast 18 maja w podwodną podróż najmłodszych zabierze znana rybka w filmie **„Gdzie jest Nemo”**. Zapraszamy na wiosenny, filmowy zawrót głowy!

**MEGAHITY O GODZ. 20.00
TYLKO W POLSACIE!**

W wiosennych propozycjach na początek przebój kinowy **„Kapitan Marvel”**. Tym razem śledzimy losy pierwszej kobiecej postaci superbohaterki – Carol Danvers vel Kapitan

Marvel. Akcja filmu rozgrywa się w latach 90. XX wieku. Kiedy galaktyczna wojna pomiędzy obcymi rasami dociera na Ziemię, Carol Danvers dostaje się w sam jej środek i staje się jednym z Avengersów. Nie ominą nas kosmiczne pościgi i brawurowe efekty specjalne. Carol Danvers dysponuje niezwykłymi mocami, jednak powoli zaczyna odkrywać, jak je zdobyła. Uświadamia sobie, że nie może nikomu ufać, a zwłaszcza... własnej pamięci. Czy uda jej się zrozumieć, co jest prawdą, a co fałszem? Jaką jeszcze tajemnicę z przeszłości odkryje Kapitan Marvel w trakcie swojej misji? Emisja filmu już 8 kwietnia!

Szybkie i piękne samochody to wizytówka uwielbianej przez widzów serii **„Szybcy i wściekli”**. Od 15 kwietnia, przez pięć kolejnych poniedziałków, będziemy śledzić losy Dominica Toretto i Briana O'Connera (Vin Diesel i Paul Walker). Nie zabraknie brawurowego kina akcji, a para

**„SZYBCY I WŚCIEKLI”
OD 15 KWIETNIA
GODZ. 20.00, POLSAT**

FOT. COPYRIGHT: © 2020 UNIVERSAL CITY STUDIOS PRODUCTIONS
LLP ALL RIGHTS RESERVED.

tytułowych bohaterów zapewni ucztę filmową na najwyższym poziomie. Na koniec serii czeka nas propozycja premierowa – „Szybcy i wściekli 9”. Dominic prowadzi spokojne życie z Letty (Michelle Rodriguez) i ze swoim synem Brianem. Jednak nadal czyhają na niego różne niebezpieczeństwa. Tym razem Dominic będzie musiał się zmierzyć z duchami własnej przeszłości. Premiera „Szybkich i wściekłych 9” 13 maja.

Warto zwrócić także uwagę na thriller szpiegowski „Czerwona jaskółka” w znakomitej obsadzie aktorskiej. W roli głównej zobaczymy Jennifer Lawrence (tytułowa Jaskółka), która zmuszona zostaje do przyjęcia roli specjalnie szkolonej uwodzicielki na usługach rosyjskich służb specjalnych. Jakie będą dalsze losy Czerwonej Jaskółki, zobaczymy w poniedziałkowy wieczór, 20 maja.

Tydzień później propozycja hitu filmowego „Marsjanin”, który był aż siedmiokrotnie nominowany do Oscara oraz zdobył dwa Złote Globy. To dramat science fiction, wyreżyserowany przez mistrza współczesnego kina Ridleya Scotta z Mattem Damonem na czele gwiazdorskiej obsady. Podczas misji załogowej na Marsa dochodzi do fatalnej w skutkach pomyłki. Straszliwa burza piaskowa sprawia, że marsjańska ekspedycja musi się ratować ucieczką z Czerwonej Planety. Dochodzi do wypadku i jeden z członków załogi – astronauta Mark Watney (Matt Damon) – zostaje uznany za zmarłego i pozostawiony na miejscu. Ale Watney żyje... Ciężko ranny mężczyzna, po odzyskaniu przytomności, rozpoczyna heroiczną walkę o przeżycie. Czy uda mu się szczęśliwie powrócić na Ziemię? „Marsjanin” – emisja w paśmie MegaHit 27 maja.

SOBOTNIE KINO FAMILIJNE
– GODZ. 20.00

Wśród propozycji Polsatu na wiosnę znajdują się prawdziwe kinowe bestsellery uwielbiane przez widzów w każdym wieku.

FOT. © 2012 TWENTIETH CENTURY FOX FILM CORPORATION.
ALL RIGHTS RESERVED.



„EPOKA LODOWCOWA” 13 KWIETNIA, GODZ. 20.00, POLSAT

Na początek, mająca emisję 13 kwietnia, przedostatnia część kultowej komedii animowanej produkcji wytwórni 20th Century Fox „Epoka lodowcowa 4: Wędrówka kontynentów”. Film ten to kontynuacja zabawnych perypetii trójki

W sezonie wiosennym nie mogło zabraknąć filmu, który został nominowany w 2021 roku do Złotych Globów w kategorii najlepszy film animowany. „Krudowie 2: Nowa era” to wspaniała opowieść o rodzinie, która po przetrwaniu klęski żywiołowej i innych trudnych chwil jest zmuszona stawić czoła... innej rodzinie. Okazuje się, że będzie to najtrudniejsze wyzwanie w ich pradawnym życiu. Głosów bohaterom w filmie użyczyli najlepsi hollywoodzcy aktorzy: Nicolas Cage, Emma Stone czy Ryan Reynolds. To pozycja, którą po prostu trzeba zobaczyć.

W zrozumieniu, co drzemie w umysłach młodych ludzi, może pomóc fenomenalna produkcja, nagrodzona Oscarem w kategorii najlepszy długometrażowy film animowany – „W głowie się nie mieści”. Film,

w którym ryby mają głos, to doskonała propozycja na rodzinne spędzenie czasu w sobotni wieczór. Emisja w Polsacie 11 maja. „Gdzie jest Nemo” to megaprzebój studia Pixar i Walt Disney Pictures, który urzeka nie tylko animacją ukazującą piękny i różnorodny, podwodny świat, ale także humorem i wzruszającą fabułą. Tę i pozostałe pozycje po prostu trzeba obejrzeć! ●



FOT. © 2003 PIXAR ANIMATION STUDIOS & PIXAR
© DISNEY PIXAR

„GDZIE JEST NEMO”

11 MAJA, GODZ. 20.00, POLSAT

przyjaciół: Mańka, Diego i Sida. Tym razem czekają ich nowe wyzwania w trakcie niebezpiecznej podróży przez ocean. Ostatnia z cyklu przygód prehistorycznych zwierząt „Epoka lodowcowa 5: Mocne uderzenie” (emisja na antenie 20 kwietnia) to historia, w której zmuszone są opuścić swój dom, by ratować się przed kataklizmem i nieuchronną zagładą.

Gorąca namiętność, zakazana miłość i ciemne interesy – to mieszanka wybuchowa, która zdemoluje życie bohaterów nowego thrilleru kryminalno-obyczajowego Polsatu „Zdrada”. W obsadzie zobaczymy między innymi Annę Karczmarczyk, Dawida Ogrodnika, Pawła Małaczyńskiego, Marietę Żukowską i Piotra Polka. Serial będzie miał premierę w serwisie Polsat Box Go.

ZDRADA

nowy thriller kryminalno-obyczajowy w gwiazdorskiej obsadzie

Julia (Anna Karczmarczyk) jest introwertyczną, nadwrażliwą artystką fotografką, matką kilkulatniego Maurycego (Luka Margol) oraz żoną ambitnego i żądnego sukcesu prokuratora Patryka (Dawid Ogrodnik).

– „Zdrada” skusiła mnie nieoczywistą fabułą, postaciami, które trudno skategoryzować, i mieszanką gatunków. Jej holenderska wersja, czyli nasz pierwowzór, wciągnęła mnie od pierwszej minuty. Od dawna nie czułam takiej przyjemności, budując postać. Julia jest żoną i matką, w której oczach przejrzy się mnóstwo kobiet. Wiele najprawdopodobniej dzieło z nią sytuację życiową. Pytanie brzmi: czy znajdzie w sobie odwagę, by w końcu złapać oddech i żyć, czuć? Będzie przerażająco, dojmująco, sensualnie i romantycznie. Poza tym tworzenie z Ogrodnikiem i Małaczyńskim pod okiem Makarego Janowskiego jest pyszną zabawą. To będzie petarda! – mówi Anna Karczmarczyk.

Kiedy na wernisażu swoich prac Julia wychodzi na chwilę odpocząć od tłu-

mu, poznaje Pawła (Paweł Małaczyński). Piorunujące pierwsze wrażenie sprawia, że tych dwoje – choć wie, że mogą głęboko zranić najbliższych – nie jest w stanie oprzeć się chemii i rodzącemu się gwałtownemu uczuciu. To niebezpieczne, nie tylko dlatego, że mogą zniszczyć swoje rodziny. Nie zdają sobie sprawy z łączących ich zależności.

– Miłość przychodzi, kiedy chce. Nie spodziewanie niczym nieproszony gość. Wystarczy jedno spojrzenie, aby rozpałała się, powstała i pokonała nas. W serialu „Zdrada” miłość jest namiętnością, która

w ułamku sekundy wytrąca z równowagi – zapowiada Paweł Małaczyński.

– Nasz serial będzie dużą niespodzianką dla fanów Pawła Małaczyńskiego. Jego postać – adwokata, który zaryzykuje całą swoją karierę, rodzinne ustabilizowane życie, by być w zgodzie ze sobą, jest wielowymiarowa i daleka od ikonicznych amantów, których grywał kiedyś. Nie wszyscy też wiedzą, że Paweł jest wokalistą i liderem rockowego zespołu Cochise. Specjalnie na naszą ścieżkę dźwiękową stworzyli świetny cover „House of The Rising Sun”



Marek Kamiński (Maciej Kucharski), syn Pawła i Elizy.



Michała (Olga Sarzyńska), Balcerek (Mikołaj Krawczyk).



Hubert Czarciński (Piotr Polk).



Eliza Kamińska (Marieta Żukowska), Paweł Kamiński (Paweł Małaszyński).

The Animals – mówi producentka wykonawcza serialu Elżbieta Szafrąńska.

Paweł jest mężem Elizy (Marieta Żukowska), pracuje jako adwokat dla jej ojca, wpływowego biznesmena Huberta Czarcińskiego (Piotr Polk), którego szemranym interesom od lat przygląda się prokuratura. Nie wiedząc nic o tych zależnościach, Julia i Paweł wdają się w namiętny romans, który nie tylko wpłynie na śledztwo organów ścigania, ale przede wszystkim przyniesie nieodwracalne i niespodziewane konsekwencje dla nich samych i całych ich rodzin.

– „Zdrada” to remake znakomicie przyjętego przez krytyków oraz widzów holenderskiego serialu „Overspel”, który zwyciężył w kategorii Best TV Drama Netherlands Film Festival. Jestem przekonany, że polska wersja z Dawidem Ogrodnikiem, Anną Karczmarczyk i Pawłem Małaszyńskim zostanie doceniona i zdobędzie szerokie uznanie wśród widzów – mówi Edward Miszczak, dyrektor programowy i członek zarządu Polsatu.

Producentka Polot Media Tamara Aagten-Margol zdradza, skąd wziął się pomysł na polską wersję serialu i dlaczego postawiła na ten format.

– Wybrałam holenderski „Overspel” spośród wielu licencji fabularnych oferowanych na rynku, bo jest to serial nieoczywisty i wielowymiarowy. Łączy elementy tradycyjne i nowoczesne.

O pracy na planie „Zdrady” i dbałości o detale produkcyjne mówi reżyser serialu Makary Janowski:

– Bardzo ważne było dla mnie, by to, co jest na ekranie, było spójne w każdym elemencie, czyli fabuła, kolorystyka obrazu, kostiumów czy obiektów. Wszyscy bohaterowie „Zdrady” należą do wyższych sfer, wnętrza musiały być więc nowoczesne, designerskie. Naszym hasłem przewodnim było: szkło, beton i stal. Ciekawym obiektem jest prokuratura, przeszklone biura open space’y, jak w korporacji. Zdaje sobie sprawę, że budynki publiczne rzadko kiedy wyglądają tak nowocześnie. W świecie serialu jest to jednak spójne i logiczne.

Prokurator Wysocki, którego postać świetnie kreuje Dawid Ogrodnik, jest trochę jak ze świata korporacji: ambitny, bezwzględnie dążący do celu, który nie cofa się przed niczym, by zwyciężyć.

W obsadzie serialu „Zdrada” obok Anny Karczmarczyk, Dawida Ogrodnika, Pawła Małaszyńskiego, Mariety Żukowskiej i Piotra Polka występują także: Grażyna Szapołowska, Mikołaj Krawczyk, Olga Sarzyńska, Dobromir Dymecki, Przemysław Bluszczyk, Bartłomiej Firlet, Juliusz Chrzastowski i Wojciech Machnicki.

Serial „Zdrada” produkuje Polot Media. Za reżyserię odpowiada Makary Janowski. Autorem zdjęć jest Paweł Figurski.



Kadr z serialu.



Beata Karolczak (Grażyna Szapołowska).

interia WYDARZENIA

Zaufany serwis informacyjny 8 mln internautów. Polityka oraz gorące newsy z Polski i ze świata. Zawsze w samym centrum wydarzeń. Blisko tego, co bliskie Tobie.

Nowe działania rządu i burzliwe dyskusje w Sejmie. Wojna w Ukrainie. Wybory samorządowe, wyścig do Parlamentu Europejskiego oraz pojedynek Joe Bidena i Donalda Trumpa o Białą Dom. Wielka polityka i lokalne sprawy. Interia jest blisko najważniejszych wydarzeń w Polsce i na świecie, które elektryzują opinię publiczną. Tu i teraz. Całą dobę. Siedem dni w tygodniu.

LIDER ZAUFANIA

Internauci, według badania CBOS („Postrzeganie mediów”, 2023 rok), ufają Interii bardziej niż pozostałym wiodącym portalom horyzontalnym w Polsce. W swoim bogatym portfolio ma ona jeden z najpopularniejszych serwisów informacyjnych w Polsce (TOP 3). Interia Wydarzenia w czasie dynamicznych działań nowego rządu jest źródłem informacji o polskiej i światowej polityce dla 8 mln internautów (Mediapanel, RU, styczeń 2024). Jest to rekordowy wynik serwisu.

BEZSTRONNOŚĆ

Serwis Interii błyskawicznie „tu i teraz” relacjonuje wydarzenia w Polsce i na świecie. Oddaje głos wszystkim stronom sporu politycznego. Zachęca do debaty i wymiany poglądów. Serwis nie boi się zadawać trudnych pytań. Nagłaśnia skandale i afery na szczeblu krajowym oraz lokalnym.

WSPÓLNY NEWSROOM Z POLSATNEWS.PL

Interia Wydarzenia w 2021 roku połączyła siły z serwisem Polsatnews.pl. Dzięki wspólnemu newsroomowi obie redakcje jeszcze szybciej przekazują

najbardziej pożądane informacje w sieci. Interia Wydarzenia w ramach Grupy Polsat Plus ściśle współpracuje także ze stacją Polsat News.

TOPOWI DZIENNIKARZE

Redakcję serwisu tworzą najlepsi dziennikarze w kraju, m.in. Piotr Witwicki, Dyrektor Pionu Informacji i Publicystyki Telewizji Polsat oraz Redaktor Naczelny Interii, Dawid Serafin, Łukasz Rogojsz, Karolina Olejak, Łukasz Szpyrka i Kamila Baranowska. Pracą połączonych newsroomu kieruje Łukasz Noszczak. Redakcja stawia na różnorodność treści. Od programów i podcastów video, przez reportaże i pogłębione analizy, po wywiady z liderami opinii publicznej.

FELIETONY

Serwis Interii do niczego nie przekonuje ani nie namawia. Zamiast tego pokazuje odmienne perspektywy na wydarzenia, o których dyskutuje się w całej Polsce. Jego felietoniści (Jarosław Kuisz, Przemysław Szubartowicz, Cezary Michalski, Rafał Woś, Wiktor Świetlik i Piotr Zaremba) zaskakują odważnymi opiniami i błyskotliwymi komentarzami. Potwierdzają, że rzeczywistość nigdy nie jest czarno-biała.

INTERIA BLIŻEJ ŚWIATA

Interia Wydarzenia zapewnia szybki i wygodny dostęp do materiałów premium z największych redakcji na świecie. Bez żadnych opłat. Serwis pokazuje perspektywę zachodnich mediów („The Washington Post”, „The Economist”, „The Guardian”, „The Spectator”, „Le Monde”, „El País”) na najważniejsze trendy, zjawiska i wydarzenia. Dzięki współpracy z zagranicznymi korespondentami, Tomaszem Lejmanem (Niemcy) i Magdą Sakowską (USA) z Polsat News oraz Tomaszem Augustyniakiem (Azja), przekazuje także gorące newsy i relacje z trzech kontynentów.

KOMFORT I NOWOCZESNE ROZWIĄZANIA

Interia Wydarzenia to nowoczesny serwis. Dzięki zastosowanym rozwiązaniom technologicznym ułatwia i przyspiesza poszukiwanie newsów, wywiadów i materiałów przygotowanych przez ulubionych autorów. Śledzenie informacji z Polski i całego świata nigdy nie było jeszcze tak wygodne. ●

interia WYDARZENIA



Emocje w Sejmie. Jakie decyzje podejmie dzisiaj rząd?



Mocne słowa Joe Bidena. Ostrzegali republikanów: "Historia was rozliczy"

Granica polsko-białoruska. MSWiA oficjalnie o pushbackach



Zawał serca a sztuczna inteligencja. Rewolucja w medycynie



Komisja Europejska uderza w Polskę. Wszczytna procedura

Pomponik.pl
to ulubiony serwis
Polek i Polaków
o show-biznesie
i życiu gwiazd.
8,8 mln internautów
razem z nim śledzi
gorące newsy
i elektryzujące
dramy oraz zagłada
za kulisy wydarzeń
z udziałem
topowych artystów
i influencerów.



pOmpoNIK.pl NR 1 – to nie plotka!

Bezkompromisowe podejście do show-biznesu i najbardziej pożądane materiały w sieci. Pomponik.pl pokazuje, jak wygląda życie gwiazd w Polsce i na świecie. Bez upiększeń i retuszu. Serwis nie boi się trudnych pytań i tematów tabu. Pieśniadze, fame, głośne rozstania i skandale. Pomponik.pl przekazuje informacje z pierwszej ręki. Rozmawia z gwiazdami i ich najbliższym otoczeniem. Dzieli się newsami i plotkami, o których wie niewiele osób w show-biznesie.

LIDER WŚRÓD SERWISÓW PLOTKARSKICH

Pomponik.pl króluje wśród serwisów plotkarskich w Polsce i bije rekordy popularności. Sława go wcale nie onieśmiela, wręcz przeciwnie. W styczniu tego roku osiągnął najlepszy wynik w swojej historii. Pomponik.pl czytało i oglądało 8,8 mln internautów. To jednak nie wszystko! Pomponik.pl od prawie roku nie daje szans innym serwisom, m.in.: Pudelek.pl,

Plotek.pl i Plejada.pl. Nikt przed nim nie rządził tak długo w show-biznesie.

„STRIP TALK Z GWIAZDAMI” DAMIANA GLINKI

Damian Glinka to postać w polskim show-biznesie, której nie trzeba nikomu przedstawiać. Jest uwielbiany za szczerość i odważne pytania. Reporter serwisu Pomponik.pl, poza wizytami na czerwonym dywanie, prowadzi podcast wideo „Strip Talk”. Zachęca w nim gwiazdy do ujawniania sekretów oraz komentowania głośnych plotek. Zdradza także, jak wygląda show-biznes od kulisy. Nie zawsze jest różowo!

Gośćmi programu „Strip Talk” były największe gwiazdy w Polsce, m.in. Edyta Górniak, Monika Richardson, Michał Figurski i Blanka Lipińska. Damian Glinka rozmawiał w nim także z influencerkami o milionowych zasięgach, w tym Hi Hanią z Genzie czy Caroline Derpien-ski, która nieustannie wzbudza ogromne zainteresowanie mediów i obserwatorów.

NAJSZYBSZY W SIECI

Pst... Największe gwiazdy mają słabość do serwisu Pomponik.pl i zdradzają mu swoje największe sekrety. Jako pierwszemu w Polsce! To Pomponik.pl zelektryzował opinię publiczną faktem, że Edyta Górniak po rozwodzie mierzyła się z problemami finansowymi. Ujawnił stosunek Maryli Rodowicz do nielegalnych substancji i wielki powrót Julii Wieniawy do Nikodema Rozbickiego. I razem z całą Polską przeżywał rozstanie Dody z mężem.

RELACJE Z CZERWONEGO DYWANU

Pomponik.pl często bywa na czerwonym dywanie. Rozmawia z gwiazdami podczas filmowych i telewizyjnych premier oraz relacjonuje kulisy najpopularniejszych wydarzeń muzycznych. Serwis jest patronem takich hitów stacji Polsat, jak „Twoja Twarz Brzmi Znajomo” i „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami”.

Świeżo i z fantazją

Wiosenne przepisy
Ewy Wachowicz

Słońce coraz dłużej świeci, pogoda zachęca do spotkań... i do gotowania! Zaskocz bliskich nietuzinkowym menu i wypróbuj nowe przepisy Ewy Wachowicz. Wykwintna zupa, dwie propozycje dania głównego i cudowny włoski deser to doskonały pomysł na oryginalny, przepysznie skomponowany obiad.

Wczesną wiosną Ewa Wachowicz poleca zupę cebulową pod ciastem francuskim, klapsznitę z szarpanym kurczakiem w sosie BBQ i kawową panna cottę.

Gotowanie zacznie się od francuskiej klasyki – zupy cebulowej. A żeby było inaczej i ciekawiej, bo tę potrawę Ewa robiła już w programie „Ewa gotuje”, i to kilka razy, zapieczcie ją pod ciastem – też francuskim.

Na danie główne będą dwie propozycje. Pierwsza to szarpany kurczak w sosie BBQ. Można zrobić go na świeżym filecie lub na mięsie z poprzedniego obiadu. Co ciekawe, mięso trafi do klapsznity. Drugie danie to wątróbka cielęca pieczona na ruszcie, którą najpierw Ewa wymoczy w mleku, a później zamarynuje w dressingu z dużą ilością szatwii.

Ewa prezentuje też, jak przygotować wariację na temat włoskiej panna cotty. Ten deser zazwyczaj jest śnieżnobiały – wersja Ewy jest ozdobiona galaretką na bazie espresso.

Wszyscy wiemy, że kawa jest świetnym napojem, a ostatnie badania dowodzą, że jej regularne picie, oczywiście z umiarem, jest wręcz zbawienne dla naszego zdrowia. Ale to nie wszystko, bowiem równie cenne jak sam napar jest to, co zostaje po jego przyrządzeniu, czyli fusy, z których można zrobić nawóz do kwiatów czy iglaków. I właśnie fusami z kawy Ewa nawozi rośliny w swoim ogrodzie. ●

Cebulowa pod ciastem francuskim

SKŁADNIKI:

● 1 kg cebuli, najlepiej pomieszanych rodzajów: biała, czerwona, cukrowa, szalotka ● 2 łyżki oliwy ● 1 łyżka masła ● 1 szklanka białego wytrawnego wina ● 1 l rosółu wołowego ● świeży tymianek ● sól ● pieprz ● 100 g sera żółtego, najlepiej gruyère ● ciasto francuskie

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Cebulę obierz i pokrój w półplasterki. W garnku rozgrzej oliwę i masło. Wrzuć cebulę, przykryj i duś na małym ogniu przez kilkadziesiąt minut. Od czasu do czasu zajrzyj i przemieszaj.

Następnie wlej wino. Podgrzewaj, aż odparuje. Dolej rosół. Przypraw tymiankiem. Posól i dopraw świeżo zmielonym pieprzem. Przetóż do żaroodpornych kokilek. Na wierzch zetrzyj trochę sera. Przykryj kwadratami wyciętymi z arkusza ciasta francuskiego. Wstaw do piekarnika rozgrzanego do 200°C i zapiekaj przez 20 minut.



Wątróbka cieleca z rusztu

SKŁADNIKI:

- wątróbka z cielaka • mleko do zalania
- pieprz biały • oliwa • 200 g cukru
- DRESSING:** • 5 ząbków czosnku • sól
- pieprz biały • 1 cytryna (sok i otarta skórka) • 1 łyżka szatwii (może być suszona) • ½ szklanki oliwy
- DO PODANIA:** • cząstki cytryny
- sałata

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Z wątróbki zdejmij błonę i wytnij żyły. Następnie pokrój w cienkie plastry. Przetóż

do naczynia. Zalej mlekiem, przykryj i na minimum 2 godziny wstaw do lodówki. Przygotuj dressing. Czosnek przeciśnij do moździerza. Posól i rozetrzyj. Otrzyj skórkę z cytryny, wyciśnij i dolej sok. Dorzuć posiekaną szatwię. Przypraw pieprzem. Wlej oliwę, wymieszaj i odstaw. Namoczoną wątróbkę przepłucz pod bieżącą wodą i osusz ręcznikiem papierowym. Przypraw świeżo zmielonym białym pieprzem, skrop oliwą, wymieszaj i upiecz na mocno rozgrzanym grillu (po 2 minuty z każdej strony). Podawaj z dressingiem, cząstkami cytryny i sałatą.



Kawowa panna cotta z galaretką z espresso

GALARETKA:

- 4 podwójne espresso • 1 łyżka likieru migdałowego • ½ łyżeczki żelatyny
- 2 łyżeczki cukru trzcinowego

PANNA COTTA:

- 1 szklanka śmietanki 30–36 proc.
- 1 szklanka mleka • 1 laska wanilii • 2½ łyżeczki żelatyny • 3 łyżki cukru trzcinowego

SOS KRÓWKOWY:

- ½ szklanki śmietanki 30–36 proc.
- 5–6 krówek

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Kawę uperfumuj likierem migdałowym. Dodaj żelatynę i wymieszaj. Postodź. Wymieszaj i rozlej do 4–5 foremek lub filiżanek. Śmietankę podgrzej z mlekiem. Uperfumuj miąższem z laski wanilii. Dodaj żelatynę i wymieszaj. Postodź i odstaw do przestudzenia.

Rozlej do foremek lub filiżanek z zastygłą galaretką kawową. Przykryj i wstaw do lodówki na co najmniej 2 godziny.

Zrób sos. Śmietankę podgrzej w rondelku. Pokrój i dorzuć krówki. Wymieszaj i poczekaj, aż się rozpuszczą. W razie potrzeby zredukuj. Sos rozsmaruj na talerzyku. Ułóż panna cottę. Udekoruj owocami.



Kanapka z szarpaną kurą i sosem BBQ

SKŁADNIKI:

- ok. ½ kg mięsa z kury – podsmażona pierś, mięso z rosółu, kawałki pieczonego kurczaka • 1 łyżka oliwy lub masła klarowanego do smażenia • 2–3 łyżki sosu sojowego • 1 łyżka miodu • 1 łyżeczka słodkiej papryki wędzonej • ½ łyżeczki ostrej papryki **SOS BBQ:** • 3 łyżki powideł • 1 łyżka koncentratu pomidorowego • 2 łyżki sosu sojowego • 1 łyżka octu balsamicznego • 1 łyżka sosu worcester • ½ łyżeczki słodkiej papryki wędzonej • ½ łyżeczki papryki ostrej **DO PODANIA:** • pajdy okrągłego, wiejskiego chleba • majonez orzechowy (majonez plus masło orzechowe) • sałata • ogórek kiszony • cebula czerwona

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Na patelni rozgrzej oliwę lub masło. Poszarp i wrzuć ugotowane mięso. Przypraw sosem sojowym. Dodaj miód i paprykę, wymieszaj i podsmaż. Na drugiej patelni zrób sos BBQ. Powidła wymieszaj z koncentratem pomidorowym, sosem sojowym, octem balsamicznym i sosem worcester. Dopraw papryką. Wymieszaj i podgrzej. Kromkę chleba posmaruj majonezem z masłem orzechowym. Ułóż liście sałaty, na sałatę połóż szarpanego kurczaka, plastry ogórka kiszzonego i czerwonej cebuli. Posmaruj sosem BBQ, przykryj drugą kromką pieczywa i przekrój na pół.



Ewa Wachowicz

Najpiękniejsza kobieta polskiej kuchni. Producentka i dziennikarka telewizyjna, prowadząca z sukcesem kilka firm. Miłośniczka gotowania, autorka wielu książek kulinarnych. Od kilkunastu lat prowadzi autorski program „Ewa gotuje” emitowany na antenie Polsatu w każdą sobotę o godz. 10.10. U nas zdradza swoje kulinarne tajemnice. Gotuje smacznie, szybko i przede wszystkim zdrowo.

PORT PRASKI - z miłości do Warszawy



Mieszkania
z najlepszym
widokiem
w Warszawie





Sprawdź
aktualną
ofertę
JUŻ DZIŚ!



Skontaktuj się z nami



ul. Krowia 6,
Warszawa

22 288 50 85
portpraski.pl



polsat box 

Telewizja bez opłat nawet przez

12

pierwszych miesięcy

**Od 13. mies. 30 zł/mies., od 25. mies. 40 zł/mies.
Dotyczy Pakietu S – 57 kanałów.**



Pobierz ulotkę

Oferta telewizji dla nowych Klientów na min. 24 mies. „Bez opłat” nie obejmuje pakietów dodatkowych i opłaty jednorazowej za aktywację dekodera. Liczba kanałów uwzględnia kanały niegwarantowane. Szczegóły w Warunkach Oferty i Regulaminach dostępnych u Sprzedawców i na polsatbox.pl

Warszawski Klub Tenisowy „Mera” to jeden z największych ośrodków tenisowych w Polsce. Kompleks obejmuje 12 kortów tenisowych o nawierzchni ziemnej i twardej, dwie całoroczne hale tenisowe, dwa korty do padła oraz zaplecze ogólnorozwojowe z gabinetem fizjoterapii. **Ta bogata infrastruktura stwarza idealne warunki treningowe dla zawodowych tenisistów, którzy mogą się bez obaw przygotowywać do udziału w turniejach.**

WKT „Mera”

kuźnia talentów polskiego tenisa z prawie 50-letnią historią

Klub jest również miejscem spotkań lokalnych pasjonatów tenisa ziemnego, korzystających z ogólnodostępnej oferty klubu. To także przestrzeń, w której pracownicy Grupy Polsat Plus, w ramach benefitów od pracodawcy, mogą czerpać radość z gry w tenisa w czasie wolnym. Pomimo długiej tradycji klub skupia się na przyszłości, kładąc nacisk na ciągły rozwój.

Historia klubu przy alei Bohaterów Września 12 sięga roku 1978. Przez długi czas to właśnie WKT „Mera”, szczególnie zimą, stanowił centralny ośrodek przygotowań dla zawodników z uwagi na fakt, że jako jedyny w kraju dysponował całoroczną halą, na której kortach przez lata rozgrywane były Halowe Mistrzostwa Polski.

W Polsce dynamicznie rozwija się tenis jako dyscyplina sportu, powstaje wiele nowoczesnych ośrodków szkolenia i rozbudowuje się infrastruktura, lecz WKT „Mera” wciąż należy do czołówki klubów w naszym kraju. Jest miejscem, w którym do startów w turniejach zawodowego cyklu przygotowywali się była wiceliderka rankingu WTA i finalistka wielkoszlemowego Wimbledonu Agnieszka Radwańska oraz finalista US Open w grze podwójnej Mariusz Fyrstenberg.

Aktualnie z infrastruktury klubu korzystają m.in. Urszula Radwańska, Kamil Majchrzak

oraz Daniel Michalski. W listopadzie ubiegłego roku na kortach Mery odbyło się zgrupowanie Reprezentacji Polski kobiet przed jej udziałem w turnieju finałowym Billie Jean King Cup w Sewilli. Aktualny kapitan kadry tenisistek Dawid Celt na co dzień jest związany z warszawskim klubem, pełniąc także funkcję kapitana drużyny WKT „Mera” w rozgrywkach LOTTO SuperLiga.

Poza tenisem zawodowym WKT „Mera” duży nacisk kładzie na szkolenie przyszłych pokoleń polskiego tenisa.



W celu poszukiwania talentów na miarę Igi Świątek, Agnieszki Radwańskiej czy Huberta Hurkacza uruchomiono Akademię Mistrzów – program szkoleniowy, w którym aktualnie uczestniczy około 400 dzieci w wieku od 4 do 18 lat. Zajęcia prowadzone są w kameralnych grupach przez profesjonalną kadrę trenerską, która oprócz szlifowania umiejętności tenisowych dba również o rozwój motoryczny najmłodszych adeptów tenisa, stawiających swoje pierwsze kroki w tej dyscyplinie sportu.

Nadrzędnym celem Akademii Mistrzów jest zaszczepienie pasji do tenisa wśród najmłodszych oraz propagowanie aktywnego spędzania czasu z rówieśnikami przy asyście profesjonalistów. Dzieci o najbardziej zaawansowanych umiejętnościach tenisowych przygotowywane są do gry turniejowej. Sukcesy wychowanków Akademii Mistrzów, osiągnięte w różnych kategoriach wiekowych na poziomie krajowym, stanowią potwierdzenie wysokiej jakości szkolenia oferowanego przez WKT „Mera”.

– Akademia Mistrzów to nasz flagowy projekt. Zaczynaliśmy od zaledwie kilkunastu osób, głównie w grupach rekreacyjnych. Teraz program liczy kilkuset uczestników, a zawodnicy grupy HOT SHOTS, zrzeszającej najlepszych, zajmują czołowe miejsca na listach krajowych w wielu kategoriach wiekowych. Wszystko to nie byłoby możliwe bez zaangażowania wielu osób: trenerów, pracowników administracyjnych czy osób zajmujących się obiektem. Istotnym elementem było także wsparcie od naszych sponsorów i partnerów, którzy pomagają nam osiągać kolejne sukcesy i stale się rozwijać. Grupa Polsat Plus od lat wspiera nasze działania i mocno nam kibicuje – powiedział Michał Domański, Dyrektor Sportowy klubu.

W ramach ogólnopolskiego programu Tenis10 klub stworzył serię WKT „Mera” Kids Cup liczącą nawet do 10 turniejów na przestrzeni roku. Stwarza to szansę dla młodych tenisistów na sprawdzenie swoich umiejętności w warunkach turniejowych z przeciwnikami i przeciwniczkami z całej Polski.

Dogodne położenie Warszawskiego Klubu Tenisowego „Mera” sprawia, że jest chętnie odwiedzany przez pozostałych pasjonatów tenisa, wypełniających korty nawet w godzinach późnowieczornych. Dwie stałe hale oraz balony montowane na sezon zimowy umożliwiają korzystanie z infrastruktury klubu przez cały rok. Ofertę Mery wzbogacają dodatkowo dwa odkryte korty do padla – sportu, który obecnie zyskuje na popularności, gromadząc setki nowych sympatyków.

Oprócz walorów sportowych klub dysponuje pełnym zapleczem, które daje możliwość organizacji wydarzeń i eventów, takich jak turnieje tenisowe czy konferencje trenerskie. WKT „Mera” to klub dla wszystkich: dla zawodowców i dla amatorów, dla dzieci i dla dorosłych, dla osób prywatnych i firm, organizacji czy stowarzyszeń. Warto zatem wybrać się na warszawską Ochotę i doświadczyć tego tenisowego świata, w którym tradycje mieszają się z nowoczesnością. ●





A Ty jesteś w zasięgu Światłowodu Plusa?

Sprawdź na plus.pl/swiatlowod



plus 

2 za 1

Dwa abonamenty w cenie jednego



Pobierz ulotkę

Dotyczy wybranych wariantów ofert. Opłata za 2 abonamenty w cenie 1 w promocyjnym planie L to 69 zł/mies. przez rok lub 2 lata z rabatami. Długość promocyjnego okresu zależy od promocji w jakiej Klient zawarł umowę. Opłata od 13. lub 25. miesiąca wynosić będzie 129 zł/mies. z rabatem 10 zł za e-fakturę. Prezentowana w Regulaminach opłata 108 zł nie uwzględnia rabatu za e-fakturę 10 zł i rabatu specjalnego 29 zł. Szczegóły w Regulaminach z grupy ofert: Mistrzowska Oferta L4 lub Trio, DUET, RODZINA, RODZINA+ 7.4 lub 7.5 DODATKOWA KARTA na plus.pl