

Kawa czy herbata?

[start](#) [video](#) [wkrótce](#) [tematy dnia](#) [przepis dnia](#) [zespół](#) [konkursy](#) [galerie](#) [kontakt](#) [forum](#)

Poniedziałek - 11 czerwca

18:24, 10.06.2012

[nk](#) Fajne! 0[+](#) 0

Dziś m.in. o tym, jak nie przytyć w czasie oglądania meczów, jak gromadzić dokumentację medyczną, by uzyskać odszkodowanie po wypadku. Poza tym będzie też "Zielony kącik", a w nim o chorobach i szkodnikach w ogrodzie oraz rozmowa o godle "Teraz Polska" i zaproszenie na spektakl "3 razy Piaf". Zapraszamy!



Czym zastąpić słone, tłuste i bardzo kaloryczne chipsy i inne popularne przekąski (fot. astrako/sxc.hu)

[Podziel się:](#) Więcej

Duńczycy pokonali Holendrów 1:0, a Niemcy - Portugalczyków - również 1:0. Wczoraj zmierzyli się piłkarze z grupy C. W Gdańsku odbył się mecz dwukrotnych mistrzów Europy i jednokrotnych mistrzów świata - Hiszpanów z czterokrotnymi mistrzami świata - Włochami. Ten emocjonujący pojedynek zakończył się remisem 1:1. Natomiast w Poznaniu zmierzyły się drużyny Chorwacji i Irlandii. Zwyciężyli Chorwaci 3:1

- **dietetyczny niezbędnik kibiców** - jak przeżyć turniej piłkarski w dobrej formie i nie przytyć? Wielu cennych rad udzieli Agnieszka Piskała - specjalistka ds. żywienia. Kibic UEFA EURO 2012 może podczas trzech tygodni piłkarskich emocji przytyć od 3 do 8 kg. Oglądanie jednego meczu dostarcza nawet 2000 kcal, czyli tyle, ile powinniśmy spożyć w ciągu całego dnia. Nie ma znaczenia, co jemy podczas oglądania telewizji. Nasz organizm jest przyzwyczajony do rytuału jedzenia w czasie oglądania meczu. Natomiast i tak cała energia jest skupiona na sportowych emocjach. Jak standardowy prowiant kibiców wpływa na ich zdrowie? Czym zastąpić tradycyjne przekąski: chipsy, słony popcorn, orzeszki, słone paluszki, czekoladki, często popijane piwem, by nie przytyć podczas 3 tygodni rozrywek? Jak w domowych warunkach spalić nadmiar kalorii, dostarczonych organizmowi podczas oglądania meczu? Jak przygotować szybko zdrowe przekąski? Doskonale jest przygotowany w domu, na niewielkiej ilości tłuszczu, popcorn czy warzywa z dipami.

- **"Piłka nożna w kinie"** - felieton Pawła Rojka. Nasz znawca filmów tym razem opowiada o tych, w których piłka nożna występuje w roli głównej, m.in.: "Do przerwy 0-1", "Boisko bezdomnych", czy "Podkręć jak Beckham"

- **uwaga! - konkurs!** - gospodarze programu zachęcają do udziału w konkursie "STRZEL BRAMKĘ - WYGRAJ NAGRODY", który ruszył 30 maja. Finał zaplanowano na 13 czerwca. Regulamin konkursu znajduje się na stronie [www.bramki.tvp.pl](#). Zachęcamy Państwa do nadsyłania nagrań video, dokumentujących strzelone bramki. Trzy najlepsze filmy nagrodzimy zestawami kibica (nagroda niespodzianka)! Aby wziąć udział w konkursie, trzeba zalogować się na specjalnej platformie [www.bramki.tvp.pl](#), do której skieruje nas strona internetowa naszego programu [www.kawaczyherbata.tvp.pl](#) i umieścić nagranie video. Zachęcamy naszych widzów do przesyłania klipów video, wykonanych telefonem komórkowym, kamerą itp..

- **Zielony kącik** - najpierw felieton Marka Jezierskiego o chorobach i szkodnikach w ogrodzie, a potem rozmowa z nim w studiu o oryginalnych roślinach, doskonałych na balkony, tarasy i do ogrodów. To kontynuacja prezentacji z poprzedniego poniedziałku - 4 czerwca

[✉](#) [📄](#) [🔍](#) [🔍](#) [🔍](#)

zobacz również

- [Poniedziałek - 4 czerwca >](#)
- [Poniedziałek - 28 maja >](#)
- [Poniedziałek - 21 maja >](#)
- [Poniedziałek - 14 maja >](#)
- [Poniedziałek - 7 maja >](#)
- [Poniedziałek - 30 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 23 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 16 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 2 kwietnia >](#)

[więcej >](#)

początek strony ^

zobacz także

- » Abonament TVP
- » Rada Programowa
- » Zgłoś program (ROPAT)
- » Zamówienia publiczne
- » **Zgłoś nadużycie w sieci**
- » Centrum prasowe
- » Program dla prasy
- » Serwis fotograficzny
- » Sklep TVP
- » Emisja w TVP
- » Odbiór programów TVP
- » Reklama w tvp.pl
- » Oferta handlowa
- » Telegazeta ogłoszenia
- » Biuro Reklamy
- » Naziemna Telewizja Cyfrowa
- » Merchandising (znaki)

tvp regionalne

- » Białystok
- » Bydgoszcz
- » Gdańsk
- » Gorzów Wlkp.
- » Katowice
- » Kielce
- » Kraków
- » Lublin
- » Łódź
- » Olsztyn
- » Opole
- » Poznań
- » Rzeszów
- » Szczecin
- » Warszawa
- » Wrocław



regulamin tvp.pl | pomoc | polityka prywatności | redakcja | newsletter | kontakt | EURO 2012: transmisje w strefach kibica | Euro 2012 - infolinia TVP

Kawa czy herbata?

[start](#) [video](#) [wkrótce](#) [tematy dnia](#) [przepis dnia](#) [zespół](#) [konkursy](#) [galerie](#) [kontakt](#) [forum](#)

Poniedziałek - 11 czerwca



18:24, 10.06.2012

Fajne! 0

+1 0

- **"Odzyskać dzielnicę!"** - felieton Magdaleny Michalskiej o warszawskim Targówku Fabrycznym. Na życzenie mieszkańców powstała ścieżka turystyczna - audiorower i Sąsiedzki Klub Wypoczynkowy - plaża na skwerze. Coś z niczego, w modnym duchu recyklingu. Leżaki zmontowane z europalet, hamaki ze zużytych banerów reklamowych. Będzie kino plenerowe i galeria komiksu na ciągnących się kilometrami rurach ciepłowniczych.

- **nieczytelna dokumentacja medyczna** - o konsekwencjach nieprawidłowo i nieczytelnie sporządzonej dokumentacji medycznej rozmawiamy z mec. Pawłem Lewandowskim - radcą prawnym Europejskiego Centrum Odszkodowań. Ze statystyk Europejskiego Centrum Odszkodowań wynika, że 30 procent wniosków o wypłatę odszkodowań z polisy OC sprawcy wypadków zawiera nieczytelną lub niewłaściwą dokumentację medyczną, co opóźnia lub uniemożliwia wypłatę rekompensaty. Wiemy, jak niechlujnie piszą lekarze - a dla ubezpieczyciela to już podstawa do niewypłacenia świadczenia. Co powinien zrobić pacjent, żeby takie odszkodowanie otrzymać jak najszybciej (sprawa jest poważna, bo rocznie jest kilka tysięcy takich wniosków)? Jak rozmawiać z lekarzem i jakie dokumenty zebrać?



- **nowości muzyczne** - Roman Rogowiecki rekomenduje drugi studyjny krążek indiepopowców z Nowego Jorku - zespołu "Fun" - "Some Nights". Ukazał się on pod koniec maja. Nate Ruess, Andrew Dost i Jack Antonoff wyciągnęli wnioski z dobrego przyjęcia debiutanckiego krążka "Aim And Ignite", a poza tym, jako dobrzy obserwatorzy i konsumenci sieci, postawili przy drugim albumie na mocniejszą ekspozycję w Internecie. Produkcją zajęli się Jeff Bhasker (Kanye West, Jay-Z, Alicia Keys, Beyonce, Drake), któremu trio wiele zawdzięcza, jeśli chodzi o poszerzenie formuły. To już nie tylko indie pop. Ten gatunek muzycy zmieszali z hip-hopem, teatralnym rockiem. Pełno jest świetnych beatów i chwytliwych melodii. Nate'owi, Andrew i Jackowi tym razem zależało, aby piosenki były spójne, niezbyt rozwlekłe. Słuchamy też wywiadu z Natem Russem i Jackiem Antonoffem.

[początek strony](#) ^[< poprzednia](#) | [1](#) [2](#) [3](#) | [następna >](#)

zobacz również

- [Poniedziałek - 4 czerwca >](#)
- [Poniedziałek - 28 maja >](#)
- [Poniedziałek - 21 maja >](#)
- [Poniedziałek - 14 maja >](#)
- [Poniedziałek - 7 maja >](#)
- [Poniedziałek - 30 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 23 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 16 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 2 kwietnia >](#)

[więcej >](#)

zobacz także

- » [Abonament TVP](#)
- » [Rada Programowa](#)
- » [Zgłoś program \(ROPAT\)](#)
- » [Zamówienia publiczne](#)
- » [Zgłoś nadużycie w sieci](#)
- » [Centrum prasowe](#)
- » [Program dla prasy](#)
- » [Serwis fotograficzny](#)
- » [Sklep TVP](#)
- » [Emisja w TVP](#)
- » [Odbiór programów TVP](#)

- » [Reklama w tvp.pl](#)
- » [Oferta handlowa](#)
- » [Telegazeta ogłoszenia](#)
- » [Biuro Reklamy](#)
- » [Naziemna Telewizja Cyfrowa](#)
- » [Merchandising \(znaki\)](#)

ttp regionalne

- » [Białystok](#)
- » [Bydgoszcz](#)
- » [Gdańsk](#)
- » [Gorzów Wlkp.](#)
- » [Katowice](#)
- » [Kielce](#)
- » [Kraków](#)
- » [Lublin](#)
- » [Łódź](#)
- » [Olsztyn](#)
- » [Opole](#)
- » [Poznań](#)
- » [Rzeszów](#)
- » [Szczecin](#)
- » [Warszawa](#)
- » [Wrocław](#)

Kawa czy herbata?

[start](#) [video](#) [wkrótce](#) [tematy dnia](#) [przepis dnia](#) [zespół](#) [konkursy](#) [galerie](#) [kontakt](#) [forum](#)

Poniedziałek - 11 czerwca

18:24, 10.06.2012

nk Fajne! 0

+1 0



- **dziś na UEFA EURO 2012** - Rafał Patyra - dziennikarz TVP Sport i Dariusz Dziekanowski - były reprezentant Polski i asystent trenera kadry Leo Beenhakkera zapowiedzą dzisiejsze mecze w grupie D. Na Ukrainie, w Doniecku, o godz. 18 Anglia zmierzy się z Francją, a o godz. 20.45 w Kijowie - **współgospodarze mistrzostw** - Ukraińcy zagrają ze Szwecją

- **"Strefa kibica"** - felieton Moniki Białek o tym, jakie atrakcje na czas UEFA EURO przygotowały władze stolicy i to nie tylko dla kibiców.

- **"Teraz Polska"** - o 22 edycji konkursu i dzisiejszej gali opowiadają: Krzysztof Przybył - prezes Zarządu Fundacji Polskiego Godła Promocyjnego "Teraz Polska" i prof. dr hab. inż. Michał Kleiber - przewodniczący Kapituły konkursu "Teraz Polska". Dziś wieczorem w Teatrze Wielkim po raz 22. zostanie wręczona jedna z najbardziej prestiżowych nagród gospodarczych w naszym kraju. Podczas uroczystej Gali finałowej "Teraz Polska" poznamy zwycięzców tegorocznej edycji. Laureaci, z rąk naszych gości, odbiorą statuetki oraz gratulacyjne dyplomy. W związku z 20-leciem Godła "Teraz Polska" Kapituła postanowiła przyznać **honorowe wyróżnienia** wydarzeniom specjalnym, promującym Polskę, a także Prezydentom RP, którzy dotychczas pełnili rolę Patronów Honorowych nad Konkursem. W tym roku po raz trzeci zostaną także nagrodzeni **"Wybitni Polacy"**, laureaci konkursu, którzy swoją działalnością przyczyniają się do promowania naszego kraju za granicą. **Wieczór uświetni koncert** niepowtarzalnego duetu: Światowej sławy sopranistki - Aleksandry Kurzak oraz Sebastiana Karpiela-Bulecki - lidera zespołu Zakopower, śpiewających w towarzystwie Orkiestry Symfonicznej Teatru Wielkiego. Gospodarzami wieczoru będą: Agata Konarska oraz Grzegorz Miśtał. **Uwaga!** - mamy dla Państwa zaproszenia na wieczorną galę, wystarczy zadzwonić pod nr tel. 22 50 70 157

- **"3 razy Piaf"** - na znakomity spektakl w reżyserii Artura Barcisia zapraszają aktorki w nim występujące: Karolina Miłkowska, Marzena Wieczorek, Anna Łaniewska. W 2002 r. przedstawienie było grane w warszawskim Teatrze Ateneum, od 2007 r. - w gorzowskim Teatrze Osterwy. Teraz - 15 czerwca spektakl zostanie wystawiony w Warszawie w Centrum Łowicka. To będzie 150 przedstawienie. **Radość, ból, miłość i gniew.** Tak jak w piosenkach i życiu Edith Piaf. To właśnie wyśpiewany spektakl o życiu pieśniarki. Trzy jego etapy, trzy aktorki, trzy różne głosy i trzy temperamenty. **Młoda Piaf** - Karolina Miłkowska, **to nieoszlifowany diament, wróbelk z paryskiego bruku.** **Zakochana Piaf** - to wielka diwa sceny, pełna dramatyzmu i ekspresji, w którą znakomicie wcieliła się Marzena Wieczorek i wreszcie **Piaf zmęczona,** już bez tej siły w głosie, tych uniesień w interpretacji Anny Łaniewskiej. Widz ma wrażenie, że obserwuje życie Piaf, siedząc w paryskiej kawiarni, przy stolikach z nastrojowymi lampkami.

- **UEFA EURO 2012** - dziś wieczorem zostaną rozegrane mecze drużyny z "grupy śmierci". Jakie nastroje panują na Ukrainie przed pierwszym meczem współgospodarzy mistrzostw? Na ten temat rozmawiamy z Weroniką Marczuk i z Zorą Korolowem - ukraińskim tancerzem. Jak zdajemy egzamin jako organizatorzy Mistrzostw Europy w Piłce Nożnej?

początek strony ^

< poprzednia | 1 2 3 >

zobacz również

- [Poniedziałek - 4 czerwca >](#)
- [Poniedziałek - 28 maja >](#)
- [Poniedziałek - 21 maja >](#)
- [Poniedziałek - 14 maja >](#)
- [Poniedziałek - 7 maja >](#)
- [Poniedziałek - 30 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 23 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 16 kwietnia >](#)
- [Poniedziałek - 2 kwietnia >](#)

[więcej >](#)

TVP 1

TVP 2

TVP INFO

TVP POLONIA

TVP SPORT

TVP KULTURA

TVP HISTORIA

TVP HD

TVP SERIALE

GEMCAT TV

TVP PARLAMENT

zobacz także

- » [Abonament TVP](#)
- » [Rada Programowa](#)
- » [Zgłoś program \(ROPAT\)](#)
- » [Zamówienia publiczne](#)
- » [Zgłoś nadużycie w sieci](#)
- » [Centrum prasowe](#)
- » [Program dla prasy](#)
- » [Serwis fotograficzny](#)
- » [Sklep TVP](#)
- » [Emisja w TVP](#)
- » [Odbiór programów TVP](#)
- » [Reklama w tvp.pl](#)
- » [Oferta handlowa](#)
- » [Telegazeta ogłoszenia](#)
- » [Biuro Reklamy](#)
- » [Naziemna Telewizja Cyfrowa](#)
- » [Merchandising \(znaki\)](#)

tvp regionalne

- » [Białystok](#)
- » [Bydgoszcz](#)
- » [Gdańsk](#)
- » [Gorzów Wlkp.](#)
- » [Katowice](#)
- » [Kielce](#)
- » [Kraków](#)
- » [Lublin](#)
- » [Łódź](#)
- » [Olsztyn](#)
- » [Opole](#)
- » [Poznań](#)
- » [Rzeszów](#)
- » [Szczecin](#)
- » [Warszawa](#)
- » [Wrocław](#)



