

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

WEDDING
PLANNERKA

Alina Sieroń

strona 7

ODZYSKAMY NER

ŁODZIANIE BĘDĄ MOGLI WYPOCZYWAĆ NAD RZEKĄ **strona 3**

AKTUALNOŚCI

ZAJEZDZIA
CHOCIANOWICE.
TRAMWAJE
WROĆ NA TRASY

strona 3

WYDARZENIA

JARMARK
WIELKANOCNY
W MANUFAKTURZE

strona 5

TEMAT NUMERU

ŁÓDZKIE PARKI
POLECAJĄ SIĘ
NA WIOSNĘ

strona 8-9

KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL

ZADZWOŃ: 722 006 791

FINAŁ PRAC NA LEGIONÓW

Inwestycja na ul. Legionów zmierza do finału, dlatego miasto zaprasza do spotkania z przedstawicielami wykonawcy i Zarządu Inwestycji Miejskich odbędzie się w **środe, 27 marca o godz. 16:00 na ul. Legionów, od strony pl. Wolności.**

Wraz z zakończeniem prac na pl. Wolności i udostępnieniem przejazdu przez ul. Legionów od poniedziałku, 4 marca w pełni na swoją trasę wróciła linia 15, która kursuje z Kurczaków na ul. Telefoniczną. Ponad-

to zmieniła się trasa linii 17 i 86, które również przejeżdżają przez pl. Wolności. Na swoje linie wróciły już tramwaje, ale drogowcy wciąż pracują. Prowadzone są roboty przy słupach trakcyjnych, montażu sieci jezdni i osprzętu. Wykonawca zamontował i wyregulował przewody jezdne w całym zakresie. Ekipy drogowców zobaczymy również przy czyszczeniu szczelin torowych i regulacji torowiska. Ponadto prowadzone są prace przy zieleni, trwa porządkowanie terenu budowy i usuwanie usterek. **ML**



MANUFAKTURA WYBUDUJE ŁĄCZNIK Z „ŁÓDZKIM METREM”

Z nowego przystanku kolejowego Łódź Polesie będzie można bezpośrednio dostać się do Manufaktury. Centrum handlowe właśnie ogłosiło, że wybuduje specjalny łącznik między przyszłą stacją „łódzkiego metra” a terenem kompleksu handlowego. Gotowy jest już projekt, a inwestor będzie wkrótce starał się o pozwolenie na budowę. W łączniku będzie miejsce także na sklepy i usługi.

Jak informuje centrum handlowe, projekt łącznika jest już praktycznie gotowy i trwają ostatnie uzgodnienia. – Jesteśmy na etapie finalizacji projektu i zatwierdzania go z odpowiednimi instytucjami, m.in. z Wojewódzkim Konserwatorem Zabytków – mówi w rozmowie z „Łódź.pl” rzeczniczka Manufaktury Monika Langner. Łącznik będzie konstrukcją naziemną. – Projekt zakład stworzenie łącznika naziemnego,

który połączy stację PKP Polesie z budynkiem galerii handlowej Manufaktury. Wejście do budynku będzie przez pasaż przy supermarkecie Auchan – wyjaśnia Monika Langner. W łączniku powstanie miejsce na sklepy i lokale usługowe. Łącznie to ponad 200 m² powierzchni. Na razie nie wiadomo, ile ma kosztować budowa. Inwestor nie chce ujawniać kwoty przed ostatecznym zatwierdzeniem projektu. **JB**

ADOPCJE

ŻYWE SREBRO

Pola trafiła do schroniska 13 listopada. Miała wtedy zaledwie ok. 7 miesięcy. Młodość, radość, energia za kratami – nie tak powinno wyglądać psie dzieciństwo!

Pola to pozytywna, towarzyska i radosna sunia. Bardzo potrzebuje kontaktu z człowiekiem i spędzania z nim czasu. Jest wulkanem energii, a zabawa to jej drugie imię. Mamy nadzieję, że Pola skradnie czyjeś serce i szybko zamieni schronisko na dom, a budę na kanapę. Daj jej dom, a zakocha się w Tobie bez pamięci! Osoby zainteresowane adopcją suni zapraszamy do kontaktu ze schroniskiem: schronisko.biuro@o2.pl

RedSch



Galante Sprzątanie 2024! Przez cztery wiosenne dni tódzianie wspólnie porządkowali Łódź. Już po raz trzeci udowadniają, że wspólna praca i zaangażowanie przynoszą wspaniałe efekty.

Zaplanuj Zieloną Łódź!

Miasto Łódź zaprasza mieszkańców na cykl spotkań dotyczących nowych zielonych terenów w Łodzi.

We wtorek (26 marca) o godz. 17:00 w Szkole Podstawowej nr 143 (ul. Kuźnicka 12) zorganizowane zostanie spotkanie

ni ws. realizacji zadania XI edycji Łódzkiego Budżetu Obywatelskiego w parku Wyścigi. Wstęp wolny. **red**



JASNA STRONA MIASTA NA SYGNALE

DZIĘKI SZYBKIEJ REAKCJI URATOWALI CHŁOPCA

20 marca w Przygłowie, w gminie Sulejów, odbywał się protest rolników, którzy blokowali drogę krajową nr 12. Do zabezpieczenia protestu zadysponowany został również patrol, do którego w pewnym momencie podbiegła roztrzęsiona kobieta, która oświadczyła, że jej 9-miesięczny syn zaczął robić się siny, dostał drgawek, po czym stracił przytomność i ma problemy z oddychaniem.

Policjant i strażak natychmiast pojechali pod wskazany adres, na miejscu podjęli decyzję o przewiezieniu dziecka wraz z matką do szpitala. Pomimo prowadzonego w tym miejscu strajku, przejechał „korytarzem życia” utworzonym przez rolników.

Dzięki szybkiej reakcji i współpracy służb pomoc przyszła na czas, a mały Leon jest bezpieczny pod opieką medyków. **red**

Miasto odzyska NER



RZEKI WASZYCH MARZEŃ

Miasto Łódź zaprasza mieszkańców na spacer badawczy w ramach cyklu spotkań „Rzeki Waszych Marzeń”.

Spacer zaplanowano na poniedziałek (25 marca) na godz. 17:00 przy rzece Ner (kładka od ul. Południowej). Spotkanie poprowadzi dyrektor Departamentu Ekologii i Klimatu UMŁ Maciej Riemer. Przebieg spotkania będzie uzależniony od warunków pogodowych.

Rzeki to ukryty skarb Łodzi, dlatego miasto chce je odzyskać dla mieszkańców, by mogli wypoczywać na łonie przyrody, przy wodzie. Urzędnicy, specjaliści i naukowcy łączą siły i wspólnie pracują nad projektami zagospodarowania dolin rzecznych, m.in. Neru.

Ner to największa rzeka w Łodzi. Jego pierwotne źródła znajdują się przy Mileszkach. Rzeka płynie na wysokości ul. Kolumny i dalej na południowy zachód, na chwilę opuszczając Łódź. Wraca przy

Stawach Stefańskiego, skąd wije się przez Rudę Pabianicką, Chocianowice, Łaskowice i Lublinek. Dalej jej nurt zmierza w kierunku Konstancynowa i Poddębic, by ostatecznie ujść do Warty. Przechadzając się wzdłuż rzeki, można natknąć się m.in. na pozostałości dawnej osady, której centralnym punktem był młyn Charzewski, niegdyś zasilany wodą płynącą w Nerze. Budynek stoi do dziś i bywa celem wycieczek okolicznych mieszkańców.

W ochronie bioróżnorodności

Ner stanowi ważny element ekosystemu miasta, a szczególnie jego południowej części. Reguluje temperaturę powietrza i chroni te obszary przed powodzią, a jednocześnie tworzy niezwykle, dziki krajobraz, meandrując między łąkami i polami. Dlatego wszystkie planowane działania będą prowadzone tak, by zachować

jego naturalny przebieg i charakter, bez szkody dla przyrody. Wręcz przeciwnie – projekt zakłada dodatkową ochronę bioróżnorodności i siedlisk zwierząt.

Nowe miejsce wypoczynku

Plany dotyczą dwóch odcinków Neru. Od Stawów Stefańskiego do miejsca, w którym Ner łączy się z Jasieniem, koryto rzeki

zostanie oczyszczone, a wzdłuż niego powstaną ścieżki dla pieszych i rowerzystów. Łodzianie będą mogli wypoczywać na przygotowanych wokół łąkach i kosze na śmieci. Z kolei na zachód od ujścia Jasienia, przy dzikim Nerze powstaną kładki i pomosty oraz ścieżki edukacyjne z punktami widokowymi.

MaSk

INFO

W Łodzi jest ponad 20 rzek. Miasto już wcześniej odzyskało dla mieszkańców Sokołówkę, wkrótce to samo stanie się z Lamusem. Oprócz Neru zagospodarowane zostaną również doliny Łódki i Jasienia.

ZAJEZDZIA CHOCIANOWICE W PRZEBUDOWIE

TRAMWAJE WRÓCĄ NA SWOJE TRASY



Po przebudowie zajezdni Chocianowice Łódź zyska nowoczesne centrum obsługi tramwajów, a po remoncie trafi do niej 30 nowoczesnych pojazdów Moderus Gamma. W kwietniu częściowo otwarty zostanie wjazd do zajezdni dla tramwajów codziennej obsługi liniowej miasta.

Jak przebiega inwestycja? Na placu budowy nieprzerwanie wykonywane są dwa rodzaje robót. Pierwsze to oczywiście torowe – tu uwaga wykonawcy skupia się przede wszystkim na układzie nowych torowisk i rozjazdów wokół nowego budynku zajezdni. W przypadku prac budowlanych w głównym budynku montowane jest zadaszenie, trwają również roboty żelbetowe na

głównej konstrukcji nowej hali. W budynku administracyjnym za kilka dni rozpoczną się prace przy przebudowie i odnowie zabytkowych wnętrz. Wykonawca potwierdza, że w kwietniu częściowo otwarty zostanie wjazd do zajezdni dla tramwajów codziennej obsługi liniowej miasta.

Tramwaje wrócą na swoje trasy

Dzięki wznowieniu obsługi przez zajezdnię Chocianowice tramwaje znów pojadą swoimi trasami. Wraz z powrotem tramwajów do zajezdni możliwe będzie uruchomienie kolejnych linii tramwajowych. Na swoje trasy wrócą linie 4 i 17. „Czwórka”

znów połączy Radogoszcz z Dąbrówą, przejeżdżając przez Dworzec Fabryczny i al. Śmigłego-Rydza, a „siedemnastka” pojedzie z ul. Telefontycznej przez ul. Legionów i al. Politechniki na Chocianowice. Dzięki temu zyskamy więcej kursów w wielu częściach miasta i nowe bezpośrednie połączenia, które ułatwią podróżowanie po Łodzi.

Jak się zmieni zajezdnia?

W ramach inwestycji odnowiona zostanie elewacja budynku, która odzyska pierwotną formę i architektoniczne detale. Pojawiają się stylizowane bramy wjazdowe i nowa stolarka okienna, a wewnątrz hali

będzie wzbogacone szeregiem wyeksponowanych dźwigarów z drewna. Zakres prac obejmuje również wymianę torowisk i sieci trakcyjnej, przebudowę układu zasilania wraz ze stacją transformatorową, remont istniejącej remizy tramwajowej oraz budowę nowej, dwutorowej części hali do obsługi taboru i budynku portierni. Na terenie zajezdni pojawi się nowy układ drogowy i oświetlenie, a nowy układ torowy umożliwi manewrowanie wagonami bez konieczności wyjeżdżania nimi poza teren zajezdni.

Koszt inwestycji to ponad 136 mln zł. Prace są częściowo finansowane ze środków UE.

FOT. ŁÓDŹ.PL

ML

Pryncypalna otwarta dla ruchu

Nowa jezdnia, chodniki i przystanki. Zakończył się remont ul. Pryncypalnej.

Dobre wiadomości dla mieszkańców Górnej – zakończył się remont ul. Pryncypalnej. Ulica została otwarta dla ruchu. Na swoją trasę wróciła linia 63. Ulicę wyremontowano na odcinku od ul. Bar-

toszewskiego w stronę ul. Frycza-Modrzewskiego. Wymieniono konstrukcję drogi, ułożono nowy asfalt i wyremontowano chodniki. Na przystankach wykonano nawierzchnię z betonu, a perony zostały podwyższone, aby ułatwić wsiadanie. Zamontowano również nową wiatę.

TAnd



FOT. ŁÓDŹ.PL

Z POZNANIA DO ŁÓDZI W NIECAŁĄ GODZINĘ

Szybka kolej z Poznania do Łodzi coraz bliżej. Spółka Centralny Port Komunikacyjny właśnie podpisała umowę na projekt budowy torów między Poznaniem a Sieradzem. To element trasy, która w przyszłości potoczy stolicę Wielkopolski z Warszawą przez Łódź. Już teraz trwają prace przygotowawcze do wiercenia tunelu dla Kolei Dużych Prędkości pod Łodzią.

Umowa na zaprojektowanie jednego z odcinków trasy Kolei Dużych Prędkości została podpisana pod koniec lutego. Jako pierwsza informowała o tym łódzka

„Gazeta Wyborcza”. Tory, którymi mają jeździć szybkie pociągi, będą przebiegać m.in. przez Kalisz i Środę Wielkopolską. Na kolejnych etapach tory połączą także Sieradz z Łodzią, dzięki czemu podróż do Poznania ma się skrócić o 1/3. Obecnie przejazd tradycyjnym pociągiem zajmuje ponad 3 godziny, a w przypadku Kolei Dużych Prędkości ma być to niecała godzina. Co ważne, wszystko wskazuje na to, że projekt budowy KDP

nie zostanie odłożony na półkę. Mimo że ważą się losy samego Centralnego Portu Komunikacyjnego między Łodzią a Warszawą, to rząd zapewnia, że z kolejowej części projektu nie zrezygnuje.

Trwa budowa
Prace przy budowie KDP już się zaczęły. W Łodzi

trwają właśnie przygotowania do drążenia drugiego tunelu pod miastem, którym będą jeździły szybkie pociągi, od dworca Łódź Fabryczna właśnie w kierunku Sieradza i dalej Poznań. **red**
FOT.FREEPIK

TEN PLAN ZADECYDUJE O CAŁEJ ŁÓDZI!

Do 26 kwietnia można składać wnioski do planu ogólnego miasta. Ten dokument zdecyduje, co będzie można w Łodzi budować, a czego nie.

Plan ogólny zastąpi studium miasta. Różnica będzie kolosalna, bo o ile studium to dzisiaj tylko wytyczne, które nie są wiążące dla np. decyzji o warunkach zabudowy, to plan ogólny będzie już bezwzględnie obowiązujący dla całej Łodzi. Jak będzie wyglądał plan? Różne tereny miasta będą przypisane do jednej z 13

określonych stref. W ten sposób zapadnie decyzja, gdzie można budować mieszkania, gdzie domy jednorodzinne, gdzie mogą powstać hale i magazyny, a gdzie i w jaki sposób będą chronione zieleń i doliny rzek. Do planu każdy z nas może złożyć wnioski ze swoimi propozycjami, uwagami i potrzebami. Można to zrobić w siedzibie Miejskiej Pracowni Urbanistycznej przy al. Kościuszki 19 lub online na stronie www.mpu.lodz.pl **red**

MCM GÓRNA

Nowy sprzęt za prawie 400 tysięcy

Nowy sprzęt medyczny o wartości 380 tys. zł jest już dostępny dla pacjentów w Miejskim Centrum Medycznym „Górna”. Kupiono m.in. fotele ginekologiczne, USG, sprzęt stomatologiczny i sprzęt diagnostyczny.

Przychodnia położniczo-ginekologiczna przy ul. Rzgowskiej 170 zakupiła dwa fotele ginekologiczne, które są przystosowane do przyjmowania pacjentek z niepełnosprawnościami. Tym samym już we wszystkich placów-

kach MCM „Górna” jest taki standard. W placówce przy ul. Tatrzańskiej zainstalowano USG, które będzie wykorzystywane do wykonywania badania serca, jamy brzusznej, nerek i innych narządów. Natomiast przychodnia przy ul. Felińskiego 7 otrzymała nowe holtry EKG i RR. MCM „Górna” zainwestowała też w najmłodszych. Każda placówka została wyposażona w bilirubinometr, który pozwala na diagnozę żółtaczki u noworodków. Zakupiono również wagi niemowlęce i resuscytatory dla noworodków. W Centrum

znajdą się także nowe ciśnieniomierze, skalery, pulsoksymetry, wagi dla dorosłych, sprzęt stomatologiczny, otoskopy, sprzęt rehabilitacyjny, KITG dla mam w ciąży, termometry, leżanki i maty do jogi. Zakupy kosztowały 380 tys. zł. Z nowego sprzętu może skorzystać każdy pacjent Miejskiego Centrum Medycznego „Górna”.

ToWa
FOT.LODZ.PL

SPOTKANIE INFORMACYJNE

KIEDY? 11 kwietnia, godz. 17:00

GDZIE? Fabryka Aktywności Miejskiej przy ul. Tuwima 10

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ. Dzwoń:

42 628 75 57; 42 628 75 40; 42 628 75 58
42 628 75 64; 42 628 75 22



ŚWIĘTO TEATRU ŚWIĘTO WIDZÓW

Choć międzynarodowy Dzień Teatru przypada 27 marca, Teatr Kamila Maćkowiaka – w 10., jubileuszowym sezonie swojej działalności – przedłuża świętowanie i zaprasza na spektakle w promocyjnych cenach. Z rabatów można skorzystać do końca marca.

Międzynarodowy Dzień Teatru, który przypada 27 marca, to wielkie święto wszystkich twórców i odbiorców sztuki teatralnych. W Łodzi odbywa się pod hasłem „Wiosna teatrów”. Teatr Kamila Maćkowiaka zachęca łodzian do świętowania wyjątkową akcją promocyjną, którą zostaną

objęte niemal wszystkie tytuły w jego repertuarze – od klasycznych dramatów do kultowych komedii. To wyjątkowa okazja, żeby zobaczyć w promocyjnej cenie m.in. „50 słów”, energetyczny komediodramat z Marią Seweryn i Kamilem Maćkowiakiem (już 9 i 10 kwietnia o godz. 19:00) czy komedię małżeńską „Cudowna terapia” w nowej odsłonie – do obsady spektaklu dołączyła Paulina Chruściel, znana z seriali takich jak „Komisarz mama” czy „Singielka”. Tylko w dniach od 25 do 31 marca (do północy) bilety na spektakle będzie można zdobyć 20% taniej!

Promocja nie obejmuje monodramów Kamila Maćkowiaka („Klaus – obsesja miłości”, „Diva 2. Lament królowej” oraz „Mężczyzna z różowym trójkątem”).

RedTKM

INFO

Jak kupić bilet ze zniżką?

1. Internetowo, przez system rezerwacji biletów na stronie www.teatrmackowiaka.pl, wpisując kod rabatowy LODZPL2024 na dole strony (po wpisaniu kodu należy kliknąć „Zatwierdź”)
2. Telefonicznie, dzwoniąc pod nr 794 460 500 – od poniedziałku do piątku w godz. 10:00–16:00
3. E-mailowo, wysyłając wiadomość na adres bilety@fundacjamackowiaka.org



BAŚNIOWA PIOTRKOWSKA POWRACA

Baśniowa Piotrkowska powróciła. W tym roku uwielbiane przez dzieci spektakle rozpoczęły się już w marcu. Wiosenne i wrześniowe wydarzenia będą odbywały się w wyremontowanym Akademickim Ośrodku Inicjatyw Artystycznych (ul. Zachodnia 54/56), a w wakacje powrócą do Pasażu Róży (ul. Piotrkowska 3).

PROGRAM

Scena AOIA

- 07.04 – Teatr Nemno „Czerwony Kapturek”
- 14.04 – Fundacja Kulturalnie Otwarci „Pchła Szachrajka”
- 28.05 – Teatr w Blokowsku „Wielkie myśli małej głowy”
- 05.05 – Teatr Nemno „Smok Wawelski”
- 12.05 – Teatr w Blokowsku „Hop w kosmos”
- 19.05 – Teatr Nemno „Trzy świnki”
- 26.05 – Teatr Nemno „Gburek”
- 02.06 – Teatr Komedi Improwizacji „Wymysłanka”
- 09.06 – Teatr Pantomimy Mimo „Pan i Pani O!”
- 16.06 – Teatr Nemno „Misiowe przygody”
- 23.06 – Teatr Formalina „Fim Fara Fikum Magikum”

Plener – Pasaż pod AOIA

- 30.06 – Fundacja Proces Postaci „Kazio Sponge. Palec pod budkę”
- 07.07 – Teatr Małe Mi „Fintkluski-Folkowe Okruszki”
- 14.07 – Teatr Małe Mi „KSIEŻYC’owe opowieści”
- 21.07 – Teatr Małe Mi „Sokrates w piaskownicy”
- 27.07 – Teatr Małe Mi „Igraszki z Dropsem”
- 28.07 – Fundacja Ależ Gustawie „Brzydkie Kaczętko”
- 04.08 – Fundacja Ależ Gustawie „Apetyt na książki”
- 11.08 – Teatr Małe Mi „Boso”
- 18.08 – Teatr Małe Mi „Irria i Eana”
- 25.08 – Cichy Teatr „Kuchnia Pana Lulka”

Scena AOIA

- 01.09 – Grupa Po Omacku „Rzecz o pieskach”
- 08.09 – LALE. Teatr „Kręcipupa”
- 15.09 – Teatr Nemno „Cyrk Hrynek”
- 22.09 – LALE. Teatr „Kulka”
- 29.09 – Teatr Nemno „Królowa śniegu”

Ze względu na ograniczoną liczbę miejsc w Sali Widowiskowej na spektakle obowiązują bezpłatne wejściówki – do odbioru w AOIA. Więcej informacji na stronie www.aoia.pl



KURCZAK MANUEL I JARMARK WIELKANOCNY!

Na rynek Manufaktury powrócił lubiany jarmark wielkanocny oraz jego wielkoformatowa maskotka – kurczak Manuel. Jak co roku, można kupić wszystko, co niezbędne, by zorganizować zbliżającą się Wielkanoc.

Na rynku znajdziesz 10 domków, w których zaopatrzysz się w tradycyjne, regionalne przysmaki, a także prezenty. Nie zabraknie chlebow na naturalnym zakwasie, oscypków, tłoczonych soków i syropów owocowych, miodów z rodzynnych pasiek oraz klasycznych wielkanocnych przetworów, takich jak chrzan i ćwikła.

Smakołyki dla siebie znajdą także mięsożercy – na stoiskach pojawią się tradycyjnie przygotowywane wędliny i kiełbasy, a także paszety, jaja od kur z wolnego wybiegu i wielkanocne ciasta – babki, paschy i serniki. Będzie można kupić też aromatyczne sery i konfitury. Poszukując upominków, warto skierować kroki do domków, gdzie dostępne będzie m.in. rękodzieło, biżuteria, bazie i palemki, kolorowe koszulki z humorystycznymi napisami, a nawet biżuteria. Zajączek na pewno coś tam znajdzie! Jarmark jest dostępny codziennie w godz. 12:00–20:00. red

DZIEJE SIĘ W PONIEDZIAŁEK

Oprowadzanie po Teatrze Nowym

W godz. 10:00–12:00 Teatr Nowy im. K. Dejmkę w Łodzi (ul. Zachodnia 93) zaprasza seniorów na wycieczkę za kulisy w ramach cyklu „Arterie. Spotkania ze sztuką”, organizowanego przez Centrum Aktywnego Seniora. Co scena ma w kieszeni i ile wykonuje obrotów na minutę? Czy zapadła się zapada? Z której garderoby dochodził głos z bajki o rozbójniku Rumcajsie? Skąd się wziął pies, pilnujący wejścia na Małą Scenę? Odpowiedzi na te pytania poznają uczestnicy oprowadzania. Udział jest bezpłatny. Zapisy: 42 633 26 41.

DZIEJE SIĘ WE WTÓREK

Równonoc wiosenna

W godz. 17:00–20:00 Akademicki Ośrodek Inicjatyw Artystycznych (ul. Zachodnia 54/56) zaprasza na spotkanie z Kasią Kassiją Tercz i jej niezwykłym warsztatem z cyklu „Zakochana w Życiu”. Uczestniczki powinny zabrać ze sobą wygodne ubranie, notatnik i długopis. Udział jest bezpłatny. Zapisy: 42 633 26 41.

ZAPLANUJ CZAS W KWIETNIU

W poniedziałek, 25 marca będą prowadzone zapisy na zajęcia w Centrach Zdrowego i Aktywnego Seniora na kolejny miesiąc.

Na seniorów czeka wiele warsztatów artystyczno-manualnych, zajęć sportowych oraz prelekcji dotyczących zdrowia.

Smartfon bez tajemnic

Dla wielu seniorów obsługa telefonu, komputera i urządzeń elektronicznych stanowi bardzo duży problem. Mało osób zdaje sobie sprawę z tego, że wytworzona przez to bariera utrudnia komunikację oraz dostęp do informacji ze świata. Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora zapraszają na zajęcia z obsługi telefonu.

Warsztaty są bezpłatne, ale wymagane jest wzięcie własnego smartfona.

Zajęcia sportowe

Aktywność fizyczna jest bardzo ważna dla naszego zdrowia. To dzięki systematycznym ćwiczeniom nasze ciało zachowuje swoją motoryczność, a mięśnie nie wiotczeją. CZAS-y oferują wiele zajęć ruchowych. Poza podstawowymi ćwiczeniami z instruktorem organizowane są warsztaty z tańca i zumbi. Natomiast osoby, które lubią sportową rywalizację, mogą zapisać się na zajęcia z tenisa stołowego. Co tydzień w CZAS-ach prowadzone są warsztaty, podczas których uczestnicy uczą się podstawowych

zagrywek. Po zajęciach można zmierzyć się z innymi zawodnikami.

Aktywność w plenerze

Na dworze jest coraz cieplej, co oznacza, że Centra Zdrowego i Aktywnego Seniora będą organizować spacerzy nordic walking, czyli marsze ze specjalnymi kijami. Bałuckie CZAS-y zapraszają na spacerzy po Lesie Łągiwnickim, natomiast Centra na Górnjej będą organizować wycieczki po parku Dąbrowskiego. Na zajęcia nie obowiązują zapisy. Wystarczy zabrać ze sobą wygodne buty i kije.

Warsztaty plastyczne

Dla seniorów, którzy odnajdują przyjemność

w pracach manualnych, przygotowano warsztaty plastyczne. Uczestnicy zajęć w CZAS-ie przy ul. Cieszkowskiego będą mogli za pomocą techniki decoupage stworzyć ozdoby do domu oraz upominki dla najbliższych. W Centrach prowadzone będą również zajęcia z szycia. Seniorzy będą mogli wykazać swoje umiejętności, by sprawić radość najmłodszym. Od ostatnich kilku lat uczestnicy CZAS-ów biorą udział w akcji, w ramach której przygotowują pluszowe maskotki dla dzieci. Później, podczas świąt Bożego Narodzenia przekazują je małym pacjentom przebywającym w szpitalach.

TSul

REKLAMA

UTRATA WAGI I ZDROWIE SERCA

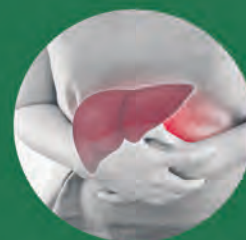
badania kliniczne

Pomóż w rozwoju badań nad wpływem badanego leku odchudzającego na czynniki ryzyka chorób układu krążenia.

Zadzwoń i sprawdź, czy kwalifikujesz się.

22 262 91 72

Dodatkowo Synexus zaprasza na:



Badanie wątroby

Badanie skierowane dla osób powyżej 45 roku życia i rozpoznaną cukrzycą typu 2 lub innymi czynnikami ryzyka takim jak nadciśnienie tętnicze, podwyższony cholesterol, nadwaga.



Atopowe zapalenie skóry

Bezpłatne konsultacje dla pełnoletnich osób z rozpoznaniem Atopowym Zapaleniem Skóry.

ROK PRZYZGOTOWAŁ DO TEGO JEDYNEGO DNIA

Kilka lat temu, pomagając rodzinie i znajomym przy organizacji przyjęć, Alina Sieroń odkryła swoją prawdziwą pasję. Dziś swoje zdolności organizacyjne wykorzystuje w pracy konsultantki ślubnej i wspiera młode pary w najważniejszym dniu w ich życiu.

roku i od tego czasu jestem certyfikowaną wedding plannerką! Stałam wtedy przed szansą sprawdzenia się w zawodzie. Dziś czuję, że odnajduję się w podejmowaniu organizacyjno-logistycznych działań – dodaje.

kilka razy analizuję, żeby niczego nie pominąć. Przygotowuję scenariusz dnia ślubu, gdzie godzinowo wypisuję poszczególne etapy. Gdy przychodzi ten najważniejszy dzień, sprawdzam, czy wszystko jest gotowe. Dopiero w czasie ceremonii cały pośpiech i emocje organizacyjne opadają, wtedy zaczyna się „spijanie śmietanki” – mówi z uśmiechem.

Czym zajmuje się wedding plannerka?

– Dużo ludzi myśli, że wedding plannerka zajmuje się dekorowaniem sali, a wcale tak nie jest – tłumaczy Alina. – Konsultantka ślubna odpowiada za całą logistykę i organizację, związaną z dniem ślubu. Wspiera młodą parę, z którą cały czas pozostaje w kontakcie, dba o jej komfort. Udziela rad, podpowiada, rozwiązuje problemy – dodaje. – Na pierwszym spotkaniu poznaję marzenia młodej pary co do ślubu, dzięki czemu wiem, w którym kierunku mam podążać. Wiem, co mogę polecić, a co raczej odradzić. Każdy proces organizacyjny jest inny. Skupiam się na pozyskiwaniu podwykonawców i usługodawców. Decydem jest zawsze para młoda – wyjaśnia Alina.

Ostateczny efekt

Przygotowania do ślubu dla młodej pary zazwyczaj wiążą się z dużymi emocjami. – Proces przygotowawczy, podczas którego znajduję podwykonawców, ustalam szczegóły, trwa mniej więcej rok, w zależności od tego, kiedy zgłosi się do mnie para – tłumaczy Alina. – Do momentu wesela zawsze wszystko

– Czuję satysfakcję i radość, gdy widzę w oczach pary młodej szczęście, gdy widzę, że są pod r a z e n i e m . Cieszę się, że mogę przejąć na siebie presję związku a n ą z organizacją, dzięki czemu para młoda może celebrować to, co najważniejsze, czyli miłość – dodaje Alina.

Patrycja
Trzepiecińska

Moda na wygodę

Wygodne rozwiązania w dzisiejszych czasach szybko zyskują na popularności. – Moda na korzystanie z usług konsultantów ślubnych cały czas się rozwija. Sam koncept przyszedł do nas ze Stanów Zjednoczonych, w Polsce nie jest jeszcze tak bardzo popularny – mówi Alina. – Dostrzegam jednak coraz większe zainteresowanie wśród par młodych. Myślę, że jest to ściśle powiązane z czasami, w których żyjemy. Ludzie żyją w pędzie i nie mają na nic czasu. Sprawy związane z organizacją ślubu wolą przekazać komuś zaufanemu i doświadczonemu. Z roku na rok coraz więcej par decyduje się na takie rozwiązanie – dodaje konsultantka ślubna.

Pierwsze kroki

Alina Sieroń interesowała się tematyką ślubną jeszcze przed ukończeniem swojego pierwszego kursu. – Dużo czytałam o ceremoniach zaślubin, oglądałam programy poświęcone tematowi weselnym. Rodzina i przyjaciele, którym pomogłam w organizacji przyjęć, dostrzegli mój potencjał, co jeszcze bardziej zmotywowało mnie do działania – wyjaśnia Alina. – Pierwszy profesjonalny kurs ukończyłam w 2022

PARK ZIEŁONY LUBLINEK

Park Zielony Lublinek to najmłodszy łódzki park leśny. Znajduje się w okolicach ulic Piernistej, Maczka i Dennei. Ma ponad 35 hektarów i rozciąga się od łódzkiego lotniska aż po Dolinę Jasienia, którą łączy bezpośrednio z Uroczyskiem Lublinek.

Obecnie to teren leśny i naturalny z wieloma grupami cennych drzew i krzewów oraz polanami, bogaty w różne gatunki roślin i zwierząt. Wkrótce w porozumieniu z mieszkańcami i pod nadzorem leśników miasto zacznie urządzać teren parku tak, aby odpowiadał na potrzeby wszystkich mieszkańców. I tak oprócz ścieżek spacerowych o przepuszczalnej i naturalnej nawierzchni pojawią się elementy małej architektury, takie jak tablice informacyjne i edukacyjne, ławki i kosze na odpady, a także miejsca do piknikowania z ławkami i stolami. Oprócz tego miasto zadba też o zwierzęta, montując karmniki i inne elementy wspierające ich obecność w tym miejscu. Park został uchwalony z inicjatywy mieszkańców pobliskich osiedli. Może być on w niedalekiej przyszłości poszerzony o teren zieleni położony przy terenie lotniska (tzw. park Lotnika).

Park Trzy Wyspy znajduje się na Teofilowie, w trójkącie pomiędzy ulicami Ciepłarnianą i Kotarbińskiego. Ten teren o powierzchni jednego hektara został wskazany jako nowy park przez łódzian mieszkających w okolicy. To również oni wybrali jego nazwę, która nawiązuje do historii miejsca.

Teren parku w zdecydowanej większości stanowią grupy wielogatunkowe drzew i krzewów, a w centrum „trójkąta” (park leży pomiędzy dwiema ulicami schodzącymi się pod kątem ostrym, stąd dość charakterystyczny kształt parku) znajduje się dawna górką saneczkowa – centrum aktywności mieszkańców. W zeszłym roku wytyczone zostały ścieżki dla spacerowiczów i biegaczy, pojawiły się ławki i kosze na odpady.

PARK TRZY WYSPY

PA NA W

Gdzie można wśród z

Przyroda budzi się do życia, najlepiej w Łodzi jest już kilkadziesiąt. Niektóre są już naprawdę warto odwiedzenia. Zapraszamy do parku Zbójnickiego i Podchorążych.

PA ZBÓJ

Park Zbójnicki to ponad 10-hektarowy obszar (w skład którego wchodzi także teren przy ul. Sikawa), którego nazwę również zaproponowano. Jest to zróżnicowany przyrodniczo teren ze wzniesieniami i ramę miasta. Ciekawostką przyrodniczą jest tutaj dąb szypułkowy – pomnik przyrody o obwodzie pnia 1,2 m. Na terenie parku znajdziemy ślady dawnej historii – pozostałości cmentarza ewangelickiego. Dzięki temu na terenie parku istnieją trasy do mniej i bardziej

RKI
OSNĘ

a odpocząć
zieleni?

Widzieć to w łódzkich parkach, których
imiona z nich są nowe, mniej znane, a również
imiona: Zielony Lublinek, Trzy Wyspy, Wyścigi,

Park leśny Podchorążych położony jest na Złotnie, a swoją nazwę wziął od ulicy, która przebiega w jego najbliższym sąsiedztwie. To ostoja dzikiej zwierzyny i doskonały teren do spacerów. Teren jest całkiem duży, ma ponad 8 hektarów, jest lekko podmokły, a wśród drzew skrywają się dwa niewielkie, naturalne oczka wodne, w których wiosną tętni życie. Pozostałością po dawnych formach zagospodarowania tego terenu jest tajemnicza aleja dębowa, która prowadzi po skosie przez środek parku, oraz regularny układ części roślin, co jest dowodem rolnego przeznaczenia tej części dzisiejszej Łodzi.

PARK LEŚNY

PODCHORAŻYCH

**PARK
NICKI**

W rejonie ulic Zbójnickiej i Zaspowej (osiedle
złoty z łódzianinami z najbliższych okolic. To spory,
złoty, z którego można obserwować pano-
złoty z lokalizowany w granicach parku okazały
złoty z pnia wynoszącego blisko pół metra. Na
złoty z okolicy – wśród drzew skrywają się po-
złoty z zaangażowaniu okolicznych mieszkańców na
złoty z wyczynowej jazdy na rowerze.

Park Wyścigi to duży teren zieleni (38 ha powierzchni) przy ulicy Konnej na Rudzie Pabianickiej. W roku 2021 zauważono jego niesamowity potencjał przyrodniczy i wycofano się z planów sprzedaży tego terenu pod duże osiedle mieszkaniowe.

To miejsce z ciekawą historią – w latach 90. XIX w. za sprawą rodziny Heinzlów powstał tu tor wyścigów konnych wraz z całą niezbędną infrastrukturą towarzyszącą. Było to tak popularne miejsce, że pod sam budynek wyścigów doprowadzona została linia tramwajowa (dziś nie ma już po niej śladu). Po II wojnie światowej hipodrom nie wznowił jednak swojej działalności, a na rozległych terenach toru wyścigowego urządzono szkołę leśną. Ta niezwykła historia jest widoczna do dziś – pośród drzew kryją się budynki dawnego hipodromu, a na całym terenie możemy spotkać wiele gatunków drzew i krzewów, często niespotykanych w naturalnych warunkach. Dziś teren jest zaniedbany, a budynki zarządu wyścigów są w całkowitej ruinie. Prowadzone obecnie prace nad zmianą miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego umożliwią wkrótce zmianę tego stanu rzeczy i urządzenie naturalistycznego parku dla okolicznych mieszkańców.

PARK

WYŚCIGI

Dla kogo antykoncepcja długoterminowa?

Artykuł zweryfikował merytorycznie **lek. Dawid Lisiecki** specjalista położnictwa i ginekologii ginekologia estetyczna i plastyczna Klinika Intima Art&Este

Antykoncepcja długoterminowa pozwala uwolnić się od konieczności codziennego pamiętania o stosowaniu leków zapobiegających zajściu w ciążę. W zależności od zastosowanej metody jej działanie może utrzymywać się od 3 do nawet 8 lat.

Implant podskórny

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) implant podskórny jest obecnie najskuteczniejszą formą antykoncepcji. Jego działanie opiera się na blokadzie owulacji, czyli jajczkowania, a przewagą jest to, że uwalnia on do organizmu tylko jeden hormon. Poleca się go zatem szczególnie kobietom, które z różnych względów (np. przez karmienie piersią) nie mogą brać estrogenów. – Sam implant jest niewielki, wielkości zapalki, wykonany z elastycznego tworzywa. Zakłada się go pod skórę w okolicę między łokciem a barkiem dzięki czemu jest niewidoczny. Procedurę przeprowadza się w znieczuleniu miejscowym, jest ona szybka i bezbolesna – mówi doktor Dawid Lisiecki, specjalista położnic-

twi i ginekologii. Implant założony w trakcie pierwszych pięciu dni cyklu zaczyna działać od razu, a jego skuteczność utrzymuje się przez trzy lata.

Wkładka domaciczna

Wkładki domaciczne dzielimy na hormonalne i niehormonalne. Te pierwsze uwalniają hormon, który powoduje, że błona śluzowa macicy jest bardzo cienka, a transport plemników utrudniony, przez co nie dochodzi do powstania ciąży. U części kobiet ponadto blokowana jest owulacja. Wkładka niehormonalna (miedziana) jest hormonalnie obojętna. – Utrudnia ona również przemieszczanie się plemników, a dodatkowo tworzy w macicy wrogię dla powstania ciąży środowisko – dodaje doktor Lisiecki. Wkładkę zakłada się do jamy macicy, a jej działanie, w zależności od rodzaju, utrzymuje się od 5 aż do 8 lat. Skąd wiadomo, że należy ją wymienić? – Planowo, jeżeli nie dzieje się nic niepokojącego, wkładkę usuwamy lub wymieniamy na nową do-

piero, kiedy upłynie czas jej aktywności. Datę, kiedy ostatecznie trzeba wyjąć wkładkę, umieszcza się na karcie wielkości wizytówki, którą pacjentka otrzymuje od ginekologa – mówi doktor Lisiecki.

Implant czy wkładka?

Metody antykoncepcji długoterminowej są doskonałą alternatywą dla kobiet, które źle tolerują tabletki antykoncepcyjne, nie chcą nosić plastrów czy krążków. Co ważne, są one całkowicie odwracalne. Oznacza to, że po zakończeniu stosowania danej metody, kobieta może zająć w ciążę. A co, jeśli taka chęć pojawi się w trakcie korzystania z implantu czy wkładki? – Zarówno jeden, jak i drugi system można wyjąć w dowolnym momencie i płodność wraca – wyjaśnia doktor Lisiecki. Wybór metody antykoncepcji długoterminowej jest kwestią indywidualną i zależy od wielu czynni-

ków, m.in. tego, czy pacjentka ma obfite miesiączki, czy rodziła drogami natury, miała cesarskie cięcie lub inne operacje macicy, jak toleruje hormony. – Niezależnie od zastosowanej metody należy pamiętać o regularnych, corocznych kontrolach ginekologicznych – dodaje doktor Lisiecki. **Alup**



INFO

Jeśli jesteś ciekawa, jak wygląda procedura założenia implantu podskórnego – zeskanuj kod QR.



REKLAMA





**STOP
DLA
SMOGU**

WYMIENŃ STARY PIĘC

ZYSKAJ
DO 95% DOTACJI

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ:

 42 272 66 22  LODZ.PL/ODDYCHAMY

MIEJSKI PROGRAM DOTACYJNY
CZYSZCĄ POWIETRZE
CIEPŁE MIESZKANIE

BIBLIOTECZNY ROZKŁAD JAZDY

PONIEDZIAŁEK

MYDŁKA NATURALNE
25 marca, godz. 17:00
Biblioteka TRAF,
ul. Cieszkowskiego 11A

Warsztat z robienia naturalnych mydeł. Uczestnicy dowiedzą się, jak zrobić własne mydło, poznają różne techniki i poeksperymentują z zapachami. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 571 553 071.

WTOREK

**SPOTKANIE Z PIOTREM BOROWSKIM
I MICHAŁEM KOLIŃSKIM**
26 marca, godz. 17:30
Biblioteka SŁÓWKA, ul. Boya-Żeleńskiego 15

Piotr Borowski i Michał Koliński, autorzy książki „Blokowiska. Vol 1.” opowiedzą o procesie powstania tego swoistego przewodnika po łódzkich osiedlach. Jednocześnie potraktują to spotkanie jako okazję do zebrania informacji na temat Bałut, które będą opisane w kolejnej książce. Druga część „Blokowisk” ukáže się prawdopodobnie do końca bieżącego roku. Wstęp wolny.

ŚRODA

WIELKANOCNE PISANKOWANIE
27 marca, godz. 17:00
filia nr 70, ul. Łączna 29/31

Podczas świątecznych warsztatów dla dzieci uczestnicy stworzą dekorację do wielkanocnego koszyka. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 571 553 070.

CZWARTEK

WIOTKOŚĆ MELANCHOLIJNEJ KOBIECOCI
28 marca, godz. 16:00
filia nr 73, ul. Piętna 35/39

Wykład „Wiotkość melancholijnej kobiecości”. Niezwykle popularny kierunek na przełomie XIX i XX w. charakteryzował się innowacyjnym podejściem do idei projektowania. Jego twórcy dążyli do stylistycznego scalenia dzieł sztuki i wyrobów rzemiosła artystycznego. Uczestnicy wykładu po części teoretycznej będą mogli obejrzyć secesyjne inspiracje w wybranych wnętrzach w pałacu Herbsta. Prowadzenie: Tatiana Szymańska, (Muzeum Pałac Herbsta / oddział Muzeum Sztuki w Łodzi). Wstęp wolny.

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁODZI

informuje, że w dniach od 25 marca 2024 r. do 15 kwietnia 2024 r. wywieszane będą na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczone na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykazy:

- lokalu niemieszkalnego – garażu nr 19 położonego w Łodzi w budynku przy ul. Zielnej 9, o pow. 18,74 m², uregulowanego w KW nr LD1M/00112310/8
- nieruchomości gruntowej niezabudowanej położonej w Łodzi przy ul. Liściastej bez numeru oznaczonej jako działka nr 393/17 w ob. B-5, o pow. 360 m² uregulowanej w KW nr LD1M/00006967/2 przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany.



Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce
SERII KRZYŻÓWEK Z KORONĄ



Do ręcznego kopania kartofli	2	Chów zwierząt	5	Elektor przy urnie	Na głowie kapucyna Cielak kłępy	Waluta Anglii	14	Szeroka łopata do przetrzucania piasku	Trzepot sztandaru na wietrze Krezus	Łedowa lampka Niemetal do budowy procesorów	Płynne brzmienie dźwięków	Przodownicza w wyścigu	
Do impregnacji drewna		Cm dla chemika	15	Przyrząd murarski Zraz	Służyło do oświetlania	3	Marka materiałów fotograf.	Imię Gąsowskiego Rowek w boku deszczułki	Zarazek np. dżumy			4	
Maestro ze skrzypcami				18	Leopold, poeta Dzieło Witkacego	8		Budowla rzeczna	Propan w butli		Dawny zwrot do kelnera		
Roślina pastewna	17				List żelazny	7		6	Dzierżawca dawniej	11		9	
Obozowy budynek			1		Wodna z grzebieniem				Ciężki karabin maszynowy	16		Rozpuszczalna kawa zbożowa	12
					Rybie jajeczka	10		13	Część spadochronu	19			Polecenie

Rozwiązaniem jest przysłowie.

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

Żona Sokratesa	Polski motocykl Imię Nobla Kolo Czorsztyna	Wyspa z laguną Publiczne uznanie	Gatunek muzyki	4	Sknera, kutwa	Jędrzejczak, pływaczka	Nacięcie na srebro Stolica Kazachstanu	Po-pisowy numer magika	Model Poloneza	Despota, tyran	Duchowny z synagogi		
1			Jest nią konstytucja		Sznur przy bombie	Auto z Japonii W parze z wątkiem	Gasi pożary		Noworodek	9	3	2	
Muza historii		Np. przyrody w powieści	Nieprzetłumaczalny dosłownie zwrot		Wolin lub Grenlandia		Zwrot grzecznościowy do szlachoića	Marka gumy do żucia	11		8	13	
Mały Feliks	Słynny Harrison Niepokój	Językoznawca Rodzaj kanapki z okrągłego chleбка		Meg, aktorka z USA		Pojazdy przy ciągnikach siodłowych		Płowy ssak leśny					
Paraliż Naprzeciw zenitu	6											Mru-Mru, kabaret	
			Zbiornik na kiszonkę			Pracuje na roli	15		Dzika forma karpia			5	
Stalagmit w jaskini	10	Bibelot		Trwale połączenie szyn			Kochanka cesarza Nerona				Sztuka Witkacego		
			Jedna z mieszkankę Parnasu	14		Cyrkowa scena							
												12	
													Ptak o długim dziobie

Rozwiązaniem jest przysłowie.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15



„Krzyżówki z Koroną”
-DOSKONAŁE O KAŻDEJ PORZE ROKU



KORONA



SUDOKU ŁATWE

	3			5	1		4
				7		9	5
			6	8		7	
				7		2	3
2							8
9	6			2			
		5		1	4		
8	4		7				
6		1	8				5

SUDOKU ŚREDNIE

1		4		6		2		5
	2	8		5		4	6	
	8		5	9	4		3	
	5		1	7	6		2	
	7	9		3		5	1	
2		6		4		3		9

SUDOKU ŚREDNIE

	6			1				
				2		1		3
	5	7				4	6	
					6			2
9	8						3	4
1			8					
7	4				5		2	
2		3		7				
			1				7	

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Nowy tydzień przynosi szczęście w działaniu i duże pieniądze – wykorzystaj to w kreatywny sposób, a Twoja kariera nabierze tempa. W drugiej części tygodnia spędź chwilę z bliskimi bez rozmów o pracy. Dbaj o równowagę między tym, co ważne dla serca, a tym, co podpowiada rozum. Uważaj na: Wagę, która bywa niepewna. Zaufaj: Baranowi, który nie owija w bawełnę.

Rak (21.06-22.07)

Pewnym krokiem zmierzasz we właściwym kierunku. Jeśli utrzymasz tę passę, przed Tobą propozycja przeprowadzki, być może za granicę. Zastanów się, w którym miejscu życia potrzebujesz wsparcia gwiazd, a hojny Merkury poda Ci pomocną dłoń. Po 24 marca nie ustępuj Bykowi. Uważaj na: Strzelca, który ma zbyt wysokie mniemanie o sobie. Zaufaj: Koziorożcowi, który nie plotkuje za Twoimi plecami.

Wodnik (20.01-18.02)

Masz wiele do powiedzenia, ale nie bądź zarozumiały! Saturn sprawia, że Twoje odważne decyzje spotkają się z krytyką. Skup się na swoich celach, ale nie zapominaj o bliskich relacjach. Po 25 marca daj sobie więcej czasu na realizację trudniejszych zadań. Uważaj na: Rybę, która będzie chciała przyćmić Twój blask. Zaufaj: swojej intuicji w sferze zdrowia.

Lew (23.07-22.08)

Ktoś narobi Ci teraz wiele kłopotów, ale wyjdiesz z nich bez szwanku. Po 27 marca uzbrój się w cierpliwość, bo gwiazdy każą Ci czekać na ważną wiadomość. Jeśli chcesz osiągnąć sukces w sferze miłosnej, postaw na Barana, który z cierpliwością zniesie Twoje miłosne podchody. Uważaj na: Skorpiona, który nie ma szczęścia w miłości. Zaufaj: Pannie, która bez ceregieli mówi, co myśli.

Ryby (19.02-20.03)

Ochoczo ruszysz do pracy, ale nie zapominaj, że sukces zaczyna się od dobrego planowania! Warto zadbać o komunikację w relacjach osobistych, bo możecie nie zgadzać się w sprawach codziennych. Nowe możliwości zawodowe mogą się pojawić z początkiem kwietnia, ale nie skreślaj zbyt przedko tego, co już masz. Uważaj na: Wodnika, który szuka kozła ofiarnego. Zaufaj: Bykowi w jego zimnych kalkulacjach.

Panna (23.08-22.09)

Wenus rzuci Cię w wir pracy, żebyś nie myślał o przelotnych uczuciach. Lepiej znajdź chwilę na nadrobienie zaległości w pracy, bo szef będzie teraz wyjątkowo złośliwy! Po 27 marca zbierz paczkę znajomych i przypomnijcie sobie, do kogo należy parkiet. Czasem jeden wieczór w gronie najbliższych to jak miesiąc egzotycznych wakacji. Uważaj na: Wodnika, który ma do Ciebie pretensje. Zaufaj: Strzelcowi, który słynie z praktyczności.

Baran (21.03-19.04)

W tym tygodniu postaw na swoje cele i potrzeby! Dobre samopoczucie będzie efektem szczerego komplementu, który usłyszysz od Strzelca. Staraj się znaleźć balans między pracą a życiem prywatnym, bo ominie Cię ciekawa oferta towarzyska! Uważaj na: Bliźnięta, które starają się wyprowadzić Cię z równowagi. Zaufaj: swojemu gustowi w kwestii prezentu dla bliskiej osoby.

Waga (23.09-22.10)

Bierz się do pracy, bo gwiazdy lubią kuć żelazo, póki gorące! Dlatego dzięki Wenus będziesz mieć ręce pełne roboty! W życiu prywatnym w końcu odczujesz spokój i pewność, że Twoja przyszłość zależy tylko od Twoich wyborów. W sprawach zdrowotnych uważaj na stawy i bóle mięśniowe – nie szukaj teraz okazji do sportowych rywalizacji. Kontuzja na horyzoncie. Uważaj na: Byka, który kocha ryzyko. Zaufaj: Rakowi, który powie Ci „stop”.

Byk (20.04-20.05)

W miłości czeka Cię prawdziwy rozkwit i mnóstwo szczęśliwych chwil. Wenus będzie Twoją przewodniczką w ostatnim tygodniu marca i jeśli oddasz się jej mocy, to będzie wspaniały czas. Pamiętaj o równowadze pomiędzy wydawaniem a oszczędzaniem, bo trudno będzie nadrobić stratę. Uważaj na: Barana, który bywa zaborczy. Zaufaj: Pannie, która kocha pomagać.

Skorpion (23.10-22.11)

Czwartek będzie idealnym dniem na podsumowanie i ogarnięcie bieżących planów. Zadbaj o weekendowy relaks, planując go z większym wyprzedzeniem. Po 26 marca uważaj na zawirowania w sferze finansowej – drobny błąd może Cię wiele kosztować. Uważaj na: Byka, który Cię nie szanuje. Zaufaj: Rybom, które pokażą Ci, jak płynąć z prądem.

Bliźnięta (21.05-20.06)

Jeśli masz teraz możliwość rozwoju osobistego, skorzystaj z niej natychmiast. Przyniesie to długofalowe rezultaty i sprawi, że poczujesz się pewniej w życiu zawodowym. W rozwiązaniu trudnych sytuacji nie zaszkodzi znaleźć partnera, który zdejmie z Twoich barków część ciężaru. Nie bój się prosić o wsparcie, gdy brakuje Ci sił. Uważaj na: Wodnika, który bywa samolubny. Zaufaj: Lwom, gdy chcą odwieść Cię od pochopnych decyzji.

Strzelec (23.11-21.12)

Zastanów się, która sfera życia jest dla Ciebie w tym momencie najważniejsza. Gwiazdy będą wspierać jej rozwój po 25 marca i dadzą Ci wszystkie narzędzia, żebyś dotarł do planowanych celów. W życiu miłosnym walcz z rutyną i zaskocz partnera czymś odważnym. Uważaj na: Koziorożca, który ma inne plany. Zaufaj: Wodnikowi, który zawsze wysłucha najlepszych wyznań.

FOT. MAT. PRAS.

Przygotowania do żużlowego sezonu 2024 weszły w decydującą fazę. Występujący na zapleczu PGE Ekstraligi zawodnicy H.Skrzydłowska Orzeł Łódź gościli w Pile, gdzie z miejscową Eneą Polonia jako pierwsi w kraju wyjechali na tor. Trzynastobiegowy inauguracyjny sparing zakończył się wygraną gości 47:28.

Do Wielkopolski zespół prowadzony przez trenera Macieja Jądera pojechał m.in. bez Luke'a Beckera i Benjamina Basso. W komplecie stawili się natomiast krajowi seniorzy: Tomasz Gapiński (12 pkt.), Oskar Polis (11 pkt.)

i Daniel Kaczmarek (4 pkt.). Jedyнным obcokrajowcem był Oliver Berntzon (9 pkt.), a kadre uzupełnili młodzieżowcy Mateusz Bartkowiak (8 pkt.) i Seweryn Orgacki (3 pkt.).

Mistrzostwa na Moto Arenie

Rywalizację w Speedway 2. Ekstralidze łódzka ekipa ma rozpocząć w sobotę, 13 kwietnia wyjazdowym starciem

z zespołem Stalą (godz. 19:00). Równocześnie z przygotowaniem żużlowców do walki o punkty trwa sprzedaż karnetów na nadchodzący sezon. Abonamenty na

OSTATNI WIRAZ PRZED SEZONEM

domowe mecze ekipy H.Skrzydłowska Orzeł kosztują 400 zł (normalny plus), 300 zł (normalny), 90 zł (ulgowy) i junior (60 zł). Warto przypomnieć, że karnety na spotkania łódzkiej ekipy upoważniają również do wejścia na Łódź Kreuje Indywidualne Międzynarodowe

Mistrzostwa Ekstraligi im. Zenona Plecha, które już 5 kwietnia odbędą się na obiekcie przy ul. 6 Sierpnia.

Bilety na to wydarzenie kosztują 40 zł (normalny), 20 zł (ulgowy) oraz 150 zł (VIP). Sprzedaż wejściówek prowadzona jest za pośrednictwem portalu biletynazuel.pl oraz

stacjonarnie w kwiatarni H.Skrzydłowska na łódzkiej Moto Arenie. MD

ZŁOTY KS SPOŁEM!

Po halowych mistrzostwach Polski łucznicz KS Spółem mają powody do zadowolenia. Udane występy pod Wawelem, w Dąbrowie Górniczej i Pruszkowie sprawiły, że dorobek medalowy klubu z ul. Północnej znów się powiększył.

Tradycyjnie już najlepiej spisala się Magdalena Śmiałkowska-Zawisza, która po raz trzeci w karierze sięgnęła po indywidualne halowe mistrzostwo kraju. W Krakowie zdobyła też brąz w mikście z Tymoteuszem Łukasikiem, a dodatkowo otrzymała nagrodę specjalną za najwyższy wynik kwalifikacji (294 i 292 pkt. na 300 możliwych). W turnieju indywidualnym mężczyzn Łukasik odpadł

w 1/16, natomiast szczerbel wyżej w rywalizacji kobiet dotarła Alicja Wiatr. Drużynowo zawodniczki

z ul. Północnej (Magdalena Śmiałkowska-Zawisza, Alicja Wiatr, Dominika Nowak) zajęły siódme miejsce, a panowie (Tymoteusz Łukasik, Łukasz Nowak, Maciej Kowalczyk, Kamil Siczek) zostali sklasyfikowani na ósmej pozycji.

Juniorskie medale

Swoje medale Śmiałkowska-Zawisza wywalczyła w lutym,

a w marcu z Piotrem Pospiszylem jako trenerka pojechała do Dąbrowy Górniczej na Halowe Mistrzostwa Polski Juniorów Młodszych. Na tych zawodach brązowy medal wywalczyła Maria Niedzielska (w mikście z Janem Wieczorkiewiczem była piąta). Ten wynik powtórzyła Dominika Nowak, która w Piaszynie stanęła na najniższym stopniu podium krajowych mistrzostw młodzieżowców. Sztuka ta nie udało się Tymoteuszowi Łukasikowi, który na Mazowszu rywalizację juniorów zakończył na piątej pozycji. Dziewiąte miejsce wśród młodzieżowców zajął natomiast Łukasz Nowak.

MD
FOT. MAT. PRAS.

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

Informuję, że w dniach od 25 marca 2024 r. do 15 kwietnia 2024 r. wywieszony będzie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykaz stanowiący załącznik do zarządzenia Nr 549/2024 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 18 marca 2024 r., w sprawie przeznaczenia do sprzedaży w drodze bezprzetargowej samodzielnych lokali mieszkalnych, usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi przy ul. Juliana Tuwima 39, stanowiących własność Miasta Łodzi wraz z udziałem w prawie własności gruntu oraz ogłoszenia ich wykazu.

PEWNA WYGRANA



Zawodniczki UKS SMS Łódź kontynuują świetną passę i wciąż są niepokonane w Ekstralidze kobiet w 2024 roku. Tym razem podopieczne Marka Chojnackiego zgarnęły trzy punkty w meczu ze Stomilanką Olsztyn.

Piłkarska wiosna jest wyjątkowo udana dla piłkarek UKS SMS Łódź. Po czterech ligowych kolejkach wciąż są niepokonane. Zwycięstwa nad Pogonią Tczew (5:1), Rekordem Bielsko-Biała (1:0) i najnowsza zdobycz punktowa ze Stomilanką zapewniają miejsce w pierwszej trójce. Po drodze przydarzył się jeden remis. Po pasjonującym meczu SMS zremisował z Czarnymi Sosnowiec 2:2.

Cztery gole w pierwszej połowie

W odległą podróż do czerwonej latarni Ekstraligi łodzianki wybrały się jako zdecydowane faworytki. Nadzieje kibiców nie zostały zawiedzione, bo SMS od

początku dominował i pokazywał, że przyjechał po komplet. Wynik w 19. minucie otworzyła Daria Sokołowska. Następnie w 21. i 24. minucie dwa trafienia dorzuciła Karolina Majda, a wynik na 4:0 ustaliła Aleksandra Stasiak. W drugiej części gry było już zdecydowanie mniej emocji. Przejazdne kontrolowały przebieg spotkania i zakończyły je z czystym kontem.

Powtórka w pucharze

To nie koniec starć ze Stomilanką w tym sezonie. Już 27 marca UKS SMS, tym razem na własnym terenie, podejmie zespół z Olsztyna w ramach Pucharu Polski. Po przerwie świątecznej i reprezentacyjnej drużyna Chojnackiego zagra z UJ Kraków, a tydzień później z Górnikiem Łęczna. Te mecze będą pewnego rodzaju przygotowaniem do najważniejszych starć w sezonie, czyli meczów z Pogonią Szczecin oraz Śląskiem Wrocław.

PB
FOT. MAT.PRAS.

CZAS NA REWANŻ

Emocje po pierwszym morderczym ćwierćfinale Tauron Ligi jeszcze do końca nie opadły, a już za rogiem czai się rewanż. Zwycięstwo zanotowały zawodniczki Grot Budowlanych Łódź i to one będą teraz faworytkami.

Przed pierwszym spotkaniem forma zespołu Macieja Biernata była niewiadomą. Końcówka ligi była rozgrywana w eksperymentalnych

zestawieniach. Trener miał komfort sprawdzania nowych rozwiązań w boju. Co prawda cierpiał na tym wyniki, jednak wszystko było już podporządkowane ćwierćfinałowemu starciu z ŁKS Commercecon Łódź. Jak widać, ta taktyka się opłaciła. Pierwszy mecz Budowlane wygrały 3:2 i są bliżej awansu do kolejnej rundy. W dużej mierze o wyniku zadecydowała dobra gra w obronie i mniejsza liczba popełnionych błędów. Czy jednak to samo wystar-

czy na podrażnione Łódzkie Wiewióry?

Nie zmarnować sezonu

To, że ŁKS wyjdzie maksymalnie zmobilizowany, jest pewne. W pierwszym meczu zawodniczkom spod znaku przepłatanek na pewno ciążyły mecze z Pucharu Polski. Dwa trudne boje, pierwszy z Rysicami Rzeszów, drugi z BKS Bielsko-Biała, sprawiły, że na pierwszy ćwierćfinałowy mecz mogło zabraknąć sił. Do tego źle na mental mogła zadziałać porażka w finale z bielszczankami. Jednak we wtorek (26 marca) nie będzie już żadnych wymówek. Porażka oznacza odpadnięcie i sezon bez choćby jednego trofeum.

PB
FOT. MAT.PRAS.

TAK GRALI NASI:

RUGBY KS BUDOWLANI WIZJAMED ŁÓDŹ 8:31 EDACH BUDOWLANI LUBLIN

UNIHOKEJ AZS PŁ COCHISE BURGER ŁÓDŹ 4:8 SZAROTKA NOWY TARG

PIĘKA RĘCZNA MKS NIELBA WĄGROWIEC 26:21 ANILANA ŁÓDŹ

PIĘKA RĘCZNA CHKS ŁÓDŹ 30:41 MARCOVIA MARKI

KOSZYKÓWKA AZS POLITECHNIKA KORONA KRAKÓW 88:66 MUKS WIDZEW ŁÓDŹ

KOSZYKÓWKA ŁKS COOLPACK SZKOŁA GORTATA 94:27 ENERGA GAK GDYNIA

KOSZYKÓWKA ŁKS KOSZYKÓWKA KOBIET 52:65 GTK GDYNIA

FUTSAL WIDZEW FUTSAL 2:3 DREMAN OPOLE

ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

7°C

Imieniny
obchodzą:
Ireneusz, Maria,
Mariola, Łucja,
Nikodem, Prokop

25.03



WTOREK

13°C

Imieniny
obchodzą:
Emanuela, Larysa,
Teodor, Bazyl,
Feliks, Małgorzata

26.03

Rodzinne
miasto

Rajmund Rembiewski urodził się w Warszawie w 1775 r., a wykształcił w Korpusie Kadetów, zdobywając złoty medal. Po śmierci ojca, a potem ojczyma, jako nastoletni chłopiec został głową rodziny i administratorem rodzinnych dóbr w Jedwabnem. Wypadki powstańcze 1794 r. oderwały go od spraw wsi, stał się on bowiem organizatorem insurekcji i walczył pod Radoszycami. Potem, powróciwszy na wieś, zaczął

ZUCH
CHŁOPAK!

POMNIK POCZĄTKÓW MIASTA ŁÓDZI



Rajmund Rembiewski

agr

pisać... dramaty, ale jednocześnie poznawał tajniki ekonomii i prawa. W 1807 r. został powołany do służby urzędniczej w Księstwie Warszawskim, działał na Podlasiu, w Łomży i Płocku. Był też przyjacielem włoskiego wicekróla Eugeniusza, który zaproponował mu wysokie stanowisko w dyplomacji. Po klęsce Napoleona, którego oddziały Rembiewski sprawnie aprowizował, złożony chorobą i biedą pozostał w Dreźnie, ale powrócił do kraju i kontynuował karierę urzędniczą. Należał do „pokolenia napoleonidów”, które dynamiczniej wchodziło w życie publiczne, przyjmując nowe idee, wzorce i wartości.

ŁÓDZKIE GAWĘDY

REYMONTOWSKI TON

Pisaliśmy ostatnio o łódzkich kontrastach. Warto spojrzeć na nie okiem Reymonta, który tak przedstawił ul. Piotrkowską w 1896 r. na kartach „Ziemi obiecanej”:

„Po obu stronach ulicy stały zbitą masą domy, pałace podobne do zamków włoskich, w których były składy bawełny; zwykle pudła murowane o trzech piętach, poobdzierane z tynków; domy zupełnie stylowe o złożonych balkonach żelaznych barocco, powyginane, wdzięczące się, pełne amorków we fryzach nad oknami, przez które widać było szeregi warsztatów tkackich. Malutkie, drewniane, pogięte domki o zielonych, omszonych dachach, za którymi wznosiły się w dziedzińcach potężne kominy i korpusy fabryk, tuliły się do boku pałacu o ciężkim, renesansowo-berlińskim stylu, z czerwonej, modelowej cegły. [...] Była to zbieranina, śmietnik wszystkich stylów, najeżona wieżyczkami, oblepiona sztukateriami, które wciąż oblatywały, pocięta tysiącami okien, pełna kamiennych balkonów, kariatyd, facjatek, niby ozdobnych balustrad na dachach, wspaniałych bram, gdzie



Władysław Reymont

szwajcarowie w liberii drzemali w aksamitnych fotelach, i zwykłych otworów, którymi błoto uliczne wlewało się na straszne, podobne do gnojowisk podwórza; sklepów, kantorów, składów, sklepików nędznych, przepelnionych brudem i tandetą, pierwszorzędnych hoteli i restauracji, najohydniejszych szynków, przed którymi wygrzewali się na słońcu nędzarze; milionów, które przelatywały ulicą w przepięknych powozach zaprzęzonych w rysaki po dziesięć tysięcy rubli sztuka; nędzy, która się przewalała ulicami z sinymi ustami rozpaczliwych i ostrym wzrokiem wiecznego głodu”. agr

ŁÓDZIANIZMY

PORA PODZIABAĆ...

Wiosna przyszła, więc najwyższych czas, by zajrzeć do ogródka. W dawnej Łodzi przydomowe grządki miały istotne znaczenie dla wsparcia raczej skromnej kuchni. Na początek trzeba jednak zrobić porządek

w ogrodzie czy na działce i przygotować glebę do siewu, a do tego potrzebne były szpadel, czyli łopata, grabki oraz dziabka, czyli rodzaj motyki, którą można było spulchnić ziemię i usuwać chwasty.

Dziś mamy do dyspozycji wiele rozmaitych narzędzi ogrodniczych, ale pewnie coś na wzór dziabki czy motyki też jest w użyciu. Prace na grządkach ruszą lada moment, więc nie ma na co czekać

i zabrać się za dziabanie, choć przy tej robocie – jak mówiono – nieraz w krzyżu boli. Nagrodą są jednak aktywność na świeżym powietrzu, warzywa z własnego ogródka, piękne kwiatki, no i ogrodnicza satysfakcja. agr

GALERIA
ŁÓDZKICH
KAMIENIC
I DETALI

Detal architektoniczny budynku dawnego hotelu Polonia Residence przy ul. Narutowicza 38, zbudowanego w latach 1910–1912 r. przez rodzinę Dobrzyńskich

HANDLOWA
PRZYSTAŃ

KARTKA Z KALENDARZA

25 marca 2010 r., po niespełna 15 miesiącach budowy otwarto przy ul. Pabianickiej 245 Port Łódź – jedno z największych centrów handlowo-usługowo-rozrywkowych w Europie i trzecie co do wielkości w Polsce (większe są jedynie Bielany we Wrocławiu i łódzka Manufaktura). Port Łódź znajduje się w południowo-zachodniej części

miasta, obok nowo wybudowanej krańcówki tramwajowej. Powierzchnia centrum wynosi 127 tys. mkw., z czego 33 tys. mkw. zajmuje sklep IKEA, jeden z większych w Polsce. Dla odwiedzających przygotowano ponad 5000 miejsc parkingowych, w tym 3000 na parkingu podziemnym. Na terenie galerii działa ponad 150 różnych typów sklepów, salonów, markowych butików, pun-

któw usługowych i gastronomicznych oraz stacja sportowa. Ciekawy jest pomysł połączenia nowoczesnego handlu z tradycją kupiecką miasta poprzez organizowanie w każdą sobotę wojewódzkich ryneków pod hasłem „Prosto od rolnika”, gdzie można nabyć warzywa, owoce, pieczywo, wędliny, regionalne sery czy miody bezpośrednio od lokalnych producentów. Port Łódź na południu, Manufaktura na północy, Gale-

ria Łódzka w śródmieściu, M1 na wschodnich obrzeżach oraz Pasaż Łódzki przy al. Jana Pawła II i szykująca się do ponownego otwarcia Sukcesja przy al. Politechniki stanowią spory potencjał handlowy i wyznaczają zakupową mapę dla łódzian już w kolejnym pokoleniu. Przypomnijmy, że Manufakturę otwarto 18 lat temu, a pierwszy w Łodzi hipermarket, czyli Carrefour na Chojnach, uruchomiono w 1997 r. agr



Port Łódź (Fot. ortofoto.log.lodz.pl)

ŁÓDŹ.pl
DLA SENIORA | DLA RODZINY | DLA KOCHĄCYCH ŁÓDŹKolejne wydanie w środę
27 marca