

# ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

## WEEKEND W ŁODZI



50. URODZINY EALI I INNE ATRAKCJE

strony 8-9



# PARKING, KTÓRY MYŚLI ZA KIEROWCĘ

NOWOCZESNE ROZWIĄZANIA PRZY WSCHODNIEJ 62/64 **strona 3**

### AKTUALNOŚCI

KOLEJNA ULICA NA GÓRNEJ GOTOWA!

**strona 3**



### AKTUALNOŚCI

OSTATNIE TESTY TORÓW NA ŚMIGŁEGO-RYDZA

**strona 4**



### FAJNE MIASTO

DARMOWE ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

**strona 11**



# KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU DLA KAŻDEGO

**strony 12-13**

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 093

# OGRÓD PEŁEN RÓŻ I HORTENSJI

Łodzianie zdecydowali! Przy ul. Więckowskiego 8 powstanie ogród pełen róż, hortensji i zieleni. Autorkami projektu przebudowy podwórka są studentki Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi – Julia Męczyńska, Julia Opatka i Daria Tomaszewska.

Koncepcja, która wygrała w głosowaniu Łodzian, to ukłon

w stronę łódzkiej cegły, z którą współgrają meble miejskie w pastelowej zieleni. Podwórko zmieni się w bujny ogród (będą tu rosnać róże, hortensje, szalwie, jeżówki, robinie akacjowe i perukowce), a przestrzeń urozmaicią ławki, stoliki i dekoracyjne metalowe formy. Z nowej przestrzeni będą korzystać nie tylko mieszkańcy okolicy i rodziny z dziećmi, ale także seniorzy – do wyremontowanej kamienicy zostanie przeniesiony dom dziennego pobytu dla 40 seniorów. ACy

Więcej o szlaku artystycznych podwórek przeczytasz na [lodz.pl](http://lodz.pl)



## KOŚCIUSZKI/STRUGA WAKACYJNY REMONT TORÓW

W piątek, 19 czerwca rozpocznie się remont torowiska na skrzyżowaniu Al. Kościuszki i ul. Struga. Prace będą prowadzone tylko w weekendy.

W ciągu tygodnia tramwaje będą jeździć bez zmian, natomiast od piątku od godz. 19:00 do końca niedzieli nie będą kursować po Al. Kościuszki i ul. Zachodniej na odcinku od przystan-

ku Piotrkowska Centrum do ul. Legionów. Zamiast nich na tym odcinku uruchomione zostaną dwie zastępcze linie autobusowe, a tramwaje pojadą objazdem, omijając Al. Kościuszki.

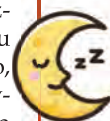
W weekendy przejazd przez skrzyżowanie dla samochodów będzie zamknięty.

PeG



CZY WIEŚ, ŻE

...noc z niedzieli na poniedziałek (z 21 na 22 czerwca) to najkrótsza noc w roku? Na północy Polski trwa ona ok. 6 godzin i 40 minut, a na południu jest o około godzinę dłuższa. Od poniedziałku dni znów będą stawać się coraz krótsze, ale nie warto jeszcze się tym martwić! W końcu przed nami lato, które dopiero się rozpoczyna!



ToŚ

BRAWA DLA ŁODZI

Łódź zajęła pierwsze miejsce i zdobyła prestiżowy tytuł „Dobry Polski Samorząd 2025” w Ogólnopolskim Rankingu Powiatów i Miast na Prawach Powiatu 2025. Oznacza to, że została uznana za najlepiej zarządzane miasto na prawach powiatu w Polsce.

To jedno z najważniejszych i najbardziej wiarygodnych

wyróżnień dla samorządów w kraju. Ocenie podlegały m.in. skuteczność pozyskiwania funduszy i realizacji inwestycji, polityka społeczna i zdrowotna, jakość edukacji, rozwój kultury i sportu, działania na rzecz mieszkańców, współpraca krajowa i międzynarodowa, przedsięwzięcia ekologiczne oraz promocja miasta. red

## PÓŁKOLONIE DLA ŁÓDZKICH DZIECI

### SĄ JESZCZE WOLNE MIEJSCA!

Wciąż zostało jeszcze 340 wolnych miejsc na półkoloniach organizowanych przez łódzkie szkoły i placówki edukacyjne. Lista zostanie opublikowana w piątek, 19 czerwca o godz. 12:00 na stronie [lodz.pl/wakacje2026](http://lodz.pl/wakacje2026).

Rekrutacja uzupełniająca rozpocznie się w poniedziałek, 22 czerwca i potrwa do



piątku, 26 czerwca lub do wyczerpania liczby miejsc. O przyjęciu decydować będzie kolejność zgłoszeń. Uwaga! Zapisy na będą prowadzone wyłącznie stacjonarnie. Aby zgłosić dziecko na półkolonie, należy udać się do wybranej placówki w godzinach pracy jej sekretariatu. MA



### BEZ PRZESIADK, PROSTO NA MŁYNEK!

Od soboty (20 czerwca) dostępna będzie nowa linia autobusowa, która umożliwi wygodny dojazd do Parku na Młynku.

Linia autobusowa 55C będzie kursować w soboty, niedziele i święta na trasie Retkinia Kusocińskiego – Młynek. Dzięki temu bez przesiadek dojedziemy do parku m.in. z Retkini, Nowych Sadów, Nowego Rokicia, Politechnicznej, Górniaka, Zarzewa

i Dąbrowy. Po drodze można przesiąść się do tramwaju m.in. przy Al. Wyszyńskiego, Al. Politechniki, ul. Piotrkowskiej, Al. Śmigłego-Rydza i ul. Dąbrowskiego.



## SPACERUJMY PO ZWYCIĘSTWO



Zielona Łódź zaprasza w niedzielę, 21 czerwca na spacer po Starych Moskulach.

Sprawdź, ile zostało tu z wiejskich klimatów, oraz posłuchaj historycznych ciekawostek – o cmentarzu ewangelickim, radzieckiej

bazie czy niemieckich jednostkach wojskowych. Start o godz. 12:00 na parkingu przed Biedronką na ul. Brzezińskiej 38 (naprzeciwko parkingu M1). Udział bezpłatny. Przy okazji spaceru warto pobrać bezpłatną aplikację Healthy Cities Polska

i dołączyć do grupy Miasto Łódź. Po raz kolejny uczestniczymy w wyzwaniu, w którym do wygrania są pieniądze na zazielenienie miejskich przestrzeni. Rok temu byliśmy druzzy, a jak będzie teraz? ZŁ

FOT. LODZ.PL, MAT. PRAS., MAGNIFIC

# PARKING

## KTÓRY MYŚLI ZA KIEROWCĘ

Pierwszy łódzki parking wielopoziomowy przy ul. Wschodniej 62/64 to nie tylko 258 miejsc postojowych, ale także nowoczesne technologie. Dzięki nim parkowanie w centrum będzie szybsze, wygodniejsze i bezpieczniejsze.

Już przy wjeździe kierowców wspiera inteligentny system parkingowy. Kamery odczytują tablice rejestracyjne pojazdów, a szlabany otwierają się bez konieczności wykonywania dodatkowych czynności. Jeśli z jakiegoś powodu numer rejestracyjny nie zostanie odczytany, system umożliwia pobranie tradycyjnego biletu parkingowego.

### Nawigacja

Największym udogodnieniem jest nowoczesna nawigacja parkingowa. Każde miejsce postojowe wyposażono w czujniki wykrywające obecność samochodu. Efekt? Na elektronicznych tablicach umieszczonych na każdym poziomie kierowcy widzą liczbę dostępnych miejsc

i od razu mogą skierować się tam, gdzie rzeczywiście znajdą wolne stanowisko.

### Wygodne kasy

Automatyczne kasy obsługują zarówno gotówkę, jak i płatności bezgotówkowe – kartą i BLIK-iem. Kierowcy, których pojazd został rozpoznany przez system, nie muszą nawet pamiętać o bilecie. Wystarczy, że wpiszą numer rejestracyjny w kasie.

### Pomoc na wyciągnięcie ręki

O bezpieczeństwo dba rozbudowany system monitoringu i zarządzania ruchem. Wszystkie urządzenia parkingowe wyposażono w interkomu umożliwiające bezpośredni kontakt z obsługą, więc pomoc można

uzyskać natychmiast. Dodatkowe systemy komunikacji powstały przy miejscach przeznaczonych dla osób z niepełnosprawnościami.

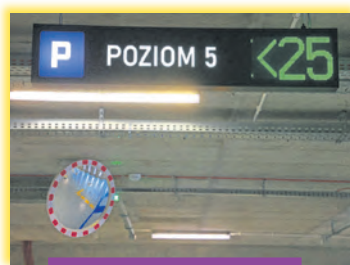
### Ładowniki EV

Postój w centrum miasta można połączyć z uzupełnieniem energii w pojeździe. Dla kierowców samochodów elektrycznych powstało sześć punktów ładowania.

A to nie wszystko. System parkingowy został przygotowany do integracji z innymi miejskimi rozwiązaniami cyfrowymi. Trwają prace nad połączeniem go z Kartą Łodzianina, co w przyszłości ma przynieść kolejne udogodnienia dla mieszkańców. JT



Ładowniki EV dla samochodów elektrycznych



Wygodna nawigacja ułatwia znalezienie wolnego miejsca



Kasy, w których można zapłacić nawet BLIK-iem

## MIESZKANIA DLA ŁODZIAN

# CIEPŁO, SUCHO I BEZPIECZNIE



Już w listopadzie lokatorzy mieszkań przy ul. Limanowskiego 128 będą mogli cieszyć się ich zupełnie nowym standardem. Za prawie milion złotych miasto przeprowadza tam gruntowną modernizację kamienicy.

Remont na dobre rozwiąże problemy z wilgocią i pękającymi ścianami. Żeby budynek był stabilny, zastosowano metodę iniekcji

geopolimerowej. Polega ona na wstrzyknięciu w ziemię pod kamienicą specjalnej substancji, która szybko zwiększa swoją objętość, wypełnia puste przestrzenie i zagęszcza grunt. Podłoże staje się bardziej stabilne, a fundamenty zostają wzmocnione bez wykonywania rozległych wykopów i prowadzenia uciążliwych prac. Znacznie poprawi się także wygląd budyn-

ku. Obecnie robotnicy odnawiają dach, wymieniają okna i drzwi w częściach wspólnych oraz naprawiają stopnie i posadzki na klatkach schodowych. Metamorfozę przejdzie również prześwit bramowy, w którym położona zostanie nowa nawierzchnia. Remont zwiększy odmalowana elewacja. Finał prac zaplanowano na listopad 2026 r. ACY

### Tysiące mieszkań

Tylko w 2026 r. na remonty mieszkań Łódź przeznaczy ponad 180 mln zł, a odnowionych zostanie 500 lokali (do tej pory zrealizowano już ponad połowę z tych prac). W latach 2011–2025 wybudowano i wyremontowano 7316 mieszkań, a plany do 2030 r. zakładają budowę i gruntowną odnowę kolejnych 4581 lokali.

## ZAOŁZIAŃSKA OTWARTA!

Kolejna ulica na Górnej została otwarta po remoncie. Od piątku, 19 czerwca w pełni przejezdna będzie Zaolziańska.

Prace na ul. Zaolziańskiej były prowadzone na całej jej długości. W ramach inwestycji wymieniona została nawierzchnia jezdni, a tam, gdzie było to konieczne, także podbudowa. Dodatkowo wyremontowano chodniki

i miejsca parkingowe. Przy skrzyżowaniu z ul. Ciasną powstało nowe rondo, które pozwoli rozładować ruch na osiedlu.

### Czas na kolejne remonty

Zakończenie prac na ul. Zaolziańskiej daje zielone światło dla kolejnych inwestycji w tej okolicy. W wakacje rozpoczyna się prace na ulicach Astronautów i Karpackiej. Wyremontowane zostaną także ulice Piękna i Cieszkowskiego. WS



# WRACAJĄ TRAMWAJE NA ŚMIGŁEGO-RYDZA

W połowie lipca tramwaje linii 13 wrócą na Al. Śmigłego-Rydza i ul. Niższą. Nowe torowisko jest w trakcie odbiorów technicznych.

Kierowcy, piesi i rowerzyści od maja korzystają z wyremontowanych Al. Śmigłego-Rydza i ul. Niższej na odcin-

ku od ul. Dąbrowskiego do ul. Śląskiej. Obecnie trwają ostatnie odbiory i kontrole nowego torowiska. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem, „trzynastka” wróci na trasę 13 lipca.

## Co się zmieniło?

W ramach inwestycji przebudowano cały odcinek od ul. Dąbrowskiego do ul. Śląskiej wraz z pętlą tramwajową. Zbudowano nowe torowiska, sieć trakcyjną i pętlę, gdzie powstał także budynek dla pracowników MPK-Łódź. Pasażerowie będą korzystać z nowych przystanków o podwyższonych peronach, przy których będą mogły się zatrzymywać dwa składy jednocześnie.



**Nowe torowiska**  
Torowisko na Al. Śmigłego-Rydza przygotowano tak, aby w przyszłości tramwaje mogły skręcać w ul. Broniewskiego, gdzie właśnie powstają tory. Nowa trasa pozwoli lepiej skomunikować tę część miasta, łącząc się z torowiskami na ul. Kilińskiego, a następnie z ul. Rzgowską i ul. Paderewskiego. Trwa także remont ul. Rzgowskiej, gdzie tory są odnawiane na długim odcinku od ul. Dąbrowskiego do ul. Paderewskiego.

PeG

## Trwają testy

MPK wspólnie z wykonawcą testuje nowy odcinek. Pierwszy przejazd pojazdu pomiarowego, zakończony sukcesem, odbył się pod koniec maja. Obecnie trasa jest testowana przez inne modele tramwajów. W razie jakichkolwiek problemów wykonawca będzie miał jeszcze czas na naprawy, zanim tramwaje wrócą tu na stałe.

Trwają ostatnie kontrole nowego torowiska



Jeszcze w czerwcu ma wystartować remont Starorudzkiej, jednej z ważniejszych ulic na Rudzie. Przyszła pora, żeby zadbać o wygodny dojazd do restauracji, sklepów, biur i miejsc rekreacji, które przy niej powstały.

## STARORUDZKA BĘDZIE NOWA

Remont czeka ul. Starorudzka pomiędzy ul. Pabianicką a ul. Przestrzenną (bez skrzyżowania z ul. Demokratyczną), gdzie zostaną wymienione zniszczona nawierzchnia jezdni i chodniki. Na przystankach powstaną betonowe płyty postojowe dla autobusów. Przybędzie również zieleni.

Jako pierwsze wystartują prace na odcinku Pabianicka – Demokratyczna. Na czas ich trwania ulica będzie jednokierunkowa w stronę ul. Demokratycznej. Cała inwestycja powinna zakończyć się latem.

WS

Zniszczoną nawierzchnię zastąpi nowy, równy asfalt



## Warto wpaść na Rudę!

Sercem Rudy jest Rudzka Góra. Znajdziemy tutaj m.in. tor saneczkowy, trasy rowerowe MTB oraz piesze szlaki, a u jej podnóża – restaurację. Przy ul. Starorudzkiej 10B dostępne są dwa całoroczne stoki narciarskie. Na miejscu, oprócz wyciągu, czeka także restauracja z kuchnią alpejską.



## ŁYŹWIARSKA

# Zaraz kończą!

Rozpoczęty w połowie maja remont ul. Łyżwiarskiej na Smulsku zbliża się do końca. Jeżeli pogoda nie pokrzyżuje planów drogowców, ulica zostanie otwarta do końca czerwca.

Na ul. Łyżwiarskiej, pomiędzy ulicami Popiełuszki i Gimnastyczną, wymieniane są zniszczona nawierzchnia jezdni i chodniki. Drogowcy zakończyli już prace brukarskie – chodniki i kra-

wężniki są gotowe po obu stronach drogi.

## Objazd

Na czas prac remontowany odcinek został zamknięty dla ruchu. Dojazd na osiedle jest możliwy ul. Gimnastyczną i ul. Kolarską od strony ul. Maratońskiej, a także ul. Smulską od strony ul. Konstytucyjnej.

WS



**Twój biznes na Skwerze Wiedźmina.** Szukasz miejsca na prowadzenie działalności gastronomicznej lub usługowej w zrewitalizowanym centrum Łodzi? Na Twój biznes czekają nowe pawilony przy Placu Komuny Paryskiej. Ostateczny termin składania ofert upływa 23 czerwca o godz. 15:30 – dokumenty należy złożyć w Kancelarii Zarządu Zieleni Miejskiej w Łodzi (ul. Retkińska 41). Decydująca aukcja zaplanowana jest na 29 czerwca.



**Świetne wieści dla rowerzystów.** Droga rowerowa wzdłuż Al. Piłsudskiego jest jedną z najpopularniejszych w mieście. Prowadzi jednak po północnej stronie szerokiej arterii, gdy tymczasem wielu cyklistów potrzebuje trasy także po drugiej stronie, wygodnie łączącej ul. Sienkiewicza z Parkiem Źródłiska. Właśnie wystartowały prace przy jej budowie.

FUZJA PRZY TYMIENIECKIEGO

# ZAPAROWANE KOSZYKI

Nowa restauracja Zaparowane koszyki otworzyła swoje drzwi na osiedlu Fuzja przy ul. Tymienieckiego 11f. Widać, że azjatycka kuchnia ma się w Łodzi niezwykle dobrze!

(36 zł) oraz pierożki z owocami (29 zł). Danie można wybrać w wersji na parze lub smażone. W porcji jest osiem sztuk, warto połączyć w niej dwa smaki.

mi, tom yum i pho. Coś dla siebie znajdą również miłośnicy i miłośniczki azjatyckich makaronów, np. smażony udon z warzywami. Na mniejszy głód nadadzą się spring rolls.

Najważniejszą pozycją w karcie są pierożki dim sum. Do wyboru jest pięć opcji wytrawnych i jedna na słodko – wołowina z zapiekającym porem, wieprzowina z grzybami mun, kurczak z kolenką, krewetki z warzywami (każda za 39 zł), warzywa z makaronem sojowym

**To jednak nie wszystko...**

Na uwagę zasługują również wyładowane dodatkami bułeczki bao. Za jedną zapłacimy 39 zł, a za dwie 59 zł. W menu nie zabrakło również zup – bulionu z pierożka-

red



**INFO**

Idealny na wakacyjne miesiące będzie ogródek Zaparowanych koszyków. Restaurację można odwiedzać przez siedem dni w tygodniu w godz. 12:00–21:00.

## ZJEDZ W NAJLEPSZYCH RESTAURACJACH

Szefowie kuchni łódzkiej sceny kulinarnej zapraszają na pięciodaniowe doświadczenie, podczas którego poczujecie się jak w znakomitych restauracjach znanych na całym świecie. Już teraz warto zarezerwować miejsca na festiwal Fine Dining Week, który będzie odbywać się w dniach od 1 lipca do 13 sierpnia.

W tegorocznej edycji Fine Dining Week wezmą udział restauracje, które najwyższy poziom kulinarny prezentują każdego dnia. To zarówno lokale oceniane jako ekskluzywne, jak i te jakościowe wśród postrzeganych jako codzienne.

Co składa się na ideę wydarzenia? Autorskie receptury i celebrowanie posiłków. – Fine Dining to nie tylko dania na talerzu, ale również towarzyszące im przeżycia – mówią organizatorzy.

**O co chodzi?**

Szefowie kuchni przygotowują autorskie trzy- lub pięciodaniowe menu spoza karty w specjalnej, festiwalowej cenie 99 lub 199 zł. Wybór tylko jednej restauracji nie należy do najłatwiejszych. Do każdego posiłku goście mogą wybrać koktajl lub mocktail na bazie ginu lub toniku.

Wśród restauracji z Łodzi znalazły się: Heksagon 2.0, Małmazja (debiut), Ukryte Rzeki, Bagatela, Ristorante Mare e Monti.

Warto już dziś dokonać wcześniejszej rezerwacji, aby zapewnić sobie dostęp do najlepszych stolików i najbardziej pożądaných festiwalowych miejsc, nie tylko w Łodzi. Pełna lista restauracji oraz oferowane przez nie menu znajdują się na stronie festival.restaurantclub.pl/finediningweek.

KS



Fine Dining to dobra okazja, żeby poznać łódzkie restauracje od innej, niecodziennej strony

## PIZZA Z WAKACYJNYM TWISTEM



Lato na dobre rozgościło się w menu łódzkich restauracji. Co powiesz na pizzę z krewetkami, chorizo i dżemem z pomarańczy? To propozycja od Ferment Pizza & Krany przy ul. Piotrkowskiej 99. Spiesz się, bo to opcja sezonowa!

# Rak to bitwa do wygrania

## TUTAJ MOŻESZ LICZYĆ NA POMOC

Od 4 do 24 czerwca w całej Polsce obchodzone są Dni Walki z Rakiem, które przypominają, że zdrowie często zależy od prostego kroku – wykonania badań profilaktycznych.

W Łodzi można skorzystać z bezpłatnych szczepień, a także badań i spotkań z ekspertami, dzięki którym można wykryć nowotwór na wczesnym etapie oraz zwiększyć szanse na całkowite wyleczenie.

### Szczepienia przeciw HPV

Szczepienie przeciw wirusowi HPV odpowiada m.in. za rozwój raka szyjki macicy,

gardła czy odbytu. Wszystkie przychodnie Miejskiego Centrum Medycznego „Bałuty” prowadzą bezpłatne szczepienia dziewcząt i chłopców w wieku od 9 do 18 lat.

### Bezpłatna mammografia

Panie w wieku 45–74 lat mogą wykonać bezpłatną mammografię bez skierowania w mammobusach, które przez cały czerwiec będą w różnych części Łodzi.

- 22 czerwca – ul. Szpitalna 9, przy SP nr 37
- 23 czerwca – ul. Rokicińska 216/218, przy siedzibie OSP
- 24 czerwca – Al. Włocławskiej 156, przy sklepie Netto
- 25 czerwca – ul. 11 Listopada 38, przy SM Radogoszcz Zachód
- 29 czerwca – ul. Kosynierów Gdynskich 61, przy Bonifrackim Centrum Medycznym



### Profilaktyka mężczyzn

Rak jądra jest najczęściej diagnozowanym nowotworem u młodych mężczyzn, ale wcześniej wykryty daje bardzo duże szanse na pełne wyleczenie. Miejskie Centrum Medyczne „Górna”

zachęca do regularnego samobadania jąder oraz wykonywania badań USG, które są realizowane w placówkach przy ul. Rzgowskiej 170, ul. Felińskiego 7 i ul. Cieszkowskiego 6.

### Kolonoskopia może uratować życie

Miejskie Centrum Medyczne im. dr. Karola Jonschera prowadzi program bezpłatnych badań przesiewowych w kierunku raka jelita grubego. Z programu mogą skorzystać osoby w wieku 50–65 lat oraz 40–49 lat, jeśli u ich najbliższych krewnych rozpoznano nowotwór jelita grubego.

### Zielona karta DiLO

Osoby, u których lekarz rozpoznał nowotwór lub go podejrzewa, mogą otrzymać kartę Diagnostyki i Leczenia Onkologicznego (DiLO). Dokument umożliwia szybszą diagnostykę i rozpoczęcie leczenia w ramach tzw. szybkiej terapii onkologicznej.

IM



## ONKOSOBOTA U BONIFRATRÓW

Jak wygląda diagnostyka onkologiczna? Na czym polega nowoczesne leczenie? Jak wrócić do sprawności po terapii? Odpowiedzi na te i wiele innych pytań będzie można poznać podczas „OnkoSoboty u Bonifratrów”.

BONIFRATERSKA AKADEMIA ZDROWIA

## ONKOSOBOTA

20 czerwca 2026 r.  
godz. 10.00

Budynek

B

Szpital Zakonu Bonifratrów  
św. Jana Bożego w Łodzi  
ul. Kosynierów Gdynskich 61



Bonifraterskie  
Centrum Medyczne

Wstęp wolny

## Mózg lubi wyzwania!

Niestety wciąż panuje powszechne przekonanie, że wraz z wiekiem zdolność uczenia się nieuchronnie zanika. O tym, że jest inaczej, dowiedzieli się uczestnicy „Warsztatów z mózgiem w tle” w Fabryce Aktywności Miejskiej.

Mózg człowieka zachowuje zdolność do zmian przez całe życie, a proces ten jest określany mianem neuroplastyczności. Oznacza to, że uczymy się nie tylko w dzieciństwie czy młodości, ale również w wieku dojrzałym i starszym. Badania pokazują, że osoby starsze, które pozostają aktywne, mogą dłużej utrzymywać sprawność intelektualną i lepsze samopoczucie. Nauka języka obcego, obsługa nowych technologii, gra na instrumencie czy nawet

zmiana codziennych nawyków angażują różne obszary mózgu oraz sprzyjają tworzeniu nowych połączeń neuronalnych. Co ważne regularna aktywność fizyczna poprawia ukrwienie i dotlenienie mózgu, wspiera procesy neurogenezy oraz korzystnie wpływa na pamięć i koncentrację. Równie istotne są relacje społeczne. Kontakty z innymi ludźmi stymulują funkcje poznawcze, przeciwdziałają izolacji oraz wspierają dobrostan psychiczny. CM



### INFO

Tego, jak funkcjonuje mózg oraz jak go rozwijać, będzie można dowiedzieć się podczas kolejnej edycji „Warsztatów z mózgiem w tle” w Fabryce Aktywności Miejskiej, które planowane są po wakacjach.

### CZY WIESZ, ŻE

...Pan Zenon Lenczewski

z Poznania nie zrezygnował z marzeń o studiowaniu? Naukę rozpoczął w wieku 76 lat, a potem planował kolejne kierunki, pokazując, że edukacja może być drogą także w późnym wieku.

FOT. MAGNIFIC

# HENRY CAVILL ZNA TO MIEJSCE, A TY?

## PATRYK NAJGEBUR ZAPRASZA DO ROLEY

Od amatorskiego malowania figurek do stworzenia jednego z najważniejszych punktów na bitewnej mapie Polski. Odkrywamy historię miejsca, które przyciągnęło uwagę samego Henry'ego Cavilla.

Założycielem sklepu ROLEY (ul. Paderewskiego 7A) jest Patryk Najgebur, wieloletni pasjonat gier bitewnych, modelarstwa i fantastyki. Droga Patryka do stworzenia jednego z najaktywniejszych ośrodków gier bitewnych w Polsce zaczęła się klasycznie – od fascynacji fantastyką i pierwszych, nieporadnie pomalowanych modeli. Z czasem hobby przerodziło się w życiową misję. Patryk zauważył, że w Łodzi brakuje miejsca przyjaznego zarówno weteranom planszowych wojen, jak i osobom, które dopiero stawiają w tym świecie pierwsze kroki.

– Od samego początku moim najważniejszym celem było budowanie społeczności. Chciałem stworzyć przestrzeń, w której każdy poczuje się dobrze, niezależnie od tego, czy gra od dwudziestu lat, czy trzyma w rękę swoją pierwszą wypraskę z modelami – podkreśla Patryk. Obok działalności handlowej, ROLEY regularnie organizuje akademie dla nowych graczy, ligi, kampanie narracyjne oraz turnieje, stając się jednym z najaktywniejszych ośrodków gier bitewnych w regionie.

### Hełm od Wiedźmina

Łódzka społeczność zapisała się grubymi literami w historii światowego fandomu Warhammera za sprawą niezwykle wydarzenia. W sklepie ROLEY znajduje się dziś biały kruk – hełm Space Marine podpisany osobiście przez Henry'ego Cavilla. Znany hollywoodzki aktor (odtwórca ról Supermana czy Wiedźmina) jest wielkim pasjonatem tej dziedziny.

KM

### TEGO NIE MOŻESZ PRZEGAPIĆ!

• 20–21 czerwca: Łódzka Strefa Starcia w EC1 Główną atrakcją będzie turniej klasy MASTER w Warhammer Age of Sigmar, w którym zwycięzca zdobędzie Golden Ticket – przepustkę na Mistrzostwa Świata w Barcelonie.

• 18–19 lipca: Festiwal Łódź You Play w EC1 Święto dla entuzjastów gier bez prądu. Na stoisku ROLEY pojawi się unikalny hełm z autografem Henry'ego Cavilla.



FOT. P. ŁACHETA



Patryk Najgebur z hełmem Space Marine podpisanym przez Henry'ego Cavilla



Gabriela Żak, Łukasz Żuk, Wojciech Salamon z Zespołu Szkół Budowlano-Technicznych w Łodzi



Pracownia stolarska w Zespole Szkół Budowlano-Technicznych



FOT. W. JASTRZĘBSKI

## TAK POWSTAJĄ ARCYDZIEŁA

### Młodzi Mistrzowie Stolarstwa z Łodzi

Uczniowie Zespołu Szkół Budowlano-Technicznych im. dr. Stefana Kopcińskiego pokazali całej Polsce, jak tworzy się arcydzieła z drewna, deklasując konkurencję w ogólnopolskim finale konkursu Młodzi Mistrzowie Stolarstwa.

#### Projekt, który zachwyił

Główną laureatką turnieju została Gabriela Żak, uczennica IV klasy, zdobywając pierwsze miejsce w klasyfikacji generalnej. Jej autorski projekt krzesła zachwyił komisję sędziow-

ską. Sukces ten ma również wymiar osobisty – zwyciężczyni zaraziła się miłością do fachu od swojego ojca, który jest stolarzem.

#### Niezwykła sprawność

Znakomity poziom przygotowania potwierdził także jej kolega z klasy, Wojciech Salamon. Zajął on trzecie miejsce w finale głównym oraz trzecie miejsce za nowatorski projekt biurka. Dodatkowo wykazał się sprawnością w widowiskowej konkurencji montażu mebli na czas.

#### Dumni nauczyciel

Nauczyciel zawodu, Łukasz Żuk, nie kryje dumy ze swoich podopiecznych. – Pierwsze miejsce Gabrysi i trzecie miejsce Wojtka w Młodych Mistrzach Sto-

larstwa, a także świetne wyniki innych uczniów w konkursie Złoty Fachowiec pokazują, że nasza młodzież potrafi, chce i po prostu to lubi – mówi Łukasz Żuk.

Wisienką na torcie jest debiut szkoły w elitarnym konkursie WorldSkills Poland. Jej absolwent, Mateusz, został zaproszony do głównego konkursu finałowego, co być może da mu przepustkę do udziału w światowym finale w Pekinie. Trzymamy kciuki! KM



## FALA KONCZY 50 LAT!

Aquapark Fala (Al. Unii Lubelskiej 4) ma już pół wieku! Z tej okazji czeka nas wielka impreza urodzinowa, która potrwa aż trzy dni. Co w programie?

Urodzinowy piątek będzie dniem młodej energii, wspólnego odkrywania tajemnic aquaparku oraz Nocnego Pływania (od godz. 20:00 do 2:00, kupując po godz. 20:00 zwykły bilet jednogodzinny na basen, zyskasz

aż sześć godzin zabawy!). Sobota upłynie pod znakiem rodzinnej zabawy w pirackich klimatach z animacjami, sportem i masą niespodzianek, a zwieńczona zostanie plenerowym pokazem filmu „Mamma Mia” (od godz. 21:00).

W niedzielę natomiast będzie czas na totalny relaks i atrakcje dla nieco starszych Falowiczów. Pałeczkę przejmie saunarium, które przygotowuje m.in. specjalne ceremonie dla seniorów. mat. pras.

Od piątku do niedzieli, 19–21 czerwca  
Szczegółowy program imprezy:  
www.aquapark.lodz.pl

## NOC KUPAŁY NA STAWACH STEFANSKIEGO

Przed nami czwarta edycja wyjątkowego wydarzenia, które z roku na rok się rozwija i przyciąga coraz większe grono osób zainteresowanych dawnymi tradycjami, historią, kulturą oraz rodzinnym spędzaniem czasu.

W sobotę w programie znalazły się m.in. warsztaty, prelekcje, jarmark, aktywności historyczne, koncert, wrzucanie wiąnek do wody, inscenizacja nocy Kupały, pokaz ognia i wiele atrakcji dla całych rodzin. Z kolei w niedzielę przez cały dzień będą prowadzone warsztaty m.in. z szermierki oraz strzelania z łuków czy włóczni.

Red



Sobota, 20 czerwca  
w godz. 11:00–20:30  
Niedziela, 21 czerwca  
w godz. 11:00–16:00  
Wstęp wolny

## MOTORYZACJA W MINIATURZE

Hala Expo Łódź (Al. Politechniki 4) zamieni się w centrum polskiego modelarstwa za sprawą Targów Modeli Samochodowych.

Na odwiedzających czekają setki miniaturowych samochodów, perfekcyjnie odwzorowane detale i ręcznie

budowane modele. Swoje wyjątkowe dzieła zaprezentują uznani twórcy z Polski i zagranicy.

mat. pras.



Niedziela, 21 czerwca  
Godz. 10:00–16:00  
Bilety: 10 i 20 zł

## REWOLUCJA W ŁODZI

W Muzeum Tradycji Niepodległościowych (ul. Gdańska 13) rusza Festiwal Rewolucja, upamiętniający rewolucję 1905 r.

Czym są sprzeciw i bunt we współczesnym świecie? Jak wygląda na Bliskim Wschodzie, w Czechach i USA? Czy człowiek zbuntuje się przeciwko sztucznej inteligencji? Na te i inne pytania poszukają odpowiedzi uczestnicy i goście tegorocznej edycji wydarzenia. W programie: oficjalne uroczystości, panele dyskusyjne, projekcje filmowe, warsztaty dla dzieci i koncerty. Szczegółowe informacje na stronie www.muzeumtradycji.pl

MA



Od piątku do niedzieli, 19–21 czerwca  
Bilety: 20 zł za dzień, 50 zł za karnet trzydniowy

## KLASYCZNIE CZY EKSPERYMENTALNIE?

Przed nami wernisaż wystawy „Klasycznie czy eksperymentalnie? Możliwości tradycyjnej techniki nicielnicowej” w Akademickim Centrum Designu (Księży Młyn 13/15).

Ekspozycja jest zbiorem unikatowych prac tkaninowych, wykonanych przez uczennice Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych im. Jana Matejki w Nowym Wiśniczu. Wystawa potrwa do 30 czerwca. WeJu



Piątek, 19 czerwca, godz. 12:00  
Wstęp wolny

## Zyrafy świętują

Są najwyższymi zwierzętami lądowymi na świecie, a ich charakterystyczna sylwetka sprawia, że nie sposób pomylić ich z żadnym innym gatunkiem.

Zyrafy staną się głównymi bohaterkami wyjątkowego wydarzenia w Orientarium (ul. Konstantynowska 8/10). Z okazji Światowego Dnia Zyrafy na gości czekać będzie dzień pełen edukacji, zabawy, fascynujących ciekawostek o zwierzętach i pamiątek z motywem zyrafy. mat. pras.



Niedziela, 21 czerwca  
Bilety: 50–90 zł

## ZAPOMNIANA PISARKA

Muzeum Miasta Łodzi (ul. Ogrodowa 15) zaprasza na spotkanie „Jadwiga Elzenbergowa – zapomniana pisarka fabrykanckiej Łodzi”.

Jadwiga Elzenbergowa (1863–1941) to postać niemal całkowicie zapomniana. Aktorka, poetka i niepokorna publicystka

wrosła w tkanę miasta, stając się jedną z ważniejszych, choć dotąd niedocenianych, kronikarek ówczesnej, fabrykanckiej Łodzi.

WeJu



Piątek, 19 czerwca  
Godz. 18:00  
Bilety: 5 i 7 zł

## TARGI SZTUKI I DESIGNU

Akademickie Centrum Designu (Księży Młyn 13/15) inauguruje lato pośród kramów.

Za straganami staną studentki i studenci kierunków artystycznych, w większości uczący się w Łódzkiej Akademii Sztuk Pięknych. Na targach znajdziemy ceramikę, tekstylia, grafikę i sporo biżuterii. WeJu



Niedziela, 21 czerwca  
W godz. 11:00–17:00  
Wstęp wolny

## KINO Z DIANA DĄBROWSKĄ

Kino Charlie (ul. Piotrkowska 203/205) zaprasza na pokaz filmu „Osiem i pół” w ramach przeglądu „FEDERICO FELLINI: ciao a tutti”.

Na dużym ekranie „Osiem i pół” zachwyca jeszcze mocniej – monumentalne kadry, znakomita muzyka Nino Roty i charyzma Marcello Mastroianniego sprawiają, że trudno oderwać wzrok.

WeJu



Piątek, 19 czerwca  
Godz. 18:30  
Bilety: 21 i 25 zł

Finał drugiej edycji projektu „od\_nowa” w Teatrze Nowym (ul. Zachodnia 93), w którym twórcy będący na początku swojej drogi artystycznej mierzą się z klasyką polskiej literatury.

Trzy szkice sceniczne trwające ok. 20 minut będą inscenizacjami fragmentów „Bolesława Śmiałego” i „Powrotu Odysa” Stanisława Wyspiańskiego. Grupa, której szkic otrzyma największej głosów (głosują członkowie komisji i widzowie), zostanie zaproszona do przygotowania pełnowymiarowej premiery w listopadzie 2026 r. WeJu



Sobota, 20 czerwca  
Godz. 18:00  
Bilety: 40 zł



## INNA KSIĘŻNICZKA BURGUNDA

„Inna księżniczka Burgunda” na podstawie tekstu Witolda Gombrowicza w reżyserii Wojciecha Brawera powraca na deskę Teatru Arlekin (ul. Wólczańska 5).

Przestawienie porusza wiele ważnych tematów, m.in. tolerancji oraz otwartości na innych i na zmianę. Stawia pytania o to, co stanowi istotę człowieczeństwa. Spektakl z audiodeskrypcją dla widzów 16+.

WeJu



Sobota, 20 czerwca  
Godz. 19:00  
Bilety: 50 zł



## PREMIERA W NOWYM

Reżyser Marcin Brzozowski sięga po literaturę twórcy, którego sława narodziła się w internecie – Malcolma XD – autora past i memów pełnych humoru i groteski.

Spektakl „Emigracja” w Teatrze Nowym (ul. Zachodnia 93) opowiada historię Malcolma i jego kumpla Stomila, którzy postanawiają wyruszyć razem do Londynu, by zarobić pieniądze na samodzielne życie w Polsce.

WeJu



Piątek, 19 czerwca  
Godz. 19:15  
Bilety: 40–60 zł

# WSPINANIE, BŁOTO, EKSPERYMENTY

## LEŚNE PRZEDSZKOLA W ŁÓDZI I OKOLICY

Leśne przedszkola z roku na rok zyskują coraz większą popularność. Ich zasada – spędzać jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu – jest bliska wielu rodzicom, dlatego tak chętnie posyłają tam swoje dzieci. Gdzie w Łodzi i okolicach znaleźć takie miejsca?

**Pomysł leśnych przedszkoli** narodził się w połowie XX wieku w Danii, kiedy Ella Flatau zaczęła zabierać grupę dzieci na codzienne spacery i zabawy do lasu. Z czasem stało się to modne w innych krajach. Największą popularnością leśne przedszkola cieszą się w krajach skandynawskich, w Danii stanowią dziś nawet 10% wszystkich placówek!

**CZY WIESZ, ŻE...**

### Leśna warsztatownia Fundacji Dmuchawiec (Borchówka)

Pierwiosnek to leśna warsztatownia Fundacji Dmuchawiec w Borchówce, w której dzieci spędzają czas blisko natury. Fundacja przyjmuje maluchy od 2,5 roku życia gotowe do podstawowej samodzielności. Dzieci uczą się tu przez ruch, obserwację i codzienny kontakt z przyrodą. Poznają las i jego mieszkańców, samodzielnie odkrywają, badają i eksperymentują.

### Grzyby i Korzenie (Dąbrówka 11)

Przedszkole znajduje się tuż przy granicy Łodzi, w Dąbrówce, na skraju łąk, lasu i domów jednorodzinnych. To miejsce dla dzieci w wieku przedszkolnym, w którym najważniejsza zasada jest prosta: jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu. Codziennością są więc spacerki, wyprawy i zabawy w terenie.

### Palcem po błocie. Leśne nieprzedszkole (ul. Zamiejska 91)

To rodzinny projekt dla dzieci w wieku 3–6 lat. Baza przy ul. Zamiejskiej ma 1500 mkw. powierzchni, a na jej terenie są m.in. ogród, szklarnia, kuchnia błotna pod zadaszeniem, miejsce ogniskowe, piaskownica, górki, dołki i drzewa owocowe. Dzieci mają tu przestrzeń do swobodnej zabawy, wspinania się, brudzenia i eksperymentowania, a w chłodniejsze dni korzystają m.in. z dużego, ogrzewanego namiotu.

### Baza pod Lasem, ul. Zakładowa 144

Placówka czerpie z pedagogiki waldorfskiej, w której ważne są spokój, swobodna zabawa na dworze i obserwacja zmian zachodzących w przyrodzie. Dzieci spędzają czas na zewnątrz, nawet kiedy pada deszcz. Przedszkolaki, w mieszanych wiekowych grupach, uczą się codziennych czynności przez doświadczenie.

### Świat Odkrywców (ul. Kombajnowa 13A, Stara Gadka)

To kameralne przedszkole językowe położone kilka minut od Rzgowa i Łodzi, w którym dzieci uczą się języka angielskiego i hiszpańskiego przez ruch i zabawę na świeżym powietrzu. Przedszkolaki mają do dyspozycji ogród o powierzchni niemal 4000 mkw., w którym spędzają czas niezależnie od pogody.

TK



## POMYSŁY NA AKTYWNY WYPAD ZA MIASTO

### Wśród drzew

Park linowy „Nad Pilicą”, położony w Tomaszowie Mazowieckim, to idealne miejsce dla amatorów podniebnych szaleństw. Przygotowano pięć tras (o różnych stopniach trudności) na wysokości od 50 cm aż do 6 m! W wakacje park jest czynny codziennie w godz. 11:00–20:00.



### Średniowieczne klimaty

Rycerze, damy dworu i wielkie bitwy? Grodzisko w Tumie zabierze nas w podróż w czasie. Jest to pozostałość po wczesnośredniowiecznym grodzisku i najstarszy element średniowiecznej Łęczycy. Latem można je zwiedzać od wtorku do niedzieli w godz. 11:00–18:00.



### Spływ kajakowy

Pilica jest jedną z najczęściej wybieranych tras kajakowych w Łódzkiem. Rozległe łąki i lasy, ale też wysepki i bagna tworzą urokliwe krajobrazy. Można wybrać dłuższą trasę z Przedborza do Stobnicy (ok. 25 km) lub krótsze, m.in. z Tomaszowa do Zakosciela (ok. 18 km) lub z Białej do Sulejowa (ok. 13 km).



## OGŁOSZENIA MIEJSKIE



### PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach od 19 czerwca 2026 r. do 10 lipca 2026 r. wywieszony będzie na tablicach ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronie internetowej Urzędu Miasta Łodzi ([www.uml.lodz.pl](http://www.uml.lodz.pl)) wykaz stanowiący załącznik do zarządzenia Nr 1360/2026 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 15 czerwca 2026 r., w sprawie przeznaczenia do sprzedaży w drodze bezprzetargowej samodzielnych lokali mieszkalnych, usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi, stanowiących własność Miasta Łodzi wraz z udziałem w prawie własności gruntu oraz ogłoszenia ich wykazu.

FOT. ŁODZ.PL, MAT. PRAS.

ŁÓDZKI BUDŻET OBYWATELSKI

# DARMOWE ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU



**Gdzie?** W zachodniej części Parku Podolskiego (od strony Al. Śmigłego-Rydza).

**Kiedy?** W soboty (do 29 sierpnia) o godz. 11:00.

**Bieganie**

Treningi biegowe „Z głową po zdrowie” są skierowane głównie do początkujących, którzy chcą wyrobić zdrowe nawyki. Pod okiem Moniki Kaczmarek można stopniowo i w przyjaznej atmosferze budować wyczerpującą formę.

**Gdzie?** W Uroczysku i Parku Leśnym Lublinek. Miejsce zbiórki to parking przy Uroczysku Lublinek 1 (współrzędne GPS: 51.72855548991535, 19.378486766694895).

**Kiedy?** We wtorki (do 7 lipca) o godz. 18:30.

**Nordic walking**

Dla tych, którzy szukają aktywności angażującej niemal 90% mięśni ciała, będącej jednocześnie bezpieczną dla stawów, idealnym wyborem będzie „Nordic walking na

Rudzie” prowadzony przez wykwalifikowanych instruktorów z Klubu Sportowego „Z nogami w chmurach”. Treningi często są łączone z edukacją o zdrowym odżywianiu. Każdy trwa 90 minut.

**Gdzie?** Na Stawach Stefańskich. Uczestnicy spotykają się przy charakterystycznej górze w pobliżu parkingu u zbiegu ulic Cienistej i Rudzkiej.

**Zajęcia z samoobrony dla kobiet**

W ramach bezpłatnego projektu „Bądź bezpieczna” kobiety, niezależnie od wieku i kondycji fizycznej, uczą się technik obronnych oraz właściwego reagowania na zagrożenia. Treningi prowadzone przez Galvarino Fighting Academy mają za zadanie podnieść sprawność ruchową i budować pewność siebie. Na zajęcia zaleca się wygodny strój sportowy.

**Gdzie?** W Parku Górka Widzewska. Miejscem zbiórki są okolice parkowej tętni (ul. św. Brata Alberta Chmielowskiego).

**Kiedy?** W poniedziałki, środy i piątki (do 27 lipca) o godz. 17:00.

**Gimnastyka na seniorów**

O letnią formę i zdrowie z Łódzkim Budżetem Obywatelskim mogą zadbać również starsi mieszkańcy naszego miasta. Spe-



**• Park Podolski:** Treningi zaplanowano na wtorki i soboty o godz. 10:00 (do 29 września).  
**Park Szarych Szeregów:** W czerwcu, sierp-

niu i wrześniu instruktor czeka w czwartki o godz. 14:00 oraz w soboty o godz. 13:00. W lipcu harmonogram ulega zmianie na wtorki i soboty o godz. 13:00. Zajęcia potrwają do 29 września.

KM

cialnie dla nich przygotowano bezpłatne zajęcia gimnastyczne i rehabilitacyjne z wykorzystaniem siłowni street workout oraz wagi własnego ciała. Wykwalifikowany fizjoterapeuta i instruktor rehabilitacji pomoże seniorom w bezpiecznym sposobie wzmocnić mięśnie, poprawić mobilność oraz zadbać o kondycję na lato. Aktywności odbywają się w czterech łódzkich parkach, a harmonogram różni się w zależności od miesiąca.

**• Park Abramowski:** W czerwcu, sierpniu i wrześniu zajęcia odbywają się we wtorki o godz. 13:30 oraz w soboty o godz. 11:30. W lipcu natomiast we wtorki o godz. 11:30 i w soboty o godz. 11:30.

**• Zieleniec przy ul. Jesionowej:** Zajęcia odbywają się we wtorki i soboty o godz. 10:30 (do 29 września).



**Budowanie letniej formy nie wymaga drogich kartów. W ramach Łódzkiego Budżetu Obywatelskiego w łódzkich parkach trwa sezon bezpłatnych zajęć na świeżym powietrzu. Miejskie zieleńce zamieniły się w otwarte strefy wellness, oferujące m.in. jogę, bieganie czy gimnastykę dla seniorów!**

**Joga**

Plenerowe zajęcia jogi „Śmiało ciało” to świetny sposób na wzmocnienie i rozciągnięcie mięśni oraz wyciszenie umysłu w otoczeniu natury. Treningi z doświadczonym instruktorem dostosowano do każdego poziomu zaawansowania. Każde zajęcia trwają minimum 1,5 godziny.



ŁÓDZKI BUDŻET OBYWATELSKI 2026/27

NEW CITY LOADING

**GŁOSUJ!**

ŁODZ.PL/BO

**DECYDUJ O ŁODZI!**

Zakończyło się głosowanie w wersji papierowej w 14. edycji Łódzkiego Budżetu Obywatelskiego, ale wciąż możesz oddać swój głos drogą elektroniczną.

**JAK GŁOSOWAĆ?**

Wejdź na [lodz.pl/bo](http://lodz.pl/bo) i oddaj swój głos, masz czas do 30 czerwca 2026 r.

Szczegóły na [lodz.pl/bo](http://lodz.pl/bo)



**SUDOKU ŁATWE**

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

**SUDOKU ŚREDNIE**

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

**SUDOKU TRUDNE**

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



**OGŁOSZENIA MIEJSKIE**



**PREZYDENT MIASTA ŁODZI**

informuje, że w dniach od 19 czerwca 2026 r. do 10 lipca 2026 r. wywieszane będą na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczone na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykazy nieruchomości stanowiących własność Miasta Łodzi:

przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu, położonych w Łodzi przy:

1. ul. Przechodniej 44A, działka nr 193, obręb G-1, o pow. 430 m<sup>2</sup>,
2. ul. Rokicińskiej bez numeru, działka nr 75/4, obręb W-34, o pow. 14 631 m<sup>2</sup>,
3. ul. Rudzkiej 22, działka nr 158/2, obręb G-40, o pow. 858 m<sup>2</sup>,
4. ul. Zachodniej 53, działka nr 7/2, obręb S-1, o pow. 473 m<sup>2</sup>;

przeznaczonych do sprzedaży w drodze bezprzetargowej na rzecz użytkowników wieczystych, położonych w Łodzi przy:

5. ul. Stefana Żeromskiego 52, działka nr 237/3, obręb P-19, o pow. 2 129 m<sup>2</sup>,
6. ul. gen. Jarosława Dąbrowskiego 48F i 48J, działki nr 1/66 i 1/61, obręb G-6, o łącznej pow. 102 m<sup>2</sup>,
7. ul. Morgowej 9, działka nr 23/22, obręb B-35, o pow. 6 578 m<sup>2</sup>,
8. ul. Morgowej 9 i Morgowej bez numeru, działki nr 23/23, 23/24, 23/25, 23/26, obręb B-35, o łącznej pow. 19 169 m<sup>2</sup>.

[WWW.BIP.UML.LODZ.PL](http://WWW.BIP.UML.LODZ.PL)



MATERIAŁ PARTNERSKI

TVN  
piątek, 19.06, godz. 20:00

**WORLD WAR Z**

Nakręcony w 2013 r. horror science fiction „World War Z” wywarł wielkie wrażenie na zarówno na widzach, jak i na krytykach filmowych. Doceniano zwłaszcza jakość efektów specjalnych oraz znakomitą grę aktorską.



Ludzie na całym świecie zostają zarażeni zagadkową chorobą, przez którą zachowują się jak bezrozumne bestie. Doktor Fassbach (Elyes Gabel) uważa, że aby stworzyć szczepionkę, trzeba dotrzeć do źródła wirusa. Razem z Gerrym Lanem (Brad Pitt), byłym pracownikiem ONZ, rusza do Korei Południowej, gdzie zaobserwowano pierwsze przypadki zachorowań.

TVN  
sobota, 20.06, godz. 19:50

**WŁOSKIE WAKACJE**

Prawdziwe wakacje jeszcze przed nami, ale już dziś zapraszamy przed telewizory na brytyjsko-włoski komediodramat zatytułowany „Włoskie wakacje”.

Jack (Micheál Richardson) namawia ojca (Liam Neeson) do sprzedaży rezydencji w Toskanii. Gdy jadą na miejsce, okazuje się, że najpierw trzeba wyremontować posiadłość, bo znajduje się w opłakanym stanie. Pobyt we Włoszech staje się okazją do odnowienia zerwanych więzi.



TVN  
niedziela, 21.06, godz. 19:45

**INDIANA JONES I KRÓLESTWO KRYSTAŁOWEJ CZASZKI**



Tym, którzy chcą sobie przypomnieć, jak rozwiązuje się najbardziej zawiątlane zagadki dotyczące cudownych artefaktów, polecamy film „Indiana Jones i Królestwo Kryształowej Czaszki”. Rok 1957. Konflikt między Związkiem Radzieckim a USA przybiera na sile. Indiana Jones i George „Mac” McHale wymykają się z rąk sowieckich agentów. Do archeologa zgłasza się młody buntownik Mutt Williams, który proponuje, że w zamian za pomoc w osobistej sprawie naprowadzi go na ślad legendarnej Kryształowej Czaszki, która jest ukryta w Peru.



**50 LAT  
FALI**

# URODZINOWY WEEKEND FALI STARTUJE JUŻ DZIŚ!

**19 – 21  
CZERWCA**



**PIĄTEK (DZIŚ)**

## NOCNE PŁYWANIE

- wejdź po 20:00 i zostań do 2:00
- DJ Lizard
- baseny pod gwiazdami
- honorujemy karty sportowe

**6 GODZIN ZABAWY  
W CENIE 1**



**SOBOTA**

## RODZINNY RELAKS W PIRACKIM STYLU

- pirackie animacje
- piana party
- symulator surfingu



**OD 21:00  
KINO W BASENIE.  
FILM MAMMA MIA**



**NIEDZIELA**

## DZIEŃ RELAKSU

- mistrzowskie ceremonie z gościem specjalnym
- koncerty mis tybetańskich
- masaże i strefa pilates

**+50 MINUT  
DO KAŻDEGO  
WEJŚCIA NA SAUNY**

**PRZEZ CAŁY WEEKEND:  
WODNY TOR PRZESZKÓD, DMUCHAŃCE I PODWODNE ZDJĘCIA**

Aquapark FALA

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ NA [AQUAPARK.LODZ.PL](http://AQUAPARK.LODZ.PL)

KARATE

# BRAŹ DLA RAHOZENKI!

Zawodnik Olimpu Łódź Erik Rahozenko zdobył brązowy medal prestiżowych zawodów Karate 1 Premier League w Rabacie w kategorii kumite mężczyzn do 75 kg.

To jedno z największych osiągnięć ostatnich lat dla Olimpu Łódź, a zarazem jeden z największych sukcesów w sportowej karierze reprezentanta Ukrainy, który na co dzień trenuje w Łodzi. Erik Rahozenko jest medalistą mistrzostw Europy oraz zdobywcą wielu medali i wysokich miejsc w zawodach międzynarodowych. Brązowy medal wywalczony podczas Karate 1 Premier League w Raba-

cie był jego drugim podium w tym cyklu. Pierwszy medal Premier League zdobył w Paryżu w 2025 r.

**Trudna droga do medalu**  
Erik Rahozenko znakomicie rozpoczął rywalizację w Rabacie, wygrywając wszystkie trzy walki grupowe. W wymagającej grupie pokonał Gadzhiego Gadzhieva (7:5), lidera rankingu Premier League 2026, Enesa Buluta z Turcji (9:0) oraz reprezentanta Francji Ryana Gari (8:1). W ćwierćfinale Erik Rahozenko zmierzył się z Ernestem Sharafutdinovem. Tym razem musiał uznać wyższość rywala, przegrywając

0:8. Wynik ten nie przekreślił jednak jego szans na podium – dzięki wcześniejszym rezultatom pozostał w walce o brązowy medal.

**Wielki mistrz pokonany!**

W pojedynku o brąz Erik pokonał 2:0 Aliego Elsaywy'ego z Egiptu – medalistę mistrzostw świata, uczestnika Igrzysk Olimpijskich w Tokio i jednego z najbardziej utytułowanych zawodników w stawce. Zwycięstwo zapewniło mu trzecie miejsce w zawodach Karate 1 Premier League Rabat 2026. **red**



FOT. OLIMP ŁÓDŹ



PKO BP EKSTRAKLASA

## KONIEC PIĘKNEJ HISTORII

Wygasająca w czerwcu 2026 r. umowa Bartłomieja Pawłowskiego z Widzewem Łódź nie zostanie przedłużona. Kapitan po kilku latach żegna się z drużyną Czerwono-Biało-Czerwonych.

Bartłomiej Pawłowski po raz pierwszy został zawodnikiem Widzewa Łódź w 2013 r. Debiutanckiego gola zdobył 13 lutego w meczu ze Śląskiem Wrocław. Po występach

w łódzkim klubie przeniósł się do hiszpańskiej Málagi.

**Powrót do Łodzi**

Do Widzewa wrócił w zimowym oknie transferowym w sezonie 2021/22. W kolejnych rozgrywkach występował z drużyną w I lidze, w znaczącym stopniu przyczyniając się do awansu zespołu do PKO BP Ekstraklasy, oraz w najwyższej klasie rozgrywkowej. Pawłow-

ski pełnił również funkcję kapitana zespołu.

Łącznie rozegrał 116 oficjalnych meczów w pierwszej drużynie Widzewa Łódź, zdobył 31 bramek i zanotował 14 asyst. **red**



FOT. P. ŁACHETA

MECZ GWIAZD 2026

## Legendy futbolu w Łodzi

Już 29 sierpnia Łódź ponownie stanie się areną wyjątkowego sportowego widowiska. Ruszyła sprzedaż biletów na drugą edycję Meczów Gwiazd, podczas którego na murawie spotkają się legendy polskiej i francuskiej piłki nożnej oraz znane postacie ze świata sportu, muzyki, mediów i internetu.

Pomysłodawcą i ambasadorem Meczów Gwiazd jest były re-

prezentant Polski Grzegorz Krychowiak. W tegorocznej edycji udział potwierdzili już m.in.: Zbigniew Boniek, Robert Pires, Jean-Pierre Papin, Alain Giresse czy Samuel Umtiti. To jednak dopiero początek. Organizatorzy zapowiadają kolejne ogłoszenia gwiazd, które pojawią się w Łodzi.

**Sport, który inspiruje**

Tegoroczna edycja Meczów Gwiazd odbędzie się pod hasłem: „Gdy międzynarodowe legendy boiska przekazują sportowe wartości polskiej młodzieży...”. Organizatorzy podkreślają, że wydarzenie ma nie tylko do-

starzać sportowych emocji, ale także promować aktywność fizyczną oraz wspierać rozwój młodych sportowców. Podczas pierwszej edycji udało się wesprzeć łódzki Miejski Szkolny Związek Sportowy oraz Fundację TVN. **red**

**INFO**

Mecz Gwiazd 2026 odbędzie się w sobotę, 29 sierpnia o godz. 17:00 na Stadionie Miejskim przy Al. Piłsudskiego 138 w Łodzi. Bilety są dostępne na stronie internetowej kupbilet.pl

FOT. P. ŁACHETA

FOT. ŁODZ.PL, ENVATO ELEMENTS, WIKIPEDIA

## ŁÓDZKA POGODYNKA

PIĄTEK

28°C

19.06



**Imieniny obchodzą:**  
Julianna, Michalina,  
Romuald, Borzysław,  
Eurydyka, Gerwazy

SOBOTA

33°C

20.06



**Imieniny obchodzą:**  
Bogna, Bożena,  
Rafał, Florentyn,  
Hektor, Franciszek

NIEDZIELA

29°C

21.06



**Imieniny obchodzą:**  
Alicja, Alojzy,  
Rudolf, Domamir,  
Marta, Teodor

## KARTKA Z KALENDARZA



19 czerwca 1976 r. przy Al. Unii Lubelskiej na Zdrowiu został otwarty pierwszy kompleks wodny.

Składał się m.in. z czterech basenów, w tym jednego ze sztuczną falą imitującą morskie przypiły, co stanowiło nie lada atrakcję. Największy z nich miał olimpijskie wymiary - 50 m x 21 m - i ok. 2 m głębokości. Kąpielisko było przeznaczone dla 4 tys. osób i zajmowało powierzchnię 7 ha. Na uroczystości inauguracji kąpieliska obecne były władze Łodzi, występowały gwiazdy estrady,

a gościem specjalnym był Marek Perepeczko, popularny wówczas odtwórca roli Janosika.

Latami na Falę ściągali tysiące ludzi, by popływać, poopalać się, pograć w piłkę czy spędzić czas na kocyku w gronie znajomych. Niestety z powodu wad konstrukcyjnych kultowe miejsce wypoczynku zamknięto w 1992 r. W latach 80. XX w. na terenie dawnej Fali odbywały się wybory Miss Natura, a swoje spotkania organizowali naturyści, co wzbudzało wtedy powszechną sensację. Obecnie w miejscu

**W PRL-u kąpielisko Fala było jednym z najnowocześniejszych tego typu obiektów w kraju i głównym miejscem letniego wypoczynku Łożdzian**

starej Fali działa jeden z największych w Polsce parków wodnych, który otwarto 31 stycznia 2008 r. Teren obiektu ma 10 ha, z czego ok. 2,5 tys. mkw. stanowi lustro wody. Aquapark Fala oferuje szereg atrakcji w postaci supernowoczesnych zjeżdżalni, saun i gabinetów odnowy

agr

## Rodzinne miasto

## PATRONKA ŁODZI

## KULT ŚW. FAUSTYNY

5 października 1938 r. w Krakowie zmarła Maria Faustyna Kowalska - święta Kościoła katolickiego, zakonnica ze Zgromadzenia Sióstr Matki Bożej Miłosierdzia, mistyczka, stygmatyczka i wizjonerka, głosicielka kultu Bożego Miłosierdzia, patronka Łodzi. Jej „Dzienniczek” oraz przesłanie idei Bożego Miłosierdzia, a także słynny obraz z napisem „Jezu,

ufam Tobie” stanowią dziś jedne z ważnych motywów wiary katolickiej. Siostra Faustyna została wyniesiona na ołtarze - beatyfikowana 18 kwietnia 1993 r. oraz kanonizowana 30 kwietnia 2000 r. przez Jana Pawła II. Podczas zabawy ludowej w łódzkim Parku Wenecja doznała swego rodzaju objawienia, wyruszyła w duchową podróż, pełniąc posługę w klasztorach, m.in. w Warszawie, Wilnie i Krakowie. Ale droga do świętości św. Faustyny Kowalskiej zaczęła się w Łodzi. agr



Siostry faustynki podczas jednego z festynów ku czci świętej w łódzkim parku, podczas którego wystąpił Krzysztof Krawczyk

## ŁÓDZIANIZMY

## WYFIKROWAĆ SIĘ NA DEPTAK



Lato już prawie w pełni, więc za chwilę będzie można błysnąć opalenizną, pochwalić się wysportowaną sylwetką oraz zaprezentować się w pełnej krasie w lekkich ciuchach. W tym celu należało się - jak dawniej mówiono - wypindrować, wyfikrować, wyfiokować czy wykokietrować. Panny i kawalerowie starannie ubrani, uczesani, wyfikrowani szli na deptak na Piotrkowską. Elegancko wystrojony zyskiwali miano wykokietrowanych, co jednoznacznie określa cele tych

wszystkich zabiegów upiększających, dzięki którym można było zawrzeć nowe znajomości, znaleźć partnera czy partnerkę oraz miłosne uniesienia. agr

## ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie w poniedziałek 22 czerwca



## OFIARY REWOLUCJI

Czerwiec 1905 r. krwawo zapisał się w dziejach Łodzi. Na terenie lasu miejskiego, tuż przy szosie konstantynowskiej znajdował się cmentarz, gdzie grzebano bojowników i działaczy rewolucyjnych, straconych w różnych miejscach. W lesie na wzgórzu wykonywano również wyroki śmierci na więźniach politycznych w latach 1905-1908, przy czym identyfikacja oraz ustalenie dokładnej liczby straconych tam

osób okazało się niemożliwe. Z inicjatywy magistratu, głównie prezydenta Aleksego Rzewskiego, 27 maja 1920 r. dokonano ekshumacji szczątków 57 skazańców do wspólnej mogiły, na której we wrześniu 1922 r. usypano kopiec. Rok później, 1 maja odsłonięto strzelistą, betonową kolumnę o wysokości 7 m, zwieńczoną krzyżem. Kolumna ta zwana była Pomnikiem Poległych oraz miejscem często odwiedzanym przez Łożdzian. W 1939 r. pomnik zniszczyli Niemcy. Po wojnie ustawiono w jego miejsce pamiętkowy głaz, a 22 czerwca 1975 r. - w 70. rocznicę rewolucji 1905 r. - odsłonięto monumentalny Pomnik Czynu Rewolucyjnego. agr



Nieistniejący już Pomnik Poległych na leśnym kopcu na Zdrowiu, odsłonięty 1 maja 1923 r.