

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

CUDA
NA ZAMÓWIENIE

strona 7



TU DZIEJE SIĘ MAGIA!

INWESTYCYJNE TSUNAMI W SAMYM SERCU ŁODZI **strona 8-9**

AKTUALNOŚCI

CZekał
na dom
aż 8 lat

strona 2



AKTUALNOŚCI

Nowe
drogi
na Julianowie

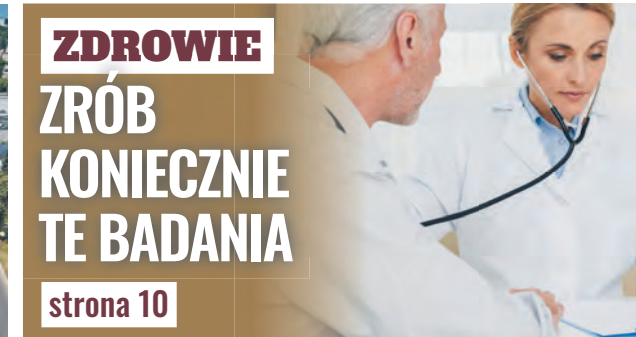
strona 3



ZDROWIE

Zrób
koniecznie
te badania

strona 10



KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 093

SCHRONISKO

8 LAT CZEKAŁ W SCHRONISKU NA DOM

Wiele lat spędzonych w schronisku przy ul. Marmurowej nie odebrało mu radości życia, ciekawości świata i ludzi. Bond, po 8 latach czekania, wreszcie ma swój własny, kochający dom!

Początkowo nieco nieufny, szybko poczuł się bezpiecznie w towarzystwie Pani Ewy i jej rodziny. Z wzajemnością! – Rozkochał nas w sobie spokojem i delikatnością. Jest ciekawski, bystry i szybko się uczy. Świetnie dogadał się

z naszym drugim pieskiem i tworzą teraz nierozłączny duet – opowiada Pani Ewa. Dziesięcioletni Bond w nowym domu uwielbia bliskość człowieka i... kanapę. Lubi spać w nogach i się przytulać. Dzięki dobrej opiece w schronisku psiak jest w świetnej kondycji jak na swój wiek. Ma dużo energii, więc dłuższe spacerują teraz jego codziennością. – Ciekawo, co robimy w każdej dziedzinie życia, więc nie spuszcza nas z oczu. A dla



nas najmiłszą chwilą dnia jest powrót do domu. To momenty pełne najszczęśliwszej radości! – dodaje opiekunka Bonda. Adopcja starszego zwie-

rzaka to wybór pełen empatii i miłości. Zwierzak z pewnością odwzajemni się ogromem wdzięczności i czułości.

JĘ
FOT. ŁODZ.PL

Bond nie spuszcza z oczu swojej nowej rodziny

INFO

Aby adoptować psa lub kota, zadzwoń:
☎ 500 099 995 ☎ 501 437 232 ☎ 42 656 78 42
lub napisz na ✉ schronisko.adopcje@jst.uml.lodz.pl

ŁÓDZKIE MARKI w teledysku gwiazd

W ostatnich dniach miał premierę najnowszy teledysk Sanah i Krzysztofa Zalewskiego. Wystąpiły w nim dwie młode łódzkie marki: Tartaruga i Mokave.

oraz specjalistki od kilimów Wiktoria Podolec i Jadzia Lenart z Tartarugi. Są powody do dumy!



FOT. ŁODZ.PL, YOUTUBE

Teledysk do utworu Eviwa l'arte! (ze słowami Kazimierza Przerwy-Tetmajera) to hołd dla rzemiosła i sztuki. Nic dziwnego, że znalazły się w nim znane i lubiane marki z Łodzi. Nasze miasto dumnie reprezentują twórczyni wyjątkowej biżuterii Pola Chrobot z Mokave

ŁÓDŹ JEST EKO

Sortujemy, aż furczy

W łódzkiej sortowni odpadów padł kolejny rekord. W 2024 r. sprzedano łącznie ponad 18 tys. ton surowców wtórnych. To aż o 930 ton więcej niż rok wcześniej! Co drugi odpad trafiający do sortowni został przekazany do recyklingu!

Wysortowano i sprzedano 49,94% surowców – w 2023 r. było to 46,32%, a w 2022 r. – 45,20%. Ten rewelacyjny wynik pokazuje pozytywny trend w działaniach ekologicznych w mieście. Łodzianie naprawdę są eko!

red



Odbiór społeczny ul. Przybyszewskiego.

W sobotę (18 stycznia) łodzianie wzięli udział w społecznym odbiorze ul. Przybyszewskiego, której remont właśnie dobiega końca. Spotkali się z przedstawicielami miasta, by pomóc ocenić jakość wykonanych prac.

FOT. ŁODZ.PL



Zatańcz z nami POLONEZA DLA ŁODZI

Zapraszamy łódzkie szkoły do udziału w kolejnej edycji „Polonez dla Łodzi”, organizowanego przez „Łódź.pl”.

Egzamin dojrzałości to dla każdego ucznia szkoły średniej najważniejsze wydarzenie wieńczące naukę, a piękną tradycją poprzedzającą matury jest bal studniówkowy i otwierający go polonez. Chcielibyśmy wspólnie z łódzką młodzieżą i władzami miasta zatańczyć go na najważniejszej łódzkiej ulicy.

Zapraszamy klasy maturalne i wszystkich chętnych we wtorek (28 stycznia) o godz. 12:00. Ruszymy sprzed Urzędu Miasta Łodzi, a roztańczony korowód poprowadzi niezastąpiony Janusz Wielgosz, trener, choreograf i dyplomowany instruktor tańca towarzyskiego. KaWa

INFO

Zgłoszenia prosimy przysyłać na adres redakcja@biblioteka.lodz.pl, w tytule e-maila wpisując „Polonez 2025”.



CIEMNA STRONA MIASTA NA SYGNALE

KRADŁ NA DZIAŁKACH

Łódzki policjant, będący po służbie, został zaalarmowany przez sąsiada, że na terenie ROD przy ul. Telefonicznej, gdzie mają działki, nieznanemu mężczyźnie kradnie zewnętrzne krany. Funkcjonariusz natychmiast pojechał z sąsiadem na miejsce zdarzenia. Podczas sprawdzania ale-

jęk zauważyli podejrzenie zachowującego się nieznanego. Na nic się zdała próba ucieczki – 37-letni mężczyzna został zatrzymany. W plecaku miał skradzione krany. Na miejsce wezwano partol policji, któremu przekazano złodzieja. Teraz za swoje zachowanie odpowie przed sądem. rp

DROGOWE ZMIANY NA JULIANOWIE

Remonty dróg prowadzone są w całym mieście. Nie omijają też Julianowa, gdzie w ostatnich latach nowe, równe nawierzchnie zyskało aż 15 ulic. A to nie koniec drogowych zmian – na ten rok zaplanowano kolejne inwestycje!

ZREALIZOWANE



Julianowska



Jaskrowa

W 2024 r. oddano na Julianowie wyremontowaną ul. św. Teresy (od ul. Zgierskiej do al. Włóknarzy). Drogowcy pracowali również na ul. Julianowskiej, na jezdni w kierunku ul. Zgierskiej. Wykonali też remont ul. Sierakowskiej – od ul. Kniaziewiczka aż po ul. Limanowskiego. Powstały też nowe drogi Nad Sokółką. Tuż obok Julianowa pracowano również na ul. Hipotecznej. To tylko kilka realizacji z minionego roku. We wcześniejszych latach drogowcy zmodernizowali również kilka osiedlowych ulic: Jaskrową, Jaśminową, Litewską, Świerkową, Jaworową, Lesz-



Biegańskiego

czynową, Truskawkową i Przedwiośnie, oraz odcinki ulic Sasanek i Świe-tlanej.

Remontowe plany

To jednak nie koniec remontów. Miasto przygotowało kolejne inwestycje, wśród których są dwie najważniejsze ulice na osiedlu, czyli Kniaziewiczka i Biegańskiego. Obie zostaną gruntownie wyremontowane. Na ul. Kniaziewiczka zmieni się teren pod szpitalem, powstaną miejsca parkingowe i wygodne chodniki. Natomiast na ul. Biegańskiego,

PLANOWANE



ks. Stanisława Brzóska

oprócz nowej drogi i chodników, pojawią się wyniesione skrzyżowania, aby uspokoić ruch i zapewnić bezpieczeństwo pieszym. Poza tymi dwiema inwestycjami drogowcy dokończą wymianę nawierzchni na ul. Julianowskiej. Nowa nawierzchnia i chodniki pojawią się też na ul. ks. Brzóska, której realizacja już się rozpoczęła, a przeprowadzona zostanie na całej długości, od ul. Kniaziewiczka do ul. Limanowskiego. WS

Przyjdź na spotkanie

W poniedziałek, 20 stycznia o godz. 17:00 w filii nr 2 Biblioteki Miejskiej w Łodzi przy ul. Łągiewnickiej 118 odbędzie się spotkanie, na którym zostaną omówione plany remontów dróg na Julianowie.

LISTA ULIC DO REMONTU W 2025 ROKU

- ▲ Kniaziewiczka
- ▲ Biegańskiego
- ▲ Julianowska
- ▲ Stefana
- ▲ ks. Brzóska



SIENKIEWICZA I TYMIENIECKIEGO

WIDAĆ JUŻ EFEKTY PRACY DROGOWCÓW!

REMONTY ULIC RAPORT

- ▶ **STERLINGA** – Drogowcy rozpoczęli drugi etap remontu. Obecnie trwają rozbiórki nawierzchni i chodników.
- ▶ **TUSZYŃSKA** – Rozpoczął się pierwszy etap inwestycji. Drogowcy rozpoczęli prace od rozbiórek.
- ▶ **ODYŃCA** – Trwają prace przy sieci wodno-kanalizacyjnej. Wkrótce drogowcy rozpoczną kolejny etap inwestycji.

Więcej na: lodz.pl/remonty



Trwają prace przy remoncie dwóch ważnych ulic w centrum Łodzi. Na ul. Sienkiewicza i ul. Tymienieckiego ułożono część nowej drogi, z której mogą już korzystać kierowcy.

w miejsce której wkrótce pojawią się nowa podbudowa i dwie warstwy nowego asfaltu. Ponadto prowadzone są prace przy tworzeniu podbudowy pod nową jezdnię na ul. Sienkiewicza.

Prace obejmują ul. Sienkiewicza i ul. Tymienieckiego na odcinku pomiędzy ul. Tylną a ul. Piotrkowską. Wymieniona zostanie nawierzchnia drogi oraz jej podbudowa, wyremontowane będą chodniki, pojawią się też nowa zieleń i ławki.

Na placu budowy zakończono już większość prac brukarskich. Ułożona została także pierwsza warstwa asfaltu na połowie jezdni wzdłuż ul. Tymienieckiego, na którą przełożono ruch. Na drugiej stronie ulicy drogowcy zerwali starą nawierzchnię,



Konsultacje Go z tunelem i wiaduktem na Widzewie?

Budowa tunelu na al. Hetmańskiej i wiaduktu na ul. Malowniczej coraz bliżej. Chcesz mieć wpływ na te inwestycje? Weź udział w konsultacjach.

Te dwa miejsca na Widzewie są zmartwieniem wielu kierowców. Wkrótce ma się to zmienić. Powstaną tam bezkolizyjne przejaz-

dy – wiadukt na ul. Malowniczej i tunel w prze-



dłużeniu al. Hetmańskiej. Koncepcje obiektów są

już gotowe. Wniosek do PKP zostanie złożony w lutym, a teraz przyszła pora, aby porozmawiać o projekcie. Spotkanie odbędzie się we wtorek (21 stycznia) w godz. 14:00-18:00 w filii nr 52 Biblioteki Miejskiej przy ul. Ketlinga 21. TAnd



FOT. MAT. PRAS.

TU POWSTANIE TUNEL DLA KDP



Coraz bliżej jest budowa drugiego tunelu kolejowego pod Łodzią – dla Kolei Dużych Prędkości. Podziemna trasa o długości ponad 4 km będzie przebiegać przez ściśnięte centrum miasta.

Tunel dla KDP to inwestycja, która umożliwi przejeżdżanie pod miastem pociągów osiągających wysoką prędkość, np. Pendolino. Trasa będzie miała 4,6 km długo-

ści i średnicę 14 metrów. Punktem startowym będzie dworzec Łódź Fabryczna. Następnie pociąg przejedzie pod Łódzkim Domem Kultury, Starym Polesiem i Karolewem. Na powierzchni wyjedzie na Retkini, zaraz koło skrzyżowania ul. Obywatelskiej z ul. Maratońskiej. Ale bez obaw! Mieszkańcy nie będą odczuwać przejazdów pociągów pod

ich domami, gdyż tunel będzie miał od 24 do 33 metrów głębokości. Prace przy budowie tunelu podzielono na trzy etapy. Pierwszym było wzmocnienie budynku Łódzkiego Domu Kultury, obok którego ma znajdować się jedna z komór drążących tunel tarcz TBM. Drugi to budowa obu komór – startowej na Retkini (w okolicach ulic Oby-

watelskiej, Maratońskiej i Waltera-Janke) i końcowej w pobliżu ul. Traugutta. Trzecim będzie budowa samego tunelu – pod koniec 2024 r. wpłynęło pięć ofert na tę część inwestycji. Wykonawca zostanie wybrany w drugiej połowie 2025 r. Po tym etapie rozpoczną się prace budowlane. Szacowany koszt inwestycji to 2,8 mld zł.

ToSu



Jedna z komór powstaje przy ul. Traugutta

FERIE MIEJSKIE

GDZIE SĄ JESZCZE WOLNE MIEJSCA?

W ubiegłą środę (15 stycznia) wystartowały zapisy na miejskie ferie w placówkach szkolnych i edukacyjnych. Trwa analiza wniosków i oczekiwanie na wpłaty.

Oferta miejskich ferii z roku na rok cieszy się coraz większym zainteresowaniem. I trudno się dziwić, bo tej zimy nie będzie mowy o nudzie! Szkoły, placówki edukacyjne i miejskie instytucje przygotowały program pełen wrażeń.

Dla tych, którzy nie zdążyli wysłać zgłoszenia, niebawem zostanie udostępniona lista wolnych miejsc. Zgłoszenia będzie można przesłać poprzez system elektroniczny.

MA

INFO

Akademia Fonograficzna, powstała w 1999 r. z inicjatywy Związku Producentów Audio Video (ZPAV), zrzesza obecnie ponad 1800 artystów, kompozytorów, autorów tekstów, producentów muzycznych i dziennikarzy. W jej ramach członkowie każdego roku głosują na najważniejsze wydarzenia muzyczne w kategoriach muzyki rozrywkowej, poważnej i jazzu, przyznając Fryderyki – najbardziej prestiżowe nagrody polskiego przemysłu muzycznego.

JT

FERIE W ORIENTARIUM

POZNAJ SEKRETY ZWIERZĄT



Ferie to niezwykła okazja, aby zobaczyć Orientarium Zoo Łódź z zupełnie innej strony i poznać sekrety mieszkających tu zwierząt.

Co najchętniej jedzą zwierzęta mieszkające w łódzkim zoo? Jak się porozumiewają? Jak wygląda ich zabawa? To jedne z wielu

pytań, na które odpowiedzi poznają uczestnicy ferii w Orientarium Zoo Łódź. Dodatkowo, poza odkrywaniem tajemnic zwierząt, czekają na nich gry, zabawy, warsztaty teatralno-muzyczne oraz zwiedzanie niedostępnych na co dzień zapleczy hodowlanych.

Na łódzkie dzieci czeka 300 miejsc na dwóch turnusach:

- I turnus: 17.02.2025 – 21.02.2025
- II turnus: 24.02.2025 – 28.02.2025

Warto się spieszyć! Miejsca na półkoloniach rozchodzą się jak świeże bułeczki!

red



INFO

Łódzkie zoo przygotowało specjalną ofertę na ferie – bilet 2+2 GRATIS. Możesz go kupić już dziś, a wykorzystać od 20 stycznia do 2 marca. Bilet jest dostępny także z Kartą Łodzianina, która gwarantuje kolejną zniżkę.

Młodzi mistrzowie muzyki, czyli M3

Pod hasłem M3, czyli „Młodzi mistrzowie muzyki”, kryje się cykl koncertów studentów Akademii Muzycznej w Łodzi. Odbędą się one w zrewitalizowanym podwórku Wydziału Kultury UMŁ przy ul. Moniuszki 3 (stąd nazwa miejsca – Galeria M3).

To będą pierwsze koncerty w miejscu, które do tej pory funkcjonowało jako galeria plastyczna i miejsce wystawiennicze. W cyklu czterech koncertów wystąpią studenci akademii, którzy zostali uznani przez uczących ich profesorów za najciekawszych młodych artystów.

Jako pierwsi swój talent zaprezentują Zofia Kryśka i Michał Szczutowski. Oboje grają na fletach w sposób mistrzowski. W programie

zaplanowano bardzo różnorodny materiał muzyczny – młodzi artyści sięgną bowiem po muzykę od Bacha aż do współczesnych kompozytorów, takich jak francuski mistrz Marcel Stern. Będzie zatem i barokowo, i sentymentalnie, i bardzo współcześnie, na granicy eksperymentów muzycznych.

SM

INFO

Cykl M3 rusza w czwartek (23 stycznia) o godz. 18.00 w Galerii M3 (Wydział Kultury Urzędu Miasta Łodzi, ul. Moniuszki 3). Wstęp na wydarzenie jest wolny. Współorganizatorami są Akademia Muzyczna im. Grażyny i Kiejstuty Bacewiczów, Biblioteka Memo i Łódzkie Centrum Wydarzeń.

Zofia Kryśka
i Michał Szczutowski

MUZEUM FABRYKI

FOT. MAT. PRAS.



Urodzinowa misja z nagrodami

Muzeum Fabryki obchodzi 18. urodziny! Z tej okazji zaprasza małych i dużych do udziału w grze muzealnej „Urodzinowa Misja odQRywca”. Dla uczestników przewidziano nagrody!

Gra połączy historię z zabawą, oferując uczestnikom ciekawe zadania,

artystyczne wyzwania i możliwość odkrywania tajemnic fabryki Izraela Poznańskiego. Dla każdego uczestnika przygotowano drobne upominki, a dodatkowo codziennie rozdawanych będzie pięć nagród specjalnych.

mat. pras.

INFO

Kiedy? W sobotę i niedzielę, 25 i 26 stycznia w godz. 10:00–18:00

Gdzie? W Muzeum Fabryki w Manufakturze Udział w grze jest bezpłatny (przy zakupie standardowego biletu do muzeum)!

Uwaga! QR w nazwie imprezy ma znaczenie! Przed rozpoczęciem gry upewnij się, że Twój telefon lub tablet potrafi odczytywać kody QR.

SOBOTA

„KLAUDYNA, CUMULUS I SKARB”
25 stycznia, godz. 12:00
Biblioteka TUVIM
ul. Tuwima 46

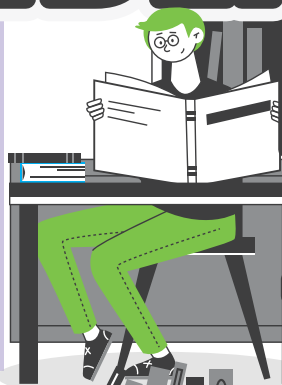
Premiera nowej książki Michała Kędzierskiego „Klaudyna, cumulus i skarb”. Spotkanie o emocjach, relacjach i komunikacji w rodzicielstwie poprowadzi Julita Czernecka – ekspertka w budowaniu więzi. Mali odkrywcy dowiedzą się, jak działają procesy atmosferyczne i nauczą się rozpoznawać emocje w analogii do zjawisk pogodowych. Obowiązują zapisy: tel. 574 410 063.

NIEDZIELA

„UCZUCIANKI”
26 stycznia, godz. 11:00
Mediateka MEMO
ul. Moniuszki 5

Spotkanie z Patrycją Południkiewicz-Kędziór o jej najnowszej książce „Uczuciaki”. Poza rozmową o książce, w ramach wydarzenia odbędą się też warsztaty. Obowiązują zapisy: tel. 571 553 029.

BIBLIOTECZNY ROZKŁAD JAZDY



PONIEDZIAŁEK

POZNAJ HISTORIĘ MEBLI
20 stycznia, godz. 17:30
Biblioteka Secesja.ArchiHub
ul. Zachodnia 76

Cykl spotkań o designie ze szczególnym naciskiem na historię mebli. Poprowadzi go dr Anna Ozaist-Przybyła – jedna z najbardziej uznanych badaczek tego zjawiska, a przy tym czynna konserwatorka obiektów drewnianych.

WTOREK

JAK ROZMAWIAĆ Z OSOBĄ W KRYZYSIE EMOCJONALNYM?
21 stycznia, godz. 17:30
Biblioteka WOLNOŚĆ
pl. Wolności 4

Warsztat z suicydolog Martą Nowacką związany z zapobieganiem samobójstwom. Omówione zostaną fakty i mity o kryzysie samobójczym, uczestnicy dostaną także wskazówki, jak udzielać pierwszej pomocy emocjonalnej. Obowiązują zapisy: tel. 571 553 039.

CZWARTEK

„MATKA POLKA SIKA W KRZAKACH”
23 stycznia, godz. 18:00
Mediateka MEMO
ul. Moniuszki 5

Spotkanie z Moniką Pastuszko, autorką książki „Matka Polka sika w krzakach”, w której z wnikliwością i poczuciem humoru opisuje swoje macierzyńskie przygody. Wydarzenie zorganizowane we współpracy z Interdyscyplinarnym Seminarium Gender.

ŚRODA

CITY BREAK – SAN FRANCISCO
22 stycznia, godz. 17:00
Biblioteka ODYSEJA
ul. Wschodnia 42

Nowy cykl spotkań „City break” o metropoliach i miastach pełnych atrakcji turystycznych! Pierwsze spotkanie poświęcone będzie San Francisco – miejscu, gdzie historia Dzikiego Zachodu spotyka się z nowoczesną technologią Doliny Krzemowej. Obowiązują zapisy: tel. 577 470 040.

PIĄTEK

PREMIERA ALBUMU „JEŻE I BAWOŁY”
24 stycznia, godz. 17:30
Biblioteka Secesja.ArchiHub
ul. Zachodnia 76

Spotkanie z kolekcjonerem i wydawcą Maciejem Wysockim, który zainauguruje w Łodzi cykl spotkań dotyczących wydanego przez siebie, wyjątkowego albumu „Jeże i bawoły”, przybliżającego polską rzeźbę kameralną lat 50. i 60. XX w.



NAUKA JĘZYKA OBCEGO

ŚWIETNE HOBBY DLA SENIORÓW

Czy seniorzy mogą nauczyć się języka obcego? Jak najbardziej! Choć osoby starsze zwykle potrzebują więcej czasu na przyswojenie nowych rzeczy, to jednak warto podjąć ten wysiłek. Sprawdź, jakie korzyści płyną z nauki języka.

Niezależnie od wieku warto zdobywać nowe umiejętności, mieć pasję i robić to, co się lubi. W dorosłym życiu często brakuje czasu na przyjemności, dlatego emerytura to najlepsza pora, aby to nadrobić i znaleźć dla siebie coś, co sprawia radość. Może to być nauka języka obcego. Wystarczy odpowiednia motywacja, cierpliwość i systematyczność.

Dlaczego warto uczyć się języka obcego?

Jest wiele powodów, dla których warto uczyć się nowego języka, a oto niektóre z nich.

• **Zachowanie sprawności umysłowej.** Nauka języków obcych to świetny trening dla mózgu – ćwiczy pamięć, koncentrację i logiczne myślenie. Gdy zapamiętujemy nowe słówka, między komórkami nerwowymi tworzą się nowe połączenia synaptyczne. Dzięki temu mózg lepiej funkcjonuje i wolniej się starzeje.

• **Podróżowanie.** Wielu seniorów marzy o dalekich podróżach, jednak z powodu braku znajomości języka boi się wyjechać za granicę.

• **Porozumiewanie się z rodziną mieszkającą za granicą.** Zdarza się, że wnuki, zięć czy synowa współczesnych seniorów nie mówią po polsku lub robią to w ograniczonym zakresie. Opanowanie języka obcego ułatwi babciom i dziadkom porozumienie się z młodszym pokoleniem, co pomoże zacieśnić relacje.

• **Budowanie własnej wartości.** Zdarza się, że osoby starsze tracą pewność siebie i czują się niepotrzebne. Nauka języka obcego może to zmienić. Osoby, które nabeżdżą nowe umiejętności, poczują satysfakcję i zadowolenie z siebie, co zwiększy ich samoocenę.

• **Nowe znajomości** – nauka języka obcego (jeżeli uczęszczasz na kursy) to świetna okazja do poznania nowych ludzi. Zajęcia grupowe to recepta na samotność, która często doskwiera seniorom, szczególnie tym mieszkającym samemu.

Na kursach czy w domu?

Języka możesz uczyć się w domowym zaciszu lub uczęszczać na kursy językowe dla seniorów. Nie obawiaj się zajęć grupowych. Pamiętaj, to nie wstyd popełniać błędy, każdy uczeń ma do nich prawo! Szkoły językowe mają coraz ciekawszą ofertę dla seniorów, gdzie tempo nauki jest dostosowane do możliwości starszych osób. Kursy językowe są także prowadzone online, w formie zdalnej. To idealne rozwiązanie dla osób niemobilnych lub tych, które wolą naukę w domowym zaciszu. Możesz również spróbować samodzielnej

nauki, jednak wymaga ona silnej motywacji – w trudniejszych momentach łatwiej jest bowiem zrezygnować. Jeżeli zdecydujesz się na tę formę nauki, skorzystaj z podręczników lub mobilnej aplikacji na smartfona – dzięki krótkim lekcjom poćwiczysz mówienie, czytanie, słuchanie i pisanie. Zaletą tych aplikacji jest do-

stępność, łatwość instalacji oraz skuteczność – pod warunkiem, że będziesz ćwiczyć systematycznie.

Alup

PAMIĘTAJ

Aby nauczyć się języka obcego, najważniejsze są wiara we własne siły, cierpliwość i odporność na drobne niepowodzenia (dotyczą one wszystkich, bez względu na wiek). Nauka to nie wyścigi – powoli, krok po kroku podążaj do celu. Powodzenia!



PRZYJDŹ NA WERNISAŻ!



Seniorzy uczęszczający na zajęcia plastyczne w bałuckich Centrach Zdrowego i Aktywnego Seniora zapraszają wszystkich miłośników sztuki na wernisaż, który odbędzie się 22 stycznia o godz. 11:00 w CZAS-ie przy ul. Nastrojowej 10.

Przez ostatnie pół roku łódzcy seniorzy przygotowali się do tego niezwykłego wydarzenia. Malowali pejzaże, portrety i martwą naturę. Jak

sami przyznają, sztuka jest ich życiową pasją i chcą ją przeżywać z innymi.

W czasie wernisażu, oprócz oglądania prac seniorów, będzie można porozmawiać z twórcami o ich dziełach, ale również o tym, dlaczego zdecydowali się na taki rodzaj aktywności.

Osoby, które nie będą mogły przybyć na oficjalne otwarcie, nie powinny mieć powodów do żałowania. Prace będą udostępnione dla zainteresowanych do 28 stycznia.

ToSu



Łódzcy seniorzy uwielbiają sztukę

CUDA NA ZAMÓWIENIE

OD ESCAPE ROOMÓW PO GIGANTYCZNE INSTALACJE

Adam Szymański

Barbara Otulska prowadzi w Łodzi pracownię kreatywną My Cuda Robimy. Realizuje w niej pomysły z pozoru niemożliwe – od interaktywnych escape roomów, przez scenografie, aż po unikatowe obiekty czy instalacje artystyczne.

– Myślę, że tym, co mnie najlepiej definiuje, są kreatywność i odwaga. Umiejętność otwartego myślenia o świecie i działaniach, które pozwalają tworzyć rzeczy unikatowe – mówi Barbara Otulska, absolwentka Akademii Sztuk Pięknych w Łodzi, artystka i mama dwójki dzieci.

Jej łódzka pracownia My Cuda Robimy zyskała uznanie zarówno

no w Polsce, jak i za granicą. W realizacji ambitnych projektów wspiera Barbarę zgrany zespół.

– Kacper Rejman to wykształcony na ASP projektant form, operator frezarki i innowator, który dba o techniczną stronę projektów oraz ich płynność produkcji. Adam Szymański jest inżynierem i konstruktorem, który opiekuje się elektronicznymi aspektami projektów, programuje i uruchamia mechanizmy – tłumaczy artystka.

Od pokoju zagadek do mistrzostw świata

Barbara, wraz z zespołem, stworzyła jedno z pierwszych escape roomów w Polsce, otwierając w 2015 r. markę Mysterious Room.

– Początkowo robiliśmy escape roomy tylko na własne potrzeby. Z czasem jednak zaczęli się do nas zgłaszać klienci zainteresowani escape roomem jako atrakcją eventową, a także organizatorzy mistrzostw Polski w escape roomach. Tak zaczęła się nasza współpraca z dużymi wydarzeniami – wspomina Barbara.

Jej zespół szybko zyskał renomę, która pozwoliła im zostać odpowiedzialnymi za przygotowanie pokoi zagadek na mistrzostwa świata.

– To wielka odpowiedzialność. Pokój musi być absolutnie niezawodny. Każdy element musi działać za każdym razem, bez względu na to, czy gra pierwsza, czy dziesiąta drużyna. Jest to ogromne wyzwanie – dodaje.

Pracownia cudów

Barbara i jej zespół nie ograniczają się jedynie do pokoi zagadek. Ich pracownia stała się miejscem, gdzie powstają scenograficzne cuda – od gigantycznych obiektów, jak dwupółmetrowa gałka oczna, po interaktywne wystawy i mobilne escape roomy w kontenerach.

– Tworzyliśmy pokoje zagadek na premiery seriali dla Polsatu, TVN czy dużych wydarzeń firmowych. To fantastyczna forma promocji i rozrywki, która zaskakuje i angażuje uczestników. Każdy taki projekt wymaga od nas kreatywnego podejścia i dużej elastyczności, bo musimy zadbać zarówno o funkcjonalność, jak i atrakcyjność wizualną – wyjaśnia Barbara.

Nietypowe zlecenia, jak wielka księga o wysokości trzech metrów czy pilot do telewizora wielkości człowieka, to chleb powszedni dla zespołu Barbary.

– W naszej pracy nie ma miejsca na rutynę. Każdy projekt jest inny i wymaga współpracy oraz ogromnej pomysłowości i myślenia poza schematem. Często ludzie, którzy wchodzą do nas do pracowni, rozglądają się i pytają: „Co wy tu właściwie robicie?”. To zawsze wywołuje uśmiech – opowiada.

Pasja, która nie zna granic

Dla My Cuda Robimy każdy projekt to nowa przygoda i nowe wyzwanie.

– Zawsze zastanawiamy się, jak najlepiej opisać naszą działalność. Czasem trudno znaleźć słowa, które oddałyby wszystko, co robimy, bo każde zlecenie to inna historia. Jedno jest pewne – każda z tych realizacji sprawia, że czujemy się spełnieni – mówi z dumą Barbara.

Patrycja Trzepiecińska

CZYM JEST ESCAPE ROOM?

Escape room to interaktywna gra, w której uczestnicy zostają zamknięci w tematycznym pokoju i mają określony czas, zwykle 60 minut, na rozwiązanie serii zagadek, aby osiągnąć wyznaczony cel, np. wydostać się z pokoju. Rozgrywka wymaga współpracy, logicznego myślenia i kreatywności, a różnorodne fabuły – od detektywistycznych po historyczne – zapewniają wciągające przeżycie. To popularna forma rozrywki, integracji zespołów i rozwijania umiejętności takich jak komunikacja czy praca pod presją czasu.

Barbara Otulska

Kacper Rejman

ULICE DLA WSZYSTKICH

Ulice Północna i Ogrodowa, czyli tzw. Bulwary Północne, to zmodernizowana przestrzeń przyjazna wszystkim uczestnikom ruchu. W ramach remontu powstały tu równa jezdnia, szerokie chodniki, zmodernizowane torowisko i nowe drogi rowerowe. Efekt domina działa! W okolicy wyremontowano także wiele innych ulic, m.in. Legionów i Cmentarną czy sąsiadujące ze Starym Rynkiem Majzela, Wolborską i Podrzeczną.



SZTUKA ULICY

W okolicy znajdziemy także świetne miejsca do obcowania ze sztuką w miejskiej przestrzeni i robienia doskonałych zdjęć. Ozdobą placu WOŚP jest wyjątkowa, trzyipółmetrowa rzeźba w kształcie serca – uwielbiają się tu fotografować łodzianie i turyści. Niedaleko, po drugiej stronie ul. Zachodniej ścianę budynku mieszkalnego Manu Park ozdabia mural „Sobie”, który jest interpretacją fragmentu tekstu autorstwa noblistki Olgi Tokarczuk.



NAJLEPSZE SKRZYŻOWANIA

TU DZIEJE SIĘ

Przez skrzyżowanie ulic Ogrodowej i Zachodniej przebiegały inwestycyjne tsunami – znalazły tu spektakularne efekty rewitalizacji. Tak właśnie zmienia się Łódź!

KLIMATYCZNE HOTELE

W sąsiedztwie skrzyżowania ulic Ogrodowej i Zachodniej znajdują się dwa wyjątkowe łódzkie hotele. Monumentalna przędzalnia Izraela Poznańskiego jest siedzibą hotelu Andel's, a jej rewitalizacja zdobyła mnóstwo nagród w kraju i za granicą. Po drugiej stronie ulicy znajduje się hotel Puro, na którego gości czeka nawet... prywatne kino.



STREFA ZIELONEGO RELAKSU

W wyremontowanym parku Staromiejskim tłumy łodzian można spotkać codziennie. Nic dziwnego! Atrakcje znajdują tu spacerowicze w każdym wieku! Najmłodsi mogą wybierać m.in. spośród toru rolkowego, małpiego gaju i dużego placu zabaw. Dla starszych są: siłownia na świeżym powietrzu, zielony amfiteatr, stoliki do gry w szachy, tory do gry w bule i stoły do ping-ponga. Są też fontanna i psi park z torami przeszkód.



FOT. LODZ.PL

WIELKI BIZNES

Biurowiec Ogrodowa Office wybudowany został w miejscu po zniszczonych kamienicach, które pod koniec tylko straszyły przechodniów pustymi oknami. W budynku zastosowano wiele tzw. zielonych rozwiązań, m.in. system pozwalający na wykorzystywanie wody deszczowej do spłukiwania toalet. Są tu nie tylko biura znanych firm, ale też galeria sztuki, a na parterze – sklepy i lokale usługowe.

NOWE ŻYCIE FAMUŁ

Famuły przy ul. Ogrodowej 24, które w XIX w. zbudował dla pracowników swojej fabryki Izrael Poznański, właśnie przechodzą wielką metamorfozę. Z zewnątrz będą wyglądać tak, jak przed wiekiem, ale w środku powstaną komfortowe mieszkania i lokale użytkowe. Podwórko natomiast zamieni się w zieloną przestrzeń pełną ekologicznych rozwiązań. Wielkie zmiany czekają także sąsiednie famuły przy ul. Ogrodowej 26, 26A i 28, kupione przez Grupę Arche, inwestora specjalizującego się w ratowaniu zabytków.

ŻYŻOWANIE W ŁODZI

SIĘ MAGIA!

W Łodzi i Zachodniej przeszło prawdziwie tu nowe drogi, wielki biznes i zielone strefy odpoczynku.

ZIELEŃ ZAMIAST BETONU

Z placu przy skrzyżowaniu ulic Ogrodowej i Zachodniej zniknął monotonny beton, a w jego miejscu pojawiły się rabaty z bylinami, krzewy i aż 10 nowych drzew. Teraz zielone wyspy zajmują tu aż 300 m² – można usiąść na ławce otoczonej roślinami i podziwiać pałac Poznańskiego. Wiosną i latem zielono jest także na Bulwarach Północnych, które przy okazji remontu obsadzono m.in. krzakami pięknie kwitnących róż.

NAJLEPSZA ROZRYWKA I SZTUKA

Ta okolica to także świetny adres dla wszystkich szukających rozrywki i kontaktu z kulturą. W Manufakturze znajdują się Muzeum Fabryki i filia Muzeum Sztuki – ms2, kręgielnia, klub sportowy, kino, a w centrum – Rynek Włóknien Łódzkich, który latem zamienia się w plażę, a zimą – w lodowisko. Koniecznie trzeba wspomnieć także o znajdującym się w pałacu Poznańskiego Muzeum Miasta Łodzi – to coś dla miłośników kultury przez duże K.

ZRÓB KONIECZNIE TE BADANIA!

Początek roku to dobry moment, aby wykonać badania profilaktyczne, które są podstawą dbania o zdrowie. Dzięki nim można odpowiednio wcześniej wykryć choroby, które na początku nie dają żadnych objawów, a tym samym znacznie zwiększyć szanse na ich wyleczenie.

Podstawowe badania profilaktyczne: morfologię, OB, stężenie glukozy we krwi i badanie ogólne moczu, powinno wykonywać się raz w roku, niezależnie od wieku. Wcześniej warto udać się do lekarza rodzinnego, który oceni ogólny stan zdrowia (m.in. dokona pomiaru ciśnienia tętniczego krwi) i wystawi skierowanie na odpowiednie badania, a w przypadku wystąpienia ewentualnych nieprawidłowości, skieruje do specjalisty i/lub rozszerzy diagnostykę.

Badania specjalistyczne

Co najmniej raz do roku warto udać się także na kontrolę stanu uzębienia do stomatologa. Nieduże ubytki nie powodują żad-

nych dolegliwości – ból zwykle się pojawia, gdy ząb nadaje się już tylko do długiego i kosztownego leczenia kanałowego. Dobrze, żeby dorośli raz na dwa lata pojawili się u okulisty. Zalecenie to dotyczy kobiet i mężczyzn, którzy nie mają problemów ze wzrokiem. Osoby noszące okulary lub soczewki kontaktowe powinny odwiedzać tego specjalistę co najmniej raz w roku.

WAŻNE!

Kobiety po 20. roku życia powinny dodatkowo raz w roku robić USG ginekologiczne i USG piersi, nawet jeśli nie zaobserwowały u siebie żadnych niepokojących zmian. Po 25. roku życia należy dołożyć do tego cytologię, czyli badanie w kierunku raka szyjki macicy. Dodatkowo po 30. roku życia warto co jakiś czas wykonać badanie w kierunku obecności wirusa HPV.

Badania po 40. roku życia

- Wraz z wiekiem wzrasta liczba badań, które należy robić regularnie. Oprócz tych wy-

mienionych powyżej, po 40. roku życia warto dodatkowo wykonać:

- profil lipidowy (poziom cholesterolu i trójglicerydów), który daje możliwość oceny gospodarki tłuszczowej w organizmie,
- próby wątrobowe, umożliwiające ocenę funkcjonowania wątroby,
- określenie poziomu kreatyniny, pomocne przy ocenie pracy nerek,
- badanie kału na obecność krwi utajonej, które pozwala na wczesne wykrycie raka jelita grubego.

Mężczyźni powinni dodatkowo zrobić test PSA, czyli antygenu wykorzystywanego do wykrywania raka prostaty.

Badania po 50. roku życia

Gdy skończysz 50 lat, poza badaniami zalecanymi wcześniej, wykonaj dodatkowo kolonoskopię, czyli podstawowe badanie przesiewowe w kierunku raka jelita grubego, oraz densytometrię, która służy do oceny gęstości mineralnej kości. Ko-

biety powinny udać się także na mamografię, czyli badanie przesiewowe w kierunku raka piersi. Ze względu na to, że po 50. roku życia wzrasta ryzyko rozwoju zmian w gruczole krokowym, każdy mężczyzna w tym wieku powinien pójść do urologa i poddać się badaniu prostaty per rectum. Od tego momentu należy powtarzać je co dwa lata.

Badania po 60. roku życia

Po „sześćdziesiątce” do badań opisanych w poprzednich akapitach dołącz badanie wzroku w kierunku chorób takich jak zaćma, jaskra oraz zwyrodnienie plamki żółtej. Schorzenia te są najczęstszą przyczyną utraty wzroku u osób po 60. roku życia. Seniorzy powinni też regularnie kontrolować ciśnienie krwi. Palaczom zaleca się natomiast zrobienie RTG klatki piersiowej.

Alup



NAJLEPSZA REHABILITACJA NA BAŁUTACH

Miejskie Centrum Medyczne „Bałuty” może pochwalić się najlepszą rehabilitacją w północnej części Łodzi. Aby z niej skorzystać, należy zapisać się na zabieg u specjalisty.

Pacjenci MCM „Bałuty” mogą skorzystać z hydroterapii polegającej na masażach wodnych, krioterapii, czyli leczenia zimnem, oraz elektroterapii opartej na lecze-

niu prądem. Dodatkowo przychodnie oferują masaż rehabilitacyjny i pneumatyczne. Z rehabilitacji mogą skorzystać pacjenci, którzy mają skierowanie wydane przez lekarza pierwszego kontaktu. Zabiegi realizowane są w placówkach przy ul. Nastrojowej 10 i ul. Łanowej 18.

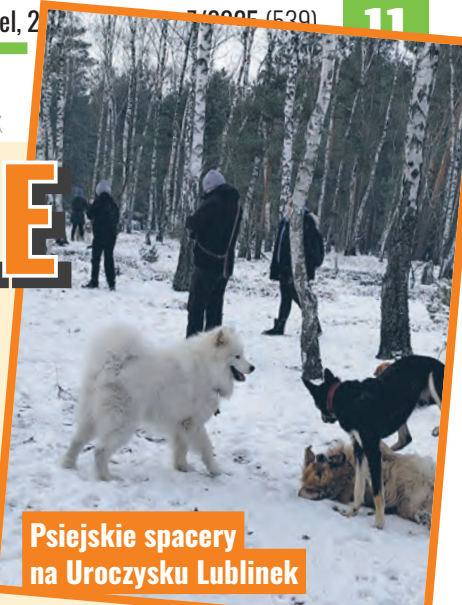
ToSu



W Łodzi jest wiele miejsc, do których można wybrać się razem z psem. To nie tylko przestrzenie i imprezy przygotowane z myślą o czworonogach, ale również biblioteki, instytucje kultury, restauracje i centra handlowe. Sprawdź, gdzie Ciebie i Twojego psa przywitają z otwartymi ramionami!

TU PSY SĄ MILE WIDZIANE

FOT. ŁODZ.PL, FREEPIK



Psiejskie spacery na Uroczysku Lublinek



Wypożyczaj książki z psakiem

Filie Biblioteki Miejskiej w Łodzi od dawna można odwiedzać z psami – zwierzęta są mile widziane we wszystkich ogólnodostępnych przestrzeniach bibliotek, a nawet podczas organizowanych wydarzeń.

Psiejskie spacery

To społeczna inicjatywa, która ciągle się rozrasta. Grupa psich opiekunów wraz z pupilami spotyka się w każdą niedzielę

o godz. 10:30 w Uroczysku Lublinek. Psiaki socjalizują się w czasie szalonej zabawy, a dla właścicieli to czas na wymianę doświadczeń i wspólne spacery.

Wspólne zakupy

Swobodne poruszanie się z psem po Manufakturze dotyczy tzw. części wspólnych galerii handlowej i większości sklepów, które mają specjalne naklejki z informacją „Tutaj można wejść z psem”. Z pupilem można także wybrać się do wielu restauracji na rynku. W Porcie Łódź powstała profesjonalna strefa treningowa, w której właściciele psiaków mogą bezpłatnie i przez cały rok aktywnie spędzać czas ze swoimi podopiecznymi. Port Łódź umożliwił również wejście z pupilem do budynku. Lokale, w których psiaki są mile widziane, zostały ozna-

zione specjalną naklejką. Z pupilem można też wejść do strefy restauracyjnej.

Wizyta w muzeum

Instytucje kultury również możemy odwiedzić ze zwierzakiem. Czworonogi są mile widziane w Muzeum Kinematografii, Muzeum Miasta Łodzi, Art Inkubatorze, Fabryce Sztuki, Centralnym Muzeum Włókiennictwa, ogrodzie przy pałacu Herbsta i Muzeum Fabryki. Przed wizytą warto sprawdzić regulamin każdego z miejsc, bo w niektórych muzeach nie wszystkie sale są dostępne dla psów.

Plac zabaw

Pogoda o tej porze roku często nie sprzyja długim spacerom, a niespożyta psia energia musi gdzieś znaleźć

ujście. Psie parki to idealna opcja na szybki trening i aktywność. Te w Łodzi wyposażone są w różnego rodzaju drążki do przeskoków, kładki, równoważnie, słupki do slalomu i tunele. Psie parki powstały już na Retkini, Teofilowie, Widzewie, Radogoszczu, Olechowie-Janowie, Rudzie i Dąbrowie.

Restauracje i puby

Lokale w Manufakturze, pub Piwoteka, Niebostan, Buvette i Corn Doggs to jedno z wielu miejsc, w których możemy zjeść w towarzystwie psa. Wiele z nich, oprócz miseczki z wodą ma też w menu specjalny bezpieczny dla zwierząt. **Jo-Lu**



Sezon kominkowy

Ekologiczne rozwiązanie na zimowe grzanie

FOT. FREEPIK

INFO

Szczegóły znajdziesz na stronie:

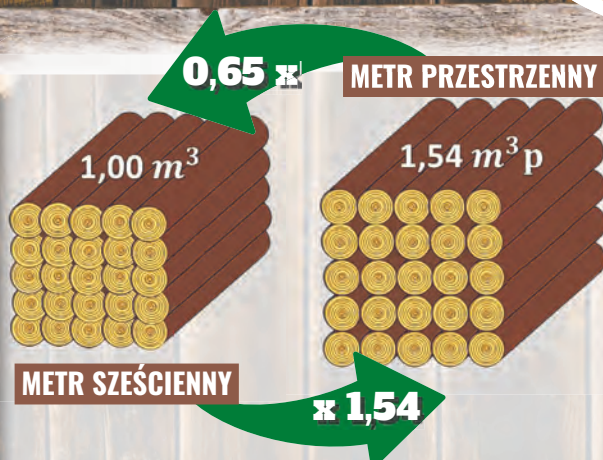


Palenie w kominku to przyjemność, która może nie tylko ogrzać, ale także stworzyć wyjątkowy klimat w domu. Aby było też bezpieczne, warto pamiętać o odpowiednim wyborze drewna. Kupisz je w łódzkim Leśnictwie Miejskim.

rzadziej modrzew i olcha. Drewno pochodzi głównie z użytków przygodnych, tj. zagrożeń i wywrotów, więc jego pozyskiwanie nie szkodzi środowisku.

Zadzwoń do leśniczówki

Więcej informacji na temat drewna, jego dostępności oraz możliwości nabycia można uzyskać pod nr. tel. 42 628 72 42 (kontakt telefoniczny jest niezbędny przed przyjazdem do leśniczówki). Za sprzedaż drewna odpowiedzialni są:



Kupując drewno, płaci się za metry sześciennie (m3), a nie przestrzenne (mp), czyli za masę drewna w stosie

- Skotniki – leśniczy Jacek Józwiak – dyżur w każdy poniedziałek w godz. 7:00-15:00
 - Łagiewniki – Magdalena Sarnačka – dyżur w każdą środę w godz. 7:00-15:00
 - Lublinek Ruda – Adrian Wawrzyniak – dyżur w każdy piątek w godz. 6:30-14:30
- Sprzedaż drewna w Leśnictwie Miejskim odbywa się we wtorki i w czwartki w godz. 8:00-12.00 po uprzednim kontakcie telefonicznym.

Zbierz drewno sam

Istnieje także możliwość samowyrobu, czyli zakupu drewna małowymiarowego – M2 (tzw. „gałęziówka” lub „chrust”), które zbierzemy sami. Jego średnica w grubszym końcu nie może przekraczać 7 cm. Leśniczy wesprze w procesie wyboru i mierzenia. Przed przystąpieniem do zbioru gałęzi należy skontaktować się z właściwym dla danego miejsca leśniczym, aby uzyskać zgodę, wybrać teren zbierania i jego zakres.

Jo-Lu

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU TRUDNE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Ten tydzień to czas na refleksję i podsumowania, dlatego przeanalizuj swoje dotychczasowe osiągnięcia i wyznacz kolejne cele zawodowe. W weekend zadbaj o odpoczynek i spędź czas z ukochaną osobą. Wyjście do łóżki, spacer po parku czy wieczór filmowy to idealne plany na wspólny relaks. Twój szczęśliwy dzień: sobota.

Rak (21.06-22.07)

Nadchodzący tydzień upłynie Ci w spokojnej atmosferze. Skoncentruj się na zadaniach wymagających skupienia i precyzji, a przy tym staraj się trzymać z daleka od konfliktów w pracy. W życiu uczuciowym poświęć czas na refleksję nad swoimi potrzebami emocjonalnymi. Postaw na empatię i zrozumienie. Twój szczęśliwy dzień: poniedziałek.

Wodnik (20.01-18.02)

W tym tygodniu będziesz w naprawdę dobrej formie – z Twojej głowy będą wyskakiwać same świetne, oryginalne pomysły. Kuj żelazo, póki gorące i wykorzystaj swoją kreatywność do wprowadzania pozytywnych zmian w swoim miejscu pracy. W miłości spodziewaj się niespodzianek i miłych gestów od partnera. Twój szczęśliwy dzień: piątek.

Lew (23.07-22.08)

W tym tygodniu będziesz emanować dobrą energią, co przyciągnie uwagę Twoich przełożonych i współpracowników. Wykorzystaj ten czas na autopromocję i realizację swoich zawodowych planów. W miłości spodziewaj się romantycznych uniesień i namiętnych chwil. Twój szczęśliwy dzień: niedziela.

Ryby (19.02-20.03)

Nadszedł czas, kiedy Twoja empatia i wrażliwość przyciągną Cię w miejscu pracy. Będziesz mediatorem w wielu konfliktach, ale pamiętaj, żeby zachować neutralność. W weekend w końcu będziesz mógł spędzić romantyczne chwile z ukochaną osobą. Twój szczęśliwy dzień: poniedziałek.

Panna (23.08-22.09)

Nadszedł czas na organizację swojej przestrzeni, zarówno na biurku, jak i w głowie. To dobry moment na porządkowanie spraw zawodowych i analizę swojej efektywności. W relacjach z partnerem postaw na szczerość i jasną komunikację – to podstawa zdrowego związku. Twój szczęśliwy dzień: środa.

Baran (21.03-19.04)

Ten tydzień to czas dynamicznego działania. Twój entuzjazm pomoże Ci osiągnąć sukcesy w projektach, które wymagają szybkiego tempa i zdecydowania. Bądź jednak ostrożny, aby nie narazić się na konflikty ze współpracownikami. W sferze uczuciowej spodziewaj się namiętnych chwil. Wykorzystaj ten czas na umacnianie więzi z partnerem. Samotne Barany mają szansę na poznanie kogoś interesującego. Twój szczęśliwy dzień: wtorek.

Waga (23.09-22.10)

W życiu zawodowym sytuacja w końcu się ustabilizuje, będziesz mieć teraz czas na budowanie pozytywnych relacji ze współpracownikami. Unikaj konfliktów i dąż do kompromisów. Samotne Wagi w miejscu pracy mogą spotkać kogoś interesującego. Twój szczęśliwy dzień: sobota.

Byk (20.04-20.05)

Skoncentruj się na budowaniu solidnych fundamentów w swojej pracy. To dobry moment na planowanie długoterminowych inwestycji i umacnianie relacji ze współpracownikami. W relacjach z bliskimi postaw na szczerość i otwartość. Unikaj pochopnych decyzji, daj sobie czas na przemyślenie. Twój szczęśliwy dzień: piątek.

Skorpion (23.10-22.11)

Jeśli nie wiesz, jaką podjąć decyzję, Skorpionie, posłuchaj swojej intuicji – w tym tygodniu będziesz najlepszym doradcą. Nie obawiaj się ryzyka, to dobry czas na odważne kroki. W weekend czeka Cię intensywne przeżycie z ukochaną osobą. Twój szczęśliwy dzień: czwartek.

Bliznięta (21.05-20.06)

W pracy będziesz w swoim żywiole, Twój umysł będzie generował nowe pomysły i trafne rozwiązania problemów. Wykorzystaj ten czas na rozwój i nawiązywanie kontaktów zawodowych. W weekend czeka Cię miła niespodzianka od ukochanej osoby lub szansa na poznanie kogoś nowego podczas towarzyskiego spotkania. Twój szczęśliwy dzień: środa.

Strzelec (23.11-21.12)

Ten tydzień przyniesie Ci wiele okazji do poszerzania horyzontów i nawiązywania kontaktów z zagranicznymi partnerami biznesowymi, dlatego wyostrz zmysły. W życiu uczuciowym również bądź otwarty na nowe znajomości. Samotne Strzelce mogą spotkać kogoś intrygującego podczas podróży. Twój szczęśliwy dzień: wtorek.



NAJDZIWNIEJSZY MECZ ŚWIATA

Fran
Álvarez

Dziwny to był mecz, niezależnie od tego, z której strony na niego spojrzemy. Rozegrany w czterech kwartach po 30 minut i zakończony strzeleniem 11 bramek. Wnioski wyciągnięte z tego spotkania nie są najlepsze dla Widzewa.

Mecz z Zagłębiem Lubin był rozgrywany w dość nietypowym wariancie. Drużyny zagrały 4 x 30 minut, żeby każdy zawodnik wybiegał swoje. Widzew mógł szybko otworzyć spotkanie, ale Jasmin Burić dwa razy skutecznie interweniował. Później zaczął się okres

przeostoję i chaosu po obu stronach. Widać było, że zawodnicy mają za sobą trudny obozowy przygotowawczy. Słabiej radzili sobie z nimi łodzianie, bo już w 24. minucie stracili bramkę. Po rzucie różnym wynikiem otworzył Aleks Ławniczak. Drugie pół godziny było jeszcze słabsze. Bardzo proste indywidualne błędy sprawiły, że Zagłębie strzeliło aż trzy bramki. Łodzianie nie radzili sobie z zamurowanym środkiem boiska i tym samym stracili swój największy atut. Szarpać i strzelać z dystansu próbował Jakub Łukowski, ale lubinianie, znając jego możliwości, szybko blokowały te próby.

Grad bramek

W trzeciej kwarcie obaj trenerzy zdecydowali się całkowicie zmienić swoje jedenastki. Lepiej wyszli na

tym podopieczni Daniela Myśliwca, którzy od początku grali wyżej i przejmowali inicjatywę. Zawodniczo to dwoma trafieniami. Najpierw z rzutu karnego strzelił Imad Rondić, a później po rzucie różnym Julian Shehu. Tuż przed gwizdkiem zapraszającym na ostatnią przerwę Zagłębie podwyższyło z wolnego. Ostatnia część meczu znów była nieco lepsza dla Widzewa. Kolejny raz do siatki trafił Rondić, ale dość szybko swoim trafieniem odpowiedział Patryk Kuszał. W ostatniej kwarcie znów

oglądaliśmy dwie bramki, obie po stałych fragmentach gry. Dla Widzewa trafił Paweł Kwiatkowski, a dla Zagłębia Arkadiusz Woźniak.

Wynik hokejowy, ale ma on drugorzędne znaczenie. Większy ból głowy jest o to, że obrona w tym spotkaniu działa fatalnie.

PB

Daniel
Myśliwiec



OGŁOSZENIA MIEJSKIE

WWW.BIP.UML.LODZ.PL



OBWIESZCZENIE PREZYDENTA MIASTA ŁÓDZI

Zgodnie z art. 11d ust. 5 ustawy z 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 311) oraz art. 49 ustawy z 14 czerwca 1960 r. Kodeks postępowania administracyjnego (t.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 572), zawiadamiam, że na wniosek Prezydenta Miasta Łodzi, reprezentowanego przez Łódź Logistics Sp. z o.o. za pośrednictwem Pani Ireny Palińskiej, złożony w dniu 09.12.2024 r., zostało wszczęte postępowanie administracyjne w sprawie wydania decyzji o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej polegającej na rozbudowie ul. Nery w Łodzi na wschód na odcinku od ul. C. Józefiaka do PIK 0+249,40 (Dz. NR 61/3).

Inwestycja obejmuje swym zakresem nieruchomości lub ich części położone w Łodzi na działkach ewidencyjnych, zgodnie z poniższym wykazem: **działki położone w całości lub części w liniach rozgraniczających teren inwestycji, w tym objęte projektem podziału:** obręb W-39: dz. nr 56/5, 56/10, 56/11, 56/12 (56/16, 56/15), 66/2, 75/8, 75/10, 76/14, 76/15 (76/40, 76/41), 76/36 (76/42, 76/43), 76/5 (76/44, 76/45), 76/19 (76/46, 76/47), 76/34 (76/48, 76/49), 77/1 (77/4, 77/5) - w nawiasach podano nr działki po podziale, nr działek przeznaczonych pod drogę podkreślono.

W związku z powyższym informuję, że w terminie 7 dni od daty otrzymania niniejszego zawiadomienia strony mogą zapoznać się z aktami sprawy w Wydziale Urbanistyki i Architektury UMŁ, po wcześniejszym umówieniu wizyty (tel. 42-638-53-56 lub e-mail: m.kieszek@uml.lodz.pl) jak również składać uwagi i wnioski drogą elektroniczną (ePUAP) lub za pomocą operatora pocztowego na adres: UMŁ Wydział Urbanistyki i Architektury, 90-926 Łódź, ul. Piotrkowska 104.

Zawiadomienie niniejsze uważa się za doręczone po upływie czternastu dni od daty publicznego ogłoszenia. Data publicznego ogłoszenia obwieszczenia: 15 stycznia 2025 r.

Z upoważnienia Prezydenta Miasta Łodzi

Kierownik Oddziału

Architektoniczno-Budowlanego I

Sylvia Famulska

/dokument podpisany kwalifikowanym podpisem elektronicznym/

DPRG-UA-III.6740.560.2.2024

752399.MKP

Opracowała: Monika Kieszek-Pazurek (15.01.2025 r.)

Termin umieszczenia na tablicy ogłoszeń i na stronie internetowej BIP UMŁ: 15.01.2025 r. – 29.01.2025 r.

FOT. LODZ.PL (PAWEŁ ŁACHETA)

ŁKS wygrywa w derbach





Grot
Budowlani
Łódź

2:3



ŁKS
Commercecon
Łódź

(25:16, 21:25, 25:23, 14:25, 13:25)



Drugie w tym sezonie siatkarskie derby Łodzi okazały się zacięte do samego końca. Przepustkę do półfinału Pucharu Polski wywalczyły w nich zawodniczki ŁKS-u Commercecon Łódź.

W mecz dużo lepiej weszły siatkarki Budowlanych. Znakomita gra pozwoliła im szybko przejąć inicjatywę i ze spokojem dążyć do wygrania pierwszego seta. Pomogła w tym postawa ŁKS-u, który wyglądał na nieco sparaliżowanego stawką. W efekcie ełkaesianki w pierwszej partii ugrały zaledwie 16 punktów.

Zabrakło miejsca na błędy

Krótką przerwa między setami pozwoliła Biało-Czerwonno-Białym wejść w rytm i nawiązać z Budowlanymi walkę. W drugiej partii do stanu 19:19 wynik był sprawą otwartą, ale w końcówce kluczowa okazała się chłodna głowa. Tę po swojej stronie miał ŁKS, który wystrzegając się błędów i korzystając z wpadek rywali, wyrównał wynik. Najwięcej emocji dostarczyła trzecia odsłona, która obfitowała w kontrolowane zmiany decyzje arbitrow oraz nagłą zmianę lidera w samej końcówce. ŁKS wypuścił prowadzenie z rąk, co umiejętnie wykorzystali Budowlane. Przegrany set tak podrażnił Wiewióry, że po chwili

na parkiecie obejrzeliśmy prawdziwy pogrom. Siatkarki Budowlanych właściwie zniknęły z boiska, wracając do gry dopiero przy obronie piłek meczowych. Swoją dobrą moment ełkaesianki przedłużyły także na tie-breaka. Cały czas były krok przed Budowlanymi i choć o zwycięstwo musiały walczyć do samego końca, nie straciły koncentracji, kończąc mecz awansem do półfinału Pucharu Polski. Zespół Budowlanych do gry wróci już w środę (22 stycznia), mierząc się w Lidze Mistrzyń z Vasas Óbuda Budapeszt. ŁKS dwa dni później zagra w lidze z Chemikiem Police.

Mateusz Dęderski



FOT. MAT.PRAS

PORAŻKA w samej końcówce



Od początku meczu można było się spodziewać, że w Koszalinie czeka nas zacięta i wyrównana bitwa. Po pierwszej kwarcie obie drużyny dzielił zaledwie punkt, a w pierwszej akcji drugiej odsłony tablica wyników wskazywała już remis. Od tego momentu lepszą grę oglądaliśmy po stronie koszalinian. Gospodarze brylowali pod koszem, raz po raz dorzucając kolejne punkty, byli również niezwykle celni w rzutach za trzy. To szybko dało im dziesięciopunktową zaliczkę, którą utrzymywali aż do początku czwartej kwarty.

ŁKS walczył do końca! Łodzianie dwoili i troili się, żeby wrócić do gry,

aż w końcu doprowadzili do remisu. Zrobili to w dobrym momencie, bo na tablicy zostały dwie minuty meczu, co gwarantowało emocje w końcówce. Ełkaesiacy poszli nawet za ciosem i objęli dwupunktowe prowadzenie, ale nie cieszyli się nim długo. Szanse na zwycięstwo zaprzepaścili proste błędy w końcówce. Łodzianie najpierw stracili piłkę, posyłając ją za boisko, a chwilę później próbowali ratować się faulem. Niestety, byli już poza limitem przewinień i koszalinianie otrzymali dwa osobiste. Wykorzystanie obu prób zamknęło mecz,

dając gospodarzom minimalne zwycięstwo. ŁKS CoolPack na trzech meczach zakończył więc swoją zwycięską serię. Przed szansą na powrót na właściwe tory ełkaesiacy staną w niedzielę (26 stycznia), kiedy na własnym parkiecie zagrają z rezerwami Śląska Wrocław.

Mateusz Dęderski

To mogła być piękna historia. ŁKS CoolPack Łódź w samej końcówce odrobił straty w meczu z MKKS-em Zak Koszalin i stanął przed szansą na czwarte zwycięstwo z rzędu. Niestety, marzenia pokrzyżowały dwa proste błędy w ostatnich sekundach.



MKKS Zak
Koszalin

87:83



ŁKS
CoolPack
Łódź

(20:21, 22:14, 23:21, 22:27)



ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

5°C

Imieniny obchodzą:
Bazyli, Fabian,
Sebastian, Cyprian,
Euzebiusz, Henryk

20.01



WTOREK

3°C

Imieniny obchodzą:
Ada, Agnieszka,
Julian, Epifaniusz,
Inez, Józef

21.01



FOT. ŁODZ.PL, ENVATO ELEMENTS, WIKIPEDIA

Rodzinne miasto

MODERNIZACJA I MODERNIZM

Na początku 1929 r. Elektrownię Łódzką znacznie rozbudowano – prace rozpoczęły się niemal natychmiast po podjęciu decyzji już w lutym, pomimo trzaskającego mrozu. Zmarznącą ziemię trzeba było przy wykopach rozgrzewać gorącą parą i rozżarzoną koksem.

W efekcie już w grudniu obok secesyjnej hali maszyn z początku XX w. stanął zespół budynków w stylu modernistycznym, o stalowej, nitowanej konstrukcji



POMNIK LAMPIARZA

wypełnionej cegłami. W zabudowaniach, nazywanych Nową Centralą znalazły się kotłownia, pompownia, maszynownia i rozdzielnia. Stanęła też wówczas ponad ponadczterdziestometrowa, charakterystyczna wieża, czyli oryginalna chłodnia kominowa. W lipcu 1930 r. w nowej maszynowni uruchomiono nowoczesny turbozespół szwajcarskiej firmy Brown Boveri, który przetrwał do dziś. agr

Nowa Centrala elektrowni z przełomu lat 20. i 30. XX w.

KARTKA Z KALENDARZA

OGNIU KROCZ ZE MNĄ...

czy wspomnieć o znanym na całym świecie serialu telewizyjnym „Miasteczko Twin Peaks” (1989), który również w Polsce miał ogromną widownię, choć jego fabuła pozostaje zagadką.

Autorskie podejście do

kina oraz kreowanie własnego stylu przysporzyło reżyserowi wiele nagród, był również nominowany do Oscara za film „Człowiek słoń” (1980), za który dostał Cezara. Artysta ma na koncie wiele znanych obrazów z udziałem gwiazd Hollywoodu, jak choćby: „Diuna” (1984), „Blue Velvet” (1986), „Dzikość serca” (Złota Palma, 1990), „Twin Peaks: Ogniu krocze ze mną” (1992), „Zagubiona autostrada” (1997), „Prosta historia” (1999) czy „Mulholland Drive” (2001), gdzie widz porusza się przeważnie w gąszczu transcendentnych zagadek. Do portfolio artysty dodać jeszcze można kilka seriali i obrazów krótkometrażowych. Artysta zmarł kilka dni temu, 16 stycznia, po długiej chorobie wywołanej rozedmą płuc. agr



David Lynch podczas jednej z wizyt w Łodzi

Fot. UMŁ

20 stycznia 1946 r. w Missoula (Montana, USA) urodził się David Keith Lynch – amerykański reżyser, aktor, producent i scenarzysta filmowy, muzyk, malarz.

Jego matka miała fińskie i niemieckie korzenie, a ojciec był pochodzenia anglosaskiego. Ten jeden z najbardziej oryginalnych, kontrowersyjnych reżyserów był związany z Łodzią poprzez Festiwal Camerimage i często gościł w naszym mieście, gdzie częściowo zrealizował jeden ze swoich obrazów – „Inland Empire” (2006). Lynchowi do tego stopnia spodobał się łódzki klimat, że planował nawet otworzyć tu studio. W swoich filmach Lynch często wykorzystuje poetykę surrealizmu oraz narrację z pogranicza snu i tajemnic podświadomości. Wystar-

Potęę finansową firmy Scheiblerów uzmysławia rzut oka na zespół fabryczny i osiedle robotnicze na Księżym Młynie



ŁÓDŹ.pl
DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie w środę
22 stycznia

SZAMOTÓWKA i KOZA ŁÓDZIANIZMY



Temat jest na czasie, bowiem trwa właśnie wymiana źródeł ciepła i pozbywanie się tzw. kopcuchów czy popularnej kozy, czyli najprostszego piecyka żeliwnego, bardzo popularnego w dawnej Łodzi, w którym dawało się palić drewnem i węglem. Nie było przecież kiedyś ani sieci gazowej, ani ciepłej, a zimy bywały srogie. Podstawę ogrzewania w zamożniejszych kamienicach stanowiły – z reguły bardzo ozdobne – piece kaflowe stawiane w ścianie działowej, by obejmowały dwa pomieszczenia. Innym, jeszcze powszechniejszym urządzeniem była tzw. szamotówka, czyli kuchnia opałowa, wolno stojąca, połączona rurą bezpośrednio z kominem, która w dawnych robotniczych izbach służyła zarówno do gotowania, jak i do ogrzewania lokum. agr

ŁÓDZKIE GAWĘDY

BIZNESOWA EKSPANSJA

Zamożna łódzka burżuazja rozpoczęła ekspansję gospodarczą dopiero pod koniec XIX w., gdy w gospodarce Królestwa Polskiego coraz większego znaczenia nabrały organizacje finansowo-przemysłowe z Warszawy i Zagłębia Dąbrowskiego oraz te z kapitałem zagranicznym, głównie niemieckim i francusko-belgijskim. Grupy te opanowały przemysł hutniczo-metalowy, górnictwo i komunikację kolejową, więc włókiennicza burżuazja zmuszona została do zainteresowania się również tymi sektorami gospodarki. W dążeniu do wypierania z okręgu łódzkiego kapitału zagranicznego i warszawskiego liczyły się nie zyski, ale swego rodzaju lokalny patriotyzm. Aktywność łódzkiego środowiska biznesu została ukierunkowana

pod koniec XIX w. i w takiej formie przetrwała do 1914 r., obejmując dalszą rozbudowę łódzkich zakładów przemysłowych, lokatę kapitału w papierach wartościowych towarzystw akcyjnych czy akcjach wypuszczonych przez różne zakłady włókiennicze, metalowo-hutnicze, cukrownie, kopalnie węgla, banki i firmy komunikacyjne.

Na początku XX w. pewne i wysoko notowane były m.in. papiery wartościowe Towarzystwa Akcyjnego K. Scheiblera, które składały się z akcji przemysłowych o wartości ponad 3 mln rubli, obligacji – 1,27 mln rubli, akcji bankowych – 1,21 mln rubli, co dawało łącznie prawie 5,6 mln rubli i stawiało ich właścicieli w rzędzie jednych z najsilniejszych grup kapitałowych Królestwa Polskiego. agr

GALERIA ŁÓDZKICH KAMIENIC I DETALI



Kamienica wzniesiona w 1904 r. dla Alwiny i Gustawa Schichtów, wg projektu Gustawa Landaua-Gutentegera przy ul. Piotrkowskiej 128