

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

ANDRZEJ NOWAK
DBA O KAMIENICĘ
I SĄSIADÓW

strona 7

COMA NA ŁÓDŹ SUMMER FESTIVAL

WEJŚCIE
ZA FREE

mBank

ZAPRASZA NA:

ŁÓDŹ
SUMMER
FESTIVAL
25-27.07 | BŁONIA

PARTNER STRATEGICZNY:

ROSSMANN

KOLEJNY WYSTĘP W RODZINNYM MIEŚCIE **strona 3**

AKTUALNOŚCI

WIELOPOZIOMOWE
PARKINGI NABIERAJĄ
Kształtów

strona 3

AKTUALNOŚCI

RAPORT.
DROGOWE
ZMIANY NA GÓRNEJ

strona 4

TEMAT NUMERU

WIĘCEJ NIŻ PIZZA
I KEBAB PRZY
PIOTRKOWSKIEJ

strona 8-9



KRZYŻÓWKA+SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

4UTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 093

WIELKA ATRAKCJA W ORIENTARIUM

WPADNIJ NA ŚRODY Z NURKOWANIEM!

Orientarium zaprasza na nową, wyjątkową atrakcję! W każdą środę o godz. 18:00 odwiedzający będą mieli okazję spotkać... nurka! I to nie byle jakiego – bohatera, który na co dzień dba o czystość i bezpieczeństwo w podwodnej krainie.

„Środy z nurkiem” to szansa, by zbić piątkę przez szybę tunelu oceanicznego, podejrzeć z bliska, jak wygląda praca w wodzie wśród rekinów i płaszczyk, oraz przekonać się, że opieka nad oceaniczną przestrzenią to prawdziwa misja. To

również świetna okazja dla najmłodszych, by dowiedzieć się, jak wygląda zawód nurka i jak ważna jest troska o morskie ekosystemy.

– Nasi nurkowie to nie tylko specjaliści od czystości – to pasjonaci, którzy współpracują z opiekunami zwierząt i dbają o każdy detal w tunelu oceanicznym. Teraz odwiedzający będą mogli zobaczyć ich w akcji – mówi Michał Gołędowski, dyrektor ds. hodowli i rozwoju w Orientarium Zoo Łódź.

Red



ADOPCJE

WIERNY ATOM SZUKA DOMU

Atom ma ok. 8 lat, do schroniska trafił w 2022 r. Znalezione go na ul. Felińskiego z bliznami i ranami po pogryzieniach.

Dzisiaj jego jedynym szczęściem są spacer i czas spędzony z wolontariuszami. Przy pierwszym kontakcie jest nieufny, szczekaniem i pokazywaniem uzębienia chce zniechęcić ludzi do nawiązywania z nim relacji. Przy odrobinie cierpliwości i konsekwencji otwiera się i pokazuje fantastyczny charakter. Nie jest agresywny, tylko lękowy,

a jego azylem stała się buda, z której wystawia pyszczek i obserwuje otoczenie. Nie wiemy, przez co przeszedł, ale gdy już zaufa opiekunowi, chętnie zaczepia go do zabaw, podchodzi na głaski i po smaczki. Bardzo ładnie chodzi na smyczy. Inne psy ignoruje i nie szuka zwady, pod warunkiem że nie jest przez nie zaczepiany. Zdecydowanie woli towarzystwo człowieka, którego gdy już pokocha, to całym swym poturbowanym sercem.

RedSch

Kontakt w sprawie adopcji:
☎ 500 099 995 ☎ 501 437 232 ☎ 42 656 78 42
✉ schronisko.adopcje@jst.uml.lodz.pl

LOTNISKO W ŁODZI

ROZPOCZĄŁ SIĘ SEZON LETNICH CZARTERÓW

W piątek rano z łódzkiego lotniska odleciał pierwszy w tym sezonie samolot czarterowy. Zawiózł turystów do Marsa Alam w Egipcie.

Podobnie jak w zeszłym roku, sezon wakacyjny na lotnisku rozpoczął się jeszcze przed majowym weekendem. Dzięki temu pasażerowie mogą spędzić wolny czas na przełomie kwietnia i maja w Egipcie i Turcji. Nie jest jeszcze w tych krajach bardzo gorąco, a ceny wczasów przed sezonem zachęcają.

Za tydzień all inclusive w Egipcie trzeba zapłacić od 1800 zł, a w Turcji od 2000 zł.

Kolejne inauguracje kierunków biura podróży zaplanowały na koniec maja. Wtedy rozpoczną się loty na greckie wyspy: Rodos (26 maja), Zakynthos (27 maja) i Kretę (28 maja). Do siatki połączeń lotnisko dopisze kolejne czartery na Riwierę Turecką. W sumie przez cały sezon do Antalyi będzie latać osiem samolotów tygodniowo.

WiGna



STUDENCI PRZEJMĄ ŁÓDŹ



WIELKI POCHÓD JUWENALIOWY JUŻ 8 MAJA!

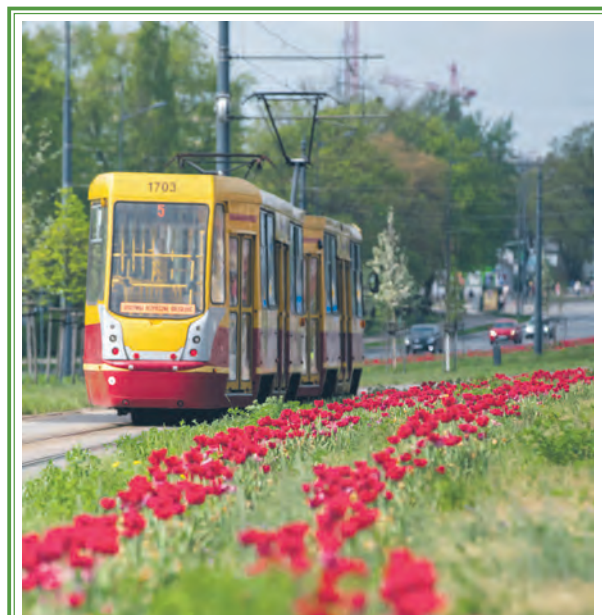
Łódź szykuje się na jedno z najbardziej kolorowych i radosnych wydarzeń w roku – Międzuczelniany Pochód Juwenaliowy 2025, który odbędzie się 8 maja o godz. 16:00. Ulice miasta wypełnią się dźwiękami muzyki, barwnymi przebierańcami i niepowtarzalną atmosferą studenckiego święta.

Jak co roku, pochód będzie symbolicznym przekazaniem przez władzę kluczy do miasta studentom, którzy przejmą stery w mieście na czas stu-

denckiego święta. Wydarzenie zainauguruje serię koncertów, imprez i atrakcji, które zbliżają się wraz z końcem maja.

Start pochodu zaplanowany jest na godz. 16:00. Barwna kolumna studentów wyruszy z pasaży Schillera i przemierzy ulice miasta aż do Manufaktury. Na trasie nie zabraknie muzyki na żywo, platform tematycznych, przebierańców i radosnego tłumu, który przyciąga nie tylko studentów, ale i mieszkańców całej Łodzi.

Red



WIOSNA ZAGOŚCIŁA W ŁODZI NA DOBRE.

Kolejnym potwierdzeniem tych słów jest al. Piłsudskiego, a dokładniej szpaler tulipanów, który oddziela dwie jezdnie. Podróż tamtędy jest uctwem dla oczu.

FOT. MAT. PRAS.

mBank

ZAPRASZA NA:

**ŁÓDŹ
SUMMER
FESTIVAL**
25-27.07 | BŁONIA

COMA

na ŁÓDŹ

SUMMER FESTIVAL!

Po znakomicie przyjętym koncercie „Re:start” w Atlas Arenie, który wyprzedził się w rekordowym tempie, COMA ogłasza kolejny wielki występ w swoim rodzinnym mieście. Zespół zagra na Łódź Summer Festival w niedzielę, 27 lipca.

Powrót COMY na scenę po latach przerwy okazał się jednym z najgorętszych wydarzeń muzycznych roku. Fani zespołu wypełnili Atlas Arenę po brzegi, świętując razem z muzykami ten długo wyczekiwany

moment. Teraz formacja zaprasza do wspólnego świętowania pod gołym niebem, w sercu Łodzi, w ramach jednej z największych, darmowych imprez plenerowych tego lata. Łódź Summer Festival to trzy dni muzyki na najwyższym poziomie, z udziałem największych gwiazd polskiej i światowej sceny muzycznej. Na festiwalu zagrają Shaggy, Louis Tomlinson i London Grammar, a wśród polskiej plejady gwiazd – Bambi, OKI, Doda, Mrozu, T.Love,

Kult i wielu innych. Tegoroczna edycja festiwalu rozwija skrzydła – na Łódzkich Błoniach staną dwie sceny: main stage oraz tent stage. Na scenie namiotowej zaprezentują się m.in. CKOD i Ich Troje, a organizatorzy już zapowiadają kolejne niespodzianki i nowe ogłoszenia artystów.

red

PARTNER STRATEGICZNY:

ROSSMANN

WEJŚCIE
ZA FREE

Parkingi wielopoziomowe

PNA SIĘ W GÓRĘ

W sercu Łodzi rośnie nowa infrastruktura! Trzy parkingi wielopoziomowe, budowane przy ulicach Wschodniej i Tuwima, z każdym tygodniem coraz wyraźniej zaznaczają swoją obecność w miejskim krajobrazie.

Wschodnia 67

Przy ul. Wschodniej 67 budynek parkingowy będzie posiadał aż siedem kondygnacji. Zakończono już stawianie żelbetowych konstrukcji ścian i stropu parteru. Trwają intensywne prace nad budową ścian i stropu pierwszego piętra. Na kolejnych etapach powstaną elewacje oraz podziały pomieszczeń na kondygnacjach.

Wschodnia 62/64

Przy ul. Wschodniej 62/64 zakończono budowę żelbetowych konstrukcji ścian i stropu parteru. Obecnie trwają prace nad konstrukcją ścian i stropu pierwszego piętra. Wykonano już przyłącze wodociągowe, co pozwoli w przy-

szłości na sprawne kontynuowanie instalacji wewnętrznych.

Tuwima 12

Przy ul. Tuwima 12 zakończono prace przy konstrukcji płyty fundamentowej. Trwają tu roboty konstrukcyjne związane ze ścianami parteru. Również na tej działce wykonano przyłącze wodociągowe, co przygotowuje budowę na kolejne, zaawansowane fazy.

Nowy wymiar Śródmieścia

Budowa parkingów wielopoziomowych w Łodzi to inwestycja strategiczna dla Śródmieścia. Zwiększy ona komfort życia mieszkańców i ułatwi funkcjonowanie lokalnych przedsiębiorstw, ograniczając problematyczne poszukiwanie miejsc parkingowych.

FOT. ŁÓDŹ.PL

Trwają prace na ostatnim fragmencie jezdni na ul. Julianowskiej. Drogowcy rozpoczęli wymianę nawierzchni oraz remont przystanku autobusowego.

Na fragmencie ul. Julianowskiej, pomiędzy ul. Zgierską a ul. Żarnowcową (na jezdni po stronie wieżowców), drogowcy rozpoczęli remont drogi. W ramach prowadzonych prac wymieniona zostanie nawierzchnia jezdni oraz wyremontowany zostanie peron przystankowy dla autobusów MPK.

Utrudnienia w ruchu

Drogowcy zajęli połowę jezdni, gdzie sfrezowali już stary asfalt oraz zdemonstowali krawężniki. Prace prowadzone są pod ruchem, jednak należy spodziewać się utrudnień w miejscu remontu.

FOT. ŁÓDŹ.PL

WYMIENIAJĄ NAWIERZCHNIĘ NA JULIANOWSKIEJ



REMONTY ULIC RAPORT

- **KONGRESOWA** – zakończono prace na skrzyżowaniu z ul. Łazowskiego.
- **SIENKIEWICZA** – zakończono prace budowlane. Obecnie trwają procedury związane z odbiorem technicznym drogi.
- **JULIANOWSKA** – pomiędzy ul. Zgierską a ul. Żarnowcową drogowcy zajęli połowę jezdni w stronę ul. Strykowskiej, gdzie wymieniają nawierzchnię drogi.
- **PIWNA** – w tym tygodniu drogowcy ułożą ostatnią, ścieralną warstwę nowej nawierzchni.

Więcej na: lodz.pl/remonty

REMONTY DRÓG NA GÓRNEJ ULICE ZMIENIAJĄ SIĘ NA NASZYCH OCZACH

Na drogowej mapie Łodzi przybywa wyremontowanych dróg i chodników. Sprawdzamy, jak postępują prace na Górnjej.

Na Górnjej remontowane i kompleksowo przebudowywane są kolejne kilometry dróg.

Tuszyńska

Jedną z większych inwestycji w tej części Łodzi jest przebudowa ul. Tuszyńskiej i ul. Unickiej, na odcinku pomiędzy ul. Paderewskiego a ul. Bednarską. W tym miejscu powstaje zupełnie nowa konstrukcja drogi, która zostanie przykryta kilkuwarstwową nawierzchnią, remontowane są także chodniki. Drogowcy wkrótce przeniosą się na drugą stronę drogi, aby wykonać bliźniaczy zakres prac.

Kongresowa i Jutrzenki

Tuż obok prowadzone są prace drogowe na ul. Kongresowej i ul. Jutrzenki. W tym miejscu drogowcy

wymieniają nawierzchnię jezdni i remontują chodniki. Powstają tu też nowe płyty postojowe dla autobusów przy remontowanych przystankach. Zakres prac objął także remont nawierzchni i chodników okalających skrzyżowanie z ul. Łazowskiego.

Odyńska

Kolejnym remontem jest ten prowadzony w ciągu ul. Odyńskiej. Pomiędzy ul. Rzgowską a ul. Niższą przebudowany zostanie wodociąg oraz wymienione zostaną nawierzchnia drogi i chodniki. Powstaną też nowe miejsca parkingowe, a na koniec posadzona zostanie nowa zieleń. Drogowcy zakończyli większość prac przy przebudowie sieci podziemnych, aby na kolejnym etapie rozpocząć prace remontowe w obrębie jezdni i chodników.

Wysockiego

Drogowe zmiany dotarły także w rejon Górniaka. W tej okolicy trwają prace na ul. Wysockiego, gdzie wymieniana jest nawierzchnia jezdni wraz z podbudową.

W ramach inwestycji wyremontowane zostaną chodniki, a tam, gdzie to możliwe, powstaną nowe miejsca parkingowe dla mieszkańców. Przy Czerwonym Rynku ułożono już część nowej jezdni z kostki brukowej, natomiast na dalszym odcinku drogi powstała już jej nowa konstrukcja, która zostanie przykryta kilkuwarstwową jezdnią.

Piaseczna

Po sąsiedztwie drogowcy prowadzą również prace na ul. Piasecznej. Pomiędzy ul. Rzgowską a ul. Tuszyńską powstanie nowa jezdnia i chodniki. Uwzględniono również uwagi mieszkańców, którzy zgłaszali potrzebę uporządkowania i poprawienia estetyki drogi.

Rydla, Nałkowskiej i Anczyca

Prace prowadzone są także na Dąbrowie. Na trzech osiedlowych ulicach – Rydla, Nałkowskiej



UL. TUSZYŃSKA



UL. ODYŃCA



UL. RYDLA



UL. KONGRESOWA



UL. WYSOCKIEGO



UL. JUTRZENKI



SZCZEPIENIA W ŁODZI

Zadbaj o swoje zdrowie

Miejskie Centra Medyczne w Łodzi to miejsca, w których kompleksowo zadbasz o swoje zdrowie, zaczynając od szczepień ochronnych. W przychodniach wykonuje się zarówno szczepienia obowiązkowe, jak i zalecane, dopasowane do wieku, stanu zdrowia i aktualnych potrzeb mieszkańców.

Grypa co roku potrafi dać się we znaki. W Miejskich Centrach Medycznych szczepienia przeciw niej są dostępne bezpłatnie dla dzieci, młodzieży i seniorów 65+. Dorosli w wieku 18–64 lat zapłacą tylko połowę ceny – wystarczy recepta od lekarza.

Dla kobiet w ciąży

Dla kobiet w ciąży przygotowano szczepienia przeciw

krztuścowi, które są bezpieczne, darmowe i niezwykle ważne, by chronić dziecko jeszcze zanim pojawi się na świecie. Kobiety między 27. a 36. tygodniem ciąży mogą zgłosić się na szczepienie bez recepty.

Z myślą o seniorach

Pod dobrą opieką są też seniorzy. Osoby między 55. a 64. rokiem życia z przewlekłymi chorobami płuc mogą skorzystać z darmowych szczepień przeciw

pneumokokom w ramach programu wojewódzkiego. Dla wszystkich 65+ dostępna jest również bezpłatna szczepionka Prevenar 13, refundowana przez NFZ.

Szczepienia przeciw HPV

W Miejskich Centrach Medycznych realizowane są również szczepienia przeciw wirusowi HPV. Bezpłatnie mogą z nich skorzystać dziewczęta i chłopcy w wieku 9–18 lat. Dzieci w wieku

9–13 lat można zapisać na szczepienie przez Internetowe Konto Pacjenta (IKP) lub bezpośrednio u lekarza POZ. Szczepienia odbywają się także w szkołach. Młodzież w wieku 14–17 lat również może skorzystać ze szczepień, ale po wcześniejszym wystawieniu skierowania przez lekarza pierwszego kontaktu. Osoby powyżej 18. roku życia mogą zaszczepić się z 50-procentową odpłatnością.

ToSul



POŻEGNANIE Z KRÓLOWĄ Ostatnie show Divy

Druga część „Divy” znika, by ustąpić miejsce pierwszej części spektaklu „Diva Show”. Majowe pokazy są ostatnią i jedyną szansą na zobaczenie tej sztuki. Specjalnie dla czytelników „Łódź.pl” Teatr Kamila Maćkowiaka przygotował wyjątkową zniżkę, dzięki której bilety na „Diva 2. Lament królowej” można kupić 15% taniej.

To będzie ostatnie show Divy – jedyna i ostatnia okazja, by poznać zadziorną królową, która od lat podbija serca łodzian. „Diva 2. Lament królowej” to pro-

wokacyjne zwierciadło, w którym każdy odnajdzie część siebie, a pytanie „Kim naprawdę jestem?” zostanie w głowie na długo po wyjściu z teatru. Spektakl wykorzystuje humor jako narzędzie poruszania trudnych tematów. Początek sztuki to błyskotliwy stand-up i karnawałowe show. Diva zmusza do konfrontacji z pytaniem „Jakie maski noszę na co dzień?”. To wybuchowa mieszanka pewności siebie i wrażliwości, która prowokuje, śmieszy, ale też dotyka czułych strun. Jej szczerość odsłania

prawdę o ludzkich lękach i potrzebie akceptacji. Bilety na dwa finałowe pokazy monodramu „Diva 2. Lament królowej” 7 i 8 maja dla czytelników „Łódź.pl” są dostępne ze zniżką -15% z kodem P O Z E - G N A N I E mat. pras.

FOT. RADEK GINTER



JAK KUPIĆ BILET ZE ZNIŻKĄ?

1. Telefonicznie, dzwoniąc na nr 794 460 500 – od poniedziałku do piątku w godz. 10:30–16:30
2. E-mailowo, wysyłając wiadomość na adres bilety@fundacjamackowiaka.org
3. Internetowo, przez system rezerwacji biletów na stronie www.teatrmackowiaka.pl, wpisując kod rabatowy POZEGNANIE na dole strony (po wpisaniu kodu należy kliknąć „Zatwierdź”)

BIBLIOTECZNY ROZKŁAD JAZDY

PONIEDZIAŁEK
WARSZTATY GENEALOGICZNE
28 kwietnia, godz. 17:00, Biblioteka OTWARTA, ul. Narutowicza 8/10

Warsztaty, podczas których uczestnicy będą zgłębiać losy swoich przodków. Jeśli interesuje Was genealogia lub chcielibyście lepiej poznać historię Waszej rodziny, na naszym spotkaniu otrzymacie garść porad i wskazówek, jak zacząć i gdzie szukać. Wstęp wolny.

KINO EC1

TAŃSZE BILETY W KAŻDY WTOREK

Drugie życie zakurzonych filmów

Najnowocześniejsze kino w Łodzi – kino EC1 Łódź (NCKF) – przygotowało wyjątkową ofertę dla swoich widzów. W każdy wtorek bilety na najnowsze kinowohity będą dostępne w niższej cenie!

Wtorkowe seanse od teraz w promocyjnej cenie 15 zł!

To świetna okazja, by w wyjątkowych warunkach obejrzeć najlepsze i najnowsze filmy na wielkim ekranie. Nowoczesna przestrzeń, świetny dźwięk i atmosfera prawdziwego święta kina – tak zapowiada się każdy seans w kinie EC1 Łódź!

JT

WTOREK

KOMPUTER DLA SENIORA
29 kwietnia, godz. 17:00
Biblioteka SŁÓWKA
ul. Boya-Żeleńskiego 15

Jesteś seniorem i masz problem z komputerem lub smartfonem? Potrzebujesz pomocy, wskazówek lub instruktażu? Jeśli tak, to wydarzenie jest dla Ciebie. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: tel. 571553015.

ŚRODA

ŁÓDZKI KLUB LAWNTENISOWY
30 kwietnia, godz. 17:30
Biblioteka Secesja.ArchiHub, ul. Zachodnia 76

W kwietniu po raz kolejny Szymon Frąckiewicz przybliży historię lokalnego sportu, tym razem zajmując się Łódzkim Klubem Lawn tenisowym.



DO TĘŻNI po zdrowie i relaks!

Regularne przebywanie w pobliżu tężni solankowych ma zbawienny wpływ na organizm oraz pozytywnie wpływa na zdrowie i samopoczucie. Właśnie dlatego warto je jak najczęściej odwiedzać. Jakie dolegliwości łagodzi wdychanie rozpylanej przez tężnie solanki? Jak i kiedy z nich korzystać?

Tężnie to konstrukcje zbudowane z drewna i gałęzi tarniny. To właśnie po nich spływa solanka, czyli woda bogata w minerały (głównie sól), która – parując – tworzy leczniczy mikroklimat. Powietrze wokół tężni jest bogate w minerały takie jak jod, brom, magnez, wapń, potas czy żelazo, dzięki czemu jest idealne do inhalacji dla osób mających różnego rodzaju problemy zdrowotne, zwłaszcza te związane z układem oddechowym.

Tężnie w miastach – miejsca spotkań

Tężnie solankowe to obiekty, które są nie tylko atrakcją uzdrowisk. Od niedawna zaczęły pojawiać się w przestrzeniach miejskich, gdzie cieszą się dużym zainteresowaniem nie tylko wśród seniorów. Teren wokół tężni jest świetnym miejscem na spotkanie z przyjaciółmi lub relaks w pojedynkę. W Łodzi znajduje się kilka takich konstrukcji, które zlokalizowane są w różnych rejonach miasta – na Górcie Widzewskiej, w parku Źródła Olechówki, w parku Podolskim, w pasażu Abramowskiego, na Żubardziu, Retkini czy Stawach Jana. Każdy znajdzie takie inhalatorium solankowe w swojej okolicy.

Zalety korzystania z tężni

Korzystanie z tężni ma wiele zalet. Dla osób zdrowych

stanowi świetną profilaktykę prozdrowotną: oczyszcza drogi oddechowe i wzmacnia system odpornościowy. Może także przyczynić się do poprawy zdrowia osób chorych. Jakie korzyści przynosi przebywanie w pobliżu tężni?

- Łagodzi objawy astmy, alergii oraz innych schorzeń układu oddechowego, takich jak przewlekłe zapalenie oskrzeli czy zapalenie zatok. Może przynieść ulgę osobom borykającym się z katarą lub zapaleniem krtani. Inhalacje w tężni korzystnie wpływają na błonę śluzową nosa, zatok, gardła, krtani i tchawicy.
- Wspomagają leczenie nerwicy – redukują napięcie i stres. Spacerowanie wokół tężni to świetny sposób na poprawę samopoczucia.
- Może złagodzić objawy migreny i inne bóle napięciowe.

- Nawilżone i zmineralizowane powietrze ma pozytywny wpływ na stan skóry. Pomaga w leczeniu różnych problemów dermatologicznych, takich jak trądzik czy egzema, działając na skórę odżywczo i regenerująco.
- Ponadto tężnie są bezpiecznym miejscem do aktywności fizycznej (powolne spacerowanie w pobliżu tężni) dla osób w podeszłym wieku.

Jak korzystać z tężni solankowej?

Aby uzyskać efekty zdrowotne, należy regularnie korzystać z tężni, najlepiej 2-3 razy w tygodniu (można też codziennie) przez co najmniej pół godziny, choć najlepsze rezultaty odczuwane są po 60 minutach. Aby w pełni korzystać z dobrodziejstwa tego obiektu, najlepiej inhalować się w ciepłe, słoneczne

i wietrzne dni, kiedy parowanie solanki jest najintensywniejsze. Wybierając się do tężni, dobrze też ubrać wygodny strój, który pozwoli swobodnie oddychać i się relaksować.

CZY WIESZ, ŻE... w ciągu godziny wdychania aerozolu solankowego wchłania się tyle jodu, ile podczas trzech dni spędzonych na plaży?

Przeciwwskazania

Przeciwwskazaniami do korzystania z tężni solankowej są: niewydolność wieńcowa, nadczynność tarczycy, niedawno przebyty zawał serca, podwyższona temperatura, niskie ciśnienie

krwi, choroby nowotworowe i nadwrażliwość na jony obecne w roztworze soli. Przed regularnym korzystaniem z tego obiektu seniorzy, zwłaszcza borykający się z przewlekłymi chorobami, powinni zasięgnąć porady lekarza rodzinnego.

Alup

BOMBA WITAMINOWA W TWOJEJ SZKLANCE

SMOOTHIE Z BANANEM, SZPINAKIEM I NASIONAMI CHIA

1

Składniki



1 banan

1 łyżeczka nasion chia



miód do smaku

garść szpinaku



garść owoców: truskawek, borówek lub malin (mogą być mrożone)



2

Przygotowanie

Wrzuć do blendera składniki i je zmiksuj. Serwuj w wysokiej szklance ozdobionej kawałkiem owocu lub/i posypką z nasion chia. Smoothie smakuje najlepiej, gdy jest świeżo przygotowane, dlatego pij je od razu po zmiksowaniu.



Wziął sprawy w swoje ręce

DBA O KAMIENICĘ I SĄSIADÓW

Przy ul. Włókienniczej 4 mieszka od kilku lat. Ma 70 lat, z zawodu jest terapeutą dziecięcym, ale dziś ma inną misję. Andrzej Nowak nie tylko mieszka w miejskiej kamienicy – on o nią dba. Z własnej woli, z potrzeby serca.

– Zanim tu zamieszkaliśmy, z żoną często przechodziliśmy obok tej kamienicy – wspomina. – Podobała nam się od początku. Żona mówiła: „Ale by tu było pięknie mieszkać”, odpowiedziałem, że to marzenie ściętej głowy, a jednak, po siedmiu latach starań o mieszkanie, udało się. To był cud! – mówi dziś z uśmiechem.

Trudne początki

Jednak początki nie były łatwe. Budynek po remoncie wyglądał pięknie, ale codzienność szybko zweryfikowała oczekiwania. – Brudne klatki, błoto, niemyty śmietnik. Przez dwa lata próbowałem coś z tym zrobić – opowiada. – Zmieniali firmy sprząające, obiecywali poprawę. W końcu, w złości, powiedziałem:

„Gdybym ja tu sprzątał, to wyglądałoby to inaczej”. I tak się zaczęło.

Nie kontroluje, nie ocenia

Administrator usłyszał te słowa i... zaprosił pana Andrzeja na rozmowę. Dziś oficjalnie pełni funkcję gospodarza kamienicy. Jak mówi – to robota, którą ma

to, bo chce, bo zależy mi na tym miejscu, na ludziach, którzy tu mieszkają. Pan Andrzej nie kontroluje i nie ocenia. – Jak widzę, że ktoś rzuca papiera, nie robię awantur, nie jestem policjantem. Ja jestem od sprzątania, po prostu po nim posprzątam – mówi z uśmiechem.

Robię to, bo chcę, bo zależy mi na tym miejscu, na ludziach, którzy tu mieszkają.

w sercu. Nie ma sztywnych godzin, nie ma grafiku. Są czujność, odpowiedzialność i ogromne zaangażowanie. – Przed świętami mam najwięcej pracy – mówi. – Myję okna, podłogi, krawężniki. Po prostu robię to, co trzeba. Sąsiedzi się dziwią, pytają: „Po co ci to?”. Ale ja nie robię tego dla uznania, robię

Efekt pana Andrzeja

Historia pana Andrzeja zainspirowała administrację. Na klatkach schodowych kamienic pojawiły się plakaty zachęcające mieszkańców

do objęcia stanowiska gospodarza budynku: „Zostań gospodarzem kamienicy – razem tworzymy lepszą przestrzeń. Łódzkie Nieruchomości zapraszają do współpracy osoby, które chcą aktywnie wpływać na jakość życia w zrewitalizowanych kamienicach”. Bo właśnie tacy ludzie jak pan Andrzej pokazują, że wspólna przestrzeń to nie tylko ściany i dach nad głową. To też troska, odpowiedzialność i serce włożone w miejsce, które nazywamy domem.

AS

Masz pasję, wymarzoną pracę lub ciekawe zainteresowania? Chcesz się podzielić swoją historią? Napisz do nas na redakcja@biblioteka.lodz.pl, w temacie wiadomości wpisując „Łodzianie z pasją”.



KUCHNIE PRZY PIOTR



WŁOCHY

Restauracja **Tutti Santi** (ul. Piotrkowska 295) będzie rajem dla każdego fana włoskich specjałów. Oprócz klasyków w menu znajdziemy również pizzę premium (m.in. z sosem pistacjowym i stracciatellą) oraz makaron przygotowywany w wielkim kole parmezanu. Na uwagę zasługuje także **Marco Bistro** (ul. Piotrkowska 282), w którym pocujemy się jak na obiedzie u włoskiej mamy! Tradycyjne makarony i domowe ciasta to ich specjalność.

Polecamy również m.in. Angelo Ristorante, Otwarte Drzwi, Roma, Pizzeria Osiedlowa i Pomodoro



USA

Moda na burgery nie przemija. Widać to po zajętych stolikach w lokalach serwujących te amerykańskie specjały. Gdzie się na nie udać? Między innymi do dobrze znanej **Gastromachiny** (ul. Piotrkowska 93) oraz **Wall Street BBQ** (al. Piłsudskiego 10).

Polecamy również m.in. Pit Stop Steak&Burger, Giga Buła, Trzykrotny Mistrz Burgerowy

Marzysz o podróży, ale brakuje ci czasu? Daj sobie namiastkę dalekiego kraju. Wybierz się na spacer ulicą Piotrkowską. W całym świecie w łódzkich restauracjach. Przygotuj się, bo jest w czym wybrać.



POLSKA

Polacy nie gęsi, swoją kuchnię nie można jej pominąć. W każdym przyjeździe oczekujemy kotlet schabowy. Bez chleba nie ma swojego kroki do Piwnicy. Karczmy u Chochola (ul. Piotrkowska 10).

Polecamy również m.in. Otwarte Drzwi, Roma, Pizzeria Osiedlowa i Pomodoro



Japonia i Korea

A może ekspresowa podróż do Japonii? Taką możliwość da restauracja **Kuroneko** (ul. Piotrkowska 217), która serwuje łodzianom tradycyjną kuchnię japońską. Oczywiście znajdziemy tam sushi, ale lokal ma do zaoferowania znacznie więcej autentycznych smaków, np. sukiyaki serwowane w żeliwnym półmisku. **Ato sushi** (ul. 6 Sierpnia 1/3) natomiast należy do najpopularniejszych łódzkich restauracji. To miejsce po prostu trzeba odwiedzić! Miłośnicy kultury koreańskiej powinni skierować swoje kroki do pierwszej restauracji z taką kuchnią w Łodzi. Mowa o **Joayo K-food** (ul. Piotrkowska 16).

Polecamy również m.in. Kimsu, Sushi w dłoni, Tabu i Susharnia



INDIE

Gęste curry, maślane chlebki naan i aromatyczne przyprawy to pierwsze skojarzenia z kuchnią indyjską. Aby zaspokoić swój apetyt, między innymi na te potrawy trzeba zajrzeć do **Laxmi** (ul. Struga 2) oraz **Ryżowej Buły** (ul. Piotrkowska 79). Te smaki zostaną w pamięci na długi czas!

Polecamy również m.in. Desi Tadka, Ganesh, Sneha's



PL. WOLNOŚCI



GRUZIŃSKIE BISTRO



JOAYO K-FOOD

WIEKOWSKIEGO



IMBER

ANATEWKA



ZIELONA



TROPIKALNY TALERZ

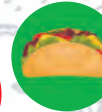


ATO SUSHI



PHO BY LILLY TRAN

RYŻOWA BUŁA



SENIORITAS



LAV



FOT. ENVATO.ELEMENTS, FREEPIK

ŚWIATA PIOTRKOWSKIEJ

Ci czasu? W oczekiwaniu na urlop (lub nieco bliższego) wyjazdu! Odkryj smaki kuchni z zagranicy w samym sercu miasta. Wybierać!



IZRAEL

W tych restauracjach i wegetarianie, i mięsożercy z pewnością znajdą coś dla siebie. Od hummusów przez ryby po mięso i podroby. W restauracji **Imber (ul. Piotrkowska 43)** znajdziecie również wiele wpływów kuchni łódzkiej, a w **Anatewce (ul. Zielona 6)** szeroki przekrój domowych dań żydowskich.

Polecamy również m.in. Anatewka Manufaktura



A kuchnię mają! W naszym zestawieniu. Wśród przysmaków z całego świata. Choć na tradycyjne pierogi, bigos czy kielbasę wahać trzeba skierować wtedy do **Pierogarni Stary Młyn (ul. Piotrkowska 200)**.

Galicja, Gęsi Puch, Pierogarnia Stary Młyn



GRUZJA, ARMENIA

Gruzja i Armenia to państwa Kaukazu słynące z pięknych krajobrazów, bogatej historii i oczywiście pysznego jedzenia. A jeśli o tym ostatnim mowa, to nie zwlekaj dłużej i zarezerwuj stolik w **Gruzińskim Bistro (ul. Piotrkowska 10)** i **Lavashu (ul. Piotrkowska 76)**. Smakołyki i rodzinna atmosfera gwarantowane!

Polecamy również m.in. Kaukaz, Elitna Gruzja, Restauracja Gruzińska



MEKSYK

Na tacosy i burrito zaprasza restauracja **Senoritas (ul. Moniuszki 1A)**. Lokal gości łodzian od lat i nie zamierza przestać. Pyszna ciekawostką są burgery z meksykańskim sznycem. Po naładowane totopos, krem z kukurydzy i białej czekolady czy też meksykańskie bowle warto zajrzeć do strefy OFF Piotrkowska do **Companeros (ul. Roosevelta 10)**.

Polecamy również m.in. The Mexican, Sombrero



WIETNAM i kraje AFRYKI



Kuchnia wietnamska przestała kojarzyć się tylko z tanimi barami szybkiej obsługi. Na szczęście! **Pho by Lilly Tran (ul. Piotrkowska 80)** pokazuje, że dania te są pełne aromatu i oferują znacznie więcej niż makaron sojowy z kurczakiem. W menu króluje zupa pho! W Łodzi można wybrać się również na obiad do restauracji afrykańskiej. **Tropikalny talerz (ul. Piotrkowska 60)** zaprasza na odkrywanie nowych smaków!

Polecamy również m.in. Go by Ha Long

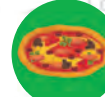


COMPANEROS

WALL STREET BBQ



KARCZMA U CHOCHOŁA



MARCO BISTRO



LAXMI



GASTROMACHINA

MICKIEWICZA

KURONEKO



RADWAŃSKA



TUTTI SANTI

WASH

STRUGA

EKSPERT
TOYA POLECA

HIT
W TV

TVP KULTURA
poniedziałek, 28.04, godz. 21:55

BOSS

Prawdziwe wydarzenia z końca XX wieku są tematem filmu biograficznego „Boss”. Rok 1986. Agent amerykańskiej służby celnej Robert Mazur, udając skorumpowanego biznesmena, przenika do organizacji Pabla Escobara. Przez kolejne pięć lat żyje jak boss, gromadząc dowody obnażające siatkę powiązań kolumbijskiego barona narkotykowego. Doskonała rola znanego z serialu „Breaking Bad” Bryana Cranstona.

POLSAT
poniedziałek, 28.04, godz. 20:15

BEZ LITOŚCI 3. OSTATNI ROZDZIAŁ

Bywa, że pomagając innym, bohaterowie kina akcji sami są pokiereszowani. Można się o tym przekonać w thrillerze „Bez litości 3. Ostatni rozdział”. Tym razem były rządowy zabójca Robert McCall (Denzel Washington) próbuje odciąć się od mrocznej przeszłości i odnaleźć spokój. Wyjeżdża na południe Włoch, gdzie czuje się jak w dobrym domu. Wkrótce odkrywa, że jego nowi przyjaciele są pod kontrolą lokalnych szefów mafii. Gdy sytuacja staje się niebezpieczna, McCall wkracza do akcji.

TVN 7
wtorek, 29.04, godz. 20:00

KSIEGOWY

Jak bardzo poplątane mogą być wątki legalnej i przestępczej działalności, możemy zobaczyć w filmie „Księgowy”. Christian Wolff (Ben Affleck) jest geniuszem matematycznym. Pod płaszczykiem prowadzenia małego biura rachunkowego pracuje dla organizacji przestępczych. Zaczyna się nim interesować Ray King, kierownik wydziału ds. ścigania przestępstw Departamentu Skarbu. Christian podejmuje współpracę z firmą, która specjalizuje się w robotyce.



POLSAT
wtorek, 29.04, godz. 20:15

BAD BOYS



Dla zwolenników lżejszej formy polecamy komedię sensacyjną „Bad Boys” z udziałem Willa Smitha. Dwaj policjanci, Marcus i Mike, muszą odnaleźć heroinę, która zniknęła z depozytu. Na posterunek zgłasza się Julie, która może im pomóc. Chce rozmawiać tylko z Mikiem, ale ponieważ go nie ma, to Marcus podaje się za swego kolegę. Skutki są bardzo powikłane.

HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Saturn w Wodniku skłania Cię do wdrażania struktury i precyzyjnych planów w sferze zawodowej – jeśli ukierunkujesz swoje działania według jasno określonych celów, zobaczysz wymierne efekty w przyszłości. We wtorek warto zaplanować ważne spotkanie, bo Merkury uczyni Cię tego dnia wyjątkowo elokwentnym. Po południu zadbaj o ciało – krótka sesja jogi lub rozciągania przyniesie ulgę spiętym mięśniom.

Rak (21.06-22.07)

Mars w Twoim znaku przyniesie odwagę i gotowość do działania, więc śmiało podejmuj nowe wyzwania zarówno w pracy, jak i w życiu prywatnym. W czwartek, gdy Wenus ustawi się w kwadraturze z Saturnem, unikaj poważniejszych konfliktów z bliskimi – bądź bardziej wyrozumiała i cierpliwa. Wieczorne rozmowy przy filiżance herbaty pomogą Ci lepiej zrozumieć własne potrzeby i emocje.

Wodnik (20.01-18.02)

Dyscyplina, jaką przynosi Saturn w Twoim znaku, pomoże Ci zrealizować ambitne pomysły i pokazać światu swoją unikalność. W czwartek możesz poczuć jednak drobne frustracje – w takich chwilach przypomnij sobie o sile oddechu i wycofaj się na moment, by odzyskać spokój. Wieczorem oddaj się ulubionemu hobby lub kreatywnemu zajęciu, które pomoże Ci zachować wewnętrzną równowagę.

Lew (23.07-22.08)

Pełnia Księżyc w Lwie pobudzi w Tobie iskrę kreatywności – wybierz się na wydarzenie kulturalne lub poeksperymentuj z formą i kolorem w swoim własnym projekcie. Uważaj jednak na drobne wydatki, które mogą Cię zaskoczyć. Zastanów się, co naprawdę przynosi Ci radość i inwestuj tylko w to, co wartościowe. W weekend postaw na odrobinę luksusu, np. relaks przy ulubionej muzyce lub w ładnym otoczeniu.

Ryby (19.02-20.03)

Jowisz w Twoim znaku napełni Cię optymizmem i wiarą w lepsze jutro, co przełoży się na silną intuicję i gotowość do nowych wyzwań. Staraj się jednak nie rozpraszać energii na zbyt wiele projektów naraz – skupienie na jednym zadaniu pozwoli Ci osiągnąć najlepsze rezultaty. W niedzielę potącz się z naturą podczas spaceru lub krótkiej medytacji, kontakt z zielenią i ciszą znakomicie ukoji nerwy i doda Ci świeżości.

Panna (23.08-22.09)

Twoja naturalna skłonność do porządku zostanie wzmocniona przez Merkurego w Byku, więc warto poświęcić ten tydzień na uporządkowanie dokumentów i skrzynki e-mailowej – początek maja przywitasz z jasnym umysłem. We wtorek możesz poznać kogoś, kto wniesie do Twojej kariery nowe możliwości, dlatego miej otwarte oczy i uszy. Pod koniec tygodnia sięgnij po lekką lekturę lub kurs online, który od dawna planujesz.

Baran (21.03-19.04)

Pod wpływem Marsa w Raku Twoje uczucia będą dziś silniejsze niż zwykle, dlatego poświęć czas na głębokie rozmowy o tym, co naprawdę Cię porusza. W środę, gdy Księżyc przebywać będzie w Lwie, unikaj impulsywnych decyzji finansowych – zamiast tego przeznacz ten dzień na analizę budżetu. Nadchodzący weekend przyniesie twórczy zastrzyk energii – wykorzystaj go na realizację artystycznych lub zawodowych projektów, które odkładałeś na później.

Waga (23.09-22.10)

Wenus w Bliźniętach wspiera Twoją zdolność do komunikacji, więc teraz łatwiej przyjdzie Ci wyjaśnianie nawet trudnych spraw w relacjach prywatnych i zawodowych. W piątek planeta miłości utworzy harmonijny trygon z Neptunem, co może przynieść romantyczne niespodzianki w zupełnie nieoczekiwanym momencie. Pilnuj jednak swoich granic i dbaj, by nie poświęcać się nadmiernie dla innych kosztem własnych potrzeb.

Byk (20.04-20.05)

Słońce w Byku doda Ci pewności siebie i siły przebicia, dlatego łatwiej Ci będzie prezentować swoje pomysły przed współpracownikami i przyjaciółmi. Głębsze emocje mogą pojawić się podczas pełni Księżyc w Skorpionie, która nastąpi 2 maja – to doskonały moment, by pogłębić relacje z najbliższymi. Nie zapomnij też o codziennym ruchu: krótki spacer przed południem ukoji umysł i pomoże zachować równowagę.

Skorpion (23.10-22.11)

Pełnia Księżyc w Twoim znaku rozświetli ukryte sprawy i tajemnice – to idealny czas na głębokie rozmowy oraz rozwiązywanie starych konfliktów. Bądź całkowicie szczera wobec siebie i innych oraz unikaj powierzchownych obietnic, które mogą zranić. Po intensywnych emocjonalnie chwilach pozwól sobie na chwilę wytchnienia, aby naładować baterie.

Bliźnięta (21.05-20.06)

Merkury w Byku sprzyja praktycznemu myśleniu, dlatego ten tydzień poświęć na planowanie długoterminowych celów i porządkowanie informacji. W środę możesz spotkać dawnych znajomych – odnowienie tej znajomości może zaowocować wartościowymi kontaktami zawodowymi. Pod koniec tygodnia znajdź chwilę na medytację na świeżym powietrzu, dzięki niej naprawdę odpoczniesz i odzyskasz wewnętrzną harmonię.

Strzelec (23.11-21.12)

Jowisz w Rybach wzmocni Twoją intuicję, dlatego w tym tygodniu słuchaj głosu serca przy podejmowaniu ważnych decyzji. Choć zdarzy się, że w środę poczujesz chęć zaryzykowania w sprawach finansowych, lepiej odczekaj z większymi inwestycjami, nawet jeśli intuicja je podpowiada. Weekend będzie sprzyjał krótkiej wycieczce za miasto, która pozwoli Ci odetchnąć od codziennego zgiełku.

Historia Łódzkich kanałów



Brygada cieśli kanałowych zwanych sztajfiarzami

Zobacz unikalne zdjęcia z początku budowy kanalizacji w Łodzi. Zostały odnalezione w archiwach Zakładu Wodociągów i Kanalizacji. Na publikowanych po raz pierwszy starych fotografiach uwieczniono budowniczych kolektorów sprzed 100 lat.

Historia Zakładu Wodociągów i Kanalizacji rozpoczęła się dokładnie 100 lat temu – to w pierwszych dniach maja 1925 roku ruszyły prace przy budowie kanalizacji, tak niecierpliwie wyczekiwanej przez Łódzian. Stan sanitarny w mieście był dramatyczny – na podwórkach i ulicach wyczuwalny był odór

ścieków. W gwałtownie rosnącym mieście brakowało sprawnego systemu wywozu zawartości szamb. Wylewane wprost na ulice nieczystości były źródłem epidemii, zbierających wśród mieszkańców śmiertelne żniwo. Brakowało również podziemnych kanałów deszczowych, co sprawiało, że podczas burz i roztopów śniegu ulice zamieniały się w rwące potoki. Po obfitych opadach w zagłębieniach ulic tworzyły się cuchnące rozlewiska. Nadganieanie cywilizacyjnych zapóźnień zaczęło w maju 1925 roku od budowy dwóch głównych kolektorów ściekowych.

wzdłuż rzeczek Jasienia i Karolewki. Miały do nich sieć kanałów spływać nieczystości z centrum i południowej części miasta, natomiast do kolektorów planowanych wzdłuż Łódki i Bałutki płyną ścieki z północnych dzielnic Łodzi. Wszystkie nieczystości kierowano w jedno miejsce – do oczyszczalni na Lublinku. Lokalne rzeczki włączono do systemu kanałów odprowadzających deszczówkę z terenu miasta.

Rurociągiem z Pilicy

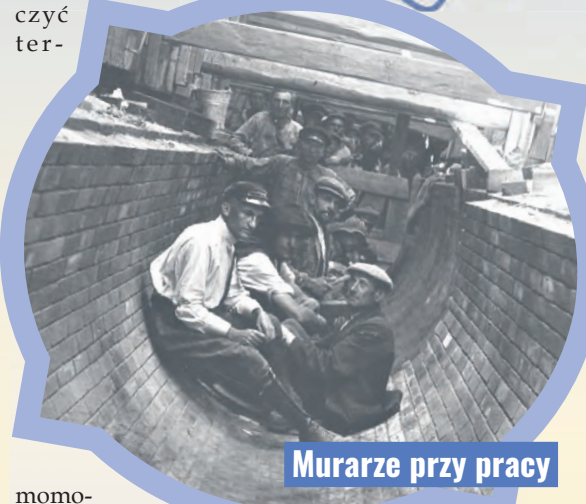
Latami zwlekano z budową wodociągów i studni głębinowych, które miały zapewnić mieszkańcom dostęp do czystej, bieżącej wody. Niestety, Łódzianie byli skazani na czerpanie wody z płytkich podwórkowych studni, często skażonych bakteriami i toksycznymi związkami chemicznymi. Bardzo szybko wyczerpały się zasoby wód głębinowych, bo ponad miarę korzystały z nich liczne zakłady włókiennicze. W mieście brakowało wody zarówno dla mieszkańców, jak i do wodochłonnego prze-

mysłu. Nie było innego wyjścia – zapadła decyzja o sprowadzaniu wody rurociągami z oddalonej o 50 km od Łodzi rzeki Pilicy. Na kosztowne inwestycje kanalizacyjne i wodociągowe w Łodzi zawsze brakowało pieniędzy, dlatego ciągnęły się one latami. Woda z miejskiej sieci pojawiła się w domach Łódzian dopiero po II wojnie światowej, a rzekę Ner zaprzestano zanieczyszczać ściekami fabrycznymi i bytowymi pod koniec XX wieku. Wtedy to ruszyła nowoczesna, spełniająca wszystkie wymogi ochrony środowiska Grupowa Oczyszczalnia Ścieków.

Nowe studnie głębinowe

Dzieło budowniczych kanalizacji i wodociągów sprzed 100 lat nie jest zakończone. Boom mieszkaniowy na peryferyjnych dzielnicach Łodzi powoduje, że trzeba zwiększyć tam dostawę wody – konieczne jest wiercenie nowych studni głębinowych, niezbędne są remonty i dalsza rozbudowa liczącej ponad 4,5 tys. km sieci wodociągowej i kanalizacyjnej. Przy rosnących cenach energii elektrycznej trzeba postawić na korzystanie z odna-

wialnych źródeł energii, wymienić urządzenia na bardziej energooszczędne, dokonać



Murarze przy pracy

modernizację obiektów spółki.

Dużych nakładów finansowych na inwestycje wymaga też Grupowa Oczyszczalnia Ścieków: planowany jest tam kolejny stopień oczyszczania polegający na jeszcze większej redukcji ze ścieków fosforu i azotu, eliminacji mikroplastiku, antybiotyków, farmaceutyków czy kosmetyków. Surowsze normy europejskie dotyczą też badań jakości wody przeznaczonej do spożycia.

odbiór i oczyszczanie ścieków. To misja, którą służby ZWIK-u wypełniają wobec Łódzian już od 100 lat, przez 24 godziny na dobę.

Miłosz Wika



Ształowanie wykopu pod budowę kolektora



Budowa kanału wzdłuż obecnej ulicy Obywatelskiej

100 LAT 1925-2025
ZWIK ŁÓDŹ



Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce
SERII KRZYŻÓWEK Z KORONA

[illegible]

Nazwa części Europy:

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

Obskurna knajpa	Gładka płaszczyna lodu	Przewóz towarów i osób	Człowiek śniegu	Spędza urlop na lotnisku 1	Oddzielane od ziarna	Centrum islamu Porządek przyszłych czynności	Nb dla chemika	Kanał filmowy z satelity Trzos, mieszek Łódka Indian Altowiolista	Płasz Roztwór koloidowy
Nakładane na importowane towary	Narzędzie skrawające Przybywają nam z każdym rokiem			Dawny polski motocykl 7	1000 g potocznie Imitacja skóry	Różliczenie podatkowe Pióluńówka Maż	Miejsce katoggi Knajpa kowbojów	Tubylec z Nepalu Sos jak stolica	Bogatka wśród ptaków 6
Nauki, w których centrum jest człowiek Teledysk	Podbite oko potocznie Mityczna bogini tęczy	Judasz w drzwiach 4	Impreza turystyczna	Bożek miłości	Wesołówkie Metal w słowie "koncert" 8	Zespół M. Millera Rynsztok Dawny but	Drzewo z tropików System nawigacji	Płyn do naczyń	
Kenijska metropolia Szacunek ogółu		Widocznawa wada wzroku	Okrzyk żeglarski na powitanie	Wynik bezbramkowy	Grecki bajkopisarz	Greta, słynna aktorka			
Grzanka				... Petersburg 3		Podziałka na mapie			

Nazwa części Europy:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Sięgnij po krzyżówkę serii



KORONA

**„Krzyżówki z Koroną”
DOSKONAŁE O KAŻDEJ PORZE ROKU**

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU TRUDNE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



OGŁOSZENIA MIEJSKIE



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA ŁÓDZI

o ustnych przetargach nieograniczonych (licytacjach) na sprzedaż samodzielnych lokali mieszkalnych stanowiących własność Miasta Łodzi wraz z udziałem w prawie własności gruntu, usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi przy:

Lp.	Położenie nieruchomości Nr księgi wieczystej nieruchomości gruntowej zabudowanej	Obręb, nr działki, powierzchnia działki [m²]	Powierzchnia lokalu / pomieszczenia przynależnego [m²]. udział w częściach wspólnych nieruchomości	Cena wywoławcza łączna [zł]	Wadium [zł]
1.	ul. Wschodnia 16, lokal mieszkalny nr 28 KW LD1M/00056532/9	S-1 195/1 821	34,69 0,018	170 000	17 000
2.	ul. Wschodnia 49*1, lokal mieszkalny nr 38 KW LD1M/00060013/6	S-1 332/1 1247	50,47 0,015	220 000	22 000
3.	ul. Wschodnia 49*1, lokal mieszkalny nr 41 KW LD1M/00060013/6	S-1 332/1 1247	55,05 0,016	220 000	22 000
4.	ul. dr. Stefana Kopcińskiego 39A, lokal mieszkalny nr 27 KW LD1M/00095896/3	S-2 356 1380	16,52 0,010	110 000	11 000
5.	ul. prez. Gabriela Narutowicza 56*1, lokal mieszkalny nr 29 KW LD1M/00004912/8	S-2 174/1 1868	62,50 / 4,71 6721 / 541422	320 000	32 000
6.	ul. Uniwersytecka 22/30, lokal mieszkalny nr 42 KW LD1M/00054857/9	S-2 209/4 1115	18,11 0,005	110 000	11 000
7	ul. Uniwersytecka 22/30, lokal mieszkalny nr 74 KW LD1M/00054857/9	S-2 209/4 1115	18,41 0,005	120 000	12 000

*1/ Zgodnie z zarządzeniem Nr 4216/VII/16 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 8 sierpnia 2016 r. w sprawie przyjęcia gminnej ewidencji zabytków miasta Łodzi, zmienionym zarządzeniami Prezydenta Miasta Łodzi: Nr 7257/VII/17 z dnia 20 listopada 2017 r., Nr 3397/VIII/20 z dnia 28 lutego 2020 r., Nr 6843/VIII/21 z dnia 26 marca 2021 r., Nr 772/2023 z dnia 6 kwietnia 2023 r., Nr 1201/2024 z dnia 17 czerwca 2024 r. budynki objęte zostały gminną ewidencją zabytków.

Sprzedaż lokali zwolniona jest z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług (Dz. U. z 2024 r. poz. 361, 852, 1473, 1721 i 1911 oraz z 2025 r. poz. 222).

Przetargi odbędą się w dniu 12 czerwca 2025 r. o godz. 10:00 w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, Duża Sala Obrad.

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ŁÓDZI O PRZETARGACH zawierające szczegółowe informacje dotyczące przetargów wywieszone jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 (IV p.). Ogłoszenie publikowane jest również na stronie internetowej pod adresem: <https://uml.lodz.pl/dla-biznesu/nieruchomosci-na-sprzedaz/sprzedaz-nieruchomosci/>, oraz w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem: <https://bip.uml.lodz.pl/urząd-miasta/przetargi/sprzedaz-nieruchomosci/>. Szczegółowe informacje dotyczące przetargów dostępne są również w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, (IV p., pok. 468 i 457) oraz pod numerem telefonu: (42) 272-67-83, 638-45-83, 638-44-14.

EKSTRALIGA KOBIEĆ



REKORD POBITY

Piłkarki UKS-u SMS Łódź zgodnie z przewidywaniami były lepsze od Rekordu Bielsko-Białą. Zawodniczki Marka Chojnackiego nie miały większych problemów i na wyjeździe wygrały 3:0.

Niestety, łodzianki w tym sezonie nie grają już o nic. Strata do miejsc medalowych jest zbyt duża, a krok przed finałem Pucharu Polski SMS przegrał z Pogonią Szczecin. Ma to swoje zalety, bo bez presji można myśleć o kolejnych rozgrywkach i testować

zawodniczki. Pierwszą ku temu okazją był mecz z Rekordem Bielsko-Białą – przeciwnikiem słabszym w tabeli i słabszym na boisku. Zawodniczki z ul. Milionowej na prowadzenie wyszły już w 10. minucie za sprawą Zofii Pągowskiej. Na drugiego gola musieliśmy czekać aż do 60. minuty. Wtedy po podaniu Oliwii Bałdyski piłkę do siatki skierowała Paulina Filipczak. W ostatniej bramce palce maczał ten sam duet, choć

rolę podającej i strzelczyni się odwróciły. Finalnie SMS wygrał 3:0. **PB**



FOT. MAT. PRAS.

UKS SMS

Sowalska – Kolis, Sokółowska, Bałcerzak (85 Kowalska), Pągowska – Bałdyga, Domin, Osajkowska, Dąbrowska (66 Stashkova) – Filipczak, Majda (75 Maciejko)

RUGBY

BUDOWLANI GÓRĄ!

FOT. ŁÓDŹ.PL

KS Budowlani WizjaMed Łódź w bardzo dobrym stylu pokonał na własnym boisku Lechię Gdańsk aż 57:19! To był prawdziwy pokaz dominacji Dumy Bałut.

mex Rugby Białystok. **PB**

Różnie w tej rundzie wiodły się losy Budowlanych, ale kibice liczyli, że w słoneczne wiosenne popołudnie zobaczą kawał dobrego rugby na stadionie przy ul. Górniczej. Nie zawiedli się. Łodzianie już od samego początku ruszyli do ataku i po niecałych 10 minutach mieli już na koncie 7 punktów. Kiedy sędziowie zapraszali obie ekipy na przerwę, na tablicy widniał wynik 29:5 dla gospodarzy. W drugiej części meczu musiałby wydarzyć się cud, żeby przyjezdni się pozbierali. Nadprzyrodzonej interwencji nie było. Kilka minut po rozpoczęciu bałuciarze jeszcze podwyższyli prowadzenie. Przez cały czas kontrolowali to, co działo się na murawie i finalnie wygrali 57:19. Była to druga wygrana w tej rundzie. Kolejny mecz Budowlani rozegrają dopiero 10 maja, a ich przeciwnikiem będzie zespół Budi-



OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach od 28 kwietnia 2025 r. do 13 maja 2025 r. wywieszone będą na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczone na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykazy nieruchomości stanowiących własność Miasta Łodzi:

przeznaczonych do sprzedaży w drodze bezprzetargowej, położonych w Łodzi:

1. ul. gen. Jarosława Dąbrowskiego 234, działki o numerach: 215/4 i 215/6, obręb G-7, KW Nr LD1M/00090310/7, łączna pow. 2.680 m²,
2. ul. Koronna bez numeru, działki o numerach: 88/2 i 88/29, obręb B-9, KW Nr LD1M/00009045/4, łączna pow. 349 m²,
3. ul. Koronna bez numeru, działki o numerach: 87/8 i 87/11, obręb B-9, KW Nr LD1M/00009045/4, łączna pow. 321 m².



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach od 28 kwietnia 2025 r. do 19 maja 2025 r. wywieszony będzie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykaz lokalu niemieszkalnego stanowiącego własność Miasta Łodzi położonego w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 46 o powierzchni 83,92 m², w budynku posadowionym na działce nr 397/1 w obrębie S-1, o pow. 319 m², przeznaczonego do zbycia w drodze zamiany.

EKSTRAKLASA

90 MINUT NUDY

To był zdecydowanie najnudniejszy mecz kolejki, a może i całego sezonu. Widzew Łódź i Górnik Zabrze dali paskudny performance, dla niepoznaki nazwany meczem piłki nożnej.

Ani Widzewowi, ani Górnikowi europejskie puchary nie grożą. Odległość od strefy spadkowej jest dość bezpieczna, więc oba kluby w zasadzie nie grają o nic. I tak właśnie wyglądało pierwsze 15 minut tego spotkania. Poza jedną okazją łodzian z początkowych minut ciężko było szukać czegoś ciekawego na boisku. Nuda niczym w polskim fil-

mie. Widzew prowadził grę, ale był na tyle uprzejmy, że w to niedzielne popołudnie niezbyt nękał obrońców Górnika. Wszyscy zgromadzeni na stadionie i przed odbiornikami z nieskrywaną ulgą przyjęli gwizdek arbitra zapraszający na przerwę, jednocześnie licząc, że po zmianie stron zacznie się dziać.

Bez zmian

Nic takiego nie miało miejsca. Żeljko Sopić próbował rozruszać swój zespół, wprowadzając na boisko Jakuba Sypka, ale była to zwykła kosmetyka. Jedyną ciekawą akcją był niecelny strzał Lubomira Tupty, a to wiele mówi o poziomie widowiska. Ci, którzy liczyli, że wraz ze zmęczeniem na boisku pojawi się nieco więcej miejsca i w końcu piłkarze zaczną stwarzać akcje, musieli się sro-

go rozczarować. Żadna z drużyn nie kwapiła się do podjęcia jakiegolwiek ryzyka. Jeżeli już jakimś cudem pojawiła się sytuacja podbramkowa, była ona spektakularnie

marnowana. Piłkarze dobrnęli do końca meczu, remisując 0:0 i nie dając kibicom nawet sekundy radości.

PB

FOT. MAT.PRAS. (WIDZEW.COM)

WIDZEW

Gikiewicz – Krajewski, Ibiza (66' Volanakis) Żyro, Kozlovsky, Czyż, Hanousek (74' Nunes), Shehu – Alvarez, Cybulski (46; Sypek) – Tupta (85' Sobol)

Tabela na 27.04.2025, godz. 20:00

EKSTRAKLASA	M	G	PKT
1. Raków Częstochowa	30	45:19	62
2. Lech Poznań	30	56:29	60
3. Jagiellonia Białystok	30	51:38	55
4. Pogoń Szczecin	30	52:34	53
5. Legia Warszawa	30	55:39	50
6. Cracovia	30	52:47	45
7. Motor Lublin	30	43:50	43
8. Górnik Zabrze	30	39:35	42
9. GKS Katowice	30	41:40	42
10. Korona Kielce	30	31:39	40
11. Piast Gliwice	30	31:34	38
12. Widzew Łódź	30	34:43	37
13. Radomiak Radom	30	42:47	36
14. Zagłębie Lubin	29	27:42	32
15. Lechia Gdańsk	30	43:51	30
16. Puszcza Niepołomice	30	33:49	27
17. Śląsk Wrocław	30	33:48	25
18. Stal Mielec	29	30:46	25

MISTRZ

PUCHARY

SPADEK

GÓRNIK
ZABRZEEKSTRAKLASA
30. KOLEJKA

0:0

WIDZEW
ŁÓDŹ

I LIGA



PRZEŁAMANIE

STAL
STAŁOWA WOLAI LIGA
30. KOLEJKA

0:1

ŁKS
ŁÓDŹ

Tabela na 27.04.2025, godz. 20:00

Mokrzycki 49'

1. LIGA	M	G	PKT
1. Arka Gdynia	30	56:20	65
2. B-B Termalica Nieciecza	30	60:34	62
3. Wisła Płock	29	48:31	54
4. Miedź Legnica	30	52:35	53
5. Wisła Kraków	30	52:29	53
6. Polonia Warszawa	30	41:31	49
7. Górnik Łęczna	30	45:31	49
8. GKS Tychy	30	40:29	48
9. Ruch Chorzów	30	44:40	43
10. Znicz Pruszków	29	37:37	39
11. ŁKS Łódź	30	39:37	38
12. Stal Rzeszów	30	41:47	35
13. Odra Opole	30	26:54	27
14. Chrobry Głogów	30	30:54	26
15. Kotwica Kołobrzeg	30	23:47	25
16. Warta Poznań	30	19:50	21
17. Pogoń Siedlce	30	29:50	20
18. Stal Stalowa Wola	30	24:50	20

AWANS

BARAŻE

SPADEK

ŁKS

Bomba – Dankowski, Rudol, Gulen, Głowacki – Kupczak, Mokrzycki (80' Wysokiński), Hinokio – Norlin (63' Młynarczyk), Mrveljević (80' Wzięch), Sitek (75' Zajac)

Ryszard Robakiewicz udanie rozpoczął przygodę na ławce trenerskiej ŁKS-u Łódź. Łodzianie pod wodzą nowego szkoleniowca zdążyli się przełamać i pokonać na wyjeździe Stal Stalowa Wola. Mimo to Biało-Czerwono-Biali mogli czuć niedosyt.

W swoim debiucie trener Robakiewicz zdecydował się na mocne pomieszczenie składu. I tak doszło do roszady na bramce czy na środku obrony, ale wyżej także nie zabrakło zmian.

Modyfikacje przyniosły efekt. ŁKS szybko przejął kontrolę nad meczem i w swoim stylu próbował rozprawiać kolej-

ne akcje. W grze łodzian nie zmieniło się jednak jedno – wciąż nie potrafili skonkretyzować swoich działań i poważnie zagrozić bramce rywali. I nawet kiedy piłka wpadała już do bramki, wynik nie ulegał zmianie. Tak było w 37. minucie, kiedy Marko Mrveljević główkował prosto do siatki, ale sędzia dopatrzył się spalonego napastnika.

Na nudę jednak nie można było narzekać. Tuż przed zakończeniem pierwszej połowy, w jednej akcji sędzia pokazał czerwoną kartkę Koziem Hinokio i drugą żółtą Dawidowi Niepsujowi. Obie ekipy mecz kończyły w dziesiątkę.

Wystarczył jeden strzał

Drogę do bramki łodzian nie znaleźli dopiero na

początku drugiej połowy. Po solowej akcji Maksymiliana Sitka piłka wleciała w pole karne Stali, ale po wybiu jej przez jednego z zawodników gospodarzy poleciała wprost pod nogi Michała Mokrzyckiego. Ten bez zastanowienia uderzył i pokonał Piekutowskiego.

W ostatnich minutach meczu łodzianie musieli cofnąć się do defensywy i bronić się przed naporem ze strony gospodarzy. Do końcowego gwizdka więcej bramek już nie padło, a w ŁKS-ie po przełamaniu złej serii kamień mógł spaść z serca.

ŁKS będzie mógł pójść za ciosem tuż po majówce. 4 maja łodzianie zagrają na własnym stadionie ze Stalą Rzeszów.

Mateusz Dęderski
FOT. RADOŚLAW JÓZWIAK

ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

18°C

Imieniny
obchodzą:
Emilian, Ludwik,
Paweł, Waleria,
Hanna, Patryk

28.04



WTOREK

19°C

Imieniny
obchodzą:
Angelina, Hugo,
Katarzyna, Antonia,
Bogusław, Robert

29.04

Rodzinne
miasto

TORY ŻYCIA

POMNIK
WŁADYSŁAWA
REYMONTA

Po tułaczce z trupą aktorską po kraju, Reymont spędził jesień 1886 r. w Wolbórze, gdzie później często wracał. Tam się wyciszał i tam napisał opowiadanie „O zmroku”, które pozostało w rękopisie, natomiast następna jesień przyniosła nową wędrówkę z teatrem przez Wolbrom, Olkusz, Pińczów. W 1888 r. Reymont zaczął pisać dzienniki, w 1889 r. podjął pracę na kolei w Rogowie jako najniższy urzędnik nadzoru robotników pracujących na plantach. Tam przeżył tragiczną miłość do żony naczelnika stacji, a ślady tej historii pozostawił w opowiadaniu „Idylla”. To był czas pierwszych prób literackich 23-letniego Władysława, który nadal szukał swojej drogi na przekór wielu trudnościom, a niespokojny duch pchnął go nawet w stronę myśli samobójczych. agr

Portret potrójny
Władysława Reymonta
autorstwa
Władysława Zahorskiego z 1905 r.

ZAŁATWIĘ
ICH FRASZKĄKARTKA
Z KALENDARZA

28 kwietnia 1904 r. w Krakowie urodził się Jan Izidor Sztaudynger – poeta, satyryk, teoretyk lalkarstwa i tłumacz literatury niemieckiej.

Wiersze pisał już w dzieciństwie. Ukończył polonistykę na Uniwersytecie Jagiellońskim, w czasie studiów był członkiem grupy literackiej Helion. W latach 1928–1935 pracował jako nauczyciel szkół średnich oraz organizator i teoretyk teatrów lalkowych. Napisał m.in. prace „Marionetki” (1938) i „Teatr lalek w Polsce” (1961), ale do literatury wszedł przede wszystkim jako twórca znakomych fraszek. Po wojnie znalazł się w Łodzi, gdzie w kamienicy przy ul. Żwirki 1C przebywał z przerwami do 1961 r., pomieszkiwał wtedy także w Szklarskiej Porębie, a potem przeniósł się do Zakopanego. W Łodzi na krótko objął posadę kierownika literackiego Teatru Lalek „Biedronka” RTPD, a do 1950 r. pracował jako referent literatury w Urzędzie Wojewódzkim.

W 1954 r. w serii Biblioteka Satyry ukazał się jego tomik fraszek „Piórka”. Początkowy nakład wynosił 5 tys. egzemplarzy, ale

popularność fraszek sprawiła, że nakład szybko wzrósł do 65 tys. egzemplarzy. Potem autor opublikował wiele zbiorów fraszek i satyr, m.in. „Nowe piórka” (1956), „Śmiesznoty” (1968), a wcześniej także zbiory wierszy: „Dom mój” (1925), „Kantyczki śnieżne” (1935) i „Strofy wrocławskie” (1947), jak również liczne utwory dla dzieci. Kiedy Sztaudyngera pominięto w antologii satyry polskiej, miał powiedzieć, że załatwi ich fraszką i tak zrobił:

„Nie ma mnie w antologii stu trzydziestu trzech
Ach, jaki to dla
mniej, a nie dla
mnie pech!”
Twórca zmarł 12 września 1970 r. w Krakowie, spoczywa na cmentarzu Salwatorskim. agr

Jan Izidor Sztaudynger
– odnowiciel fraszki
polskiej – na fotografii
ze zbiorów rodziny
i tablica pamiątkowa
na ścianie kamienicy przy ul. Żwirki 1C

MILITARNY
GALIMATIASŁÓDZKIE
GAWĘDY

Ponieważ przebywający od sierpnia 1914 r. w Łodzi strzelcy nie otrzymywali wyżywienia, działające w mieście Koło Pomocy dla Legionistów Polskich założyło gospodę żołnierską, w której za niewielką opłatę wydawano posiłki. Elita strzelecka zbierała się natomiast na pogwarki w cukierni B. Gostomskiego (dawniej Roszkowskiego). Mimo akcji propagandowej wysłano z Łodzi do Piotrkowa zaledwie ok. 200 ludzi. Niepowodzenia wojsk niemiecko-austriackich w tzw. operacji warszawsko-dębskiej, a następnie ofensywa armii carskiej doprowadziły do ponownego odzyskania Łodzi przez Rosjan, więc 27 października Niemcy w pośpiechu opuścili Łódź. Następnego dnia z nimi wyruszył oddział strzelców. Wieczorem nadciągnęły do Łodzi oddziały piechoty

i kawalerii rosyjskiej, które mieszkańcy ponownie witali owacyjnie. 29 października, po walkach na przedmieściach z wycofującymi się jednostkami niemieckimi, wojska rosyjskie po raz ostatni weszły do miasta z gubernatorem M. Jaczewskim na czele. Rosyjskie władze wojskowe niebawem ostudziły entuzjazm mieszkańców Łodzi, gdyż zakazano manifestacji oraz używania biało-czerwonych sztandarów i emblematów narodowych. W niepewnej sytuacji żołnierze rosyjscy coraz częściej dopuszczali się rabunków i dochodziło do przejawów niesubordynacji, a panujący w mieście chaos wzmagał trudności codziennego życia łodzian. agr

Jesienią 1914 r. ul. Piotrkowską maszerowały raz po raz na przemian oddziały wrogich armii – niemieckiej i rosyjskiej

SZTAUDYNGER
O NASZYM
MIEŚCIE

Przy okazji rocznicy urodzin Mistrza Jana Sztaudyngera, autora kilku tysięcy fraszek wszelkiego typu – od poetyckich, refleksyjnych, obyczajowych, po frywolne, a nawet pikantne, przypomnijmy w naszym językowym kąciku kilka łódzkich klasyków.

Łódź – łódka

Pośród drzew mnóstwa, wśród fabryk powodzi,
Łódź nurza się w zieloność i jak łódka brodzi

Co zawdzięczamy Łodzi

Nie byłbyś bracie odzian,
Gdyby nie praca łodzian.

Łódzka rada

Chcesz wykręcić się dziewczynie
Umów się z nią przy kominie.

Łódzkie pasaże

Łódzkie pasaże, chętnie nimi łączę
Łódź jest do twarzy w przesmykach pasaży.

Największa troska

To największą Łodzi troską,
by Łódź całą zmieścić na Piotrkowską.

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie w środę
30 kwietnia