

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

WSZYSTKO ZACZYNA SIĘ OD JEDNEGO OCZKA

strona 7



LIGHT MOVE FESTIVAL

WIELKI POWRÓT NA PLAC WOLNOŚCI **strona 3**



AKTUALNOŚCI

PIKNIK NA 100-LECIE LOTNISKA

strona 2



AKTUALNOŚCI

CHIRURG U SŁONIA

strona 4



WYDARZENIA

LATO W ŁODZI ZAPLANUJ TYDZIEŃ

strona 5



KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL

ZADZWOŃ: 722 006 093

100 LAT LOTNISKA W ŁODZI

ODLOTOWY PIKNIK



Stulecie świętuje w tym roku łódzkie lotnisko, będące zresztą najstarszym wybudowanym w polskich ziemiach. Port Lotniczy im. Władysława Reymonta w Łodzi uczy ten jubileusz spektakularnym Piknikiem Lotniskowym z wystawą samolotów.

Rocznicowy piknik odbędzie 23 sierpnia w godz. 12:00-18:00. Na częściowo wyłączony z ruchu płycie postojowej lotniska będzie można podziwiać samoloty szkoleniowe Aeroklubu Łódzkiego i Bartolini Air oraz śmigłowce i samoloty kolekcjonerskie, które

przybędą specjalnie na łódzki piknik z różnych miast. Będą im towarzyszyć pojazdy i maszyny do obsługi samolotów pasażerskich czy odśnieżania lotniska. Swoje stoiska rozstawią funkcjonariusze Straży Granicznej, Policji i Urzędu Celno-Skarbowego, dla najmłodszych będą dmuchańce, minigolf i stoisko Zoo Borysew. Obok terminala staną food trucki, stoiska z pamiątkami, a także namiot NFZ-u, w którym będzie można otrzymać Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego lub uzyskać specjalistyczne porady zdrowotne

i dietetyczne. Odbędą się pokazy resuscytacji kręgosłupowo-oddechowej.

Rozgrzewka

W oczekiwaniu na piknik można wziąć udział w jednej z wycieczek po lotnisku, które będą się odbywać od 18 sierpnia (uwaga: obowiązują zapisy - rozpoczną się 4 sierpnia pod nr tel., który zostanie opublikowany tego dnia na profilu Port Lotniczy Łódź na Facebooku). W środę, 20 sierpnia na lotnisku zagości plenerowe kino, które wyświetli film „Top Gun: Maverick” z Tomem

Cruise'em. Seans poprzeczi niespodzianka - pokaz etudy „Polskie Linie Lotnicze LOT” z 1954 roku, narkęconej m.in. na lotnisku w Łodzi. (pj)

INFO

Lotnisko w podłódzkiej wsi Lublinek oficjalnie otwarte 13 września 1925 r. Na terenie 40 hektarów był nowo wybudowany hangar, dom mieszkalny dla pilotów i zarządu lotniska oraz trawiaste pole wzlotów.

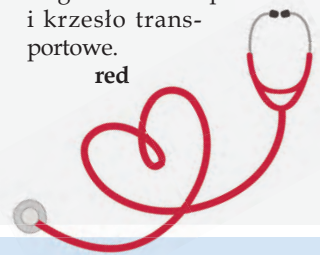
ZAKUPY
DLA PRZYCHODNI

Przychodnie Miejskiego Centrum Medycznego „Bafuty”, w tym placówka przy ul. Murarskiej 4, jeszcze w tym roku zostaną wyposażone w nowoczesny sprzęt i aparaturę medyczną, które podniosą jakość udzielanych świadczeń zdrowotnych.

Nowe wyposażenie trafi zarówno do poradni POZ, jak i do działu rehabilitacji. Będą to m.in.: kardiograf do monitorowania ciś-

ży, wagi dla osób otyłych, fotel do pobierania krwi, aparat do ultradźwięków z głowicą samoobsługową, rotor do ćwiczeń kończyn dolnych, leżanka do EKG, lampa podczerwieni na statywie, moduł równowagi do neuroterapii i krzesło transportowe.

red

CIEMNA STRONA MIASTA
NA SYGNALE

KONWOJENCI W ROLI RATOWNIKÓW

Policjanci z Wydziału Konwojowego łódzkiej policji pomogli poszkodowanemu w wypadku rowerzyście.

Rankiem, 30 lipca funkcjonariusze jadący z sądu do aresztu śledczego natknęli się na jednym z bałuckich skrzyżowań na rannego cyklistę, którego chwilę wcześniej potrącił samochód. Kierowca

osobówki nie ustąpił pierwszeństwa przejazdu jadącemu rowerem. Konwojenci udzieliли poszkodowanemu pierwszej pomocy i założyli mu kołnierz ortopedyczny. Wezwali pogotowie ratunkowe i patrol „drogówki”, po czym monitorowali stan rowerzysty do przyjazdu służb ratunkowych. rp

SZCZEGÓLNE INFORMACJE: WWW.LODZ-AIRPORT.PL I FACEBOOK: @PORT LOTNICZY ŁÓDŹ

DO ADOPCJI

ZGRAJ SIĘ Z FADO

Fado przebywa w schronisku dla zwierząt od 2021 r. Podobno został porzucony przez właścicielkę, która nie umiała go wychować. Trochę czasu zajęło wpojenie mu właściwych zasad. Ma obecnie dziewięć lat. Chętnie aportuje, grzecznie chodzi na smyczy, zna podstawowe komendy. To duży pies o cechach indywidualisty. Musi mieć świadomych opiekunów, którzy potrafią wyznaczyć zwierzęciu granice. W docelowym domu powinien być jedynym psem.

RedSch

Kontakt w sprawie adopcji:
tel. 500 099 995, 501 437 232 lub 42 656 78 42,
e-mail: schronisko.adopcje@jst.uml.lodz.pl

CO SŁYCHAĆ
NA DUBOIS?

Od połowy lipca trwa remont ul. Dubois. Docelowo zostanie przebudowana w całości, a na razie jest modernizowana w części od ul. Pabianickiej do ul. Pokładowej.

Drogowcy wymienią tam nawierzchnię jezdni i wyremontują chodniki, a na przystankach autobusowych położą betonowe płyty postojowe. Obecnie prace skupiają się na pracach brukar-

skich. Po jednej stronie drogi nowy chodnik został już w większości ułożony. Na kolejnym etapie prac zostanie zerwana zniszczona nawierzchnia jezdni, którą zastąpi równy asfalt. Prace są prowadzone przy zachowaniu ruchu pojazdów - ul. Dubois jest przejezdna tylko w kierunku zachodnim, do ul. Pokładowej.

WS

REMONTY ULIC
RAPORT

- ▶ UL. KNIAZIEWICZA: drogowcy dokonali pierwszych rozbiórek jezdni i chodników
- ▶ UL. BRZEZIŃSKA: rozpoczęto remont drugiego odcinka drogi
- ▶ AL. ŚMIGŁEGO-RYDZA: zachodnia nitka zyskała nową nawierzchnię

Więcej na: lodz.pl/remonty

Light Move Festival

WRACA NA PLAC WOLNOŚCI

2025



Jubileuszowa, 15. edycja Light.Move.Festival. odbędzie się w dniach 26–28 września 2025 r. Festiwal Światła powraca do trzydniowej formuły oraz w miejsca tak ważne dla tożsamości Łodzi, jak m.in. plac Wolności.

Temat przewodnim tegorocznej edycji są „Powroty”, co daje pretekst do odkrywania na nowo przemysłowego, włókienniczego i wielokulturowego dziedzictwa Łodzi. Jest to również odniesienie do 15-letniej historii festiwalu, dla którego punktem wyjścia przy każdej inicjatywie artystycznej była postindustrialna architektura. Fasady łódzkich budynków znów posłużą za płótno do malowania na nich ulotnych i pięknych obrazów. Na murach pamiętających czasy fabrykantów ponownie pojawią



się historie o ludziach, architekturze i dynamicznych zmianach miasta. Wielkoformatowe projekcje przypomną o wielokulturowym charakterze Łodzi, a kolorem i światłem podkreślą wyjątkowość eklektycznej, zachwycającej architektury miejskiej.

Zalśni plac Wolności Light.Move.Festival. powróci w tym roku na plac Wolności, który po spektakularnej przemianie rewi-

talizacyjnej znów stanie się miejscem prezentacji 360-stopniowej projekcji na 12 okalających go budynkach. Przygotowuje ją węgierska grupa artystów. Całość wzbogaci wielkoskalowa instalacja przestrzenna Jarosława Koziary oraz muzyka fortepianowa w wykonaniu Leny Ledoff, pianistki i kompozytorki jazzowej, która w swojej twórczości czerpie inspirację z Fryderyka Chopina oraz Krzysztofa Komedy.

KM

Szczegółowy program 15. edycji Light.Move.Festival. oraz mapa festiwalowa będą dostępne na oficjalnej stronie internetowej wydarzenia lmf.com.pl.

Przebudowa Szczecińskiej

DRUGI ETAP W TOKU



Już od początku lipca łodzianie mogą korzystać z nowo wyremontowanego odcinka ul. Szczecińskiej. Zaraz po oddaniu go do użytku drogowcy przeniesli się z pracami na drugi fragment drogi, gdzie wykonują bliźniaczy zakres prac.

Modernizacja ul. Szczecińskiej, przeprowadzona na odcinku, z którego łodzianie mogą korzystać już od miesiąca – pomiędzy ul. Aleksandrowską a łącznikiem z trasą szybkiego ruchu S14 – przyniosła korzyści w postaci nowej jezdni, skrzyżowań przebudowanych na bezkolizyjne ronda, nowych

chodników, dróg rowerowych, a także uporządkowanych sieci podziemnych. Dla autobusów komunikacji miejskiej powstały zatoki przystankowe, a pasażerowie MPK-Łódź otrzymali do dyspozycji nowe wiaty przystankowe i podwyższone perony. Przebudowana została też krańcówka autobusowa z zapleczem socjalnym dla kierowców. Nowy wizerunek ulicy ozdobiły świeżo zasadzone drzewa i krzewy.

Czas na drugi etap Zaraz po zakończeniu pierwszego etapu inwestycji drogowcy przystąpili do

prac na drugim odcinku – pomiędzy łącznikiem z trasą S14 a Konstanyńnowem Łódzkim – gdzie zostanie wykonany bliźniaczy zakres prac, które poprzedziło zerwanie starej, zniszczonej nawierzchni jezdni. Obecnie trwają tam prace związane z przebudową sieci podziemnych.

WS



REWITALIZACJI

CIĄG DAJSZY

OŻYJE DAWNA FABRYKA

Rewitalizacyjny remont pofabrycznego budynku przy ul. Sienkiewicza 63 zostanie dokończony. Miasto podpisało umowę z nowym wykonawcą, który będzie kontynuował prace porzucone przez poprzednika we wrześniu 2024 r.

Do tej pory zrealizowano ok. 60% planowanych robót. Nowy wykonawca zacznie od hydroizolacji piwnic i dokończenia

pokrycia dachu. Później przyjdzie pora na instalacje wewnętrzne i wykończenie wnętrz. Ostatnim etapem inwestycji będzie zagospodarowanie przestrzeni wokół budynku. Dawną fabrykę zajmą biura Wydziału Księgowości łódzkiego magistratu. Na parterze i w piwnicy powstaną dwa lokale gastronomiczne, które mają kusić swoją ofertą. Dostęp do nich ułatwi pieszy pasaż, który połączy nieruchomości

z ul. Piotrkowską, pasażem im. Schillera i ul. Nawrot. W sąsiedztwie przewidziano ogólnodostępny zielony teren rekreacyjny z placem zabaw i bujną zielenią – drzewami, krzewami, pnączami, bylinami i trawami. Po wschodniej stronie inwestycji będzie dojazd i miejsca postojowe dla dostawców. Zakończenie prac przewidziano na koniec czerwca 2026 r.

AS

ORIENTARIUM ZOO ŁÓDŹ

CHIRURDZY U SŁONIA

W Orientarium Zoo Łódź przeprowadzono jedną z najtrudniejszych operacji weterynaryjnych w historii polskich ogrodów zoologicznych. Skomplikowany zabieg usunięcia ciosa przeszedł Taru, mieszkający w łódzkim zoo słoń indyjski.

Cios (przedłużony górny siekacz słonia mylnie nazywany kłem) trzeba było usunąć na skutek powikłań po urazie, którego Taru doznał podczas przepychanek z innymi członkami słoniowego stada. W tkance rozwinęła się infekcja wymagająca interwencji chirurgicznej.

Do Łodzi przyjechali światowej klasy specjaliści z Republiki Południowej Afryki, Estonii, Holandii, Belgii i Maleszji, którzy wspierali zespół Orientarium Zoo Łódź swoją wiedzą i doświadczeniem w tym nietatym zadaniu. Zabieg obserwowali również weterynarze z innych polskich ogrodów.

Tego typu operacje należą do wyjątkowo rzadkich, a możliwość udziału w nich stanowi bezcenne źródło wiedzy dla środowiska weterynaryjnego.

– Zabieg stomatologiczny u zwierzęcia tej wielkości to potężne wyzwanie dla wszystkich zaangażowanych osób. Nieczęsto takie rzeczy mają miejsce w Polsce czy nawet w Europie – mówi lek. wet. Izabela Piórkowska, kierowniczka Oddziału Weterynaryjnego w Orientarium Zoo Łódź. Operacja trwała kilka godzin i przebiegła pomyślnie. Cios został bezpiecznie usunięty, a Taru czuje się dobrze i rozpoczęła okres rekonwalescencji.

Red



W SZKOŁACH PÓŁMETEK SEZONU REMONTOWEGO

Wakacje to tradycyjnie czas remontów w łódzkich szkołach. Obecnie prace trwają w aż 27 placówkach.

W Szkole Podstawowej nr 14 remontowane są szatnie. W Szkole Podstawowej nr 192, w XXIII Liceum Ogólnokształcącym oraz w warsztatach Zespołu Szkół Samochodowych odnawiane są sanitariaty. W „samochodówce” – dzięki pozyskanym środkom unijnym – remont objął jeszcze sale lekcyjne. W IV LO, poza renowacją frontowej elewacji, prowadzone są prace w salach lekcyjnych i na korytarzach. Roboty wewnątrz szkoły zakończą się przed rozpoczęciem

częściem nauki, te na elewacji – w październiku. W SP nr 166 i 172 trwają remonty sal gimnastycznych, w Szkole Podstawowej Specjalnej nr 105 wymieniane są okna, a w SP 3 i 91, Zespole Szkolno-Przedszkolnym nr 6 oraz Zespole Szkół Edukacji Technicznej modernizowane są sieci kanalizacyjne. Remont ciągów komunikacyjnych i podłóg odbywa się w SP nr 2, 33 i 205 oraz w Zespole Szkół Podstawowych nr 5. Remonty odbywają się bez przeszkód, większość zakończy się do 1 września.

MP



NOWE TORY DO DAWNEJ ZAJEZDNI



Ponad 1400 m torowiska stworzy dojazd dla tramwajów do nowego Zakładu Techniki MPK-Łódź, który powstaje na terenie dawnej zajezdni Helenówek.

Budowa nowego zaplecza technicznego dla łódzkich tramwajów

wymaga wykonania nowego układu torowego, który umożliwi pojazdowi dojazd do serwisu i sprawne manewrowanie pomiędzy poszczególnymi stanowiskami. Do budowy torowisk na terenie Helenówka ma być wykorzystanych łącznie 1450 m

toru pojedynczego (900 m toru zostanie ułożonych przed budynkami, natomiast ok. 550 m wewnątrz hal) oraz 14 zwrotnic. Budowa nowego Zakładu Techniki łódzkiego MPK powinna zakończyć się jeszcze w tym roku.

PW



FOT. ŁODZ.PL, FREEPIK

LATO W ŁODZI

PONIEDZIAŁEK 4 SIERPNIA

- **GRANIE NA BALKONIE** godz. 16:00, balkony przy ul. Piotrkowskiej 77, 104 i 144
- **ĆWICZ W ZIELENI** godz. 17:45, zumba z Fit Fabric (park im. Poniatońskiego, obok amfiteatru)
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, „Jutro będziemy szczęśliwi” (park im. Szarych Szeregów), „Imago” (EC1)

WTOREK 5 SIERPNIA

- **JAZZOWE WTORKI** godz. 19:00, Witold Janiak Trio (ul. Piotrkowska 3)
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, „Wielki Mike. The blind side” (skwer im H. Dubaniewicza), „O psie, który wrócił do domu” (park im. M. Zaruskiego), „Emilia Perez” (park Na Zdrowiu)

PIĄTEK 8 SIERPNIA

- **ROWEROWY PIĄTEK z MOSiR i Strażą Miejską** w godz. 10:00–13:00 – doskonalenie techniki jazdy i znakowanie rowerów (Motodrom przy ul. Małachowskiego)
- **GRANIE W BRAMIE** godz. 17:00, Louis Crystal (ul. Piotrkowska 3)
- **MUZYCZNY PLENER** godz. 19:00, muzyka elektroniczna na żywo (pl. Wolności)
- **POLÓWKA** godz. 18:30, „Looney Tunes: Porky i Daffy ratują świat” (Fuzja, ul. Milionowa 6A), po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, Motopolówka: „Chłopaki nie płaczą” (Atlas Arena), „Matthias i Maxine” (Fuzja, ul. Milionowa 6A), „Masz ci los” (park między ul. Lutomierską a Drewnowską)

SOBOTA 9 SIERPNIA

- **JOGA W PARKU PODOLSKIM** godz. 11:00, joga z instruktorem (park Podolski)
- **GALANTE TARGI** w godz. 11:00–18:00, kiermasz rzeczy vintage i wyrobów rzemieślniczych (OFF Piotrkowska, ul. Piotrkowska 138/140)
- **WŁÓKIENNICZA UNPLUGGED** godz. 17:00, Magdalena Tasarz (ul. Włókiennicza)
- **SOBOTNIE BRZMIENIA** godz. 19:00, Radek Bolewski „Solo Act” (ul. Piotrkowska 3)
- **SONGWRITER MUSIC FESTIVAL** godz. 21:00, Włazi i Kamil Sucharski (ul. Piotrkowska/6 Sierpnia, pod zegarem)
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, „Elvis” (ul. Piotrkowska 3)

ŚRODA 6 SIERPNIA

- **PIOTRKOWSKA KAMERALNIE** godz. 20:00, Raczyński Quartet (pasaż im. Rubinsteina)
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, „Utalentowany pan Ripley” (park Julianowski), „Wszystko będzie naraz” (park Widzewska Górka), „Młodość” (pętla tramwajowa przy ul. Północnej)

CZWARTEK 7 SIERPNIA

- **STAND-UP PIOTRKOWSKA** godz. 21:00, Wiktor Sumliński (pasaż im. Schillera)
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, „LEGO przygoda” (Port Łódź), „Substancja” (ul. Piotrkowska 148/150), „Diuna” (Monopolis)
- **LDZ ALTERNATYWA** godz. 21:00, wystąpi MASZYNOWA (Fabryka Sztuki, ul. Tymienieckiego 3)

NIEDZIELA 10 SIERPNIA

- **GALANTE TARGI** w godz. 11:00–18:00, kiermasz rzeczy vintage i wyrobów rzemieślniczych (OFF Piotrkowska, ul. Piotrkowska 138/140)
- **SPACERLOVE** o godz. 12:00 i godz. 17:00, bezpłatny spacer z przewodnikiem po dawnych zakładach Izraela Poznańskiego, obecnie Manufakturze (zbiórka przy Cinema City)
- **BAŚNIOWA PIOTRKOWSKA** godz. 12:00, „Krętym szlakiem ze ślimakiem” (ul. Piotrkowska 3)
- **LETNIE KONCERTY W ALTANIE** godz. 17:00, „Muzyczne ogrody Straussa” (park Źródlika 1)
- **MANU SUMMER JAZZ SUNDAYS** godz. 17:00, koncert Michała Miśkiewicza (rynek Manufaktury)
- **POTAŃCÓWKI W PASAŻU** godz. 18:30 – lekcja tańca z Urban Dance Zone, godz. 19:00 – zabawa w rytmach latino
- **POLÓWKA** po zachodzie słońca, ok. godz. 21:00, Motopolówka: „Kiler” (parking TME, ul. Rozalii 1), „Skąd się biorą sny” (ul. Piotrkowska 217), „Dobrze się kłamię w miłym towarzystwie” (górkę między ul. Dąbrówki a ul. Ziemowita), „Amelia” (skwer Praw Dziecka, ul. Inowrocławska 5)



W ZDROWYM CIELE ZDROWY... MÓZG

Choć mózg stanowi prawdziwe centrum dowodzenia ludzkim organizmem, na co dzień nie myślimy o nim zbyt często, a to błąd – bez zadbania o mózg nic nie będzie działać tak, jak powinno. Jak więc troszczyć się o ten ważny organ na co dzień? Wystarczy kilka prostych nawyków.

Ciało w ruchu

Regularna aktywność fizyczna to sposób nie tylko na dobrą formę i ładną sylwetkę. Ruch poprawia krążenie, dzięki czemu mózg jest lepiej dotleniony i odżywio-

ny. Wystarczy już 30 minut szybkiego marszu dziennie, by zauważyć poprawę koncentracji i pamięci. Badania pokazują, że osoby aktywne fizycznie wolniej tracą sprawność umysłową wraz z wiekiem. I wcale nie trzeba biegać maratonów! Codzienny spacer, jazda na rowerze do pracy czy spokojne ćwiczenia uelastyczniające ciało również będą miały zbawienny wpływ na mózg.

Jakościowy sen

Podczas snu mózg „porządkuje” informacje z całego dnia. Bez głębokiego snu trudno o regenerację, a w konsekwencji dobrą koncentrację w ciągu dnia. Zbyt lekki, krótki czy często przerywany sen to w dłuższej perspektywie nie tylko zmęczenie, ale też spadek nastroju, a nawet zwiększone ryzyko chorób neurodegenera-

cyjnych w przyszłości. Właśnie dlatego warto zadbać o higienę snu – pamiętaj o dobrze przewietrzonym sypialni, rezygnacji z picia napojów z kofeiną w drugiej części dnia, a także odłożeniu telefonu na godzinę przed snem. Wieczorem lepiej odpuścić przy książce lub relaksacyjnej muzyce.

Jedz z głową

To, co jemy, ma wpływ także na pracę mózgu. Dieta bogata w warzywa, owo-

ce, zdrowe tłuszcze (oliwa z oliwek, awokado, orzechy), ryby morskie i produkty pełnoziarniste wspiera pamięć, koncentrację i dobry nastrój. Szczególnie ważne dla pracy mózgu są kwasy omega-3, antyoksydanty i witaminy z grupy B. Unikaj natomiast nadmiaru cukru, przetworzonych produktów oraz tłuszczów nasyconych – masła czy smalcu. Mogą one negatywnie wpływać na funkcje poznawcze i sprzyjać stanom zapalnym w organizmie.

Ćwicz mózg jak mięśnie

Mózg, podobnie jak mięśnie, potrzebuje regularnych treningów. Rozwiązywanie krzyżówek, nauka języków obcych, gra na instrumencie, czytanie książek, gry logiczne – to wszystko pobudza tworzenie nowych połączeń nerwowych i utrzymuje umysł w dobrej formie. Im częściej będziesz wychodzić poza rutynę i uczyć się czegoś nowego, tym dłużej zachowasz sprawność umysłową. Pomoc mogą także drobne zmiany, jak mycie zębów ręką inną niż zwykle, pójście do pracy czy na zakupy nieuczęszczaną wcześniej drogą czy uczenie się pięciu nowych słówek dziennie.

Ogranicz nadmiar bodźców

Nadmiar bodźców takich jak hałas czy duża

ilość informacji może skutkować uczuciem przytłoczenia, drażliwością i pogorszeniem koncentracji. Jeśli brzmi to znajomo, ogranicz korzystanie z mediów społecznościowych i zacznij stosować techniki relaksacyjne takie jak medytacja, joga czy uważność (mindfulness). Już kilka/kilkanaście minut takiej praktyki dziennie pomoże poprawić twój nastrój i koncentrację.

Alup

REKLAMA

ZDROWY SENIOR

ŁÓDZKI TEST SŁUCHU – „JAK SŁYSZĄ NASI SENIORZY”

BEZPŁATNE

badanie słuchu dla osób 60+

Gorzej słyszysz, masz wrażenie że pogorszył Ci się słuch? Weź udział w bezpłatnych badaniach słuchu przeznaczonych dla seniorów.

Narząd słuchu jest wyjątkowo wrażliwy i delikatny, dlatego należy o niego szczególnie dbać.

Pogorszenie słuchu może mieć negatywne skutki - odbijać się na relacjach z bliskimi i utrudniać nam codzienne sprawy.

Utrata słuchu może wystąpić w każdym wieku, jednak najczęściej dotyka osób starszych. Mówi się, że ubytek słuchu jest trzecią najczęstszą chorobą występującą wśród ludzi dorosłych.

Jego najczęstszymi przyczynami jest wiek lub narażenie na hałas.

Pojawia się stopniowo, dlatego często jest lekceważony zarówno przez osoby chore jak i ich otoczenie.

Trzeba wiedzieć, że w większości przypadków następstwem pogorszenia słuchu można zapobiec, wystarczy tylko odpowiednio zadziałać.

Dlatego warto skorzystać z darmowych badań.

Wszystkie osoby powyżej 60 roku życia mieszkające w Łodzi zostały objęte akcją badania słuchu i mogą skorzystać z badań bezpłatnie.

Badanie będzie trwało około 20 minut. Po jego przeprowadzeniu pacjent otrzyma szczegółowy dokument z indywidualnym wynikiem pomiaru.

Wynik omówi z nim Dyplomowany Protetyk Słuchu i zaproponuje kolejne działania.

Uwaga! Konieczna jest wcześniejsza rejestracja telefoniczna.

INFO

SYMPTOMY UTRATY SŁUCHU

Jeśli...

- często prosisz o powtórzenie słów lub zdań
- nie słyszysz dobrze osób, z którymi rozmawiasz przez telefon
- głośność telewizora ustawiona przez Ciebie przeszkadza innym
- słyszysz dzwonienie lub szumy w uszach

....może to być symptom utraty słuchu. Warto w tym celu skonsultować się z lekarzem i zrobić badanie słuchu.

INFO

TERMIN BADANIA:
4 - 29 sierpnia

MIEJSCE BADANIA:
Gabinet Omnifon, ul. Drewnowska 43
(naprzeciwko Manufaktury)
Rejestracja pod numerem telefonu:
512 063 199
lub
Gabinet Omnifon, Plac Niepodległości 4
(stary Uniwersał)
Rejestracja pod numerem telefonu:
789 806 878

GODZINY BADANIA:
08:00-16:00

lub
Gabinet Omnifon,
ul. Piłsudskiego 98A
(przy stacji SHELL)
Rejestracja pod numerem telefonu:
796 414 241

omnifon



FOT. MAT.PRAS., FREEPIK

WSZYSTKO ZACZYNA SIĘ OD JEDNEGO OCZKA

Twórczość Anny Barańczyk to coś więcej niż rękodzieło. W jej pracach widać emocje, inspiracje z natury i osobiste historie. Każdy plecak, czapka czy sweter to unikatowy projekt, który nie tylko cieszy oko, ale też porusza. To rękodzieło z duszą, które zostaje w pamięci na długo.

Anna Barańczyk miała dziewięć lat, gdy mama pokazała jej, jak trzymać druty i robić pierwsze oczka. Chciała zająć czymś córkę. Dzierganie od razu ją zaciękało, ale zamiast korzystać z gotowych wzorów, Ania od początku szukała własnych pomysłów.

- Sprułam swój komuniorny sweterek i zrobiłam z niego kamizelkę - wspomina z uśmiechem. Z czasem robótki ręczne stały się nie tylko pasją, ale też sposobem na życie.

Ania najczęściej działa intuicyjnie, pod wpływem chwili. Gdy bierze do ręki włóczkę, wszystko inne cichnie - zostają

rytm oczek, faktura materiału i kolory, które same ją prowadzą. Z biegiem lat do dziergania dołączyły inne pasje: fotografia, bieganie i codzienne zachwyty nad przyrodą. To właśnie podczas takich chwil - na łące, w lesie, przy polnej drodze - Anna znajduje pomysły na swoje projekty.

Robi zdjęcia kwiatów, gałęzi, kałuż, a później zamienia je w niepowtarzalne plecaki, swetry i czapki. Z tych wszystkich doświadczeń, obserwacji i wewnętrznej potrzeby powstała marka Honotoo - nazwa przewrotna, trochę z przymrużeniem oka, która dobrze oddaje jej styl i poczucie humoru.

Dziergane z wyobraźni

Twórczość Anny jest niepowtarzalna. Każdy przedmiot, który wychodzi spod jej rąk, ma swoją historię i powstaje w zupełnie inny sposób. Ania nie korzysta z gotowych wzorów i nie powtarza projektów.

- Nie umiem zrobić dwóch rzeczy identycznie. Wszystko dzieje się naturalnie, intuicyjnie. Coś się we mnie uruchamia i wiem, że właśnie to mam stworzyć - mówi.

Inspiracje czerpie

z codziennych obserwacji, zwłaszcza z przyrody.

- Czasem coś mi się przyśni, innym razem wystarczy, że zobaczę cień, kolor nieba albo liść leżący na wodzie. I od razu wiem: z tego będzie czapka, golf albo plecak - tłumaczy.

Przedmioty Anny mają swój charakter. Jedna czapka jest zadziorna, inna spokojna, jeszcze inna trochę szalona. Swetry nierzadko przypominają ilustracje z książek dla dzieci: są kolorowe, miękkie, fantazyjne.

- Każda rzecz, którą robię, ma w sobie emocje. To się po prostu czuje - podkreśla.

Literatura ziemi

Szczególne miejsce w twórczości Anny zajmują plecaki, które zdobi autorskimi fotografiami natury.

- To moja prywatna „literatura ziemi” - mówi. - Każde zdjęcie to opowieść, chwila, nastrojowa fraza. Jeśli uchwycisz kałużę w odpowiednim świetle, przestaje być kałużą, staje się światłem równoległym - tłumaczy.

Fotografie wykonuje podczas spacerów, wypraw rowerowych i codziennych obserwacji, najczęściej na leśnych ścieżkach, łąkach i polnych drogach. Z tych zatrzymanych obra-

zów powstają ręcznie szyte plecaki, wykonane z włóczki, zszywane z dbałością o każdy detal.

- Gdy zobaczę jakąś włóczkę, od razu wiem, jaki plecak z niej powstanie. Wszystko musi pasować. Musi ze sobą zagrać - podkreśla Ania.

Plecaki trafiają do bliskich, klientów i miłośników natury. Jeden z nich, ozdobiony zdjęciem kwiatów cykorii podróżnika, podarowała Beacie Pawlikowskiej.

- To był zaszczyt. Chciałam, żeby coś mojego też z nią podróżowało. Cykoria to kwiat ludzi w drodze. Trochę zapomniany, a przecież piękny - dodaje.

Patrycja Trzepiecińska



INFO

Włóczka wraca do łask

Dzierganie i szydełkowanie to jedno z najstarszych technik rękodzielniczych, które dziś zyskują drugie życie. Coraz więcej osób sięga po włóczkę, by zwolnić tempo, oderwać się od codzienności i twórczo spędzić czas. Ręcznie wykonane rzeczy - choć czasochłonne - są unikatowe, trwałe i pełne osobistego charakteru.



Anna Barańczyk

KURSY WAKACYJNE NA FALI

TOP 5 HITÓW DLA UCZESTNIKÓW

PIERWSZA W POLSCE ZJEŹDŻALNIA VR

A gdyby tak śmignąć ze zjeżdżalni basenowej w goglach VR? Zjazd na pontonie w autonomicznych goglach VR dostarcza wrażeń w aż trzech różnych klimatach, a wyświetlane programy są dostosowane do wymiarów tuby, dzięki czemu obraz idealnie synchronizuje się z tempem ślizgu.

PIERWSZA W POLSCE ATRAKCJA AQUA BATTLE

Bitwa na skuterach wodnych wyposażonych w armatki i zderzaki-pontony. Wodna strzelanina odbywa się w specjalnie przystosowanym, 150-metrowym basenie. Podobną atrakcję oferują na razie wyłącznie zagraniczne parki, m.in. w Wielkiej Brytanii i USA.



Park FALA

UNE

W
KÓW

19 ZJEŹDŹALNI

Zarówno w plenerze, jak i wewnątrz strefy basenowej znajdziemy łącznie 19 zjeżdżalni o zróżnicowanym poziomie trudności.

EKSTREMALNE ZJEŹDŹALNIE KAMIKAZE I BANZAI

Na prawdziwych twardzieli czekają zaś zjeżdżalnie Banzai z zapadnią w podłodze oraz najszybsza w kraju Kamikaze z punktem startowym na wysokości szóstego piętra w bloku. Prędkość? Nawet 30 km/h!



VOUCHERY I EXTRA WYJŚCIA DO ORIENTARIUM ZOO ŁÓDŹ, HOPA LUPA, PARKU TRAMPOLIN SALTOS

Uczestnicy kursów m.in. odwiedzą Orientarium Zoo Łódź, poskaczą w parku trampolin Saltos i wyszaleją się w kultowym centrum rozrywki Hopa Lupa.

ZAPISZ DZIECKO

AQUAPARK.LODZ.PL

605 679 676

Nie tylko w wakacje

TAJNIKI KREMOWANIA

Choć kremy z filtrem przeciwsłonecznym z reguły kojarzą się z letnimi wyjazdami i plażowaniem, w rzeczywistości powinny być elementem codziennej pielęgnacji – niezależnie od pory roku czy pogody. Promieniowanie UV działa na skórę przez cały rok i jest głównym winowajcą jej przedwczesnego starzenia się, powstawania przebarwień oraz rozwoju nowotworów skóry.

Są dwa typy promieniowania słonecznego: UVA i UVB. Promienie UVA głęboko wnikają w skórę – docierając aż do skóry właściwej, przyspieszają procesy starzenia i mogą wywołać reakcje alergiczne. UVB odpowiadają natomiast za oparzenia słoneczne i zwiększają ryzyko nowotworów. Aby zapobiec niepożądanym skutkom przebywania na słońcu, należy stosować kremy z fil-

trem SPF (Sun Protection Factor). O czym pamiętać, wybierając taki produkt ze sklepowej półki?

Pełne spektrum ochrony

Podczas zakupów zwróć uwagę na to, by krem chronił przed obydwojema rodzajami promieniowania ultrafioletowego. Informację znajdziesz na opakowaniu. Drugim istotnym czynnikiem jest

wartość SPF – im wyższa, tym większa ochrona. W codziennej pielęgnacji warto sięgać po SPF 30 lub 50, zwłaszcza jeśli dużo przebywasz na zewnątrz. Kluczowa jest też regularność: krem należy nakładać na skórę codziennie rano, a w ciągu dnia – szczególnie latem – dodatkowo co 2-3 godziny, zwłaszcza po spoceniu się czy kąpeli.

Filtr chemiczny czy fizyczny?

Na rynku są dostępne kremy z filtrami chemicznymi, które pochłaniają promienie słoneczne, oraz fizycznymi (nazywa się je też mineralnymi), które je odbijają. Filtry chemiczne nie pozostawiają na skórze białego śladu, dzięki czemu są często wybierane jako krem pod makijaż. Filtry fizyczne są zaś polecane osobom o wrażliwej skórze oraz dzieciom – dzie-

ki temu, że nie wnikają w głąb naskórka, są mniej skłonne do wywoływania podrażnień. Nowoczesne formuły coraz rzadziej pozostawiają białą warstwę na skórze, co czyni ich stosowanie bardziej komfortowym.

Nie tylko twarz

Warto pamiętać, że ochrona przeciwsłoneczna powinna obejmować nie tylko twarz, ale też inne odkryte partie ciała: szyję, dekolt, uszy czy dłonie. Ze względu na to, że w codziennej pielęgnacji najczęściej uwagi poświęcamy cerze, często zapominamy o innych częściach ciała. Jeśli więc wybierasz się na przejażdżkę rowerową czy spacer i zamierzasz mieć odkryte ręce lub nogi, również posmaruj je kremem z filtrem. Pamiętaj, że to rytuał dobry nie tylko dla urody, ale przede wszystkim dla zdrowia!

Alup

PAMIĘTAJ

Z uwagi na specyfikę działania filtrów chemicznych zaleca się nakładanie ich na skórę ok. 15-30 minut przed ekspozycją na słońce, aby w tym czasie mogły się wchłoniąć.



BĘDZIE ŁADNIEJ W PRZYCHODNI

Miejskie Centrum Medyczne „Widzew” modernizuje swoją placówkę przy al. Piłsudskiego 157 – pomieszczenia poradni Podstawowej Opieki Zdrowotnej. Remont ma zakończyć się już we wrześniu.

Zakres robót obejmuje gruntowną modernizację gabinetów lekarskich oraz korytarza poradni. Przestrzeń wspólna,

z których korzystają pacjenci – w tym dzieci i ich opiekunowie – zyskają nowoczesny wygląd i funkcjonalność. Modernizacji zostaną poddane również gabinety zabiegowo-diagnostyczne oraz punkt szczepień.

Investycja jest finansowana ze środków własnych Miejskiego Centrum Medycznego „Widzew”. To niejedyna inwestycja zrealizowana ostatnio w tej lokalizacji. W maju

tego roku zakończyła się rozbudowa systemu klimatyzacji, dzięki której w gabinetach lekarskich oraz pomieszczeniach administracyjnych zamontowano dodatkowe urządzenia chłodzące.

MA



**KALENDARZ
PYLENIA**

**Pierwsza
połowa
SIERPNI**



Masz alergię? Sprawdź, co właśnie pyli w Łodzi i okolicach!

Pierwsza połowa sierpnia

To moment, gdy w kalendarzu pylenia dominuje bylica. Podczas gdy jej obecność w powietrzu jest największa, pylenie komosy i babki powoli słabnie (nadal może jednak powodować objawy). Wilgotne dni sprzyjają wzrostowi stężenia zarodników grzybów – osoby uczulone mogą zauważyć wówczas pogorszenie samopoczucia.

Alup

HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Retrogradacja Saturna każe skupić się na domu i obowiązkach rodzinnych. Pełnia w Wodniku oświetla komunikację i planowanie.
Szczęśliwy dzień: sobota.

Wodnik (20.01-18.02)

Pełnia w waszym znaku przynosi przełom i nowe wizje. Saturn w retrogradacji wymaga porządku w finansach – działajcie krok po kroku.
Szczęśliwy dzień: sobota.

Ryby (19.02-20.03)

Retrogradacja Neptuna sprzyja introspekcji, ale ostrzega przed iluzjami. Pełnia w Wodniku porządkuje sprawy wartości i finansów.
Szczęśliwy dzień: czwartek.

Baran (21.03-19.04)

Merkury w retrogradacji (do 10 sierpnia) i Saturn w retrogradacji w waszym znaku wymuszają cierpliwość i ostrożność w komunikacji. Pełnia w Wodniku (9 sierpnia) sprzyja kreatywności. Uważajcie tego dnia na konflikty (Mars w opozycji do Neptuna).
Szczęśliwy dzień: wtorek.

Byk (20.04-20.05)

Wenus w Raku wspiera dom i relacje, a jej koniunkcja z Jowiszem (12 sierpnia) zwiastuje obfitość. Merkury w retrogradacji wciąż wymaga dokładności w finansach.
Szczęśliwy dzień: piątek.

Bliznięta (21.05-20.06)

Merkury retro utrudnia komunikację, ale od 11 sierpnia poczujecie ulgę. Pełnia w Wodniku ożywia sferę finansów i wspólnych zobowiązań.
Szczęśliwy dzień: środa.

Rak (21.06-22.07)

Wenus w waszym znaku sprzyja miłości i rodzinie. Pełnia w Wodniku podkreśla kwestie wspólnych zasobów – czas na porządku w finansach.
Szczęśliwy dzień: poniedziałek.

Lew (23.07-22.08)

Merkury w retrogradacji spowalnia plany, ale pełnia w Wodniku przynosi jasność w relacjach i przyjaźniach. Mars dodaje wam odwagi od 6 sierpnia.
Szczęśliwy dzień: niedziela.

Panna (23.08-22.09)

Pełnia w Wodniku uwpukla karierę i nowe cele. Merkury w retrogradacji wymaga precyzji w pracy i analiz. To dobre dni na porządki i planowanie.
Szczęśliwy dzień: środa.

Waga (23.09-22.10)

Mars wchodzi do waszego znaku, dodając energii. Retrogradacja Saturna przypomina o zobowiązaniach w relacjach. Uwaga na nieporozumienia 9 sierpnia.
Szczęśliwy dzień: piątek.

Skorpion (23.10-22.11)

Saturn w retrogradacji wymaga ostrożności finansowej. Mars ujawnia ukryte napięcia – unikajcie konfliktów i intryg.
Szczęśliwy dzień: wtorek.

Strzelec (23.11-21.12)

Jowisz w Raku sprzyja finansom i kreatywności. Mars pobudza karierę, a pełnia w Wodniku inspirowa do nowych kontaktów.
Szczęśliwy dzień: czwartek.

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach **od 4 sierpnia 2025 r. do 25 sierpnia 2025 r.** wywieszane będą na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczone na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykazy:

I. nieruchomości stanowiących własność Miasta Łodzi, położonych w Łodzi przy:

1. **ul. Osobliwej 9**, działka nr 33/1 w obrębie G-27, pow. 527 m²,
2. **ul. gen. Jarosława Dąbrowskiego 184A**, 194A, 196 i **ul. gen. Jarosława Dąbrowskiego bez numeru**, działki nr: 205/5, 46/2, 217/129, 208, 217/117, 217/119, 217/121, 217/123, 217/125, 50/3 i 217/127 w obrębie G-7, łączna pow. 10 961 m²,
3. **ul. Bronowej 4**, działka nr 375/1 w obrębie P-5, pow. 1 084 m²,

przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu;

II. nieruchomości, w której udział Miasta Łodzi przeznaczony jest do sprzedaży, położonej w Łodzi przy:

1. **ul. Paderewskiego 61**, działka nr 30 w obrębie G-13, pow. 468 m².



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach **od 4 sierpnia 2025 r. do 25 sierpnia 2025 r.** będzie wywieszony 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:

- nieruchomości gruntowych położonych w Łodzi przy **ul. Aleksandrowskiej bez numeru**, oznaczonych jako działki ewidencyjne nr: 74/8 o pow. 567 m², 74/9 o pow. 105 m², 75/11 o pow. 569 m² i 75/12 o pow. 104 m² w obrębie B-35 oraz
- nieruchomości lokalowej mieszkalnej numer 4, o pow. 43,47 m², położonej w Łodzi przy **ul. Tuwima 25** w budynku posadowionym na działkach ewidencyjnych nr: 297/5 i 297/6 w obrębie S-6, przeznaczonych do zbycia w drodze zamiany.



Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce
SERII KRZYŻÓWEK Z KORONĄ



Raper z Kielc	Piaf, piosenkarka	Jeleń z gór Azji	Obrońca na boisku	Usynowienie sieroty	Element fortyfikacji stałej lub ostoja	Nabrzmienie tkanek ciała	Zona Abrahama	Pecet, laptop potocznie	Samolot ze skrzydłami	Uraza dawniej			
Żeglarz ze wschodnich bałni	18	Przypadek, zbieg okoliczności	Podróż statkiem	Model Poloneza	Poprawka fotografii	Faza snu	2	... Saudyjska, państwo	Imię Zegadłowicza	Trzonek, rączka narzędzia	Jedna, z tych co szumiały na gór szczytce		
Wysunięcia wahadła	Popularny wybielacz	Jeden z głównych bogów hinduizmu	Zespół z Gadowskim	Maur z tragedii Szekspira	6	14	13	Tacka na hostię	12	21	Fason ubioru		
Szachy impas	4	Wiązka kwiatów, bukiet	5	10	Tobogan goprowców	17	20	Okrycie wierzchnie	Rzym inaczej	7	1	9	
Grubsze od papierosa	3	3	3	3	3	3	3	Miękki ser pleśniowy	16	Np. snooker	8	Przeciwnieństwo góry	8
								Grecja dla Rzymian					

Rozwiązaniem jest tytuł przysłówia.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21

Długa spódnica	Następca Mojżesza	9	Przychylność dawniej	1 dag	Zakaz importu lub eksportu	Dowódcy armii z czasów Polski szlacheckiej	Z niego odbieramy przesyłki	18	Gatunek muzyki	Szkic literacki	Instrument strunowy	Afrykańskie zarosła			
1	Żartobliwość o Francuzie	Czar. wdzięk	"Side Story"	19	Słup na żaglowcu	Mieszkańka Egiptu lub Libii	3	Domki w pasiece	Leonid, żeglarz na "Opty"	12	5	Fragment tekstu	Joanna dla bliskich	Bullock, aktorka	Element elektroniczny
Sprzęt drogówki	Mieszkowy żołnierz	Indianin z Ameryki Środkowej	Cyganka z "Manru"	Klub Arkadiusza Milika	Follett, pisarz	13	13	Wielkie miasto nad Bosforem	Zdrzajca z ewangelii	10	14	Dawne miasto	4		
Wierzba z kotkami	Państwo w południowej Afryce, bez dostępu do morza	11	11	11	Gra mieszana w tenisie	16	16	Szata muzulmanki	Marka kosmetyków	"Pot" na liściach	2	7	7	7	4
Zniewaga	15	15	15	15	Ogół pojazdów w firmie	16	16	Były brytyjskie monety	11	Wróżba, przepowiednia	15	15	15	15	15
								Kraj koło USA							

Rozwiązaniem jest przysłówie.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20



Sięgnij po krzyżówkę serii

KORONA

„Krzyżówki z Koroną”
DOSKONAŁE O KAŻDEJ PORZE ROKU

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



TU NAS ZNAJDZIESZ

kolportaz@biblioteka.lodz.pl

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

W PONIEDZIAŁKI, ŚRODY I PIĄTKI

DARMOWA GAZETA „ŁÓDŹ.PL“ JEST DOSTĘPNA W MIEJSCACH:

- Wszystkie **FILIE BIBLIOTEKI MIEJSKIEJ**
- Sprawdź adresy na WWW.BIBLIOTEKA.LODZ.PL
- MIEJSKIE CENTRA MEDYCZNE**
- Lokalizacje **URZĘDU MIASTA ŁÓDZI**
- Filie **MIEJSKIEJ STREFY KULTURY**
- OGRÓD BOTANICZNY/PALMIARNIA**
- ORIENTARIUM**
- AQUAPARK FAŁA**
- WODNY RAJ**
- Wybrane sklepy **DELIKATESY MIĘSNE GROT**
- Wszystkie sklepy sieci **NETTO** w Łodzi

- Większość **DOMÓW POMOCY SPOŁ.**
- CAFFE PRZY ULICY**
- Cukiernie DYBAŁSKI**
- RYNKI** na terenie miasta
- Wybrane lokalizacje **Zakładu Piekarsko-Cukierniczego PIEKARENKA**
- PRZYSTANKI KOMUNIKACJI MIEJSKIEJ** przy głównych arteriach miasta
- Tereny **SPÓŁDZIELNI MIESZKANIOWYCH**
- MANUFAKTURA**
- W części sieci **GAMA**
- Siedziba **ŁSI, MPO i GOŚ**

- E.LECLERC** sklep i stacja benzynowa
- CARREFOUR** Zarzewska
- CH JAGIENKA**
- KWADRACIAK** Inowrocławska/Żubardzka
- DJ-MAR** Turnie 1
- Wiele **SKLEPÓW SPOŻYWCZYCH**
- Z PIECA RODEM** na terenie Łodzi
- W biurach: **BIUROWIEC** Piotrkowska 270
- BRAMA MIASTA 1 i 2** Kilińskiego 66, **ORION Business Tower** Sienkiewicza 85/87, **CENTRUM BIZNESU** Piłsudskiego, **TEXTRIAL PARK** Fabryczna 17, **CENTRUM BIZNESOWE** Milionowa 21, **CENTRUM BIZNESOWE** Kościuszki 80/82, **CENTRUM DOWBORCZYKÓW** Dowborczyków 30/34, **CENTRUM BIZNESOWE FAKTORIA** Dowborczyków 25,

TEO PARK Wersalska 47, **STARA DRUKARNIA** Gdańska 130, **BIUROWIEC** Politechniki 22/24, **URBANICA** Wróblewskiego 18, **Biuro COTTON HOUSE** Sterlinga 27/29, **STERLINGA BUSINESS CENTER** Sterlinga 8A, **CENTRUM ŻWIRKI** Żwirki 17, **NOWA FABRYCZNA** Składowa 35, **BIPRO-BUMAR** Nawrot 114, **BUSINESS HOUSE** Gdańska 45/47, Żeligowskiego 6, Żeligowskiego 8/10, **UNIVERSITY BUSINESS PARK** Wólczańska 180/182, **TME** Rozalii 10, **Real Development Group** Traktorowa 126, **HYCOM** Piramowicza 11/13, **PELION S.A.** Zbąszyńska 3, **ATLAS** Kilińskiego 2, **EKO VIT** Techniczna 16/18, **REDAN** Żniwna 10/14, **HAMMERMED MEDICAL POLSKA** Kopcińskiego 69/71, **BUDOMAL 360** Bartoka 24 oraz w wielu innych punktach

MATERIAŁ PARTNERSKI

EKSPERT
TOYA POLECA

POLSAT
poniedziałek, 4.08, godz. 19:55

DZIEŃ NIEPODLEGŁOŚCI

Tydzień hitów filmowych w telewizji zaczynamy z wielkim hukiem – polecamy trwający aż dwie i pół godziny film „Dzień Niepodległości”. Niezwykle widowiskowy, nagrodzony Oscarem za efekty spe-



cialne, wyreżyserowany przez specjalistę od kina science fiction, Rolanda Emmericha. Obraz był jednym z największych kasowych przebojów lat 90. XX w. Przybysze z kosmosu atakują Nowy Jork. Wśród dzielnych obrońców są prezydent USA, Whitmore i bohaterki pilot Steven Hiller – w tej roli Will Smith.

POLSAT
wtorek, 5.08, godz. 19:55

47 RONINÓW

Loyalność i poczucie głębokiej więzi ze swoim przywódcą, której nie przerywa nawet śmierć, to główny wątek filmu kostiumowego „47 roninów”. Japonia, początek XVIII w. Na skutek intrygi pan Asano (Min Tanaka) zostaje skazany na śmierć. Rok później posłuszni mu samurajowie pod wodzą Oishiego (Hiroyuki Sanada) postanawiają pomścić swojego mentora. Pomaga im tajemniczy Kai (Keanu Reeves), pół Japończyk, pół Brytyjczyk, który dorastał na dworze. Wspólnymi siłami realizują plan odwetu.



TVN
wtorek, 5.08, godz. 20:55

STARCIE TYTANÓW



Trwają wakacje, ale możemy odświeżyć sobie szkolne lektury, oglądając film „Starcie tytanów”. Mieszkańcy Argos buntują się przeciw bogom. Mściwy Hades (Ralph Fiennes) zabija wielu ludzi, w tym przybranych rodziców półboga Perseusza (Sam Worthington). Stawia też ludziom ultimatum: złożą w ofierze księżniczkę Andromedę (Alexa Davalos) albo ich miasto zostanie zniszczone. Jej ojciec organizuje grupę śmiałków, która ma powstrzymać okrutnego boga.

HIT
w TV

EKSTRAKLASA

REHABILITACJA

Tak się trzeba rehabilitować. Po nieudanym meczu w Białymstoku Widzew Łódź pewnie pokonał GKS Katowice. Warto zaznaczyć, że debiut na zero z tyłu zaliczył bramkarz Maciej Kikolski.

Po porażce w Białymstoku trener Żeljko Sopić zdecydował się na zmianę w bramce. Rafała Gikiewicza zastąpił Maciej Kikolski. W obu zespołach sporo mówiło się o sportowej złości. Pierwsze kilkanaście minut wskazywało na to, że bardziej zli są przyjezdni z Katowic. Aż do 18. minuty. Samuel Akere świetnie obsłużył podaniem Juljana Shehu, Albańczyk dośrodkował wprost na głowę Sebastiana Bergiera, a były napastnik GieKSy bez problemu umieścił piłkę w siatce. Od tego momentu karta się odwróciła. Widzewiści byli częściej przy piłce i groźniej atakowali. Podopieczni Rafała Góraka musieli



Fran Álvarez

przeprosowo pomagał sobie ręką. Podbudowani kontrowersyjną decyzją arbitra katowiczanie szukali swoich szans, ale duet defensorów Visus-

Tabela na 3.08.2025, godz. 20:15

EKSTRAKLASA	M	G	PKT
1. Wisła Płock	3	6:1	9
2. Radomiak Radom	3	9:3	7
3. Cracovia	3	8:3	7
4. Widzew Łódź	3	6:3	6
5. Górnik Zabrze	3	4:3	6
6. Lech Poznań	3	7:8	6
7. B-B Termalica Nieciecza	3	5:3	4
8. Pogoń Szczecin	3	6:7	4
9. Legia Warszawa	1	2:0	3
10. Raków Częstochowa	3	3:5	3
11. Motor Lublin	2	2:4	3
12. Jagiellonia Białystok	2	3:6	3
13. Zagłębie Lubin	3	3:4	2
14. Arka Gdynia	2	1:2	1
15. GKS Katowice	3	2:6	1
16. Korona Kielce	3	1:5	1
17. Piast Gliwice	1	0:3	0
18. Lechia Gdańsk	3	6:8	-4

MISTRZ PUCHARY SPADEK

cofnąć się do naprawde głębokiej obrony i momentami niemal całą jedenastką gnieździć się we własnym polu karnym. Mimo to potrafili stworzyć groźną sytuację. Co prawda jej fundamentem był błąd Kikolskiego, ale nie zmienia to faktu, że pod bramką gospodarzy mocno się zagotowało. Finalnie w pierwszej części gry więcej bramek nie oglądaliśmy.

Golleada w końcówce

Po zmianie stron Widzew zaczął bardzo mocno, od

bramki Shehu. Po analizie VAR została jednak odwołana, gdyż sędzia uznał, że pomocnik nie



WIDZEW ŁÓDŹ

EKSTRAKLASA
3. KOLEJKA

3:0



GKS KATOWICE

- Bergier 18'
- Kowalczyk (0.6) 87'
- Álvarez 90'

WIDZEW

Kikolski – Kozłowski (46' Gallapeni), Żyro, Visus, Krajewski – Selahi (80' Hanousek), Shehu, Álvarez – Fornalczyk (69' Baena), Akere (90' Klu-kowski) – Bergier (69' Czyż)

Żyro był wyjątkowo dobrze dysponowany. Dwie fantastyczne szanse mieli gospodarze. Najpierw z dystansu uderzał Shehu, a nieco później głową z bliskiej odległości Gallapeni, ale dwukrotnie kapitalnie interweniował Dawid Kudła. Przy wyniku 1:0 końcówka mogła być bardzo nerwowa. Sytuację postanowił uspokoić człowiek z 10 na plecach. W 87. minucie w pole karne wpadł Fran Álvarez, niefortunnie interweniował Mateusz Kowalczyk i wbił piłkę do własnej siatki. Ten wynik szybko się zmienił. Po hiszpańskiej akcji Baena-Álvarez ten drugi już bez pomocy rywala zdobył gola. Kilka minut później arbiter Bartosz Frankowski zakończył mecz. PB



I LIGA

3. KOLEJKA

ŁKS ŁÓDŹ

5:0

POLONIA BYTOM

- Krykun 41'
- Hinokio 56'
- Piasecki 69'
- Piasecki 73'
- Balić 86'

Jak rehabilitować się za blamaż, to właśnie tak! ŁKS Łódź w meczu 3. kolejki Betclic 1. Ligi rozbił przed własną publicznością Polonię Bytom 5:0. Łodzianie nie mieli dla beniaminka litości i w drugiej połowie zagraли jak najlepsza orkiestra.

Po zeszlotygodniowym blamażu w Krakowie ŁKS Łódź przed własną publicznością chciał dać kibicom powody do radości i już od pierwszej minuty ruszył do ataku. Łodzianie długo prowadzili grę, zamykając rywali w ich polu karnym, ale z biegiem czasu napór słabł. Zaczęli korzystać z tego goście, którzy jednak nie byli w stanie zagrozić Aleksandrowi Bobkowi.

Na otwarcie worka z bramkami kibice Biało-Czerwono-Białych musieli czekać aż do końca pierwszej połowy. Remedium okazał się niezawodny centrostrzał, którym Axela Holewińskiego z prawego skrzydła poczęstował Serhij Krykun.

Koncert w drugiej połowie

Prawdziwą kanonadę strzelecką przyniosła jednak druga połowa. Rozpoczął ją Koki Hinokio, który wykorzystał idealne podanie ruszył do ataku. Łodzianie długo prowadzili grę, zamykając rywali w ich polu karnym, ale z biegiem czasu napór słabł. Zaczęli korzystać z tego goście, którzy jednak nie byli w stanie zagrozić Aleksandrowi Bobkowi.

Uradowany Fabian Piasecki po zdobyciu bramki dla ŁKS-u

minuty później, jakby od niechcenia, odpalił rakiety z okolic 20. metra. Piłka poleciała wprost w okienko i przełamując po drodze ręce bramkarza, zatrzepotała w siatce. Po czwartej bramce tempo meczu delikatnie spadło, ale nie oznaczało to końca strzelania. Holewiński piąty raz do siatki musiał sięgać po strzałę Huseina Balicia, który z bliska dobijał uderzenie Mateusza Lewandowskiego. Austriak tym samym ustalił wynik meczu na 5:0.

W następnej kolejce ŁKS Łódź uda się do Głogowa, gdzie w sobotę (9 sierpnia) zagra z tamtejszym Chrobrym.

Mateusz Dęderski

ŁKS

Bobek – Löffelsend, Rudol, Crăciun, Głowacki (Książek 19') – Kupeczak, Ernst (Wysokiński 67') – Krykun, Hinokio (Szczepański 82'), Młynarczyk (Balić 67') – Piasecki (Lewandowski 82')

I LIGA

Tabela na 3.08.2025, godz. 19:30

I LIGA	M	G	PKT
1. Pogoń Grodzisk Mazowiecki	3	7:2	7
2. Wiczyzta Kraków	3	7:2	7
3. Wisła Kraków	2	9:0	6
4. GKS Tychy	2	6:4	6
5. ŁKS Łódź	3	6:5	6
6. Polonia Bytom	3	4:5	6
7. Odra Opole	3	3:4	6
8. Chrobry Głogów	3	5:3	4
9. Śląsk Wrocław	3	5:4	4
10. Polonia Warszawa	3	5:4	4
11. Stal Rzeszów	3	5:5	4
12. Ruch Chorzów	3	4:5	4
13. Stal Mielec	3	6:11	3
14. Puszcza Niepotomice	2	2:2	2
15. Pogoń Siedlce	3	2:4	1
16. Górnik Łęczna	2	1:5	0
17. Znicz Pruszków	3	4:10	0
18. Miedź Legnica	3	4:10	0

AWANS BARAŻE SPADEK

Pierwszą bramkę dla ŁKS-u strzelił Serhij Krykun

PLAYERS CHAMPIONSHIP 22

NAJWIĘKSZY SUKCES

Sebastian Białecki sięgnął po swoje pierwsze trofeum w darterskiej karierze. Łodzianin wygrał turniej Players Championship 22 rozgrywany w niemieckim Hildesheimie, dzięki czemu zaliczył spory awans w światowym rankingu.

Sebastian Białecki to zaledwie 22-letni darter, który jest uważany za przyszłość tego sportu w naszym kra-

ju. Łodzianin rywalizował już na mistrzostwach świata, ale jego największym osiągnięciem była, jak dotąd, 1/8 finału turniejów z serii Players Championship. W Hildesheimie ten wynik poprawił. Łodzianin od początku turnieju nie miał łatwej przeprawy. Białecki rozegrał siedem meczów i tylko w jednym mógł mówić

o spokoju, w 2. rundzie, kiedy mierzył się z Anglikiem Adamem Paxtonem i wygrał 6-2. Pozostałe spotkania rozstrzygały pojedyncze wygrane legi, a więc pojedyncze rywalizacje przy tarczy. Najtrudniejsze zadanie czekało na Polaka w półfinale – pojedynek z 15. w światowym rankingu Dannym Noppertem. Holender po-

wadził już 3:0, ale Białecki odwrócił wynik i wygrał 7:5.

Duży awans w rankingu

Zwycięstwo w turnieju oznacza dla łodzianina 15 tysięcy funtów i ogromny skok w rankingu. Białecki przesunął się aż o 30 pozycji i plasując się obecnie

na 59. lokacie, jest drugim najlepszym Polakiem w stawce.

Mateusz Dęderski
FOT. ŁÓDŹ.PL



UNIWERSJADA

POBIEGLI PO ZŁOTO

Tegoroczna letnia Uniwersjada w Niemczech okazała się udana dla sportowców AZS-u Łódź. Maksymilian Szwed i Wiktor Wróbel wybiegali złoty medal w sztafecie 4x400 metrów, a drugi z nich dokończył także złoto w sztafecie mieszanej.



Zawody spod szyldu Uniwersjady to zmagania reprezentacji zrzeszonych w Międzynarodowej Federacji Sportu Akademickiego. W tym roku letnia rywalizacja odbywała się w Niemczech, a Polskę reprezentowało 228 sportowców, którzy walczyli w 15 dyscyplinach. Biało-Czerwoni zmagania zakończyli z dorobkiem 24 medali, a dwa z nich były zasługą studentów z Łodzi: Maksymiliana



Szweda i Wiktora Wróbla z Politechniki Łódzkiej.

AZS Łódź

ze złotymi medalami Łódzcy studenci wybiegli na bieźnię ostatniego dnia zawodów, rywalizując w sztafecie 4x400 metrów. Maksymilian Szwed, jako lider naszej

reprezentacji, biegł na ostatniej zmianie i sprostął niełatwemu zadaniu. Blisko dogonienia naszego reprezentanta byli w pewnym momencie Turcy i Węgrzy, ale Szwed wytrzymał tempo wyścigu i wpadł na metę z fantastycznym czasem 3:03.64.

Złoty medal wywalczyła także sztafeta mieszana, w której znalazł się Wiktor Wróbel. Sukcesy łódzkich studentów to także sukcesy AZS-u Łódź, którego barwy reprezentowali obaj biegacze.

Mateusz Dęderski
FOT. ŁÓDŹ.PL, MAT. PRAS.



W polskiej zbiorowej myśli sportowej istnieje instytucja zwycięskiego remisu. Od dzisiaj w świadomości kibiców Orła Łódź zapisze się przegrany remis – bo tak należy rozpatrywać to, co stało się w meczu z PSZ-em Poznań.

PRZEGRANY REMIS

Głód i wola walki u żużlowców z Łodzi były widoczne gołym okiem. Już od początku robili wszystko, żeby zbudować sobie przewagę. Od drugiego biegu prowadzili. Kapitalne zawody miał Mikkel Andersen, który do mety przywiózł 13 oczek. Starali mu się towarzyszyć Václav Milík, który wpadł do składu na godzinę przed startem zawodów, oraz Andreas Lyager. Przed biegami nominowanymi łodzianie mieli sześć punktów przewagi. Wydawało się, że tyle

wystarczy, żeby ten mecz wygrać. Jak się okazało, nie. Bieg 14 poznaniacy wygrali 5:1. W ostatnim starcie mieli powalczyc Robert Chmiel i Andreas Lyager. Ten pierwszy nie dostarczył punktów, ten drugi na metry przed metą uratował remis w spotkaniu. Przyjeźdźni nie dość, że zdobyli punkt, to jeszcze zgarnęli punkt bonusowy. Ostatni mecz w sezonie zasadniczym Orzeł pojedzie 10 sierpnia. Rywalem będzie Polonia Bydgoszcz.

PB

FOT. MAT. PRAS.



ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

22°C

Imieniny
obchodzą:
Alfred, Dominik,
Andrzej, Henryk,
Jan, Maria

04.08



WTOREK

23°C

Imieniny
obchodzą:
Jonasz, Stanisława,
Abel, Cyriak,
Emil, Oswald

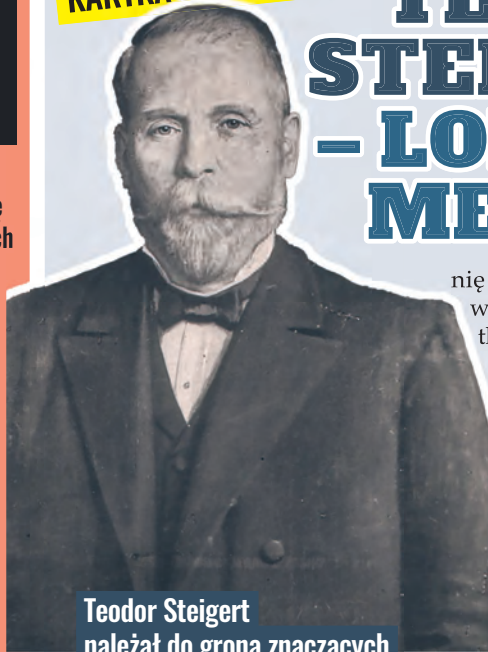
05.08

Rodzinne
miastoROK
WŁADYSŁAWA
REYMONTAMISTRZ
WAJDATwórcy filmowej wersji „Ziemi
obiecanej” z 1975 r. nie uda się
przedstawić szerzej w krótkich
notkach, bo stoi za nim ogromny

dobro artystyczny i kilka epok polskiego kina. Przypomnijmy tylko, że Andrzej Wajda, honorowy obywatel miasta Łodzi urodził się 6 marca 1926 r. w Suwałkach. Jego ojciec, oficer Wojska Polskiego, zginął w Katyniu. Mistrz i klasyk rodzimej kinematografii studiował najpierw w Akademii Sztuk Pięknych w Krakowie, ale przede wszystkim był absolwentem wydziału reżyserii łódzkiej Filmówki, i bardzo szybko został uznany za czołowego przedstawiciela tzw. szkoły polskiej. Większość jego obrazów to dzieła uznane, które były wielokrotnie nagradzane na międzynarodowych festiwalach. Zanim Wajda zabrał się za ekranizację „Ziemi obiecanej” miał już na koncie kilka adaptacji dzieł literackich, m.in. „Pokolenie”, „Kanał”, „Popiół i diament”, „Popioły” czy „Wesele”. Nas interesuje jednak powieść Reymonta przeniesiona na ekran. agr

Andrzej Wajda
na fotografii
z czasów studiów
w Szkole Filmowej
w Łodzi

KARTKA Z KALENDARZA

TEODOR
STEIGERT
- ŁODZERMENSCHTeodor Steigert
należał do grona znaczących
łódzkich fabrykantów

5 sierpnia 1849 r. w Łodzi urodził się fabrykant Teodor Steigert.

Uczył się krótko w Niemiecko-Rosyjskiej Szkole Realnej, następnie pracował w tkalni ojca. W 1872 r. założył własną wytwórną barchanów i kortu, obsługiwaną przez kilka ręcznych warsztatów. W 1874 r. przeniósł zakład na ul. Piotrkowską 90. W 1893 r. fabryka miała 50 ręcznych krosien obsługiwanych przez 70 pracowników. W latach 90. wartość produkcji wynosiła 180 tys. rubli. Umożliwiło to Steigertowi budowę kamienicy wg projektu F. Chełmińskiego przy ul. Piotrkowskiej 90. W 1898 r. wybudował przy skrzyżowaniu ulic Przędzalnianej i Milionowej trzypiętrową przedzal-

FOT. ŁODZ.PL, ENVATO ELEMENTS, WIKIPEDIA

nię bawełny, wyposażoną w ogrzewanie oraz oświetlenie zasilane z generatora. Obok powstał również dom dla majstrów tkackich oraz ambulatorium. W 1901 r. tkalnia posiadała 10 tys. wrzecion, wartość produkcji rocznej wynosiła 355 tys. rubli, a zatrudnienie – 200 osób. Dekadę później przedzalnia została powiększona do 15 tys. wrzecion, pracowało tam 600 robotników, a wartość rocznej produkcji przekroczyła 920 tys. rubli. W 1914 r. przekształcono zakład w rodzinną spółkę akcyjną z kapitałem 1,5 mln rubli. Do firmy należały też nieruchomości przy ul. Piotrkowskiej 129 i ul. Mikołajewskiej 37 (ul. Sienkiewicza). Ponadto Steigert wybudował drewnianą willę letniskową w Rudzie-Popioły. Fabrykant działał w wielu organizacjach społecznych i został odznaczony w 1896 r. Orderem św. Stanisława. Zmarł w Łodzi 2 grudnia 1914 r. Został pochowany na Starym Cmentarzu w części ewangelickiej. agr

ŁÓDZKIE GAWĘDY
ROZNIKA
KOŚCIUSZKOWSKA

W październiku 1917 r. w całym kraju obchodzono uroczystości 100. rocznicy śmierci Tadeusza Kościuszki. W Łodzi, podobnie jak w innych miastach, powołano komitet obchodów, na czele którego stanął ks. prałat Wincenty Tymieniecki. Główne uroczystości odbyły się 15 października. Miasto zostało przybrane chorągiewkami w barwach narodowych. Wiele wystaw sklepowych udekorowano portretami naczelnika. W świątyniach wszystkich wyznań odprawiono uroczyste nabożeństwa, a w kościele św. Stanisława Kostki wmurowano tablicę pamiątkową z popiersiem Kościuszki, dłuta Wacława Konopki. W przeddzień rocznicy Teatr Polski przedstawił widowisko „Kościuszkę pod Raławicami”, a w sali koncertowej Vogla przy ul. Dzielnej odbyła się akademія z występami chórów.

Uchwałą Rady Miejskiej ulice Spacerową przemianowano na aleję Kościuski. Postanowiono także, że w przyszłości zostanie tam wzniesiony pomnik naczelnika. W sprzedaży ukazało się popiersie Kościuszki wykonane przez Władysława Czaplińskiego. Niektóre łódzkie gazety wydały specjalne numery w całości poświęcone naczelnikowi insurekcji. Na rynkach Aleksandrowa i Konstantynowa stanęły pomniki Kościuszki ufundowane przez miejscowe społeczeństwo. Mieszkańcy Starych Chojen zamierzali nawet usypać kopiec. Ostatecznie obok zabytkowej kolumny – wzniesionej w 1634 r. przez Jana Mulinowicza u zbiegu ulic Rzgowskiej i Kolumny – ustawiono wielki głaz polny z wrytymi napisami upamiętniającymi raławickich bohaterów: Tadeusza Kościuszkę i Bartosza Głowackiego. agr

Wizerunek Kościuszki widniał
w czasie I wojny na kartkach
żywnościowych w Łodzi

ŁÓDZIANIZMY

TIVOLI
W RYTMIE
MASZYN

Pisaliśmy ostatnio o dawnej eleganckiej restauracji Tivoli przy ul. Przejazd 1 (ul. Tuwima). Natomiast w łódzkim nazewnictwie historycznym funkcjonuje również kompleks przedzalniczy Tivoli przy ul. Wólczańskiej, na rogu Kątnej (Wróblewskiego), którego pierwszym właścicielem był w połowie XIX w. przedsiębiorca z Kalisza, Dawid Lande. Po bankructwie w czasie tzw. kryzysu bawełnianego w 1863 r. sprzedał fabrykę i magazyn Emanuelowi Lohensteinowi, od którego w 1874 r. przejął ją łódzki król bawełny – Karol Scheibler. Potocznie przedzalnię przy ul. Kątnej nazywano „Tivoli”, prawdopodobnie z powodu funkcjonującego kiedyś w pobliżu ogródka piwnego. Dom mieszkalny, a właści-



wie mała willa oraz część zabudowań fabrycznych dawnej przedzalni Tivoli, stoi do dziś, choć jest w nie najlepszym stanie. Jedni zatem bawili się przed wojną w ogródku i salach Tivoli, a robotnicy ciężko pracowali w przedzalni o tej samej nazwie. agr

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie
w środę
6 sierpnia