

# ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

VADEMECUM  
HISTORII ŁÓDZI

strona 7

KIERUNEK: ZŁOTE PLAŻE



# LATO W ŁÓDZI SIĘ NIE KONCZY

PROGRAM IMPREZ NA NAJBLIŻSZE MIESIĄCE **strona 8-9**



## AKTUALNOŚCI

POLSKA-BRAZYLIA  
WIELKI MECZ  
W ATLAS ARENIE

strona 2

## AKTUALNOŚCI

ZIELONE TSUNAMI  
PRZY STAJNI  
JEDNOROZCÓW

strona 3

## MIASTO WSPÓŁTWORZONE

BEZPŁATNE  
SPACERY  
NORDIC WALKING

strona 10

# KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU  
DLA KAŻDEGO

strona 12-13





# POLSKA kontra BRAZYLIA

## WIELKI POJEDYNEK W ATLAS ARENIE

**Siatkarskie emocje wracają do Łodzi! Już 4 września 2025 r. reprezentacje Polski i Brazylii staną naprzeciw siebie w meczu, który poprzedzi mistrzostwa świata. To ostatnia szansa, by zobaczyć naszych mistrzów na żywo przed walką o złoto.**

Zwycięstwo w finale Ligi Narodów potwierdziło, że

biało-czerwoni są w znakomitej formie i należą do światowej czołówki. Teraz czas na kolejne wyzwanie – starcie z Brazylią, jedną z najbardziej utytułowanych drużyn w historii siatkówki. To bardzo ważny mecz, ponieważ będzie ostatnim sprawdzianem Polaków przed Mistrzostwami Świata w Piłce Siatkowej Mężczyzn 2025, które odbędą się w dniach 12–28 września na Filipinach. Polacy jadą tam jako jedni z głównych fawory-

tów do tytułu, a pojedynek z Brazylią to kluczowy etap przygotowań.

TK

### BILETY

Sprzedaż biletów na mecz w Atlas Arenie ruszy 11 sierpnia 2025 r. Szczegółowe informacje zostaną podane wkrótce na stronie [atlasarena.pl](http://atlasarena.pl) oraz w mediach społecznościowych obiektu.



## AFTERPARTY W MONOPOLIS

**Łódź Summer Festival za nami, ale miasto nie zwalnia tempa! W dniach 6–7 września w Monopolis odbędzie się wyjątkowe afterparty po najgorętszym festiwalu tego lata.**

Na sobotni wieczór (6 września) zaplanowano

nastrojowy koncert jazzowy, a przez cały weekend (6 i 7 września) Monopolis zmieni się w przestrzeń pełną atrakcji dla rodzin z dziećmi – w programie m.in. pokazy teatralne, animacje i warsztaty.

red

**Do Biura Rzeczy Znajdionych MPK-Łódź trafia wiele przedmiotów pozostawionych w pojazdach komunikacji miejskiej. Co zrobić, jeśli wysiedliśmy, a nasz plecak już odjechał?**

## Wysiadasz?

### SPRAWDŹ, CZY WSZYSTKO MASZ!

Każdy pojazd zjeżdżający do zajezdni jest dokładnie sprawdzany, a znalezione w nim przedmioty trafiają do Biura Rzeczy Znajdionych w siedzibie MPK-Łódź przy ul. Tramwajowej 6 (czynne od poniedziałku do piątku w godz. 7:00–15:00). Po upływie około trzech tygodni rzeczy są

czy Znajdionych przy ul. Piotrkowskiej 153. Co najczęściej gubią pasażerowie? Są to m.in.: telefony, okulary, dokumenty, klucze i kurtki. Zdarzały się też dość nietypowe rzeczy, jak cymbałki, telewizor, wózek dziecięcy czy... mistrzowski pas bokserki.

PW



## Wszystko o cukrzycy typu 2

**Miejskie Centrum Medyczne „Górna” zaprasza na spotkanie edukacyjne z cyklu Gabinet Promocji Zdrowia, prowadzone przez wykwalifikowany personel pielęgniarski.**

- Metody leczenia
- Rola diety
- Obsługa glukometru

Spotkanie odbędzie się 11 sierpnia 2025 r. w godz. 12:00–14:00 w poradni MCM „Górna”, ul. Felińskiego 7 (II piętro, pokój 205). Wstęp wolny.

MA

Tematem spotkania będzie „Cukrzyca typu 2”:

- Profilaktyka cukrzycy

## Lotnisko idzie po rekord

**Pierwsze półrocze 2025 r. należało do najlepszych w historii lotniska pod względem liczby obsłużonych podróży. Port Lotniczy Łódź odprawił 214 761 osób i wyprzedził lotniska w Szczecinie, Lublinie i Bydgoszczy.**

Statystyki pasażerskie za okres od stycznia do czerwca 2025 r. są lepsze o 10 proc. niż w analogicznym okresie 2024 r. Największym powodzeniem cieszyły się loty regularne do Londynu Stansted i Mediolanu Bergamo, a najpopularniejszym kierunkiem czarterowym była turecka Antalya.

– Tradycyjnie drugie półrocze przynosi lepsze wyniki, więc mamy nadzieję na rekordowy rok, co byłoby pięknym prezentem z okazji 100-lecia naszego lotniska – mówi Robert Makowski, dyrektor handlowy łódzkiego portu lotniczego. Jako ciekawostkę warto dodać, że liczba podróży od stycznia do końca lipca 2025 r. wynosi już ponad 270 tys. To o ponad 10 proc. więcej niż lotnisko obsłużyło w całym 2019 r., czyli ostatnim roku przed pandemią.

WG



**MAŁY LONDYN** Nie trzeba wyjeżdżać z Łodzi, żeby poczuć się jak na zagranicznej wycieczce. Przy ul. Tuwima 31 przechodniów zachwyca kamienica, która wygląda jak przeniesiona prosto z londyńskiej ulicy.

### CIEMNA STRONA MIASTA NA SYGNALE

## ZAGINIONA – ODNALEZIONA

W listopadzie 2024 r. policjanci otrzymali zgłoszenie o zaginięciu 23-latk. Zaniepokojeni znajomi poinformowali, że kobieta od kilku dni nie pojawiła się w pracy i nie nawiązuje z nimi kontaktu. Funkcjonariusze natychmiast rozpoczęli poszukiwania – analizowali zapis z kamer monitoringu, sprawdzali miejsca, w których kobie-

ta mogła przebywać. Pod koniec lipca 2025 r. ustalono adres zaginionej – przebywała poza Łodzią, cała i zdrowa. W rozmowie z funkcjonariuszami przekazała, że zdecydowała się rozpocząć nowe życie i nie chce ujawniać swojego nowego adresu znajomym.

rp

Plac przy kawiarni Starbucks i hotelu Hampton by Hilton zmienia się właśnie w zieloną oazę! Zieleń zastąpi beton także przy pomniku jednorożca. To w sumie niemal 2 tysiące metrów kwadratowych odbetonowanej powierzchni!

Nowy skwer przy hotelu Hampton by Hilton będzie miejscem idealnym do odpoczynku tuż obok głównych arterii w mieście. Rośliny zostaną posadzone na zielonych wyspach, które nie tylko poprawią walory estetyczne okolicy, ale będą również pełnić funkcje ekologiczne, zwiększając bioróżnorodność, poprawiając jakość powietrza i obniżając temperaturę. Oczywiście będą cieszyć platany, lipy, tulipany, czosnki ozdobne, magnolie, perowskia łobodolistna oraz trawy ozdobne.

**Zielona okolica**

To ciąg dalszy zielonych zmian w tej okolicy. Wzdłuż al. Mickiewicza i hotelu Hampton by Hilton jest już 200 mkw. kolorowych rabat. Posadzono tu 18 kwitnących na różowo wiśni Kanzan, miododajną perowskię, rozplenice, pachnące lawendy w odcieniach bieli i fioleto, a także róże okrywowe,

# ZIELONA FAŁA PRZY STAJNI JEDNOROŻCÓW

kosodrzewiny i wisterie. Pomiędzy ulicami Sienkiewicza i Piotrkowską przybyło w tym roku 20 nowych drzew. To także kanzany, które wraz z tymi rosnącymi naprzeciwko Stajni Jednorożców stworzyły różową aleję. Na skrzyżowaniu ul. Piotrkowskiej i al. Mickiewicza powstały nowe rabaty, na których rosną m.in. róże, szalwie, kosówki, czosnki ozdobne, narcyzy, trawy i tawuły, a wzdłuż Stajni Jednorożców w minionych tygodniach posadzono ozdobne trawy oraz uwielbiane przez łodzian czosnki ozdobne. Całość dopełniły barwne szalwie, krwawniki, pachnące lilaki, róże oraz zimozielone irgi. Zamiast betonu jest tu ponad 500 metrów kwadratowych roślin!

JoLu



FOT. ŁÓDZ.PL

## Koniec remontu Puszkina tuż tuż

Prace na ul. Puszkina dobiegają końca. Drogowcy kończą układać nową jezdnię, a wkrótce pojawi się także nowy ciąg pieszo-rowerowy. Tuż obok zostały wyremontowane także dwie mniejsze ulice.

Remont ul. Puszkina rozpoczęły rozbiórki zniszczonej nawierzchni jezdni oraz chodników. Potem drogowcy wymienili nawierzchnię pomiędzy ul. Dostawczą a rondem Sybiraków i wyremontowali perony przystankowe dla autobusów MPK-Łódź. Następnie bliźniacze prace rozpoczęły się pomiędzy ul. Dąbrowskie-

go a ul. Dostawczą, gdzie lada dzień zostaną ułożone ostatnie warstwy nowej nawierzchni. Przed drogowcami już tylko wykonanie oznakowania poziomego jezdni oraz dokończenie budowy ciągu pieszo-rowerowego, który będzie biegł wzdłuż ulicy.

**Nowe oznakowanie**

Do niedawna przez całą długość ul. Puszkina prowadziły trzy pasy ruchu. Teraz się to zmieni. W obrębie przejść dla pieszych jezdnie będzie zwężona do dwóch pasów – gdy przejście bez sygnalizacji świetlnej przecina więcej niż dwa pasy ruchu, wymagają tego przepisy.

**Remonty tuż obok**

Równocześnie z remontem ul. Puszkina zostały zmodernizowane także dwie sąsiednie ulice. Na ul. Technicznej oraz na ul. Manewrowej wymieniono zniszczoną nawierzchnię jezdni oraz wyremontowano perony przystankowe MPK-Łódź

WS



FOT. ŁÓDZ.PL

W ostatnich dniach na ul. Łuczniczej pojawili się drogowcy – to zapowiedź wielkiej metamorfozy, która czeka tę małą ulicę. A to nie koniec zmian na Złotnie. Co już wyremontowano, a co jest w planach na najbliższy czas? Sprawdź szczegóły!

**Łucznicza**

Drogowcy pracują na ul. Łuczniczej, która zostanie w całości przebudowana. Najpierw zajmą się modernizacją sieci podziemnych. Potem ulica zyska nową nawierzchnię i chodniki.

**Co w planach?**

Jeszcze w tym roku rozpocznie się pierwszy etap przebudowy ul. Biegunowej. Prace zaplanowano

## DROGOWE ZMIANY NA ZŁOTNIE

na odcinku pomiędzy ulicami Krakowską i Krańcową, gdzie drogowcy wymienią nawierzchnię i chodniki oraz przebudują perony przystankowe. Docelowo zmieni się cała ul. Biegunowa, a prace będą kontynuowane w przyszłym roku.

**Co już się zmieniło?**

W ostatnim czasie na Złotnie wyremontowano kilka kilometrów dróg. Przykładem drogowych zmian są metamorfozy ulic Spadochroniarzy, Rowerowej oraz Pionierskiej. W minionym roku po remoncie została otwarta także

ul. Krakowska, gdzie miasto wymieniło zniszczoną nawierzchnię i chodniki. Modernizacja objęła także przystanki MPK-

Łódź. Nie zapomniano o rowerzystach – wzdłuż ulicy powstała nowa droga rowerowa.

WS



FOT. ŁÓDZ.PL

FOT. MAT. PRAS., FREEPIK

## BADANIA SEJSMICZNE

## GORĄCE ŹRÓDŁA POD ŁODZIĄ

W pierwszej połowie sierpnia rozpoczną się badania sejsmiczne, które pozwolą ocenić, czy znajdującą się pod Łodzią wodę geotermalną da się wykorzystać w miejskim systemie ciepłownictwa. To część projektu rozpoczętego w październiku 2024 r. przez Veolię Energię Polska, Veolię Energię Łódź, Miasto Łódź oraz firmę Innargi.

Głęboko pod ziemią znajduje się gorąca woda, którą można wydobyć na powierzchnię, aby wykorzystać ją w systemie ciepłowniczym miasta. Właśnie to źródło energii nazywa się energią geotermalną, a istniejące dane wskazują, że jej potencjał w Łodzi jest znaczący. Aby to potwierdzić, firma Innargi przeprowadzi w Łodzi badania sejsmiczne. Pokażą one, gdzie występują uskoki, jak głęboko znajduje się woda i jaką ma temperaturę – a to pozwoli ocenić, czy i jak da się ją wykorzystać w systemie ciepłowniczym zarządzanym przez Veolię. Geotermia to nie tylko czysta energia lokalna, ale także szansa na większą

niezależność energetyczną i bezpieczeństwo dostawy ciepła dla łodzian. Inwestycje w odnawialne źródła energii są najlepszą drogą do budowania nowoczesnego miasta przyjaznego środowisku oraz osiągnięcia neutralności klimatycznej. Geotermia może zapewnić nawet około 200 MW energii cieplnej rocznie (czyli około 15% obecnie osiągalnej mocy cieplnej w łódzkim systemie ciepłowniczym). Pomyślne wyniki badań nie są jednak równoznaczne z decyzją o realizacji projektu – będzie ona uzależniona także m.in. od spełnienia wymogów prawnych i proceduralnych dla tego typu inwestycji.

JT

## INFO

## Jak wyglądają badania sejsmiczne?

Badania będą prowadzone przez specjalistyczne pojazdy wielkości śmieciarek na trzech trasach o długości około 160 km. Pojazdy wyślą krótkotrwałe wibracje w głąb ziemi, które będą odbierane przez tzw. geofony, urządzenia rejestrujące sygnały potrzebne do stworzenia mapy geologicznej wnętrza ziemi. Badania sejsmiczne są bezpieczne dla mieszkańców i budynków. Będą prowadzone w godz. 21:00–7:00, aby zminimalizować zakłócenia w ruchu drogowym. Rozpoczną się 11 sierpnia i potrwać około 4 tygodni.

Tak będą wyglądać pojazdy prowadzące badania sejsmiczne

## REMONT WIEŻ KOŚCIOŁA JEZUITÓW

Trwa remont konserwatorski wież kościoła pw. Najświętszego Imienia Jezus przy ul. Sienkiewicza 60. Prace mają na celu zabezpieczenie budynku i przywrócenie mu jego pierwotnego wyglądu.

Szczególną uwagę poświęcono wieżom – zostaną one ustabilizowane i wzmocnione. Renowacji zostaną również poddane tynki oraz okładziny architektoniczne – wszystko z poszanowaniem zabytkowego charakteru i oryginalnej kolorystyki świątyni. W planach jest także odtworzenie zniszczonych elementów, takich jak okna, ościeżnice, drzwi zewnętrzne, więźba dachowa czy pokrycie dachowe. Kościół zyska nowe rynny i rury spustowe, a cały budynek zostanie zabezpieczony przed wilgocią dzięki nowej izolacji. Jo-Lu

## INFO

Budowę kościoła przy ul. Sienkiewicza 60 rozpoczęto w 1880 r. Na początku była to świątynia ewangelicka, ale po II wojnie światowej została przejęta przez katolików i przekazana w użytkowanie jezuitom. W 1950 r. utworzono tu parafię, ale w 1952 r. władze PRL usunęły jezuitów z miasta. Powrócili oni do Łodzi w 1971 r. i wznowili działalność duszpasterską. W 2025 r. sanktuarium zostało ogłoszone kościołem jubileuszowym.

## MADE IN ŁÓDŹ

## ROBOT, KTÓRY KARMI

FIDI to robot karmiący stworzony przez łódzki startup Semi Robotics. Innowacyjne urządzenie powstało z myślą o osobach z niepełnosprawnościami, które nie są w stanie samodzielnie spożywać posiłków.

Robot FIDI został wyposażony w inteligentne ramię, kamerę 3D oraz algorytmy rozpoznające gesty użytkownika, takie jak odwracanie głowy czy brak reakcji. Dzięki temu samodzielnie podaje posiłek, dostosowując jego tempo do karmionej osoby. Można go używać

zarówno przy łóżku, jak i przy stole, a jego modułowa budowa pozwala na szybkie czyszczenie i transport. Celem twórców jest

przywrócenie osobom niesamodzielnym poczucia niezależności i komfortu, przy jednoczesnym zwiększeniu wydolności systemu opieki. FIDI odciąża opiekunów, jest też wsparciem dla pracowników Domów Pomocy Społecznej w Łodzi. Projekt został w y -

różniony m.in. w konkursie Startup Contest na In-foshare 2024 i jest jednym z czołowych rozwiązań medycznych rozwijanych w regionie łódzkim. Obecnie Semi Robotics przygotowuje FIDI do wdrożenia w kolejnych placówkach w całej Polsce. MA



ŁÓDŹ

AQUAPARK FALA I MANDORIA

# DWA RAZY WIĘCEJ ZABAWY

**Aquapark Fala i park rozrywki Mandoria wprowadzają do oferty wyjątkowy bilet łączony, który umożliwia zabawę w obu tych miejscach w niepowtarzalnej cenie!**

Aquapark Fala (al. Unii Lubelskiej 4) jest największym kompleksem wodnym w Łodzi. Oferuje baseny rekreacyjne i sportowe – w plenerze i wewnątrz hali basenowej – a także zjeżdżalnie, wodne place zabaw, sztuczną falę, solanki, sauny i mnóstwo atrakcji dla klientów w każdym wieku. Jako jedyny

aquapark w Polsce udostępnia również zjeżdżalnię w okularach VR oraz wodną bitwę Aqua Battle. Mandoria (Rzgów, ul. Miasto Mody 2) to ogromny park rodzinnej rozrywki stylizowany na XV-wieczne miasto handlowe. Na małych i dużych gości czekają tu m.in. karuzele, gigantyczna zjeżdżalnia, emocjonujące przejażdżki familijnymi roller coasterami, szalupy, strzelnica, place zabaw i figloraje. W Mandorii można także spotkać niesamowitych mieszkańców i spróbować pysznej kuchni w siedmiu punktach gastronomicznych.

## Bilet łączony

Wspólny bilet pozwala przeżyć niezapomnianą przygodę na basenach Aquaparku Fala (wstęp na trzy godziny) i połączyć go z podróżą do renesansowego świata rozrywki w parku Mandoria (jednorazowy wstęp bez limitu czasu). Wszystko w ramach

biletu za jedyne 215 zł, z którego można skorzystać przez 30 dni.

Bilet łączony do Fali i Mandorii można kupić stacjonarnie i online na stronach internetowych obu obiektów. Kupując bilet w kasie Aquaparku Fala, otrzymujemy kartonowy bilet do wykorzystania w Mandorii (i na odwrot). Przy zakupie online należy najpierw odwiedzić ten park, na którego stronie dokonałmy transakcji (do wejścia uprawnia przesłany mailem kod QR), a na miejscu, podczas wizyty, będzie można odebrać bilet do drugiego z parków.

MoWa



## DZIEJE SIĘ W ŚRODĘ

### O samodoskonaleniu

Biblioteka Gdańska (ul. Gdańska 8) zaprasza o godz. 17:00 na wspólne studiowanie teoretycznych podstaw praktyki duchowej Falun Dafa. Falun Dafa, znana również pod nazwą Falun Gong, jest tradycyjną starożytną praktyką samodoskonalenia. Jej podstawowym założeniem jest kultywowanie w sobie trzech zasad: Prawdy, Życzliwości i Cierpliwości, które uważa się za uniwersalne wartości całego wszechświata.

## DZIEJE SIĘ W CZWARTEK

### Książka? To lubię!

Biblioteka Miejska, Filia nr 18 (ul. Wodnika 7) świętuje Dzień Miłośników Książek. W godzinach 10:30–18:00 na odwiedzających będą czekać niespodzianki, zabawy i drobne upominki. To impreza dla wszystkich, niezależnie od wieku czy literackich upodobań.

### „Pismak” w kinie NCKE

Z okazji obchodów Roku Wojciecha Jerzego Hasa Narodowe Centrum Kultury Filmowej (ul. Targowa 1/3) zaprasza o godz. 18:00 na projekcję „Pismaka” oraz spotkanie z Grzegorzem Kędzierskim – autorem zdjęć do filmu, wieloletnim współpracownikiem Wojciecha Jerzego Hasa oraz kuratorem rekonstrukcji cyfrowych jego wcześniejszych filmów. Bilety – 15 zł.

## WYSTAWA W KAMIENICY MAJEWSKIEGO

# Bałuty pod lupą

Wystawa „Ucząc się od Łodzi 2: Bałuty” to druga odsłona cyklu, który przygląda się Łodzi przez pryzmat jej dzielnic – tym razem zapraszając do refleksji nad złożoną i pełną kontrastów tożsamością Bałut.

Zwiedzający mogą zwrócić się do świata Bałut oczami jej mieszkańców, artystów i badaczy. Opowieści Łodzi, archiwalia, projekty urbanistyczne i artystyczne, dokumenty i fotografie – to wszystko składa się na wielogłosową narrację o życiu, pamięci i przyszłości. Ważną częścią ekspozycji jest także historia i otoczenie parku Śledzia, które stają się punktem wyjścia do szerszej dyskusji o granicach – tych administracyjnych, historycznych

i społecznych. Artysty i artyści, których prace zobaczymy na wystawie, to: Łukasz z Bałut, Kalina Kazimierzczak, Monika Gałaj, Maciej Rawluk, Wojciech Stachura, Maria Drozd, Kacper Zaorski-Sikora, Jan Markiewicz, Aleksandra Dąbrowska, Bartosz Nowicki i Marcin Polak.

red



## LDZ ALTERNATYWA



W ramach cyklu LDZ Alternatywa w Fabryce Sztuki (ul. Tymienieckiego 3) wystąpi łódzka grupa Maszynowa.

Podczas koncertów z cyklu LDZ Alternatywa można posłuchać najciekawszych polskich zespołów alternatywnych. Tym razem wystąpi Maszynowa, łódzka formacja czerpiąca z tradycji industrialu i surowej elektroniki. Jej koncerty to opowieść o rytmie, powtarzalności i dźwiękach przypominających fabryczne hale – mocne, minimalistyczne i hipnotyczne – a Marcin Pryt i DJ Fagot (Grzegorz Fajngold) są ikonami współczesnej alternatywnej Łodzi. SM

LDZ ALTERNATYWA 2025

07.08 - MASZYNOWA



Kiedy?  
Czwartek (7 sierpnia),  
o godz. 21:00  
Wstęp wolny!

Gdzie? Kamienica Hilarego Majewskiego,  
ul. Włókiennicza 11  
Do kiedy? Do 14 września 2025 r.

Fabryka Sztuki w Łodzi • Tymienieckiego 3 • godzina 21.00 • wstęp wolny

FOT. MAT. PRAS., FREEPIK

# SMARTFON NA WAKACJE

Wakacje to czas wypoczynku i odkrywania nowych miejsc, a smartfon może stać się twoim najlepszym towarzyszem podróży. Jak korzystać z aplikacji, które ułatwiają planowanie wyjazdu, zakup biletów, nawigację czy tłumaczenie nieznanymi językami? Sprawdź nasz praktyczny przewodnik!

## Mapy Google

Podstawą każdej podróży jest orientacja w terenie. Aplikacja Mapy Google to wygodne narzędzie, które pozwala łatwo znaleźć adresy hoteli, restauracji, zabytków czy aptek. Możesz szybko sprawdzić trasę pieszą, samochodową, a także transport publiczny. Ważna funkcja to nawigacja głosowa, która prowadzi do celu krok po kroku, co jest szczególnie przydatne, jeśli nie chcesz ciągle patrzeć na ekran. Aby z narzędzia korzystać offline, możesz pobrać mapy danego miasta lub regionu przed wyjazdem.

## Praktyczne wskazówki

- **ZAINSTALUJ APLIKACJE WCZEŚNIEJ** – przed wyjazdem warto pobrać i przetestować najważniejsze narzędzia, aby uniknąć problemów w podróży.
- **PROSTY INTERFEJS I WIĘKSZE LITERY** – jeśli masz problem ze wzrokiem, skorzystaj z oferowanego przez wiele smartfonów trybu „dla seniora” z dużymi ikonami i uproszczoną obsługą.
- **ZADBAJ O DOSTĘP DO INTERNETU** – sprawdź, czy twój plan telefoniczny obejmuje roaming lub wykup lokalną kartę SIM, by na wakacjach korzystać z aplikacji bez dodatkowych opłat.
- **BEZPIECZEŃSTWO DANYCH** – ustaw hasło zabezpieczające telefon i korzystaj z oficjalnych sklepów z aplikacjami, by uniknąć wirusów.

## Bilety online

Planując podróż pociągiem, możesz kupić bilety w aplikacji PKP Intercity. Dzięki temu unikniesz stania w kolejkach, a bilety masz zawsze pod ręką – w telefonie. Podobnie działa wielu innych przewoźników oraz aplikacje umożliwiające zakup biletów autobusowych czy lotniczych, jak Booking.com czy Skyscanner, gdzie oprócz biletu możesz zarezerwować nocleg.

## Google Translate

Kiedy wyjeżdżasz za granicę, znajomość języka bywa wyzwaniem. Aplikacje tłumaczące, takie jak Google Translate, pomogą ci porozumieć się z innymi. Możesz wpisać zdanie lub nawet przetłumaczyć tekst za pomocą aparatu telefonu – na przykład menu czy tablicę informacyjną. Funkcja tłumaczenia głosowego ułatwia rozmowę w czasie rzeczywistym. Warto pobrać wybrane języki do trybu offline, by mieć dostęp do tłumacza nawet bez internetu.

Celina Maciejewska



Link do profilu seniorów na TikToku:  
[www.tiktok.com/@seniorzynaczasie](https://www.tiktok.com/@seniorzynaczasie)

## KRÓLOWIE TIKTOKA Z ŁÓDZI

W świecie TikToka, zdominowanego przez młodzieżowe trendy i błyskawiczny montaż, pojawił się nieoczekiwany fenomen – profil Seniorzy na Czasie prowadzony przez energiczną grupę z Centrum Aktywnego Seniora przy ul. Nastrojowej 10.

Seniorzy na Czasie mają już ponad 33 tysiące obserwujących i 1,3 miliona polubień pod swoimi filmami, a ich pojedyncze nagrania zdobywają nawet po 10 milionów wyświetleń – to wyniki, których mogłaby im pozazdrościć niejedna młoda influencerka.

Łódzcy seniorzy w krótkich klipach komentują współczesny świat, próbują nowych technologii, tańczą, recenzują napoje energetyczne i uczą młodsze pokolenia, jak cieszyć się życiem. Milionowe zasięgi i komentarze z całej Polski (i nie tylko!) pokazują, że wiek nie ma znaczenia, jeśli chodzi o poczucie humoru, dystans i autentyczność.

KM

## ZRÓB TO SAM

# DOMOWE ŚRODKI CZYSTOŚCI

Domowe preparaty to świetna alternatywa dla chemicznych detergentów. Są tanie, równie skuteczne co produkty sklepowe i szybkie w przygotowaniu, a ich podstawowe składniki – łatwo dostępne i niedrogie. Czym zastąpić chemię ze sklepu?

### PŁYN DO CZYSZCZENIA MEBLI

- 2 szklanki wody
- pół szklanki octu
- 2 łyżeczki oliwy z oliwek
- 10 kropli olejku eterycznego

Do butelki z atomizerem wlej ciepłą wodę, ocet i oliwę z oliwek, która sprawi, że meble będą pięknie błyszczeć. Aby środek do czyszczenia mebli miał ładny zapach, dodaj do niego ulubiony olejek eteryczny. Płyn przed użyciem wstrząśnij i spryskaj powierzchnię mebli. Następnie przetrzyj suchą, miękką szmatką.



Łódzki bar Balaton działał przez cały rok, ale łodzianie jeździli również wypoczywać nad to prawdziwe węgierskie jezioro

# KIERUNEK: ZŁOTE PLAŻE

ODC. 127

Osiedlowa flota samochodów z Łodzi z końca lat 70. XX w.

Mocarne maluchy sprawdziły się na turystycznych trasach pół wieku temu i nadal mają swoich fanów (złot w Manufakturze)



Pisaliśmy ostatnio o wakacjach w połowie lat 70. XX w., a mówiąc o tamtym czasie, trzeba koniecznie wspomnieć zagraniczne podróże do państw zaprzyjaźnionych z tzw. bloku wschodniego, nazywanych wówczas krajami demokracji ludowej (ZSRR, NRD, Węgry, Czechosłowacja, Rumunia i Bułgaria).

Wyjazdy do wspomnianych krajów KDL umożliwiały tzw. wkładki paszportowe, czyli specjalne dokumenty stanowiące namiastkę paszportu. Łagodziły one nieco zależe związane z brakiem prawdziwych paszportów, wydawanych nie licznym w ramach złożonej procedury.

### Na podbój Europy

O wakacjach na Zachodzie niewielu mogło pomarzyć, bo średnia pensja w Polsce wynosiła zaledwie 30 dolarów. Co innego, jeśli chodziło o bratnie kraje socjalistyczne, gdzie złotówka miała swoją

moc, a specjalne książeczki walutowe pozwalały wymieniać w banku określoną kwotę rubli, koron, forintów, lei, lewów czy marek DDR w zależności od czasu pobytu lub tranzytu. Nie starczyłoby miejsca na opisanie tych zawiłości paszportowo-walutowych sprzed lat, ale dość powiedzieć, że Polacy w większości krajów bloku wschodniego nie czuli kompleksów.

Z Łodzi jechało się „gierkówką” w stronę południowej granicy, a po drodze mijano się czarne Śląsk, hutę Katowice i kopalnie. Wszędzie było widać rozpoczęte budowy i nowe osiedla, co napawało nadzieją na przyszłość, a polskie tranzytory na plażach w Rumunii czy Bułgarii grały rolę „Lata z Radiem” i nadawały radosne wiadomości o budowaniu polskiego dobrobytu. Ciągnęły zatem ze wszystkich stron kraju na wakacyjne południe polskie fiaty 125p,

czasem jeszcze syrenki, jak również załadowane po brzegi mocarne maluchy. Sporo było łodzian w tym letnim maratonie polskich turystów.

### Brzoskwinie i arbuzy

W latach 70. rumuńskie i bułgarskie wybrzeże stanowiło bardzo popularne miejsce wypoczynku Polaków. Działy tam rozległe kempingi, gdzie można było ustawić przyczepę albo rozbić namiot. Obok funkcjonowały eleganckie hotele z nowoczesnym zapleczem rozrywkowym dla bogatszych gości zagranicznych. Wybrzeże w Rumunii oferowało – w pasie od portu w Konstancy do Mangalii – kilka kurortów opanowanych przez naszych rodaków, jak Mamaja, Wenus, Neptun, Saturn, Olimp czy Jupiter. Dalej była już Bułgaria z nieco innym krajobrazem: Warana, Złote Piaski, Burgas, Nesebyr. Słoneczna pogoda nad Morzem Czarnym była raczej gwaran-

towana, a stragany pełne tanich owoców i warzyw. Szlaki wiodły różnie – przez dawny ZSRR, czyli tranzytem przez Lwów i Tarnopol do Rumunii, ewentualnie przez Czechosłowację i Węgry. Do pokonania było kilka granic z kontrolą celną, a za kółkiem – ponad 2 tys. km.

### Łodzianie na piaskach

Obecność łodzian w rejonie czarnomorskiej riwierze była dość widoczna, sądząc choćby po liczbie tablic rejestracyjnych samochodów na trasie i kempingach. Oznakowania samochodów pół wieku temu, w przypadku Łodzi, identyfikowały właściciela wyłącznie z dzielnicą zamieszkania. Do połowy lat 70. XX w. system rejestracji pojazdów składał się z sześciu białych znaków na czarnym tle – dwóch liter i czterech cyfr. Łódź oraz Warszawa zostały wy-

odrębnione. Województwo łódzkie miało literę F, a druga litera określała powiat. Miasto Łódź było oznaczone literą I, a druga identyfikowała dzielnicę, np. IB, a potem IO – Bałuty, IR i IF – Górna, IP i IT – Polesie, IA i IS – Śródmieście, a IW – Widzew. W 1975 r. po zmianie podziału administracyjnego kraju na 49 województw pojawiły się łódzkie oznaczenia – LD i LZ.

O tym, że Polacy na wakacyjnych szlakach odrobili lekcję z przedsiębiorczości, podejmując działania handlowe, napiszemy w kolejnym odcinku, bo pod koniec lat 70. nadszły już trudne czasy. agr



Obrazki z plaż Rumunii, Bułgarii i znad Balatonu sprzed 50 lat

## Parada Wolności (29–31 sierpnia)

W ostatnich dniach sierpnia miasto opanuje muzyka elektroniczna. Parada Wolności powraca w trzydniowej formule, łącząc uliczną zabawę na ul. Piotrkowskiej z nocnym afterparty w hali Sport Arena (al. Unii Lubelskiej 2). Wystąpią legendy: Ben Klock i Marcel Dettmann, a obok nich Dax J, Adriana Lopez, BAUGRUP-PE90, Fadi Mohem i duet MKO & Rene Wise.



## Runmageddon (23–24 sierpnia)

Kolejny raz najpopularniejsze biegi z przeszkodami zawitają do Łodzi. Runmageddon zmieni Łódzkie Błonia w tor pełen zasieków, dołów, lin i bram. Dla najmłodszych przygotowano biegi kids (1 km) oraz family (2 km). Nieco starsi lub mniej doświadczeni mogą pobiec w formule intro U-16 lub intro (oba: 3 km, 15+ przeszkód). Im dalej, tym ciekawiej. Rekrut (6 km, 30+ przeszkód) można pobiec zarówno w dzień, jak i w nocy. W tym roku dodatkowo pojawi się klasyczny dystans Runmageddonu (12 km, 50 przeszkód), który w Łodzi będzie najbardziej ekstremalnym wyzwaniem.



## CD-Action Expo (6–7 września)

Kultowy magazyn o grach zaprasza fanów popkultury do Atlas Areny (al. Bandurskiego 7) na targi CD-Action Expo. Będą tam czekać m.in. arena gamingowa, strefa Indie Mania Show dla twórców niezależnych, Wioska Gothic, arena planszówek, strefa retro oraz panele i spotkania z twórcami gier. Dla dzieci powstanie przestrzeń CD-Action Family, a bilet VIP zagwarantuje wejście na ekskluzywne afterparty oraz pakiet gadżetów i publikacji „CD-Action”.



# LATO W SIĘ NIE

Łódź po rekordowym Łódź Summer Festival nie zwala – od muzyki i świateł, przez gaming i komiksy, aż po

## Great September (11–13 września)

Great September Showcase Festival & Conference na trzy dni zmieni Łódź w muzyczne centrum Polski. Program obejmuje koncerty gwiazd (Kayah, Ewa Bem, Lech Janerka, BOKKA, Kaśka Sochacka i Mikromusic) oraz występy młodych talentów. Sceny staną w klubach (OFF Piotrkowska, klub Teatr), na dziedzińcach i w przestrzeniach plenerowych, a główna scena na ul. Piotrkowskiej będzie dostępna bezpłatnie. To festiwal, który łączy publiczność z branżą muzyczną, kreując przestrzeń dla odkryć i inspiracji.



## Labirynt (13 września)

Łódź ponownie stanie się stolicą muzyki elektronicznej dzięki drugiej w tym roku odsłonie festiwalu Labirynt – tym razem w parku Poniatowskiego. Labirynt „Surprise” to siedem scen i line-up, który zostanie ogłoszony dopiero w dniu imprezy. Ponieważ to już 13. edycja festiwalu, jedno jest pewne – to będzie magiczna, szalona i roztańczona noc!



## 36. Międzynarodowy Festiwal Komiksu i Gier (27–28 września)

Międzynarodowy Festiwal Komiksu i Gier w Łodzi to największe wydarzenie tego typu w Polsce i Europie Środkowo-Wschodniej. W Atlas Arenie znajdują się strefy targowe, konkursy (np. Komiksusy), prelekcje, a także ceremonia konkursu cosplay. Strefy z konkursami i dla fanów oraz spotkania autorskie zaplanowano także w Sport Arenie i na stadionie miejskim przy al. Unii Lubelskiej 2.





# W ŁODZI KOŃCZY

nia tempa. Przed nami lato i jesień pełne emocji  
o spotkania z ikonami światowej kultury.

## Light Move Festival (26–28 września)

Light.Move.Festival to największy w Polsce festiwal światła. Jubileuszowa, 15. edycja odbędzie się pod hasłem „Powroty” nawiązującym do industrialnych i filmowych tradycji miasta. Festiwal wraca na plac Wolności, gdzie zostanie zaprezentowana 360-stopniowa projekcja, na fasadach kamienic pojawią się mappingi 2D i 3D, a parki i podwórza wypełnią się interaktywnymi instalacjami świetlnymi.



## Koncerty w Atlas Arenie

Muzycznych emocji nie zabraknie też w Atlas Arenie (al. Bandurskiego 7), której program na nadchodzące miesiące zadowolili fanów najróżniejszych gatunków muzycznych. Każdy znajdzie w nim coś dla siebie! Na największej łódzkiej hali wystąpią m.in. Lil Baby (10 września), OneRepublic (4 października), Flo Rida (8 października), The Offspring (26 października) i Lorde (6 grudnia).



## Soundedit (17–21 października)

Fanom dobrych brzmień jesień już od wielu lat kojarzy się z festiwalem Soundedit, który na pierwszym planie stawia producentów muzycznych. W tym roku odbędzie się jego 17. edycja. Wśród gwiazd zobaczymy m.in. Johna Portera, Anję Huwe oraz Gavina Fridaya.



## Igrzyska Wolności (24–26 października)

Igrzyska Wolności to jedno z najważniejszych wydarzeń ideowych w Europie Środkowo-Wschodniej. W dniach 24–26 października w hali Expo Łódź (al. Politechniki 4) spotkają się czołowe postaci świata kultury, nauki i mediów. Hasło tegorocznej edycji – „Czas niepewności” – stanie się punktem wyjścia do debat i paneli. Gościem specjalnym będzie George Clooney, który po raz pierwszy odwiedzi Polskę, aby wziąć udział w rozmowie o roli artystów w obronie demokracji. Wśród prelegentów pojawią się także m.in. Jerzy Owsiak, Natalia Hatałska, Ottessa Moshfegh i Szczepan Twardoch.



## Festiwal Łódź Wielu Kultur (3–12 października)

Festiwal Łódź Wielu Kultur 2025 odsłonił pierwsze nazwiska jesiennej edycji. W programie znajdują się m.in. koncert Marcina Maseckiego, występ Natalii Grosiak (Mikromusic) oraz spektakl Weroniki Szczawińskiej, reżyserki znanej z eksperymentalnych form teatralnych. Festiwal poprzedzą dwa wydarzenia wrześniowe: Piknik Międzypokoleniowy (6.09) i Dzień Wietnamski (21.09). Tegoroczna edycja to ponad 40 twórczych inicjatyw w przestrzeniach całej Łodzi – od parków po fabryki – organizowanych pod hasłami: „Kultura pracy”, „Nowe geografie” i „Łódzkie biografie”.



# BAŁUCKIE KIJE

## CYKL SPACERÓW NORDIC WALKING



Już od 8 sierpnia 2025 r. mieszkańcy Łodzi – szczególnie z osiedla Bałuty-Doły – będą mogli wziąć udział w wyjątkowym projekcie promującym zdrowy tryb życia i integrację sąsiedzką. W ramach miejskiego programu mikrograntów ruszają bezpłatne spacery nordic walking.

Wydarzenie będzie się odbywać w każdy piątek, począwszy od 8 sierpnia. Start spacerów zaplanowano na godz. 18:00,

a od października – na godz. 17:00, by dostosować się do krótszego dnia. Miejsce zbiórki to siedziba Rady Osiedla przy ul. Wojska Polskiego 122.

### Jak dołączyć?

Udział w spacerach jest bezpłatny, ale obowiązują wcześniejsze zapisy (liczba miejsc jest ograniczona). Organizatorzy zapewniają kijki, jednak osoby posiadające własny sprzęt są mile widziane – dzięki temu będzie możliwe

zwiększenie liczby spacerowiczów, oczywiście przy zachowaniu zasad bezpieczeństwa.

Projekt jest skierowany przede wszystkim do mieszkańców osiedla Bałuty-Doły, ale otwarty jest także dla osób z sąsiednich osiedli. Jest realizowany w ramach miejskiej inicjatywy lokalnej wspierającej zdrowie, aktywność i integrację mieszkańców Łodzi.

BAM



### INFO

Nordic walking to:

- aktywność fizyczna, która angażuje całe ciało
- poprawa kondycji i zdrowia
- kontakt z naturą
- bezpieczna i przyjemna forma ruchu dla osób w każdym wieku
- poznanie sąsiadów i wspólne spędzanie czasu
- aktywny relaks po całym tygodniu pracy

### TERMINARZ

- 8 sierpnia 2025 (piątek), godz. 18:00
- 14 sierpnia 2025 (czwartek), godz. 18:00
- 22 sierpnia 2025 (piątek), godz. 18:00
- 29 sierpnia 2025 (piątek), godz. 18:00
- 5 września 2025 (piątek), godz. 18:00
- 12 września 2025 (piątek), godz. 18:00
- 19 września 2025 (piątek), godz. 18:00
- 26 września 2025 (piątek), godz. 18:00
- 3 października 2025 (piątek), godz. 17:00
- 10 października 2025 (piątek), godz. 17:00
- 17 października 2025 (piątek), godz. 17:00
- 24 października 2025 (piątek), godz. 17:00
- 31 października 2025 (piątek), godz. 17:00

## KONKURS FOTOGRAFICZNY

# POCZTÓWKA Z WOLONTARIATU



Pomagać można przez cały rok – niezależnie od pogody, miejsca i okazji. Lato to nie tylko czas wypoczynku, ale również świetna okazja, by działać na rzecz innych. Jeśli angażujesz się w pomoc i lubisz uwieczniać wyjątkowe momenty, ten konkurs jest stworzony dla Ciebie!

Fabryka Aktywności Miejskiej zaprasza do udziału

w wakacyjnym konkursie fotograficznym „Pocztówka z Wolontariatu”. Pokaż na zdjęciu, jak wygląda twoje lato z wolontariatem – być może to właśnie twoja historia zainspiruje innych do działania!

### Aby wziąć udział:

- Zrób zdjęcie podczas swoich działań wolontariackich w trakcie wakacji.
- Dodaj je na swoim profilu

na Instagramie lub Facebooku (profil musi być publiczny).

- Oznacz profil Fabryki Aktywności Miejskiej.
- Użyj hashtagu: #pocztówkazwolontariatu.

Na zwycięzcę czeka nagroda – aparat natychmiastowy! Termin zgłaszania zdjęć – 15 sierpnia 2025 r.

BAM

### INFO

Szczegóły i regulamin znajdziesz po zeskanowaniu kodu QR:



## OGŁOSZENIA MIEJSKIE

### PREZYDENT MIASTA ŁODZI

informuje, że w dniach od 6 sierpnia 2025 r. do 27 sierpnia 2025 r. będzie wywieszony na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronie internetowej Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykaz stanowiący załącznik do zarządzenia nr 1595/2025 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 30 lipca 2025 r. w sprawie przeznaczenia do sprzedaży w drodze bezprzetargowej samodzielnych lokali użytkowych usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi, stanowiących własność Miasta Łodzi wraz z udziałem w prawie własności gruntu oraz ogłoszenia ich wykazu.



# UBRANIA DLA DZIECI

## JAK MĄDRZE JE WYBIERAĆ?

Zakup ubrań dla dzieci potrafi być wyzwaniem nawet dla doświadczonych rodziców. Bogactwo wzorów, kolorów i fasonów zachęca do eksperymentowania ze stylizacjami, ale to nie one są najważniejsze. Co zatem powinno decydować o wyborze i jakie ubrania naprawdę sprawdzą się na co dzień? Oto praktyczny poradnik, który pomoże ci wybrać najlepiej.

### Materiał – fundament dziecięcej garderoby

Najlepszym wyborem dla dziecięcej (i nie tylko) skóry są naturalne tkaniny, takie jak bawełna, len, bambus czy wełna merino. Bawełna jest miękka, przewiewna i odporna na wielokrotne pranie. Len doskonale sprawdza się latem – jest lekki, oddychający i szybko schnie. Wełna merino zapewnia ciepło, a jednocześnie pozwala skórze oddychać. Warto wybierać ubrania z certyfikatami (np. OEKO-TEX®, GOTS), które potwierdzają brak szkodliwych substancji.

Na przeciwnym biegunie znajdują się ubrania z przewagą syntetyków – poliester, akryl czy nylon mogą powodować przegrzanie, pocenie się, podrażnienia i alergie. Jeśli już zdecydujesz się na domieszkę, najlepiej niech będzie to niewielka ilość elastanu, która poprawi elastyczność i sprawi, że ubranka będą wygodniejsze.

### Bezpieczeństwo i wygoda

Przy wyborze ubrań zwracaj uwagę na detale: miękkie szwy, brak ostrych elementów, wygodne zapięcia (np. napy, rzepy), a także właściwy rozmiar – ubranie nie powinno krępować ruchów ani być zbyt luźne. Zwróć uwagę na brak długich sznurków, luźnych ozdób, przypinek czy guzików z niklu. Te elementy mogą być niebezpieczne lub powodować alergie.

Ważna jest również jakość ubrania w dotyku – szorstkie i sztywne materiały nie będą odpowiednie dla dzieci, szczególnie tych najmłodszych. Sukienki z tiulowymi falbankami wyglądają uroczo, jednak mogą być niewygodne i „drapiące”. Podobnie gruby, sztywny dzins raczej nie sprawdzi się u maluchów, które uwielbiają swobodę. Kierując się zmysłem dotyku, warto wybierać odzież, która jest miła i miękka – zwłaszcza w przypadku dzieci wrażliwych na bodźce dotykowe.

### Tańsza alternatywa

Jednym z najistotniejszych kryteriów decydujących o zakupie odzieży dla dzieci jest cena. Jeśli ubranka z naturalnych tkanin nie mieszczą się w twoim budżecie, rozważ opcję z drugiej ręki. Jest to bardzo opłacalne szczególnie w przypadku najmłodszych dzieci, które rosną tak szybko, że nie są w stanie zniszczyć ubrań. Second handy są pełne odzieży dla maluchów – niejednokrotnie w idealnym stanie lub nowej – za to w znacznie niższej cenie. Jednak nawet te bez sklepowych metek są warte uwagi. Dzięki temu, że były kilkakrotnie prane, nie będą zawierać drażniących i szkodliwych związków. Przed zakupem dokładnie obejrzyj ubranie: sprawdź, czy nie ma plam, przetarć, dziur i nieprzyjemnego zapachu. Sprawdź metkę – skład powinien być jasny i czytelny.

a.pe

FOT. FREEPIK



### Na co zwrócić uwagę?

- ☑ Certyfikaty – OEKO-TEX®, GOTS potwierdzają brak szkodliwych substancji.
- ☑ Łatwość prania – dziecięce ubrania muszą wytrzymać częste pranie i zachować kształt oraz kolor. Najlepiej, jeśli są odporne na pranie w wysokich temperaturach.
- ☑ Funkcjonalność – proste fasony, łatwe zapięcia, brak zbędnych ozdób, materiał miły w dotyku i miękki.

### Czego unikać?

- ☐ Sztucznych materiałów.
- ☐ Intensywnych zapachów świadczących o obecności chemikaliów.
- ☐ Braku metki lub nieczytelnego składu.
- ☐ Ubrań z długimi sznurkami, luźnymi ozdobami i ostrymi elementami.

## DZIEJE SIĘ W CZWARTEK

### ŚWIATŁOCZUŁE MUZEUM

warsztaty

7.08.2025, godz. 10:30,  
Muzeum Miasta Łodzi, ul. Ogrodowa 15

Warsztaty o dawnej fotografii. Dzieci (6–12 lat) poznają początki fotografii, archiwalne zdjęcia i przesady z nimi związane, dowiedzą się, jak powstawały pierwsze obrazy i wykonają plastyczne pamiątki inspirowane tematem zajęć. Koszt: 5 zł, zapisy: 692 926 319, edukacja@muzeum-lodz.pl.

## DZIEJE SIĘ W PIĄTEK

### MINIPOLÓWKA W FUZZI

kino dla dzieci

8.08.2025, godz. 17:00, Piotrkowska 217

Letnie kino w plenerze z repertuarem dla dzieci. Pokaz filmu „Looney Tunes: Porky i Daffy ratują świat”, czyli kaczor i prosiak kontra Obcy uzależnieni od bubble tea!

### WARSZTATY DŹWIĘKOWE

8.08.2025, godz. 11:00,  
Muzeum Kinematografii,  
pl. Zwycięstwa 1

Warsztaty dla dzieci (6–10 lat z opiekunem) odkrywające tajniki dźwięku w filmie, takie jak praca lektora, muzyka ilustracyjna, nagrywanie efektów synchronicznych. Uczestnicy stworzą własne dźwięki w studiu i odwiedzą wystawę „Pałac pełen bajek”. Bilety: 15/10 zł.



## SUDOKU ŁATWE

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

## SUDOKU ŚREDNIE

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

## SUDOKU ŚREDNIE

5			4					6
			7	3			8	
	7							9
	5		6		9			
6		2		9				8
		1		8			6	
1							9	
	9		4	7				
7				2				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  
 środa, 6.08, godz. 19:55

## DUŻE DZIECI

Tak często mówi się o tym, że mężczyźni nigdy nie dorastają, że aż trzeba było nakręcić o tym komedię „Duże dzieci”, do obejrzenia której zachęcamy. Lenny i jego przyjaciele z dzieciństwa spotykają się na pogrzebie szkolnego trenera koszykówki.



Uroczystość staje się pretekstem dla ustawkowanych mężów i ojców, by wspominać dawne czasy. Panowie chcą udowodnić rodzinom, że nadal potrafią dobrze się bawić. Przebojowe kino Dennisa Dugana, specjalisty od filmów rozrywkowych, twórcy „Super taty” i „Twardej laski”.

 TVN  
 środa, 6.08, godz. 20:55

## LARA CROFT: TOMB RAIDER

Inny od ukazywanego przez Dana Browna obraz złowieszczych intryg bractwa iluminatów możemy zobaczyć w filmie „Lara Croft: Tomb Raider”. Nieustraszona Lara Croft (Angelina Jolie) znajduje ukryty przez ojca (Jon Voight) starożytny zegar – klucz do odnalezienia Trójkąta Światta dającego władzę nad czasem i przestrzenią. Mężczyzna przewidział, że członkowie bractwa iluminatów będą chcieli zdobyć przedmiot i wykorzystać go do przejęcia władzy na świecie. Lara wkracza do akcji.


 POLSAT  
 czwartek, 7.08, godz. 19:55

## JAK POŚLUBIĆ MILIONERA?



O tym, jak bogato wyjść za mąż, nakręcono już wiele filmów, a w środowy wieczór możemy zobaczyć polską wersję w komedii romantycznej „Jak poślubić milionera?”. Alicja (Małgorzata Socha) samotnie wychowuje syna. W hotelu, w którym sprząta, poznaje autorkę poradnika matrymonialnego, Sonię Babicz, która postanawia wprowadzić ją do świata elit. Alicja umawia się nawet na randkę z milionerem Bogustawem (Wojciech Meczaldowski), a wkrótce na jej drodze staje piłkarz Adam Cieślak (Michał Malinowski).

**HIT**  
 w TV

Aquapark FALA

# LATO NA FALI

SIERPIEŃ

**9 i 10 (SOBOTA I NIEDZIELA)**  
**W RYTMIE ALOHA**

**16 (SOBOTA)**  
**STAND-UP PARTY**  
**– NOCNE PŁYWANIE**  
**I SAUNOWANIE**

**23 i 24 (SOBOTA I NIEDZIELA)**  
**W HARMONII Z JAPONIĄ**



AQUAPARK.LODZ.PL



SUPERPUCHAR POLSKI

# SUPERGRANIE

Po sukcesie pierwszej edycji Superpuchar Polski w piłce ręcznej wraca do Atlas Areny. W meczach, które otworzą nowy sezon, zmierzą się najlepsze męskie i żeńskie drużyny w kraju. Dobrego grania nie zabraknie!

Superpuchar w piłce ręcznej pierwszy raz zawitał do Atlas Areny przed rokiem i od razu okazał się prawdziwym hitem. Starcia z udziałem najlepszych żeńskich i męskich drużyn w naszym kraju stały się prawdziwym świętem polskiego szczy-

piorniaka, a na parkiecie nie zabrakło zaciętej walki. Nic dziwnego, że impreza znów zagości w Łodzi.

**Granie na najwyższym poziomie**

W meczu o Superpuchar Polski mierzą się mistrz kraju i zdobywca Pucharu Polski. Kiedy oba trofea przypadają jednej drużynie, jej rywalem jest zespół, który zakończył sezon ligowy na drugim miejscu w tabeli.

W tym roku w obu finałach zmierzą się mi-

strzowie i wicemistrzowie Polski. Wśród pań najlepsze w poprzednim sezonie okazały się zawodniczki MKS-u Lublin, a po Puchar Polski sięgnęła drużyna KGHM Zagłębie Lubin. U panów kolejny raz dojdzie do „świętej wojny” – zdobywca Pucharu, Industria Kielce zagra z mistrzem, Orlenem Wisłą Płock. Mecze o superpuchar będą pierwszymi spotkaniami w nowym sezonie. Oba finały odbędą się 30 sierpnia w Atlas Arenie (al. Bandurskiego 7).

Mateusz Dęderski



## EKSTRALIGA KOBIEĆ NOWY POCZĄTEK

Grot SMS Łódź rozpoczyna nowy sezon Ekstraligi. Skład łódzkiej drużyny przeszedł latem gruntowną przebudowę, a terminarz już w pierwszej kolejce rzuci łodzianki na trudny teren.

Przerwa między sezonami przy ul. Milionowej oznaczała zmiany – od tej najważniejszej, czyli rozszary na ławce trenerskiej, po wymianę poszczególnych ogniw w składzie. Grot SMS Łódź w nowym sezonie będzie odmieniona i odmłodzona drużyną. Cel podopiecznych Sebastiana Papisa będzie taki sam jak w poprzednim sezonie – namieszanie w czołówce ligi. W składzie łódzkiej drużyny w głównej mierze znajdą się jej wychowanki, ale nie zabraknie wśród nich także

doświadczonych zawodniczek. A połączenie młodości z rutyną może okazać się ciekawą mieszanką.

**Łatwo nie będzie**

Ligowiec dla łodzianek zbyt łaskawy. Już w pierwszym meczu sezonu SMS czeka podróż do Szczecina, gdzie zagra z tamtejszą Pogonią. „Duma Pomorza”, choć nie zdobyła trofeum, ma za sobą dość udane poprzednie rozgrywki. Piłkarki ze Szczecina awansowały do finału Pucharu Polski, a w lidze zajęły trzecią lokatę i to one będą faworytkami spotkania. Pierwszy gwizdek w nowym sezonie wybrzmi dla SMS-u w sobotę (9 sierpnia) o godz. 12:00.

Mateusz Dęderski

II LIGA KOBIEĆ

# ROZPĘDZONE PANTERKI

Już niedługo na sportowej mapie Łodzi może pojawić się kolejny mocny zespół reprezentujący miasto w piłce nożnej kobiet. AKS SMS Łódź buduje swoją pozycję i w nowym sezonie zagra na trzecim poziomie rozgrywkowym.

Do tej pory wśród kobiecych klubów piłkarskich Łódź na najwyższym poziomie reprezentował UKS SMS Łódź. Podopieczne Marka Chojnackiego wygrały w ostatnich latach mistrzostwo i Puchar Pol-

ski, a także zagrały w kwalifikacjach Ligi Mistrzów. Niewykluczone, że już niedługo SMS zyska poważnego derbowego rywala.

**AKS SMS Łódź rośnie w siłę**

Przed rozpoczęciem sezonu 2023/24 w AKS-ie SMS Łódź powołano drużynę kobiecą. W pierwszym sezonie w III lidze łodzianki zajęły czwartą lokatę, ale rok później przeszły przez sezon jak burza – notując 20 zwycięstw w 20 me-

czach. Dzięki temu już za chwilę drużyna rozegra debiutancki sezon na boiskach II ligi. Trzeci poziom rozgrywkowy to tylko przystanek w planie rozwoju klubu. Celem jest to, żeby drużyna seniorska zagrała w Ekstralidze. Pomoc ma w tym doświadczenie – zarówno liderki drużyny, Dominiki Gąsieniec, jak i Macieją Humerkiego, który jest częścią sztabu szkoleniowego. Pierwszy mecz w II lidze



AKS SMS Łódź rozegra na własnym boisku, w weekend 23-24 sierpnia.

Mateusz Dęderski



## ŁÓDZKA POGODYNKA

ŚRODA

20°C

Imieniny  
obchodzą:  
January, Oktawian,  
Wincenty, Bronisław,  
Jakub, Stefan

06.08



CZWARTEK

24°C

Imieniny  
obchodzą:  
Donat, Dorota,  
Kajetan, Albert,  
Andromeda, Klaudia

07.08

Rodzinne  
miasto

## INSPIRACJE

## ROK WŁADYSŁAWA REYMONTA

„Ziemia obiecana” Władysława Reymonta – jak twierdzili badacze literatury – była powieścią o wielkim potencjale filmowym, a technika pisarska w tym wypadku przypominała nieco scenariusz filmowy w pewnym ujęciu montażowym. Jednak geneza powstania filmu Andrzeja Wajdy nie była tak oczywista i natychmiastowa, bo reżyser podszedł inaczej do pierwowzoru literackiego. Wiosną 1973 r., po wyczerpującej pracy nad filmem „Wesele”, rozpoczął przygotowania do nakręcenia adaptacji „Ziemi obiecanej”. Na tę powieść znacznie wcześniej,



Łódzkie pałace i fabryki, zachowane niemal w oryginalnym stanie, czekały w latach 70. XX w. na rękę i oko mistrza polskiego kina

bo w 1967 r., zwrócił uwagę Andrzej Żuławski, który pokazał Wajdzie również film oświatowy Leszka Skrzydły „Pałace ziemi obiecanej”.

Mistrz się zachwycił, a szansę na odtworzenie realiów XIX-wiecznej Łodzi stwarzała sama architektura miasta – gotowe plenery czekały na wykorzystanie w pracy nad filmową epopeją fabrycznego molocho.

agr

POLITYCZNE  
PEJZAŻE

## KARTKA Z KALENDARZA

6 sierpnia 1892 r. w Kijowie urodził się Henryk Jan Józewski, ps. Olgierd – działacz niepodległościowy i państwowy II RP, piłsudczyk, minister spraw wewnętrznych (1929-1930), wojewoda wołyński (1928-1938), ostatni wojewoda łódzki (1938-1939), a także artysta malarz, kawaler orderu Virtuti Militari. Uczęszczał do gimnazjum w Kijowie, potem podjął studia matematyczne. Działal



Henryk Józewski, polityk i malarz, ostatni wojewoda łódzki w czasach II RP

w polskich konspiracyjnych organizacjach młodzieżowych, w 1914 r. wstąpił do PPS-Frakcji Rewolucyjnej, tworzył strukturę POW w Kijowie,

którymi kierował do 1919 r. W kwietniu 1920 r., po zawarciu umowy pomiędzy Piłsudskim i Petlurą, został wiceszefem MSW w rządzie Ukrain-

skiej Republiki Ludowej. Był jednym z organizatorów zamachu majowego w 1926 r. i pełnił potem funkcję szefa gabinetu premiera. W 1928 r. został mianowany wojewodą wołyńskim, gdzie przez dziesięć lat wprowadzał

program asymilacji ludności na Kresach, co krytykował obóz narodowy. W kwietniu 1938 r. został przeniesiony na stanowisko wojewody łódzkiego. Druga wojna światowa to okres walki w konspiracji – w Komendzie Głównej Służby Zwycięstwu Polski i w Związku Walki Zbrojnej. Po wojnie związał się z organizacjami NIE i WiN. W 1953 r. został aresztowany przez UB i skazany na dożywocie, które zmieniono na 12 lat więzienia. Na fali amnestii w 1956 r. Józewski wyszedł na wolność i zajął się malarstwem, tworząc głównie pejzaże i portrety, które znajdują się w zbiorach Muzeum Narodowego w Warszawie. Polityk i artysta zmarł 23 kwietnia 1981 r. i spoczął na Powązkach. agr

ŁÓDŹ.pl  
DLA SEMORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie w piątek  
8 sierpnia

ŁÓDZKIE GAWĘDY  
DUCH  
REWOLUCYJNO-  
NARODOWY

We wrześniu 1917 r. powołano w Warszawie Radę Regencyjną jako najwyższą polską władzę państwową, zależną jednak od okupanta. Wielka burżuazja łódzka zajęła postawę lojalną wobec Rady Regencyjnej i Rady Stanu, której członkiem z ra-

mienia Związku Niezależności Gospodarczej został Henryk Grohman. W Łodzi podjęto prace nad powołaniem organizacji przemysłowców poprzez przekształcenie istniejącej Sekcji Przemysłu Włóknistego w samodzielny związek. Aktywnie



Rada Regencyjna powołana 12 listopada 1917 r. przez Niemcy i Austro-Węgry. W jej skład wchodził: hr. Józef Ostrowski, abp Aleksander Kakowski i ks. Zdzisław Lubomirski

KRYMINAŁKI  
ZNAD ŁÓDKI  
SPOWIEDŹ  
KATA

Nawet carskie władze zareagowały na sadystyczne zachowania Ryszarda Fremła, kata z łódzkiego więzienia, i zwolniły go. Ten w odwecie w 1909 r. opublikował w jednym z czasopism „Spowiedź kata” w formie listu do naczelnika żandarmerii, w którym wskazał trudne warunki życia po stracie posady i skarżył się, że za wierną służbę pozostał bez kawałka chleba i mieszkania razem z żoną. Groził podwójnym samobójstwem, jeśli nie otrzyma pomocy. Miasto natomiast obiegała wieść, że wspomniana małżonka urządziła Ryszardowi awanturę na dworcu, gdy próbował wyjechać potajemnie do Berlina do swojego ojca, który prowadził tam hotel czy zajazd. Pani Anna Fremel wyszła za zwykłego robotnika, była świad-

kiem jego przemiany w bojowca Socjaldemokracji Królestwa Polskiego i Litwy, a potem więzienia, i finalnie zostać żoną kata. Co więcej, ponoć powiesił on swojego szwagra zamieszanego w zamach na drugiego z braci, zdrajcę i konfidenta – Augusta. Na tym nie koniec, bo choć Fremel musiał uciekać z Łodzi przed zemstą mścicieli, dbał o swój image – np. w „Tygodniku Łódzkim Ilustrowanym” ukazał się w 1912 r. artykuł „Pamiętniki Fremła”, opracowany rzekomo na podstawie rozmów z byłym katem. Z tekstu wynikało, że Ryszard nie był chętny do nauki, znał dobrze łódzkie zakamarki, szybko nawiązywał znajomości, był może nieco tchórzliwy, ale na pewno bardzo sprytny. agr

## GALERIA ŁÓDZKICH KAMIENIC I DETALI



Detal architektoniczny kamienicy przy ul. Nawrot 2a

zajmowali się tą sprawą m.in. H. Barciński, A. Grohman, L. Hirsberg, M. Kernbaum, M. Poznański, R. Steinert i K. Scheibler jr. Wiadomości o sytuacji międzynarodowej aktywizowały społeczeństwo. Napływały doniesienia o rewolucji lutowej w Rosji, a wybuch rewolucji październikowej i dekrety władzy sowieckiej potęgowały w Łodzi dążenia niepodległościowe i radykalizację środowisk robotniczych, zwłaszcza pod wpływem PPS-Lewicy i SDKPiL. Wystąpienia robotnicze przeradzały się w manifestacje polityczne.

Wśród mieszkańców Łodzi krążyły sprzeczne opinie na temat rewolucji. Partie socjalistyczne znalazły się w trudnej sytuacji, bo Łódź po latach wojny straciła swój robotniczy charakter, a ubytek 258 tys. mieszkańców, w większości najbardziej aktywnych robotników, spowodował przewagę mieszczaństwa i lumpenproletariatu. Dochodziło do rozruchów głodowych i strajków na tle ekonomicznym. Sytuacja w mieście nadal była trudna, narastał duch rewolucyjno-narodowy, ale jednocześnie odżywały nadzieje niepodległościowe.

agr