

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE KREUJĄ

ŁÓDŹ TĘM DLA
KRYMINALNYCH
ZAGADEK

strona 10

OGRODOWA BĘDZIE GORĄCYM ADRESEM

REMONT DAWNYCH DOMÓW ROBOTNICZYCH **strona 3**

AKTUALNOŚCI

NOWE
TOROWISKÓ
NA LEGIONÓW

strona 2

AKTUALNOŚCI

PARK
ŚLEDZIA
PIĘKNIEJE

strona 5

TEMAT NUMERU

DZIEJE SIĘ
W EC1

strona 8-9

KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWIŁA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL

ZADZWOŃ: 722 006 791

ULICA LEGIONÓW

WIDAĆ JUŻ
TOROWISKO

Trwa wielka przebudowa ul. Legionów. Inwestycja przewiduje nie tylko gładką jezdnię i proste chodniki, ale również nowe torowisko. Widać już jego docelowy układ, a przy skrzyżowaniu z ul. Zachodnią gotowe są pierwsze odcinki torów.

Obecnie pracownicy montują nowe torowisko, w okolicy widać już rozjazdy. Na przełomie października i listopada wykonawca planuje wznowić ruch tramwajowy ul. Zachodnią po nowych torach i zająć się drugą częścią skrzyżowania.

Dojazd do Starego Cmentarza

Po wykonaniu prac ziemnych robotnicy przystąpi

do tworzenia nowej konstrukcji drogi. Wylane zostały betonowe ławy pod torowisko, a w rejonie ul. Pogonowskiego są już ułożone płyty podtorowe. Na koniec października zaplanowano budowę torowiska na odcinku do ul. Żeligowskiego. Umożliwi to udostępnienie przejazdu ul. Legionów do ul. św. Jerzego i dojazd na Wszystkich Świętych do Starego Cmentarza przy ul. Ogrodowej. TAnd

FOT.LODZ.PL



FOT.FREEPIK

WYMIENŃ PIEC
Z DOFINANSOWANIEM

Można już składać wnioski w miejskim programie „Ciepłe mieszkanie”. Łodzianie przeznaczą dofinansowanie na wymianę starego pieca węglowego na bardziej ekologiczne źródło ciepła.

Program zakłada rezygnację z ogrzewania węglem i zainstalowanie innego źródła energii – na prąd, gaz, pellet czy pompę ciepła. Istnieje

również możliwość zdobycia pieniędzy na podłączenie do sieci ciepłowniczej i na remonty, które poprawią wydajność energetyczną mieszkań (np. wymianę okien i drzwi).

Wszystkie informacje i dokumenty można znaleźć w Biurze Energetyki i Jakości Powietrza (ul. Piotrkowska 113) oraz na stronie internetowej tej jednostki. red

PRACA W LOGISTYCE
NA WYCIĄgniĘCIĘ RĘKI

Już we wtorek, 10 października, w godz. 10:00–18:00, w Fabryce Aktywności Miejskiej przy ul. Tuwima 10 odbędą się warsztaty „Pracuj w logistyce i produkcji”, których organizatorami są Urząd Miasta Łodzi oraz firma SEGRO.

Na warsztatach zaprezentują się klienci parku SEGRO: Komfort, Centor, PulpTec oraz AQ Wiring Systems,

a także MCKB, Sodexo i Randstad. Uczestnicy poszukują aktualnie: operatorów CNC, magazynierów, pracowników produkcyjnych, monterów i operatorów maszyn. Wstęp jest wolny. red

FOT.FREEPIK

ADOPTUJ

RUDI,
CO KLAPNIĘTE UCHO MA

Rudi ma zaledwie 4 lata. To sympatyczny i bardzo towarzyski pies. Został porzucony przez właścicieli, którzy skazali go na bezdomność i tułaczkę.

Zwierzak trafił do schroniska 29 czerwca. – Przez pierwsze tygodnie był bardzo zestresowany i wystraszony. Nie chciał nawiązywać kontaktu z człowiekiem, w końcu człowiek

go zawiódł – relacjonuje Marta Olesińska, szefowa Schroniska dla zwierząt w Łodzi. – Na szczęście czas zadziałał na jego korzyść i Rudi przekonał się, że nie każdy człowiek jest zły. Osoby zainteresowane adopcją zapraszamy do kontaktu ze schroniskiem: schronisko.biuro@o2.pl.

KaWa

FOT.SCHRONISKO

CIEMNA STRONA MIASTA

NA SYGNALE

ROZBÓJ W BIAŁY DZIEŃ

Policjanci zatrzymali sprawcę kradzieży rozbójniczej, który w dniu przestępstwa, szarpnięciem i uderzając pracownika ochrony sklepu, za wszelką cenę usiłował zatrzymać skradzione produkty. Grozi mu kara do 10 lat pozbawienia wolności. W sklepie przy ul. Struga uwagę pracownika ochrony zwrócił mężczyzna, któ-

ry rozglądając się nerwowo, zamiast do koszyka, wkładał kawę do plecaka. Czujny ochroniarz próbował uniemożliwić kradzież. Podczas szamotaniny 28-latek kilkakrotnie uderzył interwenującego ochroniarza. Po wielu bezowocnych próbach sprawca porzucił plecak i uciekł. red

„OGÓRKI”, IKARUSY I ELEKTRYKI
na łódzkich ulicach

W niedzielę, 8 października, ulicami miasta przejechała wielka parada autobusów. Wzięło w niej udział 20 pojazdów. Były m.in. zabytkowe jelicze i ikarusy, a także nowoczesne hybrydy i elektryki.



Z okazji 75-lecia komunikacji autobusowej MPK-Łódź zorganizowało wielką paradę autobusów, która przejechała z dworca Łódź Fabryczna do Manufaktury, gdzie można było dokładnie przyjrzeć się wszystkim pojazdom, zapoznać się z ich historią i zrobić sobie zdjęcia na ich tle. red



FOT.LODZ.PL

ULICA OGRODOWA

METAMORFOZA DAWNYCH FAMUŁ



Podwórko stanie się miejscem towarzyskich spotkań

Kompleks charakterystycznych, ceglanych famuł przy ul. Ogrodowej 24 jest na pierwszym etapie gruntownej przebudowy. Obiekt, który zachowa swój historyczny charakter, będzie pełnił funkcję „mixed-use”, co oznacza, że znajdują się w nim jednocześnie mieszkania, biura i usługi. Zaglądamy na plac budowy.

Budynki i teren dziedzińca zostały już oczyszczone i przygotowane pod prace remontowe. Robotnicy zabezpieczyli i uporządkowali znajdującą się tam zielen. Równoległe kończą się prace związane ze skuwaniem tynków wewnętrznych. Ważną częścią całego przedsięwzięcia jest odkrycie fundamentów, aby móc wzmocnić ich konstrukcję. Obecnie trwa również rozbiórka dwóch budynków gospodarczych. Po zakończeniu etapu przygoto-

wawczego wykonawca, firma Zab-Bud, przystąpi do dużych prac remontowych.

Gdzie historia spotyka nowoczesność

Famuła ma stać się nowoczesnym obiektem wielofunkcyjnym z przeważającą funkcją mieszkaniową – powstanie w nim 58 mieszkań pod wynajem długoterminowy oraz hostel z 41 pokojami. Będzie też 14 lokali użytkowych, które zostaną wynajęte łódzkim przedsiębiorcom i restauratorom. Powierzchnie biurowe, być może biura serwisowane, zajmą blisko 2,5 tys. mkw. przestrzeni na trzech kondygnacjach. Ambicją inwestora jest, żeby Ogrodowa 24 stała się najbardziej ekologicznym zabytkiem w Polsce. Poza roślinnością, która pojawi się między budyn-



kami oraz na nich (kwietne łąki, drzewa, trawniki rekreacyjne, zielone dachy i ściany, ogród deszczowy) nieruchomość ma zostać wyposażona m.in. w wydajną instalację fotowoltaiczną, instalację do odzysku wody szarej,

zbiornik wody deszczowej, ekologiczny system wspomagania ogrzewania i instalację ograniczającą zużycie wody w toaletach. Koniec prac przewidziano na 2025 r.

PS

FOT. MAT.PRAS.LODZ.PL

MUZEUM MIASTA ŁÓDZI

PONAD 100-LETNIA TAPETA JAK NOWA

Koniec prac konserwatorskich w Sali Arkadkowej Muzeum Miasta Łodzi. Trwały ponad dwa miesiące i polegały na zabezpieczeniu oraz uzupełnieniu ubytków w oryginalnej tapecie z początku XX wieku. Wykonano również rekonstrukcję tych tapet, które się nie zachowały.

To kolejny etap prac konserwatorskich w Sali Arkadkowej, pełniącej funkcję pokoju karcianego. Datowaną na rok 1903 tapetę ozdobił neogotyckim wzorem, tzw. rybim pęcherzem. Mimo upływu dekad zachowała się w dobrym stanie.

– Bardzo nas ucieszył dobry stan tapety, co umożliwiło pozostawienie na ścianach jej oryginalnych fragmentów i uzupełnienie jedynie ubytków. W całości zrekonstruowaliśmy tapety tylko na tych ścianach, na których nic się nie zachowało. Takie oryginalne tapety z początku XX wieku to naprawdę rzadkość – mówi Magda Komarzeniec, dyrektorka Muzeum Miasta Łodzi. W latach 60. przykryto je warstwą gazet, a podczas kolejnych remontów pokrywano je warstwami farby. Najpierw należało zabezpieczyć tapetę, a na-

stępnie uzupełnić ubytki zaprawy i papieru. Zrekonstruowana tapeta zo-

stała pomalowana metodą szablonową.

red



FOT.LODZ.PL

Zabierz głos w wyborach

15 października 2023 r. odbędą się wybory parlamentarne i referendum. Łódzianie, którzy nie mają w Łodzi meldunku, również będą mogli głosować. Wystarczy, że dopiszą się do spisu wyborców. Osoby, które w dniu głosowania wyjeżdżają z miasta, powinny pobrać zaświadczenie dające im możliwość wzięcia udziału w wyborach, gdziekolwiek będą.

Jeśli mieszkasz w Łodzi, ale nie jesteś tu zameldowany, możesz dopisać się jednorazowo do spisu wyborców poprzez złożenie wniosku o zmianę miejsca głosowania. Możesz przesłać go przez Internet. Na stronie gov.pl uruchomiono specjalną usługę.

Jeżeli nie korzystasz z Internetu, dokument możesz złożyć osobiście w Urzędzie Miasta Łodzi przy ul. Smugowej 26A i 30/32 i ul. Krzemienieckiej 2B w godz. 8:00–18:00.

- W punkcie tym:
- pobierzesz zaświadczenia o prawie do głosowania,
 - złożysz wniosek o zmianę miejsca głosowania,
 - dopiszesz się do stałego rejestru wyborców,
 - złożysz wniosek o ustanowienie pełnomocnika.

red

INFO

Pamiętaj, że masz na to czas do czwartku, 12 października 2023 r.



JESIEŃ TO DOSKONAŁY CZAS NA NAUKĘ, JAK ZADBAĆ O ŚRODOWISKO. A NAUKA POPRZECZ DOŚWIADCZENIE TO NAJSKUTECZNIEJSZA METODA NA TRWAŁE ZAPAMIĘTYWANIE WAŻNYCH RZECZY. JAKIE PROPOZYCJE W TYM ZAKRESIE MA ŁÓDŹ?

ODWIEDŹ WYSTAWĘ **EKOEKSPERYMENTARIUM**

EkoEksperymentarium to interaktywna wystawa pokazująca zachowania przyjazne klimatowi, zorganizowana w łódzkiej Bramie Miasta. Pomaga spojrzeć na kwestie ekologii z perspektywy nas – użytkowników – i niesie ze sobą ważny przekaz: każdy może podejmować codzienne działania na rzecz środowiska. Wystawa to makieta mieszkania. W każdym z jego pomieszczeń omawiane są istotne kwestie ekologiczne oraz przedstawiane są sposoby na to, by dom był bardziej przyjazny dla nas samych i dla świata, jak również dla naszych kieszeni.

EkoEksperymentarium jest dostępne **bez żadnych opłat**. Można poeksperymentować w terminie **od 18 września do 10 listopada 2023 roku** w budynku A Bramy Miasta (ul. Kilińskiego 66). **Wystawa czynna: pn-pt. 9:00–15:00 (wejścia o pełnych godzinach, ostatnie o godz. 14:00) oraz soboty w godz. 11:00–16:00.**

NAKRĘĆ FILMIK I POKAŹ, JAK DBASZ O ŚRODOWISKO

Akcja **#ekotomy** to wyzwanie podejmowane w mediach społecznościowych (Instagram, LinkedIn, Facebook). Osoby, które chcą pokazać własne małe kroki stawiane w trosce o środowisko, zamieszczają filmik obrazujący te pozytywne zachowania, np. sposoby oszczędzania wody, energii, ograniczenie kupowania rzeczy nowych, naprawę rzeczy starych.

Ważne, by film oznaczyć **#ekotomy** – każde użycie **#** oznacza złotówkę na rzecz Ośrodka Rehabilitacji Dzikich Zwierząt w łódzkich Łagiewnikach. W poście nominujemy również kolejne 3 osoby/profile/firmy/institucje/szkoły do podjęcia wyzwania. Wśród nominowanych są osoby publiczne, m.in. prezydenci miast, aktorzy, sportowcy, przedsiębiorcy, działacze społeczni.

ZMIERZ SIĘ Z EKSPERYMENTEM, KTÓRY PRZEPROWADZIŁY DZIECI W RAMACH PROJEKTU „ŁÓDZKIE SZKOŁY DLA KLIMATU”

105 uczniów z miejskich szkół uczestniczyło w pilotażowym projekcie **Łódzkie Szkoły dla Klimatu**. W ramach części edukacyjnej mierzyli się z wyzwaniami dotyczącymi ograniczenia zużycia zasobów w trosce o środowisko.

Wyzwanie podjęli także nauczyciele i kadra projektu. Zaangażowanie dorosłych miało pokazać młodym ludziom, że nie są osamotnieni w trosce o przyszłość planety. Do wyboru było kilka eksperymentów. Dotyczyły one oszczędzania wody i energii, ekologicznego transportu, ograniczania spożycia mięsa, niemarnowania żywności, ekologicznych zakupów, ograniczania korzystania z internetu i spędzania czasu na fonie natury.

Każdy uczeń wybrał temat, który najbardziej go interesuje. Zachęcamy do podjęcia podobnych eksperymentów we własnym domu. Projekt „Łódzkie Szkoły dla Klimatu” będzie kontynuowany w kolejnych latach.



INFORMACJE O WSZYSTKICH INICJATYWACH EKOLOGICZNYCH DOSTĘPNE SĄ NA STRONIE INTERNETOWEJ WWW.LODZ.PL/EKOPORTAL.

PARK STAROMIEJSKI

REMONT
CORAZ BLIŻEJ KOŃCA

Przystanek „Architektura”.
Dawniej krańcówka tramwajowa,
a obecnie siedziba
Łódzkiej Okręgowej
Izby Architektów

Wyczekiwany remont parku Staromiejskiego idzie zgodnie z planem i wszystko wskazuje na to, że zakończy się wraz z 2023 rokiem. Sprawdzamy, na jakim etapie są obecnie prace.

Robotnicy kładą nawierzchnie mineralne i granitowe na parkowych alejkach, wyrównują grunt pod tereny zielone. Po zachodniej stronie parku możemy ich już zobaczyć przy nasadzeniach krzewów i wysiewaniu traw ozdobnych. Jednocześnie trwa montaż oświetlenia. W najbliższych tygodniach wykonawcy przewidują kontynu-

owanie robót przy budowie fontann i montażu urządzeń na placach zabaw.

Jak zmieni się park Staromiejski?

Jeden z najczęściej odwiedzanych łódzkich parków

zyska zupełnie nowe oblicze. Stare alejki, fontanny i rzeźby zostaną wyremontowane, a to dopiero początek zmian. Park zyska także stylową małą architekturę i lampy, wygodne toalety, cztery altany i tyle samo nowych fontann (dwie symbolicznie

podkreślą ślad przebiegu koryta rzeki Łódki, a dwie kolejne będą nawiązywać do zarysu komina dawnej fabryki braci Gehlingów). W parku pojawi się także wiele atrakcji dla małych i dużych: zielony amfiteatr, tor

kowy, boisko do gry w bule, plenerowa siłownia i drugi plac zabaw z podziałem na strefy dla dzieci w różnym wieku. Przebudowane i przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami będą wejścia do parku od strony ul. Wolborskiej.

Park to jednak przede wszystkim zieleni i to o nią szczególnie zadbano podczas remontu. Ze Starym Rynkiem tę odnowioną, zieloną przestrzeń połączy system iluminacji „Promienie Światła”.

ML

FOT. ŁÓDZ.PL



Harnam w Chinach

Już niedługo Zespół Tańca Ludowego „Harnam” pojawi się na China International Folk Art Festival. Członkowie grupy zaprezentują podczas tego wydarzenia swoje najpiękniejsze tańce.

Na odbywającym się w Chinach międzynarodowym festiwalu artyści przedstawią trzy półgodzinne programy. Tańce

zostaną wykonane w choreografiach stworzonych przez Jadwigę Hryniewiecką, założycielkę zespołu. – Będą kujawiak do muzyki Piotra Perkowskiiego i oberek do kompozycji Adolfa Sonnenfelda. Oprócz tego polonez, mazur, tańce i przyspiewki nowosądeckie, a także pieśni łowickie – wymie-

nia Maria Kuśnierz-Skonięczna, kierowniczka zespołu. – Chcemy pokazać najpiękniejsze tańce polskiej kultury. Występ uświetni też tradycyjny ubiór, m.in. stroje sannicze oraz te stylizowane na polską szlachtę. Do Azji polecą 18 osób – 16 tancerzy i tancerek oraz dwoje opiekunów. Wyjazd zaplanowano na 10 paź-

dziernika. Organizatorzy festiwalu podkreślili, że zapraszają Harnam dlatego, że reprezentuje wysoki poziom artystyczny. Po powrocie tancerze zajmą się przygotowaniem do grudniowego wydarzenia. W tym roku mija 120 lat od urodzenia Jadwigi Hryniewieckiej. Z tej okazji zespół zaprosi łódzian na koncert stworzony z jej choreografii.

Konrad Wojtczak

FOT. MAT PRAS.

NOWY SPRZĘT DO WALKI Z NOWOTWOREM KRWI

Szpital im. Kopernika w Łodzi wzbogacił się o nowoczesny sprzęt. Dzięki niemu będzie można skuteczniej leczyć nowotwory krwi. Z darowizny fundacji DKMS sfinansowano m.in. separator komórkowy, kriostat, cztery pompy infuzyjne i dwa fotele zabiegowe.

Najważniejszym urządzeniem przekazanym przez fundację jest separator komórkowy, umożliwiający pobranie od pacjenta komórek macierzystych służących później do przeszczepu. Dzięki niemu zwiększą się szanse leczenia na oddziale Hematologii i Transplantologii, z którego korzysta nawet 1000 osób miesięcznie. Do tej pory na oddziale dzia-

łały trzy takie urządzenia. – Dopuszczenie naszego oddziału pozwoli sprostać zwiększającej się rokrocznie liczbie pobrań komórek krwiotwórczych. Jest to ważne w obliczu planowanego dwukrotnego zwiększenia liczby łóżek w 2024 r. – tłumaczy prof. Agnieszka Wierzbowska, kierownik Oddziału Hematologii i Transplantologii w szpitalu im. Kopernika. Przypomnijmy, że na początku roku oddział ma przenieść się do nowego budynku. Fundacja DKMS na zakup nowoczesnego sprzętu przekazała w sumie 358 tys. zł.

JB

FOT. MAT PRAS.



Hedonizm w JESIENI ŻYCIA

Życie pełnią życia nie jest wcale trudne, chociaż stereotypy nie są w tym pomocne. A właściwie czemu by nie założyć najlepszej bluzki z szafy na codzienne zakupy? Na co miałyby „czekać” na tym wieszaku?

Twierdzenie, że pewnych rzeczy seniorom już nie wypada, jest szkodliwe i niesprawiedliwe. Choć przekonania o tym zmieni-

ły się w ciągu ostatnich lat, nadal można usłyszeć, że osobom

starszym nie wypada modnie się ubierać, cieszyć życiem, tańczyć czy uprawiać seks. Przekonanie, że pozostało im jedynie bierne trwanie na emeryturze lub ewentualnie zajmowanie się wnukami sprawia, że

życie niektórych osób z pokolenia „silver” jest po prostu nieciekawe, a nawet smutne. A wcale nie musi tak być!

Zadbaj o swoje szczęście

Umiejętności odczuwania przyjemności trzeba się nauczyć. Pamiętaj, że wszystko, co robimy, wpływa na nasz nastrój. Jeśli chcesz być szczęśliwy, czerp z życia pełnymi garściami i rób to, co sprawia Ci przyjemność. Nie potrzebujesz do tego zasobnego konta w banku, wyjazdu na ekskluzywne, egzotyczne wakacje czy najnowszego modelu samochodu. Takie „fajerwerki” zdarzają się raz na jakiś czas, dlatego warto nauczyć się czerpać radość z małych rzeczy, a także żyć teraźniejszością. Nie tkwić też w przeszłości („bo kiedyś było lepiej”) lub w przyszłości, obiecując sobie, co jeszcze zrobisz.

Moc drobnych przyjemności

Przyjemności może dostarczać dobre jedzenie czy świeżo zaparzona kawa lub herbata, wypita w pięknej porcelanie. Nie warto jej trzymać w kredensie na wyjątkowe okazje! Nie żałuj sobie też rzeczy, na które masz ochotę. Załóż nową bluzkę na spacer czy zakupy – niech nie czeka na Boże Narodzenie. Seniorzy często oszczędzają pieniądze na tzw. czarną godzinę lub dla dzieci i wnuków. Nie warto z tym przesadzać, jeśli w konsekwencji ciągle wszystkiego sobie odmawiasz. Podczas zakupów powinnaś kupić sobie ulubioną herbatę, a nie tę najtańszą. Przez większość życia dbałaś o kogoś: dzieci, wnuki, więc czas, byś skupiła się bardziej na sobie. Zdziwisz się, jak bardzo ucieszy się rodzina, gdy babcia to będzie ta „superbabka”, która zakłada do śniadania kolczy-

ki i radosna przy rodzinnym obiedzie opowiada o wycieczce z koleżankami. Musisz oszczędzać, bo emerytura niewielka, a niedzielny obiad dla rodziny trzeba zrobić? A może zmienić zasady? Ty zrób rosół i sernik, bo co jak co, ale sernik robisz najlepiej, zaś dzieci niech przyniosą sałatkę i drugie danie. Składkowego obiadu nikt finansowo nie odczuje, a i Ty nie będziesz musiała nadwyręzać sił, stojąc kilka godzin przy kuchence i piekarniku.

Odważ się żyć po swojemu

Ważne jest, by żyć po swojemu. Właśnie dlatego ubieraj się tak, jak lubisz, słuchaj muzyki, która Cię porusza, jedz to, na co masz ochotę, spędzaj czas tak, jak uważasz to za stosowne, z osobami, na których Ci zależy. Nie warto przejmować się, co powiedzą inni.

Alup



WIRTUALNE CENTRUM ZDROWEGO I AKTYWNEGO SENIORA

Przy miejskiej poradni zdrowia na Górnej (ul. Odrzańska 29) powstało wirtualne Centrum Zdrowego i Aktywnego Seniora. Tu seniorzy nie zapiszą się na gimnastykę kręgosłupa czy rękodzieło, ale za to dowiedzą się chociażby, jakie propozycje mają dla nich instytucje z tej okolicy.

Seniorzy coraz lepiej radzą sobie z korzystaniem z Internetu. Kursy obsługi komputera i smartfona cieszą się bardzo dużym

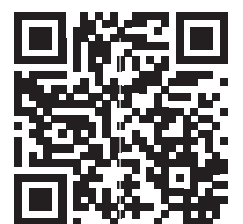
zainteresowaniem, dlatego stworzenie wirtualnego poświęconego zdrowiu i dobremu samopoczuciu to kolejny krok w ich aktywizacji. W wirtualnym centrum seniorzy byli zapraszani już do odwiedzenia Light.Move.Festival oraz na spotkanie z autorką monografii na temat Rudy Pabianickiej (w nowej filii miejskiej biblioteki przy ul. Ujście 4). Obecnie łodzianie uzyskują

tam informacje m.in. o głosowaniu w tegorocznym Łódzkim Budzecie Obywatelskim.

Gdzie znaleźć nowy, wirtualny CZAS? W mediach społecznościowych. OHO

INFO

Jeśli jesteś seniorem z Górnej – zjrzyj tutaj:



MANUFATURA FASHION WEEK

**PIĘKNO
W KAŻDYM ROZMIARZE**



Wielkimi krokami zbliża się łódzkie święto mody – Manufaktura Fashion Week. Już w sobotę, 14 października, w godz. 10:00–22:00 odbędzie się 18. edycja tego wydarzenia.

Tegoroczny program skupia się na ukazaniu różnorodności w świecie mody i udowodnieniu, że piękno nie ma jednego określonego rozmiaru czy formy.

Wyjątkowi goście

Na wybiegu w rotundzie galerii handlowej pojawią się m.in. amazonki z warszawskiego Stowarzyszenia Amazonek, które udowodnią, jak

wielka jest kobieca siła. Dla wielu z nich walka z rakiem piersi była początkiem nowego życia – na własnych zasadach, bez ograniczeń. Amazonki wyjdą na wybieg w stylizacjach przygotowanych przez Kasię Lipińską, stylistkę Manufaktury.

Pojawią się także nietypowi, bo czworonożni goście! W trakcie specjalnego pokazu na wybiegu pojawią się kilku psich podopiecznych OTOZ Animals Łódź. Wydarzenie odbędzie się w spokojnym pasażu handlowym (obok sklepu Gry-

can), przy cichej muzyce i stłumionym oświetleniu, by nie stresować zwierząt.

Nie zabraknie gwiazd

Nie może zabraknąć znanych twarzy! Sobotnie wydarzenie poprowadzą top modelka Klaudia El Dursi

i Mateusz Hładki, telewizyjny prezynter i reporter. Wyjątkową lekcję nauki chodzenia po wybiegu da sama Marcelina Zawadzka, jedna z najbardziej rozpoznawalnych modelek, Miss Polonia 2011, a także prezynterka telewizyjna.

Moda przez duże M

Pokaz specjalny zaprezentują Marta Kuszyńska, Angelika Józefczyk, Acrimony i Tomasz Pluska z marką bandida_como_yo. Dla tych, którzy chcieliby spróbować własnych sił w tworzeniu ubrań, przygotowano coś specjalnego:

warsztaty upcyklingu ze znaną tiktokerką Angeliką Witek.

Nowe odkrycia branży i rabaty

W pokazach wystąpią także laureaci prestiżowego konkursu The Look Of The Year Polska. W piątek i sobotę (13 i 14 października) na gości Manufaktury czekać będą wyjątkowe rabaty i promocje, dzięki czemu szukanie modowych perełek i nowości będzie przyjemniejsze.

mat. pras.

FOTO: MAT. PRAS.

**BIBLIOTECZNY
ROZKŁAD
JAZDY**

W PONIEDZIAŁEK

Arabskie opowieści
9 października, godz. 17:00
filia nr 73, ul. Piękna 35/39

Spotkanie z Tanyą Valko, autorką popularnej „Arabskiej sagi”. Arabskie opowieści opisują ekscytujące losy arabistki, która w latach 80. zeszłego stulecia z duszą na ramieniu poleciała do Libii, gdzie rządził Kaddafi. – Dowiemy się, jak zaczęła się przygoda Valko z krajami arabskimi. Poznamy ciężkie, a czasem cudowne życie kontraktowiczów, posłuchamy o kontraktowych miłościach i przyjaźniach – zachęca organizatorki. Wstęp wolny.



WE WTOREK

BiblioROBOTY
10 października, godz. 17:00
Biblioteka Traf
ul. Cieszkowskiego 11A

Warsztaty edukacyjne dla dzieci w wieku 3–7 lat z robotem STEP. Zabawa z robotem pozwoli poznać litery, cyfry i słowa związane ze zwierzętami, transportem i jedzeniem. Udział bezpłatny, obowiązują zapisy: 571 553 071.



W ŚRODĘ

Anioł śmierci z kilku stron
11 października, godz. 18:00
Biblioteka Wolność, pl. Wolności 4

Czy o przemijaniu i śmierci można mówić bez patosu, a nawet żartobliwie? Antoni Kroh, korzystając ze swej imponującej wiedzy etnograficznej i pasji bibliofilskiej, proponuje takie właśnie spojrzenie w książce „Anioł śmierci z kilku stron”. Spotkanie z autorem książki będzie okazją do posłuchania wybranych historii oraz otwartej rozmowy o tym, co ostteczne. Wstęp wolny.

W CZWARTEK

Warsztaty lalkarskie
12 października, godz. 17:00
filia nr 19, ul. Żubardzka 3

Międzypokoleniowe warsztaty lalkarskie z robienia kukietek. Uczestnicy poznają tajniki pracy lalkarza i będą mieli okazję samodzielnie wykonać lalkę. Warsztaty poprowadzi Monika Bojanowska z Teatru Pinokio w Łodzi. Zapisy: 571 553 019.

W SOBOTĘ

Bałuty Pany i Panie
14 października, godz. 18:00
Biblioteka Rozgrywka, ul. Powstańców Wielkopolskich 3

Wernisaż prac Kacpra Zaorskiego-Sikory pt. „Bałuty Pany i Panie”. Artysta zwraca uwagę na nieoczywiste piękno Łodzi, a szczególnie Bałut, z którymi czuje się związany. W czasie spotkania zostanie wyświetlony film Mai Górczak „Witamy w krainie piękna i prawdy”. Pośród popadających w ruinę budynków łódzkiej dzielnicy malarz i graficiarz odnajduje nieoczywiste piękno. Wstęp wolny.

W NIEDZIELĘ

Po horyzontu ulic kres
15 października, godz. 13:00
Biblioteka Otwarta, ul. Narutowicza 8/10

Spacer z przewodnikiem po ul. Narutowicza. Uczestnicy poznają różne historie z nią związane. Zbiórka przy bibliotece. Wstęp wolny!





HALA MASZYN

Najpiękniejsza sala w całej elektrowni. Tutaj organizowane są wydarzenia, konferencje, kongresy, festiwale i spotkania z gwiazdami. Jej ozdobą są m.in. potężne suwnice pod sufitem oraz schody z kutą balustradą i charakterystycznym zegarem. Gościła tu m.in. obsada serialu „Wiedźmin” z Henrym Cavillem na czele.

WIĘCEJ INFO:
ec1lodz.pl

W

BĘDZIE WSZ

W ten weekend oficjalnie zostanie otwarte Narodowe Centrum Kultury w EC1 będą już dostępne. Co tam znajdziemy?

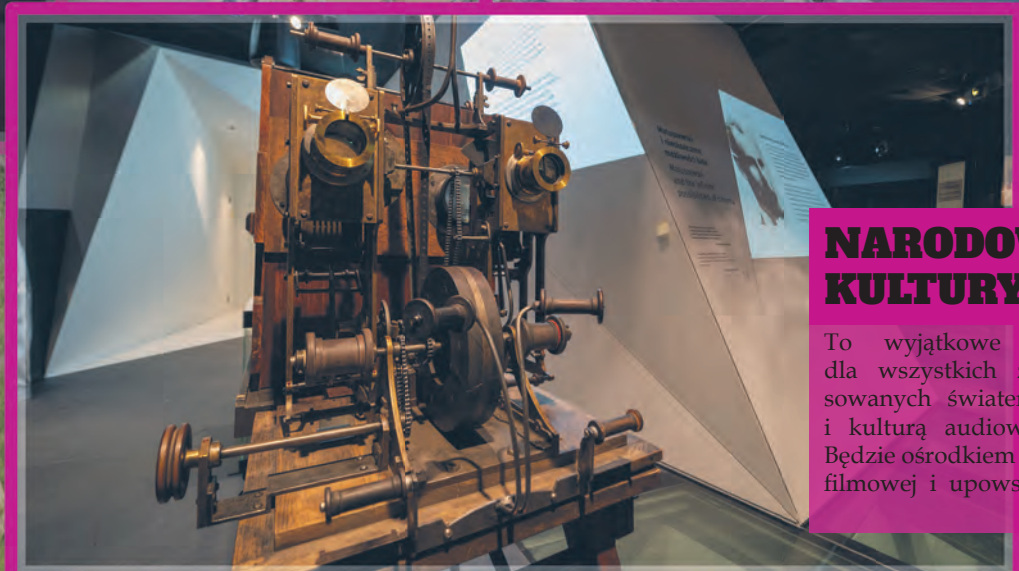


PLANETARIUM

Najnowocześniejsze w Polsce planetarium mieści się właśnie w pierwszej łódzkiej elektrowni. Jest otwarte od wtorku do niedzieli i zabiera w podróż

w Kosmos zarówno grupy zorganizowane, jak i pojedynczych gości.

WIĘCEJ INFO:
planetariumec1.pl



NARODOWE C KULTURY FILM

To wyjątkowe miejsce dla wszystkich zainteresowanych światem filmu i kulturą audiowizualną. Będzie ośrodkiem edukacji filmowej i upowszechnia-

EC1

Wszystko

y Filmowej. To oznacza, że wszystkie atrakcje



CENTRUM KOMIKSU I NARRACJI INTERAKTYWNEJ

To świątynia opowieści obrazkowej. Znajdziemy tutaj nie tylko multimedialne wystawy poświęcone historii komiksu i gier, ale także fachowe wsparcie i przestrzeń warsztatowe. Jeśli chcesz projektować gry albo tworzyć komiksy, jest to najlepsze miejsce, by to robić.

WIĘCEJ INFO:
centrumkomiksuec1.pl



ULICA ŻYWIOŁÓW

Ideą Ulicy Żywiołów jest pobudzenie dziecięcej ciekawości i wsparcie w rozwoju indywidualnego potencjału. Jest inspiracją do podróży zmierzającej do odkrywania rzeczywistości. Powstała, żeby dzieci utrzymały fascynację otaczającym światem, by mogły ten świat kształtować, gdy będą dorosłe.

WIĘCEJ INFO:
ulicazywiolow.pl

CENTRUM NAUKI I TECHNIKI

To multimedialne i interaktywne centrum wiedzy o świecie i energii oraz jej powstawaniu. Ekspozycjami są nie tylko stanowiska do eksperymentowania, jak działają prawa nauki

i siły przyrody, ale także oryginalne maszyny, które w XX wieku dostarczały Łodzi prąd.

WIĘCEJ INFO:
centrumnaukiec1.pl

CENTRUM KINOWEJ

nia wiedzy o kinie, centrum wiedzy o historii filmu i jego przyszłości.

WIĘCEJ INFO:
nckf.pl

JAK TU TRAFIĆ?

Do EC1 możemy dojść od ulic Targowej, Tuwima, Sass-Zdort i Hasa.

Tramwajem: z przystanków przy dworcu Łódź Fabryczna i skrzyżowania Kilińskiego/Tuwima

Autobusem: z przystanków przy dworcu Łódź Fabryczna i skrzyżowania Tuwima/Kilińskiego

Pociągiem: z dworca Łódź Fabryczna

Samochodem: z parkingu na dworcu Łódź Fabryczna



MISTRZYNI KRYMINALEU

Agnieszka Płoszaj już od dziecka interesowała się literaturą, ale dopiero w 2017 r. wydała swoją pierwszą książkę. Z biegiem lat pisała kolejne powieści. W środę, 11 października, do księgarni trafi jej najnowszy kryminał „Nie zabijaj”.

Konrad Wojtczak: Jak to się stało, że zaczęła Pani pisać?

Agnieszka Płoszaj: Zawsze miałam kontakt z literaturą. Lubiłam czytać, ale nigdy nie zdawałam sobie sprawy z tego, że będę wydawać książki. Na samym początku prowadziłam własną działalność i założyłam rodzinę. To były priorytety w moim życiu. Cały czas jednak ciągnęło mnie do pisania, dlatego w wolnych chwilach przygotowywałam prace na różne konkursy literackie. Później postanowiłam wreszcie skupić się na swojej pierwszej powieści. Po wydaniu „Czarodziejki” uświadomiłam sobie, że chcę kontynuować tę przygodę.

Dlaczego każda napisała przez Panią książka jest kryminałem?

Bardzo lubię ten gatunek, bo potrafi wzbudzać w czytelnikach mnóstwo emocji. Zawsze też fascynowała mnie ciemna strona człowieka, która powoduje, że sięga on do ostatecznego rozwiązania – morderstwa.

Ale stworzenie intrygi kryminalnej na pewno nie jest łatwe.

To prawda, trzeba odpowiednio zadbać o to, aby osoby czytające powieść były nią zainteresowane, ale równocześnie nie odgadły zbyt szybko finału. Co ciekawe, o wiele trudniej zainteresować młodego czytelnika. Swego czasu napisałam dwie książki kryminalne dla dzieci. To był projekt polegający na tym, że autorzy piszący na co dzień brutalne rzeczy mieli za zadanie napisać coś łagodnego. Podczas przygotowywania tych książek musiałam uważać na sposób wypowiedzi poszczególnych bohaterów i ich słownictwo. Wymyślone intrygi musiały sprawiać wrażenie prawdziwych, bo dzieci po przeczytaniu książki powinny mieć wrażenie, że te historie być może wydarzyły się naprawdę.

W jakim celu osadza Pani fabułę swoich powieści w Łodzi?

Wiele polskich miast ma swoich autorów, dla tego Łódź nie może być gorsza

(śmiech). Jako rodowita łodzianka jestem bardzo dumna ze swojego pochodzenia, z tego względu chętnie przedstawiam czytelnikom rodzimą historię i kulturę. Osoby sięgające po moje kryminały mogą się z nich dowiedzieć wielu rzeczy, m.in. o rodzinie Biedermannów, a także o nasypie na Olechowie, w którym pochowano podczas II wojny światowej ludzi wycieńczonych katorżniczą pracą.

Jak inne osoby postrzegają Pani kryminały?

Słyszę wiele pozytywnych opinii. Czytelnicy zwracają uwagę też na to, że jestem odważna, bo nie boję się poruszać tematów, które

mogą zostać uznane za kontrowersyjne. Opowiadałam już m.in. o aborcji wśród nastolatek, a w swoim najnowszym kryminale – „Nie zabijaj” – piszę o fanatykach religijnych. Być może niektórym się to nie podoba, ale chcę zwracać uwagę na kwestie, które robią na mnie wrażenie. Poza tym zawsze staram się być obiektywna i nie stać po żadnej ze stron.

Czego możemy się spodziewać po „Nie zabijaj”?

Tuż przed premierą nie chcę zbyt wiele zdradzać, ale na pewno jest to opowieść o seryjnym mordercy grającym w Łodzi. Jego ofiarami są influencer, telewizyjna wróżbiarka i modelka. Policjanci Zoja Sterlak i Mariusz Kardas muszą rozwikłać kryminalną zagadkę – najprawdopodobniej jedną z najtrudniejszych w ich karierze. To już druga część

przygód Zoi i Mariusza, którzy wystąpili także w kryminale pt. „Bez wyboru”. Po „Nie zabijaj” warto sięgnąć po to, aby lepiej poznać główną bohaterkę. Jej charakter jest naprawdę ujmujący.

Jak wiele pracy włożyła Pani w przygotowanie tej książki?

Bardzo dużo. Zawsze, zanim zacznę pisać jakąkolwiek powieść, robię dogłębny research. Pracuję również z przedstawicielami różnych dziedzin, np. z policjantami i patologami, bo nie mogę sobie pozwolić na błędy merytoryczne.

FOT. MARTA MACHEJ, FREEPIK



INFO

Dotychczas Agnieszka Płoszaj wydała siedem powieści – „Czarodziejkę”, „Ogrodnika”, „Bigamistę”, „Pałac pod Ptasimi Głowami”, „Czarci młyn”, „Bez wyboru” i „Nie zabijaj”. W przyszłości, oprócz pisania kolejnych kryminałów, planuje stworzyć książkę dokumentalną.

Każdy ma prawo CZUĆ SIĘ DOBRZE

10 października obchodzony jest Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. To pretekst do pogłębiania wiedzy i obalania stereotypów związanych ze zdrowiem psychicznym dzieci i dorosłych.

WHO szacuje, że niemal miliard osób na całym świecie cierpi z powodu zaburzeń zdrowia psychicznego. Coraz częściej dotyczą one również dzieci i młodzieży. Tegoroczne hasło Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego brzmi

„Zdrowie psychiczne jest powszechnym prawem człowieka”. Każda osoba, która tego potrzebuje, powinna mieć dostęp do rzetelnej porady, opieki i leczenia, a zaburzenia zdrowia psychicznego nie powinny być powodem wykluczenia i izolacji społecznej. – Naszym celem jest zwrócenie szczególnej uwagi społeczeństwa na problematykę zdrowia psychicznego oraz kształtowanie właściwych postaw ludzkich wobec osób cierpiących

na zaburzenia psychiczne – mówi Agata Kobylińska, pełnomocniczka Prezydent Miasta Łodzi ds. Dzieci i Młodzieży. W społeczeństwie wciąż funkcjonują krzywdzące stereotypy, które sprzyjają, że osoby potrzebujące wsparcia wstydzą się szukać pomocy u specjalistów. Zdrowie psychiczne jest jednym z podstawowych czynników wpływających na jakość życia człowieka, również najmłodszego.

red

INFO

Łodzianie będą mogli uświadomić sobie skalę problemu 11 października o godz. 10:00 podczas happeningu w pasażu Schillera. Do działań na rzecz promowania zdrowia psychicznego może przyłączyć się każdy.

W Łodzi działają dwa numery wsparcia dla osób w kryzysie:

- 42 630 11 02 – czynny od poniedziałku do piątku w godz. 8:00–20:00
- 19 288 – czynny od poniedziałku do niedzieli w godz. 20:00–8:00

Wsparcia udzielają również psychologowie dyżurujący pod numerami:

- 116 111 – telefon zaufania dla dzieci i młodzieży
- 116 123 – telefon zaufania dla osób dorosłych
- 800 120 002 – telefon Niebieskiej Linii przeznaczony dla ofiar przemocy w rodzinie
- 800 108 108 – bezpłatna linia wsparcia dla osób po stracie bliskich

Miesiąc PROFILAKTYKI RAKA PIERSI

Październik jest miesiącem profilaktyki raka piersi. Zadbaj o siebie i skorzystaj z bezpłatnych badań.

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet. Wcześniej wykryty jest niemal w 100 proc. uleczalny. Niestety w początkowym stadium nie daje żadnych objawów. Badaj się systematycznie i nie dopuść do rozwoju choroby.

Dla kogo?

Program profilaktyki raka piersi skierowany jest do kobiet w wieku od 50 do 69 lat, które przez ostatnie dwa lata nie miały wykonywanej mammografii, nie miały wcześniej

stwierdzonej złośliwej zmiany nowotworowej piersi lub otrzymały pisemne wskazanie do wykonania ponownego badania z powodu obciążenia czynnikami ryzyka. Ważne! Od 1 listopada 2023 r. z programu mogą korzystać kobiety w wieku 45–74 lat.

Jak wziąć udział w programie?

Do udziału w programie nie trzeba mieć skierowania! Wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić telefonicznie na badanie. Pamiętaj, że jeśli się nie kwalifikujesz, możesz wykonać USG piersi lub mammografię na podstawie skierowania od ginekologa lub onkologa.

Gdzie?

Mammografię w ramach programu profilaktycznego wykonasz w jednej z wielu pracowni stacjonarnych. Badanie jest możliwe również w mammobusach, które w październiku odwiedzą województwo łódzkie w 22 powiatach. Na ich trasie przewidziano prawie 100 przystanków. Wszystkie informacje wraz z adresami placówek są dostępne na stronie: gsl.nfz.gov.pl/GSL/GSL/Programy-Profilaktyczne.

KaWa

INFO

W przypadku raka piersi istnieją czynniki, które mogą przyczyniać się do wzrostu ryzyka zachorowania. Zadbaj o profilaktykę, szczególnie jeśli:

- jesteś kobietą (choć rak piersi może pojawić się również u mężczyzn),
- masz uwarunkowania genetyczne i w Twojej rodzinie ktoś chorował,
- miałaś wcześniej pierwszą miesiączkę lub późno menopauzę,
- masz ponad 50 lat,
- późno urodziłaś pierwsze dziecko.



SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

W tym tygodniu warto skupić się na budowaniu relacji zawodowych. Twoje kontakty mogą przynieść korzyści w przyszłości. Szczególnie pomyśl o tym w czasie kwadratury Marsa z Plutorem – nie warto wtedy prowokować kłótni. Psst! Uważaj na słowa Byka. Cytat tygodnia: „Na świecie są dwa szczęścia: jedno małe – być szczęśliwym, a drugie duże – uszczęśliwiać innych”. J. Tuwim

Wodnik (20.01-18.02)

Twoja kreatywność będzie w tym tygodniu na szczycie. To doskonały moment na rozpoczęcie projektu artystycznego lub eksperymentowanie z nowymi pomysłami. Wenus w opozycji z Saturnem zagwarantuje miłosne uniesienia w sypialni. Dobra rada: sprawdź, co mówi o Tobie Waga. Cytat tygodnia: „To, czego boimy się najbardziej, jest z reguły tym, co właśnie powinniśmy zrobić”. R. Emerson

Ryby (19.02-20.03)

W czasie trygonu Marsa z Saturnem postaw na harmonię i spokój. To dobry moment na medytację i relaksowanie się. Zanurz się głęboko w swoim wnętrzu, a zrozumiesz, co jest sednem ostatnich problemów. W sferze miłosnej nie szukaj sprzeczności, lecz kompromisów, szczególnie po 10 października. Cytat tygodnia: „Stracony jest każdy dzień bez uśmiechu”. K. Makuszyński

Baran (21.03-19.04)

Pora wyrazić swoje pomysły i zdobyć uznanie za swoją kreatywność. Bądź pewny siebie i idź za marzeniami, lecz staraj się utrzymywać równowagę między życiem osobistym a obowiązkami. Podczas kwadratury Marsa z Plutorem zadbaj o jakość komunikacji z rodziną. Cytat tygodnia: „Prawdziwa miłość nie wyczerpuje się nigdy. Im więcej dajesz, tym więcej ci jej zostaje”. A. Exupery

Byk (20.04-20.05)

Podczas opozycji Wenus z Saturnem weź na wstrzymanie ze szczerością. Pamiętaj, że Twoja empatia i zdolność do współczucia są wielkimi atutami. Możesz pomóc komuś w potrzebie, zamiast mówić wprost. W tym tygodniu umiejętności zarządzania finansami będą kluczem do sukcesu. Cytat tygodnia: „Nie gardź sobą, że bitwę przegrałeś. Trzeba pewnej siły, by się zapędzić aż tam, gdzie się bitwę przegrywa”. Ch. de Gaulle

Bliźnięta (21.05-20.06)

W tym tygodniu możesz być trochę chaotyczny, ale nie daj się zwieść bałaganowi. Zrób listę priorytetów i działaj zgodnie z nią, aby uniknąć zbędnego i czasochłonnego zamieszania. Wenus w Pannie po 9 października poprawi jakość relacji z rodziną. Nie zapomnij o zobowiązaniach względem Skorpiona. Cytat tygodnia: „Owoce dojrzewają w słońcu, ludzie zaś w świetle miłości”. J. Langbehn

Rak (21.06-22.07)

W tym tygodniu Twoje relacje interpersonalne są kluczowe. Skup się na bliższych osobach, poświęć im czas i uwagę. Ktoś z najbliższego otoczenia czeka na gest miłości i troski. Mars w Skorpionie da Ci zastrzyk energii i sprawi, że zamierzysz o podróż. Na początku uznasz, że to niewykonalne, ale gwiazdy radzą – po prostu wyjedź! Cytat tygodnia: „Nie byłam wszędzie, ale wszędzie na pewno jest na mojej liście”. S. Sontag

Lew (23.07-22.08)

Twoje ambicje są na najwyższym poziomie, ale pamiętaj o równowadze między pracą a życiem osobistym. Daj sobie czas na relaks i pozwól, by partner zaprosił Cię do własnego świata. Podczas opozycji Wenus z Saturnem możesz doświadczyć miłosnych rozterek. Nie krępuj się wyrażać swoich emocji. Cytat tygodnia: „Szczęście to nie jest stacja, do której zmierzasz, lecz sposób podróżowania”. L. Tolstoj

Panna (23.08-22.09)

We wtorek możesz natknąć się na rozwiązanie długo trwającego problemu. Bądź otwarty na nowe pomysły i podejścia, tylko one zagwarantują długotrwałe efekty. Merkury w Wadze potrafi rozlewnić, dlatego daj sobie chwilę luzu. Możesz poczuć się niesprawiedliwie oceniony przez Wodnika. Cytat tygodnia: „Życie daje tyle, ile ma się odwagę z niego wziąć”. M. Nurowska

Waga (23.09-22.10)

Twoja intuicja jest teraz bardzo silna. Zaufaj swoim przecuciom i podejmuj decyzje oparte na wewnętrznych przekonaniach. Przyda się to szczególnie podczas kwadratury Marsa z Plutorem, kiedy Panna może oszukiwać Cię w sferze spraw zawodowych. To dobry czas na analizę, czy obecna ścieżka kariery nadal spełnia Twoje oczekiwania. Cytat tygodnia: „Budząc się rano, pomyśl jaki to wspaniały skarb żyć, oddychać i móc się radować”. M. Aureliusz

Skorpion (23.10-22.11)

W tym tygodniu może pojawić się okazja do finansowego wzrostu. Bądź rozważny i przemyśl swoje inwestycje. Nie ryzykuj i weź pod uwagę zdanie specjalisty! W ferworze codzienności nie zapomnij o dbaniu o swoje zdrowie i dobre samopoczucie. Kawa z Baranem poprawi jesienny nastrój. Cytat tygodnia: „Wygrywa tylko ten, kto ma jasno określony cel i nieodparte pragnienie, by go osiągnąć”. N.Hill

Strzelec (23.11-21.12)

Twoja energia jest bardzo wysoka, co sprawia, że jesteś gotów na podjęcie wyzwania. Nie bój się ryzyka. Uważaj co mówisz do Byka, bo żarty odbierze jako natarczywy flirt. W relacji romantycznej będziesz opiekunem i przewodnikiem, ale nie zapominaj o swoich potrzebach i dbaj o równowagę między dawaniem a braniem wsparcia. Cytat tygodnia: „Stań na pierwszym planie. Żyj jak bohater. Bądź główną postacią. Bo inaczej po co nam to życie?” J. Coetzee

WYBORY PARLAMENTARNE

NIE POZWÓL ŻEBY KTOŚ WYBRAŁ ZA CIEBIE

15 października wybierzemy nowy Sejm, Senat i rząd. Na kolejne 4 lata zdecydujemy, jak będzie wyglądał nasz kraj. I każdy głos się będzie liczył.

Połowa kobiet w wieku 18–39 lat nie zamierza brać udziału w wyborach w najbliższy weekend. To 2,5 miliona głosów. To akurat tyle, żeby zdecydować, kto wygra wybory, samodzielnie lub w koalicji, i utworzy rząd. Tak właśnie było w grupie młodych podczas ostatnich wyborów w 2019 r. Połowa osób w wieku 18–29 lat nie głosowała, a to 2,5 miliona głosów. Ta liczba mogła zdecydować o wyniku wyborów, ale zdecydowała jedynie, że inni wybiorą za nich.

Frekwencja wyborcza też nie wypada najlepiej na tle całego kraju. W ostatnich wyborach wyniosła niecałe 62 proc., co znaczy, że co trzeci z nas nie wziął w nich udziału. Nie pozwólmy, aby ktoś decydował za nas, jak będzie wyglądał kraj przez najbliższe 4 lata.

Idź na wybory

Najbliższe wybory parlamentarne będą już w tę niedzielę, 15 października. Komisje wyborcze będą otwarte od godz. 7:00 do

godz. 21:00. Znajdują się zwykle bardzo blisko naszego domu. Większość administratorów wywiesi na kłatkach informacje o komisji, do których przypisany jest dany adres.

Jak sprawdzić, gdzie głosuję?

ELEKTRONICZNIE:

- wejdź na stronę www.gov.pl
- wybierz w prawym górnym rogu opcję „Zaloguj się”
- wybierz w bocznym lewym panelu „Twoje dane”
- wybierz ostatnią pozycję Centralny Rejestr Wyborców

STACJONARNIE:

- w urzędzie gminy.

Jak zmienić miejsce głosowania?

Osoby przebywające w Łodzi, ale mające swój okręg wyborczy gdzieś indziej mogą do 12 października zmienić miejsce głosowania na Łódź. Jak?

- na stronie gov.pl/web/gov/zmien-miejsce-glosowania
- w siedzibie UMŁ na ul. Smugowej 26a i 30/32 i Krzemienieckiej 2B w godz. 8:00 – 18:00

Osoby, które są zameldowane w Łodzi, ale w dniu wyborów będą przebywały

w innym miejscu i tam będą głosowały, muszą pobrać zaświadczenie w urzędzie gminy.

TEŻ MAJĄ CZAS DO 12 PAŹDZIERNIKA.

Referendum nie jest obowiązkowe

Wyborca dostanie 3 karty do głosowania: do Sejmu, do Senatu i w referendum. Każdy z nas może odmówić przyjęcia którejkolwiek z kart. Trzeba wyraźnie powiedzieć to komisji, a jej członek ma obowiązek umieścić w spisie wyborców w rubryce "uwagi" adnotację, np.: "bez referendum". Wyborca powinien sprawdzić, czy taka uwaga została zamieszczona w spisie.

Kiedy nasz głos jest ważny?

Zarówno w wyborach do Sejmu, jak i do Senatu głosować można tylko na jedną listę, stawiając znak "X" przy nazwisku jednego kandydata.

W referendum głosujący odpowiada oddzielnie na poszczególne pytania. Z zaświadczeniem można zgłoszować w dowolnym miejscu.

UWAGA! Nie możemy zgubić zaświadczenia, ponieważ nie dostaniemy jego duplikatu.

REFERENDUM

NIE JEST OBOWIĄZKOWE

15 PAŹDZIERNIKA DOSTANIESZ 3 KARTY DO GŁOSOWANIA:

DO SEJMU RP

DO SENATU RP

I W REFERENDUM

MOŻESZ ODMÓWIĆ PRZYJĘCIA KTÓREJKOLWIEK Z KART

W TAKIEJ SYTUACJI CZŁONEK KOMISJI MUSI UMIEŚCIĆ W SPISIE WYBORCÓW W RUBRYCE „UWAGI” ADNOTACJĘ, NP.

„BEZ REFERENDUM”

JAK SPRAWDZIĆ, GDZIE GŁOSUJĘ?

ELEKTRONICZNIE

WEJDŹ NA STRONĘ WWW.GOV.PL

1. WYBIERZ W PRAWYM GÓRNYM ROGU OPCJĘ „ZALOGUJ SIĘ”

2. NASTĘPNIE W BOCZNYM LEWYM PANELU „TWOJE DANE”

3. I OSTATNIĄ POZYCJĘ CENTRALNY REJESTR WYBORCÓW

STACJONARNIE

1. W URZĘDZIE GMINY

JAK ZMIENIĆ MIEJSCE GŁOSOWANIA?

DO 12 PAŹDZIERNIKA MOŻESZ ZMIENIĆ MIEJSCE GŁOSOWANIA NA TO, W KTÓRYM BĘDZIESZ PRZEBYWAĆ 15 PAŹDZIERNIKA

• NA STRONIE GOV.PL/WEB/GOV/ZMIEN-MIEJSCE-GLOSOWANIA

**• W SIEDZIBIE UMŁ
NA UL. SMUGOWEJ 26A I 30/32
NA UL. KRZEMIEŃCIEKIEJ 2B
W GODZ. 8:00 – 18:00**

CIGANIKS ZA TRZY PUNKTY

Emocji było jak na lekarstwo, obie drużyny mocno się zabarykadowały i grały głównie w środku pola. Wszystko wynagrodziła jednak niezwyklej urody bramka Andrejsa Ciganiksa, która dała Widzewowi zwycięstwo.

Sobotnie popołudnie, niebo w kolorze stali, gęsta mżawka – nie są to idealne warunki do oglądania meczu. Ponadto samo widowisko nie dostarczało zbyt wiele emocji. Statystyki wskazywały na to, że spotkanie Widzewa i Stali może być klasyczną walką zakończoną remisem, chociaż kibice liczyli, że RTS da im wiele rado-

ści. Na początku się na to nie zanosilo. Przez pierwsze pół godziny oglądaliśmy mało groźne akcje gospodarzy. Groźniejsze były te tworzone przez gości. Maciej Domański uderzył z lewej strony w długiego róg, jednak dobrze zachował się ię Henrich Ravas. W 34. minucie Widzew był bliski szczęścia. Świetnie dośrodkował Andrejs Ciganiks, a strzał głową Imada Rondicia wylądował na słupku. I to było na tyle. Później obie drużyny toczyły walkę głównie w środku boiska.

Przepiękna bramka Ciganiksa

Początek dru-

giej części nie różnił się od pierwszej – dużo rwanej gry, niedokładności i walki. Żadna z drużyn nie mogła wypracować sobie klarownej akcji. Zmieniło się dopiero w 67. minu-

cie, kiedy doskonałą okazję zyskał Julian Shehu. Miał on prostą drogę

do bramki, jednak jego strzał głową przeleciał nad poprzeczką. W 73. minucie tego

szczęścia już nie zabrakło. Widzew miał rzut rożny z prawej strony, obrońcy wybili dośrodkowaną piłkę, ale ta spadła pod nogi Ciganiksa, a Łotysz przepięknym uderzeniem z pierwszej piłki otworzył wynik meczu. Stal próbowała szybko odrobić stratę, lecz pośpiech nie sprzyjał dokładności i strzały lądowały obok bramki Ravasa. Na kilka minut przed końcem meczu podwyższyć mógł Antoni Klimek, jednak jego strzał fantastycznie obronił Mateusz Kochalski. Emocje były do samego końca, choć

niekoniernie związane z bramkami. Ciśnienia nie wytrzymał trener gości Kamil Kiereś, wobec czego sędzia Piotr Lasyk pokazał mu czerwoną kartkę. Chwilę po tym wybrzmiał gwizdek kończący mecz.

PB

WIDZEW

Ravas – Ciganiks, Żyro, Ibiza, Milos – Kerk (46' Shehu), Hanusek, Kun – Pawłowski (88' Da Silva), Tkacz (78' Klimek) – Rondić

Tabela na 08.10.2023, godz. 20:30

EKSTRAKLASA	M	G	PKT
1. Śląsk Wrocław	11	18:10	23
2. Raków Częstochowa	10	22:12	22
3. Jagiellonia Białystok	10	23:14	22
4. Legia Warszawa	10	19:11	20
5. Lech Poznań	10	19:14	20
6. Zagłębie Lubin	11	14:12	20
7. Pogoń Szczecin	11	22:13	18
8. Radomiak Radom	11	14:15	14
9. Widzew Łódź	11	14:16	14
10. Piast Gliwice	11	10:10	13
11. Cracovia	10	11:15	13
12. Stal Mielec	11	15:15	12
13. Warta Poznań	11	11:13	10
14. Korona Kielce	10	10:12	10
15. Górnik Zabrze	11	7:15	10
16. Puszcza Niepołomice	11	12:22	9
17. Ruch Chorzów	11	11:20	7
18. ŁKS Łódź	11	6:19	7

MISTRZ PUCHARY SPADEK



EKSTRAKLASA
11. KOLEJKA

WIDZEW
ŁÓDŹ

1:0



STAL
MIELEC

73' Ciganiks

90+3' Kiereś (CZ)

Zdobywca zwycięskiej bramki Andrejs Ciganiks

DRAMATU CIĄG DALSZY



EKSTRAKLASA
11. KOLEJKA

RADOMIAK
RADOM

3:0



ŁKS
ŁÓDŹ

20' Henrique
37' Flis (S)
69' Semedo

Jeśli ŁKS miał się przełamać, to mecz ze słabo grającym ostatnio Radomiakiem był do tego najlepszą okazją. Niestety łodzianie zaprzepaścili tę szansę na własne życzenie. Po bardzo słabej grze przegrali w Radomiu 0:3.

Łodzianie wyszli na boisko w zupełnie innym składzie niż w poprzednim spotkaniu. Trener Kazimierz Moskał zdecydował się aż na sześć zmian. Zabrakło m.in. kontuzjowanego Hotiego, a w bramce – zmagającego się z infekcją Bobka, którego zastąpił Arndt.

Bez obrony

Od początku meczu nie można było odmówić Elkaesiakom woli walki. Z zapalem budowali akcje. Już w 6. minucie wyprowadzili atak, który mógł zakończyć się golem. Niestety Głowacki musiał strzelać z ostrego kąta i nie trafił. Oczywiście Radomiak też był zdeterminowany, przez co Arndt miał sporo pracy. Groźne były przede

wszystkim stałe fragmenty gry. W 20. minucie gospodarze wywalczyli rzut rożny. Wolski dośrodkował lekko i wysoko na 11. metr. Futbolówkę wypatrzył Henrique, który skierował ją do siatki. Radomiak objął prowadzenie, a łodzianie byli w tarapatkach. Zepchnięty do obrony ŁKS ratował swoimi paradami Arndt. Nie dał jednak rady uratować swojego zespołu przed strzałem samobójczym. Z prawej strony zagrał lekko Grzesik, a piłka trafiła prosto w nogę

Flisa. Po rykoszecie wpadła do bramki. ŁKS przegrywał 2:0 na własne życzenie!

Bez pomysłu

Rozmowa w szatni nie pomogła. Po przerwie obraz gry ŁKS-u się nie zmienił. Radomiianie spokojnie mogli rozgrywać piłkę, czekając na okazję. Nie pomogły zmiany w składzie. Nikt nie znalazł pomysłu na skuteczne rozegranie piłki. Nikt poza Mokrzyckim, który w 69. minucie podał do Dankowskiego, a ten głową przełobował bramkarza gospodarzy. Niestety sędzia po konsultacji VAR uznał, że był spalony. ŁKS nie wykorzystał

okazji do złapania kontaktu z rywalem, więc ten minutę później go dobił. Szybka kontra i dośrodkowanie Wolskiego do Semedo, który głową strzelił trzeciego gola. Mecz praktycznie wtedy już się skończył. Słabo grający Radomiak bezwzględnie wypunktował wszystkie słabości drużyny z al. Unii Lubelskiej. Łodzianie nie mieli żadnych argumentów. Kibice mogą być poważnie zaniepokojeni i zastanawiać się, co dalej.

JB



ŁKS

D. Arndt — L. Guelen (46' K. Dankowski), M. Flis, N. Monsalve, P. Głowacki, A. Małachowski, B. Szeliga (46' A. Louveau), D. Ramirez, M. Mokrzycki, K. Tejan (31' Pirulo), P. Janczukowicz (85' S. Jurić)



ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

13°C

Imieniny obchodzą:
Arnold, Bogdan,
Ludwik, Atanazja,
Bożydar, Dionizjusz

09.10



WTOREK

14°C

Imieniny obchodzą:
Franciszek, Paulina,
Angela, Daniel,
Jan, Leon

10.10



FOT. ŁODZ.PL, ENVATO ELEMENTS, WIKIPEDIA

Rodzinne miasto

W 1963 r. Halina Szwarz-Kłęb rozwiodła się i przeprowadziła z dwójką dzieci z Poznania do Warszawy, gdzie podjęła pracę w Wyższej Szkole Wychowania Fizycznego (późniejszy AWF). W 1966 r. uzyskała tytuł profesora nauk medycznych w zakresie gerontologii, pełniąc również funkcję prorektora tej uczelni. W 1974 r. w Centrum Medycznym Kształcenia Podyplomowego w Warszawie z jej inicjatywy narodziła się również idea powołania Uniwersytetu Trzeciego Wieku, który był pionierskim przedsięwzięciem w Polsce i jednym z pierwszych w Europie. Obecnie placówka nosi jej imię i filia uczelni działa również w Łodzi. Postanowieniem

POMNIK HALINY SZWARC-KŁĘB



PANI PROFESOR

prezydenta RP z dnia 27 kwietnia 2000 r., za wybitne zasługi dla rozwoju medycyny polskiej oraz w działalności społecznej na rzecz ludzi starszych, Halina Szwarz-Kłęb została odznaczona Krzyżem Komandorskim z Gwiazdą Orderu Odrodzenia Polski. agr

Prof. Halina Szwarz-Kłęb jako prorektor AWF



PIERWSZY POŻAR FABRYKI

ŁÓDZKIE GAWĘDY



Zakłady Geyera po zachodniej stronie Piotrkowskiej

21 grudnia 1853 r. w budynku zakładów Geyera przy ul. Piotrkowskiej 303 wybuchł pierwszy w Łodzi pożar fabryki, na pewno niepodpalonej przez właściciela, który nisko ubezpieczył swoje nieruchomości. Prezydent Łodzi Franciszek Traeger wysłał natychmiast raport do naczelnika powiatu łęczyckiego: „Dnia dzisiejszego o godzinie 9 rano wydarzył się w mieście pożar, skutkiem którego spaliła się budowla fabryczna, murowana, dwupiętrowa [...] na imię Ludwika Geyera na rubli 7250 ubezpieczona. Budowla ta mieściła tkalnie kamlotów mechaniczną, drukarnię perkali, farbiarnię, krochmalnię, magle cylindrowe, maszynę do glansowania perkali i inne warsztaty – wszystko poruszone siłą maszyny parowej. Z części zakładu pozostały tylko okólne mury, trzy kotły parowe mniej uszkodzone,

towary bawełniane i półwełniane, drzewa przypalonego, do żadnego użytku niezdatnego około pół sążnia; inne zaś wszystkie maszyny, narzędzia, zapasy gotowych i w apreturii pozostających towarów z powodu szybko postępującego ognia uległy pastwie płomieni. W niespełna 5 minut pożar ogarnął cały gmach, robotnicy zaledwie zdążyli uniknąć groźącego im niebezpieczeństwa. Pogrzelec p. Ludwik Geyer przez wydarzony pożar oprócz nieruchomości poniósł w samych ruchomościach straty ok. 50 tys. rubli”. Geyer odbudował zniszczoną przez pożar fabrykę, choć w 1869 r. spłajtował i umarł w biedzie. Fabryki w Łodzi płonęły potem z różnych przyczyn wiele razy, bo jak pisał Reymont w „Ziemi obiecanej” – co to za interes zrobić zwykłą klapę. agr

STAWKA WIĘKSZA NIŻ CZAS!

10 października 1968 r. wyemitowano na antenie TVP pierwszy z 18 odcinków serialu „Stawka większa niż życie”. Stał się on kultową produkcją, wznawianą wielokrotnie na małym ekranie i od 55 lat cieszącą się popularnością kilku pokoleń widzów. Fenomen wojenno-szpiegowskiego serialu opiera się na dobrym scenariuszu (Andrzej Zbych, czyli Andrzej Szypulski i Zbigniew Safjan), sprawnej realizacji (reżyserią zajęli się Janusz Morgenstern i Andrzej Konic – każdy po dziewięć odcinków), świetnej muzyce (Jerzy „Duduś” Matuszkiewicz), montażu i zdjęciach

KARTKA Z KALENDARZA



Plakat serialu – okładka płyty DVD

(Andrzej Wójtowicz), a także świetnie zagranych, wyrazistych postaciach – kapitana Hansa Klossa (agent J-23) i oficera SS Hermanna Brunnera (Emil Karewicz). Od stycznia 1965 r. do lutego 1967 r. TVP emitowała na żywo serię 14 spektakli Teatru Sensacji, ale na fali rosnącej popularności postanowiono stworzyć wysokobudżetowy serial, który został wyprodukowa-

ny przez zespół „Syrena” w Wytwórni Filmów Fabularnych w Łodzi zaledwie w półtora roku. Wykorzystano 30 tys. metrów taśmy, co starczyłoby na 12 filmów. W serialu zagrało prawie 700 aktorów, w tym plejada sław, a zdjęcia kręcone były w wielu miastach Polski, choć największe plenerów zrealizowano w Łodzi. Ciekawostką jest fakt, że początkowo Klossa miał zagrać łódzki aktor Andrzej May, ale finalnie obsadzono w życiowej roli Stanisława Mikulskiego. Serial wyświetlano w TVP co tydzień – od 10 października 1968 r. do 6 lutego 1969 r., ale po półwiecu nadal jest dostępny na wielu kanałach telewizyjnych i nośnikach audio-wizualnych. agr

ŁÓDZIANIZMY
MIEĆ NOCKĘ

Przez ponad stulecie wielkie łódzkie fabryki włókiennicze pracowały non-stop, w ruchu ciągłym na trzy zmiany. Niemal pół miasta nie spało, a pełne łodzi tramwaje i autobusy kursowały prawie do końca XX w. od godz. 4:00, rozwoząc pracowni-

ków do zakładów na poranną zmianę lub do domu po nocnej robocie. Z reguły było tak, że kto miał nocki w jednym tygodniu, to potem przechodził na rano albo na popołudniową zmianę. Co można było jeszcze mieć oprócz nocki? Wielu skarżyło się, że głównie mieć biedę, a określenie „mieć piasek w rękawach” odnosiło się do osób leniwych.

Codziennie trudy i zmartwienia przysparzały nieraz siwych włosów, więc można było jeszcze „mieć powab do siwienia”. agr

GALERIA ŁÓDZKICH
KAMIENIC
I DETALI

Ozdoba architektoniczna secesyjnej willi Leopolda Kindermanna przy ul. Wólczańskiej 31, zbudowanej w 1903 r. wg projektu Gustawa Landaua-Gutentegera

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

Kolejne wydanie w środę
11 października