

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

strona 7

OPTYK Z CHARYZMĄ



ŁÓDŹ ODZYSKA SWOJE RZĘKI

DOLINY RZEK WKRÓTCE STANĄ SIĘ ATRAKCJAMI strona 3

AKTUALNOŚCI

**WIELKIE
SPRZĄTANIE
MIASTA**

strona 2



AKTUALNOŚCI

**NOWA DROGA
W CENTRUM
GOTOWA**

strona 4



TEMAT NUMERU

**OKOLICA, KTÓRA
ZACHWYCA**

strona 8-9



KRZYŻÓWKA+SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 791

WIOSENNE PORZĄDKI

W powietrzu czuć już wiosnę, a to najlepszy czas na pozimowe porządki. Aby łodzianie mogli cieszyć się czystym miastem, wielkie sprzątanie trwa w każdym zakątku Łodzi.

Na ulice wyjechały mechaniczne zmiatarki, które jednocześnie wciągają kurz i czyszczą jezdnię. Do floty Łódzkiego Zakładu

Usług Komunalnych dołączył nowy nabytek – to pojazd wyposażony w trzy szczotki i duży zbiornik na odpady o pojemności ponad 3 m sześć. Przez godzinę może oczyścić aż 80 000 m kw. nawierzchni! Najwięcej kurzu, który jednocześnie najtrudniej wymieść, zbiera się na

miejscach parkingowych. Dlatego mieszkańcy Łodzi mogą znaleźć przy swoich autach ulotki z prośbą o przeparkowanie samochodu – po to, by można było usunąć nagromadzone przy krawężnikach zanieczyszczenia.

Które ulice będą sprzątane?

W najbliższych dniach zmiatarki i pracownicy odpowiedzialni za czystość w mieście

pojawią się m.in. w rejonie ul. Rojnej, Łagiewnickiej, Strykowskiej, Inflanckiej, Włóknarzy, Mickiewicza, Bandurskiego, Wyszyńskiego, Piłsudskiego, Tuwima i Rzgowskiej. Łódzkie ulice sprzątane są regularnie przez cały rok, ale najintensywniej właśnie wiosną, ponieważ po zimie zanieczyszczeń jest najwięcej.

MK
FOT.LODZ.PL



Nowa zmiatarka Łódzkiego Zakładu Usług Komunalnych

ZAPLANUJ ZIELONĄ ŁÓDŹ!

Miasto Łódź zaprasza mieszkańców na cykl spotkań dotyczących nowych zielonych terenów w mieście:

- We wtorek (5 marca) o godz. 17:00 w Zespole Szkół Ekonomiczno-Turystyczno-Hotelarskich im. Władysława Grabskiego (ul. Drewnowska 171) zostanie zorganizowane spotkanie w sprawie parku na Żubardziu, czyli nowego rekreacyjnego skweru, który ma powstać w oko-

licy al. Włóknarzy oraz ul. Kasprzaka i Gandhiego.

- W środę (6 marca) o godz. 17:00 w Szkole Podstawowej nr 37 (ul. Szpitalna 9/11) spotkanie będzie dotyczyć parku przy ul. Józefa, czyli terenu po ogródku jordanowskim, który w przyszłości będzie można połączyć z parkiem im. Baden-Powella.
- W czwartek (7 marca) o godz. 17:00 w Szkole Podstawowej nr 184 (ul. Syrenki 19A) tematem spotkania będzie park przy ul. Świte-

zianki. To gęsto porośnięty drzewami teren przy skrzyżowaniu ul. Świtezianki i Sikorskiego, ostatnia enklawa naturalnej zieleni na intensywnie rozwijającym się osiedlu.

PŚ

WAŻNE ZMIANY MPK

Tramwaje znów na Legionów

W sobotę (2 marca) tramwaje wróciły na pl. Wolności, a w poniedziałek (4 marca) na ul. Legionów.

Zmieniła się trasa linii 17, która z ul. Telefonicznej na Radogoszcz kursuje teraz przez pl. Wolności i ul. Nowomiejską. Linia 15 wróciła na swoją trasę z Kurczaków do krańcówki Telefoniczna Zajezdnia. Przez pl. Wolności ponownie jeździ także autobusowa linia 86, łącząca Retkinię z CKD.

Więcej autobusów!

Dzięki zmianie rozkładów od poniedziałku (4 marca) autobusy

na czterech liniach będą częściej przyjeżdżać na przystanki. Linie 52 i 55 będą kursować co 15 minut (w dni robocze), a linia 62 – co 20 minut (w niedziele). W dni robocze zwiększy się także częstotliwość linii 93.

87 pojedzie inaczej

W dniach 4–8 marca trasę zmieni linia 87, którą nie dojedziemy na ul. Żubardzką – od skrzyżowania ul. Lutomińskiej z al. Włóknarzy autobusy pojedą prosto na zajezdnię Limanowskiego. Powodem jest remont ul. Inowrocławskiej, która tymczasowo zostanie zamknięta dla ruchu. **TAnd**

MAŁA KICIA, WIELKIE SERCE



FOT.SCHRONISKO

Kiki w schronisku przebywa dopiero od kilku dni – i niech zostanie tu jak najkrócej.

To cudowna i bardzo towarzyska, ok. 3-letnia kotka, która uwielbia głaskanie i przytulanie. Jest nieduża, ale w tym małym ciałku drzemią ogromne pokłady uczuć i pozytywnych emocji. Widać, że do tej pory Kiki mieszkała w domu, ale niestety samotnie błąkała się po ul. Rydzowej.

Jeśli chcesz adoptować Kiki, zadzwoń pod numery: tel. 42 656 78 42 lub 501 437 232, lub napisz na: schronisko.adopcje@jst.uml.lodz.pl



FOT.LODZ.PL

CIEMNA STRONA MIASTA NA SYGNALE

NAPAD Z NOŻEM

Policjanci zatrzymali 33-letniego mężczyznę, który okradł stację benzynową, grożąc jej pracownikowi nożem. Złodziej zbiegł

z miejsca zdarzenia, ale ruszył na dalsze łowy. Godzinę później próbował okraść sklep przy ul. Żeromskiego, jednak tam go zatrzymano. Wezwani na miejsce mundurowi szybko powiązali

zatrzymanego z wcześniejszą kradzieżą. Znalaziono przy nim skradziony wcześniej towar oraz nóż. Mężczyzna usłyszał już zarzuty, najbliższe miesiące spędzi w areszcie. Grozi mu kara do 10 lat pozbawienia wolności.

red

Na Retkini koniec zimy
Przy al. Wyszyńskiego oko przechodniów cieszą dywany żółtych krokusów. Kwiaty zasadzono tu dzięki łodzianom, którzy głosowali na ten projekt w Łódzkim Budżecie Obywatelskim.



RZEKI POWRÓCĄ DO MIASTA

Nowe tereny rekreacji, piknikowe polany i spacerowe bulwary. Doliny łódzkich rzek mogą być atrakcjami, a miasto szykuje się do przywrócenia ich mieszkańcom.

– Odzyskamy rzeki dla Łodzi. Wiemy, że nie wszędzie, bo nie na każdym odcinku uda się wydobyć je z kanału, którym płyną. Ale w wielu miejscach możemy stworzyć w dolinach rzek atrakcyjne tereny rekreacji: spacerowe trasy, piknikowe po-

lany, ścieżki edukacyjne, miejsca na podglądanie przyrody, skwery i parki rzeczne, a wreszcie poprawić jakość ich wody, zrenaturyzować koryta czy utworzyć zbiorniki retencyjne – zapowiadają władze miasta.

Łódź fabryczna

Łódź i jej przemysł rozwinęły się dzięki dostępowi do wody. Znajdujące się tutaj rzeki i rzeczki były decydującym powodem

do ulokowania w XIX w. osad fabrycznych. Przemysł, rozrastanie się Łodzi i napływ kolejnych mieszkańców zamieniły jednak rzeki w ścieki. Zostały one uregulowane, zamknięte w kanałach i włączone do systemu kanalizacji.

Rzeki to skarb

Dzisiaj na rzeki patrzy się zupełnie inaczej. Woda w mieście to skarb. A Łódź chce ten skarb odzyskać.

Co więcej, miasto ma już na tym polu doświadczenie. Sokołówkę między ul. Zgierską i al. Włókniarzy wydobyto z betonowego koryta, powstały na niej dwa stawy, a obok place zabaw i tereny spacerowe. Teraz podobny projekt będzie realizowany dla Lamusa. Sukces dotychczasowych realizacji i świetny odbiór społeczny pokazują, że to kierunek, w którym należy podążać i miasto właśnie to robi. Czas na kolejne rzeki.

Pomogą łodzianie

Dla każdej rzeki zostanie przygotowana indywidualna koncepcja. – Odzyskamy je wspólnie z łodzianami.



Jedną z rzek, które mogą zostać przywrócone łodzianom, jest Jasień

Podobnie jak w przypadku Sokołówki, miasto będzie wspierać eksperci, m.in. z Uniwersytetu Łódzkiego i Europejskiego Regionalnego Centrum Ekohydrologii.

sasza
FOT.LODZ.PL

Pomówmy o rzekach

Pierwsze spotkanie z mieszkańcami odbędzie się 9 marca. Więcej szczegółów w kolejnym numerze „Łódź.pl”.



Nad Sokołówką powstało malownicze i doskonałe do relaksu miejsce



Tereny nad rzeką Lamus już niedługo postują mieszkańcom

SIERAKOWSKIEGO, ZAKŁADOWA, WALTERA-JANKE

TU WIDAĆ KONIEC REMONTÓW

Kończą się prace na ul. Sierakowskiego, Zakładowej i Waltera-Janke. Drogowcy układają tu już ostatnie warstwy asfaltu. Na wszystkich trzech ulicach remonty zakończą się jeszcze w marcu.

Sierakowskiego

Na ul. Sierakowskiego remont objął odcinek od ul. Pojezierskiej do ul. Limanowskiego. Położono tu chodniki i pierwszą warstwę asfaltu. Powstały też nowe miejsca parkingowe – wykonano je z płyt ażurowych, co pozwoli na ich zazielenienie.



Ul. Waltera-Janke

Ul. Zakładowa

Zakładowa

Nowe chodniki i jezdnie są już także na ul. Zakładowej. Powstały też wygodne wyniesione przystanki MPK Łódź, które ułatwią pasażerom wsiadanie do autobusów. Dla rowerzystów wykonano pasy, które – dzięki zmianom przy skrzyżowaniu z al. Hetmańską – płynnie przeprowadzą ich w ciąg pieszo-rowerowy wzdłuż alei.

Waltera-Janke

Ul. Waltera-Janke jest remontowana na odcinku od al. Wyszyńskiego do ul. Obywatelskiej. Zakończono już prace na zachodniej jezdni, a drogowcy przenieśli się na wschodnią nitkę. Po ułożeniu ostatniej warstwy ścieralnej asfaltu przyjdzie pora na ostatnie prace wykończeniowe i wymalowanie pasów. Gotowe drogi zostaną otwarte dla ruchu w marcu. TAnd
FOT.LODZ.PL

KTO PRZEBUDUJE KRAKOWSKĄ?

W piątek (1 marca) otworzono oferty na przebudowę kolejnego odcinka ul. Krakowskiej, od ul. Barskiej do ul. Minerskiej.

Wpłynęły cztery oferty. Najniższą złożyła firma STRABAG sp. z o.o. – 14,1 mln zł. Balzola Polska sp. z o.o. chciałaby wyremontować ulicę za 14,2 mln zł, PRD-M sp. z o.o. – za nieco ponad 15 mln zł, a JAGEZ Firma Transportowo-Usługowa – za 17,4 mln zł. Przed inwestorem analiza złożonych ofert, a jeśli nie stanie na przeszkodzie, umowa z wykonawcą powinna zostać podpisana w połowie 2024 r. Drogowców na kolejnym odcinku Krakowskiej powinniśmy zobaczyć już latem. ML

NOWA DROGA w centrum gotowa

To już ostatnie dni przed otwarciem zupełnie nowej drogi w centrum Łodzi. Jeszcze w marcu przepacerujemy się nią pomiędzy ulicami Wschodnią a Sienkiewicza.

Na placu budowy trwają ostatnie prace. Drogowcy prowadzą roboty wykończeniowe, usuwają usterki i porządkują teren, aby wszystko było gotowe na odbiór inwestycji, które właśnie się rozpoczęły. Nowa droga ma zostać otwarta dla łodzian jeszcze w marcu. W ramach inwestycji wszystko zbudowano

od podstaw. Powstały jezdnie dla samochodów i chodniki dla pieszych, przy których pojawiły się stylowe meble miejskie – ławki, latarnie, kosze na śmieci i stojaki na rowery. Standardem przy łódzkich remontach i nowych inwestycjach jest troska o zielen. Wzdłuż ulicy zasadzonych zostało 21 drzew (m.in. lip drobnolistnych i śliw wiśniowych) oraz kilka tysięcy krzewów i bylin: berberysów, mискantów, hortensji i traw ozdobnych. O nowe nasadzenia zadba automatycz-

ny system nawadniania, a ich urodę wieczorem wyeksponuje iluminacja. Wartość inwestycji to blisko 14 mln zł.

ML

INFO

Nowa droga, będąca przedłużeniem ul. Wschodniej, przecina ul. Narutowicza, przechodzi pod łącznikiem między gmachami TVP Łódź i „Kaskady”, a następnie, skręcając w lewo, dociera do ul. Sienkiewicza.



INWESTYCJE ROWEROWE W 2024 R.



MIASTO DLA ROWERÓW

Jazda rowerem po Łodzi staje się coraz bezpieczniejsza i bardziej komfortowa. W mieście jest dziś już 245 km dróg rowerowych, a to nie koniec inwestycji.

Najważniejsze rowerowe plany na 2024 r. to:

- łącznik pomiędzy ul. Braterską a skrzyżowaniem al. Jana Pawła II z ul. Obywatelską,

- łącznik od ul. Łazowskiego do ul. Rzgowskiej,
- łącznik pomiędzy al. Matek Polskich a drogą rowerową na ul. Rzgowskiej,
- kolejny etap budowy drogi rowerowej na Księżym Młynie – od wiaduktu na al. Śmigłego-Rydza, wzdłuż parku nad Jasionem, z odnogami do trasy W-Z i wzdłuż ul. Do

- Folwarku aż do ul. Milionowej; powstanie także ciąg pieszo-rowerowy na al. Piłsudskiego od ul. Paryskiej do ul. Niciarnianej,
- ciąg pieszo-rowerowy wzdłuż al. Waltera-Janke pomiędzy ul. Obywatelską i al. Wyszyńskiego,
- ciąg pieszo-rowerowy u zbiegu ul. Obrońców Westerplatte i Boya-Żeleńskiego.

Nowe drogi rowerowe powstają także przy modernizowanych ul. Wojska Polskiego, al. Śmigłego-Rydza (ciąg pieszo-rowerowy od ul. Przybyszewskiego do ul. Dąbrowskiego), ul. Przybyszewskiego oraz wzdłuż ul. Konstantinowskiej.

TAnd



Najważniejsza rowerowa inwestycja 2023 r. to dwukierunkowa droga, która powstała na ul. Rewolucji 1905 r. na odcinku pomiędzy ul. Kilińskiego a ul. Uniwersytecką.

450 MIESZKAŃ DO REMONTU

Prawie 30 mln zł przeznaczy Miasto Łódź w 2024 r. na wyremontowanie 450 miejskich lokali komunalnych i socjalnych.

Pozwoli to na szybsze przyznawanie mieszkań komunalnych łodzianom, którzy ubiegają się o nie w Zarządzie Lokali Miejskich. Sprawniejsze będzie także przenoszenie do lokali socjalnych osób, które mieszkają

w budynkach o złym stanie technicznym. W remontowanych lokalach zastosowane zostaną technologie przyjazne dla środowiska. Tam, gdzie brak jest przewodów wentylacyjnych, zamontowane będzie ogrzewanie elektryczne, a dla prawidłowego wentylowania pomieszczeń – wentylacje hybrydowe.

PŚ

Emerytury, renty i dodatki w górę!

Od 1 marca na konta łódzkich seniorów zaczęły wpływać wyższe emerytury i renty. Tym razem waloryzacja jest procentowa. Co ważne, podniesienie wysokości świadczeń jest automatyczne, a to oznacza, że nie trzeba w tej sprawie składać żadnych wniosków.

Zakład Ubezpieczeń Społecznych co roku podnosi wysokość emerytur i rent. Nie zawsze podwyżka jest taka sama, bo zależy ona m.in. od inflacji czy realne-

go wzrostu wynagrodzeń. W tym roku waloryzacja jest procentowa, a podwyżka wynosi 12,12%. Ile w takim razie zyskają łódzcy seniorzy? To zależy od tego, ile dostawali do tej pory. Najniższa emerytura wzrośnie o ponad 190 zł (do prawie 1781 zł brutto). Z kolei przeciętna emerytura będzie wyższa o prawie 340 zł brutto.

Nie tylko seniorzy

Przy okazji waloryzacji emerytur wzrastają również

dodatki i inne świadczenia społeczne. Chodzi m.in. o dodatek pielęgnacyjny, który od marca wynosi 330 zł. Wyższe jest też świadczenie przedemerytalne – teraz to prawie 1800 zł.

JB

ZUS przypomina, że waloryzacja jest automatyczna i żeby dostać więcej pieniędzy, nie trzeba składać żadnych dokumentów czy wniosków. To ważne, bo coroczny wzrost emerytur i rent często wykorzystują przestępcy, którzy wysyłają do seniorów fałszywe wiadomości o konieczności wypełniania formularzy. Są to najczęściej próby wyłudzenia danych, na podstawie których można np. zaciągnąć kredyt.



OSCAROWY TYDZIEŃ

Trzymamy kciuki za łodziankę

Przed nami emocje związane z przyznaniem Oscarów, czyli najważniejszych filmowych nagród na świecie.

Tegoroczna 96. gala odbędzie się w nocy z 10 na 11 marca czasu polskiego w Dolby Theatre w Hollywood. W tym roku szczególnie mocno trzymamy kciuki za łodziankę, Ewę Puszczyńską, która jest pierwszą polską producentką z nominacją do Oscara w kategorii najlepszy film za „Strefę interesów”.

Jej zasługi dla światowej kinematografii już docenił magazyn „Variety”, który umieścił jej nazwisko na swojej liście 500 najbardziej wpływowych liderów

biznesowych w świecie kina.

Muzeum Kinematografii (pl. Zwycięstwa 1) zaprasza na spotkanie z Ewą Puszczyńską, które będzie towarzyszyć projekcji filmu „Strefa interesów” w najbliższy wtorek, 5 marca o godz. 17:00. Bilety w cenie 25 zł są dostępne w kasie muzeum oraz online.

Film, uznawany za porażające studium banalności zła, jest opowieścią o rodzinnej sielance, którą komendant obozu koncentracyjnego Auschwitz-Birkenau, Rudolf Höss i jego żona Hedwiga zorganizowali tuż obok obozu za

głady.

Gdzie obejrzysz oscarowe filmy?

„Strefa interesów” w reżyserii Jonathana Glazera łącznie otrzymała pięć oscarowych nominacji. Grają: kino Kinematograf (8, 9 i 10 marca) i kino Charlie (4, 5, 6, 7 marca).

„Biedne istoty”, które wyreżyserował Yorgos Lanthimos, to film, który otrzymał aż 11 nominacji. Nagrodę może otrzymać Emma Stone za pierwszoplanową rolę oraz Mark Ruffalo. Grają: kino Kinematograf (6 i 10 marca) i kino Charlie (4, 5, 6, 7 marca).

Nadal na wielkim ekranie można oglądać „Anatomię upadku”. Film reprezentujący Francję otrzymał pięć nominacji: za najlepszy film, reżyserię, pierwszoplanową rolę kobiecą (Sandra Hüller), scenariusz oryginalny i montaż. Grają: kino Kinematograf (7 i 8 marca), kino NCKF w EC1 (4, 5, 6, 7 marca) oraz kino Charlie (4, 5, 6, 7 marca).

Pięć nominacji uzyskała komedia „Przesilenie zimowe”. Szansę na Oscara mają grający w nim aktorzy, ale być może docenione zostaną także scenariusz i montaż. Grają: kino Kinematograf (9, 10 marca) i kino NCKF w EC1 (7 marca).



Ewa Puszczyńska



Kadr z filmu „Strefa interesów”

BIBLIOTECZNY

ROZKŁAD JAZDY

PONIEDZIAŁEK

Jak odnaleźć nadzieję i żyć w pełni?
4 marca, godz. 17:00
filia nr 12, ul. Zachodnia 12

Spotkanie z poezjoterapią poprowadzi dr Monika Mularska-Kucharek, autorka książek z zakresu rozwoju osobistego i psychologii pozytywnej. Wstęp wolny.

WTOREK

Uzdrawianie przez pisanie
5 marca, godz. 17:00
Biblioteka Ferment, ul. Wróblewskiego 67

Warsztaty rozwojowe wykorzystujące techniki pisania swobodnego, ekspresywnego i terapeutycznego. Podczas zajęć uczestnicy otrzymają materiały szkoleniowe, będą pracować indywidualnie nad własnymi emocjami i celami oraz doświadczą korzyści płynących ze współpracy i integracji z innymi uczestnikami warsztatów. Warsztaty poprowadzi Agnieszka Janiszewska – pisarka, autorka powieści „Woda księżycowa”. Obowiązują zapisy: tel. 571 553 035.

ŚRODA

Kreski i plamki
6 marca, godz. 17:00
Biblioteka Bliska, ul. Ketlinga 21

Coś z niczego, dużo śmiechu, dobrej zabawy i okazja do integracji dzieci – tego można się spodziewać podczas warsztatów plastycznych „Kreski i plamki” skierowanych do dzieci w wieku od czterech lat, które samodzielnie posługują się takimi akcesoriami jak nożyczki i klej. Wstęp wolny.

CZWARTEK

Cztery pory kobiet
7 marca, godz. 18:00
Biblioteka Otwarta, ul. Narutowicza 8/10

Spotkanie z okazji Dnia Kobiet z Anną Podsiadło. – Będziemy rozmawiać o kobietach, przyjaźni, miłości, stracie i oczywiście o najnowszej książce Anny Podsiadło – zapowiadają organizatorzy. „Cztery pory kobiet” to opowieść o czterech przyjaciółkach i czterech różnych osobowościach, a każda z nich przypomina inną porę roku.

PIĄTEK

Papierowa przygoda
8 marca, godz. 17:30
Biblioteka Ferment, ul. Wróblewskiego 67

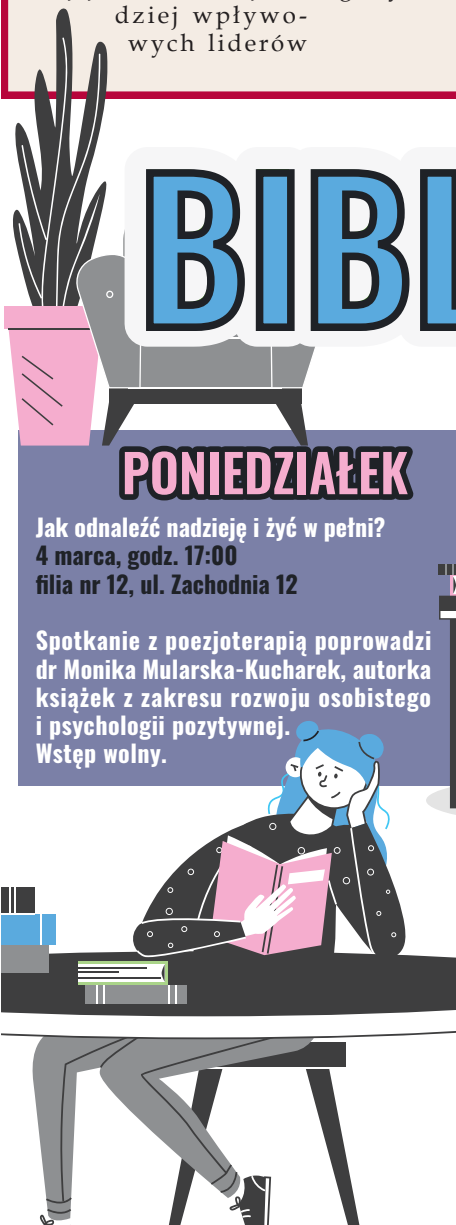
Bajkowe kostiumy i zabawy, które rozwiną kreatywność dzieci oraz sprawią im dużo przyjemności. Zajęcia są adresowane do dzieci w wieku 5–9 lat. Wstęp wolny.

SOBOTA

Koncert Martyny Kowalczyk
9 marca, godz. 18:00
Mediateka MeMo, ul. Moniuszki 5

Martyna Kowalczyk, absolwentka Wydziału Sztuk Wizualnych ASP w Łodzi, twórczyni animacji do teledysków, ilustracji i komiksów oraz Michał Fryc, łódzki artysta audiowizualny od lat zaangażowany w lokalną scenę muzyki elektronicznej, zaprezentują się na patio Mediateki ze wspólnym projektem „Deadapollo”. Ten energetyzujący duet wprowadzi was w klimat elektronicznych lat 80. Publiczność może się spodziewać świeżych i niewydanych jeszcze utworów, inspirowanych wyjątkami z mitologii greckiej, w tym głównie postacią Apolla. Wstęp wolny.

red



DWA SPOSOBY NA BYCIE SENIOREM

FOTO. ŁODZ.PL

Seniorzy różnią się między sobą w wielu sferach – inaczej postrzegają siebie i świat, a także w inny sposób korzystają z życia. Można powiedzieć, że istnieją dwa plemiona. Pierwsze jest aktywne i nie zna słów „to nie wypada”. Drugie pozostaje trochę w cieniu, jakby obok prawdziwego życia.

Grupa aktywnych, korzystających z życia seniorów jest coraz liczniejsza. Zrywają oni z wizerunkiem dziadka i babci, którzy żyją jedynie po to, aby opiekować się wnukami. Wiedzą, na co warto pójść do kina, a na koncerty chodzą nie tylko do filharmonii. Spotykają się z rówieśnikami, aby wspólnie spędzać czas poza domem – na spacerach, spotkaniach przy kawie czy dalszych wyjazdach. Wzajemnie

inspirują się do poznawania nowych rzeczy. Sprawnie obsługują smartfony, korzystają z internetu i są aktywni na portalach społecznościowych. Wiedzą, w co się ubrać, aby dobrze wyglądać, nie boją wyróżniać się z tłumu. Dbają o urodę i fryzurę. Jest też grupa seniorów, którzy nie są tak kolorowi i aktywni. Często wraz z wiekiem borykają się ze schorzeniami typowymi dla jesieni życia – wówczas trudno o optymizm, a i dłuższy spacer bywa wyzwaniem. Jednak są i tacy, u których brak apetytu na życie wynika nie z chorób, a z podejścia do świata. Uważają, że nic im się od życia nie należy bo... swoje już przeżyli. Jedni skupiają się na sprawach wnuków i dzieci, inni po prostu nie czują potrzeby ruszenia się z domu. Na zadbanie o urodę szkoda im pieniędzy, bo są przeko-

nani, że „w ich wieku już nie warto”. Uważają, że sale koncertowe i sport są zarezerwowane dla młodych. Przecież nie będą się „wygłupiać”. Ich zdaniem starzeć się trzeba „godnie”, dlatego wielu rzeczy robić nie wypada. Jesień życia może być ciekawa i atrakcyjna, jeśli tylko o to zadbamy. Dopóki zdrowie na to pozwala, warto korzystać z życia pełnymi garściami. Przyglądając się seniorom wokół siebie, można spotkać i tych, którzy nie mają ani chwili na nudę, ale też mniej aktywnych, czasami niezadowolonych, często po prostu tak wyobrażających sobie dojrzałość. A Ty, seniorze, do której grupy należysz?

Alup

REKLAMA

ZDROWY SENIOR

ŁÓDZKI TEST SŁUCHU – „JAK SŁYSZĄ NASI SENIORZY”

BEZPŁATNE

badanie słuchu dla osób 60+

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

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

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

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

Jego najczęstszymi przyczynami jest wiek lub narażenie na hałas.

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

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

Dlatego warto skorzystać z darmowych badań.

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

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

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

Uwaga! Konieczna jest wcześniejsza rejestracja telefoniczna.

INFO

SYMPTOMY UTRATY SŁUCHU

Jeśli...

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

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

INFO

TERMIN BADANIA:

4-18 marca 2024

GODZINY BADANIA:

08:00-16:00

MIEJSCE BADANIA:

Gabinet Omnifon, ul. Drewnowska 43 (naprzeciwko Manufaktury)

Rejestracja pod numerem telefonu:

512 063 199

lub

Gabinet Omnifon, Plac Niepodległości 4 (stary Uniwersal)

Rejestracja pod numerem telefonu:

789 806 878

ORŁY
MEDYCYN

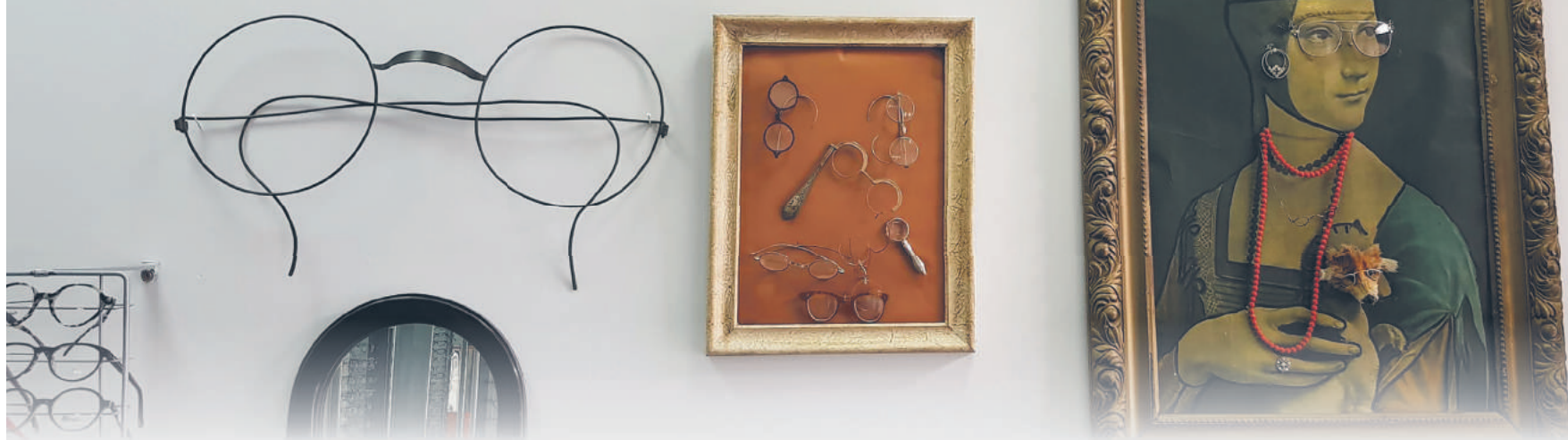
LAUREAT KONKURSU

2022

omnifon

Optyk Z CHARYZMĄ

Andrzej Wittczak ma 79 lat, ale pomimo swojego wieku nie wyobraża sobie życia bez pracy. Od ponad 30 lat prowadzi zakład optyczny w Łodzi i dobiera klientom oprawki. Pan Andrzej czerpie radość z kontaktu z ludźmi, których przyciąga do siebie wiedzą i dowcipem.



Zakład Optyczny Nina powstał w 1989 r. Otworzył go i prowadzi do dziś Andrzej Wittczak. – Jestem absolwentem Wydziału Elektrycznego Politechniki Łódzkiej i przez prawie 30 lat pracowałem jako inżynier elektryk – opowiada. – Ale pewnego dnia firma, w której byłem zatrudniony, upadła. Musiałem się czymś zająć, a kolega namówił mnie na branżę optyczną. Nowa praca dała mi możliwość kontaktu z ludźmi. I tak od kilkudziesięciu lat pro-

wadzę w Łodzi zakład optyczny. W latach 70. miałem aż trzy punkty na terenie naszego miasta – dodaje pan Andrzej. Obecnie jego zakład mieści się przy ul. Roosevelta 2.

Trudne początki

Jak przyznaje Andrzej Wittczak, początki działalności nie były łatwe. – Gdy zaczynałem, optyków w Łodzi było kilkunastu. Wtedy inaczej się pracowało. Po szkła trzeba było jeździć do Jeleniej Góry albo Katowic. Po lepsze oprawki

– aż do Włoch. Tam wpuszczali nas do magazynu, gdzie szaleliśmy, zachwycając się włoskimi wzorami. U nas w Polsce były tylko trzy rodzaje oprawek i to wszystko – wspomina.

Praca od podstaw

– W Łodzi wciąż niewiele jest salonów optycznych, które zajmują się szlifowaniem, ale w moim zakładzie wszystko odbywa się od A do Z. Od badania optometrycznego, aż po wykonanie okularów na miejscu – mówi Andrzej Wittczak. – Bazuję na oprawkach pochodzących od krajowych producentów, którzy stają na wysokości zadania i sprowadzają nowe, ciekawe modele – chwali.

Rodzinna tradycja i nowoczesność

Zakład prowadzony przez Andrzeja Wittczaka opiera się na połączeniu tradycji rodzinnej z nowoczesną wiedzą i indywidualnym podejściem do każdego klienta. – Od wielu lat pracuję z dziećmi. Syn jest lekarzem i przyjmuje jako

okulista, córka skończyła okulistikę i również mi pomaga. Ja robię po prostu dobre wrażenie, przyciągam klientów aparycją i odpowiednio spreparowaną gadką – żartuje pan Andrzej. – Ludzie mówią, że lubią do mnie przychodzić i przy okazji kupić okulary. To jest dla mnie bardzo miłe – dodaje ze śmiechem.

Indywidualne podejście

Praca i nawiązywanie kontaktów z ludźmi sprawiają panu Andrzejowi dużo satysfakcji. – Zawsze potrafię znaleźć wspólny

język z klientami. Oprawki staram się dopasowywać nie tylko do urody, ale również charakteru. Często namawiam na coś bardziej odważnego, np. okulary kolorowe lub asymetryczne – tłumaczy Andrzej Wittczak. – Kiedyś miałem zwyczaj nadawania opraw-

kom nazw. Klientkom bardzo się to podobało. Tworzyłem sformułowania odzwierciedlające w pewien sposób charakter osoby, która je potem nosiła – opowiada.

Patrycja Trzepiecińska

KLUB EKSCENTRYKA-ASYMETRYKA

Andrzej Wittczak przez lata tworzył modowe trendy w branży optycznej. – Do tej pory bardzo lubię oprawki asymetryczne – jedno oko inne, drugie inne. Kiedyś założyłem nawet Klub Ekscentryka-Asymetryka i wydawałem legitymacje. Znalazł się producent, który za darmo wyprodukował 100 egzemplarzy okularów, a w samej Łodzi rozprowadziłem ponad 60 takich oprawek! – opowiada łodzianin. – W tej chwili dość trudno zaspokoić wychowanych przeze mnie ekstrawaganckich klientów. Producenci nie są chętni do „wybryków”, bo to się gorzej sprzedaje. Wciąż jednak robię, co mogę i staram się wyłapywać z dostaw najciekawsze modele – wyjaśnia pan Andrzej.



Andrzej Wittczak od ponad 30 lat prowadzi Zakład Optyczny Nina przy ul. Roosevelta 2



TA OK ZACH

PLAC WOLNOŚCI

Nowy plac Wolności jest zdecydowanie bardziej zielony - posadzono na nim aż 64 drzewa, kilka tysięcy krzewów, trawy i byliny. Stara płyta placu została zerwana, a nowa nawiązuje do tej na ul. Piotrkowskiej - jest wyko-

nana z granitowych płyt. Niezwykłą atrakcją jest tu pomnik 600 kostek na 600. urodziny Łodzi, czyli trakt pieszy zbudowany z żeliwnych tabliczek z imionami i nazwiskami łodzian oraz nazwami firm. Znalazło się tu także miejsce na plac za-

baw, który od chwili otwarcia pokochali najmłodsi. Muzeum Kanału „Dętka” ma nowe wejście, nowa jest też fontanna posadzkowa. Są ławki, kosze na śmieci i stojaki do przypięcia rowerów. Po przebudowie na placu Wolności zmieniła się organizacja ruchu. Nie ma już ronda, torowisko zostało przeniesione na północną stronę, a przystanki tramwajowe są połączone z autobusowymi, żeby ułatwić przesiadki.

Zakończyły się długo wyczekiwane przez łodzian remonty placu Wolności. Mieszkańcy odzyskali przestrzeń idealną do spotkań i spędzania czasu.



W sobotę (2 marca) łodzianie hucznie świętowali otwarcie placu. W programie były m.in. spacer z przewodnikiem, darmowe zwiedzanie Muzeum Kanału „Dętka”, Muzeum Farmacji i Archiwum Państwowego w Łodzi oraz przejażdżki zabytkowym tramwajem.



INFO

Na otwarty po remoncie plac Wolności wróciła komunikacja miejska. Kursują tędy tramwaje linii 15 i 17 oraz autobus linii 86.

OLIGIA WYCA

i parku Staromiejskiego, a wkrótce dołączy do nich także Stary Rynek.
i – pełną atrakcji, przyjazną i nowoczesną. Tu po prostu wypada być!



PARK STAROMIEJSKI

Kiedy to ulubione miejsce spacerów wielu łodzian zostało otwarte po remoncie, od razu wypełniły je tłumy. A chociaż na zieleni w parku Staromiejskim trzeba będzie jeszcze chwilę poczekać, efekt metamorfozy już dziś zachwyca! Stare alejki, fontanny i rzeźby zostały wyremontowane, pojawiły się także nowe altany, fontanny, latarnie i stylowa mała architektura. Najważniejsze są jed-

nak atrakcje dla spacerowiczów w każdym wieku! Najmłodszy mogą wybierać m.in. spośród bezpiecznego toru rolkowego, małego gaju i nowoczesnego placu zabaw z podziałem na strefy dla dzieci w różnym

wiek. Dla starszych wygospodarowano przestrzeń na nowoczesne siłownię na świeżym powietrzu, zielony amfiteatr, stoliki do gry w szachy, tory do gry w bule i stoły do ping-ponga. Na czworonogi czeka psi

park z torami przeszkód. W parku stanęły także trzy nowoczesne, automatyczne toalety publiczne, dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami (co ważne, można z nich korzystać bezdotykowo).



STARY RYNEK

Stary Rynek jest nierozdzielnie związany z historią naszego miasta. Kwitł na nim drobny handel, a swój pierwszy sklepik miał tutaj m.in. Izrael Poznański. Były też okresy, kiedy z pełnego gwaru targu przestrzeń zmieniała się w spacerowy bulwar, gdzie łodzianie

przychodzili odpocząć. Nowy Stary Rynek ma połączyć obie te funkcje. Czy to się uda, przekonamy się już wkrótce, bo na rynku trwają już ostatnie prace wykończeniowe i porządkowe. Co się zmieniło? Wymieniono całą nawierzchnię i zlikwidowano stopnie,

a w centralnej części rynku pojawiły się dwie podświetlone fontanny. Wzdłuż wschodniej i zachodniej pierzei powstały stylowe zadaszone miejsca na handel. Są też nowe drzewa, pod którymi można będzie odpocząć na jednej z kilkunastu ławek albo drewnianych siedzisk.

TE MIEJSCA WARTO ODWIEDZIĆ

Przebudowy placu Wolności i parku Staromiejskiego zakończyły się i teraz możemy podziwiać te przestrzenie w pełnej krasie. Przy okazji warto odwiedzić znajdujące się tuż obok miejsca:

- stylową kawiarnię Szykier
- bibliotekę Wolność
- Muzeum Ciemności „Black World”
- sklep dla fanów mangi i anime Kitsunebu
- restaurację Placówka
- Pasaż Róży
- Akademicki Ośrodek Inicjatyw Artystycznych
- sklepy turystyczne Salewa i Everest
- restaurację Stary Rynek



Kawiarnia Szykier
przy ul. Północnej 1/3

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁODZI

informuje, że w dniach od 4 marca 2024 r. do 25 marca 2024 r. na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 wywieszony będzie wykaz nieruchomości położonych w Łodzi przy:

- **ul. Brzeskiej 3**, działka nr: 17/3 i 17/4, w obrębie B-54, o łącznej powierzchni 500,00 m², KW LD1M/00006777/3 i Repertorium Hipoteczne Nr 3 Kolonia Bałuty;
- **ul. Bronisława Czecha 12**, działka nr 546/1, w obrębie W-9, o powierzchni 1077,00 m², właściciel nieustalony;
- **ul. Pomorskiej bez numeru**, część działki nr 29/35, w obrębie S-2, o powierzchni 26,00 m², właściciel nieustalony;
- **ul. Kłosowej bez numeru**, działka nr 121/5, w obrębie B-36, o powierzchni 91,00 m², właściciel nieustalony;
- **ul. Przybyszewskiego bez numeru i Papierniczej bez numeru**, część działki nr: 4/28, 54, 52/44 i 1/5, w obrębie W-31, o łącznej powierzchni 47,60 m², KW LD1M/00167251/6, KW LD1M/00031103/2, KW LD1M/00177968/8, KW LD1M/00335121/5;
- **ul. Szczecińskiej 31**, działka nr 18/1, w obrębie B-35, o powierzchni 163,00 m², KW LD1M/00095422/0;
- **ul. płk Jana Kilińskiego 136**, część działki nr 15/8, w obrębie W-25, o powierzchni 550,00 m², KW LD1M/00115539/0;
- **ul. Łagiewnickiej 93**, część działki nr: 328/77 i 328/78, w obrębie B-49, o łącznej powierzchni 41,00 m², KW LD1M/00256638/4 i KW LD1M/00042926/7;
- **ul. Pankiewicza bez numeru**, część działki nr 117/1, w obrębie B-54, o powierzchni 14,00 m², KW LD1M/00363211/8;
- **ul. Starosikawskiej 23**, część działki nr 104, w obrębie B-50, o powierzchni 30,00 m², KW LD1M/00045502/0;
- **szlak Łódź-Koluszki**, część działki nr 366, w obrębie S-2, o powierzchni 980,00 m², KW LD1M/00268262/4;
- **ul. Krzysztofa Kieślowskiego bez numeru szlak Łódź-Koluszki pl. Bronisława Sałacińskiego bez numeru** część działki nr: 283/30 i 364, w obrębie S-2, o łącznej powierzchni 812,00 m², KW LD1M/00339571/2 i KW LD1M/00346395/6 przeznaczonych do wydzierżawienia na okres do 3 lat, w drodze bezprzetargowej,
- **ul. Przybyszewskiego 147/149**, część działki nr 5/8, w obrębie W-30, o powierzchni 0,15 m², KW LD1M/00105182/9;
- **ul. Tomasza Judyma 5**, część działki nr 44/56, w obrębie B-45, o powierzchni 45,00 m², KW LD1M/00353459/5;
- **ul. Zakładowej bez numeru**, część działki nr 14/7, w obrębie W-33, o powierzchni 12,88 m², KW LD1M/00022104/3;
- **ul. Przybyszewskiego 255/267, Przybyszewskiego bez numeru, Papierniczej 7 i Papierniczej bez numeru**, część działki nr: 4/28, 4/27, 5/100, 28/32, 70/1, 72, 73, 28/3, 28/4, 28/21 i 75, w obrębie W-31, o łącznej powierzchni 166,54 m², KW LD1M/00167251/6, KW LD1M/00131845/6, KW LD1M/00131844/9, KW LD1M/00317713/0 KW LD1M/00031103/2, KW LD1M/00041618/8, KW LD1M/00050055/9, KW LD1M/00175288/3;
- **ul. Nawrot 96a i Nawrot bez numeru**, część działki nr: 197/2 i 196/6, w obrębie W-24, o łącznej powierzchni 79,00 m², KW LD1M/00108970/1 i KW LD1M/00316548/5;
- **ul. Augustów bez numeru**, część działki nr 199/26, w obrębie W-19, o powierzchni 2,50 m², KW LD1M/00368033/1; przeznaczonych do udostępnienia pod lokalizację infrastruktury przesyłowej na okres do 3 lat.



PREZYDENT MIASTA ŁODZI

informuje, że w dniach od 1 marca 2024 r. do 22 marca 2024 r. wywieszony będzie 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 331/2024 Prezydenta Miasta Łodzi z dnia 22 lutego 2024 r. w sprawie przeznaczenia do sprzedaży w drodze przetargu samodzielnych lokali mieszkalnych usytuowanych w budynkach położonych w Łodzi, stanowiących własność Miasta Łodzi, wraz z udziałem w prawie własności gruntu oraz ogłoszenia ich wykazu.

WWW.BIP.UML.LODZ.PL

REKLAMA

STOP DLA SMOGU

WYMIENŃ STARY PIEC

ZYSKAJ DO 95% DOTACJI

MIEJSKI PROGRAM DOTACYJNY
CZYSTE POWIETRZE
CIEPŁE MIESZKANIE

DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ:
42 272 66 22 LODZ.PL/ODDYCHAMY

Labioplastyka

ZABIEG, KTÓRY PODNOSI KOMFORT ŻYCIA

Labioplastyka to zabieg, którego efektem jest zmiana kształtu oraz wielkości warg sromowych. Kiedy warto poddać się tej procedurze i jak ona przebiega? Jakie są wskazania i przeciwwskazania do zabiegu?

– Wskazaniem do labioplastyki jest przede wszystkim odczuwanie przez kobietę potrzeby przeprowadzenia tego zabiegu – mówi doktor Dawid Lisiecki i dodaje: – Norma długości wargi sromowej nie istnieje, więc taka potrzeba jest kwestią całkowicie indywidualną. Jednej pacjentce długie wargi sromowe będą bardzo przeszkadzać, podczas gdy inna w ogóle nie będzie zwracać na nie uwagi. Przeszkadzać mogą różne kwestie: zarówno te estetyczne, jak i praktyczne. Długie wargi sromowe mogą bowiem odznaczać się na bieliźnie i obcisłych ubraniach, ale też powodować dyskomfort podczas długiego siedzenia, jazdy na rowerze czy współżycia. Właśnie wtedy warto rozważyć poddanie się labioplastyce.

O tym trzeba wiedzieć

Labioplastykę poprzedza wizyta kwalifikacyjna – ze-

brane dokładnego wywiadu i badanie ginekologiczne. Podczas takiego spotkania ustala się zakres zabiegu oraz omawia jego przebieg i rekonwalescencję. Lista przeciwwskazań do labioplastyki nie jest długa. Obejmuje ona przede wszystkim infekcje i aktywną chorobę nowotworową, ale też dysmorfofobię oraz presję osób trzecich. Zdarza się bowiem, że do gabinetu specjalisty zgłaszają się kobiety, które chcą poddać się zabiegowi ze względu na zaburzony obraz własnego ciała lub sugestie partnera. – Co do zasady labioplastyki nie przeprowadzam u kobiet poniżej 18. roku życia, natomiast górnej granicy wieku nie ma. Moja najstarsza pacjentka miała 70 lat – mówi doktor Lisiecki.

Plastykę warg sromowych można przeprowadzić różnymi technikami. Co ważne, zabieg nie wymaga usypiania, a jedynie znieczulenia miejscowego. – Ja wykonuję zabiegi laserem lub radiofrekwencją, czyli tzw. zimnym nożem. Daje to najlepszą kontrolę krwawienia, ponieważ energia od razu przymyka drobne naczynia – dodaje doktor Lisiecki.

Po zabiegu

Sama procedura trwa około godziny, jednak cała wizyta, łącznie z przygotowaniem, rozmową i wczesną obserwacją, zamyka się zwykle w 3-4 godzinach. Niezależnie od zastosowanej metody, zabieg zawsze kończy się założeniem szwów. Przez pierwsze 10-14 dni po labioplastyce pacjentka powinna unikać długiego siedzenia, dźwigania i większego wysiłku. – Po tym czasie zapraszam na kontrolę, aby upewnić się, że gojenie przebiega prawidłowo. Przez kolejnych sześć tygodni pacjentka nie będzie mogła jeszcze współżyć i jeździć na rowerze – mówi doktor Lisiecki. Powikłania po prawidłowo wykonanej labioplastyce zdarzają się rzadko, a jeśli już się pojawią, jeszcze rzadziej wymagają interwencji. Na ostatnią kontrolę warto przyjść po około trzech miesiącach, aby upewnić się, że wszystko wygląda tak, jak kobieta wyobrażała sobie przed zabiegiem.

TS



INFO

Artykuł zweryfikował merytorycznie

Ilek. Dawid Lisiecki - specjalista położnictwa i ginekologii, ginekologii estetycznej i plastycznej
Klinika Intima Art&Este
www.drlisiecki.pl

DARMOWE BADANIA

Zrób sobie prezent na Dzień Kobiet

INFO

Badania będą przeprowadzone w piątek (8 marca) w godz. 9:00-12:00 w placówce przy al. Piłsudskiego 157. Zapisywać można się od poniedziałku (4 marca) w godz. 8:30-14:00 pod numerem telefonu 510 189 724. Liczba miejsc jest ograniczona, a z oferty mogą skorzystać pacjentki w wieku 24-64 lata.

Specjalną ofertę z okazji Dnia Kobiet przygotowało Miejskie Centrum Medyczne „Widzew”. W piątek (8 marca) łodzianki będą mogły wykonać darmowe badania w poradni ginekologicznej przy al. Piłsudskiego 157. Zapisy ruszają już w poniedziałek (4 marca).

Umówić się można m.in. na tzw. cytologię płynną. To metoda, która charakteryzuje się dużo większą dokładnością w porównaniu do tradycyjnej cytologii. Pozwala

ła też, by raz pobrany z szyjki macicy materiał mógł zostać wykorzystany do dalszych badań np. do sprawdzenia, czy nie zawiera wirusa HPV odpowiedzialnego za powstawanie raka szyjki macicy. Pacjentki będą mogły również zrobić badanie USG, a jego wyniki skonsultować z ginekologiem. Na każdą z uczestniczek czeka upominek.

TS

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Wiosna przynosi stabilność w życiu. Skup się na realizacji swoich celów zawodowych, krok po kroku i systematycznie zdobywając upragnione szczyty. Twoja determinacja i wytrwałość będą teraz bardzo potrzebne. Pamiętaj jednak, aby nie zapominać o odpoczynku i dbać o równowagę między pracą a życiem prywatnym, bo łatwo tracisz rachubę. Twój szczęśliwy dzień: wtorek.

Rak (21.06-22.07)

Po 7 marca szukaj nowych źródeł siły i emocjonalnej równowagi. Skup się na dbaniu o siebie, bo nadchodzące dni będą pracowite, co przyniesie wiele korzyści. Twoje relacje z bliskimi będą teraz szczególnie narażone na problemy, więc poświęć im odpowiednią uwagę, wynagradzając czas spędzony w pogoni za celami zawodowymi. Pamiętaj, że prawdziwa siła tkwi w otwartości. Twój szczęśliwy dzień: piątek.

Wodnik (20.01-18.02)

Szykuj się na szalony miesiąc. Będziesz mieć w sobie wigor i gotowość na eksperymentowanie w każdej sferze życia. Gwiazdy będą kusić cię ofertami, przecenami i atrakcjami, ale warto czasem zastanowić się nad przydatnością tego, co kupujesz. Po 7 marca poświęć czas osobom, dla których nie starczyło go w lutym – będą się upominać! Twój szczęśliwy dzień: sobota.

Lew (23.07-22.08)

Już po 6 marca pojawią się ekscytujące możliwości. Twój entuzjazm będzie zaraźliwy, przyciągniesz do siebie ludzi o podobnych pasjach i to da ci moc do podboju świata. W kwestiach zdrowotnych nie zwlekaj, czas będzie tu twoim przeciwnikiem, a przez małe niedopatrzenia może ominąć cię wiele atrakcji życia towarzyskiego! Pamiętaj, jedna jaskółka wiosny nie czyni, ale dzięki małej decyzji zaczniesz wielkie zmiany. Twój szczęśliwy dzień: środa.

Ryby (19.02-20.03)

Nie oddawaj wszystkich decyzji intuicji. Skup się na rozwijaniu swoich świadomych wyborów i pozwól sobie na dogłębną analizę celów. Czy naprawdę tego chcesz? Czy to jest to, czego potrzebujesz? Te proste pytania wprowadzą w twoje życie aurę spokoju. Zwróć uwagę, aby zachować równowagę między wyobraźnią a rzeczywistością, a gwiazdy ugotują drogę do sukcesu. Twój szczęśliwy dzień: niedziela.

Panna (23.08-22.09)

Wiosna przynosi czas intensywnej pracy nad sobą i swoimi celami zawodowymi. Skup się na doskonaleniu swoich umiejętności i porządkowaniu życia. To doskonały moment na wprowadzenie ładu do swojego otoczenia i życia osobistego. Pamiętaj, aby ogarnąć także swój umysł i bez wahania zacząć marzec z wdzięcznością! Twój szczęśliwy dzień: czwartek.

Baran (21.03-19.04)

Wiosna przynosi trudne wyzwania, ale także wielkie szanse. Poczujesz mnóstwo determinacji i gotowości do podjęcia ryzyka, które optaci się po 6 marca. Miej odwagę i podejmij działania, bo teraz nadchodzi dobry czas na inwestowanie. Uważaj, bo wśród współpracowników ktoś liczy na twoje potknięcie. Pilnuj słów! Twój szczęśliwy dzień: niedziela.

Waga (23.09-22.10)

Ten tydzień będzie dla ciebie czasem budowania harmonii i równowagi we wszystkich sferach życia. Poczujesz, że masz w sobie wewnętrzny spokój, który ratuje cię w najtrudniejszych sytuacjach i zaufasz swojej intuicji, która stanie się duchową przewodniczką. Gwiazdy radzą – nie popadaj w konflikt z Bykiem, bo skończysz jak kiepski toreador. Twój szczęśliwy dzień: czwartek.

Byk (20.04-20.05)

Ten tydzień będzie dla ciebie czasem głębokiej refleksji i wzmacniania więzi emocjonalnych, szczególnie z Wagą, która będzie dla ciebie prawdziwym wsparciem. Skup się na rozwijaniu relacji zarówno w sferze osobistej, jak i zawodowej. Twoja cierpliwość zostanie wystawiona na próbę, ale wytrwałość przyniesie ci po 6 marca wielkie nagrody. Twój szczęśliwy dzień: czwartek.

Skorpion (23.10-22.11)

Skorpionie, nie szukaj ukrytych znaczeń tam, gdzie ich nie ma. Gdy skupiasz się na detalu, czasem umyka ci ogół sprawy. To doskonały czas na refleksję nad sobą i swoimi celami życiowymi. Pamiętaj, że prawdziwa siła tkwi w akceptacji siebie i odwadze do zadawania pytań. Po 7 marca zmierz się z Koziorożcem i przyznaj się do swoich wątpliwości. Twój szczęśliwy dzień: poniedziałek.

Bliźnięta (21.05-20.06)

Na początku tygodnia spodziewaj się wielu nowych pomysłów i możliwości. Twój umysł będzie pracował na najwyższych obrotach, a ty będziesz chłonąć wiedzę jak gąbka. Pamiętaj jednak, aby nie rozpraszać się zbyt wiele przez życie uczuciowe. Po 8 marca zweryfikuj swoje plany zawodowe, bo gwiazdy namierzają na rynku pracy! Twój szczęśliwy dzień: wtorek.

Strzelec (23.11-21.12)

Jeśli masz wątpliwości, szukaj ich rozwiązania po 6 marca. Do tego czasu uważaj na swoje słowa i zbyt dużą podejrzliwość. Postaraj się zaufać ludziom, którzy oferują ci pomocną dłoń, jednak czuwać nad swoimi interesami. W sprawach zdrowia nie ryzykuj i zwróć teraz szczególną uwagę na dietę i nawodnienie. Przed tobą szalony czas, w którym nie warto jednak zapominać o sobie. Twój szczęśliwy dzień: sobota.

ŁKS MYŚLI O MEDALACH I... NOWYM SEZONIE

Siatkarki ŁKS Commercecon Łódź odpadły z Ligi Mistrzów w ćwierćfinale, a zatem przed nimi już tylko walka o krajowe trofeum. Łódzkie Wiewiory mają jeszcze teoretycznie szanse na awans na trzecie miejsce w tabeli, co dałoby im lepsze rozstawienie w play-offach. Żeby jednak tak się stało, w dwóch ostatnich spotkaniach rundy zasadniczej muszą zgarnąć sześć punktów i liczyć na potknięcie zespołu z Rzeszowa.

Pierwsza szansa na zgarnięcie kompletu punktów już w poniedziałek (4 marca). ŁKS zmierzy się we własnej hali z UNI Opole. Przeciwnik nie jest zbyt wymagający i każdy wynik inny od wygranej w trzech

lub czterech setach będzie odebrany przez kibiców jako sensacja. Żeby jednak wysoka wygrana stała się faktem, łodzianki nie mogą zlekceważyć opolank. Zespół UNI zajmuje obecnie szóste miejsce w Tauron Lidze i również będzie walczył o medale.

Plany na kolejny sezon

Podczas gdy zawodniczki z al. Unii przygotowują się do play-offów, działacze klubu myślami wybiegają już w kolejny sezon. Trwają negocjacje kontraktowe. Prezes Hubert Hoffman nie ukrywa, że chce zatrzymać w drużynie najważniejsze siatkarki. Kontrakty

prawdopodobnie przedłużą Klaudia Alagierska i Zuzanna Górecka. – Jesteśmy blisko sfinalizowania tych kontraktów, ale jeszcze chwila – uspokaja w rozmowie z TV Toya prezes Hoffman. Zapewnia też, że rozmawia z Valentiną Diouf. Największy problem będzie z utrzymaniem brazylijskiej rozgrywającej, Roberty Ratzke. – Bardzo bym chciał, żeby Roberta została, bo to jest dla mnie zawodniczka nr 1, ale rozmowy są ciężkie – otwarcie przyznaje Hoffman.

JB



FOT. FREEPIK, MAT. PRAS.

CEL BUDOWLANYCH: SKUPIĆ SIĘ NA LIDZE

Siatkarki Grot Budowlanych Łódź odpadły z europejskich pucharów i mogą spokojnie myśleć o rozgrywkach ligowych. A te wkraczają w kluczową fazę. W tym roku walka o medale nie będzie łatwa. Niebiesko-biało-czerwone, jeśli myślą o podium Tauron Ligi, będą musiały pokazać nie tylko charakter, ale też umiejętności.

Pierwszy sprawdzian już w poniedziałek (4 marca). Łodzianki zmierzą się na wyjeź-

dzie z zespołem #VolleyWrocław. Mecz we Wrocławiu jest dobrą okazją do sprawdzenia umiejętności. Oba zespoły nie mają już szans na poprawienie pozycji w tabeli przed fazą play-off. Co więcej, #VolleyWrocław nie zagra o medale. Z kolei siatkarki Budowlanych są już pewne piątego miejsca w tabeli. Zatem to mecz o „pietruszkę”. Trener Maciej Biernat będzie miał okazję do przetestowania nowych założeń taktycznych

i ustawień. Zobaczymy, czy się na to zdecyduje.

Zagubiony mental

To, co Budowlani mają do poprawy to na pewno nastawienie drużyny. Z postawy zespołu nie jest do końca zadowolony szkoleniowiec łodzianek. Dał temu wyraz po ostatnim ligowym spotkaniu z Chemikiem Police. – Rozpoczynając mecz, bez względu na to, czy są jakieś zmiany na boisku czy nie, nie można sobie pozwalać na nastawienie „a może się coś uda”. Trzeba wyjść ze swojej strefy komfor-

tu. Nawet gdy nie jest się w rytmie, grając z liderem tabeli, trzeba próbować rozwiązań, które mogą funkcjonować w play-offach i najważniejszej części sezonu. Nie można poklepywać się i mówić „następna piłka, następna piłka”. To jest niedopuszczalne – mówił po przegranym meczu Maciej Biernat w rozmowie ze Strefą Siatkówki. Mecz we Wrocławiu zostanie rozegrany w poniedziałek (4 marca). Pierwszy gwizdek o godz. 19:00.

JB





ŁKS WRESZCIE WYGRYWA!

Długo musieli czekać kibice ŁKS-u na zwycięstwo swojego zespołu. Ich drużyna ostatnie trzy punkty zanotowała 20 sierpnia 2023 r. w meczu z Pogonią Szczecin. Teraz po zwycięstwie nad Puszcą Niepołomice, trzeci raz w tym sezonie, Rycerze Wiosny mogą dopisać sobie komplet oczek.

Jak nie teraz, to kiedy? Takie pytanie przed startem meczu z Puszcą Niepołomice zadawali sobie kibice ŁKS-u. Niepołomiczanie to absolutny beniaminek Ekstraklasy, który wciąż walczy o utrzymanie. Pierwsze minuty tego starcia były właśnie typowym meczem dwóch drużyn z dołu tabeli. Dużo fizyczności, szarpaniny w środku pola, ale bez większych konkretów pod bramkami. Ta sytuacja zmieniła się po rzucie rożnym w 18. minucie. Konrad Stępień wygrał pojedynek główkowy z Leventem Gulenem, jednak uderzona przez niego piłka

trafiła jedynie w poprzeczkę. Sporadyczne ataki tworzone przez Puszcę tworzyły dużo zamieszania w szeregach ŁKS-u. Tak było w 29. minucie. Jakub Serafin dograł w pole karne, a Kamil Zapolnik ekwilibrystycznym strzałem z przewrotki pokonał Aleksandra Bobka. W 35. minucie sędzia Karol Arys wstrzymał grę i podszedł do monitora VAR. Po analizie okazało się, że Artur Craciun uderzył piłkę ręką. Do karnego podszedł Dani Ramirez i wyrównał stan meczu. Takí wynik utrzymał się do końca pierwszej części gry.

Przebudzenie

Po wznowieniu spotkania znów oglądaliśmy dość prostą grę z obu stron. Tę monotonię znów przełamał Stępień, kolejny raz uderzając z główki i kolejny raz trafiając w poprzeczkę. Odpowiedź ŁKS-u była jed-

nak mocniejsza, a przede wszystkim skuteczniejsza. Z prawej strony dośrodkował Kamil Dankowski, a piłkę do bramki wbił Husein Balić. To nie było ostatnie słowo austriackiego piłkarza. W 77. minucie Antoni Młynarczyk popełdził lewą stroną i podał płasko w pole karne. Tam czekał już Balić, który bez problemu pokonał Olivera Zycha. Zgodnie z zawołaniem niepołomiczkich kibiców - „Puszcza nie odpuszcza” - w 90. minucie z rzutu karnego na 3:2 trafił Zapolnik. Zespołowi Tomasa Tułacza nie udało się jednak odwrócić losów meczu i ŁKS, pierwszy raz od 20 sierpnia 2023 r. i wygranej z Pogonią Szczecin, zdobywa trzy punkty. PB



ŁKS ŁÓDŹ **3:2** **PUSCZA NIEPOŁOMICZE**

38' D. Ramirez (K) **29' K. Zapolnik**
57' H. Balić **90' K. Zapolnik (K)**
76' H. Balić

Tabela na 3.03.2024, godz. 20:00

Ekstraklasa	M	G	Pkt
1. Śląsk Wrocław	23	33:18	45
2. Jagiellonia Białystok	23	51:33	42
3. Pogoń Szczecin	23	44:26	40
4. Lech Poznań	23	36:30	40
5. Raków Częstochowa	22	43:25	39
6. Legia Warszawa	23	35:28	38
7. Górnik Zabrze	23	31:27	35
8. Stal Mielec	22	29:30	32
9. Zagłębie Lubin	23	26:36	30
10. Widzew Łódź	23	29:33	28
11. Warta Poznań	23	23:27	27
12. Cracovia	23	29:30	26
13. Piast Gliwice	22	20:23	25
14. Radomiak Radom	22	24:33	25
15. Korona Kielce	22	25:29	22
16. Puszcza Niepołomice	22	30:42	22
17. Ruch Chorzów	23	26:36	18
18. ŁKS Łódź	23	19:47	13

MISTRZ PUCHARY SPADEK

ŁKS
 A. Bobek – R. Durmisi, R. Mammadov, L. Gulen, K. Dankowski – J. Letniowski (60' A. Louveau), M. Mokrzycki, D. Ramirez (75' E. Hoti) – P. Janczukowicz (75' A. Młynarczyk), H. Balić (90' P. Głowacki) – K. Tejan



PORAŻKA Z LIDEREM

Piłkarzom Widzewa nie udało się wygrać trzeciego meczu ligowego z rzędu. Przegrali na wyjeździe ze Śląskiem Wrocław 1:2. Łodzianie robili, co mogli, ale to nie wystarczyło.

Dla Widzewa z pewnością nie był to łatwy mecz. Łodzianie nie mieli za sobą mordercze starcie z Wisłą w Pucharze Polski, a Śląsk to przecież jeden z kandydatów do mistrzostwa. Piłkarze łódzkiej drużyny nie przestraszyli się jednak mocnego przeciwnika. Od początku starali się narzucić swoje tempo gry. Częściej utrzymywali się przy piłce, wygrywali pojedynki w środku pola i stwarzali sobie okazje. Jednak im dalej w mecz, tym gospodarze byli groźniejsi. Popelnia-

li coraz mniej błędów i co jakiś czas straszili Rafała Gikiewicza. I w końcu go pokonali. W ostatniej minucie pierwszej połowy Mistafić trafił do bramki, ale wcześniej sędzia boczny podniósł chorągiewkę. Gol nie został uznany.

Lepsza skuteczność

W drugiej połowie Śląsk przypuścił szturm na bramkę Widzewa. I pewnie łodzianie by go powstrzymali, gdyby nie fatalny błąd Gikiewicza. Bramkarz najpierw minął się z piłką, a potem sfaulował zawodnika gospodarzy. Sędzia wskazał na 11. metr, a rzut karny pewnie wyegzekwował Leiva. Po stracie gola Widzewowi przestała układać się gra, a wrocławianie przejęli inicjatywę. Na domiar złego w 78. minucie Leiva pokonał Gikiewicza

po raz drugi. Dostał piłkę w środku pola i popisał się znakomitą indywidualną akcją. Sędzia boczny wskazywał co prawda na spalony, ale po analizie VAR gol został uznany. Emocje jednak się nie skończyły. Widzew pokazał charakter i zdobył honorowego gola w doliczonym czasie gry. Pawłowski dośrodkował daleko z prawego skrzydła, a futbolówkę głową dopadł Rondić, trafiając do siatki. JB

FOT.WIDZEW (MARCIN BRYJA)



ŚLĄSK WROCŁAW **2:1** **WIDZEW ŁÓDŹ**

53' N. Leiva **93' I. Rondić**
78' N. Leiva



ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

15°C

Imieniny obchodzą:
Adrian, Kazimierz,
Łucja, Arkadiusz,
Eugeniusz, Leonard

04.03



WTOREK

15°C

Imieniny obchodzą:
Fryderyk, Oliwia,
Teofil, Euzebiusz,
Jan, Wirgiliusz

05.03



FOT. ŁODZ.PL, ENVATO ELEMENTS, WIKIPEDIA

Rodzinne miasto

Prof. Jan Karcki jest ikoną walki o godność i prawa człowieka oraz sprzeciwu wobec totalitaryzmów. W 1982 r. Karcki otrzymał tytuł Sprawiedliwego wśród Narodów Świata, a w 1994 r. honorowe obywatelstwo państwa Izrael. 8 maja 1995 r., w 50. rocznicę kapitulacji Niemiec otrzymał od prezydenta RP Order Orła Białego. Natomiast Jan Karcki Educational Foundation doprowadziła do pośmiertnego odznaczenia Jana Karckiego amerykańskim Prezydenckim Medalem Wolności, którym 13 lipca 2012 r., w rocznicę śmierci uhonorował naszego bohatera Barack Obama. Ważny jest fakt, że oba najwyższe odznaczenia trafiły do Gabinetu Karckiego w Muzeum Miasta Łodzi.

agr



NAJWYŻSZE HONORY

ŁAWKA JANA KARCKIEGO



Order Orła Białego

i amerykański Prezydencki Medal Wolności Jana Karckiego trafiły do MMŁ

PASAŻ RÓŻY



ŁÓDZIANIZMY

Pasaż Róży, czyli niezwykle podwórko kamienicy przy ul. Piotrkowskiej 3, stało się w ostatnim czasie jedną z łódzkich atrakcji. Podwórce starej kamienicy Antoniego Engela, gdzie działał m.in. Hotel Polski, jeden z najstarszych w naszym mieście, zostało ozdobione mozaiką ciętych luster o różnych kształtach. Projekt zrealizowano w ramach Festiwalu Czterech Kultur w 2014 r.

Autorką instalacji jest Joanna Rajkowska, a lustrzane elementy tworzą niejako figury przypominające róże, choć nazwa pasażu odnosi się również do imienia córki artystki, u której zdiagnozowano poważną chorobę oczu. Osobiste refleksje, refleksy, sposób widzenia, związane z tym faktem stanowiły inspirację do stworzenia tej niezwykle lustrzanej kompozycji na fasadach oficyn. Pasaż Róży oddano do użytku w 2014 r., ale w kolejnych latach był poddawany modernizacjom, tworząc ciąg komunikacyjny do pl. Wolności oraz w kierunku ul. Zachodniej.

agr

Elewacje budynków w Pasażu Róży wyłożone są misternie ułożonymi lustrzanymi mozaikami

REKORD W MECZU UNION-TOURING

5 marca 1932 r. utworzono klub sportowy Union-Touring Łódź, który powstał w wyniku połączenia Klubu Turystów oraz Stowarzyszenia Sportowego Union. Ta druga organizacja działała w naszym mieście już od 1897 r. i skupiała głównie łódzian niemieckiego pochodzenia. Union miał duży plac do wszelkiego rodzaju spotkań klubowych, jazdy kolarskiej i ćwiczeń,

wraz z charakterystycznym drewnianym budynkiem jednopiętrowym, wzniesionym w 1912 r. na obecnym pl. Komuny Paryskiej. W okresie zimowym organizowano tam ogólnodostępne lodowisko dla mieszkańców Łodzi. Nowo powstały klub przejął ten obiekt, jak również należące do Klubu Turystów boisko, lodowisko i korty przy ul. Wodnej. Union-Touring zastąpił

także z sekcji piłkarskiej, która w polskiej ekstraklasie zdążyła wystąpić tylko w jednym sezonie, w 1939 r. – w dodatku niepełnym, bo przerwany wybuchem II wojny światowej. W momencie przerwania rozgrywek klub zajmował ostatnie miejsce w tabeli, mając zaledwie trzy punkty wywalczone w 12 meczach. Z występami Union-Touringu w ekstraklasie

KARTKA Z KALENDARZA

wiąże się pewien piłkarski rekord sławnego Ernesta Wilimowskiego. W meczu rozegranym 21 maja 1939 r. zdobył on przeciwko łódzianom dzie-



Znaczek klubowy Union-Touring Łódź i drużyna piłkarzy na zdjęciu z 1937 r.

ŁÓDZKIE GAWĘDY

SZYBCIEJ, WYŻEJ, WIĘCEJ



Ul. Piotrkowska od nr 45 do 53 – widok z pocz. XX w.

W Łodzi spekulacja domami i działkami budowlanymi kwitła na dużą skalę. W 1874 r. ceny gruntów przy ul. Piotrkowskiej wynosiły po 2-3 ruble za łokieć kwadratowy.

W 1913 r. grunty przy ul. Piotrkowskiej, na odcinku od Nowego Rynku do ul. Przejazd, były taksowane przez Towarzystwo Kredytowe po 12 rubli za łokieć kwadratowy, na odcinku od ul. Przejazd do ul. Nawrót – po 10 rubli, od ul. Nawrót do ul. Głównej – po 8 rubli, od ul. Głównej do ul. Emilii – po 6 rubli.

Rzeczywista cena rynkowa gruntów przy ul. Piotrkowskiej była jednak znacznie wyższa, a zapotrzebowanie na działki pod domy czynszowe stale rosło. Fabryki działające w centrum

stopniowo przenoszono poza miasto. Przemysłowcy, mając duże place w śródmieściu, ale przestarałe urządzenia fabryczne i ciasne domy, sprzedawali parcele przy głównej ulicy po 25 rubli za łokieć i kupowali na obrzeżach miasta po 1 rublu za łokieć. Niestety kamienice często budowano szybko, tanio i niedbale. W latach 1904-1909 zanotowano w Łodzi sześć wypadków zawalenia się domu. W 1910 r. runął np. budynek przy ul. Andrzeja 3, a inżynier gubernialny twierdził, że w Łodzi zbyt wiele domów przypadało na jednego budowniczego. Tylko w 1909 r. zbudowano 425 domów, z których 49 nadzorował architekt m. Łodzi Franciszek Chelmiński, 82 – technik Albert Kraus, 72 – Alwil Jankau, 51 – Leon Lubotynowicz.

agr

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

Kolejne wydanie w środę
6 marca



się goli, a całe spotkanie Ruchu Chorzów z Union-Touring zakończyło się wynikiem 12:1!

Jak wiadomo, w czasie okupacji wszystkie polskie kluby i organizacje sportowe zostały zlikwidowane, a Union-Touring, funkcjonujący w latach 1940-1945 pod nazwą Sportgemeinschaft Union 1897, przejął obiekty sportowe ŁKS przy al. Unii Lubelskiej.

agr