

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

ŁODZIANIE Z PASJĄ

GDZIE MIASTO
ŁĄCZY SIĘ ZE SZTUKĄ

strona 7



REKORD W ORIENTARIUM

FREKWENCJA WSZECH CZASÓW! strona 3

AKTUALNOŚCI

TRAMWAJE
WRACAJĄ
NA SWOJĘ TRASĘ

strona 3



AKTUALNOŚCI

WYPIĘKNIEJĄ
PAŁACE
POLITECHNIKI ŁÓDZKIEJ

strona 4



TEMAT NUMERU

MUZYCZNE
PRZYSTANKI
LIGHT MOVE FESTIVAL

strona 8-9



KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 093

BLISKIE SPOTKANIA Z NIETOPERZAMI

Kiedy miasto powoli zasypia, a parki toną w półmroku, zaczynają być aktywne nietoperze. Życie i zwyczaje tych tajemniczych ssaków można poznać bliżej, biorąc udział w jednym z serii spacerów, jakie do 30 września będą odbywać się w kilkunastu parkach i zielonych zakątkach miasta.

Na spotkanie z nietoperzami zaprowadzi uczestników dr Janusz Hejduk z Wydziału Biologii i Ochrony Środowiska Uniwersytetu Łódzkiego, który od lat odkrywa przed mieszkańcami Łodzi tajemnice skrzydlatych ssaków. Uczestnicy wypraw poznają zwyczaje nietoperzy, ich życie w mieście oraz znaczenie tych zwierząt dla przyrody, a także do-

wiedzą się, jak im pomagać i jak je chronić. Dzięki specjalnemu detektorowi spacerowicze będą mogli posłuchać ultradźwięków emitowanych przez nietoperze.

Jo-Lu



Wycieczki zaplanowane w tym tygodniu (zbiórka o godz. 20:00)

10 września – park Helenów (przy grocie)

11 września – park im. Ocalałych (przy Pomniku Sprawiedliwych)

12 września – park Baden-Powella (na rogu ul. Konstytucyjnej i ul. Małachowskiego, przy hali sportowej)

13 września – park nad Sokołówką (na placu zabaw od ul. Zgierskiej)

14 września – Brus (przy skrzyżowaniu ul. Krańcowej z ul. Biegunową)

INFO

Terminy kolejnych spacerów:



Projekt jest realizowany w ramach Łódzkiego Budżetu Obywatelskiego.

MUZEUUM KOMUNIKACJI MIEJSKIEJ

Bilet do przeszłości

20 września w Muzeum Komunikacji Miejskiej MPK-Łódź przy ul. Wierzbowej 51 odbędzie się XVIII Giełda Biletów i Pamiątek Komunikacji Miejskiej.

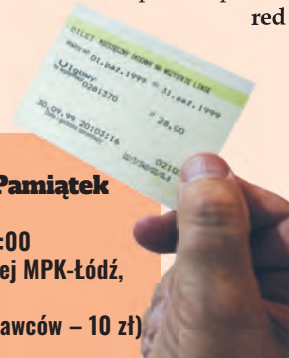
Wzorem lat poprzednich podczas wydarzenia odbędzie się konkurs na najciekawszą pamiątkę związaną z łódzkimi tramwajami i autobusami. Każdy może pochwalić się swoimi memorabiliami – mogą to być archiwalne dokumenty, zabawkowe artefakty czy też ocalone od zapomnienia stare

bilety. Osoby chcące zaprezentować je szerszej publiczności muszą do 18 września zdeponować swoje skarby w Muzeum Komunikacji Miejskiej MPK-Łódź. Zostaną one wystawione na giełdzie, a właściciel najciekawszej pamiątki otrzyma nagrodę. Kontakt do organizatorów: tel. (42) 672 12 07, e-mail: muzeum@mpk.lodz.pl

red

INFO

XVIII Giełda Biletów i Pamiątek Komunikacji Miejskiej
20 września w godz. 8:00–14:00
Muzeum Komunikacji Miejskiej MPK-Łódź,
ul. Wierzbowa 51
Wstęp wolny (opłata dla wystawców – 10 zł)



Sprawdź swoje grzyby

Rozpoczął się sezon grzybiarski. Choć zbieranie grzybów to jedna z ulubionych jesiennych aktywności Polaków, może prowadzić do groźnych dla zdrowia i życia zatruć. W Łodzi grzybiarze chcący upewnić się co do jadalności zebranych okazów mogą skorzystać z fachowej pomocy grzyboznawcy Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej przy ul. Wodnej 40, który



przyjmuje we wszystkie dni robocze. Spotkanie można umówić telefonicznie pod nr. 42 253 63 69 lub 42 253 63 60 oraz e-mailowo: grzyboznawcy.wsse.lodz@sanepid.gov.pl.

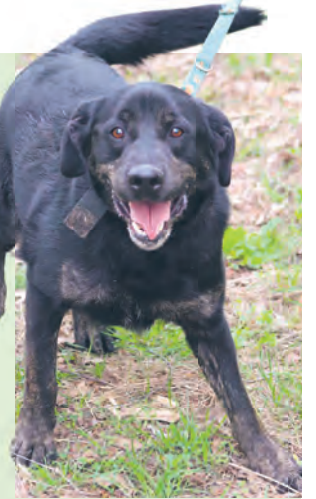
JoLu



DO ADOPCJI

UCHYL SERCA EDKOWI

Edek ma ok. 6 lat, trafił do schroniska dla zwierząt w czerwcu 2023 r. Kilka dni później dołączyła do niego suczka Kaja, z którą dzielił kojec w dobrej komitywie. Sunia znalazła nowych właścicieli, a Edek został sam. Doskwiera mu samotność, a to bardzo towarzyski pies, który łatwo nawiązuje relacje z ludźmi. Uwielbia aktywnie spędzać czas, np. biegając, bawiąc



się piłką czy spacerując u boku opiekuna. Ładnie chodzi na smyczy, choć czasem ciągnie. Psiak jest bardzo pojętny, skory do współpracy i chętny do nauki.

RedSch

Chcesz adoptować Edka?

Zadzwoń: ☎ 500 099 995 ☎ 501 437 232 ☎ 42 656 78 42

Napisz: ✉ schronisko.adopcje@jst.uml.lodz.pl



CIEMNA STRONA MIASTA

NA SYGNALE

WYBUCH Z ZEMSTY

Łódzcy policjanci zatrzymali sprawcę eksplozji, do której doszło 1 września w mieszkaniu w bloku przy ul. Rodakowskiego. Okazał się nim 72-letni lokator zniszczonego lokum, ujęty kilka godzin po zdarzeniu. Jak powiedział śledczym, chciał się zemścić na skonfliktowanej z nim rodzinie – odkręcił w mieszkaniu zawór gazu, a w jednym z pomieszczeń

zostawił zapalony wkład do znicza.

Mężczyzna odpowie za spowodowanie wybuchu i pożar, będący jego następstwem, ale to nie koniec jego problemów z prawem – 72-latek został zatrzymany, podczas gdy kierował autem pod wpływem alkoholu (ponad 2 promile). Za oba przestępstwa grozi mu łączna kara do 10 lat pozbawienia wolności.

rp

REMONTY ULIC RAPORT

- ▶ **LUTOMIERSKA** – rozpoczęcie prac remontowych od ul. Zachodniej do ul. Zgierskiej
- ▶ **RZGOWSKA (DOJAZD DO TRASY GÓRNA)** – budowa nowej nawierzchni na drugiej połowie jezdni
- ▶ **MARYSIŃSKA** – rozpoczęcie prac remontowych od ul. Inflanckiej do ul. Szklanej
- ▶ **WRÓBLEWSKIEGO** – budowa nowych chodników

Więcej na: lodz.pl/remonty

REKORD W ZOO

ORIENTARIUM MAGNESEM DLA TURYSTÓW

Orientarium Zoo Łódź ma kolejne powody do dumy – sierpień 2025 r. okazał się najlepszym miesiącem w historii obiektu pod względem frekwencji. Łódzki ogród zoologiczny odwiedziło 190 tysięcy osób! Od momentu otwarcia Orientarium w 2022 r. jest to absolutny rekord.

W wakacje zdecydowaną większość zwiedzających stanowili turyści z całej Polski.

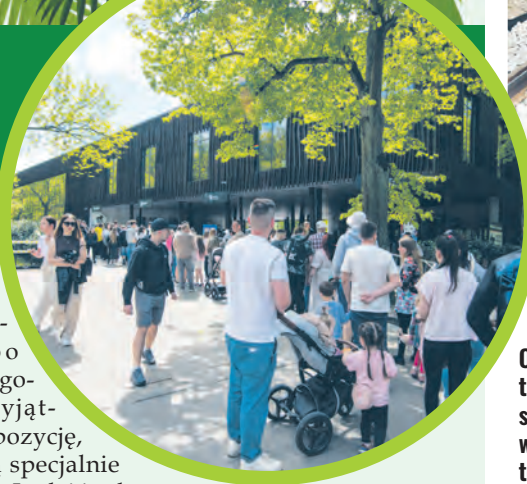
– To nie jest ostatnie nasze słowo. Będziemy starali się szukać kolejnych inwestycji, które zaowocują nowymi atrakcjami dla gości, żeby do Łodzi warto było przyjeżdżać nie tylko na festiwale czy koncerty, ale też do takich miejsc jak Orientarium – zapowiada Łukasz Goss, prezes Orientarium Zoo Łódź.

Jesienna oferta

Na jesień Orientarium Zoo Łódź przygotowało wyjątkową propozycję, stworzoną specjalnie dla dzieci z Łodzi i całego województwa łódzkiego. – Od października do grudnia zapraszamy łódzkie szkoły i przedszkola do skorzystania z naszej promocyjnej oferty. Grupy bilet edukacyjny kosztuje jedynie 40 zł i obejmuje wejście do zoo oraz zajęcia z edukato-

rem. Oferta podkreśla misję naszego ogrodu, którą jest m.in. edukacja i właśnie ten aspekt edukacyjny chcemy przede wszystkim zaoferować dzieciom i młodzieży – mówi Michał Gołędowski, dyrektor ds. hodowli i rozwoju.

JoBu



POLITECHNIKI/ŻEROMSKIEGO

Znów mkną TRAMWAJE

Od poniedziałku, 8 września tramwaje komunikacji miejskiej wracają na wyremontowane torowiska na al. Politechniki i ul. Żeromskiego (od al. Mickiewicza do ul. Kopernika).

To już kolejny szczęśliwy finał wakacyjnych remontów łódzkich torowisk tramwajowych. Podobne prace modernizacyjne były prowadzone także na ul. Pomorskiej i ul. Zachodniej – obie te inwestycje już zrealizowano, dzięki czemu kursujące po nich linie tramwajowe mogły powrócić na swoje zwyczajowe trasy. Zakończony remont szlaku tramwajowego w ciągu al. Politechniki i ul. Żeromskiego umożliwił powrót na dawne trasy tram-

wajów linii 15 i 16, które ponownie kursują od ronda Lotników Lwowskich do ul. Żeromskiego.

Żeby podróżowanie po Polesiu tramwajem było jeszcze wygodniejsze, trzeba dodatkowo wyznaczyć zwrócić na torowisku na ul. Kopernika (od strony ul. Gdańskiej). Te prace już się rozpoczęły. Do ich zakończenia linia tramwajowa 17 będzie dojeżdżała do pętli Chocianowice IKEA, kursując ulicami Zachodnią i Piotrkowską, zaś linia autobusowa 86 będzie kursować przez ul. Legionów, pl. Wolności i ul. Pomorską. Po ul. Gdańskiej będzie jeździć autobusowa linia zastępcza Z15.

TS

FOTOWOLTAIKA NA FAMUŁACH

ZIELONA ENERGIA NA CZERWONEJ CEGLE

Famuty robotnicze dawnej fabryki Poznańskiego przy ul. Ogrodowej 24 przeobrażają się w wielofunkcyjny kompleks, na który złożą się części mieszkalna, usługowa i biurowa. Właśnie trwa montaż paneli fotowoltaicznych.

pozwoli obniżyć rachunki za prąd, uniezależnić się od wahań cen energii oraz zmniejszyć emisję dwutlenku węgla, a także zapewnić stabilne i ekologiczne funkcjonowanie kompleksu. Obecnie w famułach przy

ul. Ogrodowej 24 trwają intensywne prace nad zagospodarowaniem terenu zewnętrznego. Już wkrótce przestrzeń wokół budynków zmieni się w zieloną, tętniącą życiem strefę.

JoŁs



TEOFIŁÓW

ŁADNA ŁANOWA

Lada dzień rozpocznie się remont kolejnej ulicy na Teofilowie. Nową nawierzchnią i równymi chodnikami poszczyci się wkrótce ul. Łanowa.

Od ul. Biellicowej do ul. Traktorowej wyremontowane zostaną jezdnie i chodniki, a wzdłuż drogi powstanie możliwie jak najwięcej miejsc parkingowych – po południowej stronie będą wyznaczone na jezdni wzdłuż całej ulicy, natomiast po stronie północnej prostopadłe do niej.

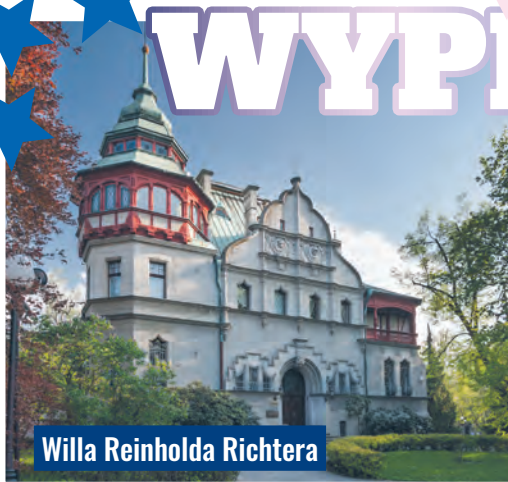
Ponadto powstaną nowe, bardziej widoczne i bezpieczniejsze przejścia dla pieszych przy przedszkolu, centrum medycznym i ul. Bielicowej. Nowością będą też przystanki autobusowe (przy centrum medycznym i bloku przy ul. Łanowej 89), które umożliwią w przyszłości kursowanie tamtędy autobusów komunikacji miejskiej.

WS



FOT. ŁODZ.PL, FREEPIK

WYPIĘKNIĘJĄ PAŁACE POLITECHNIKI



Willa Reinholda Richtera



Willa Józefa Richtera



Pałac Scheiblera

Politechnika Łódzka otrzymała niemal 52 mln zł unijnych funduszy na remont trzech zabytków swojego kampusu. Chodzi o zniszczoną przez pożar w 2016 r. willę Reinholda Richtera przy ul. ks. Skorupki 6/8, dawną siedzibę rektoratu PŁ, pałac Scheiblera przy ul. Piotrkow-

skiej 266 oraz willę Józefa Richtera przy ul. ks. Skorupki 10/12.

Willa Reinholda Richtera, 9 lat temu zniszczona częściowo przez pożar, w pełni odzyska dawną świetność. Rozpoczęty przed laty remont zostanie

dokończony. Odnowione zostaną m.in. marmurowe posadzki, parkiety i polichromie. Dostępność budynku zwiększy nowa winda. Jak zapowiada rektor PŁ, prof. Krzysztof Józwiak, jest szansa, że budynek znów stanie się siedzibą rektoratu uczelni

pod koniec 2027 r. Wartość inwestycji to prawie 18 mln zł.

W zabytkowych wnętrzach pałacu Scheiblera przy ul. Piotrkowskiej powstanie Centrum Kulturalno-Dydaktyczne. Oprócz remontu dachu, elewacji i wewnątrz zaplano

wano tam zwiększenie terenów zielonych i dostosowanie obiektu do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Koszt inwestycji to ponad 36 mln zł. Willa Józefa Richtera, pełniąca obecnie funkcję tymczasowej siedziby rektora, po koniecznych moderni-

zacjach i montażu windy zmieni się w Centrum Kontaktów Europejskich Politechniki Łódzkiej oraz miejsce międzynarodowej współpracy uczelni z instytucjami i przedsiębiorcami. Modernizacja wyniesie ponad 3 mln zł. **KM**

MIASTO DOPEŁACI DO REMONTÓW

15 września upływa termin naboru wniosków o dofinansowanie remontów budynków w obszarze łódzkiej Specjalnej Strefy Rewitalizacji, które zostaną zrealizowane w 2026 r.

Program dopłat do prac remontowych, prowadzonych na tym obszarze, działa w Łodzi od 2018 r. Dzięki 24 mln zł, wydanym dotychczas na ten cel z budżetu miasta, wyremontowano już ponad 100 kamienic i innych cennych architektonicznie budowli, w większości zabytkowych. Program dopłat do prac

konserwatorskich i restauratorskich oraz robót budowlanych w budynkach SSR adresowany jest do wspólnot mieszkańców lub prywatnych właścicieli, którzy chcą przywrócić najwyższą estetykę oraz stan techniczny posiadanym nieruchomościom. Dofinansowanie, które może sięgać nawet 50% kosztów prac, dotyczy najczęściej renowacji fasad, balkonów, elewacji widocznych dla przechodniów lub przejazdów. **bramowych wio-**

jących na ogólnodostępne podwórza. Finansowe wsparcie gminy jest zachętą do działań, które przekładają się na poprawę wizerunku miasta. Jednym z budynków, których stan znacznie się poprawił dzięki miejskim dotacjom na remonty w SSR, jest należąca do wspólnoty mieszkańców kamienica przy ul. Piotrkowskiej 143. Remont elewacji jej trzeciego i czwartego piętra (wraz z poddaszem) miasto wsparło kwotą 222 tys. zł. **(pj)**



Kamienica przy ul. Piotrkowskiej 143

INFO

Szczegółowe informacje, formularze i poradnik dla wnioskodawców:



PRZEBUDOWA SZCZECIŃSKIEJ NA RĄBIEŃSKIEJ POWSTAJE RONDO

Postępuje generalna przebudowa ul. Szczecińskiej, której pierwszy gruntownie zmodernizowany odcinek – od ul. Aleksandrowskiej do łącznika z trasą szybkiego ruchu S14 – oddano kierowcom do użytku na początku tegorocznych wakacji.

Teraz prace skupiają się na skrzyżowaniu ul. Szczecińskiej z ul. Rąbień-

ską, powstające tam rondo będzie punktem wyjścia do realizacji drugiej części tej ważnej drogowej inwestycji – pomiędzy ul. Rąbieńską a granicami miasta. Przejazd w stronę Rąbienia powinien zostać udrożniony jeszcze w tym roku.

Drugi etap przebudowy ul. Szczecińskiej będzie kontynuacją prac, których

efekty można podziwiać w ukończonej już części tej inwestycji. Po przebudowie podziemnych sieci droga otrzyma nową jezdnię, chodniki i oświetlenie uliczne. Tradycyjne skrzyżowania zastąpią o wiele bezpieczniejsze ronda, powstaną też nowe drogi rowerowe. **WS**



Rondo na skrzyżowaniu ul. Rąbieńskiej i ul. Szczecińskiej

ul. Szczecińska

FESTIWAL ŁÓDŹ WIELU KULTUR 2025

MOST MIĘDZY HISTORIA A WSPÓŁCZESNOŚCIĄ

Łódź po raz kolejny stanie się przestrzenią dialogu, otwartości i artystycznych eksperymentów. W dniach od 3 do 12 października odbędzie się Festiwal Łódź Wielu Kultur – wydarzenie, które od ponad dwóch dekad buduje mosty pomiędzy historią miasta a jego współczesną, różnorodną tożsamością.

Festiwal, znany wcześniej jako Dialog Czterech Kultur (2002–2008) oraz Łódź Czterech Kultur (2009–2023), w nowej formule odpowiada na wyzwania współczesności. Dzisiejsza kultura nie zamyka się już w granicach narodowych czy religijnych – jest płynna, wielowymiarowa i tworzona przez sieć zróżnicowanych wspólnot i doświadczeń. Edycja 2025 poświęcona zostanie współ-

czesnym migracjom, kulturze pracy i nieopowiedzianym łódzkim biografiami, które wzbogacają tożsamość miasta.

Na 10 dni Łódź zamieni się w laboratorium dialogu kultur i stylów życia – z koncertami, performansami, wystawami, debatami i spacerami miejskimi. Wydarzenia rozgrywać się będą zarówno w muzeach i galeriach, jak i w przestrzeni miasta – na ulicach, w parkach, dawnych fabrykach i podwórkach.

Do Łodzi przyjadą twórcy z całego świata, m.in. Nguyen Quoc Thanh i Nhà Sàn Collective, Julian Hetzel i Ntando Cele, Slavs and Tatars, Astrit Ismaili, Weronika Szczawińska, Agata Siniarska, Ifi Ude, Monika Roscher Big Band

– prezentując projekty znane z największych międzynarodowych festiwali i wystaw.

Przestrzeń troski

Organizatorzy przygotowali także wyjątkową ofertę dla osób związanych zawodowo z kulturą – warsztaty wytchnieniowe i wydarzenia podejmujące temat wypalenia, przemęczenia i nowych modeli pracy. To odpowiedź na realne wyzwania stojące przed pracowniczkami i pracownikami sektora kultury.

AZ



Najważniejsze wydarzenia:

- Koncert inauguracyjny Marcina Maseckiego „Pieśni pracy” (3 października, Akademia Muzyczna w Łodzi) – premierowy muzyczny manifest o historii i współczesności ludzi pracy.
- „Spijmy, to zobaczymy” – wystawa Nguyễn Quốc Thành i Nhà Sàn Collective (3 października, Muzeum Sztuki w Łodzi).
- Tryptyk teatralny o Wandzie Jakubowskiej (9 października, PWSFTviT) – trzy różne interpretacje życia i twórczości „matki polskiego kina”.
- „Bajura i pióra” – projekt kolektywu Slavs and Tatars (4–11 października, Fabryka Biedermanna).
- Koncert finałowy Monika Roscher Big Band (12 października, Monopolis) – wielowymiarowe widowisko na pograniczu jazzu, rocka i muzyki eksperymentalnej.

Pełny program i harmonogram wydarzeń dostępny jest na stronie: lodzwielukultur.pl/ kalendarz

PO RAZ PIERWSZY NA FALI

Marzysz o udziale w tradycyjnym Oktoberfeście? Nie musisz już jechać do Monachium! Wielkie święto piwa teraz będzie miało również swoją łódzką odnogę. Wszystko za sprawą Aquaparku Fala (al. Unii Lubelskiej 4), który dla wszystkich miłośników złotocistego trunku organizuje w sobotę, 4 października wyjątkową wieczorną imprezę w strefie saun.

W ramach biletu w cenie 190 zł będzie można skorzystać z wielu punktów programu, m.in. tematycznych seansów, piwnej bani czy zabiegów chmielowych. Początek o godz. 20:00, a planowane zakończenie o północy.

Smaki, zapachy i... dźwięki Bawarii

Piwo będzie głównym bohaterem Oktoberfestu na Fali nie tylko w formie aromatu... W menu pojawią trzy rodzaje warzonych trunków i co ważne – ich wybór nie ograniczy się tylko do klasycznego lagera. Na bawarskim szwedzkim stole zagospodzą precele, ptysie, paluszki i inne tradycyjne przekąski, a na terenie zewnętrznym zostanie rozstawio-

ny grill z kiełbaskami. O niepowtarzalną atmosferę zadba natomiast kilkuosobowa bawarska orkiestra, która zgotuje muzyczne show na żywo. W planach są również gry i zabawy w klimacie Oktoberfestu, jak rzut precelem do celu czy łapanie jak największej liczby kufli.

mowa



IMPREZA W STYLU OKTOBERFEST



DZIEJE SIĘ W PONIEDZIAŁEK

Kino Charlie

Kino Charlie (ul. Piotrkowska 203/205) zaprasza na „Tani poniedziałek”. Tego dnia widzowie za biletu na wybrany film zapłacą tylko 19 zł. W repertuarze m.in. „Kwiat ośmiu gór”, „Flow” czy „Moi synowie”.

DZIEJE SIĘ WE WTOREK

Warsztaty z fotografii telefonem komórkowym

Łódzki Dom Kultury (ul. Dowborczyków 18 – lokalizacja tymczasowa) zaprasza seniorów o godz. 11:00 na warsztaty z fotografii telefonem komórkowym. Seniorzy dowiedzą się, jak wykorzystać możliwości swojego smartfona, oraz poznają tajniki wykonywania dobrych zdjęć. Instruktor Dominika Bieniek dopasuje tempo pracy do możliwości uczestników. Obowiązują zapisy pod nr. 797 326 220 (od pon. do pt. w godz. 8:00–17:00).

GIMNASTYKA DLA OKA

➊ **Patrzeć w dal i bliż** – znajdź dwa punkty: jeden w oddali, drugi tuż obok. Kieruj wzrok naprzemiennie na każdy z nich, skupiając się przez kilka sekund na każdym.

➋ **Raz w lewo, raz w prawo** – to ćwiczenie wzmacnia mięśnie gałki ocznej. Zamknij powiekę i rozluźnij czoło. Kieruj powoli oczy w prawo, aż do poczucia napięcia mięśni, i pozostań chwilę w tej pozycji. Następnie wykonaj ruch w lewą stronę – najlepiej robić po pięć powtórzeń dla każdej ze stron.

➌ **Obrysowywanie oczami** – „obrysowuj” wzrokiem kontury przedmiotów. Zaczynaj od większych, a następnie przechodź do coraz mniejszych.

➍ **Rysowanie wyobrażonym ołówkiem** – wyobraź sobie, że ołówek jest przedłużeniem Twojego nosa. Rysuj nim w powietrzu różne kształty, delikatnie poruszając głową. Na początku możesz obrysowywać kontury przedmiotów, które znajdują się w zasięgu wzroku. Zaczynaj od dużych obiektów, a następnie kreśl coraz mniejsze. Po kilku minutach ćwiczenia zamknij oczy

i staraj się wyobrazić sobie wykreślone kształty. Na zakończenie otwórz powieki i chwilę mrugaj.

➎ **Ćwiczenia z palcami** – Wyciągnij rękę z podniesionym kciukiem i naprzemiennie skupiaj wzrok na kciuku i jego tle.

– Wyciągnij ramiona do przodu. Powoli zbliżaj do siebie palce wskazujące i patrz na nie na zmianę, aż do momentu ich zetknięcia.

➏ **Dynamiczny relaks oczu** – szybko mrugaj powiekami przez kilka sekund, a następnie zasłoń na chwilę oczy dłońmi i powtórz mruganie.

➐ **Śledzenie piłki** – podrzuczaj i łap piłkę, śledząc ją wzrokiem.

➑ **Joga oczu** – usuwa napięcie mięśni gałki ocznej oraz istotnie poprawia pole widzenia. Usiądź prosto, rozluźnij ciało i patrz przed siebie jak najdalej to możliwe, nie poruszając przy tym głową. Zataczaj wzrokiem kręgi, odwrotnie do ruchu wskazówek zegara – zrób tak kilka razy. Na koniec zamknij oczy i po chwili kilka razy mrugnij. Uwaga! Przeciwwskazaniem do wykonywania jogi oczu jest jaskra i tendencja do odklejania się siatkówki.

➒ **Palming** – to technika relaksacyjna, polegająca na zakrywaniu oczu dłońmi w celu odprężenia wzroku, zmniejszenia napięcia i poprawy komfortu widzenia. Usiądź wygodnie, rozgrzej dłonie, np. pocierając je o siebie, po czym zakryj nimi oczy tak, aby nie docierało do nich światło. Palce niech spoczywają na czole, a dłonie ułożone w garstkę (bez uciskania) na oczodołach. Oddychaj głęboko i spokojnie, skupiając się na uczuciu ciepła i ciemności. Pozostań w tej pozycji przez kilka minut, aż poczujesz odprężenie. Po zakończeniu powoli zdejmij dłonie i otwórz oczy, pozwalając im przyzwyczaić się do światła.

Ponadto nie zapominaj o regularnych wizytach u okulisty oraz unikaj alkoholu i palenia papierosów. Chronić oczy przed słońcem dobrej jakości okularami przeciwsłonecznymi z filtrem UV. Stosuj dietę bogatą w witaminy A, C i E, mikroelementy, takie jak: cynk, miedź, mangan, selen, a także w kwasy omega-3 i luteinę.

Alup

GADŻETY UŁATWIAJĄCE ŻYCIE

Nowe technologie rozwijają się w ekspresowym tempie, dlatego czasami trudno nadążyć za nowościami, które pojawiają się na rynku. Wśród nowoczesnych urządzeń ułatwiających wykonywanie codziennych czynności sporą grupę stanowią te wyprodukowane z myślą o potrzebach seniorów. Sprawdź, co warto kupić, aby ułatwić sobie życie.

LUPA DO CZYTANIA Z OŚWIETLENIEM LED

Lupa z oświetleniem ułatwia osobom ze słabszym wzrokiem czytanie i oglądanie małych przedmiotów. Gadżet ten jest wyposażony w kwadratową soczewkę, która zapewnia większy obszar widzenia – pokrywa większość strony książki, dzięki czemu nie trzeba przesuwac jej podczas czytania, a to sprawia, że jest wygodna w użytkowaniu. Lupa podświetlają diody, które poprawiają widoczność tekstu czy przedmiotów i zapobiegają zmęczeniu oczu. Jej niewielka waga (taka lupa jest lżejsza od szklanej) sprawia, że ręce nie męczą się nawet przy dłuższym użytkowaniu. red



REKLAMA

trialmed

Trudności z pamięcią po COVID? Mgła mózgową?

W Centrum Medycznym Trialmed w Łodzi trwa rekrutacja do badania dla pacjentów z problemami z pamięcią i koncentracją po przebytych Covid-19.

Zadzwoń i dowiedz się więcej!

22 262 91 72

Trialmed (wcześniej Synexus), ul. Składowa 35, Łódź



Według stanu na sierpień 2024 r. liczba zachorowań na COVID zgłoszonych Światowej Organizacji Zdrowia wynosi niemal 776 milionów.



Szacuje się, że u 10% osób, które przeszły chorobę COVID-19, wystąpił PCS, co oznacza, że po ponad 3 miesiącach od zakończenia się ostrej fazy choroby COVID-19 nadal występują u nich objawy. Oznacza to, że prawie 8 milionów osób może mieć PCS.



Obraz kliniczny zespołu pocovidowego może obejmować objawy utrzymujące się lub nawracające, a także nowo występujące objawy przedmiotowe i podmiotowe po zakażeniu bezobjawowym, ustąpieniu ostrych objawów lub remisji. Do objawów tych mogą należeć także zaburzenia funkcji poznawczych.



GDZIE MIASTO ŁĄCZY SIĘ ZE SZTUKĄ

Na co dzień prowadzi warsztaty ceramiczne, oprowadza po Łodzi jako przewodniczka miejska, tworzy autorskie dzieła sztuki i rozwija galerię, którą sama zbudowała od podstaw. Monika Katarzyna Koprowska łączy w swojej pracy miłość do rękodzieła, natury, miasta i ludzi. Jej Indica Studio to nie tylko miejsce twórczej pracy, ale też przestrzeń spotkań, terapii i inspiracji.



Monika Katarzyna Koprowska

Ceramika, która uspokaja

W Indica Studio nie tylko powstają unikatowe ceramiczne formy. To również miejsce warsztatów i arteterapii. Monika pracuje z dziećmi, młodzieżą, dorosłymi oraz osobami z niepełnosprawnościami.

– Ceramika jest niesamowitym narzędziem terapeutycznym. Gdy ugniatamy glinę, rzeźbimy, walcujemy, dajemy upust emocjom. To sposób na oczyszczenie się, wyciszenie, a czasem przepracowanie

trudnych doświadczeń – tłumaczy. Arteterapia umożliwia pracę z emocjami, ale także pozytywnie wpływa na motorykę, koordynację wzrokowo-ruchową i koncentrację.

– Praca z gliną to proces. Nie wszystko wychodzi od razu, właśnie dlatego tak wiele daje – mówi Monika. – Ceramika uczy cierpliwości, skupienia i pokory. To materiał, który wszystko od nas przyjmuje: złość, stres, radość i zachwyty – wyjaśnia.

Sztuka w rytmie miasta

Łódź jest dla Moniki ważnym źródłem artystycznej inspiracji. W jej pracach często pojawiają się motywy związane z przemysłową historią miasta: czerwone kominy, fabryczne mury, tekstylia. – W mojej rodzinie kobiety pracowały we włókiennictwie. Bawełna, len, przędza. To wszystko było blisko mnie od dziecka. Teraz, tworząc z gliny i porcelany,

próbuję ten świat zachować – mówi. – Ceramika działa jak migawka fotografa. Utrwała to, co ulotne. Gлина jest materiałem, który uczy cierpliwości i pozwala zatrzymać chwilę.

Patrycja Trzepiecińska

Galeria z sąsiedztwa

Indica Studio to również mała galeria sztuki – otwarta, sąsiedzka i pełna życia.

– Zawsze marzyłam o miejscu, w którym doświadcza się sztuki – mówi Monika. Choć to niewielka przestrzeń na osiedlu Olechów-Jánów, regularnie odbywają się tu wystawy, warsztaty, akcje społeczne i kiermasze charytatywne.

Monika oprowadza turystów po Łodzi jako licen-

cjonowana przewodniczka miejska w ramach projektu „Z Pasją po Łodzi. Turystyka Kreatywna”. Jej autorskie trasy prowadzą przez mniej znane zakątki miasta, często związane z historią sztuki i przemysłu.

– Łódź to sztuka – mówi bez wahania. – Można ją poznawać przez murale, architekturę, fabryczne detale, przez ludzi i ich opowieści. To miasto mówi, trzeba tylko nauczyć się je słuchać.

Inspiracja z Londynu

Inspiracją dla nazwy pracowni Indica Studio była legendarna londyńska Indica Gallery, działająca w latach 60. XX w., której założycielami byli pisarz Barry Miles i artysta John Dunbar. To właśnie tam doszło do spotkania Johna Lennona i Yoko Ono podczas jednej z jej pierwszych wystaw. Często gościem był Paul McCartney, na wernisaże przychodzili też Roman Polański i Sharon Tate. Londyńska Indica była miejscem różnorodnych praktyk artystycznych i działań performatywnych, skupiała środowisko ówczesnej brytyjskiej kontrkultury. Sztuka nie była w niej towarem na sprzedaż, sztuki można było tam doświadczać.

Urodziła się w Łodzi, ale jak mówi, na dobre związała się z nią dopiero po latach. Wychowywała się przy Szosie Rokicińskiej, a dzieciństwo upłynęło jej w rytmie natury: wśród sadów, pól, lasów i piana kogatów.

– Z perspektywy dziecka nie miałam świadomości, jak wyjątkowe było to miejsce – przyznaje Monika Katarzyna Koprowska. – Dopiero wyjeżdżając do Wielkiej Brytanii i studiując w Londynie, zaczęłam rozumieć, jak bardzo to wszystko mnie ukształtowało – dodaje.

Monika jest absolwentką Wydziału Mediów, Sztuki i Projektowania na University of Westminster. Dyplom z ceramiki zrobiła

w pracowni profesora Christie Brown. Tam też zrodził się pomysł na stworzenie własnej pracowni – przestrzeni, która łączy sztukę, edukację i wspólnotowość.

– Po studiach marzyłam o powrocie. Wiedziałam, że chcę dzielić się wiedzą, inspirować innych, stworzyć miejsce, w którym sztuka będzie doświadczeniem – mówi Monika, która wzorując się na legendarnej londyńskiej Indica Gallery, z lat 60., w Łodzi otworzyła własną galerię przy ul. Ketlinga. – To nie miało być elitarne miejsce jedynie dla koneserów, tylko otwarta przestrzeń dla każdego, kto chce spróbować czegoś twórczego.

KONCERTY NA 8 SCENACH

LIGHT MOVE FESTIVAL ŁÓDŹ

Festival Kinetycznej Sztuki Światła

26-28/09/2025



Łódź już po raz 15. rozbiśnie tysiącem barw i dźwięków! W dniach od 26 do 28 września odbędzie się jubileuszowa edycja Light Move Festival. Oprócz uwielbianych przez festiwalową publiczność mappingów 2D/3D, projekcji wielkoformatowych i instalacji świetlnych, na gości Festiwalu Światła czeka aż osiem różnorodnych scen muzycznych. – Zależało nam, aby każdy odwiedzający mógł posłuchać swojego ulubionego gatunku muzycznego. Nie zabraknie muzyki alternatywnej, jazzowej, popowej, elektronicznej czy utworów granych przez orkiestry – podkreśla Beata Konicznik, dyrektor artystyczna LMF.

SCENA CHILL



PARK IM. SIENKIEWICZA

Atmosferę relaksu zapewnią: Gooral – ze swoim unikalnym połączeniem folkloru i elektroniki, Marek Niedzielski, pianista Piotr Paduszyński oraz kompozytorka i pianistka Zuzanna Całka.

MAIN STAGE



PAŁAC RODZINY POZNAŃSKICH

Na patacowym balkonie przy ul. Ogrodowej wystąpi Orkiestra Rebel Babel Ensemble pod kierunkiem Łukasza „L.U.C.” Rostkowskiego wraz z wyjątkowymi solistami: Natalią Kukulską, Mery Spolsky i Eldo. Na scenie pojawią się także: legenda polskiego pop-rocka De Mono oraz alternatywna grupa Hengelo.

SCENA ELECTRO




UL. MONIUSZKI 5

Parkiet pod gołym niebem rozgrzeją: łódzki duet Sonic Trip, berliński DJ Michał Ziętała oraz duet DJ Blik & Dominika Płonka.

SCENA MOVE



PARK STAROMIEJSKI

Orkiestra OSP Nadarzyn zaprezentuje widowiskowe show połączone z muzycznym pochodem ulicznym.

SCENA FILMOWA




PASAŻ IM. SCHILLERA

Orkiestra Kameralna Primuz wystąpi wspólnie z wybitnym kompozytorem Krzesimirem Dębskim, prezentując muzykę filmową i symfoniczną. Wystąpi także kwintet dęty Kwintesenca.

SCENA JAZZ



UL. PIOTRKOWSKA 54

Młodzi łódzcy artyści – saksofonistka Aleksandra Laskowska i skrzypki Wojciech Garmulewicz – zaprezentują jazzowe interpretacje muzyki filmowej i popularnej.

SCENA CLASSIC



PLAC WOLNOŚCI

W scenerii projekcji 360 stopni usłyszymy jazzowe aranżacje Chopina w wykonaniu pianistki Leny Ledoff oraz autorskie utwory Ani Szlagowskiej.

SCENA KLUBOWA



STARY RYNEK

ProDJs Group i zaproszeni goście rozkręcą noc pełną EDM, house i techno w otoczeniu światła, ognia i efektów pirotechnicznych.

Light Move Festival 2025 to trzy wieczory pełne sztuki światła i muzyki, które w dniach 26-28 września przemienią Łódź w żywe muzeum kultury i sztuki audiowizualnej.

Ziołowa apteczka z polany

Prozdrowotne właściwości ziół są znane od wieków. Wykorzystujemy je w medycynie i przygotowujemy nimi potrawy. Sprawdź, jakie zioła możesz znaleźć na pobliskich polach czy łąkach i jakie są ich właściwości.

Na terenach zielonych wokół Łodzi dziko rośnie wiele leczniczych ziół. Koniec lata to dobry okres na ich zbiór – teraz są najbogatsze w olejki eteryczne i składniki aktywne. Pamiętaj jednak, aby zbierać je w miejscach wolnych od zanieczyszczeń – z dala od ruchliwych dróg i terenów przemysłowych.

Mięta pieprzowa

Jest polecana przede wszystkim przy dolegliwościach układu pokarmowego, zwłaszcza bólu brzucha, wzdęciach i kłopotach z trawieniem. Ponadto łagodzi nieżyt górnych dróg oddechowych, stan zapalny błony śluzowej jamy ustnej, a także objawy zapalenia zatok, przeziębienia i grypy. Napar z mięty dobrze pić w czasie infekcji – ma działanie antywirusowe i antybakteryjne.

Dziurawiec

Ma działanie ściągające, odkażające i bakteriobójcze, dlatego stosuje się go w leczeniu dolegliwości skórnych, takich jak odmrożenia i oparzenia, ropień skóry, trudno gojące się rany czy liszaje. Odwarami i naparami z tej rośliny dobrze płukać jamę ustną podczas zapalenia gardła lub nieżytu nosa. Ponadto dziurawiec stosowany wewnętrznie

rozkurcza mięśnie gładkie przewodu pokarmowego i dróg żółciowych, ma działanie żółciopędne, wzmacniające, przeciwzdęciowe i odtruwające. Reguluje metabolizm, pobudza trawienie, a także koordynuje pracę wątroby, pęcherzyka żółciowego i trzustki. Sprawdza się także przy zaburzeniach trawiennych i niedomaganiach wątroby. Ziele to warto stosować również przy wyczerpaniu nerwowym i ogólnym osłabieniu.

Skrzyp polny

Działa moczopędnie, pomagając usuwać nadmiar wody i moczanów z organizmu, co może być pomocne przy stanach zapalnych dróg moczowych czy kamicy nerkowej. Hamuje także krwawienia, dlatego jest polecany przy obfitych miesiączkach oraz krwawieniach z nosa. Ponadto skrzyp może być stosowany przy reumato-

idalnym zapaleniu stawów (RZS) i skazie moczonowej. Z uwagi na sporą zawartość izokwercytryny działa także uspokajająco, a zawartości krzemionki sprawia, że regularne picie odwaru lub naparu ze skrzypu wzmacnia włosy

i paznokcie, zmniejsza ich łamliwość oraz poprawia kondycję skóry.

Krwawnik

Łagodzi dolegliwości przewodu pokarmowego – pomaga przy wzdęciach, kolkach i innych zaburzeniach motorycznych żo-

łądka oraz górnego odcinka układu pokarmowego. Herbatka z krwawnika łagodzi dolegliwości towarzyszące wrzodom żołądka i zespołowi jelita drażliwego, np. zaparcia, biegunki czy bóle brzucha. Zioło to docenią również kobiety mające silne bóle miesiączkowe, bowiem łagodzi te dolegliwości.

Kwiaty rumianku

Koszyczek rumianku wykazuje właściwości przeciwzapalne, rozkurczające mięśnie gładkie i przyspieszające gojenie ran. Stosuje się go przy bólach żołądka, w stanach zapalnych błony śluzowej żołądka i przy zapaleniu jelit. Ponadto rumianek używany jest w przypadku stanów zapalnych skóry i błon śluzowych. Inhalacje z rumianku łagodzą stan zapalny górnych dróg oddechowych, a napar z tej rośliny działa uspokajająco.

red

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZ

informuje, że w dniach **od 8 września 2025 r. do 29 września 2025 r.** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 wywieszony będzie wykaz nieruchomości położonych w Łodzi przy:

- ul. Kresowej bez numeru, działka nr: 109/1 i 109/2, w obrębie W-15, opisane w KW LD1M/00310465/7, o łącznej powierzchni 372 m²,
- ul. Nery 2, działka nr 81/1, w obrębie W-39, opisana w KW nr LD1M/00178271/2, o powierzchni 1218 m²,
- al. Kościuszki 89A, części działki nr 341/11, w obrębie S-6, opisane w KW nr LD1M/00099073/6, o łącznej powierzchni 66 m²,
- ul. Lewej 3 i ul. Lewej 5, działki nr: 289/2 i 290/2, w obrębie B-5, opisane w KW nr: LD1M/00116076/3 i LD1M/00116080/4, o łącznej powierzchni 328 m²,
- skwerze Krystyny i Stefana Krygierów, część działki nr 181/50, w obrębie B-50, opisana w KW nr LD1M/00385931/1, o powierzchni 50 m²,
- ul. Jana Matejki bez numeru, część działki nr 16/12, w obrębie S-4, opisana w KWLD1M/00174705/9, o powierzchni 1,40 m²,
- ul. Generała Tadeusza Kutrzeby bez numeru, część działki nr 78/104, w obrębie B-45, opisana w KW LD1M/00216555/6, o powierzchni 17 m²,
- ul. Sucharskiego bez numeru, części działek nr: 123/16 i 123/17, w obrębie B-50, opisane w KW nr: LD1M/00013073/0, o łącznej powierzchni 20 m²,
- ul. Młynarskiej 11, części działki nr 318/4, w obrębie B-47, opisane w KW LD1M/00118529/8, o łącznej powierzchni 201 m²,
- al. Tadeusza Kościuszki bez numeru, część działki nr 24/55, w obrębie S-7, opisana w KW nr LD1M/00120521/9, o powierzchni 62,50 m²,

przeznaczonych do wydzierżawienia na okres do 3 lat, w drodze bezprzetargowej,

- ul. Zakładowej 32-36, ul. Zakładowej 38a, ul. Dąbrówki 1, ul. Olechowskiej bez numeru, części działek nr: 211/9, 211/1, 210/1, 25/12, w obrębie W-35, opisane w KW nr: LD1M/00129108/1, LD1M/00193755/0, LD1M/00131444/5, LD1M/00131443/8 o łącznej powierzchni 66,24 m²,
- ul. Wschodniej 54 i ul. Włokienniczej 1, część działki nr 438/16, w obrębie S-1, opisana w KW nr LD1M/00000490/5, o powierzchni 11,50 m²,
- ul. Wareckiej 41, część działki nr 72/13, w obrębie B-34, opisana w KWLD1M/00024381/2, o powierzchni 9,66 m²,
- ul. Sacharowej 18, część działki nr 184/51, w obrębie W-19, opisana w KW LD1M/00129608/6 o powierzchni 32,65 m²,

przeznaczonych do udostępnienia na okres do 3 lat, w drodze bezprzetargowej.

HOROSKOP TYGODNIOWY

Koziorożec (22.12-19.01)

Sprawy zawodowe mogą wymagać większej uwagi. To dobry moment, by postawić sobie ambitne cele i konsekwentnie iść w ich stronę. Uważaj tylko, żeby nie wziąć na siebie zbyt wiele naraz.

Wodnik (20.01-18.02)

Twoje horyzonty się poszerzają – możesz poczuć chęć nauki, podróży lub zdobywania nowych doświadczeń. W pracy warto eksperymentować z nowymi pomysłami. W miłości – otwartość na szczerą bliskość będzie sprzyjać zbliżeniu.

Ryby (19.02-20.03)

To tydzień, w którym możesz poczuć silniejsze emocje. Zadbaj o odpoczynek i swoje granice. Sprawy finansowe i wspólne zasoby mogą wymagać rozmowy – warto być konkretnym i transparentym.

Baran (21.03-19.04)

Ten tydzień może przynieść Ci większą klarowność w sprawach finansowych i zawodowych. Jeśli od dawna odkładasz decyzję, teraz możesz znaleźć w sobie odwagę, by ruszyć naprzód. W relacjach – unikaj pochopnych słów, bo ktoś może odebrać je zbyt dosłownie.

Byk (20.04-20.05)

To dobry czas, by zadbać o swoje ciało i rutynę dnia codziennego. Jeśli myślisz o nowych nawykach – właśnie teraz możesz je skutecznie wprowadzić. W miłości będzie potrzebna cierpliwość – partner może potrzebować więcej przestrzeni.

Bliźnięta (21.05-20.06)

Twoja kreatywność i pomysłowość będą w tym tygodniu na wysokim poziomie. To świetny moment na rozmowy, negocjacje i wymianę myśli. W sprawach sercowych – flirty i lekkie rozmowy mogą przerozdić się w coś głębszego.

Rak (21.06-22.07)

Dom i rodzina wysuną się na pierwszy plan. Możesz poczuć silniejszą potrzebę bliskości z najbliższymi. Zadbaj o przestrzeń wokół siebie – drobne zmiany w mieszkaniu przyniosą Ci więcej spokoju.

Lew (23.07-22.08)

Tydzień sprzyja rozmowom i podróżom, nawet tym krótkim. Możesz spotkać kogoś, kto zainspiruje Cię do działania. W pracy uważaj na niedopowiedzenia – lepiej dopytać niż zakładać, że wszystko jest jasne.

Panna (23.08-22.09)

Słońce w Twoim znaku dodaje Ci energii i siły, ale jednocześnie wymaga, byś skupił/a się na tym, co naprawdę ważne. Finansowo to dobry moment na porządkowanie spraw. W uczuciach – szczerść będzie kluczem.

Waga (23.09-22.10)

Możesz czuć, że coś w Twoim życiu osobistym wymaga równowagi. To czas, by lepiej zadbać o siebie – nie tylko fizycznie, ale też emocjonalnie. W pracy pojawi się szansa, by pokazać swoje umiejętności.

Skorpion (23.10-22.11)

To tydzień refleksji i spojrzenia w głąb siebie. Intuicja będzie Twoim przewodnikiem – ufaj jej, nawet jeśli inni będą sceptyczni. W relacjach – mniej znaczy więcej, czasem lepiej słuchać niż mówić.

Strzelec (23.11-21.12)

Spotkania towarzyskie, rozmowy z przyjaciółmi i nowe inspiracje – to właśnie Twoja energia w tym tygodniu. Jeśli masz pomysł na projekt, nie trzymaj go tylko dla siebie. W miłości – możesz poznać kogoś przez znajomych.

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach **od 8 września 2025 r. do 29 września 2025 r.** wywieszony będzie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykaz nieruchomości stanowiących własność Miasta Łodzi:

1. przeznaczona do sprzedaży w drodze bezprzetargowej, położona w Łodzi przy ul. Laserowej bez numeru, działka nr 1014/26, obręb B-40 ;
2. przeznaczona do sprzedaży w drodze bezprzetargowej, położona w Łodzi przy ul. Zgierskiej 256 , działka nr 4/1, obręb B-7 ;
3. przeznaczona do sprzedaży w drodze bezprzetargowej, położona w Łodzi przy ul. Marii bez numeru, działka nr 564/2, obręb G-40 ;

Osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu ww. nieruchomości, zgodnie z art. 34 ust. 1 pkt 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, mogą złożyć wniosek w tym zakresie do Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości w Departamencie Gospodarowania Majątkiem Urzędu Miasta Łodzi, w terminie 6 tygodni od dnia wywieszenia niniejszych wykazów, w Łódzkim Centrum Kontakt z Mieszkańcami, ul. Piotrkowska 110 (wejście od pasażu Schillera).



Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce
SERII KRZYŻÓWEK Z KORONĄ



Zagadka wierszowana	9	Andrzej, napastnik z drużyny Górskiego	Robot kuchenny	10	Szalenie	14	Wóz koczowników Ostrze w maszynie do golenia	Wyciągane po pomoc	Punto wśród aut	Piosenka Młynarskiego	15	Ratunek	Startowy na lotnisku	Okaz w muzeum
Nos słońca		Pracuje w nim urzędnik	4	Piłowanie kłody		12	Pieniąca się kostka	Zasłona na twarz muzulmanki	Wyrasta z cebulki na głowie	8	Model Toyoty Czarny dla kreślarza	Odgłos morskich fal	Górna część tułowia	Wędrowała po polskich drózkach
Buziak		Malowidło w cerkwi	2	Ostatni znak zodiaku		16	Płacone przez rozdawcę	Miara gruntu w USA	13	Forma podróżowania	7	Badacz, luminarz nauki		
Gaz do odkażania wody	17	Grożna ryba		Polski portal internetowy		3	Obracają się przy wózku	Słynny pustynny rajd jak afrykańska stolica		11	Oznaczenie nie wiadomej	1	Jest nim kontuzja mięśnia	
	18			Broń stawiana na sztorc			Polskie biuro podróży			6	Odwet, rewanż			

Rozwiązaniem jest tytuł filmu.

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

Podjęta po namyśle		Brany na muszkę przez agresorów	10	Chorągiew pułku		Szklanka lub misa	Niejedna w kalendarzu Paliwo uzyskane z ropy naftowej	Wiadome w zadaniu	Ścisk, ciżba	System radiowigilacyjny	Opust, zniżka	Donośny głos lwa	4	Muzułmanie dla rycerzy
Naftowa z knotem		Gęsie dla dawnego skryby	9	Alfabet			Nieprzetłumaczalny zwrot	Przoduje w wyścigu	11	Na czele episkopatu Polski		6	Przechowywane w archiwum	
Nacja		Ptaka z koralami		Blanchett, australijska aktorka		7	Była nią Nel z lektury	Przeduje w wyścigu		Pies, wieloryb lub żubr	1	Cyrkowa scena Zasłona na twarzy muzulmanki	Dzielnica Warszawy	... Maiden, zespół muzyczny
Dobrym tryska wesołek		Piłkarze z Wiednia	3	Nędzne legowisko w celi, prycza		2	Klatka filmowa	Zawodowa liga basketu		Wkładana na dłoń		Jeden z dni tygodnia	Sznurek przy dynamicie	5
				Karetki reanimacyjna			Córka Tantała z mitu	Była waluta Niemiec	8	Biblijny patriarcha na arce		Wirnikowa pralka		

Rozwiązaniem jest tytuł filmu.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11



Sięgnij po krzyżówkę serii

KORONA

„Krzyżówki z Koroną”
DOSKONAŁE O KAŻDEJ PORZE ROKU

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁÓDZI

informuje, że w dniach **od 8 września 2025 r. do 29 września 2025 r.** wywieszony będzie na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczony na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykaz nieruchomości stanowiącej własność Miasta Łodzi, **przeznaczonej do sprzedaży w drodze bezprzetargowej**, położonej w Łodzi przy **ul. Snopowej bn**, oznaczonej jako działka nr 334/9 w obrębie P-5.

Osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu ww. nieruchomości, zgodnie z art. 34 ust. 1 pkt 1 i 2 ustawy z dnia 21 sierpnia 1997 r. o gospodarce nieruchomościami, mogą złożyć wniosek w tym zakresie do Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości w Departamencie Gospodarowania Majątkiem Urzędu Miasta Łodzi, w terminie 6 tygodni od dnia wywieszenia niniejszych wykazów, w Łódzkim Centrum Kontakt z Mieszkańcami, ul. Piotrkowska 110 (wejście od pasażu Schillera).

WWW.BIP.UML.LODZ.PL

MATERIAŁ PARTNERSKI

EKSPERT
TOYA POLECA

TV PULS
poniedziałek, 8.09, godz. 20:00

ESKORTA

Amerykańskie służby specjalne mają sporo zajęć w niektórych krajach Ameryki Południowej, a o brawurowej akcji w Kolumbii opowiada film „Eskorta” (tytuł oryg. „Mille 22”). Agent CIA James Silva



(Mark Wahlberg) i jego ludzie mają przetransportować na pokład samolotu informatora (Iko Uwais), którego zeznania mogą uratować życie wielu ludzi. Dystans dzielący ambasadę amerykańską i lotnisko wynosi dwadzieścia dwie mile. Okazuje się, że komuś bardzo zależy na tym, żeby zatrzymać konwój.

TVN
poniedziałek, 8.09, godz. 22:45

OSZUKAĆ PRZEZNACZENIE 2

W różnych kulturach spotykamy inne nazwy tego samego niewytłumaczalnego zdarzenia: fatum, kismet, los, dola, itp. Czy można temu zapobiec? Przekonajmy się, oglądając horror „Oszukać przeznaczenie 2”. Przed wyjazdem z przyjaciółmi Kimberly (A.J. Cook) doświadcza przerażającej wizji wypadku na autostradzie. By nie dopuścić do tragedii, dziewczyna blokuje wjazd na drogę. Kiedy na miejscu zjawia się policja, kierowca dużej ciężarówki traci panowanie nad pojazdem. Dochodzi do karambolu. Kimberly wie, że to dopiero początek koszmaru.



TVP1
wtorek, 9.09, godz. 21:10

MORDERSTWA W FIGEAC



Już sam tytuł – „Morderstwa w Figeac” – nie pozostawia wątpliwości, że mamy do czynienia z klasycznym kryminatem, tym razem francuskim. Na dziedzińcu muzeum sztuki starożytnego Egiptu zostaje znalezione z mumifikowane ciało zamożnej właścicielki ziemskiej. Śledztwo podejmuje policjant Olivier, na którego prośbę pomocy udziela niedawno owdowiata bratowa Manon, również policjantka. Wkrótce zostają znalezione kolejne zwłoki. Czy ma to związek z wierzeniami egipskimi?



PIŁKA NOŻNA

MISTRZOSTWA ŚWIATA W ŁÓDZI

NAJZDOLNIEJSZE PIŁKARKI ZAGRAJĄ NA NASZYCH STADIONACH!



To będzie wielki turniej! Polska zorganizuje Mistrzostwa Świata Kobiet U20, a jednym z miast gospodarzy będzie Łódź! Gdzie jeszcze zagrają najzdolniejsze piłkarki świata?

Podczas konferencji FIFA i PZPN na Stadionie Śląskim w Chorzowie ogłoszono miasta, w których

rozegrane zostaną Mistrzostwa Świata Kobiet U20. Wśród nich znalazła się Łódź. Dodatkowo najzdolniejsze piłkarki młodego pokolenia zagrają w Bielsko-Białej, Katowicach i Sosnowcu. Turniej zostanie rozegrany w dniach 5-27 września

2026 r. Więcej szczegółów (m.in. to, gdzie zostanie rozegrany finał) poznamy w październiku.

Łódź ma doświadczenie

To nie będzie pierwsza piłkarska impreza rangi mistrzowskiej, która zostanie rozegrana w naszym mieście. W 2019 roku na stadionie Widzewa Łódź odbywały się mecze w ramach MŚ U19 mężczyzn. Mogliśmy wtedy obserwować m.in.: Erlinga Haalanda, Ronaldę Araujo, Tymoteusza Puchacza czy Bartosza Slisza.

PB
FOT. MAT. PRAS.

LEGIA WYGRYWA Z WIDZEWEM

Po raz pierwszy na własnym parkiecie Widzew Futsal przegrał z Legią Futsal Warszawa. Gospodarze ambitnie gonili wynik w drugiej połowie, ale strat nie udało się odrobić.

Przed sezonem w obu drużynach doszło do sporych zmian, jednak wydaje się, że tylko Legia się wzmocniła. Widać to było od początku spotkania. Stołeczni dyktowali warunki i jako pierwsi zdobyli bramkę. Po rzucie różnym futsalówką do siatki trafił Sylla. Gospodarze nie zdążyli się jeszcze otrząsnąć, a wynik na 4:0 zmienił Vladylav Tkachenko. Wojskowi również nie ustrzegali się błędów. Z jednego z nich skorzystał Filip Marton, zdobywając pierwszą bramkę dla Widzewa. Jednak kolejny raz w pogoni za wynikiem drużyna Marcina Stanisławskiego zapominała o obronie. Tym razem na tyle karygodnie, że bramkarz Legii, Tomasz Warszawski strzelił gola. Po zmianie stron szczęście uśmiechnęło się do gospodarzy. Warszawski dostał czerwoną kartkę,

cia meczu, to na domiar złego Kristian Medon dostał czerwoną kartkę i Widzew przez dwie minuty musiał grać w osłabieniu. Stołeczni wykorzystali grę w przewadze, po raz drugi do siatki trafił Sylla. Gospodarze nie zdążyli się jeszcze otrząsnąć, a wynik na 4:0 zmienił Vladylav Tkachenko. Wojskowi również nie ustrzegali się błędów. Z jednego z nich skorzystał Filip Marton, zdobywając pierwszą bramkę dla Widzewa. Jednak kolejny raz w pogoni za wynikiem drużyna Marcina Stanisławskiego zapominała o obronie. Tym razem na tyle karygodnie, że bramkarz Legii, Tomasz Warszawski strzelił gola. Po zmianie stron szczęście uśmiechnęło się do gospodarzy. Warszawski dostał czerwoną kartkę,

a bramkę zdobył Dima Rybitski. Legia cofnęła się do głębokiej defensywy, licząc na kontry. Widzew atakował wręcz huraganowo, ale brakowało trafień. Pod koniec spotkania trener Marcin Stanisławski zdecydował się zagrać z lotnym bramkarzem i to przyniosło efekt. Fran Ortuno zmniejszył stratę. Pogon nieestety się nie udało. Wszelkie nadzieje gospodarzy pogrze-

bał w samej końcówce Jarosław Żmijewski. Na otarcie leż na dwie minuty przed końcem dla łodzian trafił jeszcze Sebastian Baco. Ostatniego gola w meczu zdobył drugi z bramkarzy Stołecznych. Michał Sobków skorzystał z pustej bramki i kopnął przez całe boisko, zamykając tym samym mecz. Łodzianie czasu na trening nie mają za wiele – już w środę (10 września) zagrają z We-Metem Gmina Sierakowice. PB



WIDZEW
FUTSAL
ŁÓDŹ

- 9' Medoń (CZ)
- 13' Marton
- 21' Rybitski
- 34' Ortuno
- 38' Baco

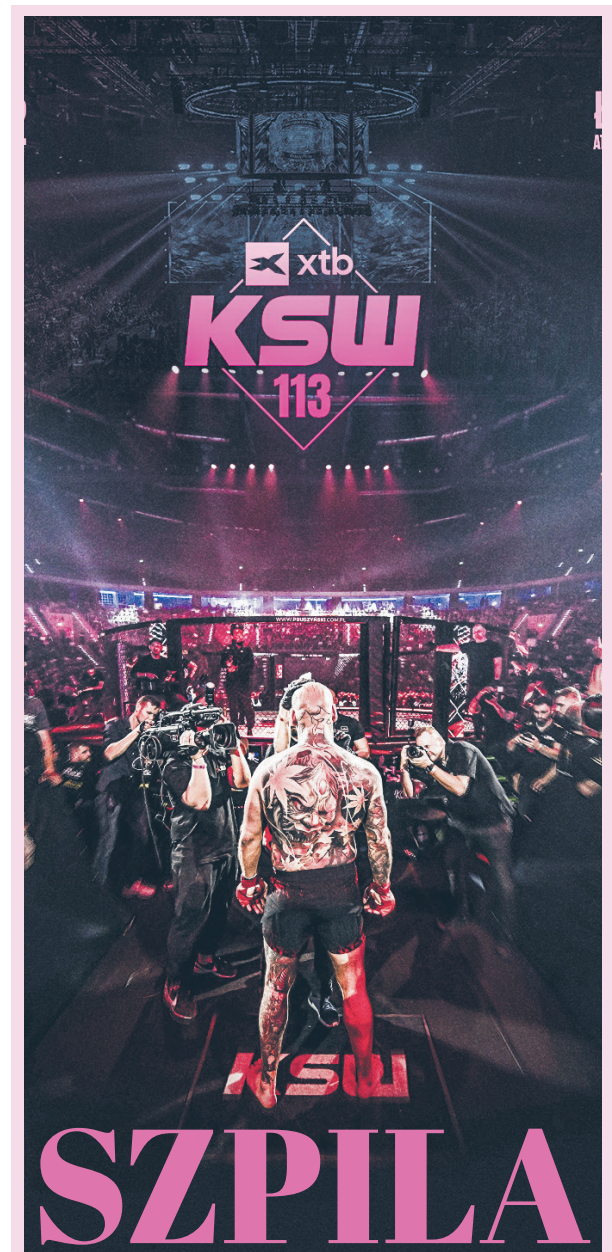
FUTSAL

4:7



LEGIA
FUTSAL
WARSZAWA

- 3' Łutaj
- 7' Sylla
- 10' Sylla
- 11' Tkachenko
- 19' Warszawski
- 21' Warszawski (CZ)
- 37' Żmijewski
- 40' Sobków



SZPIŁA na Gwiazdkę

XTB KSW po raz ósmy zawita do Łodzi! Współcześni gladiatorzy zawalczą w Atlas Arenie. Znamy również pierwszego z wojowników walki wieczoru – będzie nim Artur Szpilka.

Łódź dla KSW to miejsce szczególne. Już ośmiokrotnie

najlepsza na kontynencie gala mieszanych sztuk walki gościła w Łodzi. Wielu kibiców wciąż pamięta pojedynki Mariusza Pudzianowskiego z Michałem Materlą, Bobem Sappem czy „Bombardierem”. Również Mamed Khalidov czy Tomasz Narkun skrzyżowali rękawice w naszym mieście. Tym razem w gali 113 zawalczą Artur Szpilka. Były bokser, pretendent do tytułu mistrza świata wagi ciężkiej w boksie od kilku lat, z niezłym skutkiem, próbuje swoich sił w MMA. Jego rywala oraz innych uczestników poznamy w najbliższym czasie. Gala odbędzie się 20 grudnia, więc jest idealnym gwiazdkowym prezentem dla fanów sportów walki. PB



FOT. MAT. PRAS.

ŁÓDZKA POGODYNKA

PONIEDZIAŁEK

25°C

Imieniny obchodzą: Adrianna, Alan, Radosław, Adam, Eustachy, Maria

08.09



WTOREK

26°C

Imieniny obchodzą: Aldona, Sergiusz, Aniela, Aureliusz, Dionizy, Grażyna

09.09



Rodzinne miasto

W Roku Reymonta przypada również 50. rocznica premiery filmu „Ziemia obiecana” w reż. Andrzeja Wajdy. Ukazawszy się na ekranach kin obraz, okazał się wielkim sukcesem frekwencyjnym. Do 2000 r. w kinach film obejrzało ok. 7,5 mln widzów, co plasowało go na 25. miejscu na liście najbardziej kasowych polskich filmów wyprodukowanych w latach 1945–1989.

Budżet produkcji wyniósł 31 mln zł, ale efekt wizualny szacowany był znacznie wyżej, zwłaszcza przez krytykę i publiczność za granicą. Padały pytania o to, ile milionów dolarów musiały kosztować te pałace, fabryki, stroje, scenografia czy tłumy statystów, np. scena w hali produkcyjnej, gdzie w huku przy starych maszynach uwijają się setki kobiet. A była to normalna praca ówczesnej tkalni w zakładach Poltex, dodano tylko stroje z epoki.

NA BOGATO

ROK WŁADYSŁAWA REYMONTA



Pyszne pałace i wykwintne salony w Łodzi po prostu były i są!

PO TEN KWIAT CZERWONY

KARTKA Z KALENDARZA



Piotr Janczerski (pierwszy z lewej) na okładce płyty z przebojami grupy No To Co oraz z czasów zespołu Bractwo Kurkowe 1971 r.

8 września 1938 r. w Łodzi urodził się Piotr Janczerski - wokalista, autor tekstów piosenek, aktor, scenarzysta i reżyser.



Ukończył Państwową Szkołę Instruktorów Teatralnych w Łodzi. Uprawnienia aktora estradowego uzyskał w 1961 r., został konferansjerem, a później wokalistą zespołu Niebiesko-Czarni, z którym współpracował do 1967 r. Potem założył popularną łódzką grupę skifflową No To Co, a we wrześniu 1971 r. utworzył zespół Bractwo Kurkowe 1791 r. Kolejną jego formacją muzyczną była w latach 80. grupa Fraction, a potem współpracował z zespołem Babsztyl, reżyserując widowiska plenerowe. Zajmował się także kompozycją oraz pisaniem tekstów piosenek, których ma w dorobku dziesiątki. Muzyk najbardziej zapadł jednak w pamięć za sprawą powszechnie znanych przebojów zespołu No To Co. Takie piosenki, jak „Te opolskie dziouchy”, „Pożar

w Kwaśniewicach” czy „Po ten kwiat czerwony”, śpiewano na imprezach, biwakach i rodzinnych biesiadach. W 1993 r. lider No To Co reaktywował zespół, z którym koncertował w USA i Kanadzie. Frontmeni folkowo-popowej grupy - Piotr Janczerski i Jerzy Grunwald - byli w kraju znani, mieli swoich fanów i rozpoznawano ich na ulicach Łodzi, podobnie jak członków zespołu Trubadurzy (także 8 września, ale w 1946 r. urodził się Krzysztof Krawczyk). W 2016 r. Janczerski zrealizował jeszcze część tryptyku „Z mojego śpiewnika domowego” - solowy, autorski album „Powracamy jak ptaki”. Zmarł 6 marca 2018 r. w Łodzi. Spoczywa na cmentarzu w Rudzie Pabianickiej. agr

ŁODZIANIZMY

ULICA PANA WIECZORKA

Jest w Łodzi sporo miejsc i ulic nazywanych dawniej inaczej niż obecnie. Klapitka, Kusy Kąt, Czarna Droga, Cyganka, łódzka Praga, Gęsi Gas, Złote Wesele, Leszno, Zelinówka, pasaż Meyera z czasem zniknęły. Choć np. dawna ul. Przejazd czasem pojawia się wśród starszych Łodzian na określenie obecnej ul. Tuwima. Jeszcze więcej lokalnych, zwyczajowych nazw funkcjonowało w peryferyjnych dzielnicach, zwłaszcza na Bałutach,



Przed wojną ul. Mazurską często nazywano ul. Wieczorka. Zachowało się tam trochę starej zabudowy, ale obecnie dominują bloki

Widzewie czy Chojnach. Takim przykładem może być m.in. ul. Mazurska, nazywana przed wojną ul. Wieczorka, który był właścicielem większości placów przy tej przecznicy ul. Rzgowskiej, a ponadto na jej końcu działały należące do niego spore cegielnie. agr

ŁÓDZKIE GAWĘDY

ZABÓJCZE „BUCHADŁA”

W ostatnich tygodniach z czasów I wojny światowej w Łodzi, o wielkiej bitwie pod miastem w 1914 r., w której poległo ponad 200 tys. żołnierzy, o trudach życia, grabieży przemysłu, głodzie i biedzie podczas okupacji niemieckiej oraz drodze do niepodległości. Nie brakowało też poszkodowanych i ofiar wśród ludności cywilnej. Szczególnie tragiczny był nalot bombowy na Łódź 22 listopada 1914 r. Niemieckie dwupłatowce bojowe zrzucały na nasze miasto „buchadła” - jak Łodzianie nazywali wtedy bomby lotnicze. Jedna

z pierwszych spadła na fabrykę Stanisława Barcińskiego przy ul. Tylnej, ale nie eksplodowała, trafiła w basen przeciwpożarowy. W domu przy ul. Orlej 5 pocisk przebił strych i wpadł do mieszkania na piątym piętrze. Zapadł się strop piwniczny i przygniół mieszkającą w suterenie matkę z dwójką dzieci. Po dwóch godzinach udało się ją wydobyć, ale jedno dziecko zmarło. Inna bomba uderzyła w oficynę kamienicy przy ul. Pańskiej 13 (dziś ul. Żeromskiego), raniąc odłamkami właścicielkę i nadbiegającego na pomoc dozorcę. Bomba zrzucona w pobliżu elektrowni zabiła idącego do pracy konduktora, a także dziewczynę przechodzącą w pobliżu przez tory kolejowe. Dwie bomby spadły na fabrykę Gampego przy ul. Radwańskiej, niszcząc halę tkalni, odłamki innych ładunków zdemolowały pałacyk Barcińskiego przy ul. Kilińskiego 192, a w Radogoszczu bomba spadła na dach fabryki Spiegła i zburzyła cały budynek. agr



Zbombardowana w 1914 r. wieża ciśnieni na Dworcu Kaliskim

Aquapark FALA

OKTOBERFEST

W SAUNACH

4 PAŹDZIERNIKA (SOBOTA)

20:00–24:00

- PIWO I GRILL
- BAWARSKA MUZYKA NA ŻYWO
- PIWNE RYTUAŁY:
BANIA, HAMMAM, PEELING
- SEANSE SHOW

KUP ONLINE

