

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ



Piotr Korus (61 l.)

strona 7

TWOJA HISTORIA

OD ZABAWY
DO MISTRZOSTWA

BAŚNIOWY OGRÓD ŚWIATEŁ



TYLKO U NAS

KIEDY ZOBACZYMY ZACZAROWANY PARK ŹRÓDLISKA? **strona 3**

AKTUALNOŚCI

DO ZOO
JADĄ KOLEJNE
SŁONIE

strona 4



SENIORADKA

ĆWICZ
NA
ZDROWIE

strona 6



SPORT

ŁÓDZKIE
DZIEWCZYNY
NAJLEPSZE

strona 15



KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

KOMUNIKACJA MIEJSKA

UWAGA! JEŻE!



Takie naklejki pojawiły się na łódzkich autobusach

„Po jeżu nie jeżdżę” – takie hasła można zobaczyć na autobusach miejskiego przewoźnika w Łodzi. Kierowcy MPK chcą w ten sposób zwrócić uwagę innych prowadzących, by uważali na jeże przebiegające przez jezdnię.

– Jeże omijam kilka razy w tygodniu, ostatnio kilka dni temu jeżdżąc na linii 81. Nie ma problemu, żeby te zwierzaki ominąć czy je przepuścić, bo są widoczne na

jezdni z daleka. W trakcie swojej pracy wielokrotnie widzimy, zwłaszcza kursując po obrzeżach Łodzi, jak kierowcy zatrzymują się przed większymi zwierzętami, przykładowo sarnami. Dlaczego nie przepuszczają małych zwierząt, jak jeże? – mówi Żanetta Golańska, kierowca autobusu w MPK. – Pomysł zwrócenia uwagi na jeże zrodził się podczas pracy we wczesnych, porannych godzinach. Prowadzący pojazdy komunikacji miejskiej

bardzo często mają styczność z potraconym jeżem. Z takim widokiem spotykamy się dwa czy trzy razy w tygodniu. Niestety, tak zwane omijanie jeży przez osobówki często kończy się najeżaniem na te zwierzaki. Pamiętajmy, że jeże w Polsce są pod ochroną – podkreśla Mariusz Mamzerowski, kierowca autobusu w MPK.

red

FOT.LODZ.PL

CIEMNA STRONA MIASTA

NA SYGNALE

KRADEŁ PALIWO I WPADŁ

Policjanci z bałuckiego komisariatu dostali zgłoszenie o kradzieży paliwa na stacji przy ulicy Wareckiej. Pojechali na miejsce zdarzenia i dość szybko namierzili podejrzanego samochód – mercedesa combi.

Policjanci dali kierowcy sygnał do zatrzymania się. Mężczyzna najpierw zwolnił, natomiast potem przyspieszył i próbował uciec, ale patrol zablokował mu drogę.

Podczas przeszukania policjanci znaleźli w mercedesie 8 kanistrów na paliwo. Trzy z nich były wypełnione benzyną. Do tego w bagażniku znaleźli

dwa komplety tablic rejestracyjnych, z czego jedna widniała w systemie jako skradziona.

Jak ustalono, 49-latek urządził sobie rajd po stacjach benzynowych. W dniu zatrzymania był już na dwóch innych, z których odjeżdżał ze skradzionym paliwem. Podczas zatrzymania mężczyzna dziwnie się zachowywał, policjanci poddali go więc jeszcze badaniu toksykologicznemu, które wykazało, że jest pod wpływem amfetaminy. Mężczyźnie grozi 5 lat więzienia.

red

ZMIANY W MPK W NIEDZIELĘ

ŚWIĘTO WOJSKA POLSKIEGO

15 sierpnia pod Archikatedrą zostaną zorganizowane obchody Święta Wojska Polskiego. Uroczystości spowodują zmiany tras tramwajów.

Ulica Piotrkowska zostanie zamknięta na odcinku od ul. Tymienieckiego do Brzeźnej na pięć godzin. Od godz. 9:00 do 14:00 nie będzie można nią przejechać w żadną ze stron. Możliwe, że czas zamknięcia ulicy jeszcze zostanie zmieniony, ale zdecyduje o tym policja i służby miejskie. Wszystkie tramwaje kursujące Piotrkowską pojadą zmienionymi trasami. W ich zastępstwie zostanie uruchomiona autobusowa linia Z11.

Jak pojadą tramwaje?

Linia 0 (Łódzkie Linie Turystyczne) do godz. 14:00 będzie jeździła od parku Staromiejskiego do ul. Żwirki. Popołudniem wróci na swoją trasę do placu Niepodległości.

Linia 2 pojedzie z Kochanówki do trasy W-Z normalnie, a potem ulicami Puszkina i Przybyszewskiego do placu Reymonta i dalej na Dąbrowę.

Linia 3A do godz. 14:00 będzie jeździła z Kurczaków do ronda Lotników Lwowskich. Linia 3B zostanie podzielona na dwa warianty. Jeden kursować będzie z Bałut do Piotrkowska Centrum, a drugi z Chojen przez plac Niepodległości na Chocianowice.

Tramwaje linii 7 pojadą z parku Staromiejskiego na Widzew, natomiast trasa 11B zostanie podzielona na dwa warianty. Jeden będzie kursować z Helenówka do Piotrkowska Centrum, a drugi z placu Niepodległości na Chocianowice.

TAnd

INFO

15 SIERPNI (NIEDZIELA)
INACZEJ POJADĄ:



Główne obchody Święta Wojska Polskiego odbędą się na ul. Piotrkowskiej

FOT.ENVATO ELEMENTS

ZOSTAŃ OPIEKUNKĄ MEDYCZNĄ

SZKOLENIA I PRACA DLA ŁÓDZIANEK

Zaczął się nabór do trzeciej edycji projektu „Nowy zawód – nowa praca”. Łódzianki bez pracy mogą zdobyć w nim nowe kwalifikacje i zatrudnienie jako opiekunki medyczne.

Opiekun medyczny osób starszych to zawód z przyszłością. Już blisko 170 tysięcy łódzian przekroczyło wiek 60 lat, a odsetek seniorów systematycznie wzrasta. Uczestniczki projektu mogą liczyć m.in na profes-

sjonalny kurs zawodowy na opiekunkę medyczną, obejmujący ok. 360 godzin zajęć, zakończony egzaminem państwowym oraz stypendium przez cały czas trwania nauki. Po zaliczeniu szkolenia kursantki

mają zapewnione praktyki w domach pomocy społecznej oraz 9 miesięcy płatnego zatrudnienia w DPS.

rd

INFO

Osoby zainteresowane udziałem w kursie mogą się kontaktować z Biurem Promocji Zatrudnienia i Obsługi Działalności Gospodarczej UMŁ, nr tel.: (42) 638 57 55 lub (42) 272 62 56.

PARK ŹRÓDLISKA

Baśniowy ogród światła

Zabytkowy łódzki park eksploduje feerią barw i rozkwitnie tysiącami świateł. Dzięki setkom świetlnych rzeźb, labiryntów i tajemniczych postaci zamieni się w zaczarowany ogród.

Miasto szykuje dużą atrakcję na jesienne i zimowe wieczory dla łodzian i turystów. Wystawa „Alicja w Parku Miliona Świateł” będzie zupełnie nową i jedyną tego typu atrakcją w całym województwie. Park Źródlika w Łodzi przemieni się w tętniący życiem zaczarowany ogród z mnóstwem niespodzianek dla dzieci i dorosłych. Na pierwszy wieczorny spacer po Parku Światła Źródlika będzie się można wybrać już w listopadzie. – Postanowiliśmy wykorzystać potencjał zabytkowego parku Źródlika i stworzyć w nim bajkowy ogród światła.

Dzięki temu popularny, najstarszy w Łodzi park zyska po zmroku drugie życie, a mieszkańcy naszego miasta wyjątkowy pretekst, by aktywnie spędzić zimowe wieczór. Wierzymy, że „Alicja w Parku Miliona Świateł” będzie nową rodzinną atrakcją, która przyciągnie nie tylko łodzian, ale także wielu turystów – mówi Piotr Kurzawa z Łódzkiego Centrum Wydarzeń. Na 15 hektarach terenu na zwiedzających będzie czekała tętniąca kolorami kraina. Spotkamy w niej tajemnicze postaci, ogromne kolorowe owady, chi-

hoczące rośliny, opowiadające bajki zwierzęta czy skrzypiące drzwi. Dużych i małych spacerowiczów zaskoczy najdłuższy w Polsce kolorowy świetlny tunel oraz ogród czarów, w którym będzie można obejrzeć świetlnomuzyczny spektakl. Doznań dostarczy też spacer aleją czerwonych serc i wizyta w sali tronowej Królowej. – Dzięki niemal milionowi energooszczędnych świateł LED, innowacyjnym efektom świetlnym i dźwiękowym oraz dynamicznym animacjom wieczorny spacer po Parku Światła Źródlika będzie niezwykle przeżyciem dla całej rodziny – dodaje Adam Sadowski z firmy Multidekor.

red



Park Źródlika zmieni się w bajkową krainę!



Tej zimy parkową altanę rozświetlą kolorowe lampki



SZKOLNY BUDŻET

FOT. ŁODZ.PL

Dzieci zdecydują!

Dzieci i młodzież wezmą sprawy w swoje ręce

16 szkół weźmie udział w pilotażowym Szkolnym Budżecie Dyskusyjnym. 8 szkół podstawowych oraz 8 ponadpodstawowych będzie mogło zrealizować projekty o maksymalnej wartości do 4 tysięcy złotych.

Ideą Szkolnego Budżetu jest to, by to dzieci i młodzież wymyśliły i wybrały projekt, który zostanie zrealizowany w ich szkole. – Tu nie będzie plebiscytu projektów, nie będzie głosowania. Uczniowie będą musieli na drodze dyskusji, rozmów, argumentacji

przekonać się nawzajem do najlepszych pomysłów i wyłonić takie, które wypełnią tę kwotę 4 tysięcy złotych – mówi Barbara Michalska z fundacji EduKABE. Do projektu będą mogły zgłosić się wszystkie szkoły. Spośród zgłoszeń fundacja wytypuje 16 szkół, które przejdą do dalszego etapu. Zgłoszenia będą przyjmowane od października. W ramach projektów można będzie zgłosić praktycznie wszystko – od warsztatów, wydarzeń, aż po jakies drobne inwestycje. Pomysły

mogą dotyczyć nie tylko szkoły i jej terenu, ale także osiedla. Realizacja wybranych projektów przypadnie na 2022 rok. – Co istotne, dzieci i młodzież także będą uczestniczyć w samej realizacji projektów, dzięki czemu będzie to świetna lekcja współzrządzenia i decydowania o sprawach ważnych dla lokalnej społeczności – dodaje Barbara Michalska. Pieniądze na Szkolny Budżet Dyskusyjny pochodzą z funduszy norweskich oraz budżetu miasta.

agrut



OGRÓD ZOOLOGICZNY

NAJWIĘKSZY WYBIEG W EUROPIE DLA SŁONI

Do Aleksandra dołączy niebawem dwa kolejne słonie. W Łódzkim zoo będzie mogło żyć całe stado tych dostojnych ssaków.

Po zakończeniu budowy Orientarium w miejskim ogrodzie zoologicznym będzie mogło zamieszkać od 8 do 10 tych dużych zwierząt. Miesiąc temu do Łodzi przyjechał pierwszy ze słoni – Aleksander, a jesienią dołączy do niego kolejne dwa osobniki.

– Aleksander ma 43 lata i waży ponad sześć ton. Jest największym i najstarszym słoniem w Europie. Co najważniejsze, jest bardzo zrównoważony, dlatego oczekujemy od niego, że przejmie dowództwo w grupie kawalerów, która niebawem zamieszka razem z nim – opowiada Michał Sokołowski, opiekun zwierząt w Łódzkim zoo. Po wymaganym okresie aklimatyzacji, czyli w połowie września, do Aleksandra

przyjadą 13-letni Yoe Ma z Maubeuge we Francji oraz 16-letni Fahim z Holandii.

– Nastoletnie słonie to dosyć nieobliczalne podrostki, które w naturze są wypędzane ze stada i dorastają w towarzystwie dorosłych samców. Mamy nadzieję, że w przyszłości w Łodzi będziemy także mieli samice, a nasi kawalerowie doczekają się potomstwa – dodaje Michał Sokołowski.

Zbigniew Rogalik



FOT. PAWEŁ ŁACHETA

WEEKEND W ZOO

Z okazji Międzynarodowego Dnia Słonia w najbliższą niedzielę (15 sierpnia) Łódzkie zoo otworzy dla zwiedzających część budowy Orientarium, a to pozwoli zobaczyć słonia Aleksandra ze specjalnego – jeszcze niedostępnego na co dzień – punktu widokowego. Zaplanowano także pokaz karmienia, opowieści o fascynującym życiu słoni oraz animacje dla dzieci, m.in. malowanie twarzy, własnoręczne robienie drewnianych magnesów z wizerunkiem słonia oraz tworzenie słoni z filcu.

Za dodatkową opłatą będzie można wziąć udział w warsztatach edukacyjnych. W ich programie znajdzie się zwiedzanie sypialni słonia Aleksandra, pokazy przygotowania posiłków dla słoni, seminarium poświęcone ich hodowli w Łódzkim ZOO oraz prezentacja prawdziwego zęba trzonowego słonia i fragmentów jego skóry.

Zgłoszenia na warsztaty przyjmowane są pod adresem: dydaktyka@zoo.lodz.pl do piątku (13 sierpnia) do godz. 15.00.

INWESTYCJE

TRAMWAJE WRÓCĄ NA UL. WOJSKA POLSKIEGO

Zarząd Inwestycji Miejskich rozstrzygnął przetarg na przebudowę nieczynnego torowiska tramwajowego biegnącego ul. Wojska Polskiego i ul. Strykowską.

Linia tramwajowa została zawieszona z powodu złego stanu technicznego torowiska. Teraz zostanie wyremontowana razem z całą ulicą. Po internetowej aukcji zwycięzcą przetargu okazał się Torpol z Poznania. Miasto będzie musiało dopłacić do wykonania tego zadania, bowiem wszystkie oferty złożone do przetargu znacznie przewyższały zaplanowany budżet. Inwestycja obejmuje przebudowę linii

NA UL. WOJSKA POLSKIEGO

tramwajowej na ul. Wojska Polskiego na odcinku od ul. Franciszkańskiej do ul. Strykowskiej wraz z przebudową układu drogowego i niezbędnej infrastruktury.

W grę może wchodzić także dodatkowa opcja – projekt i budowa nowej krańcówki dla tramwajów za istniejącą pętlą, która ma zostać zlikwidowana. Stanie się tak jednak dopiero, jeśli nie uda

się znaleźć wykonawcy dla przedłużenia trasy tramwajowej do przystanku kolejowego ŁKA Łódź Marysin. Przebudowa torowiska ma potrwać do końca maja 2023 r. (pj)



Ulica Wojska Polskiego aż prosi się o remont



Najlepsze lody?

TYLKO W ŁODZI

Latem na budki z lodami możemy natknąć się prawie na każdej ulicy. Kręcone, świderki, kolorowe włoskie, z posypką lub polewą. Jednak w upalne dni, kiedy marzymy tylko o tym, aby się ochłodzić – nasuwa się pytanie: gdzie zjeść te najlepsze?

Zbliżający się weekend to świetna okazja, aby odwiedzić jedną lub kilka z poniższych lodziarni polecanych przez naszą redakcję i sprawdzić na własnym podniebieniu, gdzie warto stać w długiej kolejce do okienka.

Szczęśliwa siódemka najlepszych lodziarni

Łodziarnia lody na okrągło – niekwestionowany zwycięzca rankingu. Od ponad 5 lat uszczęśliwia wszystkich przechodniów ulicy Sienkiewicza. W stałej ofercie są trzy smaki: śmietana, czekolada i sorbet truskawkowy. Z dbałości o jakość i świeżość, pozostałe smaki zmieniają się każdego dnia. Polecamy Red Velvet i królową pistację.
ul. Sienkiewicza 13

Galante – to czarny koń tej listy. Łodziarnia ukryta na tyłach skwerku przy ulicy Tatrzańskiej, a w niej lody o smaku tarty cytrynowej, chałwy z czarnym bzem lub cukierków krówek, dla których warto odstać kilka minut w kolejce do okienka.
ul. Rydła 17a

Krasnolód – przypląnął do Łodzi z Wrocławia, ale prawdopodobnie zagości u nas na stałe. Ich nugat i mango-marakują tworzą parę idealną. Sierpień został ogłoszony przez lodziarnię miesiącem lodów o smaku chocolate chip cookie z czekoladą ruby oraz truskawkami i precelkami. Brzmi dobrze?
ul. Piotrkowska 31

Łodziarnia Cukiernia Wasiakowie – obok lodowych klasyków dostępne są również wariacje na ich temat. Aloe z cytryną czy brzoskwinia z pro-secco (tylko dla dorosłych) sprawią, że nie będzie to wasza ostatnia wizyta pod tym adresem. Wiele z propozycji to wegańskie opcje.
ul. Traugutta 2

Malina – to niepozorna lodziarnia mieszcząca się w kilku zakątkach Łodzi. Zaskakująco kremowe i intensywne w smaku lody mascarpone z orzechami oraz truskawkowy sorbet. Smaczny deser podczas spaceru? To w końcu możliwe, nie tylko w centrum miasta.
ulice: Sacharowa 63, Traktorowa 49, Chałubińskiego 22 oraz park na Zdrowiu i park Juliana

Lodorożec – kawa, leżaki, słońce wśród zielonej scenarii Księżego Młyna. Czy można chcieć czegoś więcej? Tak, zimnych lodów dla ochłody. Słony karmel, kokos z mleczną czekoladą lub masło orzechowe to smaki warte spróbowania. Lokalizacja zmienną jest, dlatego żółtego lodotrucka



LODY MANGO LASSI

1,5 szklanki przecieru mango (świeży lub z puszki)

1,5 szklanki jogurtu greckiego

1/4 łyżeczki mielonego kardamonu

1/3 szklanki syropu z agawy lub jasnego miodu

świeżo otarta skórka i sok z jednej limonki

Opcja wegańska
zamień jogurt na gęste mleko kokosowe

Świeże mango obrać i zmiksować blenderem. Odmierzyć 1,5 szklanki przecieru i powoli mieszać go z jogurtem greckim za pomocą blendera. Dodać pozostałe składniki. Przełać do pojemnika i włożyć do zamrażalnika na co najmniej 4 godziny. W tym czasie, mniej więcej co 30 minut, energicznie wymieszać całą masę, aby uniknąć tworzenia się kryształków lodu.
Porada – wyjąć z zamrażalnika 20 minut przed podaniem. Smacznego!



możecie wypatrywać na wielu imprezach plenerowych. Obecnie na Kocim Szlaku przy parku Źródlińska.

Tralala – lodową wycieczkę przez miasto uzupełniamy o pięć osiedlowych lodziarni. Jakimi szczęściarzami muszą być wszyscy, którzy mieszkają obok i na śniadanie mogą zajądać się czekoladowym sorbetem z pomarańczą lub lodami o smaku maślanki z borówką.
ulice: Wujaka 9, Pojezierska 10, Bratysławska 5, Paderewskiego 11b oraz Retkińska 29.

AKTYWNIEM LATEM

ĆWICZ NA ZDROWIE

Wykorzystaj lato do końca i zmobilizuj się do ćwiczeń jeszcze dziś. Lepszy nastrój gwarantowany!

Dobłą pogodę warto wykorzystać na ćwiczenia w plenerze. Jeśli nie wiesz jak się do tego zabrać – w tym artykule spróbujemy podpowiedzieć, jak zacząć. Naszą propozycją są plenerowe siłownie pod chmurką. Mają wiele zalet, są darmowe i dostępne dla wszystkich, a korzystanie z przyrządów jest dość intuicyjne.

Przed treningiem

Do korzystania z siłowni plenerowej nie musimy się specjalnie przygotowywać.

INFO

Na trening weź ze sobą:

- WYGODNY STRÓJ – SPODNIEM I KOSZULKEM
- BLUZĘ Z DŁUGIM RĘKAWEM
- SPORTOWE BUTY I SKARPEKTY
- BUTELKĘ Z WODĄ

Wystarczy odpowiedni ubiór i butelka z wodą. Wygodne, elastyczne spodnie, oddychająca koszulka i sportowe buty – taki zestaw z pewnością nam się przyda. Można zabrać ze sobą także bluzę z długim rękawem, by po treningu nie zawiąło nam pleców. Pamiętajmy, że aby trening był skuteczny, powinien trwać około 40 minut.

Na początek

Trening warto zacząć od rozgrzewki. Jest wyjątkowo ważna, ponieważ przygotowuje organizm do wysiłku i zmniejsza ryzyko kontuzji. Dzięki rozgrzewce tętno podnosi się stopniowo, a mięśnie rozgrzewają w stabilnym tempie, zwiększając swoją elastyczność. W rezultacie stają się odporniejsze na przeciążenia i nadwyżżenia. Istotną jest także praca układu oddechowo-kръżeniowego, dzięki dobrej rozgrzewce zapewnimy lepszy transport tlenu w organizmie, co pozwoli nam zniwelować późniejsze zakwasy po treningu. Ile powinna trwać rozgrzewka? Od 10 do 15 minut, a intensywność ćwiczeń rośnie wraz z czasem ich wykonywania. Dobrze sprawdzą się wszelkiego rodzaju krążenia – głowy, ramion, nadgarstków, bioder i kostek i skręty tułowia. Można wykonać też kilka wykroków, pajacyków czy po prostu iść szybkim marszem. Jeśli zależy nam na intensywniejszej rozgrzewce, możemy dodać jeszcze kilka minut na rowerku, jeśli jest dostępny w plenerowej siłowni.

Trening na siłowni plenerowej

Sam trening w dużej mierze zależy od tego, które partie mięśni chcemy wzmocnić oraz jakie sprzęty dostępne będą w plenerowej siłowni. Na urządzeniach typu biegacz czy orbitrek wzmocnimy mięśnie nóg – ćwiczenia wykonywane na tych urządzeniach odwzorowują ruchy podczas marszu czy biegu, rowerki dodatkowo poprawi naszą kondycję. Twister, czyli przyrząd ułatwiający skręty tułowia, wzmocni mięśnie bioder i brzucha, wspomagając spalanie tkanki tłuszczowej. Na ławeczce możemy robić brzuszki lub wzmocnić mięśnie pleców. A na maszynach takich jak prasa ręczna czy wyciąg



górny wzmocnimy mięśnie ramion i klatki piersiowej. Wiosłarz, czyli przyrząd odwzorowujący ruchy wykonywane podczas wiosłowania, wzmocnia mięśnie pleców, barków oraz ramion. Pamiętaj, aby w trakcie treningu systematycznie nawadniać organizm! Pij wodę małymi łydkami, w trakcie ćwiczeń powinniśmy jej wypić około 1,5 litra.

Pamiętaj, aby rozgrzać się przed treningiem, pić dużo wody w trakcie i rozciągnąć się po wysiłku.

Na urządzeniach typu biegacz czy orbitrek wzmocnimy przede wszystkim mięśnie nóg – ćwiczenia wykonywane na tych urządzeniach odwzorowują ruchy podczas marszu czy biegu, rowerki dodatkowo poprawi naszą kondycję. Twister, czyli przyrząd ułatwiający skręty tułowia, wzmocni mięśnie bioder i brzucha, wspomagając spalanie tkanki tłuszczowej. Na ławeczce możemy robić brzuszki lub

wzmocniać mięśnie pleców. A na maszynach takich jak prasa ręczna czy wyciąg górny wzmocnimy mięśnie ramion i klatki piersiowej. Wiosłarz, czyli przyrząd odwzorowujący ruchy wykonywane podczas wiosłowania, wzmocnia mięśnie pleców, barków oraz ramion. Pamiętaj, aby w trakcie treningu systematycznie nawadniać organizm! Pij wodę małymi łydkami, w trakcie ćwiczeń powinniśmy wypić około 1,5 litra wody.

Na zakończenie

Trening trzeba zakończyć rozciąganiem mięśni. Niektórzy uważają, że to strata czasu, ale jest to duży błąd. Rozciąganie po wysiłku fizycznym pomaga mięśniom wrócić do swojej postaci oraz szybciej się zregenerować. Rozciąganie powinno trwać około 10 minut i uwzględniać wszystkie grupy mięśni. Regularne rozciąganie zwiększy nasz zakres ruchów, otworzy sylwetkę i poprawi ogólną postawę ciała. Dodatkowo, pomoże uniknąć bólu stawów i mięśni.

RedSe

KĄCIK E-MERYTA

Dowiedz się, co twój wnuczek robi na swoim smartfonie!

Selfie stick (czyt. selfi stik)

Jest to rodzaj statywu, często teleskopowego, który pomaga w wykonywaniu zdjęć autoportretowych (selfie). Jeden koniec statywu trzyma się w ręce, a na drugim umieszcza telefon z aparatem. Dzięki temu, że telefon przymocowany jest do selfie sticka, możemy łatwo uchwycić siebie oraz otoczenie, w którym się znajdujemy.



INFO

Gdzie znajdziesz siłownię w plenerze?

- ARTURÓWEK
- PARK 3 MAJA
- PLAC PIASTOWSKI
- PARK PODOLSKI
- PARK STAROMIEJSKI
- STAWY JANA

GRA DLA KAŻDEGO

Od zabawy do mistrzostwa



Piotr Korus (61 lat), Bałuty

W tym sporcie każdy może zagrać z każdym. Osoby nastoletnie z osiemdziesięcioparolatkami i każdy ma równe szanse. Tu nie potrzeba wytrzymałości czy kondycji. Dlatego bule są tak niesamowitym sportem – mówi Piotr Korus, łodzianin, mistrz Polski w grze w bule z 2016 roku.

Pan Piotr w bule gra około 20 lat. Pierwsze spotkania odbywały się w parku na Zdrowiu, niedaleko dawnego lunaparku.

– Bule pokazał mi kolega, z którym grałem w piłkę nożną. Zaczęliśmy grać rekre-

acyjnie, a ponieważ nie było mi to szło, to wciąż gnałem się szybko na tę dyscyplinę – mówi Pan Piotr.



Odpowiednie ułożenie dłoni przy rzucie gwarantuje dobry wynik

Po kilku latach w 2006 roku powstał Klub Graczy Bulowych, który istnieje do tej pory. Z zabawy i rekreacji bule stały się dla Pana Piotra sportem uprawianym w pełni profesjonalnie. To nie tylko regularna gra i codzienne ćwiczenia, ale także udział



w zawodach i rozgrywkach. Rocznie bierze udział w 18–20 zawodach.

– Zacząłem jeździć na mistrzostwa Polski tzw. weteranów, czyli 55 plus. I w 2016 roku zostałem mistrzem Polski. Dzięki temu,

w trzyosobowym zespole, pojechaliśmy w 2017 roku jako reprezentanci Polski do Danii, na międzynarodowe rozgrywki – wyjaśnia.

A dwa lata temu, w 2019 roku, Piotr Korus

Do gry w bule wystarczy parkowa alejka



zdołał zdobyć tytuł wicemistrza Polski. Jak mówi, nie ma innego sposobu, to trening czyni mistrza, dlatego, żeby osiągać takie wyniki ćwicz 2–3 razy w tygodniu.

– Jest to gra, w której trzeba mieć umiejętność oceny siły rzutu, i oceny podłoża, na którym się gra, jeżeli to ktoś ogarnia, to ma szansę grać i mieć z tego satysfakcję – twierdzi.

Pan Piotr chętnie udziela instrukcji, jak zacząć grać i co jest najważniejsze w grze w bule.

– Rzucamy, trzymając górną część nadgarstka, kula jest podwieszona na palcach. Niby rzucaamy do przodu, ale samoczynnie



„Świnka”, czyli najmniejsza kula, do której się rzuca, ma średnicę 2,5 cm

nadgarstek się przekręca i kula ucieka na zewnątrz – wyjaśnia Piotr Korus.

Razem ze znajomymi, innymi miłośnikami bule, ćwiczą wspólnie co czwartek w parku Staromiejskim, w jego zachodniej części. Tam wzbudzą zainteresowanie przechodniów.

– Czasem ktoś podchodzi, podgląda, czasem dopytuje o zasady gry lub sposoby rzucania.

A cała zabawa polega na tym, żeby wybić kulę przeciwnika – tłumaczy Pan Piotr. Kule do gry można dostać w większości sklepów sportowych. Koszt 8 kul do gry amatorskiej to około 70 złotych. W zestawie jest też tak zwana „świnka”, czyli najmniejsza kula, do której się rzuca. Profesjonalne, licencjono-

wane kule są dużo droższe. One kosztują około 500–600 złotych.

– Najczęściej gramy w parkach, najchętniej w parku Staromiejskim. Ale są także profesjonalne boiska do gry w bule. Nazywamy je bulodromami – opowiada.

W Łodzi powstało takie boisko w parku na Zdrowiu, na terenie dawnego lunaparku. W tym roku w ramach

Budżetu Obywatelskiego powstanie 10 boisk. Projekt nazywa się „Bulwar nad Łódką”, a projektowane boiska powstaną na terenie pomiędzy parkiem Ocalałych i parkiem Helenów.



KONCERT

FORTEPIANY NA LUDOWO

W weekend cykl „Fortepiany Wolności” zawita na Retknie. W niedzielę (15 sierpnia), przy al. Wyszyńskiego 80 – pod murem „Podróżnika z koziołkami” – z koncertem fortepianowym wystąpi Kuba Sokółowski.

Pianista jest absolwentem brooklyńskiego konserwatorium School for Improvisational Music oraz twórcą

autorskiej formacji Magnolia Acoustic Quartet. Należy do awangardy polskiej sceny instrumentalnej.

W repertuarze koncertu znajdują się kompozycje skrzypka ludowego Jana Gacy oraz Włodzimierza Pawlika – utalentowanego polskiego kompozytora i pianisty jazzowego, lidera grupy Włodek Pawlik Trio, którego dyskografia obejmuje ponad

trzydzieści autorskich albumów wydanych w Polsce i w USA. Za płytę „Night in Calisia” Pawlik był wyróżniony nagrodą Grammy w kategorii Best Large Jazz Ensemble Album. Do zestawu utworów Gacy i Pawlika, Kuba Sokółowski dołączy własne wersje melodii ludowych.

Udział w wydarzeniu jest bezpłatny. **RedKu**



FOT. SOKOŁOWSKI

OGRÓD BOTANICZNY

NOC SPADAJĄCYCH GWIAZD

W weekend można patrzeć w nocne niebo i wypowiadać życzenia. Może spadające gwiazdy pomogą nam w ich spełnieniu?

Zielona Łódź, Planetarium ECI, Planetarium i Obserwatorium Astronomiczne oraz Oddział Łódzki Polskiego Towarzystwa

Miłośników Astronomii zapraszają na „Noc Spadających Gwiazd w Ogrodzie Botanicznym”. Eksperti i miłośnicy astronomii swoimi opowieściami i fachowymi komentarzami stworzą atmosferę tajemniczości i fascynacji gwiazdami. Perseidy będzie można obserwować wspólnie w piątek

(13 sierpnia) od godz. 21:00 w Ogrodzie Botanicznym, obserwacje potrwać do godziny 1 w nocy. Tego dnia wyjątkowo kasy biletowe od ulicy Krzemienieckiej oraz od ul. Retkińskiej będą czynne dłużej, do godz. 24:00. Wstęp na wydarzenie jest możliwy po zakupieniu biletu do Ogródu Botanicznego. **red**



FOT. ŁÓDZ.PL

PARK ŹRÓDLISKA



FOT. ŁÓDZ.PL

LETNIE KONCERTY W ALTANIE

Tym razem na miłośników Letnich Koncertów w Altanie czeka program „Kwartet tanecznym krokiem”.

AW niedzielę (15 sierpnia) o godz. 17:00 rozpocznie się kolejny koncert w zabytkowej Altanie w parku Źródlika.

Kwartet smyczkowy „L'estate”, w składzie: Julia Kafar – skrzypce I, Weronika Robak – skrzypce II, Julia Heinzl – altówka, Mateusz Kabziński – wiolonczela, powiedzie publiczności na balowe sale Europy. W wykonaniu młodych artystów zabrzmiał program zatytułowany „Kwartet

tanecznym krokiem”. Będzie można usłyszeć najsłynniejsze tanga, walce, bolera, menuety i polki, skomponowane m.in. przez Johanna Straussa, Dmitrija Szostakowicza, Astora Piazzollę i Consuelę Velázquez. Wstęp wolny. **red**

KINO W PLENERZE



Kolejny weekend i kolejne projekcje filmowe w plenerze. Weź ze sobą coś ciepłego do ubrania, koc, środek na komary i skorzystaj z darmowych seansów pod chmurką.

W piątek (13 sierpnia) przy skwerze im. Henryka Dubaniewicza będzie można obejrzeć „Baby Driver”. Z kolei TME Polówka zaprasza tego samego dnia do parku między Lutomiarską

a Drewnowską, gdzie widzowie będą mogli obejrzeć film „Podły, okrutny, zły”. Następnego dnia, w sobotę (14 sierpnia) zaplanowano seans „Billie Holiday” w Centralnym Muzeum Włókiennictwa (ul. Piotrkowska 282). W niedzielę (15 sierpnia) na miłośników plenero-

wego kina czekać będą aż trzy propozycje: „Zombie Express” wyświetlony zostanie na parkingu TME (ul. Rozalii 1), a „Nie tak miało być” i „Niezwykłe lato z Tess” w Fuzji (ul. Milionowa 6a). Seanse rozpoczynają się o godz. 21:00. Wstęp wolny. **red**

W MIEŚCIE

OTWARTE DRZWI ZAJEZDNI MUZEALNEJ BRUS

Zabytkowe autobusy i tramwaje, symulator tramwaju, wystawa tablic i wyświetlaczy oraz stanowisk prowadzących – to wszystko czeka na zwiedzających Zajezdnię Muzealną Brus (ul. Konstantynowska 115).

Zajezdnię będzie można bezpłatnie zwiedzać w niedzielę (15 sierpnia) w godz. 12:00–17:00. W muzeum starych pojazdów komunikacji miejskiej można podzi-

wiać stare tramwaje oraz autobusy.

Od najstarszych tramwajów Hebrand z końca XIX w. po pamiętne autobusy Ikarus, które pojawiły się w Łodzi pod koniec XX w., do tego wagony gospodarcze

i towarowe oraz wozy specjalistyczne – łącznie ponad 30 pojazdów. Zwiedzać można też wystawy stałe w dawnym budynku

administracyjnym zajezdni, m.in. „Kasowniki biletów – wczoraj i dziś”, „Informacja pasażerska w pojazdach komunikacji miejskiej 1989–2018” i „Historyczne stanowiska pracy motorniczych i kierowców”. Kolejna, ostatnia w tym roku, okazja do zwiedzenia muzeum nadarzy się dopiero 19 września.

rd



DLA NAJMŁODSZYCH

PLENEROWY TEATR

W weekend dla najmłodszych łodzian przygotowano plenerowe pokazy teatralne.

Standardowo, w niedzielę (15 sierpnia) o godz. 12:00 rozpocznie się spotkanie Baśniowa Piotrkowska. Przy ul. Piotrkowskiej 104 dzieci wysłuchają opowieści o dobrych uczynkach. Spektakl jest pełen muzyki, ruchu i barwnych kostiumów. Startuje też nowy cykl teatralnych przedstawień dla dzieci – „Ancymonkowe Manuspiracje” w Manufakturze (ul. Drewnowska 58). Najmłodzi będą mo-

gli poznać tajemnice lasu, przeżyć super przygodę ze zwirowanymi postaciami i odkrywać sekrety ulubionych zabawek. W najbliższą niedzielę (15 sierpnia) cykl otworzy spektakl „Zubr Pompik”. Dzięki wesołym przygodom małego zubra-odkrywcy dzieci będą mogły poznać bogaty świat lasu. Tytułowy bohater wraz z siostrą Polinką wyruszy na wyprawę w głąb puszczy, by poznać jej zapachy, dźwięki, kolory, a także inne zwierzęta i ich zwyczaje. Wstęp na wydarzenia jest wolny. Red

RYNEK MANUFAKTURY

JARMARK WŁOSKICH SMAKÓW

Na rynek Manufaktury (ul. Drewnowska 58) powrócili ulubieńcy ze słonecznej Italii. Na stoiskach czekają najlepsze produkty z rodzinnych małych zakładów z wielu włoskich regionów, w tym z Toskanii, Sycylii i Sardynii.

Fani kuchni śródziemnomorskiej muszą koniecznie zajrzeć na jarmark włoskich smaków. Znajdą tam między innymi kilkadziesiąt rodzajów makaronów, oryginalne włoskie sery czy sycylijskie oliwy z oliwek. Nie zabraknie też wędlin, przetworów i siodłaczy.

Włoski Jarmark na rynku Manufaktury czynny będzie codziennie w godzinach 10:00–22:00 do 5 września.

Red

PIOTRKOWSKA

KIŃGA DĘBSKA W ŁÓDZKIEJ ALEI GWIAZD

W sobotę (14 sierpnia) o godzinie 12:00 w Łódzkiej Alei Gwiazd przy ul. Piotrkowskiej 80 zostanie odsłonięta gwiazda Kingi Dębskiej, uznanej polskiej reżyserki i scenarzystki filmowej.

Kinga Dębska sztukę filmową zdobywała na dwuletnim studium filmowym Camerimage Film School w Toruniu oraz na wydziale

reżyserii w FAMU w Pradze. Jeszcze przed jej ukończeniem zrealizowała kilka krótkich metraży dokumentalnych. Pełnometrażowym debiutem fabularnym Kingi Dębskiej był film „Hel” z 2009 roku, który znalazł się w konkursie głównym Festiwalu Polskich Filmów Fabularnych w Gdyni. A drugi pełnometrażowy film – „Moje córki krowy”

– przyniósł reżyserce wiele nagród, w tym Orła za najlepszy scenariusz. Bezpośrednio po uroczystości odsłonięcia gwiazdy Łódź Miasto Filmu UNESCO zaprasza na otwarte spotkanie z Kingą Dębską, które poprowadzi Artur Zaborski. Spotkanie odbędzie się w Clubie 77 przy ul. Piotrkowskiej 77. Wstęp wolny.

Red

WAKACYJNE KONCERTY

GWIAZDY NA SCENIE

W wakacje łodzianie mogą cieszyć się występami najbardziej popularnych polskich wykonawców, a także odkrywać nowe i mniej oczywiste brzmienia.

W ramach Letniska na Księżym Młynie na scenie będzie można zobaczyć w ten weekend Kabe (13 sierpnia) o godz. 18:00 oraz Baranovskiego (14 sierpnia) o godz. 18:00.

„Lato w plenerze” to seria koncertów z aplanowanymi w Ogrodach Geyera – zabytkowym kompleksie urbanistycznym pomiędzy ulicami Piotrkowską, Wólczańską, Sieradzką i Czerwoną. W sobotę (14 sierpnia) o godz. 20:00 wystąpi Zabson. Bilety na koncerty od 49 zł.

rd

TRAMIWAJEM PRZEZ

Biała Fabryka koło parku Reymonta

Dom handlowy Uniwersal po remoncie

Hala targowa „Górniak” widziana z lotu ptaka

Podróżując tramwajem przez miasto, przyzwyczajamy się do codziennej trasy i przystanków, które żmudnie mijamy w drodze do domu. Żeby umilić sobie czas podróży, sięgamy do książki lub telefonu, nie zauważając, co znajduje się po drugiej stronie szyby wagonu. Skwery, kamienice, fasady i detale znikają

w pędzie codziennej rutyny, a przecież warto zerknąć znad smartfona i przyjrzeć się tkance miejskiej, która skrywa rozmaite tajemnice! Poznajmy ciekawe miejsca na odcinku trasy linii 0, która kursuje pomiędzy placem Niepodległości i ulicą Północną. Dzisiaj część pierwsza, startujemy

spod Uniwersalu i jedziemy do trasy W-Z. Czekać na tramwaj przy placu Niepodległości, nie sposób nie zauważyć wielkiego gmachu domu handlowego, który do 2012 r. nazywany był Domem Towarowym Uniwersal.

Pierwszy dom handlowy w Łodzi od 1967 r. zachęcał do odwiedzin dość dobrze wyposażonymi (jak na owe czasy) sklepami oraz jedyne w mieście ruchomymi schodami.

Dojeżdżając do pierwszego przystanku, przy rogu ulic Piotrkowskiej i Sieradzkiej, mijamy halę, która trwale wpisała się w lokalny krajobraz. Pozornie zwyczajne targowisko skrywa kilka niespodzianek!

Mowa o hali „Górniak” wybudowanej w latach 1932–1934 w stylu modernistycznym według projektu Pawła Sperra. Będąc w środku, warto skierować wzrok na oryginalne, drewniane sklepienie. Halę z dawnych lat można zobaczyć także w filmie Juliusza Machulskiego „Kingsajz”, gdzie stanowi tło kulturnej sceny, w której pada zdanie „Wiktorio, nie kop pana, bo się spocisz!”.



Linia turystyczna nr 0 kursuje w soboty i niedziele

ŁÓDŹ: LINIA „0”

CZĘŚĆ 1



Przystanek tramwajowy Piotrkowska Centrum jest nazywany Stacją Jednorożców przez swój kolorowy dach

WYCIECZKI Z PRZEWODNIKIEM

Dla fanów zwiedzenia miasta z pokładu autobusu już w sobotę, 14 sierpnia, szykuje się prawdziwa gratka. MPK-Łódź razem z Festiwałem Dobrego Smaku zaprasza na wycieczkę śladem dawnych restauracji. Podróż klimatycznym tramwosem potrwa ok. 2,5 godziny. A po restauracjach, które już nie istnieją, ale pozostały w pamięci Łożdzian, oprowadzi podróżnych Krzysztof Olkusz, łódzki przewodnik miejski.

Związkowi Literatów Polskich i zamieszkiwały tam prawdziwe sławy literatury polskiej, m.in. Jan Brzechwa, Pola Gojawiczyńska czy Zofia Nałkowska. Nasz tramwaj dojechał do ulicy Kościuszki. Już za tydzień zwiedzimy dalszą część trasy linii 0 i sprawdzimy między innymi, gdzie w Łodzi mieściło się pierwsze obserwatorium astronomiczne, która ulica nazywana była Spacerową oraz gdzie szukać dawnego kina Capitol.

Z.B.

drożdżowym cięcie, ale obecnie w menu każdy znajdzie coś dla siebie. Remont przeszło też wnętrze pizzerii, jednak nie utraciło swojej wyjątkowości. Stajnia Jednorożców to jeden z najbardziej nowoczesnych i kolorowych punktów Łodzi, ale także te okolice mają swoją historyczną stronę. Kamienicę na rogu al. Mickiewicza 15 z charakterystycznym, zaokrąglonym narożnikiem i loggiami zaprojektował Paweł Lewy. Po II wojnie światowej została przekazana

Następnie zatrzymujemy się przy ulicy Czerwonej, obok największego w Europie muzeum poświęconego historii włókiennictwa. Zbiory Centralnego Muzeum Włókiennictwa w Łodzi sięgają 1952 roku i mieszczą się obecnie w Białej Fabryce Geyera. Skąd ta nazwa? Klasycystyczną fabrykę, której budowa zakończyła się w 1837 r., nazywano białą,

ponieważ w przeciwieństwie do późniejszych zakładów fabrycznych była otynkowana. Jedziemy dalej. O placu Katedralnym można by napisać wiele, jednak turystów przybywających do Łodzi dziwi widok dwóch kościołów w bezpośrednim sąsiedztwie. Katedra sąsiaduje bowiem z kościołem ewangelicko-augsburskim pw. św. Mateusza. Wydaje się na pozór, że ewangelicki budynek jest

starszy – to właśnie potęguje neoromański styl, w którym został wybudowany. Bardziej leciwa jest jednak łódzka katedra, której wznieszenie ukończono w 1912 r., czyli szesnaście lat przed końcem budowy kościoła św. Mateusza. Tuż za przystankiem Piotrkowska-Brzeźna, po lewej stronie, pod numerem 219/221, uwagę przykuwa kamienica Józefa Johna, właściciela fabryki maszyn i odlewni żelaza, w której odlany został dawny dzwon „Zygmunt” dla łódzkiej katedry. Niestety, został on skradziony w czasie II wojny światowej. Przechodząc dalej, przy ulicy Żwirki, znajdziemy pierwszą łódzką pizzerię, kultowe miejsce kochane przez łożdzian od pokoleń. Papa Lolo działa nieprzerwanie od 1978 r. i jest prowadzone przez jednego właściciela! Specjalnością restauracji była i jest pizza na grubym,



W dawnej fabryce Józefa Johna powstało centrum rozrywkowo-gastronomiczne



Papa Lolo to pierwsza i kultowa łódzka pizzeria, która przyjmuje gości po dziś dzień

WYCIECZKI:
I tura: godz. 12:00–14:30
II tura: godz. 15:00–17:30
Koszt wycieczki: 20 zł

REZERWACJE NA STRONIE:





Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|-------------------------|--------------------------|---|-----------|---|----------------------------|-----------------------|-------------------------------|-----------------|-----------------------|----------------------------|
| Syn Maryi | Niska cena zakupu | Krople wody na trawie | Plac z karuzelami, beczką śmiechu, gabinetem luster | Infantyzm | Włoski stygmatyk | Grecki bożek miłości | Staropolskie wsparcie | 10 | Fruwa nad plażą | Lekarz chorób żołądka | Zakład z martenami |
| Nadzy plażowicze | 3 | Obowiązek internisty | 7 | 13 | 5 | Ma kropki na nosie | 10 | | | | |
| Rybka z bajki Np. REM | 3 | | | | | | | | | | |
| | | | Człowiek uzależniony od medykamentów | 12 | Główna kwatery chana | | | Miara mocy żarówki | 11 | | Ronald, były prezydent USA |
| Słynie z samowarów | 4 | Amator napoju z pianką | | | Kłocki rodem z Danii | Do niej przypina się smycz | | Materiał do trwałego łączenia | | | |
| | | Na nim nosi się obrączkę | | | Szef Anglika | | | Szkolne lokum | | Skaliste podłoże | Metal na medale |
| | | | | | | | | Nóż ciesielski do korowania | | | |
| Osad na dnie szklanki | Krótki film z muzyką | 2 | Ryba z karpio-watych | | | | | Nadmorskie ziemie polskie | | | |
| | | Talbot na torze | | | Maciej, dziennikarz | | | 9 | | Dolna część fraka | |
| Zboże na chleb | Rodzaj końskiej uprzęży | 8 | Niedobór w kasie sklepu | 1 | | | | Badacz kultury Hindusów | | | |
| Majster na budowie | | Duży magazyn | | | "... i martwi", powieściowa trylogia Simonowa | | | | | Liczba na mapie | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | | Na nią nigdy nie jest za późno | 6 | | 14 | | Ośmiobok, figura | | | |

Tytuł polskiego filmu:

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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



„Krzyżówki z Koroną”
-DOSKONAŁE O KAŻDEJ PORZE ROKU



KORONA



| | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|--------------------|----------------------|----------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|----------------------------|------------------------|-------------------|------------------------------|-------------------------|----------------------------------|
| Gra owałną piłką | 7 | Jasnowłochy chłopiec | Waluta Niemiec | Lekka budowla ogrodowa | Przybrzeżna wyspa na Bałtyku | Stadium rozwoju zjawiska | Zimozielone drzewo iglaste | Dawniej zabawy, gry | Kwadratowe kluski | Filip, reżyser filmowy | Platny partner do tańca | Tworzy krę "Karmicielka" komórki |
| | | | | Imię Pogorzelskiej | | Niejedna w murze | | | | Powolny gad | | 8 |
| Chłam | | | | | Powieść Tyrmanda | | | Eden inaczej | | Kamińska z ekranu | | |
| Istotny składnik mąki | | | | | Jedzie na sygnale do chorego | | | | | | | Zdradziła go Dalila |
| Model VW | | | | Ptaka zimnych mórz | | Marian, znany aktor | | Pojazd gąsienicowy | | | Kolega drwala | |
| | | | | | 1 | Miasto nad Wartą | Leży nad Loarą | | | Szczur workowaty | | |
| | | | | | | | | | | Wariant | | |
| Wyraz bliskoznaczny | Prążkowana tkanina | Państwo z Lome | | Kasza jęczmienna | | | | Andrzej, były piłkarz | | "Sprawiedliwy" tłuszcz | | 6 |
| Rysunek w metalu | | | Jama w ziemi | Kurtyzana z utworu Zoli | | Jedna z kart w talii | | | | Marka żarówek | | |
| Zjazd kleru | | | | Biblijny budowniczy arki | | | | | | | | |
| | | | | Święty z Padwy | | | | Masówka | | | ... amandi | |
| | | | | | | | | | | | | |
| Partner Shreka | Pracuje w kopalni | | 2 | | | Szwedzki koncert meblowy | | | | Bohun, ataman u Sienkiewicza | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | Zespół Marka Grechuty | | | | Może się komuś powinąć | | | Tomasz, filareta | |
| 5 | | | | | | | | | | | | |

Tytuł piosenki Andrzeja Rybińskiego:

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

Stronę przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



TU NAS ZNAJDZIESZ

W PONIEDZIAŁKI, ŚRODY I PIĄTKI

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

- **Każda miejska biblioteka**
 - Sprawdź adresy na WWW.BIBLIOTEKA.LODZ.PL
- **Wszystkie miejskie przychodnie**
- **Delegatury Urzędu Miasta Łodzi**
Zachodnia 47, Politechniki 32, Krzemieniecka 2, Piotrkowska 153, Piłsudskiego 100
- **Manufaktura**
 - przy punkcie informacji oraz wejściu do strefy Kulinarium (restauracje)
- **Poleski Ośrodek Sztuki** Bratysławska 6a
- **Ośrodek Kultury Górna** Siedlecka 1
- **Aquapark Fala Aleja Unii Lubelskiej** 4
- **Widzewskie Domy Kultury:**
 - Dom Kultury „502”, A. Sacharowa 18
 - Dom Kultury „Ariadna”, Niciarniana 1/3
 - Dom Kultury „Widok”, J. Piłsudskiego 133
- **Bałucki Ośrodek Kultury** Limanowskiego 166
- **Galeria Handlowa „Jagienka”** (ul. Jagienki 34)
- **Rynek Bałucki**
- **Rynek Maratońska**
- **Rynek Pionier** (ul. gen. Dąbrowskiego 91c)
- **Rynek Przybyszewskiego** 147
- **Rynek ul. Wielkopolska**
- **Zielony Rynek (Barlicki)**
- **Wydział Komunikacji** Smugowa 30/32
- **Ogród Botaniczny** Krzemieniecka 36/38
- **Palmiarnia** Piłsudskiego 61
- **Łódzka Organizacja Turystyczna** Piotrkowska 28
- **Centrum Obsługi Karty Łodzianina** Piotrkowska 87
- **Łódzkie Centrum Kontakt z Mieszkańcami** Piotrkowska 110
- **Hotel „Bedrooms”** Piotrkowska 64
- **Gukiernia Dybalski**
Piotrkowska 56, Piotrkowska 102A, Jaracza 5, pl. Wolności 9, Tatrzanska 42/44, Ciołkowskiego 9, Nastrojowa 8, Armii Krajowej 36, Szpital im. Barlickiego, Rojna Rynek Malus, CH Central, Zgierz (Długa 69, Czarna 3/9)



SKRZYŃKI Z DARMOWĄ GAZETĄ

FOT. ŁÓDŹ.PL



Złap za uchwyt, odchyl klapę i weź gazetę „Łódź.PL”

Na łódzkich ulicach pojawiły się wysokie, czerwone skrzynki.

Jest ich 30 i stoją na najczęściej uczęszczanych przystankach tramwajowych i autobusowych. To są dystrybutory z naszą gazetą „Łódź.pl”. W środku znajdziecie najnowsze wydania gazety, zupełnie za darmo. Aby wyjąć egzemplarz „Łódź.pl” ze skrzynki, wystarczy złapać uchwyt, odchylić klapę i zabrać jeden z numerów. Pojemniki są codziennie rano uzupełniane o nowe egzemplarze, a jeśli zdarzy się, że są puste, oznacza to, że nakład naszej gazety już się wyczerpał. RD

UWAGA


Gazetę znajdziesz w autobusach i tramwajach MPK na głównych liniach



KOLEJNY SPRAWDZIAN

ŁKS

jedzie do Niepołomic

Mecz z Puszcą będzie bardzo ważny dla ŁKS

Bartłomiej Szeliga (28 l.) na dobre zamowit się w wyjściowym składzie



**FORTUNA I LIGA
3. KOŁEJKA**

Piątek, 13 sierpnia

18:00

Ipla



**ŁKS
ŁÓDŹ**

FOT. ŁUKASZ GROCHALA / CYFRASPORT

Już dzisiaj ŁKS zagra swój trzeci mecz w tym sezonie. Tym razem na wyjeździe w Niepołomicach z tamtejszą Puszcą. Będzie to kolejny sprawdzian dla drużyny Rycerzy Wiosny, bo ich forma jak na razie może budzić wątpliwości.

Co prawda łodzianie wygrali ostatnio z beniaminkiem Skrą Częstochowa 3:2, ale nawet trener Kibu Vicuña po meczu przyznał, że nie do końca jest zadowolony z postawy swoich zawodników. – Dużo możemy poprawić. Nie jestem zadowolony

z pierwszej połowy. Nie graliśmy dobrze, graliśmy za wolno. Zbyt łatwo straciliśmy drugą bramkę – mówił na konferencji prasowej po spotkaniu. – Nie była to drużyna ŁKS-u, którą ja chcę widzieć na boisku. Nie graliśmy tak, jak trenujemy. Czegoś brakowało – dodał szkoleniowiec. Być może Puszcza będzie tym przeciwnikiem, który da szansę rozwinąć łodzianom skrzydła. Forma zawodników z Niepołomic nie jest najlepsza – ostatni mecz z Koroną przegrali wysoko, aż 1:3. Niestety

w składzie ŁKS znów najprawdopodobniej nie zobaczymy ważnych zawodników. Co prawda pauzujący po kontuzji Ricardinho trenuje już z zespołem, ale wszystko wskazuje na to, że na boisko będzie mógł wyjść dopiero w następnej kolejce. Na pewno nie zobaczymy z kolei Samuela Corrala, który jeszcze wraca do zdrowia po operacji kolana. Drużyny ŁKS i Puszczy rozegrały ze sobą do tej pory jedynie 4 spotkania. Statystyki tych zawodów są po stronie łodzian – wygrywali dwa razy, raz padł remis.

Ostatnio, 4 miesiące temu, niepołomiczanie ulegli Rycerzom Wiosny na własnym boisku 2:3. Czy to dobry prognostyk? Wiele będzie zależało od tego, czy łodzianie nie będą popełniać błędów, które do tej pory były ich zmorą. W to, że zostaną one w końcu wyeliminowane, wierzy szkoleniowiec Kibu Vicuña. – Potrzebujemy czasu i jestem pewny, że będziemy grać coraz lepiej – przekonywał na konferencji, po ostatnim meczu. Mecz z Puszcą zaplanowano na godzinę 18:00.

JB

TRUDNY MECZ WIDZEWKA



**FORTUNA I LIGA
3. KOŁEJKA**

Niedziela, 15 sierpnia

**WIDZEW
ŁÓDŹ**

12:40

POLSAT SPORT



**CHROBRY
GŁOGÓW**

Marek Hanousek (30 l.) to prawdziwy dowódca środka pola w RTS

Po Radostawie Gołębiowskim (19 l.) nie widać tremy młodzieżowca

Doskonały start sezonu zanotowali piłkarze RTS. W dwóch pierwszych kolejkach Fortuna I Ligi odnieśli dwa zwycięstwa. Trzecia tura będzie sprawdzianem umiejętności i charakteru, bo na stadion przy al. Piłsudskiego 138 przyjedzie również niepokonany do tej pory Chrobry Głogów.

Ubiegły weekend dla kibiców czerwono-biało-czerwonych był podwójnie szczęśliwy. Ich drużyna zgarnęła trzy punkty, a dodatkowo zrobiła to

na wyjeździe, co w poprzednim sezonie zdarzało się niezwykle rzadko. Na spotkanie w Sosnowcu wybiegła taka sama jedynastka, jak na inaugurację z Sandecją, więc możemy przypuszczać, że w meczu z Chrobrym będzie podobnie. Gra w nowym ustawieniu podopiecznym trenera Niedźwiedzia sprawia więcej przyjemności niż problemów, a tacy zawodnicy jak Hanousek czy Kun doskonale zaadaptowali się do nowych ról. Jednak czy to, co znane i sprawdzone wystarczy na dobrze dysponowany zespół z Głogowa? Zawodnicy trenera Djurdjiewicia pierwsze dwa spotkania obecnego sezonu grali na wyjazdach i oba wygrali. Ciekawą jest to, że zarówno

w jednym, jak i w drugim meczu bramki strzelali ci sami zawodnicy – szybki i skuteczny środkowy pomocnik Mateusz Bochniak oraz środkowy obrońca Oliver Praczovsky. Jeżeli Widzew myśli o kolejnych trzech punktach, zdecydowanie musi upilnować wspomnianą dwójkę. Stawką tego meczu będzie pozostanie w czubie tabeli.

Piotr Baleja

FOT. MARCIN BRYJA

| TABELA FORTUNA I LIGA | M | G | PKT |
|--------------------------------|---|-----|-----|
| 1. Korona Kielce | 2 | 5:1 | 6 |
| 2. Widzew Łódź | 2 | 5:1 | 6 |
| 3. Miedź Legnica | 2 | 5:1 | 6 |
| 4. Chrobry Głogów | 2 | 4:1 | 6 |
| 5. ŁKS | 2 | 4:3 | 4 |
| 6. Resovia Rzeszów | 2 | 3:2 | 4 |
| 7. Odra Opole | 2 | 4:4 | 3 |
| 8. Puszcza Niepołomice | 2 | 3:3 | 3 |
| 9. Sandecja Nowy Sącz | 2 | 2:3 | 3 |
| 10. GKS Jastrzębie | 2 | 1:2 | 3 |
| 11. Zagłębie Sosnowiec | 2 | 2:3 | 1 |
| 12. Podbeskidzie Bielsko Biala | 2 | 1:4 | 1 |
| 13. GKS Katowice | 2 | 2:3 | 1 |
| 14. GKS Tychy | 2 | 1:2 | 1 |
| 15. Arka Gdynia | 2 | 1:3 | 1 |
| 16. Górnik Polkowice | 2 | 1:3 | 1 |
| 17. Stomil Olsztyn | 2 | 1:3 | 0 |
| 18. Skra Częstochowa | 2 | 2:5 | 0 |

AWANS BARAŻE SPADEK

Tabela na 12.08 19:00

Gdy w roku 2016 łódzka drużyna Lady Grembach debiutowała w rozgrywkach o mistrzostwo Polski w piłce plażowej, to nikt się nie spodziewał, że w kolejnych latach ten zespół zmonopolizuje walkę o prymat w kraju.

Rok później łodzianki były już na szczycie, z którego do tej pory nie dały się zepchnąć. W miniony weekend podopieczne Jarosława Jagielskiego po raz piąty z rzędu sięgnęły po tytuł najlepszej drużyny w kraju! Ten szkoleniowiec z powodzeniem prowadził wcześniej męski zespół Grembacha, z którym po siedem razy sięgał po mistrzostwo kraju i Puchar Polski. Od sześciu lat dobrą passę kontynuuje z paniami, z którymi wywalczył już m.in. pięć tytułów najlepszej drużyny w kraju oraz klubowe wicemistrzostwo świata! Po ostatnie mistrzostwo łodzianki sięgnęły na Stadionie Letnim w Gdańsku-Brzeźnie, na który – podobnie jak przed rokiem – przyjechały podrażnione rywalizacją w Pucharze Polski, gdzie drugi raz z rzędu drogę do głównego trofeum zamknęła im Sparta Daleszyce. I ponownie łodziankom udało się skutecznie zrewanżować za pucharowe niepowodzenie. Ze Spartą Lady Grembach zmierzyły się w finale, do którego dotarły mając na koncie komplet zwycięstw. Spotkania grupowe rozpoczęły

od wygranej 10:4 z Zamłyniem Radom, a później pokonały Wierzbowiankę Wierzbno 12:1 oraz Pogoń Dekpol Tczew 6:0 i z kompletem punktów z pierwszego miejsca awansowały do półfinału, w którym 3:2

od wygranej 10:4 z Zamłyniem Radom, a później pokonały Wierzbowiankę Wierzbno 12:1 oraz Pogoń Dekpol Tczew 6:0 i z kompletem punktów z pierwszego miejsca awansowały do półfinału, w którym 3:2

od wygranej 10:4 z Zamłyniem Radom, a później pokonały Wierzbowiankę Wierzbno 12:1 oraz Pogoń Dekpol Tczew 6:0 i z kompletem punktów z pierwszego miejsca awansowały do półfinału, w którym 3:2

od wygranej 10:4 z Zamłyniem Radom, a później pokonały Wierzbowiankę Wierzbno 12:1 oraz Pogoń Dekpol Tczew 6:0 i z kompletem punktów z pierwszego miejsca awansowały do półfinału, w którym 3:2

od wygranej 10:4 z Zamłyniem Radom, a później pokonały Wierzbowiankę Wierzbno 12:1 oraz Pogoń Dekpol Tczew 6:0 i z kompletem punktów z pierwszego miejsca awansowały do półfinału, w którym 3:2

MD

Zawodniczki z Łodzi nie miały sobie równych na piasku



Chcesz dołączyć do sponsorów mistrzowskiej drużyny?
Napisz na adres: grembach@gmail.com



Katarzyna Borowiec została wybrana MVP turnieju finałowego

DOMINATORKI Z GREMBACHA

ŁÓDZKA POGODYNKA

| | | | | | |
|--|---|---|--|---|--|
| PIĄTEK 13.08 27°C  | Imieniny obchodzą: Ernest, Helena, Hipolit, Maksym, Radomita, Jan | SOBOTA 14.08 27°C  | Imieniny obchodzą: Alan, Maksymilian, Alfred, Elżbieta, Irena, Marceli | NIEDZIELA 15.08 27°C  | Imieniny obchodzą: Maria, Julianna, Napoleon, Stefan, Armida, Trzebiemir |
|--|---|---|--|---|--|

GALERIA
ŁÓDZKICH
MURALI

Mural brazylijskiego artysty NUNCA na kamienicy przy ul. Narutowicza 25

ŁÓDŹ.pl
Kolejne wydanie w poniedziałek 16 sierpnia

– Bum, nie idziesz pan do teatru?
– Te, po co mi to. Bawelnę oglądać, przecież ich znam.

WESOŁE
MIASTO

Kuferek Reymonta

Z kart „Ziemi obiecanej”

– Ja, ja! Same ramy do taki landszaft kosztuje drogo – mówił stukając cygarniczką w brązowe ramy.
– Przecież pana stać nawet i na złote, bo kogo stać na kapelusze, tego musi być stać i na głowę...

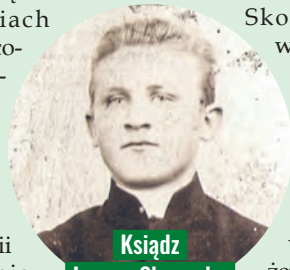
KULTURA I BIZNES

Kobiety słuchały sztuki, ale większość mężczyzn z parteru i z łóżki przypatrywała się z niepokojem królom i królikom łódzkim.

BOHATER BITWY WARSZAWSKIEJ

KARTKA Z KALENDARZA

14 sierpnia 1920 roku w bitwie pod Ossowem zginął Ignacy Skorupka (ur. 31 VII 1893 r. w Warszawie) – ksiądz katolicki i kapelan WP, którego śmierć stała się jednym z symboli Bitwy Warszawskiej, zwanej „cudem nad Wisłą”.
Po święceniach w 1916 r. pracował na terenie Rosji, a po powrocie do kraju w 1918 r. został wikariuszem w parafii Przemienienia Pańskiego w Łodzi.



Ksiądz Ignacy Skorupka

Rok później ks. Skorupka został przeniesiony do Warszawy i objął w kurii stanowisko notariusza archiwisty. 8 VIII 1920 r. na własną prośbę został kapelanem 1 batalionu 236 pułku Armii Ochotniczej. 13 VIII oddział wymaszerował na front i dotarł do wsi Ossów. 14 sierpnia ksiądz Skorupka zginął w walkach z bolszewikami. Komunikat sztabu WP podkreślał „bohaterską śmierć ks. Skorupki, który w stule i z krzyżem w rękę przodował atakującym

oddziałom”. Inna wersja okoliczności jego śmierci głosi, że poległ udzielając ostatniego namaszczenia rannemu żołnierzowi. Uroczystości pogrzebowe ks. Skorupki odbyły się na Powązkach, gdzie gen. Józef Haller udekorował trumnę Krzyżem Srebrnym Virtuti Militari. Przed katedrą łódzką w 1930 roku odsłonięto pomnik bohaterskiego księdza. 15 VIII 1920 r. pod Radzymiinem, prowadząc do ataku I batalion łódzkiego 28 pułku Strzelców Kanińskich, poległ kpt. Stefan Pogonowski, który pochowany został na Starym Cmentarzu w Łodzi. agr

ŁÓDZKIE LEGENDY POCZĄTKI ŁÓDZI WSI

Za dwa lata świętować będziemy 600-lecie praw miejskich Łodzi, ale jej macierz wyznacza początki wsi, sięgające znacznie wcześniej. Łódź wieś wymienia po raz pierwszy przywilej z 1332 roku wydany 6 września w Łęczycy przez Władysława, księcia łęczyckiego i dobrzyńskiego. Jest to również tzw. pierwszy zapis, a zatem daty jej założenia dokładnie

nie znamy. Dawniej przyjmowano, iż nastąpiło to po 1250 roku, gdyż wydany wtedy przywilej księcia Kazimierza Konradowicza o wsi Łodzi nie wspomina. To niepewny argument, bowiem dokument dotyczy przede wszystkim posiadłości biskupstwa włocławskiego położonych na Kujawach, natomiast o kasztelanii wólboreskiej mówi jedynie ogólnie, bez wymienia-

nia wszystkich miejscowości. Duże znaczenie dla ustalenia genezy Łodzi ma również fakt, iż tutaj znajdowała się komora celna. Pierwsze wzmianki o niej pochodzą co prawda dopiero z połowy XVI w., ale jest wymieniona pośród królewskich komórcelnych wydających się z XII-XIII wieku. Dziesięcinę z nich pobierało arcybiskupstwo gnieźnieńskie, a dzie-

więcinę scholasteria łęczycycka; pierwsze z tych nadań jest potwierdzone ogólnie w 1136 r., drugie wiąże się z konsekracją kolegiaty łęczyckiej w 1161 r. Reasumując, można przypuszczać, że Łódź jako wieś istniała już w pierwszej połowie XII wieku i początkowo była własnością monarszą, ale przed 1332 r. przeszła w posiadanie biskupstwa włocławskiego. agr

FOTO
RADAR

Nikt nie parkował i brama zarosła...

NR 24 ŁÓDZIANIZMY

To najstarszy zachowany obiekt fabryczny w Łodzi, położony przy ul. ks. bpa Tymienieckiego 5, choć zwyczajowa nazwa Bielnik Kopsischa nie jest precyzyjna, gdyż budynek przemysłowo-mieszkalny należący do Tytusa Kopsischa powstał kilka lat później niż rządowa manufaktura i bielnik. Pierwotny budynek fabryczny został wzniesiony przez władze Królestwa Polskiego w 1825 roku. Mieściły

się tu: bielnik płótna, krochmalnia, suszarnia, folusz i magiel. Zakład przekazano najpierw Karolowi Mayowi, a następnie Danielowi Illovi, by w 1828 r. sprzedać

go Tytusowi Kopsischowi – przybyłemu z Kowar kupcowi i przedsiębiorcy lnarskiemu. W latach 1828–1829 wybudowano w stylu klasycystycznym budynek gospodarczy mieszczący również mieszkanie właściciela, a pozostałości pierwszego bielnika znajdują się obok. Kopsisch rozbudował zakład i sprowadził tkaczy lnu ze Śląska. W 1874 roku obiekt został sprzedany braciom Petersom, a kilka lat później przejął go Karol W. Scheibler. W czasach PRL były tu mieszkania zakładowe „Uniontextu”, potem Pracowni Konserwacji Zabytków, Bank Przemysłowy SA, wydział UMŁ. Finalnie, w 2017 r. zabytek został sprzedany prywatnej spółce z Warszawy. agr

Bielnik Kopsischa



Bielnik na starej rycinie

KRYMINAŁKI
ZNAD ŁÓDZI
Fatum pokoju nr 13

Około południa 23 lutego 1930 roku obsługa Hotelu Polskiego przy ulicy Piotrkowskiej 3 (to jeden z najstarszych łódzkich zajazdów, założony jeszcze w połowie XIX wieku) nie mogła dopukać się do gościa w pokoju nr 13, by tam posprzątać. Wynajął go pan Czesław Gitler z Sompolna, choć portier przestrzegł przed pechowym numerem i złą sławą pokoju, w którym w 1916 r. popełnił samobójstwo urzędnik z austriackiej centrali surowców, posądzony o morderstwo. Zamożny kupiec z Sompolna twierdził jednak, że nie jest przesądny i zamieszkał w „trzyznastce”, z radością oczekując spotkania z konkubiną mieszkającą w Łodzi. Wypadek nie do końca się udał, gdyż Gitler przyłapał kochankę „in flagranti” z młodym

biuralistą. Świat mu się zawałił. Tej ostatniej nocy włóczył się po łódzkich lokalach i wrócił do hotelu o 3 nad ranem. Napisał wówczas dwa listy pożegnalne – do policji, by nie obwiniać nikogo oraz do wiarołomnej partnerki. Obsługa hotelowa otworzyła drzwi do pokoju 13 zapasowym kluczem. Gitler leżał na łóżku, a na stole stała opróżniona butelka z kwasem siarkowym. W stanie agonii zabrano gościa do szpitala, ale nie udało się go uratować.

Natomiast zła sława pokoju nr 13 przy Piotrkowskiej 3 trwała nadal, bo, jak pisały później łódzkie gazety, przodownik policji zastrzelił w nim swoją konkubinę, a zdarzył się również kolejne samobójstwa... Hotel Polski ogłosił upadłość w 1935 roku... agr

HOTEL POLSKI
w Łodzi,
ulica Piotrkowska Nr. 3rd,
POKOJE NUMEROWANE
w salonie od 1 r. – 5 r., 50 zł.
Omalutka hotelowy do dworca kolej.
Przy hotelu restauracja C. F. KLUKOWA.



Kamienica przy ul. Piotrkowskiej 3 obecnie