

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA K...

ASTRONOM AMATOR



BALONY WZLECA NAD MIASTO!

Z OKAZJI 600-LECIA ŁODZI **strona 3**

AKTUALNOŚCI

**MALEŃKI PACJENT
URATOWANY
W MATCE POLCE**

strona 2



AKTUALNOŚCI

**KOMUNIKACJA
W URODZINOWY
WEEKEND**

strona 3



WEEKEND

**KONCERTY,
WYSTAWY,
PIKNIKI**

strona 8-9



KRZYŻÓWKA + SUDOKU

CHWILA RELAKSU
DLA KAŻDEGO

strona 12-13

AUTOPROMOCJA

TWOJA REKLAMA W ŁÓDŹ.PL



ZADZWOŃ: 722 006 791

RATUNEK DLA MAŁENKIEGO PACJENTA

W Instytucie Centrum Zdrowia Matki Polki wykonano spektakularny zabieg. W maju cewnikowaniu serca poddano chłopca, który przyszedł na świat w 28. tygodniu ciąży. Ważył wtedy 1500 gramów.

– Wcześnieiki często mają kłopot z adaptacją do życia pozamacicznego – przyznaje prof. Ewa Gulczyńska, kierownik Kliniki Neonatologii, Patologii i Intensywnej Terapii Noworodka. Trudności dotyczyły m.in. adaptacji układu krążenia. Przewód tętniczy to naczynie łączące aortę z tętnicą płucną, które jest u płodu drożne, a po uro-

dzeniu samodzielnie się zamyka. Często jednak do tego zamknięcia nie dochodzi. Na samym początku próbowano wspierać Karola farmakologicznie, ale groziło mu pogorszenie wydolności oddechowej. W takich sytuacjach przeprowadza się operację na otwartej klatce piersiowej, ale w tym przypadku wybrano leczenie interwencyjne.

– Aby utrzymać odpowiednią temperaturę ciała dziecka, zabieg przeprowadzono w inkubatorze otwartym. Pod kontrolą USG wprowadziliśmy do jego serca cewniki, przez

zestaw zamykający. Po upewnieniu się, że wszystko zostało wykonane prawidłowo, w przewodzie tętniczym pozostawiliśmy wyłącznie ten zestaw, który zostanie z pacjentem na całe życie i nie będzie konieczności jego wymiany – tłumaczy dr Paweł Dryżek. Karol jest najmniejszym dzieckiem w Polsce, które przeszło cewnikowanie serca. Chłopiec może już opuścić szpital. **Red**



WOKÓŁ PRZYSTANKU PIOTRKOWSKA CENTRUM NADCIĄGA ZIELONA METAMORFOZA

Więcej dużych drzew, łąki kwietne, źródła z wodą, minikoncerty pod wiatą to niektóre z propozycji zmian otoczenia Stajni Jednorożców, czyli przystanku Piotrkowska Centrum, wskazanych przez Łodzian. W trakcie tygodniowego głosowania na platformie Vox Populi swoje opinie w tej sprawie wyraziło ponad 2300 osób, w większości popierając zaproponowane rozwiązania.

Głosujący postulowali zasadzenie w pobliżu przystanku dużych drzew, montaż siedzisk lub ławek oraz źródeł z wodą pitną. Mile widziane byłyby rośliny zimozielone, a także odporne na suszę i niskie temperatury, łatwe w utrzymaniu. Zaproponowano też wprowadzenie rozwiązań przechwytyjących wodę opadową, np. ogrodów deszczowych. Duże poparcie zyskał pomysł zazielenienia ścian Stajni Jednorożców. Łodzianie chcą stworzenia programu animacji tej przestrzeni, np. minikoncertów, by zapisała się ona

w świadomości mieszkańców i przyjezdnych jako atrakcyjne, tętniące życiem miejsce. Nie zabrakło też sugestii dotyczących okolicy pomnika Jednorożca. Spodobał się pomysł stworzenia tam fontanny lub sadzawki.

Zakończenie głosowania na Vox Populi otwiera ostatni etap zmiany otoczenia centrum przesiadkowego. Po analizie wszystkich sugestii powstanie koncepcja wykonawcza jego zielonej metamorfozy. **PS**



Otoczenie Stajni Jednorożców czekają rewolucyjne zmiany

WAKACYJNE REMONTY

SZKOŁY ZMIENIAJĄ SIĘ DLA UCZNIÓW

W ponad 60 łódzkich szkołach i przedszkolach prowadzona jest letnia modernizacja budynków.

Letnie remonty trwają w 24 miejskich przedszkolach i 10 szkołach podstawowych. Najwięcej pieniędzy pochłoną naprawy instalacji. W niektórych budynkach zostaną wstawione nowe okna, w innych odnowione będą parkiety i posadzki. Wakacyjna rewolucja trwa też w szkołach średnich, do których ze względu na rządowe reformy oświatowe trafi w roku szkolnym 2023/2024 zwiększony rocznik, czyli ponad 9 tys. uczniów. Licea i technika intensywnie szykują się na ich przyjęcie. Priorytetem jest utworzenie dodatkowych sal lekcyjnych dla 54 no-



wych oddziałów. Za prawie 2 mln zł w łódzkich liceach powstaną nowe klasy, a te już istniejące przejdą modernizację. Latem w 15 placówkach realizowane będą też projekty z Łódzkiego Budżetu Obywatelskiego, których wartość sięga 6 mln zł. Większość prac zakończy się jeszcze przed pierwszym dzwonkiem. **MK**

WYSTAWA PROMUJE MONOGRAFIĘ PIERWSZY TOM JUŻ WKRÓTCE!



21 lipca do rąk Łodzian trafi pierwszy tom monografii miasta „Łódź przez wieki. Dzieje miasta”, a jego premierę poprzedza wystawa, która w sobotę, 15 lipca, stanie na Rynku Włókniarek w Manufakturze.

Wystawa wpisuje się w obchody 600-lecia Łodzi. Motywami przewodnimi są początki miasta, rola rzek, język, wielokulturowość i zagadnienie centrum miasta, które historycznie zmieniano położenie. To przedsmak zawartości pierwszego tomu monografii, który przybliży historię

Łodzi do 1820 r. (początków uprzemysłowienia). Autorzy książki, związani z Uniwersytetem Łódzkim, zapowiadają wiele nowości, w tym nieznanne fakty z najdawniejszych dziejów miasta. Wystawę można oglądać do 15 sierpnia 2023 r. **Red**

GREAT SEPTEMBER 2023

FESTIWAL WIELU SCEN

Ponad 100 artystów (wśród nich m.in. Kaśka Sochacka, Moskwa, Alicja Majewska, Trupa Trupa, Daniel Spaleniak) zapowiadają organizatorzy drugiej edycji Great September Showcase Festival & Conference, która odbędzie się w Łodzi w dn. 14–16 września. Festiwal zaprezentuje też lokalnych młodych artystów.

Dzięki współpracy z Akademią Muzyczną w Łodzi w trakcie imprezy udostępnione zostaną dwie instalacje dźwiękowo-muzyczne studentów tej uczelni: „Nieobecność”

Miłosza Kowalewskiego i „Stany Przejściowe” Michała Wiosny. Miejscom ich prezentacji będą zabytkowe wnętrza siedziby Akademii Muzycznej w Łodzi przy ul. Gdańskiej 32. **(pj)**

CIEMNA STRONA MIASTA NA SYGNALE



LATAJĄCE KOŁO NA AUTOSTRADZIE

Do niebezpiecznego incydentu doszło w środę, 12 lipca, na autostradzie A1. Około godz. 19:30 w toyocie avensis, jadącej w kierunku Katowic, z nieustalonych na razie przyczyn urwało się przednie koło. Tocząc się po nawierzchni, uderzyło w jadący środkowym pasem bus, odbiło się od niego i przeskoczyło na nitkę prowadzącą w kierunku Łodzi, gdzie trafiło w nissana

primastara. Choć sytuacja była groźna, nikomu nie się nie stało, a ucierpiał jedynie pojazd. Z powodu ich uszkodzeń wezwani na miejsce policjanci zatrzymali dowody rejestracyjne aut uczestniczących w zdarzeniu. Wykonane na miejscu policyjne oględziny wskazują, iż przyczyną incydentu była prawdopodobnie niesprawność techniczna toyoty. **(pj)**

FOT. MAT. PRAS.



NA 600. URODZINY ŁÓDZI

FIESTA BALONOWA!

Mnożą się atrakcje przygotowywane na obchody 600-lecia nadania Łodzi praw miejskich. Zapowiada się kolejny przełom tych urodzin – w dniach od 28 do 30 lipca łódzkie niebo ozdobią balony. Nie dość, że codziennie będzie można podziwiać ich parady z ziemi, to jeszcze będzie okazja polecieć takim balonem za darmo.

Balony będą startowały z kilku miejsc, m.in. z łódzkich Błoni, parku im. Poniatowskiego czy Portu Lotniczego im. Reymonta. Kilka godzin po wschodzie słońca i przed jego zachodem będzie można za darmo wzbić się nad miasto i podziwiać jego panoramę. Zwieńczeniem balonowej inwazji będzie widowi-

skowy pokaz night glow, a więc nocna gala balonów na łódzkim niebie. – Wiem, że podczas urodzin Łodzi będą koncerty, gwiazdy, kabarety, moneta z Łodzią, znaczek pocztowy z Łodzią, ale balony w naszym mieście to naprawdę rzadkość, która powinna spodobać się łodzianom – mówi Piotr Kurzawa, dyrektor Łódzkiego Centrum Wydarzeń. Loty odbywać się będą we wczesnych godzinach porannych i wieczorem, gdy panują najlepsze dla uprawiania baloniarstwa warunki pogodowe. Łódź w XX w. odgrywała ważną rolę w polskim sporcie balonowym.

W latach 70. i 80. w mieście organizowane były międzynarodowe zawody w tym sporcie. Co roku gromadziły do kilkunastu załóg, również w balonach na ogrzane powietrze. Z Łodzi również związana jest historia balonu Kościuszko – najstarszego w Polsce i jednego z najstarszych balonów na ogrzane powietrze na świecie (obecnie w zbiorach Muzeum Lotniczego w Krakowie). Tegoroczną Fiestę Balonową z okazji 600-lecia Łodzi poprowadzi Jerzy Czerniawski, pilot balonowy, który przyczynił się do jej powstania.

red

INFO

Szczegóły dotyczące lotów w poszczególne dni będą podawane z jednodniowym wyprzedzeniem z uwagi na warunki atmosferyczne. Wszystkie informacje znajdują się na stronie LODZ.PL/600

600 JUBILEUSZOWYCH DĘBÓW

Fundacja ThinkŁódź włącza się do akcji zazieleniania Łodzi na jubileusz 600-lecia miasta – na terenach zielonych, ale również w miejscach, w których do tej pory dużych roślin zupełnie brakowało, zasadzi 600 drzew!

Pierwsze drzewa zostały zasadzone przez członków fundacji na terenie Stawów Stefańskiego 12 lipca. Jesienią ok. 200 drzew pojawi się przy al. Piłsudskiego i ul. Rokicińskiej. Ponad 50 roślin zasadzonych zostanie także w okolicy ron-

da Inwalidów, tyle samo planowanych jest w okolicy skrzyżowania ul. Przybyszewskiego z ul. Augustów, przy ul. Puszkińska, w rejonie ronda Sybiraków. Z kolei

o ponad 100 nowych drzew wzbogacą się okolice ul. 11 Listopada i al. Włókniarzy.

red

FOT.LODZ.PL



KOMUNIKACJA MIEJSKA W URODZINOWY WEEKEND

W urodziny Łodzi przejazdy komunikacją miejską będą darmowe. Autobusy i tramwaje kursować będą ze zdwojoną częstotliwością, a specjalna linia 600 połączy wszystkie koncertowe sceny i wydarzenia.

Przez trzy dni, od 28 do 30 lipca (piątek, sobota, niedziela), komunikacja miejska w Łodzi będzie dla wszystkich darmowa. Tak będzie również w drugiej strefie biletowej – do ościennych miejscowości, do których docierają autobusy i tramwaje łódzkiego MPK. Darmowe będzie też podróżowanie pociągami ŁKA i PolRegio w ramach wspólnego honorowania biletów. Natomiast osobom, które w okresie 28–30 lipca posiadają ważną migawkę, zostanie wydłużony czas jej ważności, aby również skorzystały z urodzinowej, darmowej komunikacji.

Więcej autobusów i tramwajów

Podczas obchodów 600. Urodzin Łodzi tramwaje i autobusy kursować będą ze zdwojoną siłą. Większość linii tramwajowych i część autobusowych kursować będzie w piątek, sobotę i niedzielę do godz. 1:00, by zapewnić wygodny dojazd na koncerty. Zmienia się też trasy linii nocnych, aby ułatwić powroty do domu z poszczególnych scen.

Specjalna linia festiwalowa

Liczne sceny koncertowe Łódź Summer Festival i inne urodzinowe atrakcje połączy specjalna linia autobusowa 600, która co 7,5 minuty kursować będzie pomiędzy Sceną Manufaktura, mBank Sceną Główną, Sceną Kabaretową Księży

Młyn oraz Sceną Monopolis i dojedzie do dworca Łódź Fabryczna. Autobusy i tramwaje będą specjalnie oznakowane, by każdy z pasażerów łatwo sprawdził, jak dojechać do danej sceny.

TAnd



REWITALIZACJA PRZY UL. SIENKIEWICZA

PIĘKNIEJE WILLA FRANKELA



Coraz wyraźniej widać efekty rewitalizacyjnego remontu dawnej willi Maurycego Frankela przy ul. Sienkiewicza 26. Znikające rusztowania powoli odsłaniają odnowiony zabytek, który przechodzi kompleksową modernizację.

We wnętrzach prowadzone są aktualnie prace przy montażu instalacji i prze-

budowie ścian działowych. Po oddaniu budynku do użytkowania, co ma nastąpić w IV kwartale 2023 r., na parterze znajdzie się lokal usługowy z możliwością stworzenia w nim restauracji lub kawiarni, a na pierwszym piętrze powstaną cztery pomieszczenia biurowe. Szacowany koszt remontu wyniesie ponad 6,2 mln zł.

Obiekt z historią

Maurycy Frankel, właściciel firmy spedycyjno-przewozowej, był znaczącą postacią żydowskiej burżuazji przełomu XIX i XX w. Działkę przy ul. Sienkiewicza 26 zakupił w 1882 r. Projekt willi mieszkalnej, sygnowany przez miejskiego architekta Hilarego Majewskiego, powstał jeszcze

w tym samym roku, a rok później na posesji wzniesiono fabrykę wyrobów wełnianych oraz składy wełny. Podczas II wojny światowej obiekt zajęli niemieccy okupanci. Po 1945 r. władze przekazały go Milicji Obywatelskiej, a w 1989 r. willę przejęła policja. Obecnie jest ona własnością gminy Łódź. (pj)

LIKWIDACJA BARIER ARCHITEKTONICZNYCH

ŻEBY ŻYŁO SIĘ ŁATWIEJ



Przystosowanie łazienki i toalety, likwidacja progów, budowa podjazdu, zakup i montaż schodofazu to tylko część rozwiązań technicznych, na które mieszkańcy Łodzi otrzymają dofinansowania za pośrednictwem Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Łodzi w ramach likwidacji barier architektonicznych.

W tym roku na likwidację utrudnień w miejscu zamieszkania, które uniemożliwiają lub utrudniają swobodne przemieszczanie się osobom z niepełnościami, łódzki MOPS

przekazał 1,5 mln zł, pochodzące ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Cała kwota została już rozdzielona – pozytywnie rozpatrzono wnioski 122 mieszkańców Łodzi z niepełnościami. Można już składać wnioski o dofinansowanie likwidacji barier architektonicznych w 2024 r.

Od 2018 r. do 2022 r. MOPS w Łodzi rozdysponował wśród mieszkańców z niepełnościami ponad 6,5 mln zł. Z finansowego wsparcia na likwidację barier architektonicznych skorzystało prawie 550 osób. Wśród nich m.in. niewidoma od 14 lat Małgorzata Rutkiewicz, mieszkająca na Retkini, która na dostosowanie łazienki do swoich potrzeb otrzymała dofinansowanie w wysokości 15 tys. zł. IJ-K

INFO

Więcej informacji:



Jacek Wójcikiewicz otrzymał 10,6 tys. zł dofinansowania na zakup i montaż krzeselka schodowego

FOT. ŁÓDŹ.

FOT. FREEPIK

BEZPŁATNE CZIPOWANIE ZWIERZĄT

PIKNIK ANIMAL PATROL

Ósmą rocznicę swojego istnienia obchodzi Animal Patrol Straży Miejskiej w Łodzi. Z tej okazji w sobotę, 15 lipca, w godz. 10:00–14:00, przed komendą Straży Miejskiej przy ul. Wólczańskiej 121/123 odbędzie się okolicznościowy piknik.

Podczas imprezy można będzie zapoznać się z pracą strażników tej sekcji, obejrzeć sprzęt, z którego korzystają podczas interwencji, oraz uczestniczyć w pokazie pierwszej pomocy przedweterynaryjnej. Na miejscu będzie można też bezpłatnie zaszczepić swojego zwierzaka. Właściciele chcący w ten sposób oznakować swoich pupili

muszą posiadać przy sobie ich książeczki zdrowia i aktualne zaświadczenie o zaszczepieniu ich przeciwko wściekliznie, a także własne dowody osobiste. Panel edukacyjny dla uczestników pikniku przygotowały fundacje Kocia Mama i Viva Gryzonia, Towarzystwo Przyjaciół Zwierząt „Arkadia” oraz Equus Therapy. W trakcie pikniku będzie prowadzona zbiórka karmy oraz innych artykułów dla łódzkiego schroniska dla zwierząt. Na miejscu pojawią się Skunksiczka Ivi i Psie Przedszkole.

red

WAKACJE W MIEŚCIE
LATO NA ABRAMCE

Fabryka Sztuki zaprasza na „Letnie warsztaty na Abramce!” – cykl wakacyjnych zajęć dla dzieci, młodzieży i dorosłych, które od 17 lipca do 11 sierpnia będą odbywać się w parku im. Abramowskiego.

W programie mnóstwo atrakcji, które uprzyjemnią uczestnikom czas wolny w mieście. Zajęcia są bezpłatne i nie wymagają zapisów. Poprowadzą je artyści związani z Teatrem Chorea. Wybierać można pomiędzy warsztatami sportowymi, tanecznymi, teatralnymi, plastycznymi i muzycznymi, można też ćwiczyć jogę, uczyć się szycia, rysowania komiksów, a także nagrywania dźwięków przyrody. „Letnie warsztaty

na Abramce!” rozpoczną warsztaty teatralne „Robimy teatr podwórkowy” (17–21 lipca i 24–28 lipca w godz. 10:00–12:00). W kolejnych dniach będą m.in. „Parkour” – warsztaty ruchowe (18 i 25 lipca oraz 1 i 8 sierpnia, w godz. 12:00–13:00) i „Joga na trawie” (19, 21, 26 i 28 lipca w godz. 11:15–12:15).

red

INFO

Więcej informacji:





LATO W PEŁNEJ KRASIE

Lipiec to czas, w którym sklepowe półki uginają się pod ciężarem świeżych owoców i warzyw. Warto to wykorzystać i nacieszyć się letnimi smakami kuchni polskiej na zapas. Jeśli nie mamy czasu na własnoręczne przygotowanie sezonowych potraw, polecamy wybranie się do łódzkich restauracji, które zaserwują nam zarówno smaki znane z dzieciństwa, jak i te zupełnie nowe. Co przygotowali szefowie kuchni z Łodzi? Sprawdzamy.

Na pierwszy ogień idzie chłodnik. Na jego temat wariacji może być wiele. Co serwują łódzkie restauracje? Cesky Film (ul. Tymienieckiego 25A) w swoim letnim menu proponuje zupę z melona

i ogórka z siekanym pomidorem i macą. Bartłomiej Pagacz, szef kuchni w Fata-morganie (ul. Księży Młyn 16), przygotował chłodnik buraczany z sorbetem wiśniowym. W Ram-

kach (ul. Piotrkowska 144) w ofercie lunchowej znajdziemy np. wersję ogórkową ze świeżą miętą. A na klasyczny chłodnik litewski

z jajkiem możemy liczyć w Zielonej (ul. Drewnowska 58, Manufaktura).

Knedle jak u mamy

Kluski ziemniaczane wypełnione owocami znajdziemy w restauracji Powidok by Stacja Zero (pl. Wolności 8). Podadzą nam je z sosem waniliowym, żelem truskawkowym i prażonymi migdałami. A gdzie zjedzą fani knedli podawanych z młoda kapustą? W lokalu Doprawione Jabłkiem według Zwierzchow-

skiej (ul. Milionowa 55). Natomiast Piwnica Łódzka (ul. Sienkiewicza 67) zaserwuje je ze sliwkami, zasmażaną słodką kapustą i wolno duszoną wołowiną w sosie.

Sezon owocowy w pełni

Miłośnicy słodkich obiadów powinni skierować swoje kroki do Pierogarni Stary Młyn (ul. Piotrkowska 37), aby spróbować tamtejszych pierogów z truskawkami, rabarbarem, jagodami lub malinami. Tradycyjne pierogi z jagodami i słodką śmietaną zjemy również w restauracji U Milscha (ul. Łąkowa 21).

KS

FOT. U MILSCHA, ENVATO ELEMENTS

RANKING TRIPADVISOR

NAJLEPSZE SUSHI WEDŁUG ŁÓDZIAN

Masz ochotę na sushi i nie wiesz, którą restaurację w Łodzi wybrać? Poznaj typy użytkowników portalu TripAdvisor i zdecyduj, dokąd wybrać się na najlepsze sushi w mieście.

Co cechuje dobre sushi? Ta japońska potrawa powinna wyróżniać się idealnie ugotowanym ryżem zaprawionym octem ryżowym oraz świeżymi dodatkami wysokiej jakości, jak: ryba, warzywa, japoński omlet, owoce morza i algi nori.

KS



FOT. SUSHI SMAKI / FREEPIK

Według użytkowników kulinarnego portalu najlepsze rolki zjemy w następujących łódzkich restauracjach:

1. Ato Sushi – ul. 6 Sierpnia 1/3
2. Kaminari Sushi – ul. Piotrkowska 79
3. Susharnia – ul. Pomorska 13
4. House of Sushi – ul. Piotrkowska 91
5. Sendai Sushi & Ramen – ul. Kopcińskiego 62
6. Hana Sushi – ul. Karskiego 5
7. Sushi Smaki – ul. Anczyca 8/10
8. Bukowiecki Sushi – ul. Wujaka 4
9. Sushi Art – ul. Rąbieńska 130/2
10. Sushi Kushi – ul. Roosevelta 7

FOTO: ENVATO ELEMENTS, FREEPIK

JAK SIĘ BEZPIECZNIE OPALAĆ?



Słoneczne letnie dni zachęcają nas do spędzania czasu na świeżym powietrzu, a także do korzystania ze słonecznych kąpiel. Warto jednak pamiętać, że skóra osób starszych jest bardziej wysuszona, mniej elastyczna i cieńsza, a tym samym bardziej narażona na oparzenia słoneczne.

Długie seanse na słońcu mogą spowodować szybsze starzenie się skóry, pojawienie się na niej mało estetycznych przebarwień i zwiększoną widoczność tych już istniejących. Czy w takim razie seniorzy powinni unikać ekspozycji na słońce? Oczywiście, że nie. Słońce sprawia, że czujemy się lepiej,

a nasz organizm wytwarza cenną witaminę D. Trzeba tylko zachować umiar i przestrzegać kilku zasad.

Zasady bezpiecznego opalania

Jeśli chcesz korzystać z dobrodziejstwa promieni słonecznych i jednocześnie nie narażać się na szkodliwy wpływ promieniowania UV, skorzystaj z poniższych wskazówek.

- Unikaj bezpośredniej ekspozycji na słońce w godz. 10:00–15:00, kiedy promieniowanie jest najostrejsze.
- Chroni się przed słońcem, gdy temperatura w cieniu osiąga 30°C.
- Na ok. 30 minut przed wystawieniem ciała na działanie promieni słonecznych nałóż na skórę krem z filtrem anty-UVA i anty-UVB (z SPF co najmniej 15). Twarz, szyję i dekolt posmaruj wyższym filtrem – najlepiej SPF 50. Mimo że zastosujesz preparaty chroniące przed słońcem, Twoja skóra i tak zyska ładny kolor.
- Jeżeli dłużej przebywasz na plaży, korzystaj z parasola.
- Po 3 godzinach przebywania w słońcu i po każdej kąpieli użyj kremu z filtrem, nawet jeśli jest on wodoodporny.
- Nie zapomnij o posmarowaniu kremem do opalania również małżowin usznych, łysiny i stóp. Zwróć też szczególną uwagę na ramiona, nos i dekolt – są to miejsca najbardziej narażone na słońce. Warto zaaplikować na nie grubszą warstwę kremu.
- Nawet siedząc w półcieniu czy spacerując, pamiętaj o zabezpieczeniu skóry

kremem z filtrem.

- Pamiętaj o nakryciu głowy i okularach przeciwsłonecznych.
- Pij dużo wody.
- Po opalaniu stosuj nawilżające i regenerujące kremy i balsamy – kosmetyki uzupełniające niedobory lipidów w skórze, a także takie zawierające witaminę A lub E.

Planując kąpiel słoneczną, warto sprawdzić, czy zażywane leki nie wzmacniają wrażliwości skóry na słońce i nie działają fotoczułająco. Do takich preparatów należą m.in. niektóre leki przeciw cukrzycowe czy obniżające ciśnienie tętnicze, a także stosowane przy schorzeniach reumatologicznych. Kłopoty skórne, a nawet silne reakcje alergiczne po kąpieli słonecznej mogą spowodować też często popijane przez seniorów zioła. Na czarnej liście z n a j - d u j ą s i ę

dziurawiec, nawłoc, nagietek i krwawnik.

Korzyści płynące z ekspozycji na słońce

Słońce pomaga zadbać o kości i walczyć z osteoporozą. Jest podstawowym źródłem witaminy D. Jej niedobór może zwiększyć ryzyko pojawienia się miażdżycy i cukrzycy. Witamina ta wzmacnia również układ odpornościowy. Kąpiele słoneczne pozytywnie wpływają na samopoczucie i ogólną kondycję organizmu.

Alup



Na aktywne wakacje wszystkich seniorów zaprasza Miejskie Centrum Medyczne im. Jonschera.

15 lipca od godz. 10:00 do godz. 13:00 w Domu Dziennego Pobytu przy ul. Przyrodniczej 7/9 będzie można dołączyć do grupy nordic walking i przespacerować się z kijami po pobliskim

Wakacje SENIORA

parku im. Mickiewicza. Będzie też można skorzystać z ćwiczeń na zdrowe plecy, poćwiczyć na siłowni zewnętrznej przy placówce oraz spróbować ćwiczeń z gumą. Co jeść, a czego nie jeść

w upalne dni? Dietetycy z miejskiego centrum będą tłumaczyć zasady zdrowego odżywiania, m.in. pomogą skomponować dietę na lato. Organizatorzy planują też konkursy i quizy z nagrodami.

Spotkanie jest bezpłatne, nie obowiązują zapisy.

OHO



FOT. ŁODZ.PL, LOK HIN TSANG,
UROŚ TODOROVIĆ MIKŠAJ, FREEPIK

ASTRONOM AMATOR

Piotr Szybalski od wielu lat fascynuje się kosmosem i postanowił zarazić swoją pasją inne osoby. Łodzianie mogą go spotkać z nieodłącznym teleskopem na ul. Piotrkowskiej.

Pierwszy raz świadomie zetknął się z astronomią, gdy był małym chłopcem. To właśnie wtedy na działce, wraz z babcią, miał okazję obserwować pięknego nocnego nieba.

- Babcia pokazała mi kilka konstelacji i w tamtym czasie czułem ogromną fascynację - mówi Piotr Szybalski. - Zawsze gdy wyjeżdżałem na wakacje, patrzyłem wieczorami na gwiazdy. Na samym początku nie dociekałem, jakie konkretnie obiekty widzieć, wystarczała mi sama

obserwacja. Dopiero kilka lat temu kupiłem teleskop i zacząłem interesować się tym tematem w szerszym zakresie.

Do ludzi

Piotr starał się zapoznać z wiedzą dotyczącą ciał niebieskich, które oglądał. Zbierał informacje o mgławicach, galaktykach oraz gromadach i konstelacjach gwiazd. Poznał wiele ciekawostek, ale nie nazywa siebie ekspertem. Jego priorytetem nie jest zaznajomienie się ze wszystkimi profesjonalnymi informacjami i danymi, o wiele bardziej intrygują go obserwacje wizualne.

- Nauczenie się wszystkich obiektów głębokiego nieba na pamięć jest wręcz niemożliwe - przyznaje. - Dużym ułatwieniem w dzisiejszych czasach są

aplikacje na telefon, dzięki którym nie trzeba znać całej mapy nieba.

Na przełomie sierpnia i września 2022 r. łodzianin wpadł na pomysł przeniesienia na polski grunt idei astronomii chodnikowej. Postanowił wyjść z teleskopem na miasto i zachęcać innych do obserwacji. Zależało mu na tym, aby ludzie chociaż na chwilę oderwali się od codzienności i zamiast spoglądać na telefon, zobaczyli to, co jest ponad nimi.

- Astronomia pozwala zapomnieć o szarej rzeczywistości, a patrzenie na niebo uświadamia nam, że Ziemia to tylko mały obiekt w kosmosie - podkreśla Piotr. - Poza tym gwiazd, takich jak Słońce, są miliardy tylko w samej Drodze Mlecznej, a liczba galaktyk w widzialnym wszechświecie wynosi ok. 2 biliony. Ludzkość

to z pewnością niejedyna cywilizacja, chociaż dowodów na życie pozaziemskie nadal brakuje.

Już w XIX wieku

W mieście, ze względu na zbyt duże zanieczyszczenie sztucznym światłem, najlepiej widać Księżyc. W nocy można z łatwością zaobserwować przez teleskop liczne kraterzy i inne detale jego powierzchni. Przez kilka miesięcy w roku na nocnym niebie goszczą Jowisz i Saturn, dzięki czemu spoglądanie na nie również jest możliwe. Fascynujące są także zaćmienia Słońca i Księżycy. Najlepiej prowadzić obserwacje poza miastem, gdzie sztuczne światło nie ogranicza widoczności nocnego nieba.

Łodzianin zorganizował już ok. 30 wyjść z teleskopem na miasto. Najczęściej pojawia się na ul. Piotrkowskiej, w pobliżu Stajni

Jednoróżców. Jeździ także do Warszawy. Jak przyznaje, zainteresowanie obserwacjami nieba jest całkiem spore. Często ustawia się do niego kolejka chętnych, którzy zazwyczaj reagują entuzjastycznie. Niektórzy są tak bardzo zdziwieni widokami, że muszą się upewnić, czy obraz widziany w okularze teleskopu nie jest wyświetlaną animacją. Zanim Piotr zorganizował tę akcję, oglądał w Internecie filmiki z tego typu przedsięwzięć, prowadzonych na całym świecie. Chciał wiedzieć, jak się odpowiednio przygotować.

- Idea Sidewalk Astronomy, czyli astronomii chodnikowej, sięga XIX w. - opowiada. - Wtedy już osoby z teleskopami wychodziły na ulicę do przechodniów. Później ten pomysł rozwinął John Dobson, astronom

amator, który konstruował wraz ze swoimi uczniami teleskopy i spopularyzował astronomię amatorską.

W pewnym momencie Piotr założył też profile na Instagramie i Facebooku o nazwie @Gromada Kuliستا. To nawiązanie do występujących w kosmosie skupisk gwiazd o tej samej nazwie, będących jednym z typów obiektów głębokiego nieba. Na swoich portalach społecznościowych Piotr informuje obserwatorów o kolejnych wyjściach, wstawia fotorelacje i przedstawia różne ciekawostki. W przyszłości planuje cały czas organizować swoją akcję i rozszerzyć ją na inne miejscowości i tereny poza miastem.

Konrad Wojtczak

DZIEŃ REKINA W ORIENTARIUM

W piątek, 14 lipca, Orientarium Zoo Łódź świętuje Dzień Rekina. W ogrodzie zoologicznym przy ul. Konstantynowskiej mieszka aż cztery

gatunki tych zwierząt: żarłacz rafowy czarnopłetwy, żarłacz brunatny, rekiny brodaty i rekiny epoletowe. O zwyczajach i mitach narosłych wokół rekinów opowiedzą ich

opiekunowie oraz nurek dbający o akwarium. Będzie można zwiedzić zaplecze i obejrzyć pokazowe karmienie.

Harmonogram:
godz. 11:30–12:30 – spotkanie z nurkiem
godz. 12:30–14:30 – zwiedzanie zapleczy rekinów
godz. 14:30 – pokazowe karmienie rekinów

WEEKENDOWA POLÓWKA

W piątek, 14 lipca, w ramach sekcji „Art House” można obejrzeć film „Zdarzyło się” w MSK Polesie (ul. Krzemieniecka 2A). Sobotnie seanse to: melodramat „Droga do szczęścia” z Kate Winslet i Leonardo DiCaprio w Fuzji (ul. Milionowa 6A) oraz film z 1995 r. pt. „Przed wschodem słońca”, w którym wystąpili młodzi

Ethan Hawke i Julie Delpy (ul. Ogrodowa 8). Z kolei niedzielne zaproszenie TME Polówka skierowane jest do osób, lubiących polską kinematografię. W kinie na szkolnym boisku (ul. Napoleońska 7/17) zostanie wyświetlony film z Jackiem Bracikiem w roli głównej, czyli „Córka trenera”. Z kolei kino na Księżym

Młynie (ul. Przędzalnia 51) pokaże kultowy „Przypadek” Krzysztofa Kieślowskiego, w którym zobaczymy m.in. pościąg Bogusława Lindy – Witka Długosza – za odjeżdżającym z dworca Łódź Fabryczna pociągiem. Filmy rozpoczną się o godz. 21:00. Wstęp na festiwal TME Polówka jest wolny.



Piknik Fundacji Pomoc dla Weterana

Rozmowy z bohaterami powstania warszawskiego, ekspozycje pojazdów wojskowych, wystawy broni i umundurowania, stoiska jednostek wojskowych, służb mundurowych i grup rekonstrukcyjnych, a nawet koncert wojskowego rapera – to tylko namiastka

atrakcji, czekających na gości IV edycji Pikniku Fundacji Pomoc dla Weterana, który rozpocznie się w sobotę, 15 lipca, o godz. 10:00 w Manufakturze. Celem wydarzenia jest wsparcie opieką weteranów, żołnierzy i ich rodzin.

Program pikniku:



NOWA MUZYKA OSIEI

Malina Midera Quartet wystąpi na kameralnym koncercie w bałuckich Ciągotech i Tęsknotach (Wojska Polskiego 144A) w sobotę, 15 lipca. Utalentowana łodzianka wraz z zespołem zaproponuje tego wieczoru intensywne doznania dźwiękowe, oparte na połączeniu muzyki improwizowanej, jazzowej, filmowej i beatowej oraz łagodnych, bardzo subtelnych melodii. Malina Midera jest pianistką, kompozytorką i producentką, współtworzy zespół Klawo i prowadzi autorską audycję w Radiu Kapitał. Koncert rozpocznie się o godz. 19:30. Bilety kosztują 30 i 25 zł oraz 35 i 25 zł w dniu koncertu.



Włóknianki

Wojciech Bryndel
Wernisaż wystawy fotograficznej 16.07.2023 godz. 12:00
Manufaktura (wejście od ulicy Ogrodowej)

PORTRETY WŁÓKNIAREK

Na terenie Manufaktury w niedzielę, 16 lipca, pojawi się cykl portretów, przedstawiających kobiety, które przez lata pracowały w łódzkich zakładach włókienniczych. Autorem zdjęć włóknianek jest ceniony fotograf – Wojciech Bryndel. Z inicjatywą uhonorowa-

nia zasłużonych łodzianek w Roku Łódzkich Włóknianek wyszły Stowarzyszenie Ludzie Fabryki i Muzeum Fabryki. Uroczyste otwarcie wystawy rozpocznie się o godz. 12:00. Wkrótce też odbędą się wykłady na temat historii łódzkiego włókiennictwa.

Gościem sobotniej (15 ca) sceny na festiwalu gwriter będzie islandzki muzyk Teitur Magnússon. Fani reggae mogą



DŁOWA

SHOW W PODWÓRKU

Baśniowa Piotrkowska zaprasza rodziny na spektakularne przedstawienie pt. „Bill Bombadill”. To pełne humoru show z elementami kuglarstwa, pantomimy i akrobatyki można obejrzeć w niedzielę, 16 lipca, na podwórku przy ul. Piotrkowskiej 3. Warto postawić na punktualność i być przed rozpoczęciem widowiska o godz. 12:00, aby zająć najlepsze miejsca. Wstęp jest bezpłatny.



MUSICALOWE HITY GEYER MUSIC FACTORY

Na piątkowym (14 lipca) koncercie wystąpi Aga Brenzak & Zagan Acoustic - zespół wykonujący muzykę z pogranicza awangardy, jazzu i folku. W takich ciekawych muzycznych aranżacjach będzie można posłuchać naj-

wiekszych przebojów musicalowych ze znanych produkcji, takich jak: „Koty”, „Piękna i bestia”, „Cabaret” czy „West Side Story”. Festiwalowy koncert na dziedzińcu Centralnego Muzeum Włókiennictwa rozpocznie się o godz. 21:00. Bilety kosztują 30 zł.

LANDZKIE MY POD ZEGAREM

lip- pamiętać jako współtwórcę zespołu Ojba Rasta, ale jego solowe koncerty to wpadający w ucho gitarowy pop z psychode-

licznymi, muzycznymi niuansami. Koncert przy zbiegu ulic Piotrkowskiej i 6 Sierpnia rozpocznie się o godz. 20:00.



Operowe arie z altany



Niedzielnym (16 lipca), popołudniowym koncertem w parku Źródlińska I pt. „Operowe bel canto” to okazja do posłuchania pięknych arii operowych, które wykonają Maria Hubluk-Kaszuba i Paulina Glinka. Na fortepianie zagra Tomasz Kaszuba. Publiczność usłyszy m.in. arię Marguerite „Ah je ris” z opery „Faust”, arię Violetty „Addio, del passato” z opery „Traviata” czy arię Rozyny „Una voce poco fa” z opery „Cyrylik sewilski”. Nie zabraknie też „Prząśniczki” Stanisława Moniuszki. Bezpłatny koncert rozpocznie się o godz. 17:00.

ŁÓDŹ NA SPACERZE

W niedzielę, 16 lipca, odbędą się trzy spacerowe tematyczne, które zainteresują wszystkich doceniających połączenie rekreacji ze zdobywaniem wiedzy o historii miasta. O godz. 11:00 rozpocznie się bezpłatny spacer śladami kobiet prawosławnych w Łodzi, poświęcony nauczycielkom i artystkom (m.in. Katarzynie Kobro) oraz

ich działalności dobroczynnej. Wydarzenie organizuje Łódzki Szlak Kobiet. Zbiórka przed IV LO im. E. Szczanieckiej, ul. Pomorska 16. Z kolei Koło Przewodników im. Rajmunda Rembielińskiego z łódzkiego oddziału PTTK zaprasza na bezpłatny spacer po cmentarzu na Dołach, gdzie pochowani są słynni łodzianie. Zbiórka o godz. 11:00 na rogu ulic Smutnej

i Palki. Także w niedzielę, ale o godz. 12:15, wystartuje spacer z Centralnego Muzeum Włókiennictwa śladem dawnych, kulturowych łódzkich kawiarni. Nie zabraknie „słodkich” opowieści o „Egzotycznej”, „Horteksie”, „Łodziance”, „Europie” czy „Balatonie”. Bilety kosztują 8 i 6 zł, można je kupić w kasie muzeum.

EMa



CO ROBIĆ, GDY SPOTKAMY JE W MIEŚCIE?

SARNY, ŁOSIE, PUSTUŁKI

Ośrodek Rehabilitacji Dzikich Zwierząt w Łodzi donosi o dużej liczbie saren i łosi, które śmiało penetrują tereny miejskie i bywają uczestnikami wypadków drogowych lub innych groźnych zdarzeń. Odnotowano także sporą liczbę piskląt pustułek, które wypadają z gniazd lub lądują mieszkańcom na balkonach. Jak się zachować w takich sytuacjach?

- Gdy spotykamy ranne zwierzę, powinniśmy zabezpieczyć to miejsce i nie zbliżać się do niego. Należy zadbać o własne bezpieczeństwo i zadzwonić pod numer alarmowy 112. W innym przypadku wystarczy pozostać na swoim miejscu, aż osobnik

odejdzie. Nie próbujmy do niego podchodzić - radzi Kamil Polański z ORDZ w Łodzi.



Ośrodek zwraca też uwagę na sporą liczbę młodych pustułek, które wypadają z gniazd lub lądują na balkonach czy podwórkach. W tym pierwszym przypadku można samemu zanieść zwierzę do ORDZ, ale gdy ptak jest już nieco większy, nie powinniśmy samodzielnie interweniować. Pisklęta są pod opieką rodziców i powinniśmy dać im szansę na wsparcie potomstwa.

Na terenach całej aglomeracji łódzkiej często pojawiają się łosie. To duże zwierzęta, które mogą powodować wiele niebezpieczeństw na drogach.

Zderzenie s a m o - c h o d u z łosiem może mieć katastrofalne następstwa, zarówno dla zwierzęcia, jak i dla podróżujących pojazdem ludzi. Dużym zagrożeniem dla łosi są także m.in. zamknięte tereny w mieście (zwierzęta często ra-

nią się o ogrodzenia, czasem śmiertelnie), psy bez nadzoru właścicielskiego i odsłonięte studzienki na terenach pofabrycznych.

Rekonwalescenci

W ośrodku w Łągiwnicach przebywa obecnie m.in. troje kozłat sarny: jedno pogryzione przez psa (już po zabiegu i w dobrej kondycji) oraz dwoje osierconych po kolizji drogowej. Wszystkie są zakolczkowane, by po ich wypuszczeniu można było nadal je obserwować w środowisku naturalnym. Na wolność wrócą na przełomie października i listopada.

- Trafił do nas także sokół wędrowny, który najprawdopodobniej zderzył się z ofiarą. Teraz dochodzi do siebie w woliery i czeka na wypuszczenie. W Łodzi odnotowano do tej pory jedną parę tych zwierząt - dodaje Polański.

PS
FOT.LODZ.PL



Ośrodek Rehabilitacji
Dzikich Zwierząt w Łodzi



OGŁOSZENIA MIEJSKIE

**PREZYDENT MIASTA ŁODZI**

informuje, że w dniach od **14 lipca 2023 r.** do dnia **4 sierpnia 2023 r.** wywieszane będą na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ulicy Piotrkowskiej 104 oraz zamieszczone na stronach internetowych Urzędu Miasta Łodzi (www.uml.lodz.pl) wykazy nieruchomości:

Przeznaczonych do sprzedaży w drodze przetargu, położonych w Łodzi przy ulicy:

1. Zamorskiej 19, działka nr 533, obręb G-9, KW LD1M/00344462/3, pow. 521 m²;
2. Starościńskiej 17, działka nr 117/8, obręb G-27, KW LD1M/00033295/8, pow. 1 064 m²;
3. gen. Jarosława Dąbrowskiego bez numeru, Lodowej 91 oraz Lodowej bez numeru, działki nr: 124/4, 199/55, 199/54, 199/53, 200/7, 125/15, 125/16 i 125/20, obręb G-7, KW: LD1M/00008321/6, LD1M/00009163/7 i LD1M/00148135/8, pow.: 924 m², 4 968 m² i 2 975 m² (pow. łączna - 8 867 m²);
4. gen. Jarosława Dąbrowskiego 206 i gen. Jarosława Dąbrowskiego bez numeru, ulica bez nazwy, działki nr: 201/1, 122/3, 202/5, 217/140, 217/142 i 217/188, obręb G-7, KW: LD1M/00046607/3, LD1M/00094896/6, LD1M/00084027/1 i LD1M/00008132/4, pow.: 738 m², 376 m², 1 119 m² i 3 752 m² (pow. łączna - 5 985 m²);
5. Kruczej 22, działka nr 165, obręb G-3, KW LD1M/00294240/5, pow. 1 551 m².

W których udział Miasta Łodzi przeznaczony jest do sprzedaży:

- 1) Bolesława Limanowskiego 155, działka nr 122/2, ob. B-29, KW LD1M/00339962/0, pow. 659 m²,
- 2) Tuszyńska 24, działka nr 406, obręb G-12, KW LD1M/00135115/8, pow. 437 m².

Osoby, którym przysługuje pierwszeństwo w nabyciu 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 niniejszego wykazu. Wniosek należy złożyć w Łódzkim Centrum Kontakt z Mieszkańcami, ul. Piotrkowska 110 (wejście od strony Pasażu

Zamiast oceniać WSPIERAMY PASJE

Łódź świętuje swoje 600-lecie, nagradzając medalami zasłużonych dla rozwoju i promocji miasta mieszkańców. Prezentujemy sylwetki laureatek i laureatów. Jedną z nich jest Joanna Matczak, dyrektorka Przedszkola Miejskiego nr 106 w Łodzi, która swoje zawodowe życie poświęciła nowoczesnej i kreatywnej edukacji najmłodszych.

Otrzymała Pani medal za wprowadzenie nowych metod nauczania. Jak to konkretnie wygląda w Pani przedszkolu? Stosujemy u nas metodę edukacyjną Marii Montessori, którą z zespołem wprowadziliśmy w 1996 r. Stawiamy na indywidualny rozwój dzieci i ich samodzielność w myśleniu i działaniu. Zaczęliśmy od jednej grupy jeszcze w latach 90. i okazało się, że to strzał w dziesiątkę, zarówno dla dzieci, jak i ich rodziców. Obecnie metodę stosujemy w całym przedszkolu.

Jak to wygląda w praktyce?

W każdej grupie są dzieci mieszane wiekowo, od 3. do 6. roku życia. Czasem rodzice na początku mają obawy, ale szybko okazuje się, jak dobrze takie rozwiązanie funkcjonuje. To grupa trochę na wzór rodzinnej: starsze dzieci dbają o młodsze, młodsze uczą się od starszych. Rodzeństwa też nigdy nie są rozdzielane. Nauczyciele prowadzą grupy od samego początku do końca edukacji. Każda grupa ma swoją stałą salę, która jest urządzona tak, żeby dzie-

ci miały swobodny dostęp do wszystkich materiałów rozwojowych. Dzieci, jeśli chcą, w każdej chwili mogą po te materiały sięgnąć. Nauczycielki pełnią rolę wspierających, są wnikliwymi obserwatorkami i dostosowują propozycje do możliwości rozwojowych dzieci.

I oceniają?

Nie, nie stosujemy ocen. Każdy materiał, po który sięga dziecko, ma wpisaną kontrolę błędów, więc dzieci mogą same zwerifikować, czy wykonały zadanie poprawnie, czy nie. Nauczyciel może ewentualnie wesprzeć, coś podpowiedzieć, jeśli dziecko o to poprosi. Dostosowujemy się do indywidualnego rozwoju dzieci i do ich pasji. Gdy któreś z nich zaczyna się czymś interesować, wokół tego projektujemy zajęcia. Mamy teraz np. chłopca, którego fascynują ślimaki, codziennie je obserwuje. Pozostałe dzieci w grupie szybko przejęły

to zainteresowanie i większość o ślimakach ma już obszerną wiedzę. Podobnie jest w przypadku innych pasji – do dinozaurów, kosmosu itd. Staramy się też w te „zajawki” angażować rodziców, którzy chętnie nas wspierają.

Ale rodzice już pewnie oceniają? Jakie to są oceny?

Bardzo pozytywne. Rzadko się zdarza, żeby ktoś był z naszej pracy niezadowolony. Rodzicom zależy na tym, żeby dziecko dobrze się rozwijało, miało potem dobre wyniki w nauce, a nie ma lepszego sposobu na zaszczepienie pasji do nauki niż zainteresowanie nią już w najmłodszym



Joanna Matczak



wieku. Zresztą rodzic może w każdej chwili wejść do naszego przedszkola, porozmawiać z nauczycielkami, obejrzeć efekty codziennej pracy dziecka. Śledzić postępy dosłownie na bieżąco.

Czym jest dla Pani medal przyznany z okazji 600-lecia Łodzi?

Po pierwsze – zaskoczeniem! Ale jest też wydarzeniem, które zainspi-

rowało mnie do przemyśleń. Nie analizuję swojej pracy pod kątem zasług, ale miałam taką refleksję, jak dużo czasu już minęło. Dzięki zespołowi – cudownym, pełnym pasji ludziom, z którymi pracowałam i pracuję, wiem, że jest to moje miejsce. Jestem w tym przedszkolu prawie 30 lat, z czego od 13 lat jako dyrektor, więc to długa droga, ale nigdy nie chciałam jej zmienić. Jest to dla mnie najlepszy życiowy wybór.

PS

SUDOKU ŁATWE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

SUDOKU ŚREDNIE

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

Sudoku przygotowała redakcja najpopularniejszej w Polsce serii Krzyżówek z Koroną



OGŁOSZENIA MIEJSKIE



PREZYDENT MIASTA ŁODZI

informuje, że w dniach **od 14 lipca 2023 r. do dnia 4 sierpnia 2023 r.** na tablicy ogłoszeń w siedzibie Urzędu Miasta Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 wywieszane będą wykazy nieruchomości położonych w Łodzi przy:

- **ul. płk. Jana Kilińskiego bez numeru** (działka nr 64/48 w obrębie G-14) o powierzchni 1 334 m²,
- **ul. Zbaraskiej 19** w obrębie G-6 (działka nr 37/36) o powierzchni 26 m², (działka nr 37/28) o powierzchni 157 m², (część działki nr 37/12) o powierzchni 1919 m², (działka nr 37/14) o powierzchni 692 m², (działka nr 37/31) o powierzchni 88 m², (działka nr 37/41) o powierzchni 8 m², (część działki nr 37/10) o powierzchni 346 m², (działka nr 37/13) o powierzchni 204 m², (działka nr 37/30) o powierzchni 536 m²,
- **ul. Antoniego Wiwulskiego bez numeru** (część działki nr 4/35 w obrębie G-11) o powierzchni 25 m²,
- **ul. Szumnej 6** (działka nr 502 w obrębie G-30) o powierzchni 645 m²,
- **ul. Strażniczej 26** (działka nr 429 w obrębie G-30) o powierzchni 642 m²,
- **ul. Kazimierza Chłędowskiego 2B** w obrębie G-17 (część działki nr 201/80) o powierzchni 36 m², (część działki nr 201/79) o powierzchni 14 m²,
- **ul. Ludwika Waryńskiego 3** (część działki nr 375 w obrębie P-7) o powierzchni 20 m²,
- **ul. Alojzego Felińskiego 9A** w obrębie G-17 (część działki nr 212/109) o powierzchni 6,80 m², (część działki nr 212/108) o powierzchni 21 m², (część działki nr 209/37) o powierzchni 3 m²,
- **ul. Augusta Cieszkowskiego bez numeru, Przyszkoła bez numeru i Stanisława Brzozowskiego bez numeru** (część działki nr 21/25 w obrębie G-10) o powierzchni 39 m²,
- **ul. Świętego Wojciecha bez numeru** (działka nr 501/37 w obrębie G-29) o powierzchni 509 m²,
- **ul. gen. Jarosława Dąbrowskiego 69A** (część działki nr 8/18 w obrębie G-17) o powierzchni 30 m²,
- **ul. Mazurskiej 49-55** w obrębie G-16 (część działki nr 164/24) o powierzchni 231,12 m², (część działki nr 164/28) o powierzchni 1 116,10 m²,
- **ul. Nowy Józefów 74** (działka nr 79 w obrębie P-38) o powierzchni 3 538 m²,
- **ul. Nowy Józefów bez numeru** (działka nr 25/2 w obrębie P-38) o powierzchni 3 272 m²,
- **ul. Marcina Kasprzaka bez numeru** (część działki nr 129/45 w obrębie P-7) o powierzchni 33,5 m², (część działki nr 129/44 w obrębie P-7) o powierzchni 16 m²,
- **ul. Piotra Bardowskiego bez numeru** (część działki nr 189/10 w obrębie P-7) o powierzchni 35 m²,
- **ul. Stefana Żeromskiego bez numeru** (część działki nr 399/1 w obrębie P-9) o powierzchni 446 m²,

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

- **ul. Lipowej 32** (część działki nr 60/2 w obrębie P-19) o powierzchni 19 m²,

przeznaczonych do udostępnienia pod lokalizację infrastruktury przesyłowej na okres do 3 lat.

POWROT DO GRY



Przed 12. kolejną żużlową pierwszą ligi sytuacja Orła Łódź nie należała do najweselejszych. Mecz z PSŻ-em Poznań był grą o życie. Łódzki zespół wyszedł z niej obronną ręką, a skuteczna końcówka rundy zasadniczej może dać awans do baraży.

Mecz z beniaminkiem z Poznania był dla Orła arcyważny. W przypadku porażki niemal pewny był spadek do drugiej ligi, czyli na peryferie poważnych zawodów żużlowych. Po niesamowicie emocjonujących zawodach zespół Marka Cieślaka wygrał. Dodatkowo za zdobycie większej liczby punktów w dwumeczu łodzianie zgarnęli bonus. Jeżeli uda się podtrzymać tę passę, wciąż są szanse, żeby zobaczyć baraże o Ekstraligę na Moto Arenie.

Jednak żeby to się stało, trzeba postawić dwa kroki. Jeden z nich do wykonania będzie już w niedzielę (16 lipca) w meczu z Ostrovią Ostrow Wielkopolski. Pierwszy mecz obu ekip został przerwany ze względu na zły stan toru, ale przejechało regulaminowe osiem biegów, a w nich więcej punktów zgromadził Orzeł.

Jedno jest pewne – żeby marzyć o zgarnięciu pełnej puli, Timo Lathi, Mateusz Dul i Niels-Kristian Iversen muszą pojechać tak, jak w starciu z PSŻ-em, a reszta drużyny musi próbować doskoczyć do ich poziomu. Czy się uda? Przekonamy się już w niedzielę (16 lipca) o godz. 18:30 na Moto Arenie.

PB
FOT. MAT. PRAS.

REKORDY W CNBA

Letnie rozgrywki CNBA nabrały niesamowitego tempa. W jednym meczu padły dwa historyczne rekordy. Samo Gęste pokonało Lucky Winners 138:97, a Bartosz Wróblewski rzucił w tym spotkaniu aż 65 punktów!

Samo Gęste to zespół złożony z graczy występujących w rozgrywkach Polskiego Związku Koszykówki. Okres letni i udział w lidze CNBA jest idealną okazją, aby się trochę poruszać w wakacje. Przy okazji zawodnicy grają niezwykle efektywnie i skutecznie. Po

raz kolejny przekroczyli barierę 100 punktów, notując drugą wygraną w edycji. Bartosz Wróbel, występujący w zeszłym sezonie w Łódzkim Klubie Sportowym, trafił aż 13 z 20 rzutów z dystansu, notując łącznie aż 65 punktów. Już we wtorek Samo Gęste zagra mecz, decydujący o tym, czy zespół zagra w półfinale. Wspomniani Lucky Winners po wtorkowej przegranej szybko się zrehabilitowali – dwa dni później pokonali Nie Łódźmy Się 52:41 i tym samym zajmą prawdopodobnie trzecie

miejsce w grupie. Najlepszym graczem meczu był Filip Śnieżyński, autor 13 punktów i 12 zbiórek. Po przeciwnej stronie parkietu wyróżnił się Radosław Suwalski, autor 15 „oczek”. Underdogs, wygrywając z Rozjuszonymi Leniwcami, zagwarantowali

so - b i e pierwsze miejsce w grupie i już szykują się do półfinału. Czy temu zespołowi uda się sprawić niespodziankę i awansować do finału Ligi



Letniej? Dowiemy się już za półtora tygodnia. Do końca o półfinał będą walczyć wspomniane Leniwce. We wtorkowym pojedynku muszą pokonać OVOO, które ma taki sam cel na ten mecz. W przypadku wygranej podopiecznych Macieja Żaka trzy drużyny będą mieć taki sam bilans i o klasyfikacji w grupie zadecyduje mała tabela. Jeśli

O V O O
w y g r a ,
wówczas bezpośrednio zajmie drugie miejsce i awansuje do półfinału.

Ziomale Ponad Lale, czyli debiutanci w rozgrywkach pod szyldem CNBA, za niecałe dwa tygodnie zagrają swój ostatni mecz przeciwko Nie Łódźmy Się. Jest szansa, że dzięki rozgrywkom na świeżym powietrzu nowi gracze dołączą do 49. edycji, zrzeszającej ponad 50 zespołów.

PB
FOT. MAT. PRAS.

OGŁOSZENIA MIEJSKIE



WYCIĄG Z OGŁOSZENIA PREZYDENTA MIASTA ŁODZI

o ustnym przetargu ograniczonym (do właścicieli nieruchomości przyległych) na sprzedaż nieruchomości, stanowiącej własność Miasta Łodzi, położonej w Łodzi przy ul. Zachodniej bez numeru, obr. S-1, dz. nr 91/6 i 64/34, pow. 121 m², KW: LD1M/00119507/5 i LD1M/00007972/7.

W przetargu mogą brać udział jedynie właściciele nieruchomości przyległych do działek nr 91/6 i 64/34 w obrębie S-1.

Cena wywoławcza nieruchomości wynosi 180 000 zł (słownie: sto osiemdziesiąt tysięcy złotych) netto.

Wadium wynosi 18 000 zł (słownie: osiemnaście tysięcy złotych).

Cenę nabycia nieruchomości stanowi cena netto osiągnięta w przetargu powiększona o podatek od towarów i usług (obecnie wg stawki 23%).

Przetarg odbędzie się w dniu 15 września 2023 r. w UMŁ, Łódź, ul. Piotrkowska 104, sala nr 107b o godzinie 10⁰⁰.

OGŁOSZENIE PREZYDENTA MIASTA ŁODZI O PRZETARGU zawierające szczegółowe informacje dotyczące przetargu wywieszane jest na tablicy ogłoszeń w siedzibie Wydziału Zbywania i Nabywania Nieruchomości w Departamencie Gospodarowania Majątkiem UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104 (IV p.). Ogłoszenie publikowane jest również na stronie internetowej pod adresami: <https://uml.lodz.pl/dla-biznesu/nieruchomosci-na-sprzedaz/sprzedaz-nieruchomosci/>, <https://nieruchomosci.uml.lodz.pl> oraz w Biuletynie Informacji Publicznej pod adresem <https://bip.uml.lodz.pl/urząd-miasta/przetargi/sprzedaz-nieruchomosci/>. Szczegółowe informacje dotyczące przetargu dostępne są również w Wydziale Zbywania i Nabywania Nieruchomości w Departamencie Gospodarowania Majątkiem UMŁ, w Łodzi przy ul. Piotrkowskiej 104, (IV p., pok. 457a lub 457) oraz pod numerami telefonów: (42) 638-43-31, 638-54-73, 638-44-14, 638-47-81.



KAZIMIERZ MOSKAL:

NIE BOJĘ SIĘ POWTÓRKI

Czy Kazimierz Moskal boi się powtórki z poprzedniego awansu do Ekstraklasy? Jaki jest plan na załatwienie luki w środku pola? Czy Nelson Balongo zostanie skrzydłowym? Między innymi na te pytania odpowiedział trener ŁKS-u.

**Piotr Baleja: Czy w preze-
ntacji udało się wykonać
całą zaplanowaną pracę,
czy jest coś jeszcze do do-
ciągnięcia?**

Kazimierz Moskal: Za-
wsze jest coś do poprawy.
Niestety tego czasu na let-
nie przygotowania nie ma
wiele i staramy się wyko-
rzystywać go jak najlepiej.
Cały czas doskonalimy
pewne rzeczy i to przy-
niesie efekty.

**Po sparingach wydaje się,
że rewolucji taktycznej
nie było. Czy na pierwszy
meczu trener szuka jakieś
niespodzianki?**

Chcemy być tak przygo-
towani, żeby żaden przeci-
wnik nas nie zaskoczył.
Oczywiście mamy swój
pomysł na grę. Czy będą
niespodzianki? Tak jak
wspominałem, wszystko
zależy od gry przeciwnika.
Nie można liczyć na to, że
mamy coś fantastycznego,
co zawsze wypali. Zosta-
łyby to szybko rozpracowa-
wane. Teraz każdy ma
dostęp do meczów, analiza
przeciwnika jest bardzo
rozbudowana. Niektórzy

posuwają się nawet do ob-
serwacji treningów rywali.
My będziemy przygotowy-
wać się do każdego meczu
indywidualnie i wtedy szy-
kować różne warianty.

**Jaki jest plan na to, żeby po-
przedni sezon ŁKS-u w Eks-
traklasie się nie powtórzył?**

Plan jest prosty – dawać
z siebie wszystko na bo-
isku. Każdy punkt będzie na
wagę złota. To jest piłka noż-
na, sport nieprzewidywalny.
Drużyny, wychodząc na bo-
isko, mają ten sam cel – wy-
grać. Nie da się zaplanować
sezonu co do meczu. Nie
możemy wyjść z nastawie-
niem, że w Warszawie nie
możemy liczyć na punkty,
ale w Chorzowie już po-
walczyliśmy. Trzeba zawsze
grać na maksa.

**Jak do zespołu wszedł
Dani Ramirez? Miał sporą
przerwę od regularnej gry.**

Nie od dzisiaj wiadomo,
że piłkarsko Dani ma duży
potencjał. Jeżeli chodzi
o stronę fizyczną, wydol-
nościową, jest naprawdę
nieźle. Bardziej martwi się
o rytm meczowy. Ta długa
przerwa od regularnej
gry może mieć wpływ
na czucie gry, zrozu-
mienie z partnerami na
boisku. Po czasie, który
u nas spędził, o stronę
piłkarską jestem spo-
kojny, a formą fizyczną
jestem mile zaskoczony.

**W środku pola wciąż jest
luka. Jaki jest plan na jej
załatwienie?**

Nie ukrywam, że szukamy
środkowego pomocnika.
Czekam, jak rozwinie się
sprawa z Michałem Mo-
krzyckim. Mieliśmy też
problem, bo Mateusz Ko-
walczyk dopiero wrócił
z mistrzostw Europy. W tej
formacji musimy wykonać
najwięcej pracy.

**Dużo się mówi o odejściu
Kowalczyka, rozważacie
opcję, że stanie się to już
teraz?**

Jako trener zawsze mu-
szę rozważać taką opcję.
W każdej chwili mogą się
pojawiać pieniądze, któ-
re będą satysfakcjonujące
dla klubu i zawodnika,
a w ostatnim czasie wokół
Mateusza zrobiło się sporo
szumu. Nie może to dziwić,
bo jest utalentowanym gra-
czem. Dużo zależy też od
podejścia samego zawod-
nika, tego, jak on zapatruje
się na swój rozwój.

**Rozmawialiście o jego
sytuacji?**

Taka rozmowa była, ale
wolę, żeby jej treść została
między nami.

**Jaki jest plan na młodzie-
żowców?**

Mamy Olka Bobka i Mate-
usza Kowalczyka, mamy
Ricardo Goncalvesa, Jan-
ka Łabędzkiego, Grześka

Klapkę, Marcela Wszółka
czy Kelechukwu. Z tej gru-
py będziemy selekcjono-
wać zawodników. Oczy-
wiście muszą zapracować
na grę. Bobek i Kowalczyk
w pierwszej lidze nie grali,
dlatego że są młodzieżow-
cami, ale byli ważnymi ele-
mentami układanki.

**Nowym pomysłem na
Nelsona Balongo jest gra
na skrzydle?**

Szukamy pomysłu na tego
zawodnika. Testujemy go
na różnych pozycjach.

**Jakie przewidywania
na nowy sezon? Trudna
walka czy wszystko pójdzie
gładko?**

Oczywiście pierwszym
celem beniaminka jest to,
żeby jak najszybciej zapew-
nić sobie utrzymanie. Ja już
wielokrotnie powtarzałem,
że obecny zespół jest moc-
niejszy niż ten, z którym
awansowałem poprzed-
nim razem. Nie wiemy,
jak zmieniła się Ekstra-
klasa, jak będzie się grało
z obecnymi zawodnikami.
Jestem jednak przekonany,
że zarówno zawodnicy,
jak i my w sztabie
zrobimy wszystko, żeby
zdobyć jak najwięcej
punktów. Nie boję się po-
wtórki z tamtego awansu.

**ROZMAWIAŁ:
Piotr Baleja**

ŁÓDZKA POGODYNKA

PIĄTEK

26°C

Imieniny obchodzą:
Kamil, Kosma,
Wincenty, Damian,
Franciszek, Urlyk

14.07



SOBOTA

32°C

Imieniny obchodzą:
Brunon, Dawid,
Włodzimierz, Anna,
Daniel, Olimpia

15.07



NIEDZIELA

33°C

Imieniny obchodzą:
Alan, Benedykt,
Andrzej, Dzierżystaw,
Eustachy, Faust

16.07



Rodzinne miasto

Swoją główną siedzibą w pałacu przy ul. Ogrodowej, nazywaną „łódzkim Luwrem”, Izrael Poznański długo się nie nacieszył, bo zmarł w 1900 r., a obiekt ostateczny kształt uzyskał dopiero kilka lat później. Aby wycieńczonego długą chorobą potentata nie drażnić hałasem przejeżdżających wozów, ul. Ogrodową wyłożono słomą. W swoim niewykończonym pałacu fabrykant zmarł 28 kwietnia w wieku 67 lat. W kolejnych dniach łódzką prasę zasypały nekrologi, informujące

TWÓRCY ŁÓDZI PRZEMYSŁOWEJ



Portret Izraela Poznańskiego (1891, Stanisław Heyman, MMŁ)

o tym fakcie, oraz krótkie artykuły przybliżające dotychczasową działalność fabrykanta.

Dwa dni później na nowym cmentarzu żydowskim przy ul. Brackiej odbył się pogrzeb jednego z największych przemysłowców w dziejach Łodzi, a w branży włókienniczej – również w skali ówczesnej Europy. Izrael Poznański zostawił po sobie ogromną fortunę oraz dobrze prosperujące przedsiębiorstwo, nad którym zarząd przejęła rodzina Poznańskich.



POŻEGNANIE

agr

KRYMINAŁKI

ZNAD ŁÓDKI

Z SIEKIERĄ W GŁOWIE

16 kwietnia 1929 r. na Szlezyngu doszło do przerażającej zbrodni. Lokatorów kamieniczki przy ul. Nieszawskiej zaalarmowały głośne jęki, dochodzące z mieszkania 38-letniego Franciszka Kalinowskiego i jego 33-letniej żony Mariany. Słychać było rozpaczliwe wołanie o pomoc, więc sąsiedzi wyważyli drzwi, a po wejściu ujrzeli leżącego na podłodze Franka z roztrzaskaną głową. Nad jego zwłokami stała skamieniała Marianna, trzymając w ręku zakrwawioną siekiere.

Wezwany na miejsce lekarz pogotowia stwierdził zgon na skutek całkowitego zmiażdżenia czaszki.

W śledztwie ustalono, że Marianna działała w bardzo silnym afekcie oraz w stanie częściowej niepoczytalności. Jak się okazało, była ofiarą wieloletniej przemocy psychicznej i fizycznej

ze strony męża, który często pił, a od dłuższego czasu też bił i zdradzał partnerkę, a jego nałóg – mimo dobrej posady majstra w fabryce Steigerta – prowadził do pogłębiającej się w domu nędzy. W dobowej kompanii harcował po knajpach, przepijał wypłaty, a potem zwykle maltretował kobietę, bijąc ją regularnie i wymuszając posłuszeństwo.

Feralnego dnia Franciszek wrócił do domu pijany i z wściekłością skoczył do żony, okładając ją pięściami. Doprowadzona do ostateczności Marianna, broniąc swojego życia, w desperacji sięgnęła po siekiere i z całej siły wymierzyła oprawcy cztery ciosy w głowę.

Do wszystkiego przystąpiła przed sądem, który po uwzględnieniu okoliczności łagodzących skazał ją za zabójstwo męża na 8 lat więzienia.

agr

TRAMWAJEM ZA MIASTO

KARTKA Z KALENDARZA



Otwarcie linii tramwajowej Ruda Pabianicka – Rzgów – Tuszyn, 18 kwietnia 1916 r.

14 lipca 1908 r. Towarzystwo Łódzkich Wąskotorowych Elektrycznych Kolei Dojazdowych (ŁWEKD) otrzymało nową koncesję (na 48 lat) na eksploatację istniejących już podmiejskich linii tramwajowych do Zgie-

rza i Pabianic, które ruszyły w 1901 r., oraz uruchamianie nowych połączeń. Wcześniej tę dochodową działalnością kierowało konsorcjum, złożone z czołowych łódzkich fabrykantów pod przewodnictwem Juliusza Kunitze-

ra, ale wśród akcjonariuszy ŁWEKD dominującą pozycję zdobyła rodzina Scheible-
rów, która posiadała prawie 40% aktywów spółki. Trzecia oddana do użytku linia połączyła Łódź z Aleksandrowem w 1910 r.

Następne uruchamiane linie prowadziły do Rudy Pabianickiej (1910 r.), Konstantino-
wa (1911 r.), Tuszyna (1916 r.), Rzgowa (1916 r.) z przedłużeniem do Kruszowa (1917 r.). W latach 20. XX w. powstała trasa do Ozorkowa (1922 r.) i Lutomińska (lata 1929–1931). Na tych ostatnich przez jakiś czas nie było jeszcze trakcji elektrycznej, więc jeździły tramwaje parowe. Tempo budowy kolejnych linii ŁWEKD – jak widać – było zawrotne, a planowano jeszcze połączyć Łódź taką komunikacją z Brzezunami, Koluśzkami, Łaskiem, a nawet Zduńską Wolą i Piotrkowem Trybunalskim!

Część z tych dawnych linii podmiejskich zlikwidowano, ale niektóre są wznawiane i nadal działają.

agr

ŁÓDZIANIZMY

LAUFER i LOFER

„Laufer” to niemieckie słowo określające gońca, znanego także w dawnej Łodzi oznaczającego również podłużną serwetę na stół lub kredens, czyli bieźnik. W wersji

mini były także zazwyczaj koronkowe lauferki, które zdobiły blaty i stoliczki. Inne, podobne słowo – „läufer” – oznacza w niemieckim biegacza, ale w wersji polszczonej występuje w formie „lofer”, jak określano kogoś, kto lubił się włóczyć, stale był w ruchu, biegał bez potrzeby albo łąził, nie wiadomo gdzie. Bardziej swojsko brzmiąca i pochodząca z gwary ludowej charakterystyka tego typu przypadłości to po łódzku „ciekus” i „ciekanie po mieście”.

agr



Kamienica rodziny Łubieńskich przy ul. Próchnika 9, wzniesiona pod koniec XIX w., z pięknymi balustradami balkonowymi

GALERIA
ŁÓDZKICH
KAMIENIC
I DETALI

ŁÓDŹ.pl

DLA SENIORA | DLA RODZIN | DLA KOCHAJĄCYCH ŁÓDŹ

Kolejne wydanie w poniedziałek

17 lipca