



**NOWY BLOK  
KOMUNALNY, s. 3**

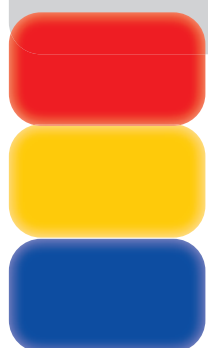


**ENERGOOSZCZĘDNE  
OŚWIETLENIE, s. 4**



**MIESZKAŃCY: CO Z TYM  
LASEM?, s. 7**

BIULETYN INFORMACYJNY URZĘDU MIEJSKIEGO W ALEKSANDROWIE ŁÓDZKIM



# 40 i Cztery

*Piszemy o Was i dla Was*



7 marca 2025 r. Nr 5 (710) ISSN 1642-6711. Nakład: 15 000 egz. ROK XXXIV. Gazeta bezpłatna.

## Walczymy o przejście dla pieszych

Nastolatka wracała ze szkoły. Niedaleko domu potrącił ją samochód. Dramatyczna walka o życie dziecka toczyła się w Instytucie Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi, gdzie Milenę przetransportowało Lotnicze Pogotowie Ratunkowe. Choć jej stan wtedy był krytyczny, dziś na szczęście cała lokalna społeczność łączy siły, by Milena jak najszybciej wróciła do zdrowia. *Więcej na str. 5.*





**Bajka o Wilku,  
Jastrzębiu i Żubrze**

Dawno, dawno temu, w wielkim lesie żyły różne zwierzęta. Wśród nich był potężny Wilk, dumny Jastrząb i silny Żubr. Każdy z nich miał swoje miejsce w lesie, ale pewnego dnia Wilk postanowił, że chce mieć więcej ziemi dla siebie.

Żubr mieszkał na wielkiej łące, gdzie spokojnie pasł się razem z innymi zwierzętami. Był pracowity i nie wadził nikomu. Jednak Wilk od dawna patrzył chciwie na jego ziemię. Pewnego dnia, pod osłoną nocy, Wilk wpadł na łękę i zaczął zagarniać coraz więcej przestrzeni. Żubr próbował się bronić, ale Wilk był szybki i przebiegły.

Gdy tylko wieść o napaści rozeszła się po lesie, przyfrunął Jastrząb. Był on dalekim, ale silnym sojusznikiem Żubra. W przeciwieństwie do Wilka, Jastrząb nie chciał zagarniać ziemi, ale też nie chciał, by Wilk rządził całym lasem. Przynosił Żubrowi ostre szpony i mocne pióra, które miały mu pomóc w walce. Żubr, choć silny, nie miał tyle sprytu co Wilk i musiał polegać na pomocy Jastrzębia oraz innych mieszkańców lasu.

Wilk jednak nie zamierzał się cofnąć. Choć nie zdobył całej łąki, to nadal gryzł i szarpał, próbując osłabić Żubra. Im dłużej trwała walka, tym bardziej inne zwierzęta w lesie martwiły się, że konflikt zniszczy całą łękę i leśne ścieżki, którymi wszyscy chodzili.

Po wielu miesiącach zmagania, Jastrząb postanowił dogadać się z Wilkiem i pod pretekstem zakończenia waśni, spotkał się z nim na neutralnym terenie. Nikt jednak na te rozmowy nie zaprosił Żubra. Po tym spotkaniu okazało się, że Jastrząb tak naprawdę już nie chce pomagać Żubrowi. Zażądał sowitej zapłaty i tego, by Żubr pogodził się z Wilkiem. Wszystkie zwierzęta w lesie zastanawiały się, dlaczego Jastrząb tak nagle zmienił zdanie... i stanął po stronie Wilka. Przestraszyły się, że Wilk w końcu pokona i pożre Żubra, a wtedy — rozochocony — będzie chciał coraz większego kawałka lasu.

Zwierzęta próbowały znaleźć rozwiązanie: „Musimy znaleźć sposób, by Wilk przestał gryźć, Żubr mógł żyć bez strachu, bo na Jastrzębia nie możemy już dłużej liczyć. Trzeba będzie bronić się samemu”. Niektóre zwierzęta mówiły, że trzeba postawić Wilkowi silne bariery, by nie mógł już atakować. Inne sugerowały, że może w lesie powinny powstać nowe zasady, które zabronią Wilkowi takiej napaści. Byli też tacy, którzy chcieli, by Wilk sam się zmienił, ale wiedzieli, że to trudne.

W lesie zapanował niepokój i smutek, ale zwierzęta nie poddawały się. Wiedziały bowiem, że tylko wtedy, gdy będą trzymały się razem, Wilk nie zrobi im krzywdy. Najmądrzejsze z nich udały się na naradę i postanowiły, że będą pomagać Żubrowi w walce z Wilkiem z całych sił. Nie wymyśliły tylko, co zrobić z nieroztropnym Jastrzębiem...

Może odpowiedź przyniesie wiatr, który wciąż niósł po lesie echa walki i nadziei na pokój...

„40 i Cztery” Dwutygodnik Aleksandrowa Łódzkiego. Ukazuje się od 1991 r. Wydawca: Urząd Miejski w Aleksandrowie Łódzkim. Naczelnik Wydziału Informacji i Mediów Agata Kowalska — tel. 42 2700342, 661 688 200, agata.kowalska@aleksandrow-lodzki.pl. Redakcja: Krystyna Buda-Sowa, Emilia Olezak, Ewelina Madejska, Anna Zalewska (foto) — tel. 42 2700343, e-mail: redakcja@aleksandrow-lodzki.pl. Adres redakcji: 95-070 Aleksandrów Łódzki, pl. Kościuszki 4. Druk: Agora SA. Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania, adiacji tekstów i zmiany tytułów. Nie ponosimy odpowiedzialności za treść nadesłanych komunikatów i ogłoszeń. Zastrzegamy sobie prawo do zmiany terminu edycji ogłoszeń. Nie zwracamy niezamówionych tekstów i ich nie publikujemy.

# Medal za recykling

■ MICHAŁ KIŃSKI

Aleksandrów Łódzki 26 lutego został doceniony i wyróżniony medalem za działania proekologiczne w ramach Polskiej Stolicy Recyklingu. W imieniu miasta nagrodę odebrała Anna Kowalczyk, Kierownik Referatu Gospodarki Odpadami.

Wielkie gratulacje należą się całej społeczności „Czwórki”, ponieważ to właśnie Szkoła Podstawowa nr 4 zdobyła jedną z pięciu nagród przyznawanych w Polsce z EKOzwrotów w wysokości 10 000 zł. Statuetkę odebrała dyrektor placówki — Renata Papis.

Polska Stolica Recyklingu jest realizowana z projektem Elektryczne Śmieci i EKOzwroty. Główną ideą Programu jest edukacja ekologiczna społeczeństwa na temat prawidłowego postępowania ze zużytym sprzętem elektrycznym i elektronicznym oraz funkcjonowania gospodarki obiegu zamkniętego. Program skierowany jest do miast i instytucji. W tym roku wzięło w nim udział 178 podmiotów.

Zadaniem miasta było zachęcenie mieszkańców do zbiórki elektrycznych śmieci. Warto zaznaczyć, że w Aleksandrowie Łódzkim można znaleźć czerwone pojemniki na małogabarytowy zużyty sprzęt elektryczny i elektroniczny, oprócz tego mieszkańcy

mogą korzystać z darmowego odbioru dużych elektroodpadów z posesji i firm.

W projekcie wzięły udział trzy placówki z Aleksandrowa Łódzkiego — Przedszkole Niepubliczne „Bajkowe Ogrody”, Miejskie Przedszkole nr 3 oraz Szkoła Podstawowa nr 4, które zbierały punkty w oparciu o usługę EKOzwroty, realizowaną wspólnie z Fundacją Odzyskaj Środowisko



oraz InPost. Za pomocą EKOzwrotów uczniowie, nauczyciele i społeczność Aleksandrowa Łódzkiego wysyłali niepotrzebne, ale wciąż zdadne do użycia, książki, obuwie, zabawki, elektronikę i tekstylia.



**Jak i gdzie przekazać sprzęt elektryczny? Mieszkańcy mogą nieodpłatnie przekazać drobny zużyty sprzęt do wyznaczonych miejsc na terenie miasta gdzie ustawione są specjalistyczne, oznakowane pojemniki. Miejsca ustawienia pojemników:**

Miejskie Punkty Elektroodpadów	Czerwone pojemniki	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• przy Szkole Podstawowej nr 4 przy al. Wyzwolenia</li> <li>• przy ul. Legionowej (pomiędzy nr 3 i 5)</li> <li>• przy ul. Daszyńskiego 14 (obok „Małpiego Gaju” oraz sklepu POLOmarket)</li> <li>• ul. Sikorskiego 2 (okolicie parkingu strzeżonego)</li> <li>• ul. Bratoszewskiego (plac zabaw przy kortach)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Północna 4</li> <li>• Konstanyńska 6</li> <li>• Piłsudskiego 7/9</li> <li>• Bratoszewskiego 1 (od strony wschodniej)</li> <li>• Sikorskiego 24</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sikorskiego 2/4</li> <li>• Warszawska 5/9</li> <li>• Piotrkowska osiedle domków (wjazd od ul. Wolności)</li> <li>• Daszyńskiego 5/7</li> <li>• Piotrkowska/Kilińskiego</li> </ul>

## Dzik za płotem

Dziki w mieście to ostatnio duży problem. Ryją pod płotami, niszczą trawniki i sady, wzbudzają strach. Sposobem na odstraszenie dzików jest sypanie specjalnie przygotowanego odstraszacza. Taki preparat wysypano niedawno na obrzeżach Aleksandrowa Łódzkiego.

— To jest biologiczny proszek, coś w rodzaju sproszkowanego obornika. Wysypany pod płotem skutecznie powinien odstraszyć zwierzęta. W każdym razie na jakiś czas — mówi Katarzyna Rezler z Urzędu Miejskiego w Aleksandrowie Łódzkim.

Odstraszacz wysypano głównie w Rąbieniu, który boryka się z tym problemem. Czy dziki przestaną nękać mieszkańców tej miejscowości, okaże się za moment. Jedno jest pewne: z dzikami musimy nauczyć się żyć, bo kiedy budujemy dom w lesie, one stają się po prostu naszymi naturalnymi sąsiadami. (kbs)





# Nowy blok komunalny w Aleksandrowie Łódzkim

■ AGATA KOWALSKA

Powstałby na gminnej działce przy ulicy Pabianickiej. W planach są 24 lokale, które trafiłyby do osób spełniających kryteria przyjęte uchwałą Rady Miejskiej w sprawie najmu lokali komunalnych. Wszystko uzależnione jest jak zawsze od funduszy. Bank Gospodarstwa Krajowego pozytywnie rozpatrzył wniosek o udzielenie wsparcia finansowego z Funduszu Dopłat w ramach rządowego programu budownictwa komunalnego. Co to oznacza? BGK udzielił nam 80% bezzwrotnego wsparcia na budowę kolejnego wielorodzinnego budynku.

— Jesteśmy przygotowani na 20-proc. wkład własny. Zawsze jest też możliwość skredytowania, bo nie będą to małe środki. Najważniejsze, że jest decyzja z Banku Gospodarstwa Krajowego. Kiedy tylko wsparcie zostanie uruchomione, podpisujemy umowę. Sam proces budowlany trwa około roku — mówi burmistrz Jacek Lipiński.

Szacunkowy koszt budowy bloku wynosi aż 17 mln złotych, jednak, biorąc pod uwagę 80-proc. dofinansowanie, szkoda byłoby z takiego wsparcia nie skorzystać. A sam budynek składałby

się z 24 mieszkań — 14 lokali trzypokojowych i 10 dwupokojowych.

— Bank środki przyznał i to najważniejsza decyzja. Teraz pozostaje nam czekać, kiedy fundusze wypłyną z budżetu państwa na konto — najpierw BKG, a potem już na nasze. Spółka do tej inwestycji już od dawna jest przygotowana — mówi Mariusz Mirowski prezes Aleksandrowskiego Programu Mieszkaniowego.

Działka gminna przy Pabianickiej jest, doprowadzone są również media, projekt architektoniczny gotowy, mamy nawet prawomocne po-

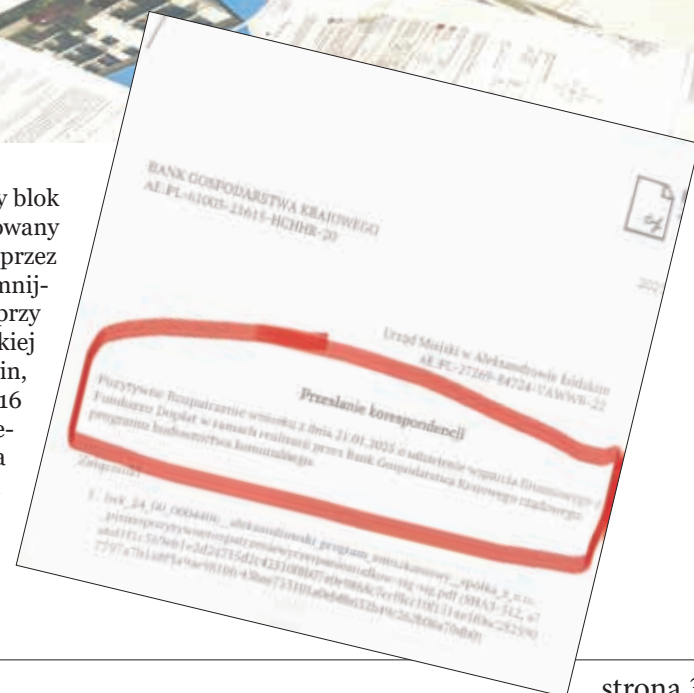
zwolenie na budowę. Teraz, kiedy tylko rządowe fundusze znajdą się na koncie spółki Aleksandrowskiego Programu Mieszkaniowego, przystępujemy do przetargu i prac budowlanych. Nowe mieszkania w nowym bloku komunalnym wzbogacą bazę gminnego zasobu. Głównie przeznaczone miałyby być dla młodych rodzin z dziećmi, których na zakup własnego „M” po prostu nie stać. Obecnie na lokal od gminy oczekuje około 50 rodzin, a pod skrzydłami spółki jest już 1500 gospodarstw domowych.

— Formuła projektu jest podobna jak w przypadku oddanego do użytku w 2016 roku bloku przy ulicy Machulskiego, czyli typowe budownictwo komunalne. Warto dodać, że standard lokali będzie wysoki, a najemców musi być stać nie tylko na płacenie czynszu, ale i urządzenie mieszkania, które będą w deweloperskim stanie — mówi burmistrz.

Choć nie jest to łatwe, bo koszty są ogromne, aleksandrowski samorząd robi co może, by powiększyć zasób komunalny. Będzie to



już trzeci nowoczesny blok komunalny wybudowany w ostatnich latach przez gminę, bo — przypomnijmy — w pierwszym przy ul. Konstantynowskiej 10 mieszka 80 rodzin, drugi oddany w 2016 roku przy Machulskiego również posiada 80 lokali. Tym razem przygotowany teren czeka na wyzwanie przy Pabianickiej 81/83. (ak)



# Będzie jaśniej i oszczędniej

■ EMILIA OLCZAK

Realizowana jest inwestycja polegająca na wymianie oświetlenia ulicznego na energooszczędne z wykorzystaniem technologii LED w ciągach komunikacyjnych i ogólnodostępnych przestrzeniach publicznych.

Trwa wymiana opraw oświetleniowych w oświetleniu ulicznym na terenie gminy Aleksandrów Łódzki. Inwestycja obejmuje wymianę 500 sztuk opraw sodowych na oprawy energooszczędne typu LED.

— Niestety, z uwagi na zły stan techniczny, trzeba będzie wymienić także 238 wysięgników oraz inne urządzenia, które nie pozwalają na zamontowanie nowych opraw — informuje Magda Łuczak z Referatu Komunikacji i Energetyki UM w Aleksandrowie Łódzkim.

27 lutego dokonano częściowego odbioru wykonanych prac. To 256 opraw i 113 wysięgników w pasie drogowym dróg gminnych i powiatowych.

Na drogach gminnych wymieniono oprawy przy ulicach: Mickiewicza, Paderewskiego, Chopina, Południowej, Bankowej, Łęczyckiej, Konopnickiej, Wschodniej, al. Wyzwolenia, Pileckiego, Kilińskie-

go, Piotrkowskiej, Brużycy, Bratoszewskiego.

Na drogach powiatowych wymienione zostały oprawy przy ulicach: 1 Maja, Daszyńskiego, Piotrkowskiej, Wolności, Brużycy.

Koszt inwestycji to 675.119,94 zł. Inwestycja dofinansowana jest z funduszy zewnętrznych.

— Jeżeli będzie taka możliwość, to będziemy starali się o dofinansowanie z środków zewnętrznych na wymianę pozostałych opraw sodowych na terenie miasta oraz gminy na LED-owe, energooszczędne. Takich punktów, które warto wymienić jest jeszcze ponad 2 tys. — mówi Magda Łuczak.

Dzięki takiemu rozwiązaniu znacznie zmniejszy się zużycie energii elektrycznej, a to wpłynie na mniejsze koszty ponoszone każdego roku na utrzymanie oświetlenia ulicznego.



Kocich domków coraz więcej.

## Szczury i myszy nie mają wstępu

Dwanaście bezdomnych kotów może zamieszkać w dwóch nowych budkach, które pojawiły się na osiedlach mieszkaniowych w Aleksandrowie Łódzkim. Sporych rozmiarów konstrukcje są bardzo ciepłe, z osobnymi sypialniami i jadalnią. Postawiła je Fundacja Schronisko, która wspomaga miejskie

mruczki w Polsce. W ten sposób w Aleksandrowie Łódzkim mamy już ponad 20 budek.

Uliczne koty mają też swoich opiekunów, którzy dbają o czystość i pełną miskę. Mamy aż 40 opiekunów kotów wolnożyjących, którym gmina wydaje ponad 4 tony karmy rocznie.

Ile mamy bezdomnych kotów? — nie wiadomo, ale gmina kontroluje populację kastrując i sterylizując młode koty. Mruczki chętnie korzystają z budek postawionych przy blokach, między garażami czy zwyczajnie — w krzakach. Tam, gdzie mieszkańcy dbają o koty, szczury i myszy nie mają wstępu. (kbs)

## Podsumowania i plany OSP Prawęcice

W minioną sobotę odbyło się zebranie sprawozdawcze strażaków z Ochotniczej Straży Pożarnej w Prawęcicach.

— Uważam że rok 2024 był dla nas dobrym rokiem. Zrealizowaliśmy nasze plany w 95 proc. — mówi prezes OSP Prawęcice Marek Stefaniak. — W ubiegłym roku odnotowaliśmy 19 wyjazdów do akcji i 36 tak zwanych

operacyjnych — dodaje prezes.

I choć samych pożarów było 4, to niestety zwiększyła się ilość miejscowych zagrożeń, czyli m. in. wypadków komunikacyjnych.

Jednostka dysponuje samochodami: średnim ratowniczo-gaśniczym Iveco, samochodem lekkiem ratownictwa technicznego Renault Master

oraz samochodem operacyjnym Dacia.

Do jednostki OSP Prawęcice należy 44 strażaków, czynny udział w akcjach bierze 21 ochotników.

Na walnym zebraniu strażacy zaplanowali bieżący rok. Powoli planują przygotowania do zawodów sportowo-pożarniczych, które odbędą się latem. (em)





Aleksandrów Łódzki łączy siły dla Milenki — 15-latkka walczy o powrót do zdrowia.

## Dramat jednej chwili

■ AGATA KOWALSKA

Wracała, jak każdego dnia, ze szkoły. Z uśmiechem na twarzy, pełna planów i marzeń. Jedna chwila zmieniła wszystko.

15-letnia Milenka z Nowego Adamowa została potrącona przez samochód jadący w kierunku Aleksandrowa Łódzkiego. Dziś walczy o życie, a przed nią i jej rodziną najtrudniejsze miesiące — pełne niepewności, bólu i nadziei. Tego fatalnego dnia, jak zwykle, zadzwoniła do domu, że wychodzi ze szkoły: „Kocham Cię, Mamuś, niedługo będę”. To były ostatnie słowa z ust nastolatki. Czy kiedykolwiek rodzice usłyszą jeszcze jej głos — tego nie wie nikt. Milena walczy

o życie w Instytucie Centrum Zdrowia Matki Polki w Łodzi. Jej stan, jak mówią lekarze, jest bardzo ciężki, ale stabilny. Ma wewnętrzne obrażenia całego ciała, roztrzaskane kręgi szyjne, ale co najgorsze — uszkodzony pień mózgu.

### Tym razem się nie udało

Do szkoły na pobliskim Teofilowie chodziła jedynie pół roku. Była w pierwszej klasie szkoły ponadpodstawowej. Wcześniej uczęszczała do beldow-

skiej podstawówki. Okolice skrzyżowania Starego Adamowa z Nowym nie były jej obce. Krajową drogę 72 przekraczała tysiące razy. Tym razem, tysiąc pierwszy, był tym tragicznym. Z ustaleń świadków wynika, że dziewczynka przepuściła tira, a następnie weszła wprost pod nadjeżdżającą osobówkę. Ewidentnie jej wina. Z miejsca zdarzenia została zabrana helikopterem. Pierwsza diagnoza nie dawała szans na przeżycie.

### Miesiąc po wypadku

Już ponad miesiąc przy szpitalnym łóżku dzień w dzień stoją zrozpaczeni rodzice. Milenka odzyskała przytomność, zaczęła ruszać kończynami i na pytanie, ile masz lat — trzy razy pokazuje dłoń. Tak, jakby wszyst-



ko rozumiała i pamiętała. Zaintubowana, obolała z wieloma kablami podłączonymi, gdzie tylko się da, patrzy i słucha — tyle z kontaktu. U boku ma ulubioną maskotkę, a za rękę trzyma na zmianę mama lub tata. Lekarze cały czas walczą o jej zdrowie, ale droga do powrotu do normalności będzie długa i wyboista.

### Z OIOM-u na oddział neurochirurgii, a potem — nie wiadomo

Obecnie Milena przybywa na oddziale intensywnej opieki medycznej. Kiedy jej stan przez dłuższy czas będzie stabilny, a wszelkie obrzęki ustąpią, zostanie przeniesiona na oddział neurologiczny. Ile tam

pozostanie, tego nie wie nikt. Wiadomo jednak, że przed Milenką wielomiesięczna rehabilitacja i kosztowna opieka medyczna. Rodzina staje przed ogromnym wyzwaniem — nie tylko emocjonalnym, ale i finansowym. Koszty leczenia przewyższają ich możliwości, dlatego społeczność Aleksandrowa Łódzkiego musi działać.

### Siła lokalnej społeczności

Aleksandrów Łódzki nieraz udowodnił, że potrafi się jednoczyć w obliczu tragedii. Tym razem mieszkańcy mobilizują się, by pomóc Milence stanąć na nogi. Już 9 marca, podczas Dnia Zdrowia i Urody, Aleksandrowskie Fo-

rum Społeczne organizuje zbiórkę publiczną na rehabilitację i opiekę medyczną dla dziewczynki. Każdy, kto weźmie udział w wydarzeniu, może dorzucić swoją cegiełkę — liczy się każda złotówka, każde dobre słowo, każda iskierka nadziei. Dodatkowo uruchomiono możliwość wsparcia poprzez wpłaty na stronie [www.siepomaga.pl/milena-wojtczak](http://www.siepomaga.pl/milena-wojtczak). Dziś Milenka i jej bliscy mierzą się z najtrudniejszym wyzwaniem w swoim życiu. Tak naprawdę w tej sytuacji mógł być każdy z nas. Teraz każdy z nas może sprawić, że walka będzie choć odrobinę lżejsza. Pomóżmy Milenie wrócić do świata, który na nią czeka — do szkoły, do przyjaciół, do przyszłości pełnej marzeń.



Dzień Zdrowia i Urody im. Ilony Rafalskiej.

## Spędź z nami wyjątkową niedzielę!

■ DOROTA BEŁDOWSKA-ZEMŁA

Mnóstwo ciekawych warsztatów, występów i wystawców. Najnowsze i najciekawsze osiągnięcia w dziedzinie urody i zdrowia, naturoterapii. Trochę muzyki i tańca. Ciekawe wykłady i pogadanki. Wszystko to już w najbliższą niedzielę 9 marca z okazji Dnia Zdrowia i Urody im. Ilony Rafalskiej.

Dzień Zdrowia i Urody rozpoczynamy o godz. 12.00. Na scenie głównej (sala widowiskowa) zobaczymy utalentowanych uczestników kół zainteresowań Młodzieżowego Domu Kultury, potem wystąpi Grupa Taneczna GANG IRENY, czyli aleksandrowscy seniorzy w akcji, którzy dotąd dawali wspaniałe pokazy mody, a teraz wzięli się za taniec. Późnym popołudniem, o godz. 17.00 rozpocznie się koncert lubianej i energetycznej wokalistki Tatiany Okupnik. Na ten występ obowiązują wejściówki - cegiełki (za 25 zł) dostępne w Wydziale Promocji i Współpracy z Zagranicą. Wpływ z tej akcji charytatywnej zostanie przekazany dla 15-letniej Mileny, która w styczniu uległa poważnemu wypadkowi samochodowemu.

W ciągu dnia przeniesiemy się z sali widowiskowej do sali lustrzanej na pierwszym piętrze. Tam o godz. 13.00 spotkamy się z gościem specjalnym – aktorką Anną Dereszowską, następnie przybliżymy projekt Biobanku UŁ – „Generation A” dotyczący stanu zdrowia całych rodzin i możliwości bezpłatnego wykonania pakietu badań o wartości 10 tys. złotych, porozmawiamy z zielarką m.in. o właściwościach i zastosowaniu ziół, a potem wysłuchamy wykładu – o żywym, nieprzetworzonym jedzeniu i zastąpieniu chemii w domu naturalnymi związkami.

W samo południe ruszą również warsztaty, na które trzeba zapisać się wcześniej (pod nr. tel. 42 27 00 315) – na niektóre z nich mamy jeszcze kilka wolnych miejsc (ich opisy znajdują się w ramkach), inne mają listę rezerwową tak długą, jak lista podstawowa.

Przez cały dzień (między 12 a 17) w salach i na korytarzach Młodzieżowego Domu Kultury obecnych będzie wielu wystawców, których znamy z poprzednich edycji i kilku nowych: rękodzielników z biżuterią, miodami, olejami tłoczonymi na zimno, akcesoriami dekoracyjnymi, ceramiką, usługami kosmetycznymi i fryzjerskimi oraz fizjoterapeutycznymi. Swoją obecność zapowiedzieli: Pracownia Ładnych Rzeczy, ACCESS BARS Lidia Cieślakowska, OlejVita (świeże oleje tłoczone na zimno), Elikssir Młodości i TrychoPogotowie, Miody Ługowskich, Wrzask o brzasku (kiszonki, przetwory z owoców i warzyw), Studio KoraliKa Agnelia, Pracownia Rękodziela Agnieszki Gleń i wielu innych indywidualnych rękodzielników. Swoje stanowisko będą miały Amazonki, które jak co roku pokażą kobietom, jak prawidłowo wykonać samobadanie piersi i podpowiedzą, na co zwrócić uwagę, by cieszyć się długim zdrowiem. Będzie też studio tatuażu i studio fryzur pod egidą Zespołu Szkół Specjalnych w Aleksandrowie Łódzkim. Pyszny poczęstunek zapewni jak zwykle Zespół Szkół Specjalnych oraz kawiarenka Aleksandrowskiego Forum Społecznego.

Na wydarzenie zaprasza Burmistrz Aleksandrowa Łódzkiego Jacek Lipiński.

Dzień Zdrowia i Urody odbędzie się 9 marca w Młodzieżowym Domu Kultury w Aleksandrowie Łódzkim przy al. 1 Maja 17/19.

PATRONAT: Joanna Skrzydlewska Marszałek Województwa Łódzkiego, Małgorzata Grabarczyk Przewodnicząca Sejmiku Województwa Łódzkiego, Iwona Dąbek Starosta Powiatu Zgierskiego.



Warsztat „Empatycznej Komunikacji”, podczas którego dowiesz się, jak budować lepsze relacje czy nazywać potrzeby w sposób empatyczny i nieraniący innych. Program obejmuje identyfikację blokad komunikacyjnych oraz praktyczne ćwiczenie empatycznej komunikacji. Warsztaty poprowadzi Magdalena Kozłowska – trenerka w procesie certyfikacji NVC, mediatorka.

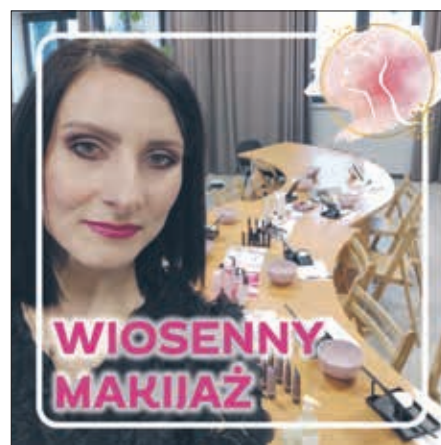
Zapisy: tel. 42 27 00 315



W związku z bardzo dużym zainteresowaniem warsztatami wielkanocnymi zaplanowanymi z okazji Dnia Zdrowia i Urody, mamy dla Was kolejną propozycję. Tym razem zachęcamy Was do stworzenia kompozycji kwiatowej do wazonu. Propozycja idealna, by poczuć wiosnę w swoim domu oraz poznać odpowiednią technikę układania kwiatów.

Udział w zajęciach jest bezpłatny, a o uczestnictwie decyduje kolejność zgłoszeń.

Zapisy telefoniczne, pod nr. tel.: 42 270 03 15 lub 42 270 03 34.



Wiosenny makijaż – podstawy. Do udziału w tych warsztatach zachęcamy, jeśli chcesz poznać podstawy makijażu dziennego i dowiedzieć się, jak ważna jest pielęgnacja, aby makijaż wyglądał zjawiskowo, dobrać podkład lub krem CC, nauczyć się konturować (róż, bronzer, rozświetlacz), zrobić makijaż ust (szminka, błyszczki, użyć kredki do ust), wykonać szybki i dzienny makijaż oka (cienie, tusze, kredki). Warsztaty będą poprowadzone pod okiem niezależnej konsultantki Mary Kay Justyny Światłowskiej.

Zapisy: tel. 42 27 00 315

## Ostatki jak dawniej

Klub Kultury w Sobieniu wraz z Biblioteką Publiczną im. J. Machulskiego Filia w Sobieniu, zorganizował ostatki inne niż zwykle. Zamiast balu czy dyskoteki, postawiono na powrót do dawnych zwyczajów. Dzieci, wcielając się w tradycyjne postacie – babę, dziada i turońia – wyruszyły barwnym korowodem po wsi, przypominając mieszkańcom, jak kiedyś świętowano koniec karnawału.

Nie zabrakło humoru, śpiewu i okolicznościowych wierszyków, które mali uczestnicy recytowali z prawdziwym zaangażowaniem. W zamian za występy gospodarze obdarowywali ich pączkami i drobnymi datkami.

– Chcieliśmy pokazać dzieciom, jak kiedyś wyglądały ostatki i jak ważną rolę odgrywała w nich lokalna społeczność – mówi organizator wydarzenia Anna Pączesna z Klubu Kultury w Sobieniu.

Wydarzenie spotkało się z dużym zainteresowaniem, a radość dzieci oraz życzliwość mieszkańców potwierdziły, że do takich tradycji warto wracać. (em)





■ KRYSZYNA BUDA-SOWA

Co czuje mieszkaniec Aleksandrowa Łódzkiego, kiedy miejsce weekendowych spacerów zamienia się w parę dni w puste pole, a po pięknych drzewach zostaje tylko wspomnienie? Złość. Niedowierzenie. Bezradność.

Tak było w Nowym Adamowie, kiedy pod topór poszły 3 hektary lasu, i przy ul. Wierzbińskiej, gdzie zniknął cały przydrożny las. Dlaczego? — zastanawiają się wszyscy, przecież było tak pięknie. I będzie, ale za parę lat.

— W tym miejscu nie wycięliśmy całego lasu. Na powierzchni zrębowej pozostawiliśmy drzewa tzw. nasienniki, bo prowadzenie gospodarki leśnej polega na tym, że trzeba zachować trwałość lasu. Wycinając 3 hektary w Adamowie pozostawiliśmy nasienniki, czyli drzewa starsze, które pozwolą się lasowi naturalnie odnowić — tłumaczy Michał Twardowski zastępca nadleśniczego Nadleśnictwa Grotniki.

Wycinki w lasach coraz częściej niepokoją mieszkańców. Niewiele osób jednak wie, że wystarczy sięgnąć po telefon i zadzwonić. Zainteresowanych tym, co dzieje się na danym terenie, odsyłamy z pytaniami do konsultanta społecznego, który jest w każdym nadleśnictwie i chętnie odpowie na nurtu-

jące nas pytania. Jest jeszcze jedna ciekawostka — Aplikacja Lasów Państwowych udostępniająca mapowe Bazy Danych o Lasach — w skrócie mBDL.

— Pokazuje nam w jakim punkcie lasu jesteśmy i wszystkie dane o tym kawałku lasu, a więc: powierzchnię lasu, które to nadleśnictwo, obręb i województwo, rodzaj zagospodarowania, rodzaj drzew itp. — mówi Michał Twardowski.

Naszej aplikacji nie należy mylić z interaktywną mapą fundacji lasy i obywateli, która obecna jest w Internecie i pokazuje planowane wycinki lasów. Niestety, nie pokazuje prawdziwych danych. Opiera się na starych planach urzędzenia lasów. Tymczasem w 2024 roku nastąpiły zmiany. M.in. wprowadzono ograniczenia w lasach społecz-

nych cennych przyrodniczo czy w starolasach. Z uwagi na zmiany, plany urzędzenia lasu są zmodernizowane i tego na tej mapie już nie ma.

W Nadleśnictwie Grotniki zmiany są duże. Las w Adamowie w planach wycięty

miał być w pień. Zamiast tego wycięto tylko 3 hektary.

Wycinka, zwłaszcza w lasach okalających miasto, to czasami konieczność. Za kilka tygodni na pustych polaciach w Adamowie Nowym i przy ul. Wierzbińskiej zacznie się

sadzenie nowych drzew. A za kilka lat przy wjeździe do miasta zaszumią graby, zamiast łamliwych brzoź, które zagrażały jadącym autom. O awanturach związanych z wycinką nikt już wtedy nie będzie pamiętał.



## Seniorzy poznają Internet

■ MICHAŁ KIŃSKI

W domu Dziennego Pobytu Wrzos trwa projekt „Obywatel Cyfrowej Przyszłości”. Osoby w wieku emerytalnym zapoznają się z obsługą komputera.

— Cieszę się, że biorę udział w takim szkoleniu. Wiele można się nauczyć i wykorzystać to w naszym życiu. Edytor tekstu nie jest skomplikowany, tworzymy w nim np. pismo do instytucji. Znacznie ładniej będzie wyglądać niż napisane własnoręcznie — zaznacza Halina Tazbir, uczestniczka kursu.

Program szkoleniowy o nazwie „Komputer od podstaw dla seniorów — bezpieczne i praktyczne

użytkowanie”, jest doskonałą okazją do nauki korzystania z aplikacji czy dokonania przelewów internetowych.

— Przed wszystkim skupiamy się na bezpieczeństwie i podstawach. Ważna jest dla nas znajomość komputera, jak połączyć się z Internetem i pozyskać najważniejsze informacje. Uczymy się również korzystać poprawnie ze smartfonów — mówi Krzysztof Zalesny, trener biznesu.



Wprowadzanie do świata komputerów, bezpieczeństwo w sieci, bankowość elektroniczna, e-usługi to tylko niektóre tematy czekające na kursantów. Trudno sobie wyobrazić dzisiejszy świat bez Internetu, który rozpowszechnia wiadomo-

ści najszybciej, najtaniej i najwydajniej. Szczegółowe informacje na temat wszystkich aktywności seniorów znajdziemy w Domu Dziennego Pobytu „Wrzos” w Aleksandrowie Łódzkim przy ul. Warszawskiej.

## Bezpłatne szczepienia

**Ponad pół miliona złotych przeznaczył Zarząd Województwa Łódzkiego na szczepienia przeciw pneumokokom. Skorzystają z nich osoby od 55. do 64. roku życia z przewlekłą chorobą płuc. Dla mieszkańców województwa łódzkiego szczepienia będą bezpłatne.**

Choroby układu oddechowego są jedną z głównych przyczyn hospitalizacji i zgonów wśród osób po 55. roku życia. Każdego roku tysiące osób trafia do szpitali z powodu groźnych powikłań po zakażeniu pneumokokami. Jest to na przykład sepsa oraz zapalenie płuc czy oskrzeli. Dlatego Za-

ząd Województwa Łódzkiego ogłosił tak ważny program profilaktyczny. Dzięki niemu osoby najbardziej narażone na poważne infekcje mogą skorzystać z bezpłatnych szczepień, które mogą uratować ich zdrowie, a nawet życie. Szczepienia będą dostępne do końca 2025 roku. Po rozstrzygnięciu konkursu na realizatorów programu, wybrane podmioty lecznicze będą organizować punkty szczepień. To już kolejny rok, kiedy Województwo Łódzkie organizuje taką akcję.

Po wyborze realizatorów programu przedstawimy lokalizacje, do których będzie się można zgłosić na szczepienie.

# W ferie dzieci się nie nudzą

■ EMILIA OLCZAK

Drugi tydzień ferii zimowych za nami. Uczniowie z Aleksandrowa Łódzkiego korzystali z licznych atrakcji przygotowanych specjalnie dla nich. Wiele instytucji zadbało o to, by najmłodszy mogli aktywnie i kreatywnie spędzić ten czas.

Sala Zabaw Alexland zorganizowała drugi turnus zajęć, podczas których dzieci uczestniczyły w różnorodnych warsztatach, ale także bawiły się w figloraju. To doskonała okazja, by rozwijać swoje zainteresowania i integrować się z rówieśnikami.

— Codziennie mieliśmy inny temat warsztatów, w tym roku postawiliśmy głównie na zmysły, ale byliśmy też na warsztatach z robienia pizzy czy burgerów — mówi Anna Sierna z Sali Zabaw Alexland.

Również pływalnia Olimpijczyk nie zapomniała o młodych mieszkańcach. Każdego dnia odbywały się tam bezpłatne zajęcia z pływania — zarówno dla tych, którzy już opanowali tę umiejętność, jak i dla początkujących, którzy dopiero zaczynali swoją przygodę z wodą.

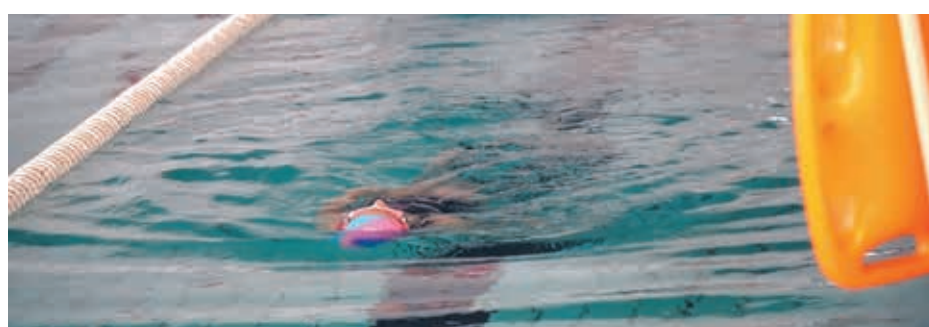
— Myślę, że w okresie feryjnym, jest to bardzo fajna forma spędzania wolnego czasu. Dobrze, by dzieci się zaznajomiły z wodą, bo w czasie wakacji bardzo im się to przyda — mówi Kacper Nowowiejski, ratownik z pływalni Olimpijczyk.

Szkoła Podstawowa nr 1 w Aleksandrowie Ł. zapewniła półkolonie dla uczniów. Dzieci brały udział w warsztatach plastycznych i sportowych, a także miały możliwość wyjazdów na wycieczki poza granice gminy. To świetna okazja do zdobywania nowych doświadczeń i poznawania ciekawych miejsc.

W Młodzieżowym Domu Kultury też się działo. Zajęcia z języków obcych, zajęcia plastyczne, sportowe czy gra na instrumentach muzycznych — wszystko to czekało na uczestników półkolonii. Dzieci korzystały także z kina, które znajduje się w budynku.

Warto podkreślić, że w Kinie Spójnia odbywały się codziennie seanse dla dzieci, przed którymi gościli superbohaterowie, dzielący się swoimi pasjami.

Aleksandrowskie ferie zimowe to czas pełen atrakcji, radości i nowych przygód. Dzieci miały możliwość spędzenia go aktywnie i twórczo, a organizatorzy zadbało o to, by każdy znalazł coś dla siebie.







## SCHRONISKO PSIAKOWO

CHEŁMOŃSKIEGO 31, ŁOWICZ

TEL. 693-691-963

WWW.PSIKOWO.COM.PL

konto: 34 1240 3347 1111 0010 8646 6856

POMAGAMY W TRANSPORCIE ZWIERZAKA DO NOWEGO DOMU



PROSIMY O TWÓJ 1.5% PODATKU

# KRS 0000755566



# Aleksandrowianie rozmawiają o smogu

■ KATARZYNA CZEKAŁSKA

Kto jest najbardziej narażony na skutki smogu? Jak postępować, gdy jakość powietrza jest niezadowolająca? Co możemy zrobić, aby ograniczyć wpływ zanieczyszczeń powietrza na nasze zdrowie? Odpowiedzi na te i wiele innych pytań poznali uczestnicy sobotniego spotkania zatytułowanego „SMOGTALK, czyli porozmawiajmy o zanieczyszczeniach powietrza”.

Gościem wydarzenia był specjalista chorób wewnętrznych i chorób płuc dr Tomasz Karauda. Mieszkańcy Aleksandrowa Łódzkiego mieli okazję podzielić się swoimi doświadczeniami i refleksjami związanymi z problemem smogu, który mimo licznych starań magistratu, każdego roku powraca w sezonie grzewczym.

Smog, czyli zanieczyszczenie powietrza składające się z pyłów, gazów i innych szkodliwych substancji, stanowi poważne zagrożenie dla zdrowia, szczególnie w okresie grzewczym, kiedy poziom zanieczyszczeń powietrza często przekracza dopuszczalne normy. Ekspozycja na smog może prowadzić do wielu problemów zdrowotnych, zarówno krótko-, jak i długoterminowych. Wśród najczęstszych zagrożeń wymienia się choroby układu oddechowego, takie jak astma, przewlekła obturacyjna choroba płuc (POChP), a także infekcje

dróg oddechowych. Długotrwała ekspozycja na zanieczyszczone powietrze może również zwiększać ryzyko wystąpienia chorób serca, udaru mózgu, a nawet nowotworów płuc. W Polsce każdego roku umiera ponad 40 tys. osób z powodu chorób związanych ze smogiem, co odpowiada liczbie mieszkańców całej gminy Aleksandrów Łódzki oraz części sąsiadującego Zgierza.

Szczególnie narażone na skutki oddychania zanieczyszczonym powietrzem są osoby starsze, dzieci, kobiety w ciąży oraz osoby z istniejącymi problemami zdrowotnymi, takimi jak choroby serca, płuc czy nadciśnienie. Naukowcy podkreślają, że nawet krótka ekspozycja na smog może mieć negatywny wpływ na zdrowie, dlatego tak ważne jest podejmowanie działań mających na celu ograniczenie kontaktu z zanieczyszczonym powietrzem.

Podczas spotkania poruszono również kwestie związane z praktycznymi metodami ochrony przed smogiem. W sytuacji, gdy jakość powietrza jest niezadowolająca, eksperci zalecają, aby unikać wychodzenia na zewnątrz w godzinach, gdy stężenie zanieczyszczeń jest najwyższe. Na terenie gminy i miasta rozmieszczone są czujniki monitorujące jakość powietrza, do których dostęp aleksandrowianie mają w dowolnej chwili za pośrednictwem aplikacji mobilnej Airly. Jeśli konieczne jest wyjście, zaleca się zakładać maski ochronne, które skutecznie chronią przed wdychaniem szkodliwych substancji. Należy również zadbać o odpowiednią wentylację w pomieszczeniach i używać oczyszczaczy powietrza, które pomagają zmniejszyć stężenie szkodliwych cząstek wewnątrz domu. W sypialni można również umieścić rośliny doniczkowe, które dodatkowo oczyszczają powietrze, takie jak skrzydłokwiat czy paproć.

W kontekście długofalowych działań na rzecz poprawy jakości powietrza, istotną rolę odgrywają zarówno władze lokalne, jak i sami mieszkańcy. Ograniczenie emisji zanieczyszczeń wymaga inwestycji w nowoczesne technologie grzewcze, które zmniejszają emisję szkodliwych substancji, a także edukacji społeczeństwa na temat wpływu smogu na zdrowie. Gmina Aleksandrów Łódzki od lat



wspiera mieszkańców w wymianie starych, nieefektywnych źródeł ciepła. W tym roku aleksandrowianie także będą mogli skorzystać z gminnego dofinansowania. Tegoroczny nabór wniosków planowany jest na początek kwietnia. Od 2017 roku z gminnego budżetu przeznaczono na ten cel ponad 10 milionów złotych, co pozwoliło zlikwidować ponad 1100 węglowych „kopciuchów”. Dodatkowo mieszkańcy mogą liczyć na pomoc urzędników w pozyskiwaniu środków z programów zewnętrznych, takich jak program „Czyste Powietrze” czy „Ciepłe Mieszkanie”.

Smog jest problemem globalnym, który dotyka nie tylko Polskę, ale także inne kraje, zwłaszcza

te, które zmagają się z intensywnym rozwojem przemysłowym i urbanizacyjnym. Jednak dzięki podejmowaniu świadomych działań na poziomie lokalnym, możemy skutecznie minimalizować jego negatywne skutki dla zdrowia i jakości życia. Do 7 marca na placu Tadeusza Kościuszki będą stały mobilne płuca Polskiego Alarmu Smogowego, dzięki którym na własne oczy możemy zobaczyć jak smog wpływa na nasz organizm.

Spotkanie „SMOGTALK, czyli porozmawiajmy o zanieczyszczeniach powietrza” swoim patronatem objęli: Burmistrz Aleksandrowa Łódzkiego Jacek Lipiński i Starosta Zgierski Iwona Dąbek.

**POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE W ZGIERZU**

**poszukuje pilnie RODZINY ZASTĘPCZEJ**

dla sześciorga dzieci :  
dziewczynka 5 lat, chłopiec 3 lata, dziewczynka 8 lat  
oraz dla rodzeństwa: dziewczynka 9 lat, chłopiec 8 lat i dziewczynka 7 lat.

Więcej informacji pod numerem tel. 42 719 09 53

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zgierzu  
ul. Sadowa 6A Zgierz

## Co to był za bal!

Ostatni dzień karnawału wychowankowie Młodzieżowego Domu Kultury pojeźdźli w wyjątkowo radosny sposób. Sala wypełniła się kolorowymi przebierańcami – na parkiecie tańczyły wróżki, księżniczki, kowboje i piraci. Zabawa była przednia, a muzyka porywała wszystkich do tańca.

Nie zabrakło emocjonujących konkursów, zabaw i wspólnego śmiechu. Prawdziwe szaleństwo wybuchło, gdy w ruch poszło konfetti – salę zasypała feeria barw, dodając imprezie jeszcze więcej blasku.

To była niezapomniana chwila, którą dzieci na pewno zapamiętają na długo!



Zabiegi „jednego dnia” w Zgierzu. Nowa jakość leczenia w wojewódzkim szpitalu specjalistycznym.

# Rewolucja w Wojewódzkim Szpitalu Specjalistycznym w Zgierzu

**Rusza projekt kompleksowej rozbudowy i modernizacji przychodni specjalistycznej. Powstaną nowoczesne gabinety wyposażone w sprzęt najnowszej generacji, co pozwoli placówce zwiększyć liczbę i różnorodność zabiegów. Co najważniejsze: pacjenci tego samego dnia będą przyjmowani na leczenie, operowani i wypisywani do domów.**

To będzie gigantyczna inwestycja, która znacząco wzmocni i rozwinie ambulatoryjną opiekę specjalistyczną dla pacjentów zgierskiego szpitala. Projekt, który uzyskał dofinansowanie unijne w ramach Kontraktu Pro-

gramowego Województwa Łódzkiego na lata 2021-2027, obejmuje rozbudowę i modernizację obecnej przychodni – w efekcie powstanie nowy, dwukondygnacyjny budynek połączony z obecną przychodnią oraz ze szpita-

lem. Cały kompleks będzie jak z telewizyjnych seriali medycznych: funkcjonalny, przestronny, z nowoczesnymi rozwiązaniami architektonicznymi, telekomunikacyjnymi oraz informatycznymi, co znacznie usprawni obsługę pacjentów.

Do nowej części zostaną przeniesione ze starej poradni specjalistyczne, ale znajdują się tu także Poradnie Podstawowej Opieki Zdrowotnej, dziś zlokalizowane w innym budynku. Gabinety, które zostaną w starej, zmodernizowanej części, zostaną rozbudowane i unowocześnione. Dla pacjentów będzie to ogromna różnica – obecna przychodnia nie była kompleksowo remontowana od około 40 lat.

– Remont obejmie starą przychodnię, a także rozbudowę i powstanie nowych pomieszczeń, w których m.in. będzie mieściła się pracownia endoskopowa czy pracownia biopsji tarczycy, nerki i innych narządów – wylicza dr n. med. Miłosz Dobrogowski, dyrektor zgierskiego szpitala.

Oprócz nowych sal, do dyspozycji pacjentów i lekarzy będą: nowoczesne wyposażenie i sprzęt nowej generacji. Na li-



ście zakupów są m.in. wysokiej jakości ultrasonograf z funkcją kolorowego Dopplera, który będzie wykorzystywany w urologii, chirurgii laparoskopowej i biopsji fuzyjnej oraz laser CO<sub>2</sub> do zabiegów laryngologicznych i liftingu skóry. W nowych gabinetach pojawią się też okulistyczny mikroskop operacyjny, laser do laseroterapii jaskry, cystoskopy czy sprzęt do wykonywania zabiegów endoskopii.

Realizacja całego projektu rozpisana jest na 3,5 roku, do

czerwca 2028. W pierwszej kolejności będą to roboty budowlane i modernizacyjne, potem zakup mebli, specjalistycznych urządzeń oraz aparatury. Nowe warunki znacząco wzmocnią ambulatoryjną opiekę specjalistyczną w Zgierzu i poszerzą wachlarz zabiegów wykonywanych bez konieczności hospitalizacji pacjentów. Wartość inwestycji to ok. 45 mln zł, z czego niemal 36 mln zł stanowi dofinansowanie z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego.

## Badania cytologiczne

**SP ZOZ w Aleksandrowie Łódzkim**

Poradnia Ginekologiczno-Położnicza  
ul. Skłodowskiej-Curie 1

**zaprasza**

kobiety w wieku 25 do 64 r.ż. na bezpłatnie badania cytologiczne w ramach programu profilaktycznego w kierunku raka szyjki macicy.

Materiał do badań pobiera położna. Bez konieczności wizyty u lekarza ginekologa.


Pacjentkami kwalifikującymi się na badania są kobiety, które w ciągu ostatnich 3 lat nie korzystały z badania cytologicznego w ramach programu profilaktycznego.

**kobiety od 25 do 64 r.ż.**

Przed zapisem prosimy o przygotowanie nr. PESEL zainteresowanej pacjentki.

**Informacje szczegółowe:**  
tel.: 42 712-77-09 wew. 34 lub 530-420-034 wew. 34  
codziennie oprócz wtorków:  
8:00-12:00






Projekt finansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego w ramach programu „Nauka dla Społeczeństwa II”.

## Zapraszamy do badania

### GENERATION-A – jakość życia przez pokolenia, pilot badania populacyjnego w województwie łódzkim

**Celem projektu jest ocena jakości życia mieszkańców Aleksandrowa Łódzkiego i okolic oraz zbadanie wpływu czynników genetycznych, społecznych i środowiskowych na stan zdrowia obecnych i przyszłych pokoleń.**

**Poszukujemy:**

- 5-osobowej reprezentacji rodziny składającej się z 3 pokoleń: dzieci, rodzice, dziadkowie
- Mieszkańców gminy Aleksandrów Łódzki
- Do badania mogą przystąpić dzieci powyżej 10 roku życia

**Korzyści dla Ciebie:**

Otrzymasz Indywidualny Raport Uczestnika Badania, w którym będą zawarte:

- Wyniki badań diagnostycznych – wraz z zaleceniami wydanymi przez lekarza
- Raport z analizy składu ciała
- Raport z przesiewowych badań psychologicznych – opracowany przez psychologa

**Rodzinne badanie populacyjne – dla zdrowia przyszłych pokoleń!**  
**Tvoja próbka, nasza misja!**

Więcej informacji: [www.biobank.uni.lodz.pl/generation-a](http://www.biobank.uni.lodz.pl/generation-a)



**UNIWERSYTET  
ŁÓDZKI**

**ZGŁOŚ SIĘ!**  
**Tel: 533 543 841**  
**biobank@biol.uni.lodz.pl**





# Polityka senioralna to priorytet – spotkanie ekspertów w Warszawie

W Kancelarii Prezesa Rady Ministrów odbyło się spotkanie dotyczące kluczowych kierunków polityki senioralnej w Polsce. W wydarzeniu udział wzięli Pełnomocnicy Wojewodów ds. Polityki Senioralnej, eksperci oraz członkowie Rady ds. Polityki Senioralnej KPRM. Powiat zgierski reprezentowała sekretarz powiatu Barbara Polasińska.

## Priorytety na 2025 rok

Spotkanie miało na celu omówienie kluczowych działań na rzecz seniorów, w tym nowelizacji ustawy o osobach starszych oraz wdrażania nowych programów wsparcia. Minister ds. Polityki Senioralnej Marzena Okła-Drewnowicz zaprezentowała główne założenia zmian legislacyjnych i podkreśliła konieczność lepszego dostosowania systemu opieki nad osobami starszymi do wyzwań demograficznych.

Jednym z ważniejszych tematów było wdrażanie bonu senioralnego, który ma umożliwić dofinansowanie

usług opiekuńczych w miejscu zamieszkania seniorów. Zgodnie z przedstawionymi założeniami, bon będzie przyznawany osobom w wieku 75 lat i starszym, a jego maksymalna wartość wyniesie 2150 zł miesięcznie.

## Nowelizacja ustawy o osobach starszych

Podczas spotkania szczegółowo omówiono również założenia nowelizacji ustawy o osobach starszych. Wśród kluczowych zmian znalazły się:

- Lepsza koordynacja polityki senioralnej na szczeblu samorządowym i rządowym,



- Rozszerzenie dostępu do usług opiekuńczych i rehabilitacyjnych,
- Większa integracja międzypokoleniowa poprzez rozwój programów społecznych,
- Dostosowanie mieszkań i infrastruktury do potrzeb seniorów,
- Zwiększenie środków na wsparcie osób starszych w małych miejscowościach.

## Wymiana doświadczeń i dobre praktyki samorządów

Spotkanie było także okazją do wymiany dobrych praktyk realizowanych przez samorządy w całym kraju. Przedstawiciele różnych regionów dzielili się doświadczeniami dotyczącymi lokalnych programów wsparcia dla seniorów, wskazując na sprawdzone rozwiązania, które mogłyby zostać wdrożone na szerszą skalę.

Podczas dyskusji omówiono m.in. inicjatywy międzypokoleniowe, lokalne programy opiekuńcze oraz projekty związane z aktywizacją społeczną seniorów. Podkreślono, że polityka senioralna powinna być elastyczna i dostosowana do różnorodnych potrzeb seniorów w miastach i mniejszych miejscowościach.

## Bezpłatna pomoc prawna i współpraca z samorządami

Ważnym punktem rozmów była również kwestia dostępu do bezpłatnej pomocy prawnej dla seniorów. Podkreślono, że starsze osoby często borykają się z problemami administracyjnymi, spadkowymi czy mieszkaniowymi, dlatego konieczne jest rozszerzenie dostępności punktów konsultacyjnych.

Samorządy, w tym reprezentowany przez sekretarz powiatu zgierskiego Barbarę Polasińską powiat zgierski, odgrywają klu-

czową rolę w realizacji polityki senioralnej. Przedstawiciele regionów wskazywali na potrzebę dostosowania systemu wsparcia do lokalnych realiów oraz większej elastyczności w finansowaniu usług dla seniorów.

## Co dalej?

Po części merytorycznej odbyły się rozmowy kulturalne, w których przedstawiciele poszczególnych województw omawiali możliwości wdrożenia nowych rozwiązań w swoich regionach. Zaprezentowano również strategię zmian w ustawie o osobach starszych, która ma na celu poprawę systemowego wsparcia dla seniorów.

Spotkanie w KPRM stanowiło ważny krok w kierunku budowy nowoczesnej polityki senioralnej, a wypracowane wnioski będą podstawą do dalszych prac legislacyjnych. (PZ)



**OGŁOSZENIE**

o przystąpieniu do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Miasta Aleksandrów Łódzki dla fragmentu obrębu A-4 w rejonie ulic Mickiewicza i Przejazd.

Na podstawie art. 17 pkt 1 ustawy z dnia 27 marca 2003 r. o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym, (T.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1130; zm.: Dz. U. z 2024 r. poz. 1907 i poz. 1940.) oraz art. 39 ust. 1, pkt 1 ustawy z dnia 3 października 2008 r. o udostępnianiu informacji o środowisku i jego ochronie, udziale społeczeństwa w ochronie środowiska oraz o ocenach oddziaływania na środowisko (T.j. Dz. U. z 2024 r. poz. 1112; zm.: Dz. U. z 2024 r. poz. 1881 i poz. 1940.), zawiadamiam o podjęciu w dniu 30 stycznia 2025 r., przez Radę Miejską w Aleksandrowie Łódzkim uchwały nr X/93/25 w sprawie: przystąpienia do sporządzenia zmiany miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego Miasta Aleksandrów Łódzki dla fragmentu obrębu A-4 w rejonie ulic Mickiewicza i Przejazd.

Projekt miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego sporządzany jest wraz z prognozą jego oddziaływania na środowisko.

Wnioski do wyżej wymienionego planu miejscowego oraz do jego prognozy oddziaływania na środowisko mogą być składane na piśmie utrwalonym w postaci papierowej lub elektronicznej, w tym za pomocą środków komunikacji elektronicznej, w szczególności poczty elektronicznej, na formularzu w postaci papierowej lub

w formie dokumentu elektronicznego do Burmistrza Aleksandrowa Łódzkiego, na adres: 95-070 Aleksandrów Łódzki, Plac Tadeusza Kościuszki 2, na adres e-mail: gmina@aleksandrow-lodzki.pl, skrzynkę ePUAP: /fujh4p096l/skrytka lub adres do e-Doręczeń: AE:PL-27269-84724-VAWWR-22, w terminie do dnia 7 kwietnia 2025 roku.

Wnioski powinny zawierać nazwisko, imię, nazwę i adres wnioskodawcy, przedmiot wniosku oraz jednoznaczne oznaczenie nieruchomości, których dotyczy.

Zgodnie z art. 13 ust. 1 i 2 ogólnego rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (dalej zwanym Rozporządzeniem) informujemy, że:

1. Administratorem Pana/Pani danych osobowych przekazanych na potrzeby realizacji zadań związanych z procedurą planistyczną jest Burmistrz Aleksandrowa Łódzkiego, zwany dalej Administratorem. Można skontaktować się z Administratorem pisząc na adres: 95-070 Aleksandrów Łódzki, Plac Tadeusza Kościuszki 2.
2. W sprawach dotyczących sposobu i zakresu przetwarzania Pani/Pana danych można skontaktować się również z powołanym przez Administratora inspektorem ochrony danych – Dorotą Różycką - wysyłając e-mail na adres: iod@aleksandrow-lodzki.pl bądź listownie na adres: siedziby Administratora z dopiskiem „Inspektor Ochrony Danych” lub telefonicznie (42) 270 03 14.
3. Pani/Pana dane osobowe będą przetwarzane w celu sporządzenia miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego i związaną z tym procedurą planistyczną określoną w ustawie z dnia 27 marca 2003 roku o zagospodarowaniu i planowaniu przestrzennym.
4. W związku z przetwarzaniem danych w celu wskazanym powyżej, Pani/Pana dane osobowe mogą być udostępnione podmiotom upoważnionym do odbioru Pani/Pana danych na podstawie przepisów prawa, podmiotom, które przetwarzają dane osobowe w imieniu Administratora, na podstawie zawartej umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych (tzw. podmioty przetwarzające).
5. Pani/Pana dane będą przechowywane w czasie określonym przepisami prawa, zgodnie z instrukcją kancelaryjną.
6. Podanie przez Panią/Pana danych osobowych wynika z wymogów ustawowych i jest obowiązkowe. Konsekwencją niepodania danych będzie brak możliwości realizacji czynności urzędowych.
7. Ma Pan/Pani prawo żądać od Administratora dostępu do treści swoich danych, ich sprostowania, ograniczenia przetwarzania danych oraz wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych, jeżeli uzna Pani/Pan, że przetwarzanie danych narusza przepisy o ochronie danych osobowych.
8. W przypadku żądania informacji o źródle danych (art. 15 ust. 1 lit g RODO) prawo to podlega ograniczeniu, jeżeli wpływa na ochronę praw i wolności osoby, od której dane pozyskano – art. 8a ust. 1 ustawy o planowaniu i zagospodarowaniu przestrzennym.
9. W oparciu o Pani/Pana dane osobowe Administrator nie będzie podejmował wobec Pani/Pana zautomatyzowanych decyzji, w tym decyzji będących wynikiem profilowania.

**Polski Związek Emerytów, Rencistów i Inwalidów posiada wolne miejsca na wczasy:**

\* **Krynica- Zdój z rehabilitacją Hotel 4Pory Roku**

**Termin: 10.05.- 19.05.2025r.**

**Cena: pokój 2-osobowy 2200 zł, pokój 3-osobowy 1840 zł**

\* **Świeradów-Zdrój z rehabilitacją Hotel Świeradów**

**Termin: 29.05-08.06.2025r.**

**Cena: 2525 zł**

\* **Dąbki-Bobolin**

**Termin: 06.06-15.06.2025r.**

**Noclegi w domkach. Do dyspozycji wczasowiczów basen podgrzewany, sauna, jacuzzi i opieka KO.**

**Domki klimatyzowane, bogato urządzone. Melex do plaży**

**Cena: pokój 3-osobowy 2370 zł, pokój 4-osobowy 2070 zł**

**TELEFON DO KONTAKTU 722 058 611**

**Wszystkie wczasy są z transportem z Aleksandrowa Łódzkiego.**




**Inspektorat ZUS w Zgierzu zaprasza na spotkanie z ekspertem:**

**Termin: 25 marca 2025 r., godzina: 9:30 - 14:00**

**Miejsce:** Urząd Miejski w Aleksandrowie Łódzkim, ul. 11 Listopada 3, sala przy Biurze Rady-parter

**Temat:** Renta wdowia – indywidualne konsultacje (warunki przyznania, pomoc przy wyborze najkorzystniejszego wariantu, wypełnianie wniosków o rentę wdowią, rentę rodzinną, emeryturę).

**UWAGA!**

żeby dowiedzieć się więcej – nie zapomnij zabrać dowodu osobistego, w celu założenia konta na PUE potrzebny będzie adres mailowy lub numer telefonu komórkowego.

Serdecznie zapraszamy wszystkich chętnych.



## Uroczysta Akademia z okazji 80-lecia Liceum w Aleksandrowie Łódzkim

na hali sportowej

**28 marca 2025  
godzina 13:00**

**AGENDA WYDARZENIA:**

- RYS HISTORYCZNY,
- UHONOROWANIE ZASŁUŻONYCH OSÓB DLA SZKOŁY,
- WEHIKUL CZASU,
- ZWIEDZANIE BUDYNKU SZKOŁY I BURSY

Laczy Nas



Kopernik



## Zjazd Absolwentów z okazji 80-lecia Liceum w Aleksandrowie Łódzkim

w budynku szkoły

**29 marca 2025  
godzina 19:00**

Powrót do najpiękniejszych wspomnień najlepszych licealnych lat, przywołaj niezapomnianą i jedyną atmosferę Naszej Szkoły.

Zapraszamy na spotkanie połączone z poczęstunkiem oraz zabawą przy muzyce do białego rana.

**Zapisy:**

imię i Nazwisko, rok urodzenia oraz ukończenia szkoły.

**Kontakt:**

telefon szkoły: 42 712 74 40  
mail szkoły: sekretariat@smsaleksandrow.pl  
poprzez prywatną wiadomość FB szkoły

**Bilety:**

cegiełka na rzecz szkoły w kwocie 250 zł

KONTO WPŁAT: 34 87800007 0000 3596 2000 0104

Laczy Nas



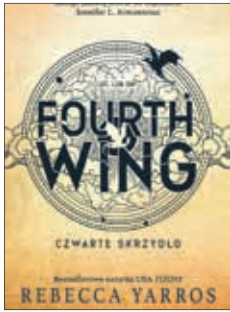
Kopernik

BIBLIOTEKA PUBLICZNA  
IM. JANA MACHULSKIEGO  
W ALEKSANDROWIE ŁÓDZKIM



## recenzje

Książki dostępne w Filii w Beldowie



### „Fourth Wing: czwarte skrzydło” Rebecca Yarros

„Smok bez swojego jeźdźcy cierpi. Jeździec bez swojego smoka ginie”

Artykuł Pierwszy, ustęp pierwszy, kodeks jeźdźców smoków.

„Fourth Wing: czwarte skrzydło” Rebeci Yarros to książka, która zainteresuje każdego wielbiciela fantastyki. Główna bohaterka dwudziestoletnia Violet Sorrengail od dziecka marzyła dostać się do Kwadratu Skrybów – elitarnej uczelni nauczającej historii. Niestety głównodowodząca (matka Violet), zmusiła dziewczynę do dołączenia Kwadratu Jeźdźców – Akademii Wojskowej, w której ma zostać smoczym jeźdźcą. W tym niebezpiecznym miejscu pełnym przemocy, każdy kadet walczy o przetrwanie. Dodatkowo, aby przeżyć musi nawiązać więź ze smokiem, których jest mniej niż kadetów. Czy Violet poradzi sobie z przeciwnościami losu? Dowiemy się czytając cykl Empireum: tom 1 „Fourth Wing: czwarte skrzydło”, ale także tom 2 „Iron Flame: żelazny płomień”, które znajdziemy w bibliotece.



### „Dezorientacje biografia Marii Konopnickiej” Magdalena Grzebałkowska

Maria Konopnicka z domu Wasiłowska ur. 23 maja 1842 r. w Suwałkach zm. 8 października 1910 we Lwowie. Polska poetka i nowelistka, krytyczka literacka, publicystka i tłumaczka. Autorka wielu dzieł między innymi „Mendel Gdański”, „Miłosierdzie gminy” czy baśni „O krasnoludkach i sierotce Marysi”.

Magdalena Grzebałkowska odkrywa przed nami nieznanne oblicze jednej z najwybitniejszych polskich pisarek, która jest pełna sprzeczności. Maria mierzy się z problemami nie tylko w sferze prywatnej, ale i zawodowej. Opuszcza męża i rozpoczyna związek z kobietą, a chorą córkę zamyka

w szpitalu psychiatrycznym. W książce została opisana nie tylko Maria Konopnicka, ale także każda kobieta żyjąca w czasach XIX i XX wieku.



### „Wiedźmun: słodki zapach potwora o zmierzchu” Tomasz Samojlik

Tomasz Samojlik biolog, popularyzator przyrody, rysownik i twórca komiksów. autor wielu książek zaskakuje młodych czytelników serią komiksów o „Wiedźmunie”.

„Wiedźmun” to komiks, który parodiuje klasyczne motywy znane z twórczości Andrzeja Sapkowskiego. Głównym bohaterem jest tytułowy wiedźmun o imieniu Gierwald wychowany w Kaer Frauer, który zbiera tajemnicze aurogeryum. Występuje także Dzenifer czarownica, która potrzebuje magicznego owocu oraz bard o imieniu Katarakt, który szuka natchnienia do napisania pieśni.

Oryginalne rysunki Tomasza Samojlika, idealnie wkomponowują się w klimat opowieści, a detale oddają emocje bohaterów. Dzięki unikalnemu stylowi, dynamicznym scenom i humorystycznej narracji komiks oferuje dla młodych czytelników zabawne spojrzenie na znane motywy. W bibliotece można wypożyczyć następane części cyklu Wiedźmun, tom 2 „Przed wyprawą zbiierz drużynę” i tom 3 „Najmniej spodziewany zwrot akcji”.



re  
per  
tuar

www.kinospojnia.pl  
tel: 726 506 506.

7 marca PIĄTEK

16:30 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

18:15 Przepiękne (119') - Polska

20:20 Bridget Jones: Szalejąc za facetem (130') - USA

8 marca SOBOTA

12:00 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

13:45 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

15:30 Innego końca nie będzie (85') - Polska

DZIEŃ KOBIET W KINIE SPÓJNIA ( bilet dla pań 19 zł)

17:00 Przepiękne (119') - Polska

19:20 Bridget Jones: Szalejąc za facetem (130') - USA

14 marca PIĄTEK

17:45 Elfy rozrabiają (76') - Niemcy

19:05 Wujek foliarz ( 88') - Polska

20:35 Przepiękne (119') - Polska

15 marca SOBOTA

12:00 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

13:40 Elfy rozrabiają (76') - Niemcy

15:00 Elfy rozrabiają (76') - Niemcy

16:20 Wujek foliarz ( 88') - Polska

17:50 100 dni do matury (110') - Polska

19:45 Przepiękne (119') - Polska

16 marca NIEDZIELA

10:40 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

12:20 Elfy rozrabiają (76') - Niemcy

13:40 Freddy. Pudel nie z tej ziemi (98') - Niemcy, Meksyk

15:20 Elfy rozrabiają (76') - Niemcy

16:40 Wujek foliarz ( 88') - Polska

18:10 100 dni do matury (110') - Polska

20:05 Przepiękne (119') - Polska



## OGŁOSZENIA DROBNE

- Sprzątanie domów i mieszkań. Mycie okien, prasowanie. Tanio. Tel. 608 14 40 04
- Sprzedam Fiata 126p tel. 608 14 40 04
- Sprzedam nową małą, zwykłą pralkę. Tanio. Tel. 504 323 541
- Sprzedam rzeczy PRL, naczynia, rower „Czajka” 50-letni, pianino, zabawki, motocykle i inne. Tel. 796 879 710
- Wynajmę garaż duży oświetlony, kanał teren monitorowany, przy ul. Daszyńskiego 10/11 w Aleksandrowie Łódzkim. Tel. 663 667 389
- Wynajmę pomieszczenie 9 m2 na osiedlu Słonecznym w Aleksandrowie Łódzkim, dla kosmetyczki lub księgowej. Tel. 667 988 612.
- Drewno kominkowe – dąb. Sprzedam. Tel. 737 188 574
- „FELIX” KUPIĘ OBRAZ FELIKSA SMOLIŃSKIEGO TEL. 668 713 097
- Wypredaż sprzętu blacharsko- dekarskiego: butla gazowa+ palnik, wciągarka do papy z bocianem, szelki bezpieczeństwa, kowadełko do rąbków i wiele innych. Wykonuję daszki dachowe od 15 zł. Sprzedam cynę -60. Pokrycie papą termozgrzewalną. Najtaniej Tel. 692 682 070
- Sprzedam tanio pralkę SIEMENS wym. 85 x 60 x 39 cm ładowanie z przodu. Tel. 798 422 455
- Montaż, naprawa lub rozbiórka pokryć dachowych i docieplenia elewacji budynków. Ponad 20 lat doświadczenia. Tel. +48 889 008 557
- WYNAJMĘ POMIESZCZENIA BARDZO TANIO. WSZYSTKIE MEDIA DOSTĘPNE. ŁOBÓDŹ. TEL. 603 805 822, 609 072 133
- Sprzedam niedrogo kontener metalowy ocieplony 7x2,5m z instalacją elektryczną. Stan bardzo dobry. Tel. 505 832 566
- Sprzedam zwój drutu kolczastego. Cena 180 zł. Tel. 505 832 566
- Sprzedam samochód elektryczny dla dziecka. Stan bardzo dobry. Tel. 505 832 566
- Sprzedam działkę budowlano-rekreacyjną (1200 m) . Krasnodęby Stare . Działka ogrodzona, prąd, woda, domek holenderski, garaż blaszany tel. 509 264 616
- Złota rączka. Skutecznie tel. 534 860 040
- Sprzedam cały zestaw mebli kuchennych (szafka stojące, wiszące, zlewozmywak narożny i AGD) w dobrym stanie. Cena do uzgodnienia tel. 798 422 455
- Sprzedam zestaw mebli do salonu (komoda, witryna narożna, stół i 6 krzeseł, kanapa narożna) w dobrym stanie. Cena do uzgodnienia tel. 798 422 455
- Zamienię mieszkanie komunalne 54,75m dwa pokoje z kuchnią, rozkładowe na mniejsze. Mieszkanie znajduje się w bloku na ul. Konstantynowskiej. Tel. 608 450 514
- Sprzedam duży kredens pokojowy Swarzędz. Tel. 782 352 583
- Sprzedam tonę węgla „Kostka”. Tel. 504 323 541
- Sprzedam nowy, ciepły komplet do spania „z lamy”. Tel. 504 323 541
- Sprzedam Owerlok 3-nitkowy. Tel. 783 570 611
- Kupię pamiątki z PRL-u, zabawki, kryształ, zegarki, obrazy, starocie i inne. Tel. 519 691 609
- Likwidacja całkowita mieszkań, strychów, komórek, piwnic i garaży. Wywiozę wszystkie zbędne graty, wycena i dojazd gratis .Tylko zadzwoń. Tel. 500 551 929
- Sprzedam tanio 4 opony letnie Continental Ecocontact6 205\*55\*R6. Przebieg 4000 km. Tel. 726 168 235
- Sprzedam drzewo - brzoza (cięta, sucha, na opał) 1m szesc. 250 zł. Tel. 668 377 873
- Sprzedam działkę budowlaną o pow. 9550 m kw. w miejscowości Łobódź. Tel. 509 370 695
- Mieszkanie do sprzedania przy ul Kilińskiego 26. I piętro, 35,7 m kw. Tel. 789 178 446
- Oddam za darmo segment młodzieżowy dla dziewczynki jasny dąb oraz dwa fotele tel. 608 14 40 04
- Oddam komodę RTV pod telewizor tel. 608 14 40 04
- Sprzedam tanio pralkę SIEMENS wym. 85 x 60 x 39 cm ładowanie z przodu. Tel. 798 422 455
- Montaż, naprawa lub rozbiórka pokryć dachowych i docieplenia elewacji budynków. Ponad 20 lat doświadczenia. Tel. +48 889 008 557
- WYNAJMĘ POMIESZCZENIA BARDZO TANIO. WSZYSTKIE MEDIA DOSTĘPNE. ŁOBÓDŹ. TEL. 603 805 822, 609 072 133
- Sprzedam niedrogo kontener metalowy ocieplony 7x2,5m z instalacją elektryczną. Stan bardzo dobry. Tel. 505 832 566
- Sprzedam zwój drutu kolczastego. Cena 180 zł. Tel. 505 832 566
- Sprzedam samochód elektryczny dla dziecka. Stan bardzo dobry. Tel. 505 832 566
- Sprzedam działkę budowlano-rekreacyjną (1200 m) . Krasnodęby Stare . Działka ogrodzona, prąd, woda, domek holenderski, garaż blaszany tel. 509 264 616
- Złota rączka. Skutecznie tel. 534 860 040
- Sprzedam cały zestaw mebli kuchennych (szafka stojące, wiszące, zlewozmywak narożny i AGD) w dobrym stanie. Cena do uzgodnienia tel. 798 422 455
- Sprzedam zestaw mebli do salonu (komoda, witryna narożna, stół i 6 krzeseł, kanapa narożna) w dobrym stanie. Cena do uzgodnienia tel. 798 422 455
- Zamienię mieszkanie komunalne 54,75m dwa pokoje z kuchnią, rozkładowe na mniejsze. Mieszkanie znajduje się w bloku na ul. Konstantynowskiej. Tel. 608 450 514
- Sprzedam duży kredens pokojowy Swarzędz. Tel. 782 352 583
- Sprzedam tonę węgla „Kostka”. Tel. 504 323 541
- Sprzedam nowy, ciepły komplet do spania „z lamy”. Tel. 504 323 541
- Sprzedam Owerlok 3-nitkowy. Tel. 783 570 611
- Kupię pamiątki z PRL-u, zabawki, kryształ, zegarki, obrazy, starocie i inne. Tel. 519 691 609
- Likwidacja całkowita mieszkań, strychów, komórek, piwnic i garaży. Wywiozę wszystkie zbędne graty, wycena i dojazd gratis .Tylko zadzwoń. Tel. 500 551 929
- Sprzedam tanio 4 opony letnie Continental Ecocontact6 205\*55\*R6. Przebieg 4000 km. Tel. 726 168 235
- Sprzedam drzewo - brzoza (cięta, sucha, na opał) 1m szesc. 250 zł. Tel. 668 377 873
- Sprzedam działkę budowlaną o pow. 9550 m kw. w miejscowości Łobódź. Tel. 509 370 695
- Mieszkanie do sprzedania przy ul Kilińskiego 26. I piętro, 35,7 m kw. Tel. 789 178 446
- Oddam za darmo segment młodzieżowy dla dziewczynki jasny dąb oraz dwa fotele tel. 608 14 40 04
- Oddam komodę RTV pod telewizor tel. 608 14 40 04

Bezpłatne ogłoszenia przyjmujemy  
pod numerem tel. 42 27 00 315  
lub na adres mailowy:  
redakcja@aleksandrow-lodzki.pl

## Medale lekkoatletów

**Podczas 69. Halowych Mistrzostw Polski w Toruniu MKS Aleksandrów zdobył trzy medale. Jakub Bracki został mistrzem Polski w trójskoku do lat 23 oraz srebrnym medalistą w kategorii seniorów, ustanawiając nowy rekord życiowy z wynikiem 15,92 m. Mateusz Rzeźniczak w biegu na 400 m świętował brązowy medal w kategorii seniorów.**

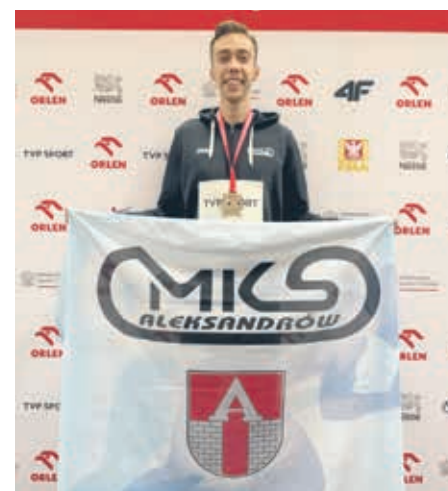
— Jestem bardzo zadowolony z wyniku Kuby, ponieważ dużymi krokami zbliża się do mojego rekordu życiowego — zaznacza trener Paweł Zdrajkowski.

Szkoleniowiec w 1997 roku ustanowił swoją życiówkę, skacząc na odległość 16,35 m. Warto również powrócić do sukcesów MKS Aleksandrów podczas młodzieżowych startów. Michał Boczkowski-Lesiak zdobył złoto (U20) w skoku wzwyż z wynikiem 203 cm. Dominik Zdrajkowski zajął

2. miejsce (U18) z wynikiem 203 cm. Mikołaj Gajda był drugi w pchnięciu kulą (U20), ustanawiając rekord życiowy 16,62 m.

— Mikołaj świetnie rozpoczął rok i po raz ostatni startował w kategorii pchnięcia kulą. Tym bardziej cieszymy się z medalu. Mikołaj teraz będzie dyskobolem — zaznacza trener Artur Belter.

Lekkoatleci są już po sezonie halowym, teraz rozpoczynają przygotowania do letnich startów.



## Sokół w Barcelonie

**Hiszpańska przygoda trzech grup młodzieżowych Sokola Aleksandrów dobiegła końca. Ten wyjazd z pewnością pozostanie na długo w pamięci.**

Młodzi zawodnicy podczas ferii przebywali na obozie w Hiszpanii. W zgrupowaniu uczestniczyli zawodnicy z rocznika 2008, 2009 oraz 2012. Drużyny przez tydzień mieszkały w katalońskim mieście Calella i szlifowały formę na świetnie przygotowanych boiskach.

— Nadarzyła się również okazja, aby sprawdzić swoje umiejętności przeciwko miejscowym rówieśnikom. Rozegrano sparingi z katalońskim klubem Athletic Valles. Drużyna 2008/2009 odniosła zwycięstwo 4:3, natomiast rocznik 2012 przegrał 3:1, lecz warto zaznaczyć, że mecz rozegrano w formule 11 x 11 zawodników, podczas gdy nasi zawodnicy grają na co dzień 9x9 — informuje Kamil Kmieć, jeden z trenerów przebywających na obozie.

Aleksandrowianie mieli ponadto okazję obejrzeć na żywo mecz ligi hiszpańskiej pomiędzy FC Barcelona i Rayo Vallecano.

— Doping okazał się skuteczny, gdyż Duma Katalonii z Robertem Lewandowskim i Wojciechem Szczęsnym w składzie odniosła zwycięstwo 1:0. Poza aspektami piłkarskimi był również czas na zwiedzanie Hiszpanii. Uczestnicy obozu mieli okazję odwiedzić malownicze Tossa de Mar

oraz największe atrakcje Barcelony. Wyjazd można uznać za udany i było to bardzo cenne doświadczenie — dodaje szkoleniowiec Sokola.

Jan Frontczak, trenujący w roczniku 2008, w centrum Barcelony spotkał kolegę z drużyny Roberta Lewandowskiego. Francuz Jules Koundé gra pod okiem niemieckiego trenera Hansiego Flicka. Ten moment z pewnością na długo pozostanie w pamięci!



### WOLNE MIEJSCA W PRZEDSZKOLU – REKRUTACJA 2025/ 2026

Burmistrz Aleksandrowa Łódzkiego informuje, iż w rekrutacji do przedszkoli 2025/2026 dysponujemy następującą liczbą wolnych miejsc w placówkach:

	Wolne miejsca
Miejskie Przedszkole nr 1	27
Miejskie Przedszkole nr 2	74
Miejskie Przedszkole nr 3	37
Publiczne Przedszkole ALA	28
Publiczne Przedszkole nr 6 KIDO	94
Publiczne Przedszkole nr 5	45
SP BEŁDÓW	31
SP RĄBIEŃ	38
SP RUDA BUGAJ	17
<b>RAZEM</b>	<b>391</b>



# DZIEŃ ZDROWIA im. Ilony Rafalskiej I URODY



TATIANA OKUPNIK

# 9

marca  
godz. 12.00



al. 1 Maja 17/19  
Młodzieżowy Dom Kultury  
w Aleksandrowie Łódzkim

SALA WIDOWISKOWA

**12.00 WYSTĘPY UCZESTNIKÓW  
ZAJĘĆ MDK**

**12.45 Grupa Taneczna GANG IRENY**

**17.00 Gwiazda Wieczoru:  
TATIANA OKUPNIK**

**PONADTO:**

konsultacje: **lekarskie  
i fizjoterapeutyczne,  
kosmetologiczne, porady  
dla zdrowia i urody,  
trycholog**

wystawcy: **zdrowa  
żywność, naturalne  
kosmetyki, biżuteria  
hand-made, biżuteria  
pachnąca, akcesoria  
dekoracyjne,  
rękodzieło, ręcznie  
robione świece, miody  
i wyroby pszczelarskie,  
oleje tłoczone na zimno,  
studio tatuażu, studio  
fryzur (Zespół Szkół  
Specjalnych)**

kawiarenka: **pyszne  
domowe ciasta  
i ciasteczka, kawa, herbata**

zdrowe przekąski **przygotuje  
Zespół Szkół Specjalnych  
w Aleksandrowie Łódzkim**

SALA LUSTRZANA

**13.00 Gość Specjalny – ANNA DERESZOWSKA**

**14.00 GENERATION A – jak bezpłatnie przebadac  
całą rodzinę**

**15.00 POGADUCHY Z ZIELARKĄ.**

**Zioła na zdrowie i urodę**

**16.00 PRZEZ ŻOŁĄDEK DO SERCA, czyli jak  
dzięki żywemu jedzeniu wyjść  
z toksycznych związków**

**WARSZTATY**

Empatyczna Komunikacja

Wiosenny makijaż – podstawy

Las w słoiku

Pielęgnacja i oczyszczanie cery

Warsztaty czekoladowe

Jak zrobić ocet owocowy?

Wielkanocne ozdoby świąteczne



Anna Dereszowska

**ZAPRASZA JACEK LIPIŃSKI BURMISTRZ ALEKSANDROWA ŁÓDZKIEGO**

Organizator:



FB: @AleksandrowLodzkiOfficial

www.aleksandrow-lodzki.pl