



Fachowcy w Mieście

Seksualna anoreksja str. 4
 Pneumokoki-szczepienia str. 6
 Czyścimy felgi str. 8
 Warsztaty dla najmłodszych str. 10
 Zajęcia kreatywne dla najmłodszych str. 12
 17 PKO Poznań Maraton str. 12
 Metoda Aktywnej Piany str. 14

www.fachowcywmiescie.pl
 www.fb.com/fachowcywmiescie/

Ławica ▶ Ogrody ▶ Wola ▶ Krzyżownicy-Smochowice ▶ Kiekrz ▶ Strzeszyn ▶ Podolany

wakacje! znów będą wakacje!

UBEZPIECZENIA

Dla Klientów porady prawne - Gratis

OC AC * NNW * FIRM * NA ŻYCIE INDYWIDUALNE I
 GRUPOWE GWARANCJE * RYZYK BUDOWLANYCH
 DOMÓW I DOMÓW W BUDOWIE OD OGNIĄ I
 KRADZIEŻY * TURYSTYCZNE *
 OC ZAWODOWE I PRYWATNE

Roczne ubez. domu lub mieszkania:
 Ogień i inne zdarzenia 200tys-146zł
 Kradzież z włamaniem 5tys.- 38zł
 OC w życiu prywatnym 50tys.-33zł

TEL. 503 848 654



KRAINA MARZEŃ
 PRZEDSZKOLE JĘZYKOWO - ARTYSTYCZNE

PRZEDSZKOLE - 650 zł
 ŻŁOBEK - 800 zł

ul. Miłosza 31
 STRZESZYN GRECKI

600 068 464
 www.krainamarzen.com.pl

AKADEMIA MAŁEGO WOJOWNIKA
 • CZERWONY SMOK •

Już od września w Galerii Podolany
 Zajęcia sprawnościowe dla dzieci
 z elementami sztuk walki.

Taekwondo
 Kick-Boxing
 Muay Thai
 Jiu-Jitsu
 Zapasy

GRUPY WIEKOWE
 3-5 lat
 5-8 lat
 8-10 lat
 10-12 lat

Akademia Małego Wojownika
Zapisy: 693 072 300

SKUP AUT
ECO cars
GOTÓWKA
LEGALNA KASACJA

SKUP AUT 604 62 63 76
 CZĘŚCI UŻYWANE 888 993 000
 WULKANIZACJA 666 666 232

ul. Forteczna 14a, Poznań www.eco-cars.pl

— **www.tani-kurier.net** —

- ☐ paczka standardowa od 14 zł brutto
- ☐ paczka niestandardowa od 20 zł brutto
- ☐ przesyłki gabarytowe od 30 zł brutto
- ☐ zwrot pobrania
 - już w kolejnym dniu po doręczeniu
- ☐ profesjonalna obsługa



biuro@tani-kurier.net

POZNAŃ PRZEŹMIEROWO
 ul. Słupska 20 ul. Rynkowa 113A
 60-458 Poznań 62-081 Przeźmierowo
 tel. 881-511-040 tel. 881-511-050

KUPON NA DARMOWĄ LEKCJĘ
NAUKI GRY W TENISA ZIEMNEGO
 dla pierwszych 100 mieszkańców
 do wykorzystania w czerwcu

KONTAKT:
 tel. 601-371-758
 email: tomek@masterstennis.pl

WYWÓZ GRUZU I ŚMIECI
 Kontenery: 1,7m³ do 14m³

PROMOCJA
90 zł
 netto

SKIP
 GROUP

603 600 600 www.odpady-skip.pl

HONTER® WWW.HONTER.PL ☎ 793 581 581
 Natryskowe pianki izolacyjne

BUDUJESZ DOM? SZUKASZ OSZCZĘDNOŚCI?
ZAINWESTUJ W SYSTEMY IZOLACYJNE
PIANKĄ FOAM-LOK!

- ☐ SYSTEMY IZOLACYJNE 4 GENERACJA DLA BUDOWNICTWA
- ☐ POTWIERDZONA BUDOWANIEM NAJLEPSZA JAKOŚĆ NA ŚWIECIE
- ☐ NAJLEPSZE PARAMETRY IZOLACYJNE
- ☐ 40 LATNA GWARANCJA
- ☐ ŚWIATOWY LIDER W CENIE DLA KAŻDEGO

FOAM-LOK
 SPRAY FOAM INSULATION

Fachowcy w Mieście
Miesięcznik zachodniego Poznania
nakład: 13.000 szt.

Wydawca i Biuro Ogłoszeń
Agnieszka Juskowiak
tel. 505 528 144
biuro@fachowcywmiescie.pl
www.fachowcywmiescie.pl
Poznań, ul. Dedala 5

Biuro ogłoszeń RESO
Przeźmierowo, ul. Poznańska 17
tel. 61 652 50 69, kom. 604 372 440
biuro.ogloszen.reso@wp.pl

Motto numeru:
„Dzień, w którym nie śmiałeś się, uważaj za stracony”
(Erazm z Rotterdamu)

Szanowni Państwo,

Od tego numeru będziemy systematycznie zamieszczać Kalendarium pełne przygód, cykl warsztatów i wycieczek dla najmłodszych poznaniaków organizowanych przez Wydawnictwo Miejskie Poznania. W ramach tego poszerzonego programu edukacyjnego dzieci będą miały okazję skorzystać z wielu atrakcji, które przybliżą im wydarzenia, miejsca i postacie związane z Poznaniem. Każdy miesiąc w roku to szansa na przedstawienie unikatowego wydarzenia lub miejsca będącego symbolem Poznania.

Zdecydowanie polecamy artykuł psycholog Małgorzaty Remlein o anoreksji seksualnej. Problem dotyczy obu płci, ale najważniejsze są wnioski i nadzieje, że można poradzić sobie z tym problemem. Najważniejszym etapem powrotu do zdrowia jest przyznanie się do problemu oraz pokonanie lęków i wstydu. To pierwszy krok, aby znów można było cieszyć się intymnością.

Gorąco polecamy kilka ważnych informacji Marcina Właszczyka ze sklepu Chemik24.pl, tym razem o dwóch produktach do odświeżania felg samochodów - TENZI ALUXi TENZI En-Jee.

Zapraszamy do dalszej współpracy wszystkich tych, którzy nie gościli jeszcze na naszych stronach, a mają coś ciekawego do zaoferowania.

Zapraszam do współpracy.

Agnieszka Juskowiak

Wszelkie zapytania i sprawy proszę kierować pod nr telefonu: 505-528-144 lub na e-mail: biuro@fachowcywmiescie.pl.

Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść ogłoszeń i artykułów. Redakcja zastrzega sobie prawo przesunięcia terminu ukazania się ogłoszenia do 15 dni. Wzory ogłoszeń zamieszczonych w miesięczniku pozostają własnością Wydawnictwa. Publikowanie lub kopiowanie, w całości lub w części, wyłącznie za zgodą wydawcy. WSZELKIE PRAWA ZASTRZEŻONE.

ZATRUDNIĘ
STOLARZA
Tarnowo Podgórne
601 917 516

ZATRUDNIĘ
KUCHARZA
POMOC KUCHENNĄ
507 664 662

ALARMEX
automatyka do bram
bramy garażowe
systemy alarmowe
domofony
rolety zewnętrzne
tel. 692-492-268
www.ajm-alarmex.pl

natalii drukarnia etykiet
ZATRUDNIĘ:
- DRUKARZY FLEKSOGRAFICZNYCH
- PANIE DO KONTROLI JAKOŚCI I KONFEKCJI ETYKIET
- GRAFIKA KOMPUTEROWEGO
OFERUJEMY WYSOKIE WYNAGRODZENIE
Podanie + CV proszę o przesłanie na adres:
62-090 Rokietnica ul. Golecińska 39
email: info@natalii-rolidruk.pl
www.natalii-rolidruk.pl

OKNA PCV I DRZWI
Z DEMONTAŻU Z NIEMIEC
DUŻY WYBÓR
NISKIE CENY
TRANSPORT
ul. Wituchowska 15
60-427 Poznań
tel. 505-840-057
tel. 508-077-297
otwarte 7 dni w tygodniu
www.oknauzywanepoznan.pl

P.P.H.U CHEMA-PLAST tel. (61) 810-66-28 tel./fax (61) 810-66-14
62-051 Łęczyca k/Poznania, ul. Dworcowa 28 www.chemo-plast-plus.pl biuro@chemoplast.com.pl
OKNA I DRZWI z PCV i ALUMINIUM
MIKROWENTYLACJA: SZYBA K=1,0 - W STANDARDZIE OKUCIA ANTYWŁAMANIOWE,
ROLETY, PARAPETY, ROLETKI, ŻALUZJE, MOSKITIERY
PRODUKCJA - SPRZEDAŻ - MONTAŻ
ZAPRASZAMY DO WSPÓŁPRACY DEALERÓW RABAT DO 10%
Termin realizacji - 14 dni RATY BEZ ZYRANTÓW GWARANCJA 5 LAT
Okucia niemieckie: ROTO
Profil niemiecki: ALUPLAST

ROLETY
zewewnętrzne
materiałowe
plisy, żaluzje
zasłony rzymskie
wertikale
moskitiery
20 lat doświadczenia
Dla emerytów i rencistów
korzystne rabaty!!!
tel. 504 - 573 - 493
DOJAZD I WYCENA GRATIS!

PRZEDSZKOLE
POLSKO-NIEMIECKIE
 DWUJĘZYCZNE PRZEDSZKOLE POLSKO-NIEMIECKIE
ZWEISPRACHIGER DEUTSCH-POLNISCHER KINDERGARTEN
NABÓR PRZECZ CAŁY ROK
- małe grupy, od 2,5 do 6 lat
- nauczycielki polsko i niemieckojęzyczne
- domowa atmosfera
POZNAŃ - WOLA
ul. M. Palucha 15
www.ene-due-rabe.pl
tel. 601-247-935

RADCA PRAWNY
Porady, reprezentacja w sądzie:
► rozwód, separacja, podział majątku
► władza rodzicielska, opieka, alimenty
► spadki - nabycie, zachowek, testamenty
► spory dot. własności nieruchomości
► procesy o odszkodowania, ZUS i inne

Kancelaria
601 999 570

Dom jak nowy - na wiele lat. INVEST CLEANING tel. 501 552 770 693 072 300 dachnaszfach.pl					
	już od 8 zł/m² CZYSZCZENIE DACHÓW	już od 5 zł/m² CZYSZCZENIE KOSTKI BRUKOWEJ	już od 12 zł/m² MALOWANIE DACHÓW	już od 8 zł/m² MALOWANIE ELEWACJI	już od 19 zł/m² MALOWANIE PODBITKI DACHOWEJ

RESTAURACJA SUSHI MAIKO
GWARANCJA NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI SUSHI
ORYGINALNA KUCHNIA JAPANEŃSKA
GALERIA SUCHOLESKA
600 337 640
Restauracja Sushi Maiko zatrudni pomoc kuchenną, kucharza, osobę do przeszkolenia w kuchni.
Szczegóły pod numerem telefonu 507 664 662 lub 600 337 640

Seksualna anoreksja, czyli kiedy nie seks nam w głowie

Myśl o seksie wzbudza u tych osób wstręt i strach. Unikają, odmawiają, symulują migreny, wymyślają problemy z żołądkiem, zmęczenie oraz inne wymówki. Uciekną się do wszystkiego, żeby tylko „odroczyć” konieczność seksualnej bliskości. Ze wstydu i uporczywego poczucia winy oszukują oraz zwodzą partnerów i partnerki. Do mojego gabinetu trafiła trzydziestoletnia kobieta, która swoją opowieść zaczęła od zdania: „Coś jest ze mną nie tak. Kompletnie nie mam ochoty na seks. Kocham mojego męża, dobrze nam razem, ale na samą myśl o seksie aż mnie skręca. Co mam robić? Czy to znaczy, że jestem oziębłą i taka już zawsze zostanę?”.

Objawy seksualnej anoreksji

Oziębłość, nazywana również anoreksją seksualną dotyka wiele osób niezależnie od płci coraz częściej. Anoreksja seksualna to brak ochoty na seks i strach przed intymnością. Jej pierwsze symptomy to różnego rodzaju lęki związane ze sferą seksualną i spadek libido. W tradycyjnej anoreksji osoba chora robi wszystko, żeby nie jeść, w anoreksji związanej ze współżyciem, żeby tylko się nie kochać. Już sama myśl o zbliżeniu jest dla seksualnych anorektyków koszmarem. Oziębłość seksualna to często skutek depresji, załamania nerwowego lub stanu permanentnego zmęczenia wywołanego np. przepracowaniem czy silnym, długotrwałym stresem. Czasem jednak źródło choroby leży w molestowaniu seksualnym w dzieciństwie czy nieprzyjemnych doświadczeniach w sferze intymnej w nieudanym związku. Anoreksja, czy też awersja seksualna dotyka zarówno kobiet jak i mężczyzn. Porównywanie seksualnej oziębłości do jednego z najpoważniejszych zaburzeń odżywiania wcale nie jest przypadkowe. Z awersją seksualną, jako jednostką chorobową, mamy do czynienia dopiero wtedy, gdy spełnionych jest kilka warunków: gdy problem występuje często i przez co najmniej pół roku; gdy niechęć do seksu przerasta nasze potrzeby i pragnienia; gdy niechęć do współżycia nie da się wytłumaczyć innymi czynnikami, takim jak choroba, depresja albo zaburzenia hormonalne. O awersji seksualnej mówimy, kiedy perspektywa kontaktu seksualnego z partnerem budzi niechęć, obawę lub lęk w stopniu wystarczającym do tego, aby takiej aktywności unikać, przy czym niechęć nie jest spowodowana lękiem przed brakiem sprawności seksualnej. Gdy zaś do aktywności seksualnej dochodzi – to u osoby dotkniętej awersją seksualną pojawiają się silne uczucia negatywne i niezdolność do przeżywania przyjemności.

Ciało a seks

W przeciwieństwie do jedzenia, seks nie jest nam niezbędny do życia. Jednak, gdy go zaczyna brakować, organizm staje się bardziej podatny na różnego rodzaju dolegliwości. Osłabieniu ulega układ krążenia i odporność. Drastycznie spada ciśnienie krwi, częstym objawem jest też apatia, zniechęcenie i brak sił. Wprawdzie nie ma naukowych dowodów świadczących, że seks przedłuża życie, to wiadomo jednak, że osoby niewspółżyjące skarżą się na więcej problemów

zdrowotnych. Dotyczy to m.in. upośledzenia funkcji narządów rodnych - u kobiet często pojawia się problem z osiągnięciem wilgotności pochwy, u mężczyzn zaburzenia erekcji, a nawet zaburzenia hormonalne.

Problem obydwu płci

Na przestrzeni ostatnich lat znacznie zmieniło się pojęcie kobiet do seksu. Z jednej strony zmniejszył się ich strach przed niechcianą ciążą, ale z drugiej strony pojawił się stres, przepracowanie i szereg innych problemów sprawiających, że aktywność seksualna maleje. Z badań wynika, że 43 proc. kobiet nie przeżywa orgazmu, według obserwacji, już ponad 50 proc. ma większe lub mniejsze problemy z osiąganiem satysfakcji seksualnej. O kobiecej oziębłości sporo już wiadomo, dlatego że kobiety częściej zgłaszają się po poradę do specjalisty. Badania przeprowadzone na kobietach w Wielkiej Brytanii i Holandii wskazały, że na ogół przyczyną ich zaburzenia są traumy z dzieciństwa takie jak: molestowanie seksualne lub doświadczanie przemocy psychicznej i fizycznej. Polskie seksualne anorektyczki zaczynają chorować najczęściej pod wpływem problemów z partnerem oraz pracą. Traumatyczne doświadczenia z dzieciństwa są źródłem problemów seksualnych dla zaledwie 10 proc. Polek. Jak wynika z międzynarodowych badań, na oziębłość seksualną cierpi już od 25-37 proc. kobiet na świecie. W Polsce dotyczy ona 1 na 10 kobiet w wieku do 24 lat i 7 na 10 kobiet – powyżej 45 roku życia. I choć brak lub utrata potrzeb seksualnych jest dysfunkcją częściej występującą u kobiet, zdarza się również u mężczyzn. Potwierdzają to opinie kobiet, które trafiają do mojego gabinetu opowiadając o problemach intymnych w związku. Często kobiety te są rozczarowane swoimi partnerami, narzekają na ich „dziwną” niechęć do seksu, którzy całymi miesiącami unikają seksu, tłumacząc to zmęczeniem, brakiem nastroju albo „ból głowy”

Czas się zmieniają

Kobiety starannie wybierają partnera, gdyż zaangażowanie się w związek seksualny może zakończyć się ciążą. Dbają też o swój wizerunek, gdyż kobieta dostępna seksualnie dla wielu mężczyzn raczej nie będzie postrzegana, jako atrakcyjna partnerka do stałego związku. Mężczyźni ponoszą mniejsze skutki kontaktu seksualnego, więc z natury rzeczy będą skłonni do pozostawiania bardziej aktywnymi. Zderzenie prawdy z kulturowo ukształtowanym wizerunkiem przeraża wielu mężczyzn, gdy oczekiwania seksualne kobiet są dosyć konkretne, na co część mężczyzn reaguje właśnie lękiem. Mężczyzna błędnie uważa, że to on powinien zawsze występować w roli zdobywcy i inicjatora kontaktu seksualnego. Gdy rzeczywistość okazuje się inna – część mężczyzn nie umie się w niej odnaleźć i wycofuje się z życia seksualnego z partnerką.

Gdy apetyt na seks nie wraca

Długotrwały stres, przemęczenie, choroba, stosowanie używek, siedzący tryb życia, niektóre rodzaje leków antykoncepcyjnych – wszystko to może stanowić przyczynę zaburzeń seksualnych. Jak wcześniej wspominałam u źródeł oziębłości leży często depresja, problemy

emocjonalne czy nieudane i monotonne życie seksualne. Zaburzenia libido często występują także po poro-dzie. Jednak nie każdą niechęć do seksu należy od razu klasyfikować, jako zaburzenie. Przejściowa niechęć do seksu przemija po względnie krótkim okresie spowodowanym przyczynami możliwymi do zidentyfikowania, takimi jak np. choroba, nadmierna ekspozycja na stres, hałas czy przemęczenie. Gdy czynniki te mijają - apetyt na seks wraca.

Na kozetce u seksuologa

Jeśli wymówki, co chwila się zmieniają i powtarzają ponad miesiąc, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że twój partner/partnerka ma kogoś innego albo problem ze zbliżeniem. Najgorsze, co wtedy możesz zrobić, to mieć do niego/jej pretensje. Oziębłość czy też anoreksję seksualną można i trzeba leczyć. Warto skorzystać z pomocy specjalisty, który zaproponuje odpowiednią terapię. Pomoc seksuologa polega przede wszystkim na precyzyjnej diagnozie problemu. Aby stwierdzić konkretne zaburzenie, seksuolog przeprowadzi dokładny wywiad, obejmujący wiele aspektów życia – stan zdrowia, przyjmowane leki, relacje z partnerem/ką czy upodobania seksualne. W przypadku kobiet konieczne bywa przeprowadzenie badania ginekologicznego, aby sprawdzić prawidłową budowę narządów płciowych albo wykluczyć choroby, takie jak np. endometrioza czy infekcja pochwy. U mężczyzn z kolei potrzebna może być diagnostyka mogąca wykluczyć inne zaburzenia seksualne, takie jak np. zaburzenia erekcji.

Problem pary a zaburzenia potrzeb seksualnych

Jeśli brak potrzeb seksualnych spowodowany jest czynnikami emocjonalnymi to powinniśmy udać się do psychoterapeuty. Oziębłość seksualna najczęściej jest wypadkową relacji między partnerami. Najważniejsze jest wsparcie i zaspokojenie potrzeb emocjonalnych w związku. Poczucie bezpieczeństwa i bezwarunkowej miłości to połowa sukcesu w terapii. Warto pamiętać, że pożycie seksualne to istotny warunek silnej więzi między partnerami, a jakiegokolwiek zaburzenia w tej sferze naszego życia, tę relację niszczą. Udań życie intymne zaspokaja bardzo szeroką gamę naszych potrzeb: od fizjologicznych, poprzez potrzebę bezpieczeństwa, przynależności do samorealizacji. Warto anoreksję seksualną leczyć, chociaż powodzenie terapii podobnie jak w anoreksji zależy od wielu czynników i nastawienia do leczenia osoby, która na nią cierpi. Tak jak w historii wcześniej wspomnianej kobiety, która trafiła do mojego gabinetu najważniejszym etapem powrotu do zdrowia jest przyznanie się do problemu oraz pokonanie lęków i wstydu. To pierwszy krok, aby znów można było cieszyć się intymnością.

Małgorzata Remlein
psycholog

Gabinet Psychologiczny
tel. 660-140-488 lub
malgorzataremlein.pl

Straszynska 176

698 628 826

MAŁA KOPENHAGA

Vila Clothes
Pulz Jeans
ICHI
Gustav
Culture
Gustav
Zizzi
Karen By Simonsen
Dranella
soyaconcept

MAŁA KOPENHAGA

MODA DUŃSKA i nie tylko
ZAPRASZAMY
poniedziałek-piątek 11-19, sobota 10-14

/malakopenhaga

malakopenhaga@gmail.com

KACIK PODROZNIKA

Przedstawiciel:
TUTU Gwarantujemy
i wielu innych

Najlepsza oferta w jednym miejscu
Egzotyka 2015/16
Lato 2016
Narty

bo każdemu należą się wakacje
Galeria Piotr i Paweł
ul. Drukarska 12a, tel. 61 840 79 77
Zapraszamy pn - sob w godz. 11 - 19
www.kacikpodroznika.pl

INFOLINIA: 513 007 588 CZYNNA: PN-ND W GODZ. 08-21

Pani od Angielskiego
PROFESJONALNA JĘZYKOWA INSTRUKTORKA

EXPLORE THE WORLD!

Zapraszamy na półkolonie pełne wrażeń!
W programie warsztaty kulinarne, zajęcia sportowe,
odkrywanie tajemnic przyrody i nauki,
a wszystko to, jako zabawa z językiem angielskim!
Dzieci w wieku 6-12 lat Tematyka pn-pt. od 7:30 do 16:30
WIEMY JAK DOBRZE SPĘDZIĆ LATO :)

Sprawdź na www.paniodangielskiego.pl
tel. 797 628 502

KURCZAK Z ROŻNĄ
WRAZ Z DANIAMI KUCHNI DOMOWEJ

- Kurczak z różną
- Pierogi
- Gółąbki w sosie pomidorowym

dania także na wynos

tel. 693-58-46-58
pon-pt: 10.00-19.00
sob: 10.00-15.00

Poznań, Obornicka 327 (obok stacji benzynowej Shell)
dawniej ul. Straszynska 200

Just4fit

tel: 505 469 979
pol50@poczta.onet.pl

Kiekrz
ul. Ks. E. Nawrota 14
60-480 Poznań

Czynne w sezonie
od PN do ND

WYPOŻYCZALNIA
SPRZĘTU WODNEGO

Kajaki, rowerki, łódki, spływy kajakowe
Imprezy plenerowe, integracyjne, szkolne, urodziny, grille...

Joanna
STUDIO DEKORACJI

firanki · zasłony · karnisze

www.joanna-studio.pl

60-126 Poznań, ul. Głogowska 163
tel. 61 866 41 67, kom. 503 190 402

62-002 Suchy Las, Nowy Rynek 5/3
tel. 530 421 040

Kontynuacja szczepień przeciwko pneumokokom 2016-03-24 - 2016-12-31



dzieci w tym samym wieku, nieuczęszczających do wyżej wymienionych placówek, zameldowanych na stałe lub czasowo w Poznaniu - kontynuacja szczepień przeciwko pneumokokom, rozpoczętych w ramach programu w 2015 roku.

W „Programie profilaktyki zakażeń pneumokoków Komisja konkursowa w drodze konkursu wybrała Med-Polonię Sp. z o.o., z siedzibą przy ul. Obornickiej 262 w Poznaniu, na realizatora ww. programu.

Program skierowany jest wyłącznie do dzieci, które w ramach programu realizowanego w 2015 r. nie zostały zaszczepione w pełnym cyklu szczepień (ale otrzymały nie mniej jak jedną dawkę szczepionki) i zachodzi konieczność ich „doszczepienia”. W ramach programu dzieci spełniające kryteria będą szczepione przeciwko pneumokokom szczepionką skoniugowaną Prevenar 13, zawierającą 13 serotypów bakterii Streptococcus pneumoniae, zastosowaną w ubiegłorocznym programie.

Warunkiem podania dziecku szczepionki przeciwko pneumokokom będzie brak przeciwwskazań lekarskich do zaszczepienia i pisemna zgoda rodziców/ opiekunów prawnych dziecka na szczepienie.

Termin realizacji programu: od 22 marca 2016 do 31 grudnia 2016 r.

Realizator w pierwszej kolejności będzie zapraszał telefonicznie do udziału w programie rodziców/ opiekunów prawnych dzieci, których termin kolejnego szczepienia przypadał na okres styczeń-marzec 2016 r.

Rodzice/opiekunowie prawni dzieci mogą rejestrować dzieci do szczepień w następujący sposób:

a) osobiście w Przychodni Med.-Polonia przy ul. Starołęckiej 42 - od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 20:00 oraz w soboty od 8:00 do 12:00;

18 marca 2016 r. Miasto rozstrzygnęło konkurs na realizatora programu profilaktyki zakażeń wywołanych pneumokokami wśród dzieci uczęszczających do miejskich żłobków i placówek wpisanych do rejestru żłobków i klubów dziecięcych funkcjonujących na terenie miasta Poznania, przebywających w miejskich placówkach opiekuńczo-wychowawczych (w wieku od 2 miesiąca życia do ukończenia 36 miesiąca życia) oraz wśród

b) telefonicznie (dwie linie dedykowane): 505 759 517 oraz 513 097 313 - od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 20:00 oraz w soboty od 8:00 do 12:00.

UWAGA! Rejestrację prowadzi tylko i wyłącznie Med-Polonia Sp. z o.o.

PLACÓWKI MEDYCZNE BIORĄCE UDZIAŁ W PROGRAMIE/dzielnica Poznań:

1. Med-Polonia Sp. z o.o., ul. Starołęcka 42, 61-361 Poznań (Nowe Miasto)
2. CenterMed Poznań Sp. z o.o., ul. Św. Marcina 58/64, 61-807 Poznań (Stare Miasto)
3. „POFAM” SP. z o.o. Zespół Leczenia Środowiskowego, ul. Garczyńskiego 15/17, 61-527 Poznań (Włda)
4. Przychodnia Medycyny Rodzinnej „MEDICA PRO FAMILIA”, ul. Ziębicka 16 A, 60-164 Poznań (Grunwald)
5. Przychodnia Zespołu Lekarza Rodzinnego „Szlachetne Zdrowie”, ul. Muszkowska 1, 60-443 Poznań (Jeżyce)

Informacje na temat realizacji ww. programu:

<http://www.medpolonia.pl/>



TOLBRUK www.tolbruk.pl
**Sprzedaż i Układanie
Kostki Brukowej**
tel. 507 196 024

PROTEZY ZĘBOWE

- Całkowite (lekko, dobre przysysanie),
- Częściowe: tworzywo różowe, przezroczyste (przeciwwskazane, kłamrowe, beżowe),
- Szkieletowe: podniebienie sztuczne zredukowane do minimum, lekkie metal i tworzywo,
- Protezy na miękkim podłożu: na dółgła wrażliwe lub zanikłe, zmniejszają ucisk, polepszają przysysanie,
- Mikroprotezy (do 2 zębów),
- Naprawy protez

Poznań-Smochowice, ul. Sianowska 77
tel. 61 848 88 37, wtorki i czwartki 16-20

Poznań os. Wł. Łokietka 96/79
tel. 518 268 039

**STOMATOLOGIA
BAKOWSCY**

- pełen zakres usług
- cyfrowy rtg

ul. Zakopiańska 91
Poznań - Podolany

Godziny otwarcia
Pn, Wt, Pt - 10:00-19:00
Śr - 10:00-15:00, Czw-14:00- 19:00
www.stomatologiabakowscy.pl

REJESTRACJA TEL. 61 822 12 87

**GABINET GINEKOLOGICZNO
POŁOŻNICZY**
dr n. med. Małgorzata Mróz

GENEA

USG, KTG, CYTOLOGIA

diagnostyka ginekologiczna
kompleksowe prowadzenie ciąży

Rejestracja
tel. 883 30 30 13

przyjęcia pn. i czw. od 16:00 do 20:00

Poznań, ul. Horacego 29B

**Gabinety
Fizjoterapii
novina** Poznań-Ogrody
ul. Szczęśna 13
wejście od
ul. Nowina

masaż

fizykoterapia

bezpłatne konsultacje

terapia indywidualna

zajęcia grupowe

tel. 61 84 11 100, 665 505 606
www.fizjoterapia-novina.pl

Gabinet Stomatologiczny
lek.stom. - D.Barczyńska

Szeroki zakres usług:

- laser biostymulacyjny
- wybielanie zębów
- krótkie terminy protezowania
- RTG w budynku
- mała chirurgia
- stomatologia zachowawcza
- umowa z NFZ

**rejestracja telefoniczna
od pon.- sob.**

tel. 601 886 019 ul. Grunwaldzka 50

**MOBILNA
FIZJOTERAPIA**

ODJAZD DO PACJENTA NA TERENIE POZNANIA GRATIS!

**BÓLE PLECÓW
URAZY NARZĄDU RUCHU
MASAŻ RELAKSACYJNY**

MGR FIZJOTERAPII MARTYNA KASPRZAK
TEL. 889 368 412

anies mgr Agnieszka Kaźmierska

zabiegi wykonują wysokiej klasy specjaliści
specjalista fizjoterapii, odnowy biologicznej,
dietetyk, kosmetolog

**FIZJOTERAPIA
KOSMETOLOGIA
DIETETYKA**

tel. 61 848 96 82 tel. 513 097 779
e-mail: biuro@anies.com.pl
ul. Sianowska 104
Poznań-Smochowice

**GABINET KOSMETYCZNY
„maja”** tel. 694-366-576
618-499-505

ul. Polanowska 165, Poznań Godziny Pn-Pt 10-18
otwarcia: Sobota 9-14

Makijaż wieczorowy
Manicure hybrydowy
Mistrzostwa mikroskopowa
Masaż twarzy
Alg na twarz
Manicure
Oczyszczanie twarzy + alg
Peeling kawitacyjny + alg
Kosmetyki na twarz + alg

PROMOCJE ŁĄCZONE:
Manicure + pedicure + henna brwi i rzęs z regulacją - alg gratis
Mikrodermabrazja z ampułkami i algami - manicure z pomalowaniem gratis
Woskowanie rąk + całego ciała + pach - masaż twarzy gratis
Przy hybrydzie rąk i nóg z pedicure - alg gratis

Poradnia Dietetyczna
mgr Agnieszka Tomaszewska
Dietetyk kliniczny

poradnictwo żywieniowe i dietoterapia

ul. Strzeszyńska 196, Poznań-PODOLANY
tel. 600-899-435
www.poradnictwo-dietetyczne.pl

ZIS-KAN sc tel. 510 594 960
Zakład Instalacji Sanitarnych 503 717 680
fax 61 814 55 90

Zakres usług:
-naprawa instalacji wody, gazu i kanalizacji
-czyszczenie kanalizacji mechanicznie(WUKO)
-przegląd kanalizacji kamerą TV
-wykonawstwo nowych instalacji

STUDIO URODY
Twoje 5 minut

Zadbaj latem o dłonie i stopy

Pełny pedicure hybrydowy wykonany frezarką 90zł
Pełny manicure hybrydowy 50zł
Nowość! Karboksyterapia
(ostrzykiwanie dwutlenkiem węgla)
Twarz 149zł
Cellulit uda 299zł

Umów się na bezpłatną konsultację.

os. Bolesława Śmiałego 31 Piątkowo
ul. Edwarda Raczyńskiego 69 Podolany
(wjazd od ul. Sokolnickiej)

www.twoje-5-minut.pl tel: 788 178 841

z ulotką 10 % zniżki na każdy zabieg!

Czyścimy felgi!!!

Kontynuując temat motoryzacyjny (poprzedni artykuł dotyczył pasty polerskiej) chciałbym przedstawić dwa produkty, które doskonale nadają się do odświeżenia felg samochodów. Czyste, zadbane koła są wizytówką auta dlatego warto i o nie zadbać.



Pierwszym produktem, który chciałbym pokrótce przedstawić jest:

TENZI ALUX

Płyn doskonale nadaje się do czyszczenia aluminiowych silnie zanieczyszczonych felg. Antykorozyjny preparat do okresowego mycia silnie zanieczyszczonych elementów ze stopów aluminium, metali lekkich i stali nierdzewnych. Ponadto preparat usuwa zmatowienia i osady z klocków hamulcowych. Może być stosowany do usuwania kamienia wodnego ze zbiorników, rur itp. Produkt działa błyskawicznie.

Sposób użycia:

Stosować w postaci wodnych roztworów w zależności od stopnia zabrudzenia powierzchni w rozcieńczeniu od 1:3 do 1:5. Nanosić na mytą powierzchnię za pomocą spryskiwacza lub pędzla (bezpieczniej), a następnie niezwłocznie zmyć wodą, najlepiej wodą pod ciśnieniem.

Kolejny produkt również jest firmy Tenzi.

TENZI En-Jee

En-Jee nadaje się do codziennego mycia felg i kołpaków. Jest produktem, który nie zawiera agresywnych sub-

stancji chemicznych mogących uszkodzić mytą powierzchnię: farby, lakiery, okleiny, panele, zaprawy. Skoncentrowany, alkaliczny preparat do usuwania zanieczyszczeń pochodzenia miejskiego oraz przemysłowego. Nie zawiera agresywnych substancji chemicznych mogących uszkodzić mytą powierzchnię: farby, lakiery, okleiny, panele, zaprawy, lakiery. Koncentrat do codziennego mycia.

Sposób użycia:

Nanosić spryskiwaczem ręcznym lub pneumatycznym; Uwaga! Nie dopu-

ścić do wyschnięcia na czyszczonej powierzchni. Spłukać wodą, najlepiej pod ciśnieniem; Od 1:5 do 1:10 z wodą.

W swojej ofercie, posiadamy wiele produktów nadających się do czyszczenia różnego rodzaju zabrudzeń: posadzki, podłogi, odtłuszczacze stali, urządzeń gastronomicznych, szyb itp. Wszystkie produkty dostępne są w sklepie stacjonarnym chemik24.pl bądź na naszej stronie chemik24.pl

Marcin Właszczyk

CHEMIK24.PL

MOTORYZACJA PRZEMYSŁ BUDOWNICTWO

Sklep stacjonarny:
ul. Szarych Szeregów 44
60-482 Poznań
pn-pt 7-17

Sprzedaż profesjonalnej chemii technicznej

Sklep Chemik24.pl

biuro@chemik24.pl
+48 601 278 872

ODKRYJ KOLEKCJĘ 2016

ClassicCity
ul. Strzeszyńska 89, Poznań
☎ 535 617 137



ROL-PAT

PRZESŁONY OKIENNE

OFERUJE SPRZEDAŻ, MONTAŻ I SERWIS:

- ✓ ROLET ZEWNĘTRZNYCH
- ✓ ROLET WEWNĘTRZNYCH
- ✓ PLIS, ŻALUZJI, MOSKITIER

TEL. 787-960-468
www.rolpat.pl, biuro@rolpat.pl

..... ogrody

Tel. 502 320 559

MODRZEW

PROJEKTOWANIE ZAKŁADANIE I PIELEGNACJA OGRODÓW
MAŁA ARCHITEKTURA, BRUKARSTWO

PRZY NASZYM WYKONAWSTWIE PROJEKT GRATIS!

www.modrzew-ogrody.pl

KAMIENIARSTWO

- Tanie nagrobki granitowe już od 1500zł
Do 3 lat gwarancji!

- Parapety, schody, blaty kuchenne
w cenie już od 350zł/m2

UPUST 10%
Dla emerytów i rencistów
za nagrobki powyżej
kwoty 2200zł.
Możliwość zakupu na
RATY

Poznań
Antoninek
Unisława 6a
tel 61 842 90 54
kom: 607 173 504, 608 294 374

SKŁADY POLSKIEGO WĘGLA

• MIAŁ

• MIAŁOGROSZEK

• WĘGIEL KOSTKA

• ORZECH

• EKOGRΟΣZEK

• DREWNO: SOSNA, DĄB, BRZOZA

tel. 510 338 595 tel. 506 301 272

POZNAŃ UL. OBORNICKA 306

100% POLSKI WĘGIEL
Transport na terenie Poznania i okolic
przy zamówieniu min. 1 tony
GRATIS!

Kalendarium pełne przygód

cykl warsztatów i wycieczek dla najmłodszych poznaniaków

OD MAJA WYDAWNICTWO MIEJSKIE POZNANIA RUSZA Z POSZERZONYM PROGRAMEM EDUKACYJNYM DLA DZIECI. NAJMŁODSI BĘDĄ MIELI OKAZJĘ SKORZYSTAĆ Z WIELU ATRAKCJI, KTÓRE PRZYBLIŻĄ IM WYDARZENIA, MIEJSCA I POSTACIE ZWIĄZANE Z POZNANIEM.

Każdy miesiąc w roku to szansa na przedstawienie uniikatowego wydarzenia lub miejsca będącego symbolem Poznania. Koziołki, Bamberka, Maltanka, bimba i wiele innych atrakcji czekają na swoich odkrywców. Będziemy zwiedzać, poszukiwać, malować, ciąć i konstruować. W ruch pójdą farby, mazaki i papiery. Poszczególne zajęcia zbudują wizerunek Poznania jako miasta różnorodnego i ciekawego kulturowo. Uczestnictwo w zajęciach poszerzy wiedzę dzieci i w aktywny sposób ukształtuje ich świadomość regionalną, a wykorzystanie różnorodnych technik plastycznych rozbudzi w nich twórcze myślenie. O Poznaniu i jego dziejach w ciekawy sposób opowie przewodnik miejski i animatorka kultury Maja Rausch oraz instruktorka zajęć teatralnych i plastycznych Katarzyna Siek.

A co czeka na najmłodszych poznaniaków w najbliższym czasie? Czerwiec spędzą wspólnie z patronami miasta: Piotrem i Pawłem. W programie budowa Poznania oraz poznańskie legendy, które będzie snuła bajarka BajOla. W lipcu uczczą uruchomienie pierwszej linii tramwajowej warsztatami o bimbie poznańskiej, a w sierpniu zapoznają się z Bambrami, poszukując ich śladów w mieście i odtwierając ich stroje. We wrześniu poznają zakamarki placu Wolności, a w październiku pożegnają zasłużoną Maltankę, która będzie oczekiwała na kolejny sezon wycieczkowy. Listopad poświęcą najłodszemu przysmakowi Poznania – rogalowi świętomarcińskiemu. Dzieci przyjrzą się jego produkcji w Rogalowym Muzeum Poznania oraz stworzą jego własną wersję na warsztatach. Rok Małego Poznaniaka zakończy się spacerem po jarmarkowej części miasta. Dodatkową atrakcją będzie comiesięczna wycieczka zabytkowym tramwajem z przewodnikiem (w drugą sobotę każdego miesiąca). Zapraszamy!

Cykl warsztatów i wycieczek „Rok Małego Poznaniaka”, obowiązują zapisy: salon@wm.poznan.pl lub tel. 61 854 07 54, szczegóły na www.wmposnania.pl; dofinansowano ze środków Muzeum Historii Polski w Warszawie w ramach „Programu Patriotyzm Jutra”

Paulina Węgielnik
Tomasz Bombrych



Program w czerwcu:

11.06 (sobota) o godz. 12.30, Salon Poznania, ul. F. Ratajczaka 44, kreatywne warsztaty konstrukcyjne „Budujemy Poznań”, wiek: 6-10 lat

W czasie zajęć dzieci stworzą znane poznańskie budowle, a następnie wspólnie zaprojektują całe miasto i zbudują jego makietę. Uczestnicy zajęć poznają historię i architekturę Poznania, rozwijają swoją wyobraźnię przestrzenną i zdolności manualne. Zajęcia rozwijają w dzieciach wrażliwość artystyczną, kreatywność i pewność siebie.

11.06 (sobota) o godz. 10.45, zbiórka: CIM, ul. F. Ratajczaka 44, „Jadę tramwajem i Poznań poznaję” wycieczka, wiek: 4-10 lat

Razem z przewodnikiem miejskim Mają Raush zasiądziemy w zabytkowym tramwaju i udamy się śladem poznańskich zabytków. Podczas wycieczki dzieci zobaczą m.in. Katedrę, Zamek Królewski, Międzynarodowe Targi Poznańskie, a także poznają historię miasta i legendy związane z Poznaniem.

18.06 (sobota) o godz. 11, Salon Poznania, ul. F. Ratajczaka 44, „Poznańskie opowieści”, wiek: 5-10 lat

Jak to się stało, że Poznańskie koziołki trykają się każdego dnia na szczycie poznańskiego ratusza? Co łączy trębacza z wieży ratuszowej z krukiem? A czy ktoś wie skąd tak naprawdę wzięła się poznańska dokładność? Nasz Poznań owiany jest wieloma ciekawymi i mało znanymi historiami. Zbierzmy się zatem w kręgu, zasiądźmy wygodnie i dajmy się zabrać w świat poznańskich opowieści. Mały i duży słuchacz zostanie oczarowany słowem historii, które będzie roztaczać przed Wami Aleksandra Sulka-BajOla.

 **Wydawnictwo Miejskie Poznań**

GARDEN SERWIS
SKLEP I SERWIS SPRZĘTU OGRODNICZEGO

● KOSY	● NOŻYCE
● KOSIARKI	● PILARKI
● PODKASZARKI	● I INNE

TEL. 515 132 500
UL. CZARNKOWSKA 20A, POZNAŃ
PON.-PT. 8:00-17:00 SOB. 9:00-13:00

AUTORYZOWANY DEALER

STIHL **VIKING**



ALGRUD
Usługi ogrodnicze

Wycinka i przycinka drzew
Sprzątanie i karczowanie ogrodów
Transport do 1,5 tony
Prace ślusarskie
Remonty
Przeprowadzki
Odsnieżanie



Tel. 512 003 652

CENTRUM OGRODNICZE

POLECAMY
CIEKAWYCH ODMIAN ROŚLIN
NASIONA, CEBULKI, ZIEMIA
KORA, NAWOZY, DONICZKI

ZAPRASZAMY

UL. SANTOCKA 5, POZNAŃ
PN - SOB 9.00 - 16.00

KORA SOSNOWA
WYCINKA DRZEW
DREWNO KOMINKOWE
tel. 661- 977 - 269

TOLBRUK www.tolbruk.pl
Sprzedaż i Układanie
Kostki Brukowej
tel. 507 196 024

szkółka roślin ozdobnych
usługi ogrodnicze:
-systemy nawadniające
-drenaże
kora sosnowa 60l - 6,50zł
tel. 506-41-50-96, 61 8943 158

BRUKARSTWO KOMPLEKSOWO
SOLIDNIE TANIO
514 676 041

USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM
WYCINANIE I PRZYCINANIE
DRZEW I KRZEWÓW



tel. 608 443 604
tel. 606 270 353
ZAPRASZAMY

OXOTRADE
DYSTRYBUCJA KOSTKI BRUKOWEJ
ORAZ GALANTERII BETONOWEJ
PROJEKT TRANSPORT HDS USŁUGA UŁOŻENIA
KOSTKA W CENIE JUŻ OD 25,90zł/m²
TEL. 605212919



HIL - GAZ SKŁAD WĘGLA

PROMOCJA LETNIA*

- węgiel eko groszek	629zł/t
- groszek	579zł/t
- kostka	669zł/t
- miał gruby	479zł/t
- miał	459zł/t
- orzech	649zł/t

Możliwość złożenia zamówienia na stacji paliw przy ul. Budowlanych 3 przez 24h/7 dni w tygodniu

TRANSPORT NA TERENIE POZNANIA I OKOLIC
GRATIS
przy zamówieniu min 1tony

tel. 61 814-22-73
kom. 797-986-878

62-081 Baranowo, ul. Budowlanych 5

GODZINY OTWARCIA pn.-sob. 8:00 - 16:00

ZAJĘCIA KREATYWNE

Tuż za płotem

Z taką inicjatywą wyszła dwójka studentów Uniwersytetu Artystycznego w Poznaniu, którzy zafascynowani nieograniczonymi możliwościami twórczymi dzieci chcą im pomagać w rozwijaniu kreatywnego patrzenia na rzeczywistość poprzez działalność artystyczną. Magda i Witek kończą właśnie drugi rok studiów. Ona na Edukacji Artystycznej on na Wydziale Rzeźby i Działań Przestrzennych. Postanowili połączyć swoje siły i zorganizować warsztaty umożliwiające „małym-ciekawskim” twórczą zabawę, która będzie równocześnie pobudzała wyobraźnię i kreatywność.

Studenci zapytani o to dlaczego to robią odpowiedzieli:

„Dzieci, czy „też mali ludzie” są nieskrępowanym wulkanem, który zalewa wszystko dookoła lawą coraz to nowszych pomysłów, najważniejsze to udostępnić im nowe pole do popisu, otworzyć drzwi, których nie znają, by mogły swobodnie działać i my im to umożliwiamy. Efekty końcowe tych działań nie mają większego znaczenia, najważniejszy jest ich proces działania, poszukiwania nowych dróg i nowych doświadczeń. My im dajemy możliwość poznania i zrealizowania czegoś zupełnie nowego, a One nam dają zupełnie nowe spojrzenie na zagadnienia, które wydawać by się mogło, że znamy już bardzo dobrze. Jest to układ, który świetnie się sprawdza, gdyż inspirujemy się wszyscy nawzajem. Nie ukrywamy, iż praca z dziećmi pomaga nam też w tworzeniu własnych prac na studiach.”



Zajęcia rozpoczynają się wraz z pierwszym poniedziałkiem lipca i odbywać się będą cyklicznie w każdy poniedziałek i wtorek, aż do końca sierpnia. Wszelkie pytania oraz zapisy na zajęcia można kierować na adres e-mail: magdalena_ogonowska@op.pl. lub pod nr telefonów Magda 512-301-106, Witek 793-385-145

17. PKO Poznań Maraton.

Zapisy ruszyły

Można się już zapisywać na tegoroczną edycję poznańskiego maratonu. Największa w Wielkopolsce impreza biegowa zaplanowana jest na 9 października. Organizatorzy liczą, że przyciągnie ona jeszcze większą liczbę biegaczy niż przed rokiem, gdy na starcie pojawiło się ponad 6300 zawodników.

Obchody jubileuszu rozpoczną się w czwartek, 1 Na liście startowej są już pierwsi biegacze, którzy 9 października o godzinie 9.00 wystartują z ulicy Grunwaldzkiej. Organizatorzy na razie nie zdradzają dalszego przebiegu trasy. Trasa, jak zawsze prowadzić będzie centralnymi ulicami Poznania. Co roku wprowadzamy drobne zmiany, staramy się ją poprawiać i uatrakcyjnić, tak by była ona przyjemna zarówno dla oczu, jak i nóg biegaczy. Monika Prendke z Poznańskich Ośrodków Sportu i Rekreacji. Miasteczko maratońskie rozbijemy na terenie Międzynarodowych Targów Poznańskich, jak to było w ubiegłym roku - dodaje. Zapisywać można się przez internet, wypełniając formularz zgłoszeniowy na stronie www.marathon.poznan.pl/stefa-zawodnika/formularz-zgloszeniowy/ lub osobiście w siedzibie Poznańskich Ośrodków Sportu i Rekreacji w Poznaniu. Organizatorzy zachęcają do rejestracji elektronicznej, po której system automatycznie przekierowuje na stronę PayU w celu dokonania opłaty startowej.



Warto pamiętać, że kto pierwszy, ten ma taniej. Biegacze, którzy zapiszą się do 15 września, zapłacą za pakiet startowy 100 zł. Od 16 do 30 września udział w maratonie będzie kosztował 150 zł. W ostatnich dniach przed startem opłata wzrośnie do 200 zł. Liczy się data wpływu pieniędzy na konto organizatora.

Organizatorzy przypominają, że od momentu wysłania zgłoszenia, na uregulowanie płatności za maraton jest 7 dni. Po tym czasie konto się zdezaktywuje. Będzie można je ponownie aktywować, pod warunkiem, że w tym czasie inni biegacze nie wykupią wszystkich numerów startowych. Limit zgłoszeń to 8 tysięcy zawodników.

Regulamin maratonu wraz z wszystkimi najważniejszymi informacjami dotyczącymi biegu dostępny jest na stronie www.marathon.poznan.pl.

Joanna Żabierek/biuro prasowe

POGOTOWIE KRAWIECKIE **LU/Z**

- PASMANTERIA (nido, igły, gumy, guziki)
- KRAWIEC (naprawa odzieży, skracanie, zwężanie)
- KALETNIK (nabijanie nap, guzików)
- NAPRAWA walizek, torbek, odzieży skórzanej
- PIRANY, ZASŁONY (różne wzory, szydełko na wymiar)
- PRALNIA CHEMICZNA
- PRASOWANIE KOSZUL
- SZYCIE SKÓR I ODZIEŻY MOTORCYKOWEJ

www.krawieckie.061.pl
tel. 602 677 826

Suchy Las, ul. Nowy Rynek 8 (obok PKO) pn.-pt. 10.00-18.00
sob. 11.00-14.00

Poznań, ul. Naramowicka 172 tel. 605 06 33 72
Poznań - Piątkowo os. 5. Białego ul. Bralica 4 tel. 690 272 010

NAUKA JAZDY
Przeźmierowo

664 499 032

ODBIERAMY KURSANTÓW Z DOMU

SERWIS - MONTAŻ
ANTENY
SATELITARNE
NAZIEMNE DVBT

516 053 218

Venadach tel. 61 8516-721
tel. kom. 607-122-427

- Remonty i naprawy dachów
- Adaptacja strychów
- Remonty mieszkań

USŁUGI REMONTOWE

- malowanie
- szpachlowanie
- układanie płytek
- panele
- płyta KG

tel. 515 550 833 - SPEC

NAPRAWA
BRAM AUTOMATYKI

tel. 601 777 774

Poznań-Ławica ul. Gorzowska 2

SIATKOLAND
SYSTEMY OGRODZEŃ
SŁUPKI - BRAMY - PŁOTY
SIATKI OGRODZENIOWE

62-030 LUBOŃ k./Poznań
ul. Armii Poznań 71 tel. 61 810 28 04
fax 61 899 48 35
www.siatkoland.com.pl biuro@siatkoland.com.pl

Usługi Kominarskie Michał Bartoszkiewicz

Zakres usług:

- * czyszczenie przewodów kominowych
- * odbiory
- * roczne przeglądy
- * opinie do gazu
- * ustalanie przyczyn złego działania
- * montaż wkładów kominowych i nasad wiatrochronnych

tel. 664 135 832

LODÓWKI

Najtańsze w Wielkopolsce
naprawy lodówek i zamrażarek w domu Klienta.
Bezpłatny dojazd, wszystkie typy.

696 017 449

Sprzedaż używanych urządzeń chłodniczych (sklepowych, gastronomicznych)

TAPICER MEBLOWY I SAMOCHODOWY
skóry i materiały

Poznań, ul. Morszyńska 18
kom. 530 75 75 79
kom. 535 454 293
e-mail: darekmeble@op.pl

HYDRAULIK
AWARIE-REMONTY-NOWE

INSTALACJE
wod-kan, c.o., gaz

KOTŁOWNIE
modernizacje

NAPRAWY I AWARIE

8% Vat na usługi z materiałem

kirek55@gmail.com

TEL. 790 80 80 30

Pralnia Dywanów
www.milowski.pl

- ✓ mechaniczne trzepanie
- ✓ pranie
- ✓ płukanie
- ✓ wirowanie
- ✓ suszenie

ul. Lechicka 44 ul. Wolczyńska 56
61 877 66 72

INVEST GLASS
USŁUGI SZKLARSKIE

- lustra na wymiar
- szkło lakierowane (lacobel)
- kabiny prysznicowe
- szkło budowlane
- szyby zespolone
- POMIAR
- MONTAŻ
- TRANSPORT

tel: 783 988 755
tel: 694 871 017
Jana Czekanowskiego 23
61-332 Poznań
kontakt@investglass.pl

STOLARSTWO
SCHODY - SZAFY WNĘKOWE
DRZWI - KUCHNIE - DOMKI
KONSTRUKCJE DREWNIANE

tel. +48 601 917 516
www.stolarstvoszudera.pl

KRU-FAZ
usługi elektryczne

Instalacje elektryczne - Serwis elektroniki

- Serwis telefonów, tabletów, laptopów itp.
- Optymalizacja rachunków za prąd
- Monitoring, alarmy

tel. 505-442-761 www.kru-faz.pl

Czyszczenie tapicerki samochodowej i dywanów

Metoda Aktywnej Piany

-nowoczesna metoda czyszczenia



Czas schnięcia

Innowacyjna metoda Aktywnej Piany pozwala na skuteczne wyczyszczenie tapicerki, czy dywanu bez użycia wody. Dzięki temu czas schnięcia wynosi ok. 2 godzin. Podczas czyszczenia powierzchni odkurzaczem piorącym czas schnięcia jest o wiele dłuższy, często jest to cały dzień.

Usuwanie zabrudzeń- efekt czyszczenia

Aktywna Piana doskonale rozpuszcza brud dzięki czemu efekt czyszczenia jest bardzo dobry. Używając oryginalnych środków i urządzeń czyszczących przywracamy przybrudzonej tapicerce oraz dywanom żywość kolorów i nowy, czysty wygląd. Minusem używania odkurzacza piorącego jest fakt, że podczas czyszczenia wtłaczana jest duża ilość wody, co niestety często doprowadza do nadmiernego przemoczenia powierzchni, a w konsekwencji do późniejszego „wybijania” plam.

Możliwość czyszczenia delikatnych materiałów np. wełna

Środki używane podczas czyszczenia Aktywną Pianą są certyfikowane. Są bezpieczne dla delikatnych materiałów takich jak np. wełna dzięki czemu również takie powierzchnie można tą metodą skutecznie wyczyścić. Czyszczenie dywanu przy użyciu odkurzacza piorącego może skończyć się trwałym uszkodzeniem materiału.



Zamów skuteczne czyszczenie Aktywną Pianą !

Tel. 511 777 442

Zakres usług :

Czyszczenie:

- tapicerki samochodowej
- tapicerki meblowej (sofy, kanapy, krzesła)
- dywanów



poznańsprzatanie.com

Auto-serwis

mechanika wulkanizacja
klimatyzacja geometria kół

www.mj-auto.pl

pn - pt 8 - 17
sob 9 - 14

ul. Strzeszyńska 30
60-479 Poznań

668-380-912 606-934-680

AUTOMASZ
Tomasz Turek
Poznań, Ławica 32
(róg ul. Gorzowskiej/Perzyskiej)



✦ MECHANIKA POJAZDOWA
✦ ELEKTRYKA i ELEKTROMECHANIKA
✦ NAPRAWA i OBSŁUGA KLIMATYZACJI
✦ GEOMETRIA KÓŁ 3D
✦ DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA

tel. 61/8682-388 kom. 723-188-901
automasz@bosch-service.pl
www.automasz.com.pl

Kategoria "B"  tel. 888 530 558

OSK „ZAWODOWIEC”
ul. Czarnkowska 35

PONAD 70%
POZYTYWNYCH EGZAMINÓW!
BIP. URZĄD MIEJSKI W POZNANIU

ODPOWIADAMY ZA JAKOŚĆ
SZKOLENIA I ZWRACAMY 50%
KOSZTÓW KAŻDEGO
NASTĘPNEGO EGZAMINU!

INSTALACJE
WOD-KAN-CO-GAZ
SERWIS KOTŁÓW
GAZOWYCH



Atrakcyjne ceny!
tel. 501-590-143

AUTOPOL

LEGALIZACJA
WYMIANA ZBIORNIKÓW
LPG i CNG

Goleńczewo
Szosa Poznańska 29

tel. 61-811-60-76 kom. 601-781-930
www.legalizacje.pl

USŁUGI INSTALACYJNE
KOMPLEKSOWE REMONTY, AWARIE I DROBNE
PRACE W ZAKRESIE

- ins. wod-kan-gaz-co
- montaż kucharek gazowych i junkersów
- wymiana armatury łazienkowej

tel. 502 619 185

 **PIECZĄTKI** 
WIZYTÓWKI życzenia zaproszenia
druki reklamowe
DYPLOMY, TABLICZKI
GRAWERTON

ul. Kopciuszka 14 Osiedle Bajkowe
60-193 Poznań - ŁAWICA

tel. kom.: 696 357 849
tel./fax: 61 86 81 630
e-mail: edwardsk@poczta.onet.pl
biuro@kopia.poznan.pl

Pn-Pt 08.00-19.00
Sob 09.00-14.00

✦ **KSEROKOPIE i wydruki**
skanowanie i wysyłka dokumentów
laminowanie bindowanie

✦ **MATRYCE** z "twardego" polimeru

WYMIANA OPON
WYWAŻANIE KÓŁ Z TESTEM DROGOWYM

Optimalizacja odchylen od wagi
Zaawansowana analiza geometryczna koła

poniedziałek-piątek
9:00-18:00
soboty
9:00-18:00

 **KOMPLEKSOWA**
REGENERACJA
FELG

Poznań-Smochowice
ul. Polanowska 163
tel. 607 122 521
www.auto-guma.poznan.pl

SPRZEDAŻ OPON NOWYCH I UŻYWANYCH

 **HANDLOPEX** - lider w dystrybucji opon w Polsce

SPRZEDAŻ HURTOWA
ZAPRASZAMY
DO WSPÓŁPRACY

W ofercie znajdują się wszelkiego rodzaju opony, od opon do samochodów osobowych, dostawczych i ciężarowych po opony przemysłowe, rolnicze oraz lotnicze. Dodatkowo firma zajmuje się również dystrybucją detek, ochraniaczy i felg.

tel. 61 656 68 50 ul. Strzeszyńska 23
60-479 Poznań





PRZYCHODNIA
STOMATOLOGICZNA
DENTYSTA RODZINNY

Poznań-Smochowice

ul. Ornecka 8

tel. 61 849-95-90

kom. 727-430-480

www.dentysta-rodzinny.pl

✓ pełen zakres usług

✓ nowoczesna protetyka

✓ wybielanie lampą Beyond

Villa Mare to ekskluzywne apartamenty nad morzem, położone w Grzybowie koło Kołobrzegu. Do Państwa dyspozycji basen z podgrzewaną wodą, rozległy ogród z placem zabaw dla dzieci, parking. Obiekt jest otwarty cały rok.

Zapraszamy



ul. Bluszczowa 5
Grzybowo/Kołobrzeg

Tel: +48 721 150 880
www.villamare.com.pl

RoletkiPoznan.pl

MOSKITIERY
PLISY, WERTIKALE
ROLETY ZEWNĘTRZNE
ROLETKI MATERIAŁOWE

NAPRAWA ROLET I OKIEN

ul. Pana Twardowskiego 17
Poznań - ŁAWICA

tel. 609-344-160



EURO GRANIT

Karolina Banach

ul. Cmentarna 12

60-176 Poznań

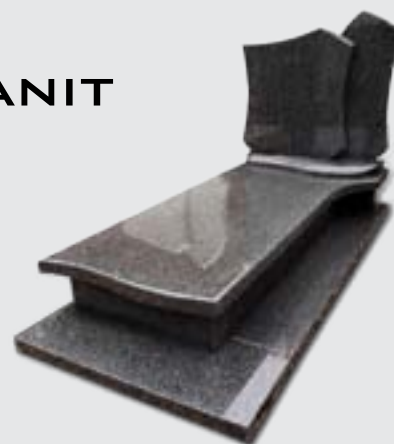
www.eurogranit-poznan.pl

eurogranit@onet.pl

+48 61 66 17 804

+48 880 291 995

+48 669 709 996



NAGROBKI GRANITOWE | EKSHUMACJE | BLATY | PARAPETY | SCHODY

www.MOSKITIERY.org

NA OKNA
I DRZWI
KAŻDEGO TYPU

tel. 791 77 12 16

KLUB DZIECIĘCY
Ogródowe Żabki

dzieci od 1 do 3 lat
opieka całodzienna i na godziny
ul. Nowina 15/1, Poznań (Ogrody)
tel. 503 460 517
facebook: Ogródowe Żabki

**PRZEDSZKOLE
JAK U MAMY** od 2 lat

Poznań-Świerczewo ul. Na Uboczu 8

882 931 020

AUTO-SZYBY VARIA

SPRZEDAŻ - MONTAŻ

Tel. 602 693 657
Ul. Dąbrowskiego 129

www.szybysamochodowepoznan.pl

UBEZPIECZENIA

LINK4 Gotijar ERGO YOU 24h

wejście od ul. Hangarowej
tel. 660 352 652

czynne od godz 12:00
od poniedziałku do soboty

**KIEROWNIK
BUDOWY**

tel. 668-142-857

NAJWIĘKSZY WYBÓR
W POZNANIU

**NAGROBKI
Z GRANITU**

ul. DĄBROWSKIEGO 139
(przed pętlą tramwajową Ogrody)

61 8436 237
781 999 551
601 999 551

www.nagrobki-wicherek.pl

MEBLOFORM  **INDECO®**

wygodne mieszkanie

- szafy z drzwiami przesuwными
- garderoby, wnęki
- meble kuchenne na wymiar

Ul. Rzemieślnicza 19, 62-081 Przeźmierowo
tel. 061 652 38 09, kom. 604 176 013