



Fachowcy w Mieście

Mężczyzna walczy o związek str. 4
 Walka z wilgocią murów str. 6
 Sprzedajemy nieruchomości str. 8
 Poznań in vitro str. 10
 Grzybobozawcy zapraszają str. 12
 Metoda Aktywnej Piany str. 14
 Nowa restauracja na Podolanach str. 15

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

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

RESTAURACJA
PODOLANY



www.restauracjapodolany.pl

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



Szkoła Języka Angielskiego



Senior English
 50+ i 60+

młodzież i dzieci
 od lat 4

Poznań-Smochowice, ul. Lubowska 6a
 tel. 510-26-99-09, www.dziejma.pl

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
 SMOCHOWICE

ul. Słupska 20
 60-458 Poznań
 tel. 881-511-040

PRZEŹMIEROWO

ul. Rynkowa 113A
 62-081 Przeźmierowo
 tel. 881-511-050

WYWÓZ GRUZU I ŚMIECI

Kontenery: 1,7m³ do 14m³

PROMOCJA

90 zł
 netto

SKIP
 GROUP

603 600 600 www.odpady-skip.pl

HONTER
 Natryskowe pianki izolacyjne

WWW.HONTER.PL ☎ 793 581 581

BUDUJESZ DOM? SZUKASZ OSZCZĘDNOŚCI?

ZAINWESTUJ W SYSTEMY IZOLACYJNE
 PIAKĄ FOAM-LOK!

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



FOAM-LOK

PREMIUM
 POŻYCZKI
 OFERUJEMY WIĘCEJ

POŻYCZKI

od 500zł do 2000zł

bez BIK, w ciągu 24 godz.

61 623 34 44

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

**ZATRUDNIĘ
KRAWCOWE**
Przeźmierowo
PRACA STAŁA
61 8142 745

USŁUGI INSTALACYJNE
KOMPLEKSOWE REMONTY, AWARIE I DROBNE PRACE W ZAKRESIE
- ins. wod-kan-gaz-co
- montaż kuchenek gazowych i junkersów
- wymiana armatury łazienkowej
tel. 502 619 185

P.P.H.U CHEMO-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

Motto numeru:

„Wszystko co mamy, to emocje..”

(Myśl przewodnia filmu Paola Sorrentino Młodość)

Szanowni Państwo,

Piękna polska jesień sprzyja pracom porządkowym i budowlanym w naszym otoczeniu. Warto sięgnąć do grupy fachowców z najbliższej okolicy, których przedstawiamy w tym numerze gazety. Ponadto w gazecie: artykuł Małgorzaty Remlein, psycholog, o mężczyznach walczących o szczęśliwy związek. Uświadomienie sobie popełnianych błędów oraz szczerza rozmowa z partnerką przywrócić może spokój i harmonię w związku. „Sprzedajemy nieruchomości”- profesjonalnych rad udziela Ewa Manthey, agent nieruchomości Międzynarodowego Biura Nieruchomości REMAX Experts. Warto zapoznać się z technologią zabezpieczenia murów swojego domu przed wilgocią w porze jesiennej SikaMur-InjectoCream-100. Zapraszamy do dalszej współpracy wszystkich tych, którzy nie gościli jeszcze na naszych stronach, a mają coś ciekawego do zaoferowania.

Zapraszam do współpracy.

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

Agnieszka Juskowiak

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.

POLECAMY:
KAWY
HERBATY
KOKTAJLE
SMOOTHIES
CZOKOLADY
DESERY
NAPOJE
DANIA KUCHENNE

tel. 61 656 33 89
ul. Druzbickiego 2 PLAZA I piętro
61-693 Poznań (przy schodach do kina)

Caffe & Crema

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!

ALARMEX
automatyka do bram
bramy garażowe
systemy alarmowe
domofony
rolety zewnętrzne

tel. 692-492-268
www.ajm-alarmex.pl

RADCA PRAWNY
Porady, reprezentacja w sądzie:
► rozwód, separacja, podział majątku
► kontakty z dzieckiem, adopcja, alimenty
► spadki - nabycie, zachówek, testamenty
► sprawy komornicze, egzekucja
► odszkodowania, odwołania, ZUS i inne

Kancelaria
601 999 570

Last Minute
... nie przegap takich okazji

WYLOTY Z POLSKI I NIEMIEC

Galeria Podolany ul Strzeszyńska 63
rezerwacja: tel 618 422 999 • www.travelino.com.pl

Partnerzy: RAINBOW, S.E.M.I., TARA, N, Grecos, WEZYR, SunLife

**PRZEDSZKOLE
POLSKO-NIEMIECKIE**

ene due Rabe
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

monkey usługi ekspresowe

507-664-662
dojazd do Klienta 24h
www.monkey.pl

- pieczątki
- usługi ksero
- dorabianie kluczy
- naprawa obuwia
- naprawy kaletnicze
- wymiana pasków
- wymiana baterii
- grawerowanie:
 - w laminatach
 - w tworzywach
 - w drewnie
 - w szkłe

Galeria Sucholeska - 1 piętro

**Agencja Opłat
EXPERT**

**Agencja pod nadzorem
KNF nr zezw. IP3/2012**

- PRZELEWY ZWYKŁE
- PRZELEWY NATYCHMIASTOWE*
- POŻYCZKI
- AKCEPTUJEMY KARTY

* WPLATY PRZYJĘTE DO GODZ. 13.00 WYSŁAMY DZISIAJ
WPLATY PRZYJĘTE PO GODZ. 13.00 NASTĘPNIEGO DNIA ROBOCZEGO

Galeria Sucholeska - 1 piętro

**RESTAURACJA
SUSHI
MAIKO**

ORYGINALNA KUCHNIA JAPONSKA
GWARANCJA NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI SUSHI

**GALERIA
SUCHOLESKA**
600 337 640

Mężczyzna walczy o szczęśliwy związek

Coraz częściej na konsultację do mojego gabinetu przychodzą mężczyźni, z pytaniem, jak poradzić sobie i pogodzić się z rozstaniem. Jakis czas temu w gabinetowym fotelu usiadł trzydziestoletni Wojtek, pracownik sektora bankowego, który swoją historię rozpoczął od stwierdzenia, że rzuciła go wieloletnia narzeczona i on musi się z tym faktem jak najszybciej pogodzić, przestać o niej myśleć i znaleźć sobie nową partnerkę. Po takim wstępie zapytałam go: „Dlaczego chce się Pan z tym pogodzić?”. Wówczas na twarzy mojego rozmówcy pojawiło się zmieszanie, a w oczach rysował się wielki znak zapytania. W odpowiedzi usłyszałam: „Przecież ona ode mnie odeszła, nic już nie mogę zrobić. Muszę nauczyć się funkcjonować w tej nowej sytuacji”. Ponownie zadałam mu pytanie: „Dlaczego chce się Pan z tym pogodzić, nie lepiej wrócić do niej?”. W odpowiedzi usłyszałam: „Nie ma na to szans”, po czym jak z karabinu maszynowego padła seria argumentów: wypaliło się, flirtowałem z innymi kobietami na portalu społecznościowym, nie mam siły już i nie wierzę, że coś jeszcze może nam pomóc”. Po takim wstępie zadałam zrozpaczonemu mężczyźnie pytanie: „Czy walczył Pan o ten związek?”. Na co pan Wojtek, jak i inni mężczyźni trafiający do mojego gabinetu przeważnie odpowiadają: „No wydaje mi się, że tak!”. Z mojej strony pada kolejne niewygodne pytanie: „W jaki sposób?”. Po tym pytaniu w gabinecie zapadła cisza. „No chyba, tak naprawdę nie walczyłem” – odpowiedział mój rozmówca. „A chce Pan powalczyć?” zapytałam. Mój rozmówca bez chwili zastanowienia odpowiedział: „Nie mam już na to siły, nie wierzę, że się uda. Nie wiem jak. Tyle razy kupowałem bukiety róż i nic nie pomogło”.

Archetyp wojownika

Panowie gdzie wola walki, męskie geny wojownika? Czy mężczyzna może nie chcieć walczyć? Co w takim razie świadczy o męskości, jeśli nie wola walki? Męską waleczność, którą można było zaobserwować oglądając tegoroczne Mistrzostwa Europy w piłce nożnej jest wpisana w męską tożsamość. Proponuję odkopać, czym prędzej topory wojenne i ruszyć do boju! To rolę mężczyzny jest stworzenie solidnych, stałych i bezpiecznych ram dla relacji. Mężczyzna powinien być zdecydowany, dobrze jest, kiedy wie, czego chce i potrafi być stałym fundamentem, filarem, na którym opiera się system związku i rodziny. Dlatego, Panowie, zadajcie sobie pytanie- czego chcecie, na czym Wam zależy? Jeśli zależy Wam na partnerce/żonie, na rodzinie, to co by się nie działo, macie wystarczająco dużo siły, aby ją/go uratować. Odpowiedzialność za związek spoczywa na męskich barkach, a rezygnacja z walki to czyste lenistwo, za którym może kryć się lęk, poczucie braku wiary we własne siły i możliwości.

Praca nad związkiem to zajęcie dla dwojga

To nie jest tak, że On ma się starać, a Ona ma sobie odpuścić. Zadaniem obydwóch stron jest troszczenie się o rozwój związku. W dużym uproszczeniu, mężczyzna troszczy się o niego od zewnątrz a kobieta od wewnątrz. Przywołując metaforę z branży budowlanej mężczyzna stawia mury, a kobieta dba o wnętrze. Ona wnosi do związku emocje, a On ma stać na straży tych emocji, czyli dbać o ich równowagę. Jeśli emocje w związku są dobrze rozumiane i wykorzystywane we właściwy sposób, to dają wszystkim domownikom poczucie bliskości, opieki i ciepła. Ale, kiedy w Niej zbiera się za dużo złości i frustracji, a On nie reaguje na sygnały ostrzegawcze, to fala emocji zalewa dom i podmywa fundament. Osuszanie fundamentu jest o wiele trudniejsze i bardziej czasochłonne, niż załatanie pęknięć, przy pierwszym sygnale ostrzegawczym.



Jak rozmawiać z partnerką i jak rozumieć kobiece reakcje?

Kobieta potrzebuje zostać wysłuchana i przytulona. Jeśli wraca z pracy zmęczona i zaczyna narzekać, że jest jej źle, to nie oznacza wcale, że oczekuje od Was rady. Pan „dobra rada” daje rady, wtedy kiedy zostanie o nie poproszony przez kobietę. Zadaniem mężczyzny jest usiąść, wysłuchać cierpliwie, wypowiedzieć magiczne zdanie: „Rozumiem, że jest Ci ciężko” i ewentualnie spytać „Czy mogę Ci jakoś pomóc?”. W odpowiedzi macie szansę usłyszeć: „Już pomogłeś, bo mnie wysłuchałeś”. W ten oto sposób emocje zostają „zwentylowane” i przestają zagrażać podmyciu fundamentu. Kobieta potrzebuje czuć się akceptowana taka, jak jest przez swojego mężczyznę. Nie tylko

w okresie załotów i tańca godowego, ale zawsze ma być jedyną i wyjątkową w oczach swojego mężczyzny. Ma to czuć, widzieć i słyszeć! Kobieta musi czuć, że może na Was liczyć, nie zostawiać jej samej z problemem ciekającej rury czy załatwianiem kwestii natury blacharsko-lakierniczych itd. Czasem podział obowiązków bywa odwrócony, ale to wymaga szczegółowego omówienia i upewnienia się, że obie strony dobrze się z tym czują. Często długoterminowa zamiana obowiązków znacznie podkopuje poczucie bezpieczeństwa u kobiet i odziera mężczyznę z męstwa w oczach kobiety. Świadczy o tym chociażby fakt, że związki, w których podział obowiązków jest zamieniony, bardzo często borykają się z problemem zanikającego życia seksualnego. Wychowanie dzieci nie jest tylko domeną żony. Obojgów wychowania spoczywa na obojgu rodzicach. Mama uczyć dzieci świata wewnętrznego: ciepła, bliskości, wprowadza je w świat emocji. Natomiast ojciec ma być przewodnikiem po świecie zewnętrznym, ma pokazać dzieciom, jak radzić sobie w życiu, jak stawiać czoła trudnościom.

Kiedy i dla kogo psychoterapia dla par

Idealnym rozwiązaniem w przypadku kryzysu w związku jest zaangażowanie się obojga osób w psychoterapię pary, choć niestety nie zawsze takie rozwiązanie jest możliwe. Zdecydowanie częściej mam do czynienia w gabinecie z sytuacją, w której tylko jedna z osób chce walczyć o związek, a druga strona jest wycofana i o psychoterapii nie chce słyszeć. Jednak nie jest to powód do załamania rąk. Często wystarcza zmiana w zachowaniu jednej osoby, w myśl zasady: jest akcja to będzie i reakcja. Jeśli jedna osoba zrozumie problem i podejmie nad nim pracę, to wywołuje tym zmiany w odpowiedzi i zachowaniu u drugiej osoby. Przy takim scenariuszu druga strona, prędzej czy później zgodzi się na podjęcie wspólnej pracy nad związkiem albo nawet terapia nie będzie już potrzebna, gdyż właściwie podjęta akcja, wywołała pożądaną reakcję. Jeśli jedna ze stron zaczyna pracować nad związkiem, jest to tylko kwestią czasu, kiedy nastąpi zmiana w całym systemie. Zmiana we własnym zachowaniu wymaga w pierwszej kolejności zrozumienia popełnianych błędów, przyznania się do nich, wzięcia za nie odpowiedzialności zmiany sposobu postrzegania związku oraz pełnionej w nim roli, a na końcu poznania narzędzi potrzebnych do wprowadzenia i utrzymania zmiany i nauki umiejętnego ich stosowania. Wbrew powszechnie obowiązującym stereotypom o wiele łatwiej jest mężczyźnie wpłynąć na zmianę zachowania kobiety, niż odwrotnie. Zmiana w komunikowaniu się i zachowaniu mężczyzny ze szczytą cierpliwości z jego strony, a i u kobiety pojawiają się emocje, które sprawiają, że i ona otworzy się na dialog. Uzyskując motywację do pracy nad relacją u obydwu osób na efekty nie trzeba długo czekać. W mojej pracy psycho-terapeutycznej mam możliwość obserwowania, jak mężczyźni zaczynają chłonąć wiedzę na temat roli partnera i ojca, często- kroć ojcostwo staje się ich pasją, kiedy z początku zrezygnowani i pogrążeni w poczuciu beznadziei, odkrywają swoją siłę i biorą odpowiedzialność, która staje się dla nich wyzwaniem.

Małgorzata Remlein psycholog

Autorka tekstu jest psychologiem. Prowadzi psycho-terapię indywidualną osób dorosłych oraz terapię par. Specjalizuje się w psychoterapii zaburzeń lękowych.

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

ODZIEŻ, DODATKI, KONFEKCJA SKÓRZANA PROSTO Z DANII

Ka-Ma

DANISH STYLE

GWARANCJĄ JAKOŚCI - ZADOWOLONE KLIENTKI!

Galeria Sucholeska tel. 697-718-775 KaMa Danish Style

Nie przepłacaj !
Zaskoczmy Cię!
fachowością ,
świeżością kwiatów,
i oczywiście cenami.

Zapraszamy do przyjaznej
i innowacyjnej kwaciarni
„FLORI-STUDIO” Anna Piosik.

Przyjdź lub zadzwoń 501-422-226
pon-sob 9:30 - 18:00
Poznań - Wola ul. Lednicka 9

Chętnie dowieziemy Twoje kwiaty

USŁUGI ELEKTRYCZNE

- montaż nowej instalacji oraz remonty
- wymiana skrzynek bezpiecznikowych
- montaż osprzętu
- pomiary elektryczne
- usuwanie awarii 24h

WOJCIECH BUTOWSKI

tel. 693-162-698

POGOTOWIE KRAWIECKIE

LU/Z

- PRASMANERIA (nid., igły, gumy, guziki)
- KRAWIEC (naprawa odzieży, skracanie, zwężanie)
- KALEŃNIK (nabijanie nap., guzików)
- NAPIRAWA walizek, torbek, odzieży skórzananej
- FIKANY, ZASŁONY (różne wzory, szyje na wymiar)
- PRALNIA CHEMICZNA
- PRASOWANIE KOSZUL
- SZYCIE SKÓR I ODZIEŻY MOTOCYKLOWEJ

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

NOWY I SZERSZY ASORTYMENT
Rajstopy **ZAPRASZAMY!**

Centrum Edukacji

**KOREPETYCJE
TŁUMACZENIA**

tel.: 501 052 909
511 206 488

www.lernedo.pl

/Lernedo Centrum Edukacji

kursy: maturalne, gimnazjalne, dla firm
salki: Poznań-Smochowice ul. Chodzieška

Pani od Angielskiego

PROFESSIONAL LANGUAGE INSTRUCTORS

Standard i Business English na Podolanach
oraz z dojazdem do firmy lub domu Klienta

**Wyznacz swój cel,
znajdź motywację
i ciesz się osiągnięciami**

tel. 797 628 502
e-mail: kontakt@paniodangielskiego.pl

GAZETKA

Gazety • Papierosy • Tytonie • Bilety • Doł. PEKA i telefonów
Artykuły szkolne i biurowe • Zabawki • Ozdoby do włosów
Baterie • Rajstopy • Żarówki • Foto • Artykuły drogerijne
Upominki • Ozdoby świąteczne • Gry planszowe • Puzzle

ZAPRASZAMY!

Ul. Szarych Szeregów 2 tel. 723-10-77-92
Pn-Pt: 6.00 - 17.30 Sobota: 7.00 - 14.00

SZEWCE

**KRÓTKIE
TERMINY**

RZECZOZNAWCA
ds. OBUWIA

www.naprawa-obuwia.pl

Zabezpiecz mury swojego domu przed wilgocią !!

SikaMur-InjectoCream-100



InjectoCream jest hydrofobizującym kremem pakowanym w 600 gramowe kielbaski. Wciskany jest w szereg otworów wywierconych w spoinie muru przy pomocy zwykłego pistoletu do kitów budowlanych. Do wykonania iniekcji nie jest potrzebny specjalistyczny sprzęt. Wciśnięty w spoiny SikaMur przenika w wilgotnej ścianie tworząc przepłonę uniemożliwiającą kapilarne podciąganie wody ku górze.



Zastosowanie:

Może być zastosowany do wykonywania przepony uniemożliwiającej kapilarne podciąganie wody we wszystkich rodzajach muru:

- ścian z cegły pełnej,
- ścian szczerinowych,
- ścian z kamienia oraz murowanych z rdzeniem kamiennym lub podobnym,

Wiercenie otworów

Konieczne jest wywiercenie otworów o średnicy co najmniej 12 mm w rozstawie osiowym nie większym niż 120 mm. Głębokości otworu zależy od grubości ściany, wymagania głębokości otworu przedstawia tabela poniżej. Otwór należy wiercić w poziomie, bezpośrednio w zaprawie spoiny, najlepiej przy

krawędzi cegły. Po zakończeniu wiercenia, każdy otwór należy starannie oczyścić.

Średnica otworu	110 mm	120 mm	130 mm	140 mm
Wymagana głębokość otworu	100 mm	100 mm	110 mm	120 mm
Całkowita głębokość otworu	130 mm	120 mm	120 mm	130 mm

Właściwości:

- Łatwość stosowania przy małym ryzyku popełnienia błędu, w czasie wykonywania prac,
- Materiał jest jednoskładnikowy od razu gotowy do użycia,
- Szybki w wykonaniu, bez potrzeby podwójnego wykonywania otworów, bez stosowania ciśnienia lub wykorzystywania grawitacji,
- Bez potrzeby wstępnego uszczelniania powierzchni wokół otworów iniekcyjnych, co ma miejsce w metodach ciśnieniowych
- Przybliżone równomierne zużycie i łatwość obliczania ilości potrzebnego materiału,
- Bez ryzyka zwiększonego występowania wykwitów na powierzchni, co może mieć miejsce przy stosowaniu materiałów silikonowych,



W naszej siedzibie, dostępnych jest wiele produktów takich firm jak: Wurth, Sika, Liqui Moly, Terosan, Loctite Pulsar, Tenzi i wiele innych.

Zapraszamy do naszego sklepu stacjonarnego mieszczącego się przy ulicy Szarych Szeregów 44 w Poznaniu.

Marcin Wlaszczyk

Produkt dostępny jest również w sklepie **chemik24.pl**.

Jesienna pora roku, która uważana jest za najbardziej deszczową daje się już we znaki. Wilgotność powietrza wzrasta, dlatego powinniśmy pomyśleć o zabezpieczeniu murów swoich domów, pomieszczeń gospodarczych przed nasiąkaniem. Nie chcesz wydawać dużej kwoty na wynajęcie firmy specjalizującej się w wykonywaniu izolacji? Zrób to sam. Nowy produkt firmy sika doskonale nadaje się, do odpychania wody.

SikaMur-InjectoCream-100 jest materiałem stanowiącym podstawę nowej koncepcji kontroli podciągania kapilarnego wilgoci.



Sklep Chemik24.pl

Sklep stacjonarny:
ul. Szarych Szeregów 44
60-462 Poznań
pn-pt 7-17

Sprzedaż profesjonalnej chemii technicznej

biuro@chemik24.pl
+48 601 278 872



**INSTALACJE
WOD-KAN-CO-GAZ
SERWIS KOTŁÓW
GAZOWYCH**

**Atrakcyjne ceny!
tel. 501-590-143**

ROBPOL ul. Sprzeczna 1, Suchy Las
tel: 061 8125037
kom: 608 014 136

OFERUJEMY:
- Drzwi wewnętrzne
- Drzwi zewnętrzne
- Podłogi drewniane
- Panele „Classen”
- Schody, okna
- Pomiar i montaż

OKŁADZINA
OSŁOŻENIE METALOWEJ
SAPELI - DUBREX

www.robpol.net
e-mail: biuro@robpol.net

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

**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

**SERWIS - MONTAŻ
ANTENY
SATELITARNE
NAZIEMNE DVBT**

516 053 218

Automatyczna Pralnia
- dywanów
- wykładzin
- chodników

Poznań, ul. Lechicka 44, tel. 61 877 66 72
www.czysty-dywan.pl

USŁUGI REMONTOWE

- izolacje (naprawy balkonów i tarasów)
- opierzenia, konserwacja dachów (długoletnia trwałość)
- odwodnienia rynien
- osuszanie budynków pionowo i poziomo
- schody betonowe, lastrykowe, płytki, granit, pozbruk
- drobne naprawy i ubytki

519 516 776

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!

Sprzedajemy nieruchomość

Decyzja o sprzedaży nieruchomości najczęściej jest bardzo poważną życiową decyzją. Jak się przygotować? Co Właściciel powinien wiedzieć i co powinien sprawdzić zanim Jego nieruchomość trafi na rynek? Z jaką ceną wystawić nieruchomość na sprzedaż? Jak nie stracić na sprzedaży?

Przed wszystkim emocje odłóż na bok!

Potencjalni kupujący będą krytykować miejsca, które są dla Ciebie czymś więcej niż tylko czterema ścianami i dachem. Brak doświadczenia oraz emocjonalny związek z Twoim domem z pewnością nie ułatwią szybkiej i przyjemnej transakcji.

Podstawowym celem osoby sprzedającej nieruchomość jest zawarcie transakcji w jak najkrótszym czasie oraz uzyskanie zakładanej ceny sprzedaży. Działania, które są nieprzemysłane bądź podjęte pod wpływem impulsu mogą cię skutecznie od Twojego celu oddalić. Niedopełnienie określonych formalności oraz przeoczenie ważnych elementów transakcji może narazić cię na straty i niepotrzebny stres. Dlatego zaplanuj każdy etap sprzedaży! Dzięki temu unikniesz wielu pułapek związanych ze sprzedażą Twojej nieruchomości.

Ustalenie ceny ofertowej nieruchomości.

Z jaką ceną wystawić swoją nieruchomość?

To najczęstsze pytanie które zadają moi Klienci. Wystawienie nieruchomości z ceną ustaloną na odpowiednim poziomie jest prawdopodobnie tym aspektem sprzedaży nieruchomości, który stanowić będzie największe wyzwanie. Jest to również jeden z tych obszarów sprzedaży nieruchomości, w którym wskazane jest skorzystanie z porady doświadczanego agenta nieruchomości.

Ustalenie ceny zbyt wysokiej może być równie szkodliwe co cena zbyt niska.

Jeżeli cena nieruchomości jest zbyt wysoka, możesz stracić wysoki odsetek potencjalnych kupujących, którzy poszukując nieruchomości w przedziale cenowym, w którym dom powinien się znaleźć, po prostu go nie znajdują. Ustalenie zbyt wysokiej ceny często jest konsekwencją myślenia, że w razie potrzeby jesteśmy gotowi opuścić cenę naszej nieruchomości. Zapominasz jednak, iż w takiej sytuacji część potencjalnych Klientów nawet nie zainteresuje się Twoją nieruchomością, ponieważ Kupujący, którzy byli poważnie zainteresowani wystraszyli się ceny i nawet nie chcą tracić czasu na jej oglądanie. Do czasu, kiedy cena nieruchomości zostanie poprawnie ustalona, straci się już ogromną rzeszę potencjalnych Kupujących. Cena nieruchomości jest tym bardziej trudna do ustalenia w momencie, gdy ceny rynkowe nieruchomości szybko rosną lub spadają. Bardzo istotną kwestią jest, aby orientować się na bieżąco, czy rynek przeżywa okres wzrostu czy stagnacji cenowej – zarówno przy ustalaniu ceny nieruchomości, jak i przy przeprowadzaniu negocjacji.

Czas jest niezwykle ważnym czynnikiem w branży nieruchomości. Dana oferta nieruchomości przyciąga najczęściej zainteresowanych i wzbudza największą emocji tuż po umieszczeniu jej na rynku. Wtedy istnieje też największa szansa na jej sprzedaż. Ustalenie realistycznej ceny nieruchomości zwiększy szansę wykorzystania tego początkowego okresu i może przy-

spieszyć sprzedaż. W przypadku, gdy nieruchomość jest oferowana zbyt wysoko, tracisz najbardziej krytyczny okres czasu w jej sprzedaży – okres tuż po wystawieniu nieruchomości na rynek. Po upływie tego okresu często okazuje się konieczne obniżenie pierwotnej ceny nieruchomości. W zależności od kondycji rynku, cykl ten może się powtarzać kilka razy zanim nieruchomość zostanie sprzedana. W rezultacie okazuje się, że cena sprzedaży nieruchomości jest zdecydowanie niższa niż cena, za którą nieruchomość pierwotnie została wystawiona. Często zdarza się, że nieruchomość zostaje sprzedana za cenę niższą, niż jej wartość rynkowa.

Wstępna cena nieruchomości jest ustalana przez sprzedającego, a ostateczną wartość wyznacza kupujący. Zadaniem agenta jest pomoc w ustaleniu ceny ofertowej nieruchomości, przedstawiając sprzedającemu kalkulację cenową podobnych nieruchomości, tak aby oferta stała się konkurencyjna. Cena nieruchomości, po jakiej będzie ona oferowana do sprzedaży jest istotnym elementem wpływającym na czas trwania sprzedaży. Cena sprzedaży nieruchomości wyznacza na jest przez obecne warunki rynkowe.

Czynnikami wpływającymi na cenę oferowanej nieruchomości są: lokalizacja, cechy, stan, wiek, obecne warunki rynkowe, szczególne uwarunkowania sprzedającego np. potrzeba szybkiej sprzedaży.

**ZBYT WYSOKA LUB NISKA CENA
MARNUJE TWÓJ CZAS I PIENIĄDZE.**

Ile czasu zajmuje sprzedaż domu?

Nie ma prostej odpowiedzi- niektóre domy sprzedają się w ciągu kilku dni, niektóre w kilka miesięcy. Rozpoznanie kluczowych czynników wpływających na sprzedaż, może dać Ci znaczącą pozycję na rynku. Kluczowe czynniki to:

Lokalizacja. Jest najważniejszym czynnikiem wpływającym na wartość nieruchomości. Przyjazne i spokojne sąsiedztwo wpływa na wartość rynkową. Innym czynnikiem jest konkurencja. Kupujący porównują Twoją ofertę z innymi, konkurencyjnymi. Indywidualne cechy nieruchomości wpływają na postrzeganie jej wartości przez kupującego.

Czas. Rynek nieruchomości odzwierciedla rynek sprzedających lub kupujących. Indywidualny marketing musi być odpowiednio przeprowadzony, gdyż warunki rynkowe mogą być manipulowane. Obecnie mamy do czynienia z rynkiem kupującego. Ofert jest dużo i każdego dnia pojawiają się nowe, zatem to kupujący jest w nieco uprzywilejowanej pozycji.

Warunki. Stan nieruchomości wpływa na cenę i szybkość jej sprzedaży. Ulepszenie wyglądu zewnętrznego nieruchomości oraz zaawansowana reklama zwiększa jej wartość.

Cena. Błędnie ustalona wartość może wpłynąć na opóźnienie, bądź powstrzymanie transakcji.

Otoczenie makroekonomiczne. Dostępność źródeł finansowania (kredyt, leasing), koszt kredytów, warunki prawne, podaż/popyt mają wpływ na bieżący kształt rynku nieruchomości.

Podsumowując:

- Czas jest niezwykle istotny w branży nieruchomości. Ważne jest, aby oferta wystawiana była po odpowiedniej cenie i z realnymi warunkami
- Kupujący wolą pozyskać nieruchomość w cenie rynkowej, niż powyżej, bądź poniżej tej ceny. Wycenisz swoją nieruchomość w cenie rynkowej, to zwiększasz szansę jej sprzedaży.
- Kupujący decyduje ile chce zapłacić i wyznacza wartość nieruchomości, po porównaniu innych, już sprzedanych w tym regionie ofert.
- W wyznaczeniu możliwie najlepszej ceny pomoże Ci analiza cen konkurencji i ich ofert, zarówno ostatnich, jak i bieżących.
- Wystawiając nieruchomość po cenie rynkowej, docierasz do większej liczby potencjalnych nabywców

Najczęstsze błędy w określaniu ceny sprzedaży nieruchomości.

- Cena, którą zapłaciłeś za nieruchomość w przeszłości
- Tyle, ile pieniędzy potrzebujesz w tej chwili
- Cel, dla którego sprzedajesz
- Opinie sąsiadów
- Porównanie z ceną, za jaką sprzedali sąsiedzi
- Opinie znajomych
- Obecne koszty budowy

W kolejnych numerach:

1. Masz tylko jedną szansę na zrobienie dobrego pierwszego wrażenia. Jak przygotować nieruchomość do sprzedaży, by uzyskać wyższą cenę.
2. Wyróżnij się! Czyli marketing nieruchomości.
3. Z agentem, czy bez? Czego powinieneś oczekiwać od dobrego agenta nieruchomości?

**Sprzedajesz nieruchomość
a Klienci nie dzwonią?**

**Zamiast transakcji tracisz
tylko pieniądze, nerwy i czas?**

**ZADZWOŃ
668 136 636**

Ewa Manthey
Agent Nieruchomości

**Międzynarodowe
Biuro Nieruchomości**



www.remaxexperts.pl
ewa.manthey@remax-polska.pl





ALGRUD
Usługi ogrodnicze

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



Tel. 512 003 652



**Artykuły Ogrodnicze
Sprzedaż-Serwis**
ul. Bogusławskiego 2, 62-002 Suchy Las
www.a-grass.pl, tel. 881-568-908
Sklep - Serwis czynny

PON - PT
9.00 - 17.00
SOBOTA
9.00 - 13.00



STIGA ECHO shindaiwa
Oleo-Mac HECHT victus
OREGON castelgandia PSKARS

ŁODÓWKI
Najtańsze w Wielkopolsce
naprawy łodówek i zamrażarek w domu klienta.
Bezpłatny dojazd, wszystkie typy.
696 017 449
Sprzedaż używanych urządzeń chłodniczych
(sklepowych, gastronomicznych)

Usługi Kominarskie Michał Bartoszkiewicz
Zakres usług:
* czyszczenie przewodów kominowych
* odbiory
* roczne przeglądy
* opinie do gazowni
* ustalanie przyczyn złego działania
* montaż wkładów kominowych
i nasad wiatrochronnych
tel. 664 135 832



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



..... **ogrody**
Tel. 502 320 559



**PROJEKTOWANIE ZAKŁADANIE
I PIELĘGNACJA OGRODÓW
MAŁA ARCHITEKTURA,
BRUKARSTWO**
PRZY NASZYM WYKONAWSTWIE PROJEKT GRATIS!
www.modrzew-ogrody.pl

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

USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM
**WYCINANIE I PRZYCINANIE
DRZEW I KRZEWÓW**



tel. 608 443 604
tel. 606 270 353
ZAPRASZAMY

STOLARSTWO
SCHODY · SZAFY WNĘKOWE
DRZWI · KUCHNIE · DOMKI
KONSTRUKCJE DREWNIANE
tel. +48 601 917 516
www.stolarstvoszudera.pl



**STOLARSTWO
SZUDERA**

USŁUGI REMONTOWE

- malowanie
- szpachlowanie
- układanie płytek

- panele
- płyta KG

tel. 515 550 833 - SPEC



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

In vitro dla poznańskich par

Radni Platformy Obywatelskiej chcą, by miasto finansowało zabiegi in vitro. Trwają prace nad dwoma programami, których celem będzie wsparcie, starających się o dziecko, poznańskich par w przeprowadzeniu tej kosztownej procedury.

Po tym jak rząd wycofał się z programu dofinansowania zabiegów in vitro, prezydent Poznania Jacek Jaśkowiak oraz radni Platformy Obywatelskiej rozpoczęli starania, by zapewnić rodzinom cierpiącym z powodu braku potomstwa, finansowe wsparcie.

- Naszym celem jest wsparcie w formie dofinansowania do zabiegów, a tym samym wyrównanie szans w dostępie do usług medycznych w zakresie leczenia niepłodności oraz zmniejszenie kosztów ponoszonych przez pacjentów - mówi prezydent Poznania Jacek Jaśkowiak. - Nie możemy pozostawać obojętni na los osób, które nie mogą, a bardzo chcą mieć dzieci. Uważam, że skoro rząd wycofuje się z takiego wsparcia, powinniśmy jako miasto takim parom pomóc. Na razie mamy deklarację radnych Platformy Obywatelskiej. Jesteśmy na etapie tworzenia budżetu na kolejny rok, dlatego tak ważne jest, by tego typu decyzje były podejmowane już teraz.

Dla starających się o dziecko poznańskich rodzin przygotowywane są dwa programy. Pierwszy skierowany będzie do osób, które rozpoczęły leczenie podczas trwania programu rządowego i dzięki dofinansowaniu miasta będą miały szansę na jego dokończenie. W Poznaniu par, które są w trakcie procedury in vitro i oczekują na transfer zarodka, jest ok. 100.

- To są osoby, które wraz ze wsparciem finansowym otrzymały szansę na własne dziecko. Polityka prorodzinna PiS w brutalny sposób tę szansę im odebrała - mówi Dominika Król, radna PO. - Chcemy, żeby kontynuacja programu ruszyła jak najszybciej. W Poznaniu mamy około 100 takich par, co będzie kosztowało około 150 tysięcy zł, więc nie są to bardzo duże koszty.

Projekt sfinansowania kontynuacji programu przez



miasto został pozytywnie zaopiniowany na ostatnim posiedzeniu Komisji Rodziny. Większość radnych jest zgodna co do tego, że zarodki powinny zostać przenieś transferowane, by jak najmniejszą ich ilość trzeba było dalej przechowywać. Kontrowersje budzi natomiast drugi program. Miałby on być skierowany do osób, które dopiero rozpoczynają procedurę zapłodnienia pozaustrojowego.

- Leczenie niepłodności jest bardzo ważne. Dla rodzin, które nie mogą mieć własnych dzieci, to są duże życiowe tragedie. Jak bardzo taki program jest potrzebny było widać, gdy zaczął funkcjonować program rządowy. Dzięki takiemu wsparciu urodziło się około 6000 dzieci - przekonyuje Dominika Król. - Jest to bardzo kosztowna procedura, dofinansowanie jest zatem bardzo potrzebne. Dlatego rozpoczęliśmy już starania o zabezpieczenie w przyszłorocznym budżecie środków na ten cel.

Według szacunków Wydziału Zdrowia wielkość populacji poznańskiej, wymagającej leczenia tą meto-

dą, wynosi około 300 par.

- Planujemy dofinansowanie z budżetu miasta w wysokości 5000 zł na parę. Całkowity koszt programu wyniosłby zatem ok. 1,5 mln zł rocznie. Chcielibyśmy, aby pary mogły składać wnioski o dofinansowanie już w 2017 roku. Wszystko zależy jednak od decyzji radnych - mówi Maria Lisicka-Pawelczak, radna PO. - Zależy nam na tym, aby poznaniacy, podobnie jak mieszkańcy Łodzi, która przyjęła taki program, mieli dostęp do tej najbardziej powszechnej metody leczenia niepłodności.

W 2013 roku Platforma Obywatelska wprowadziła na terenie całego kraju Narodowy Program Leczenia Niepłodności Metodą Zapłodnienia Pozaustrojowego. Program finansowany był ze środków Ministerstwa Zdrowia. O przerwaniu dofinansowania zabiegów in vitro w ramach tego programu zdecydował obecny rząd Prawa i Sprawiedliwości.

Joanna Żabierek/biuro prasowe

STOMATOLOGIA
BĄKOWSCY

- pełen zakres usług
- cyfrowy rtg

ul. Zakopiańska 91
Poznań - Podolany

Godziny otwarcia
Pn-Pt - 10:00-19:00
www.stomatologiabakowscy.pl

REJESTRACJA TEL. 61 822 12 87

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

tel. 601 886 019 ul.Grunwaldzka 50

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

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

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

MASAŻ KLASYCZNY

Z DOJAZDEM DO KLIENTA

513 071 179

**MOBILNA
FIZJOTERAPIA**

DOJAZD DO PACJENTA NA TERENIE POZNANIA GRATIS!

**BÓLE PLECÓW
URAZY NARZĄDU RUCHU
MASAŻ RELAKSACYJNY**

MGR FIZJOTERAPII MARTYNA KASPEZAK
TEL. 889 368 412

**WIELKOPOLSKA KLINIKA
BIOENERGOTERAPII**

Telefon kontaktowy-Barbara
602 280 143
www.terapiadomancica.pl

ZDOBĄDŹ KONTROLĘ NAD SWOIM CIAŁEM !!!

FITNESS

E-MAIL: pol50@poczta.onet.pl
TEL: 505-469-979

RUSZAJĄ WRZEŚNIOWE ZAPISY !!!!

JUST4FIT

GRAFIK:

KIEKRZ: Wtorek & Czwartek 20:00-21:00
ROKIETNICA: Piątek 19:00-20:00
MROWINO: Środa 19:30-20:30
STRZESZYN: Poniedziałek & Piątek 19:00-20:00 & 20:00-21:00

**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

**KURCZAK Z RÓŻNĄ
WARZ Z DANIAMI KUCHNI DOMOWEJ**

- Kurczak z różną
- Pierogi
- Gołąbki 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 (wobok stacji benzynowej Shell)
dawniej ul. Strzeszyńska 206

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

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

Makijaż wieczorny
Manicure hybrydowy
Mikrodermabrazja z ampułkami i algami - manicure z pomalowaniem gratis
Masaż twarzy
Algi na twarz
Manicure
Oczyszczanie twarzy + algi
Peeling kawitacyjny + algi
Kosmy na twarz + algi

PROMOCJE ŁĄCZONE:
Manicure + pedicure + henna brwi i rzęs z regulacją - algi gratis
Mikrodermabrazja z ampułkami i algami - manicure z pomalowaniem gratis
Wzrost włosów rąk + całych nóg + pach - masaż twarzy gratis
Przy hybrydowym ręk i nóg z pedicure - algi gratis

cięcie męskie 30zł
kwas migdałowy 100zł
manicure klasyczny 40zł

salon urody

joannaperz.pl
t: 61 847 34 81
m: 509 895 145
e: salon@joannaperz.pl
Żarnowiecka 3a | Poznań
ogrody wola

PAULINA NOWAK
SALON FRYZJERSKO-KOSMETYCZNY
Paula
60-524 POZNAŃ
SĄBROWSKIEGO 72
tel. 61 866 90 28

Poradnia Dietetyczna
mgr Agnieszka Tomaszewska
Dietetyk kliniczny

poradnictwo żywieniowe i dietoterapia

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

Grzyboznawcy zapraszają na dyżury

Jak zawsze z początkiem sezonu grzybowego Wojewódzka Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna zaprasza do swojej siedziby na dyżury grzyboznawców. Każdy może się tu zgłosić z zebranymi grzybami do specjalisty, by stwierdził, czy nie ma wśród nich trujących.

GRZYBY

Należy zbierać wyłącznie grzyby, co do których mamy pewność, że są jadalne. Najlepiej swoje zbiory skontrolować dodatkowo z atlasem grzybów lub pokazać innemu doświadczonemu grzybiarzowi. Grzyby należy wykładać delikatnie, by nie uszkodzić grzybnii. Odcinanie trzonu zamiast wykręcania niszczy grzybnie i uniemożliwia właściwe rozpoznanie gatunku.

WAŻNE

- 1 Zbierać tylko zdrowe grzyby, które nie są nadgryzione, nasączone wodą, poszczerzone albo nadpleśniałe.
- 2 Zbierać grzyby do wilgotnego koszyka lub korbki, nigdy do reklamówki.
- 3 Unikać na grzybnie. Jeśli są nie uszkodzone, wyrzucić na niegłębokie grzyby, dlatego nie noszących ich.
- 4 Na grzyby wyłożyć się płaszcz lub rowerek. Samochód postawić na najbliższym parkingu leśnym.
- 5 Grzyby, których nie chce zbierać, pozostać niezmienione. Są one przygotowane dla zwierząt.

MITY

To nieprawda, że wszystkie trujące grzyby sławo mają piękny, gorzki smak. Najbardziej trującym muchomor zielonawy (sromotnikowy) ma łagodny smak.

To nieprawda, że jeśli grzyby jest nadgryziony przez zwierzę, oznacza, że jest jadalny. Świnie z chęcią żerują na trujących muchomorach czerwonych.

To nieprawda, że wszystkie jadalne grzyby pod kapeluszem mają rurki, a niejadalne - blaszki. Pieprznik jadalny (kurka) ma łodygi, a niejadalny goryczak siliowy - rurki.

To nieprawda, że grzyby trujące po kilkukrotnym obgotowaniu są bezpieczne do spożycia. Wielokrotne gotowanie nie pozbawi ich toksyn.

Czerniak pożyty jest grzybem jadalnym, ale spożycie alkoholu do 3 dni po jego spożyciu, powoduje ciężkie zatrucie.

To nieprawda, że najlepsze na zatrucie grzybami jest mleko. Mleko z mlekiem ułatwia wchłonięcie toksyn z grzybów. Przy zatruciu powinno się wywołać wymioty, zabezpieczyć zewnętrzną drogę oddechową i jak najszybciej udać się do najbliższego szpitala.

Opracowanie: Beata Gazecka Infografika

Ewelina Suska, rzeczniczka prasowa WSSE, przypomina, że należy zbierać wyłącznie te grzyby, co do których mamy pewność, że są jadalne, chociaż i tak zawsze warto konfrontować je z atlasem grzybów. Wiele sposobów „domowych” na sprawdzenie, czy grzyb jest trujący czy też nie - nie jest prawdziwych. - Nieprawdą jest, że grzyby trujące mają piękny, gorzki smak - mówi Ewelina Suska. - Najsilniej trującym muchomor zielonawy (sromotnikowy) ma łagodny smak. Wskazówką nie jest też to, że grzyb został nadgryziony przez jakieś zwierzę, bo na przykład ślimaki chętnie żerują na muchomorach czerwonych. Nieprawdą jest też, że wszystkie grzyby jadalne mają pod kapeluszem rurki, a niejadalne - blaszki. Na przykład pieprznik jadalny popularnie zwany kurką pod kapeluszem posiada blaszki, a niejadalny goryczak siliowy - rurki. Panuje powszechne przekonanie, że wielokrotne obgotowanie grzybów niejadalnych pozwala pozbyć się

z nich toksyn, tymczasem to nieprawda. Wśród grzybów są też i takie - jak na przykład czerniak jadalny - które same w sobie trujące nie są, ale jeśli w ciągu trzech dni od zjedzenia grzyba wypije się alkohol, to dojdzie do silnego zatrucia. Rzecznica przypomina też, że do koszyka powinny trafiać wyłącznie grzyby zdrowe, nie zaczerwienione, nasączone wodą lub nadpleśniałe. Sam koszyk powinien być przewiewny, najlepiej z wikliny. W żadnym wypadku nie należy zbierać grzybów do reklamówki, a zbierając trzeba je delikatnie wykręcać z ziemi, by

nie uszkodzić grzybnii. Odcinane trzonka nie tylko niszczy grzybnie, ale też uniemożliwia właściwe rozpoznanie gatunku. Zebrane grzyby warto zanieść do Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Poznaniu ul. Libelta 36, gdzie w pokoju 113 grzyboznawcy udzielają bezpłatnie porad grzybowych od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.00 do 17.00, a w soboty i niedziele od 12.00 do 16.00.

osuszanie budynków, drenaże, izolacja, iniekcja krystaliczna, wentylacja

609 270 132

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

MALARNIA PROSZKOWA
PIASKOWANIE
OBRÓBKA CHEMICZNA
CHROMOWANIE ŻÓŁTE
693 485 558
Obornicka 1B, Bytkowo

PROTEZY ZĘBOWE

- Całkowite (lekkie, dobre przysysanie),
- Częściowe: tworzywo różowe, przezroczyste (przeciwalergiczne, kłamrowe, bezkłamrowe),
- Szkieletozowe: podniebienie sztuczne zredukowane do minimum, lekki metal i tworzywo,

Poznań-Smochowice, ul. Sianowska 77
tel. 518 268 039, wt. i czw., 16-20

- Protezy na miękkim podłożu, elastyczne: na dziąsła wrażliwe lub zanikłe, zmniejszają ucisk, polepszają przysysanie,
- Mikroprotezy (do 2 zębów),
- Naprawy protez
- Jednoosobowe wykonawstwo

Poznań, oś. Wł. Łokietka 9G/79
tel. 518 268 039, pon. i pt., 17-20

NAUKA JAZDY
Przeźmierowo
664 499 032

ODBIERAMY KURSANTÓW Z DOMU

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

MECHANIKA POJAZDOWA
ELEKTRYKA I ELEKTROMECHANIKA
NAPRAWA I OBSŁUGA KLIMATYZACJI
ORAZ AUT HYBRYDOWYCH
GEOMETRIA KÓŁ 3D
DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA

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

Salon Kosmetyczny dla Zwierząt

SPRZEDAŻ KOSMETYKÓW
ART. ZOOLOGICZNYCH I KARMY

www.artgrooming.pl

Poznań - Wola
ul. Przelot 44

tel. 601 744 070
tel. 731 228 778

PIECZĄTKI Exlibrisy
WIZYTÓWKI życzenia zaproszenia druki reklamowe
DYPLOMY, TABLICZKI GRAWERTON
KSEROKOPIE i wydruki skanowanie i wysyłka dokumentów laminowanie bindowanie
MATRYCE z "twardego" polimeru

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

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

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

62-081 Baranowo, ul. Budowlanych 5

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

AUTOPOL

LEGALIZACJA
WYMIANA ZBIORNIKÓW
LPG I CNG

Gołęczewo
Szosa Poznańska 29

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

WYMIANA OPON
WYWAŻANIE KÓŁ Z TESTEM DROGOWYM

SPRZEDAŻ OPON NOWYCH I UŻYWANYCH

Zaawansowana analiza geometryczna koła
Optymalizacja odchyleń od wagi

www.auto-guma.poznan.pl
poniedziałek-piątek 9:00-18:00
soboty 9:00-13:00

Poznań-Smochowice
ul. Polanowska 163
tel. 607 122 521

Kategoria "B"

OSK „ZAWODOWIEC”
ul. Czarnkowska 35

ZAWSZE PONADPRZECIĘTNA
JAKOŚĆ SZKOLENIA

BIP. URZĄD MIEJSKI W POZNANIU

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

tel. 888 530 558

Czyszczenie mebli tapicerowanych i dywanów

Metoda Aktywnej Piany

- nowoczesna metoda czyszczenia

Czas schnięcia

Innowacyjna metoda Aktywnej Piany pozwala na skuteczne wyczyszczenie sof, kanap 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 przybrudzonym meblom tapicerowanym 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.



Metoda/cecha	Czas schnięcia	Usuwanie zabrudzeń – efekt czyszczenia	Możliwość czyszczenia delikatnych materiałów np. wełna	Inne
Metoda Aktywnej Piany	+ powierzchnia sucha już po 2 h !	+ skutecznie usunięte wszelkie zabrudzenia, efekt natychmiastowy	+	Podczas czyszczenia usuwane są wszelkie zabrudzenia, alergeny i roztocza. Czyszczona powierzchnia odzyskuje żywość kolorów
Metoda ekstrakcyjna	cały dzień	- powierzchnia mocno przemoczona, ryzyko „wybijania” podczas schnięcia	—	

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

Zamów skuteczne czyszczenie Aktywną Pianą !

Tel. 511 777 442

Zakres usług :

Czyszczenie:

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

Mycie okien



poznańsprzatanie.com
Zaskrzyli Państwo na profesjonalne sprzątanie...

== RESTAURACJA == PODOLANY

Na kulinarnej mapie Poznania pojawił się nowy gorący punkt!

Tych, którzy jeszcze nie zdążyli nas odwiedzić, zapraszamy do nowo otwartej Restauracji Podolany.

Dlaczego?

Szczerze mówiąc, trudno nam znaleźć argumenty przeciwko takiej wizycie!

Już pierwszy rzut oka na menu wystarczy, by dostrzec zróżnicowaną kuchnię, którą oferujemy. Soczyste dania z grilla, pyszna pizza, słodkie desery, każdy znajdzie tutaj coś dla swojego podniebienia.

Kiedy zasiądziesz już za jednym ze stolików i wybierzesz danie dla siebie, pamiętaj, najlepsze dopiero przed Tobą! Kiedy talerz trafi już na blat Twojego stolika, poświęć chwilę na rozkoszowanie się aromatem potrawy.

Została przygotowana specjalnie dla Ciebie przez naszych najlepszych kucharzy. W swoją pracę wkładają oni nie tylko serce, ale i finezję połączoną z pomysłowością.

Dobrze, chwila minęła, a teraz – smacznego!

Mamy dla Ciebie na koniec jeszcze jedną atrakcję.

Otóż długo pracowaliśmy nad tym, by połączyć dwie najważniejsze dla naszych gości wartości - wysoką jakość oraz przystępną cenę.

Nie było łatwo, ale zapewniamy – udało nam się.

Nie wierzysz? Przekonaj się sam!

Od nas na pewno nie wyjdiesz głodny ;-)

Zapraszamy do Restauracji Podolany,
na ulicę Strzeszyńską 67A (wejście na tyłach Galerii Podolany).

www.restauracjapodolany.pl



AUTO-SZYBY VARIA
 SPRZEDAŻ - MONTAŻ
 Tel. 602 693 657
 Ul. Dąbrowskiego 129
www.szybysamochodowepoznan.pl

PRZEDSZKOLE
JAK U MAMY od 2 lat
 Poznań - Świerczewo ul. Na Uboczu 8
 882 931 020

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

RoletkiPoznan.pl
MOSKITIERY
PLISY, WERTIKALE
ROLETY ZEWNĘTRZNE
ROLETKI MATERIAŁOWE
 NAPRAWA ROLET I OKIEN
 ul. Pana Twardowskiego 17
 Poznań - ŁAWICA
tel. 609-344-160

DRAFTCAR Twoja wypożyczalnia samochodów w mieście
 T: 510 797 396 www.draftcar.pl
www.draftcar.pl <https://www.facebook.com/draftcar1>
 ul. Obornicka 327, 60-639 Poznań
 Wsiadaj i jedź z nami w nieznaną!



WYBUDOWAŁEŚ DOM
NIE MASZ POZWOLEŃ NA UŻYTKOWANIE
ZADZWOŃ! TEL: 668 142 857
PROFESJONALNA OBSŁUGA INWESTYCJI

UBEZPIECZENIA
 LINK4 Gotiaper ERGO YOU
 wejście od ul. Hangarowej
 tel. 660 352 652
 czynne od godz 12:00
 od poniedziałku do soboty

POGOTOWIE KLUCZOWE
 Z DOJAZDEM DO KLIENTA **New Key**
 -awaryjne otwieranie samochodów
 -dorabianie kluczy samochodowych z immobiliserem
 -naprawa zamków i stacyjek samochodowych
 -sprzedaż i montaż zamków domowych
 -awaryjne otwieranie mieszkań
 -dorabianie kluczy domowych
 -naprawa pilotów
AWARIE 24h
603 118 159 ul. Bogusławskiego 1, 62-002 Suchy Las
 pn.-pt. 9.30 - 17.30 sob. 10.00 - 14.00



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



**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

