



Pokonać OCD str. 4  
Nieruchomości - TAK dla wyłączności str. 6  
Jak prawidłowo pielęgnować samochód str. 14

# Fachowcy w Mieście

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

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

tel: 609 801 801



samochodowe instalacje gazowe str. 15

**UBEZPIECZENIA**  
Dla Klientów porady prawna - **Gratis**  
OC AC \* NNW \* FIRM \* NA ŻYCIĘ 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**

COMPENSA, ING, ERGO, VIENNA INSURANCE GROUP, UNIQA, HESTIA, POLISA-PYCH, GENERALI, Allianz, warta, HDI, Gothaer, BENEFIA

**KRAINA MARZEŃ**  
PRZEDSZKOLE JĘZYKOWO - ARTYSTYCZNE  
PRZEDSZKOLE - 650 zł  
ŻŁOBEK - 800 zł

ul. Miłosza 31  
STRZESZYN GRECKI

600 068 464  
www.krainamarzen.com.pl

**WYWÓZ GRUZU I ŚMIECI**  
Kontenery: 1,7m<sup>3</sup> do 14m<sup>3</sup>

**PROMOCJA**  
**90 zł netto**

**SKIP**  
GROUP

603 600 600 www.odpady-skip.pl

**SKUP AUT**  
**ECO cars**  
**GOTÓWKA**  
**LEGALNA KASACJA**

SKUP AUT 61 88 700 24  
CZĘŚCI UŻYWANE 888 993 000  
WULKANIZACJA 666 666 232

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

**TANI-KURIER.NET**

- PACZKA STANDARDOWA OD 14 ZŁ BRUTTO
- PACZKA NIESTANDARDOWA OD 20 ZŁ BRUTTO
- PACZKA GABARYTOWA OD 30 ZŁ BRUTTO
- ZWROT POBRANIA JUŻ W KOLEJNYM DNIU PO DORECZENIU
- PROFESJONALNA OBSŁUGA

BIURO@TANI-KURIER.NET  
**PRZEŹMIEROWO**  
UL. RYNKOWA 113A, 62-081  
TEL: 881-511-050  
TANI-KURIER.NET

**SYSTEMY NAWADNIANIA, DRENAŻE**

**MONTAŻ NAPRAWY PRZEBUDOWY KONSERWACJA**

**605 217 212**  
simon130@wp.pl

PRZYGOTOWANIE SYSTEMU DO PRACY

**MASZ PROBLEM Z WODĄ? ZADZWOŃ**

**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 SUROWICZNY
- POTRZEBOWA SIŁA I NIEKORZYŚĆ NA ŚWIETLE
- NALĄPIEŁE PARAMETRY IZOLACYJNE
- 40 LETNIA SUROWICZNA
- SŁAŚNIKI LIDER W CENIE DLA KAŻDEGO

**FOAM-LOK**  
SPRAY FOAM INSULATION

**BUDVAR**  
CENTRUM

Okna. Polskie. Doskonale.

**OKNA PVC**  
100% bez ołowiu

DRZWI • ROLETY  
BRAMY • PARAPETY

tel. 697 580 669  
Poznań, ul. Obornicka 229  
Galeria Arkada (stoski 5h)  
e-mail: bhpoznan@budvar.pl  
www.budvar.pl

## Fachowcy w Mieście

Motto numeru:

*„Nerwica zastępuje w naszych czasach klasztory, do których wycofywali się wszyscy ci, których życie rozczarowało, lub też ci, którzy wobec życia czuli się słabi.”*

(Zygmunt Freud)

Szanowni Państwo,

Pora letnia, długie i ciepłe dni sprzyjają podejmowaniu zabiegów pielęgnacyjnych w swoim otoczeniu. Do ich wykonania polecamy fachowców z najbliższej okolicy, o których często nie wiele wiemy.

Jak na lato, to w sam raz oferta sklepu Chemik24.pl o kompleksowej dbałości o swoje samochody. Porady w doborze środków myjących, czyszczących i polerujących oraz technologia ich stosowania na pewno będą przydatne.

„Pokonać zaburzenia obsesyjno – kompulsywne” to kolejne wyzwanie przed którym stanęła jako autorka artykułu, psycholog Małgorzata Remlein, ale przede wszystkim wielkie wyzwanie dla osób dotkniętych tą chorobą. Konkluzja – leczenie jest możliwe, przeważnie długoterminowe. Osoba uczy się stopniowo powstrzymywać od czynności natrętnych, radzić sobie z obsesyjnymi myślami ze stresem oraz z rozwiązywaniem problemów.

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

Wszelkie zapytania i sprawy proszę kierować pod nr telefonu: 505-528-144 lub na maila: [biuro@fachowcywmiescie.pl](mailto: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.

**AQUA NATURE**

**SALON AKWARYSTYKI NATURALNEJ I MORSKIEJ**

SKLEP SERWIS ARANŻOWANIE PROJEKTOWANIE



Szukasz firmy, która w sposób profesjonalny założy i poprowadzi akwarium w Twoim biurze lub domu? Odwiedź nas w naszym salonie, zobacz jak prezentują się nasze akwaria. Serdecznie zapraszamy

tel: 509-098-500    tel: 884-605-505

ul. Niecała 10/10, 60-805 Poznań    www.aqua-nature.pl  
pon. – pt. 12:00 – 19:00    sob. 10:00 – 14:00    biuro@aqua-nature.pl

Znajdź nas również na facebooku 

**ANTENY** **ADA**  
SUPERWIZJA

TELEWIZORY  
DEKODERY  
MONTAŻ  
SERWIS

**RABATY 10%**  
z tej gazетки

**501 791 623**

Poznań - Smochowice ul. Lęborska 46

**ROLETY**

zewnętrzne materiałowe plisy, żaluzje zasłony rzymskie werkale moskitiery

20 lat doświadczenia

Dla emerytów i rencistów korzystne rabaty!!!

tel. 504 - 573 - 493  
DOJAZD I WYCENA GRATIS!

**A. TRAFAS**  
ZBUDUJEMY KAŻDY DACH

OCENA STANU TECHNICZNEGO DACHÓW  
OPINIE TECHNICZNE DACHÓW  
BUDOWA, REMONTY DACHÓW

Zapraszam  
Andrzej Trafas

www.firmatrafas.pl

**602 775 611**

**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

**20 LAT**

Kancelaria  
601 999 570

**KUP zestaw helowy**  
i stwórz odlotową dekorację na

**URODZINY**  
WESELE lub PRZYJĘCIE!

butla z helem i balonami już od 45 zł!

ZAMÓWIENIA: tel. 663 635 008  
[kingofballoons.com](http://kingofballoons.com)  
POZNAŃ, św. Wincentego 7

**KALORYFERY GRZEJNIKI**  
MARKOWE NOWE I UŻYWANE

- zasobniki/bojlery
- piece
- wymienniki
- bufory
- palniki
- pompy

**500 200 478**  
**61 8 193 076**

godz. otwarcia: pn-pt 8:30-17:00, soboty 7:30-12:00

**PanWygodny.pl**  
NOWOCZESNE ROZWIĄZANIA

Okna  
Żaluzje  
Rolety  
Drzwi  
Bramy

tel.: 503 503 458    www.PanWygodny.pl

**ALARMEX**

automatyka do bram  
bramy garażowe  
systemy alarmowe  
domofony  
rolety zewnętrzne

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

**KSERO**

KSERO / WYDRUKI A4 - A0+  
OPRAWA PRAC I DOKUMENTACJI  
LAMINOWANIE DO A3  
NADRUKI NA KUBKACH,  
KOSZULKACH ITP.  
PIECZĄTKI  
WIZYTÓWKI  
FAX

**Sklep Papierniczy**

e-jtp.com.pl

- zeszyty, brystole
- akcesoria biurowe
- artykuły plastyczne
- druki akcydensowe
- organizacja dokumentów

Marcelińska 96B lok. 214 - przy fontannie

tel: 61 867-57-12  
e-mail: sklep@jtp.com.pl

PON-PT 6-22  
SOBOTA 7-14

**RESTAURACJA SUSHI MAIKO**

lunche sushi    obiady catering

dowozy    tel. 600 337 640

SUCHY LAS  
OBORNICKA 88

# Pokonać zaburzenia obsesyjno - kompulsyjne



Jakiś czas temu zgłosił się do mojego gabinetu 39 - letni mężczyzna, który cierpił na skomplikowany system rytuałów, których musiał bezwzględnie przestrzegać. Poranek zaczynał od dziesięciokrotnego mycia rąk. Następnie ścierał łóżko w odpowiedni sposób: poduszki jedna na drugiej, prześcieradło złożone w ustalonej kolejności, kołdra wytrzepana i położona z boku. Gdy doprowadził do porządku łóżko, szedł pod trwającą godzinę przysnąć, gdzie dokładnie szorował i goił całe swoje ciało. Potem trzydziści minut dokładnego splukiwania się zawsze w taki sam sposób. Następnie zabierał się za sprzątanie mieszkania. Każdy fragment parkietu mył dokładnie 8 razy. Kiedy już skończył sprzątanie, co zajmowało mu około czterech godzin każdego dnia, wychodził na zewnątrz. Drzwi otwierał zawsze tak, żeby dotknąć je tylko łokciem. Przed wyjściem sprawdzał pięciokrotnie, czy wszystkie okna są zamknięte, gaz wyłączony i woda zakręcona. Na klatce schodowej nie dotykał poręczy, starał się nawet schody dotykać jak najmniejszą powierzchnią podeszwy. Do sklepu chodził zawsze tą samą drogą, zwracając uwagę na to, żeby żaden przechodzień nie szedł za blisko niego. Omijał wszystkie trasy, przy których stały śmietniki. Dwie godziny wybierał jedzenie, produkty dokładnie pakował w osobne jednorazowe worki. Po powrocie do domu dwanaście razy mył ręce (często - kroć aż do krwi).

To zachowanie to jeden z scenariuszy osoby cierpiącej na zaburzenia obsesyjno - kompulsyjne. Cierpi na nie ok. 2,5 procent społeczeństwa, częściej kobiety. Ich natrętne zachowania często urastają do takiej rangi, że nie są w stanie normalnie funkcjonować, muszą zrezygnować z pracy i życia towarzyskiego. Ludzie cierpiący na zaburzenia obsesyjno - kompulsyjne doskonale zdają sobie sprawę z tego, że ich tzw. rytuały są bez sensu. Nie mogą jednak powstrzymać się przed ich wykonywaniem. Często wydaje im się, że jeżeli np. nie umyją rąk, zarażą się jakąś chorobą. Kompulsje (inaczej rytuały) to czynności, które chory wykonuje w celu zapobiegnięcia jakiemuś wydarzeniu, które miałoby się dokonać, jeśli dana czynność nie zostanie wykonana, np. kobieta, która musi kilkakrotnie zapukać w stół za każdym razem, kiedy go mijają, bo wydaje się jej, że w przeciwnym razie jej dziecko zginie. Na poziomie świadomym osoby cierpiące na to zaburzenie wiedzą, że jest to niemożliwe, jeżeli jednak nie wykonają tej czynności, pojawi się u nich tak silny lęk, więc wykonują one tę określoną czynność. Każdy z nas ma swoje małe natręctwa. Dlatego wiele osób, kiedy słyszy o tej chorobie, zauważa pewne objawy u siebie. Trzeba jednak pamiętać, że osoby z zaburzeniami obsesyjno - kompulsyjnymi nie są w stanie normalnie funkcjonować. Poświęcają na swoje kompulsje wiele godzin w ciągu dnia.

Skąd bierze się to zaburzenie?

Głównym powodem jest pojawienie się obsesyjnych myśli. Obsesjami nazywa się występowanie u chorego irracjonalnych myśli, które pojawiają się w świadomości automatycznie i powodują u pacjenta cierpienia oraz

chęć uwolnienia się od nich. Myśli najczęściej dotyczą przemocy, religii czy seksualności, jak również dążenia do porządku, czystości czy układania przedmiotów w symetryczny sposób. Innymi często pojawiającymi się myślami są te odnoszące się do zdrowia i obaw przez zakażaniem się jakąś chorobą, potrzebą zachowania nieskazitelnej czystości ciała, nieustanne myślenie, czy wszystko dopięto na ostatni guzik (co powoduje wielokrotnie, absurdalne sprawdzanie wszystkiego, w wyniku czego, na przykład, chory kilkanaście razy wraca do domu, aby sprawdzić, czy zamknął drzwi). U osoby, u której występują myśli obsesyjne, po zobaczeniu jakiegoś człowieka na ulicy mogą pojawić się myśli dotyczące skrzywdzenia (np. pobicia) go. W przypadku tego zaburzenia chory zdaje sobie sprawę z irracjonalności swoich myśli, jednak nie ma nad nimi kontroli, co bardzo przeszkadza w koncentracji. Często u osób cierpiących na obsesje na przykład po zobaczeniu noża (lub innego ostrego przedmiotu) występują myśli (obrazy) przedstawiające skrzywdzenie tym nożem jakiejś osoby (np. tej, która się blisko niego znajduje). Tak naprawdę osoba ta wcale nie chce tego zrobić i prawdopodobnie nigdy nie zrobiłaby krzywdy innej osobie, jednak niepokoi się, że myśli powracają z taką częstotliwością. Zaczyna, więc wymyślać sobie tematy zastępcze, uważa na przykład, że wykonywanie pewnej grupy dziwacznych czynności uchroni ją przed niechcianymi myślami. Do pewnego stopnia plan się sprawdza, jednak kompulsje zaczynają się utrzymywać, zajmują coraz więcej czasu i zaczynają przybierać coraz bardziej skomplikowane formy. U mojego klienta wszystko zaczęło się od obsesyjnych myśli o tym, że może zarazić się jakąś chorobą. Na początku częściej i dokładniej mył ręce, co w jego opinii miało uchronić go przed ewentualnym zakażeniem. Z czasem jednak rytuały zaczęły robić się coraz bardziej skomplikowane i pochłaniały większą część dnia. Sam zrezygnował z pracy, bo nie był w stanie normalnie funkcjonować.

Najczęściej pierwsze objawy pojawiają się już przed 15 rokiem życia. Osoby cierpiące to przede wszystkim perfekjoniści, którzy chcą być najlepsi w każdej dziedzinie życia. To oczywiście niemożliwe, więc w efekcie pojawia się cykl: obsesyjne myśli - lęk - kompulsje.

Dla tych ludzi kompulsje są często formą samooukaraenia z powodu swoich życiowych porażek. Tak naprawdę wcale nie są to tragedie, które wpłynęłyby znacząco na samoocenę przeciętnego człowieka. Perfekjonista oczekuje jednak od siebie, że będzie najlepszy w każdej dziedzinie. Tak było w przypadku mojego klienta, którego zaburzenia zaczęły się, kiedy w pracy awansu nie otrzymał on, tylko jego młodszy kolega. Miał wtedy wrażenie, że robi się niepotrzebny, jest do niczego i za chwilę i tak i tak go zwolnią.

Tak jak wcześniej wspominałam każdy z nas ma małe dziwactwa i rzeczy, które musi wykonać, żeby czuć się spokojnie. Niektórzy muszą czasem po wyjściu z domu wrócić się i sprawdzić, czy na pewno zamknęli drzwi. Inni kilka razy dziennie myją zęby. Jednak dopóki te zachowania nie utrudniają normalnego funkcjonowania, nie jest to choroba.

Jeżeli podejrzewasz, że ty lub ktoś z twojej rodziny cierpi na zaburzenia obsesyjno-kompulsyjne, najlepiej nie zwlekać i zgłosić się do lekarza psychiatry. W fazie początkowej podaje się leki przeciwdepresyjne, które pozwalają chorym zapanować nad zachowaniem. W przypadku zaburzeń obsesyjno - kompulsyjnych potwierdzono skuteczność psychoterapii, zwłaszcza w nurcie poznawczo-behawioralnym. Leczenie jest przeważnie długoterminowe ponieważ osoba uczy się stopniowo powstrzymywać od czynności natrętnych, jak radzić sobie z obsesyjnymi myślami, kształci w sobie umiejętności radzenia sobie ze stresem i rozwiązywaniem problemów.

Nie jest możliwe, by we wszystkim być najlepszym i perfekcyjnym. Uświadomienie sobie tego jest kluczem do lepszego zrozumienia siebie i innych.

**Małgorzata Remlein psycholog**

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

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

- NAPĘDY DO BRAM PRZESUWNYCH
- NAPĘDY DO BRAM SKRZYDŁOWYCH
- NAPĘDY DO BRAM GARAŻOWYCH
- NAPĘDY DO ŻALUZJI I ROLET
- SZLABANY
- SŁUPY WYSUWANE
- CENTRALE STERUJĄCE
- AKCESORIA

• SPRZEDAŻ • MONTAŻ • SERWIS •

tel. 572-343-420, 660-718-425

www.napedybramy.pl gibidi@napedybramy.pl os. St. Batorego 14/5, Poznań

PRODUCENT ROLET WEWNĘTRZNYCH

GRATIS! • POMIAR • WYCENA • MONTAŻ • GRATIS!

**Rolety Dzień-Noc**  
**Rolety w kasecie z prowadnicami**  
**Rolety wolnowiszące**  
**Rolety rzymskie**  
**Rolety dachowe**  
**Plisy**

RABAT  
30%

USLUGI\_ROLETY@WP.PL **TEL. 531 051 614**

ZAKŁAD HYDRAULICZNY

**WIERCENIE STUDNI**  
**ORAZ ZABUDOWA I**  
**SERWISOWANIE POMP**

TEL. 603 594 889

KMIĘCIK

POKRYCIA DACHOWE

INNOWACYJNE DACHY

Z BLACHY

www.kmiecikdachy.pl

A TY?

Ile wydajesz na paliwo do swojego auta?

Zaoszczędź nawet **50%**

tel. 609 801 801

nasza reklama na str. 15

Berpo

**Sklepy z zabawkami:**  
ul. Obornicka 25 Złotniki  
ul. Szczepankowo 66 Poznań  
Zamówienia tel. 61 624 2000  
**www.berpo.pl**

SERWIS KAS FISKALNYCH

ŁUKASZ WIERZEJEWSKI

tel. 604 171 640

kasa@fiskalna.net.pl

ul. Sokoła 6a, Poznań

EKOLOGICZNE CZYSZCZENIE ODZIEŻY

- czyszczenie chemiczne i wodne odzieży
- pranie/czyszczenie: kołder wełnianych, grubych narzut, kocy, zasłon
- pranie, krochmalenie, maglowanie
- pranie dywanów, usuwanie alergenów
- obsługa firm, hoteli i restauracji
- wynajem, szycie i serwis odzieży roboczej
- wynajem i sprzedaż szafek BHP

PRALNIA

ul. Polna 40

Pn - Pt • 7<sup>00</sup> - 19<sup>00</sup>

tel. 604 460 820

Soboty • 8<sup>00</sup> - 14<sup>00</sup>

ab@asap.com.pl Dla Klientów z tą reklamą 10% rabatu na czyszczenie i pranie odzieży

NA SPRZEDAŻ SUCHY LAS

512 427 857

osiedle : zamknięte / strzeżone www.imperialhouse.pl

Powierzchnia 136 m<sup>2</sup> / 5 pokoi, Działka 300 m<sup>2</sup>

Podwyższony standard deweloperski i energetyczny

podjazdy z kostki / alarm, okna 3 szybowe z elektrycznymi roletami, teren ogrodzony

wysokość pomieszczeń 2,70 m., piec kondensacyjny - ogrzewanie podłogowe, brama elektryczna

# TAK dla wyjątkowości

**Dlaczego wyjątkowość? Dla mnie odpowiedź jest prosta: ponieważ tylko taka forma umowy jest gwarancją bezpieczeństwa i zdecydowanych korzyści. W Polsce, niestety, o wyjątkowości krąży wiele mitów i nieprawdziwych teorii. W USA, Kanadzie, Niemczech czy Hiszpanii umowa wyłączna (ekskluzywna) jest standardem, ale na szczęście i u nas coraz więcej Klientów zaczyna dostrzegać przewagę takiej umowy nad otwartą. Często na spotkaniach z Klientami, którzy zmagają się ze sprzedażą albo wynajmem swojej nieruchomości, gdy słyszą o umowie ekskluzywnej, na początku są uprzedzeni. Wynika to głównie z niewiedzy i stereotypów.**

**Przyjrzyjmy się zatem, jakie konkretne korzyści wynikają z tego typu umowy:**

1. Maksymalne zaangażowanie agenta, które polega na pracy dla nie więcej niż kilku Klientów jednocześnie. Poświęcenie czasu, wiedzy oraz wysiłku umożliwi niezbędną koncentrację i efektywność.

2. Opracowanie indywidualnego planu marketingowego i zobowiązanie do konkretnych działań. Klient wie, co agent zrobi, by możliwie szybko i korzystnie sprzedać czy wynająć jego nieruchomość.

3. Organizacja i sfinansowanie aktywnych akcji marketingowo-sprzedażowych. Agent przygotowuje nieruchomość do sprzedaży czy wynajmu, sprawdzi stan formalno-prawny, przeprowadzi home staging, zweryfikuje wiarygodność potencjalnych kupców czy najemców.

4. Wyjątkowość, czyli współpraca z innymi agentami i pośrednikami, klientami bezpośrednimi oraz każdym, kto jest zainteresowany oferowaną nieruchomością. Wszystko po to aby przyspieszyć dokonanie transakcji.

5. Wygoda i spokój - Klient ma jedną umowę, jednego aktywnego i zaufanego agenta, który wyřęcza go w różnych działaniach, takich jak: prezentacje, umawianie spotkań, wsparcie w negocjacjach, monitorowanie rynku, kontakt ze specjalistami.

6. Oszczędność - to agent zajmie się wszystkimi działaniami promocyjnymi i reklamowymi, zorganizuje profesjonalną sesję zdjęciową, opublikuje ofertę na kilkudziesięciu portalach oraz zadba o jej pozycję w Internecie.

7. Bezpieczeństwo - działanie i reprezentowanie interesów Klienta, czyli praca dla wyłącznie jednej strony transakcji. Bo jak można jednocześnie negocjować dla kupującego i sprzedającego?

8. Rzetelna i przejrzysta oferta. Umowa wyłączna pozwala uniknąć dewaluacji oferty, tzn. sytuacji, kiedy np. jeden dom jest ogłaszany przez kilka lub kilkanaście biur, posiadając różne opisy i ceny. Wizerunek takiej nieruchomości jest mocno nadszarpnięty i nasuwa wniosek, że jest to oferta podejrzana.

9. W przypadku umów otwartych, zazwyczaj pośrednik pobiera prowizję również od drugiej strony. Zniechęca to potencjalnych kupców czy najemców, którzy dużo chętniej zdecydują się na ofertę wyłączną, którą reprezentuje jeden ale doskonale zorientowany agent, który jest obecny na każdym etapie sprzedaży.

10. Wyłącznie, znaczy na określonych warunkach.

**„Ale przecież za to się płaci!”**

Czy Twoim celem jest skuteczna i sprawna sprzedaż lub wynajem nieruchomości? W takim razie to wspólny cel Twój i Twojego agenta. Decydując się na umowę na wyłączność masz

pewność, że agent dołoży wszelkich starań, aby transakcja zakończyła się sukcesem, ponieważ tylko wtedy otrzyma wynagrodzenie. Nie ma tu mowy o zwrotach kosztów czy dodatkowej opłacie za publikację oferty, sesję zdjęciową, prezentację nieruchomości, czy jakiegokolwiek inne działania agenta zawarte w planie marketingowym. Pracując na wyłączność, będzie znał każdy szczegół dotyczący nieruchomości, co pozwoli na skuteczne negocjacje z potencjalnym nabywcą czy najemcą. Zaangażowanie równa się sukces, a sukces to zysk.

Mówiąc najprościej, przy umowie ekskluzywnej Klient nie musi robić prawie nic, ponieważ wszystkim zajmie się profesjonalny agent nieruchomości. Z kolei decydując się na umowę otwartą należy liczyć się z tym, że taki pośrednik nie podejmie kosztownych i czasochłonnych działań w ramach promocji nieruchomości, ponieważ nie będzie posiadał gwarancji wynagrodzenia za doprowadzenie do sprzedaży czy wynajmu. Zatem jak łatwo się domyślić, zrobi on niewiele, bo będzie to zwyczajnie nieopłacalne. Właścicielowi może się wydawać, że podpisując kilka, a „najlepiej” kilkanaście tego typu umów, jego oferta dotrze do większej liczby zainteresowanych, a co najlepsze, nic za to nie płaci. Nic bardziej mylnego. Taka oferta ginie w natłoku informacji w Internecie, potencjalni nabywcy nabierają podejrzeń wobec rozbieżnych danych w różnych ogłoszeniach, a właściciel zostaje dalej sam ze swoim kłopotem.

**Chcesz szerszych i bardziej spersonalizowanych wskazań? Zadzwoń i umów się na spotkanie.**

**Mieszkanie blisko Starego Browaru**

- Wilda, ulica Głęboka, niski budynek z 1995 r.
- 2 pokoje 43 m<sup>2</sup> na parterze
- gwarantowany najem dla inwestorów
- parę kroków do przystanków tramwajowych i autobusowych
- balkon, pianica




**Ewa Manthey**  
Agent nieruchomości

**+48 668 166 636**

Zadzwoń zapytaj o szczegóły

**RE/MAX**  
Experts

**Braville**  
BIELIŻNA DAMSKA

Duży wybór marek  
**FANTASIE**  
**Freya**  
**Ava**  
**Alles**  
**DALIA**

Misczki od **A** do **K**

Zapraszamy na profesjonalny **Brafitting**

Szeroka oferta biustonoszy do karmienia, biustonoszy sportowych, strojów kąpielowych.

Galeria Podolany ul. Strzeszyńska 63 60-479 Poznań  
www.braville.pl  
www.facebook.com/bravillepl

Godziny otwarcia  
pon. - pt. 10:00-19:00  
sobota 10:00-15:00

**Gabinet Fryzjersko-Kosmetyczny dla psów**  
**LUCY**

- ✿ Strzyżenie
- ✿ Trymowanie
- ✿ Kąpiele
- ✿ Obcinanie pazurów
- ✿ Czyszczenie USZU

**Przeźmierowo**  
ul. Rynkowa 130

**tel. 733 713 272**

**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

**Wakacyjne kursy językowe**

- ANGIELSKI
- NIEMIECKI

501 052 909, 511 206 488

lernedo.pl lernedo@lernedo.pl  
ul. Chodzieska 26A, Poznań  
Lernedo Centrum Edukacji

**Kopia**  
www.kopia.poznan.pl

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

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

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

**ZABAWKI?**

**Odwiedź Centrum Zabawek!**

Godziny otwarcia:  
pn.-pt. 8<sup>00</sup>-18<sup>00</sup>  
sb.-10<sup>00</sup>-14<sup>00</sup> **Zapraszamy!**

**CENTRUM ZABAWEK**

**POZNAŃ ul. Nałkowskiej 41** hurt / detal

ODZIEŻ, DODATKI, KONFEKCJA SKÓRZANA PROSTO Z DANII

**Ka-Ma**  
DANISH STYLE

GWARANCJĄ JAKOŚCI - ZADOWOLONE KLIENTKI!

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



**Usługi Kominarskie**  
Michał Bartoszkiewicz

**Zakres usług:**

- czyszczenie przewodów kominowych
- odbiory
- opinie do gazowni
- ustalanie przyczyn złego działania
- montaż wkładów kominkowych i nasad wiatrochronnych

**ROCZNE PRZEGLĄDY DO UBEZPIECZENIA BUDYNKÓW**

**tel. 664 135 832**

**tel: 061 8 125 037**  
**kom: 608 014 136**  
ul. Sprzeczna 1, Suchy Las

**ROBPOL**  
od poszwy do podłogi

**OFERUJEMY:**  
DRZWI WEWNĘTRZNE  
DRZWI ZEWNĘTRZNE  
PANELE **CLASSEN**  
POMIAR I MONTAŻ

OKZ OKŁADZINA  
OŚCIEŻNICY METALOWEJ  
SAPPELI-DUBREX

[www.robpol.net](http://www.robpol.net) e-mail: [biuro@robpol.net](mailto:biuro@robpol.net)

**USŁUGI ELEKTRYCZNE**

- usługi drobne oraz kompleksowe
- montaż nowej instalacji oraz remonty
- podłączenie płyt indukcyjnych - kuchenek
- montaż lamp oraz gniazd
- pomiary elektryczne
- usuwanie awarii 24h

WOJCIECH BUTOWSKI

**tel. 693-162-698**

**Czyszczenie**  
mebli tapicerowanych i dywanów

**Zamów skuteczne czyszczenie Aktywną Pianą!**

**Tel. 511 777 442**

**Zakres usług:**

**Czyszczenie:**

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

Bezpłatny dojazd na terenie Poznania i okolic.

**Metoda Aktywnej Piany**  
- nowoczesna metoda czyszczenia

**USŁUGI REMONTOWO - WYKOŃCZENIOWE**

[www.remonty.sylwiaserwin.pl](http://www.remonty.sylwiaserwin.pl)

**tel. 880 281 035**

**Sprzedaż**  
podłóg drewnianych parkietów i schodów

Cyklinowanie, renowacja podłóg i schodów

**Sprzedaż materiałów ściernych i chemii**

**Wynajem: cykliniarki, osuszacza**

**BUKO**  
[www.bukopodlogi.pl](http://www.bukopodlogi.pl)

**tel. 605-462-568**  
**tel. 500-878-719**

Przeźmierowo, ul. Rynkowa 75c/17 (pasaż)

**ROL-PAT**  
PRZESŁONY OKIENNE

OFERUJE SPRZEDAŻ, MONTAŻ I SERWIS:

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

**TEL. 787-960-468**  
[www.rolpat.pl](http://www.rolpat.pl), [biuro@rolpat.pl](mailto:biuro@rolpat.pl)

**SKŁADY POLSKIEGO WĘGLA**

- MIAŁ
- MIAŁOGROSZEK
- WĘGIEL KOSTKA
- ORZECH
- EKOGRΟΣZEK
- DREWNO: SOSNA, DĄB, BRZOZA

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

**tel. 510 338 595** **tel. 506 301 272**

**POZNAŃ UL. OBORNICKA 306**

30 LAT DOŚWIADCZENIA

**SYSTHERM**

**CENTRUM KLIMATYZACJI I POMP CIEPŁA w Poznaniu**  
projekt • sprzedaż • montaż • serwis  
POZNAŃ, ul. św. Wincentego 7

**KLIMATYZACJA**  
ZADZWOŃ: 61 8 507 532  
[klimatyzacja@system.pl](mailto:klimatyzacja@system.pl)

**REKUPERACJA**  
ZADZWOŃ 61 8 507 580  
[rekuperacja@system.pl](mailto:rekuperacja@system.pl)

**POMPY CIEPŁA**  
ZADZWOŃ 61 8 507 603  
[pompociepla@system.pl](mailto:pompociepla@system.pl)

**PROMOCJA! DO KAŻDEJ realizacji z pompą ciepła badanie termowizyjne GRATIS! ODWIEDŹ nas na system.pl**

*polecane marki*  
LG, SAMSUNG  
GREE, ARISTON  
MITSUBISHI

**Polwest usługi dekararskie i blacharskie**

**tel. 513-992-648**  
ul. Kwiatowa 41, Luboń

DEKARSTWO  
PRZEGLĄDY  
NAPRAWA

[polwest1@o2.pl](mailto:polwest1@o2.pl) [www.polwest.pl](http://www.polwest.pl)

**STOLARSTWO**  
SCHODY · SZAFY WNĘKOWE  
DRZWI · KUCHNIE · DOMKI  
KONSTRUKCJE DREWNIANE

**tel. +48 601 917 516**  
[www.stolarstvoszudera.pl](http://www.stolarstvoszudera.pl)

STOLARSTWO SZUDERA

**moniverti**  
[www.moniverti.pl](http://www.moniverti.pl)

**PROMOCJA**  
ROLET RZYMSKICH ORAZ DZIEŃ I NOC

**TANIEJ O 20%**

**OSŁONY ZEWNĘTRZNE**  
markizy tarasowe  
markizy balkonowe  
markizy na Ogrody Zimowe  
systemy Veranda  
pergole  
rolety zewnętrzne  
refleksy  
moskitiery

**OSŁONY WEWNĘTRZNE**  
rolety materiałowe  
rolety dzień i noc  
rolety na okna dachowe  
rolety rzymskie  
plisy  
panele przesuwne (panel track)  
żaluzje drewniane  
żaluzje aluminiowe  
verticale  
refleksy

**SALON ZAPRASZA**  
PN -PT 10 - 18 SOBOTA 10 - 14  
SKÓRZEWO, UL. POZNAŃSKA 52

ZADZWOŃ i umów się na bezpłatny pomiar i wycenę **tel. 696 013 579**

**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**

[www.kamieniarstwo-andlok.pl](http://www.kamieniarstwo-andlok.pl)



# PRYWATNE PRZEDSZKOLE „POD MUCHOMORKIEM”

zapisy dzieci w wieku od 2 do 6 lat

☎ 501-578-608 [pppm.pl](http://pppm.pl)

facebook.com/pppmpl

rok założenia 1988

- ✓ język angielski i hiszpański
- ✓ kółko astronomiczne
- ✓ nauka w grupie „0”
- ✓ judo
- ✓ taniec
- ✓ basen
- ✓ i wiele więcej

Przeźmierowo ul. Dolina 29

**ZAPRASZAMY!!!**

domowa atmosfera, małe grupy, własna kuchnia

Kategoria "B" **L** tel. 888 530 558

## OSK „ZAWODOWIEC”

ul. Czarnkowska 35

Z przyjemnością informujemy, że nasz produkt (kurs szkolenia) jest przetestowany od kilku lat. Od początku naszej działalności zawsze utrzymujemy wysoko ponad przeciętną zdawalność kandydatów na kierowców, to w WORT Poznań jak i w Polsce. Jest to również ponad przeciętna jaką uzyskuje się w szkoleniu kandydatów na kierowców w UE. Każdy z Was kandydatów na kierowcę może to obiektywnie sprawdzić przez Internet: Urząd Miejski w Poznaniu - Wydział Komunikacji - Zdawalność OSK

Obecnie naszym celem jest uzyskanie wysoko ponad przeciętną zdawalność kandydatów, tak jak w UE. Jest to możliwe ponieważ w naszym OSK pracują doświadczeni instruktorzy. Każdy z nich bierze udział udział w egzaminie państwowym, każdego naszego kandydata - GRATIS.

# FreeVolt™

Darmowy prąd ze słońca

Oddział Poznań  
ul. Strzeszyńska 176  
wejście od ul. Z. Sokolnickiej

Tel. 691 999 068  
Tel. 501 941 466  
E mail [poznan@freevolt.pl](mailto:poznan@freevolt.pl)

**Zapomnij o rachunkach za energię elektryczną**

## USŁUGI REMONTOWE

- malowanie
- szpachlowanie
- układanie płytek
- panele
- plyta KG

tel. 506 824 325 - SPEC



MIEJSCE NA TWOJE OGŁOSZENIE

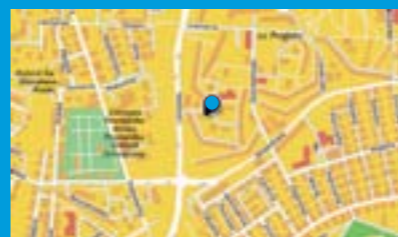
ZADZWOŃ: 505 528 144

## LARYNGOLOG

Dr n. med.  
Dorota Miętkiewska - Leszniewska

Plukanie uszu, przedmuchiwanie trąbek słuchowych, podcięcie wędzidełka języka, plastyka podniebienia, ablacja błony śluzowej nosa (w krwawieniach z nosa), plastyka małżowin nosowych, endoskopia krtani, operacje migdałków, nosa i zatok przynosowych. wyluszczenie kaszaka i włókniaka,

Gabinet laryngologiczny:  
os. Przyjazni 142, pawilon 142  
(wjazd od ul. Mieszka I, za blokiem nr 13)  
wizyty: pon. - niedz. od 9.00 do 20.00



tel. 606 336 975

## Gabinet Stomatologiczny

lek.stom. - D. Barczyńska



rejestracja telefoniczna od pon. - sob.

**Szeroki zakres usług:**

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

ul. Grunwaldzka 50  
tel. 601 886 019

## STOMATOLOGIA BĄKOWSCY

pełen zakres usług  
cyfrowy rtg

ul. Zakopiańska 91  
Poznań - Podolany

Godziny otwarcia  
Pn-Pt - 10:00-19:00  
[www.stomatologiabakowscy.pl](http://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

## Poradnia Dietetyczna

mgr Agnieszka Tomaszewska  
Dietetyk kliniczny

paradnictwo żywieniowe i dietoterapia

ul. Strzeszyńska 196, Poznań-PODOLANY  
tel. 600-899-435  
[www.poradnictwo-dietetyczne.pl](http://www.poradnictwo-dietetyczne.pl)

## Sanus Pes - Zdrowa stopa

### GABINET PODOLOGICZNY

WROSLA • DZIECI • PRZEMOCENI • BRZOZDARSTWO  
PRACOWNIKI WYKONUJĄCY: • FIZJOLOGIA • FIZJOLOGIA  
ZBIENI • CHOROBY • PLANARNA ORTOPEDIA  
DIPLOMOWI SPECJALISTYCE • WYKONUJĄCYM  
MALTRENDI • PROBLEMY • STOPY • STOPY

ul. Wolarska 52, 60-404 Poznań, C. 605 550 220

## Gabinety Fizjoterapii novina

Poznań-Ogrody ul. Szczęsna 13  
wejście od Nowina

terapia indywidualna  
masaż  
fizykoterapia  
zajęcia grupowe

bezpłatne konsultacje

tel. 61 84 11 100, 665 505 606  
[www.fizjoterapia-novina.pl](http://www.fizjoterapia-novina.pl)



## 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](mailto:biuro@anies.com.pl)  
ul. Sianowska 104  
Poznań-Smochowice

## MOBILNA FIZJOTERAPIA

DOJAZD DO PACJENTA NA TERENIE POZNANIA GRATIS!

BÓLE PLECÓW  
URAZY NARZĄDU RUCHU  
MASAŻ RELAKSACYJNY



MGR FIZJOTERAPII MARTYNA KASPRZAK  
TEL. 882 136 352

## LABOLATORIUM TECHNIKI DENTYSTYCZNEJ

- ekspresowe naprawy protez
- wykonywanie protez zębowych
- protezy elastyczne
- indywidualne szyny ochronne dla osób uprawiających sport

Maciej Gronowski  
LABOLATORIUM TECHNIKI DENTYSTYCZNEJ  
602 79 29 20

Suchy Las, Os. Poziomkowe 4  
(róg ulic Truskawkowej i Jeżynowej)

## salon urody

fryzjersko-kosmetyczny

ZATRUDNIMY FRYZJERA I POMOC FRYZJERSKĄ

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

## PASMANTERIA

NOWY ASORTYMENT

- RAJSTOPY
- WKŁADKI
- WEŁNA
- SZNUROWADŁA
- RĘKAWICZKI
- RĘCZNIKI frote I KUCHENNE
- FARTUSZKI
- WORECZKI PRZEDSZKOLNE
- KRAWIEC
- KALETNIK
- PRALNIA

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

**ZAPRASZAMY!**



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



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

**USŁUGI REMONTOWE**

- remonty domów
- izolacje, naprawy balkonów i tarasów
- konserwacja dachów i odwodnienia rynien
- osuszanie budynków
- schody, lastryka, płytki
- pozbruk, kominy
- drobne naprawy i ubytki



**797 890 918**

**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

**LODÓWKI**

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

**696 017 449**

Sprzedaż używanych urządzeń chłodniczych  
(sklepowych, gastronomicznych)

**ARBORYSTA**



**DRZEWA**

WSZYSTKO CO Z NIMI  
ZWIĄZANE ORAZ  
PIELĘGNACJA OBSZARU ZIELENI

**883 979 808**

**WWW.MEGADRWAL.PL**

**BUDMAR** ROK ZAŁ. 1990®

**CENTRUM KLINKIERU  
I DACHÓWEK**

**www.budmar.pl www.handform.pl**

**tel./fax + 48 61 814 23 08**

**Automatyczna Pralnia**

- dywanów
- wykładzin
- chodników



Poznań, ul. Lechicka 44, tel. 61 877 6672  
**www.czysty-dywan.pl**

**BRUDNA ROBOTA**  
Aleksander Zaporowski



**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**

**SKRACANIE  
WYCINANIE  
DRZEW**

**TRAWNIKI**

**511 284 420**

**TRANSPORT CIĘŻAROWY HDS  
ZMECH. ROBOTY ZIEMNE**

ROZBIÓRKI KARCZOWANIE DRZEW

**601 57 35 53**

**MEBLOFORM** **INDECO**®  
wygodne mieszkanie

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

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

**506 122 506**

**MYCIE**  
dachów,  
elewacji,  
kostki brukowej

**BRUKARSTWO**

**www.brudna-robota.pl**

**szkółka roślin ozdobnych**

usługi ogrodnicze:

- systemy nawadniające
- drenaże

kora sosnowa 60l - 6,50zł

tel. 506-41-50-96, 61 8943 158

**TOLBRUK** www.tolbruk.pl

**Sprzedaż i Układanie  
Kostki Brukowej**

tel. 507 196 024

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

- Remonty i naprawy dachów
- Adaptacja strychów
- Remonty mieszkań

**HIL - GAZ**

**SKŁAD  
WĘGLA**

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

**62-081 Baranowo, ul. Budowlanych 5**

**ATRAKCYJNE CENY**

- węgiel eko groszek
- groszek
- kostka
- miał gruby
- miał
- orzech

**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**

**modrzew** OGRODY modrzew-ogrody.pl

**Projektowanie i  
zakładanie ogrodów**

- Projektowanie terenów zielonych
- Pielęgnacja ogrodów
- Mała architektura

**PROJEKT GRATIS**  
przy każdym wykopaniu

mgr inż. Magdalena Lisińska +48 502 320 559

**MIEJ  
WŁASNY  
PRĄD!** **eco**

**Elektrownie:**  
Słoneczne  
Wiatrowe  
Przydomowe

**projekt  
montaż**

**604 812 275**

**HYDRAULIK**  
AWARIE-REMONTY-NOWE

**INSTALACJE**  
wod-kan, c.o., gaz  
**KOTŁOWNIE**  
modernizacje

**NAPRAWY  
PRZEGLĄDY**

kirek55@gmail.com

**TEL. 790 80 80 30**

# Jak prawidłowo pielęgnować samochód

Okres letni to czas kiedy możemy w szczególny sposób zadbać o swój samochód. Wiele prac możemy wykonać we własnym zakresie, jeśli tylko dysponujemy odpowiednimi kosmetykami oraz przeznaczonymi do tego preparatami.

Jednym z etapów odświeżenia wyglądu auta jest regeneracja reflektorów. Plastikowe klosze reflektorów (obecnie w tej technologii wykonywane są niemal wszystkie lampy) można wypolerować, wygładzić - jeśli uległy porysowaniu, jak i przywrócić im przejrzystość - jeśli żółtkły. W naszej ofercie znajdziecie Państwo specjalne zestawy firmy Sonax składające się z pasty do reflektorów, ściereczki, kilku pasków drobnopięknego wodnego papieru ściernego (P2000-P5000) oraz z preparatu, który zabezpieczy wypolerowany reflektor przed ponownym żółknięciem.

Kolejnym etapem prac może być mycie, polerowanie i woskowanie nadwozia. Mycie wstępne:

Ten etap pozwoli nam pozbyć się z powierzchni samochodu największego zabrudzenia. W okresie letnim, kiedy owady są utrajeniem może okazać się konieczne dodatkowe spryskanie przodu pojazdu preparatem do usuwania owadów takim jak Sonax na owady. Przygotowaną powierzchnię pozostawiamy ok.3-5 minut, a następnie dokładnie spłukujemy.

Mycie właściwe:

Wraz z szamponem do mycia najlepiej użyć myjek z mikrofibry. Są one lepsze od tradycyjnych gąbek, ponieważ drobinki brudu i piasku wnikają w głąb myjki, nie pozostają zaś na powierzchni myjącej jak w przypadku gąbki. Po umyciu całego auta płuczemy je bieżącą wodą zaczynając od górnych partii. Do mycia auta polecamy profesjonalny szampon firmy Tenzi.

Suszenie

Suszenie to bardzo istotny etap w pielęgnacji naszego auta. Prawidłowo wykonane pozwala uniknąć zacieków i plam pozostawio-



nych przez wysychającą wodę. Czynność suszenia wykonujemy delikatnie, staramy się nie przesuwając rącznika po lakierze, pozwalamy raczej, by wchłaniał wodę z powierzchni.



Polerka to świetny sposób na odświeżenie zmatowiałego lub porysowanego lakieru. Po kilku latach każde normalnie użytkowane auto nie wygląda już tak dobrze, jak w chwili opuszczenia salonu. Promieniowanie UV, wizyty w myjniach automatycznych, kwaśne deszcze, kurz i sól drogowa - to wszystko zostawia ślady na lakierze. Z daleka nie widać drobnych rys i zmatowień, ale lakier traci połysk. Z wykorzystaniem past

polerskich w łatwy sposób przywrócimy dawny blask swojemu autu. Jeśli decydujemy się wypolerować auto samodzielnie, należy zaopatrzyć się w specjalną pastę do polerowania na sucho lub mokro. Taką pastę należy nakładać ruchem kolistym za pomocą czystej gąbki - czynności tej nie należy wykonywać przy nagrzanym na słońcu lakierze. Duży wybór produktów znajdziemy w ofercie takich producentów jak K2, Sonax czy Boll.

Czemu służy woskowanie? Pokrycie lakieru samochodu woskiem zabezpiecza go przed negatywnym wpływem środowiska zewnętrznego oraz poprawia jego przejrzystość. Wosk wypełnia też niedoskonałości lakieru, na przykład rysy powstałe podczas codziennej eksploatacji. Wosk należy nakładać, zaczynając od górnych elementów karoserii, na dolnych kończąc. Preparat trzeba rozprowadzać jak najcieniej, tak aby nie zostawiać smug. Ponieważ wosk zastyga bardzo szybko, nie należy woskować auta przy temperaturze otoczenia powyżej 25 stopni Celsjusza. Najlepiej robić to w dni, kiedy temperatura wynosi od 20 do 25 stopni Celsjusza. Warto przed woskowaniem uważnie przeczytać instrukcję zakupionego preparatu, ponieważ sposób jego nakładania może zależeć od tego, czy jest to mleczko, olejek, pasta czy forma stała.

W swojej ofercie posiadamy szeroki asortyment środków, które pozwolą nam na samodzielne wykonanie wyżej wspomnianych czynności. Pielęgnacja naszego samochodu, motocykla czy roweru nie będzie już problemem. Zapraszamy do sklepu stacjonarnego który mieści się na ulicy Szarych Szeregów 44 w Poznaniu.

Marcin Nowakowski

Produkt dostępny jest również w sklepie chemik24.pl.

**CHEMIK24.PL**  
MOTORYZACJA PRZEMYSŁ BUDOWNICTWO

Sklep Chemik24.pl

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

Sprzedż profesjonalnej  
chemii technicznej

biuro@chemik24.pl  
+48 601 278 872



## WYMIANA OPON

WYWAŻANIE KÓŁ Z TESTEM DROGOWYM

SPRZEDAŻ OPON NOWYCH I UŻYWANYCH

Zaawansowana analiza geometryczna koła  
Optymalizacja odchyień od wagi

[www.auto-guma.poznan.pl](http://www.auto-guma.poznan.pl)  
poniedziałek-piątek 9:00-18:00  
soboty 9:00-13:00

**KOMPLEKSOWA  
REGENERACJA FELG**

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

**AUTOPOL**

LEGALIZACJA  
WYMIANA ZBIORNIKÓW  
LPG I CNG

Gołęczewo  
Szosa Poznańska 29

tel. 61-811-60-76 kom. 601-781-930  
[www.legalizacje.pl](http://www.legalizacje.pl)

**Auto-serwis**

mechanika wulkanizacja  
klimatyzacja geometria kół

[www.mj-auto.pl](http://www.mj-auto.pl)

pn - pt 8 - 17  
sob 9 - 14

ul. Strzeszyńska 30  
60-479 Poznań

668-380-912 606-934-680

**SERWIS OPON**

OPONY NOWE I BIEŻNIKOWANE  
WYMIANA Z ZIMOWYCH NA LETNIE  
PRZECHOWALNIA OPON  
POMPOWANIE KÓŁ AZOTEM  
OPONY CAŁOROCZNE

**KLIMATYZACJA**

NAPEŁNIANIE ODGRZYBIANIE

**POZNAŃ Ul. Człuchowska 30A**  
tel. 61-66-38-567

**SERWIS klimatyzacji**

PROMOCJA!

wymiana filtra  
+ odgrzybianie  
+ napełnianie układu  
(do 300g czynnika)

**120 zł**

AKUMA SERWIS PLUS ul. Romana Maya 1  
pn-pt. 8-18 sob. 9-14 61 653 05 89  
ul. Obornicka 252  
pn-pt. 9-17 sob. 9-14 61 876 56 14

**KURCZAK Z ROŻNĄ**  
WRAZ Z DANIAMI KUCHNI DOMOWEJ

dania także na wynos

- Kurczak z rożną
- Pierogi
- Gołąbki w sosie pomidorowym

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. Strzeszyńska 206

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

MECHANIKA POJAZDOWA  
ELEKTRYKA I ELEKTROMECHANIKA  
NAPRAWA I OBSŁUGA KLIMATYZACJI  
RÓWNIEŻ W AUTACH HYBRYDOWYCH  
GEOMETRIA KÓŁ 3D  
DIAGNOSTYKA KOMPUTEROWA

tel. 61/ 8682-388 kom. 723-188-901  
automasz@bosch-service.pl  
[www.automasz.com.pl](http://www.automasz.com.pl)

**Fachowcy w Mieście**

Miesięcznik zachodniego Poznania  
nakład: 13.000 szt.

**Wydawca i Biuro Ogłoszeń**  
Agnieszka Juskowiak  
tel. 505 528 144  
[biuro@fachowcywmiescie.pl](mailto:biuro@fachowcywmiescie.pl)  
[www.fachowcywmiescie.pl](http://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](mailto:biuro.ogloszen.reso@wp.pl)

**AUTO GAZ**

zamontuj samochodową instalację gazową u profesjonalistów

Kilkadziesiąt tysięcy zadowolonych klientów!

- 2 lata gwarancji, bez limitu kilometrów,
- Montujemy tylko oryginalne markowe instalacje gazowe
- Kilkunastoletnie doświadczenie
- Zwrot kosztów instalacji już po 7700km\*  
\*przy założeniu cen: PB 4,76 LPG 2,05 spalanie auta 11ltr/100km

Największa firma w regionie!

Przyznane nam certyfikaty  
w/ Poznań - ul. Czarnikowska 25,  
61-040 30 74, 603 891 307

instal-gaz.com.pl



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

## Karolina i Tomasz Banach

# USŁUGI POGRZEBOWE

- KOMPLEKSOWA ORGANIZACJA POGRZEBU
- POCHÓWEK TRADYCYJNY I KREMACYJNY
- EKSHUMACJE
- SPRZEDAŻ TRUMIEN, URN, KRZYŻY, NAGROBKÓW
- DEMONTAŻ NAGROBKÓW DO POGRZEBU
- DOPISY PO POGRZEBACH

**Wyplata zasiłku ZUS od ręki**

**tel. 730 22 44 88**  
**www.pogrzebybanach.com.pl**

**ul. Cmentarna 12 60-176 Poznań**

**PRZEDSZKOLE**  
**JAK U MAMY**

dla Maluchów od 2 roku życia  
profil JĘZYKOWO-TANECZNY

723 095 065

Poznań - Świerczewo ul. Na Uboczu 8

**WYBUDOWAŁEŚ DOM**

**NIE MASZ POZWOLEŃ  
NA UŻYTKOWANIE**

**MNOŻĄ SIĘ  
URZĘDNICZE PROBLEMY**

**ZADZWOŃ!**

**PROFESJONALNA  
OBSŁUGA INWESTYCJI**

**TEL: 668 142 857**

**KANCELARIA  
RADCY PRAWNEGO**

**Obsługa prawna firm:**

- windykacja
- rozwiązywanie sporów i arbitraż
- spółki prawa handlowego
- umowy handlowe
- prawo nieruchomości i prawo budowlane
- prawa autorskie

**Obsługa prawna osób fizycznych.**

**Tel. 728-592-008**

www.msieradzki.pl  
ms@msieradzki.pl

**AUTO-SZYBY VARIA**

SPRZEDAŻ - MONTAŻ

Tel. 602 693 657  
Ul. Dąbrowskiego 129

www.szybysamochodowepoznan.pl

www.MOSKITIERY.org

**NA OKNA  
I DRZWI**

KAŻDEGO TYPU

tel. 791 77 12 16

MementoMori

Skórzewo, ul. Poznańska 66a  
kom. 606 134 966

Luboń, ul. Okrzei 1  
kom. 606 394 675

Pomagamy w godnym  
pożegnaniu bliskich

Telefon całodobowy:  
**618 131 262**

- kompleksowa obsługa
- ceremonie pogrzebowe na wszystkich cmentarzach
- wypłata zasiłków ZUS
- administrator cmentarzy w Skórzewie, Konarzewie, Wirach i Luboniu

www.mementomori.com.pl

**MYCIE OKIEN**

**SOLIDNIE  
I SPRAWNIE**

**603 635 878**

**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