



Fachowcy w Mieście

Życie z nadwagą str. 4
 Rynek pierwotny czy wtórny? str. 6
 System drzwi przesuwanych str. 10
 Metoda aktywnej piany str. 12
 Opłaty parkingowe str. 13
 Centrum Zdrowia Dziecka str. 13
 Zimowe ABC kierowcy str. 14

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

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

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

KRAINA MARZEŃ

PRZEDSZKOLE JĘZYKOWO-ARTYSTYCZNE

PRZEDSZKOLE - 650 zł
 ŻŁOBEK - 800 zł

ul. Miłosa 31
 STRZESZYN GRECKI

600 068 464
 www.krainamarzen.com.pl

WYWÓZ GRUZU I ŚMIECI

Kontenery: 1,7m³ do 14m³

PROMOCJA

90 zł

netto

SKIP

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. RYŃKOWA 113A, 62-081
 TEL: 881-511-050
 TANI-KURIER.NET

COOKING

RÓŻNORODNE MENU
 PEŁNOWARTOŚCIOWE, WYSOKIEJ JAKOŚCI PRODUKTY
 BEZPŁATNE KONSULTACJE Z DIETETYKIEM
 SZCZEGÓŁY OFERTY NA STR. 5

HONTER®

Natryskowe pianki izolacyjne

WWW.HONTER.PL ☎ 793 581 581

BUDUJESZ DOM? SZUKASZ OSZCZĘDNOŚCI?

ZAINWESTUJ W SYSTEMY IZOLACYJNE PIANKĄ FOAM-LOK!

FOAM-LOK

ANTENY

ADA SUPERWIZJA

- TELEWIZORY
- DEKODERY
- MONTAŻ
- SERWIS

RABAT 10%
 z tej gazety

501 791 623

Poznań - Smochowice ul. Łębarska 46

BUDVAR CENTRUM
Okna. Polskie. Doskonałe.

OKNA PVC
100% bez ołowiu

DRZWI • ROLETY
BRAMY • PARAPETY

tel. 697 580 669
Poznań, ul. Obornicka 229
Galeria Arkada (klatka 50)
e-mail: bhpoznan@budvar.pl
www.budvar.pl

Fachowcy w Mieście

Z okazji Nowego Roku życzę Państwu, aby Nowy Rok 2018 był czasem pokoju, miłości oraz realizacji najskrytszych marzeń!

Miesięcznik „Fachowcy w mieście” potwierdza na co dzień swoją przydatność w naszej dzielnicy. Oprócz reklam zawsze prezentuje kilka artykułów z najróżniejszych dziedzin. Tym razem warto zwrócić uwagę na lekturę kolejnego artykułu Małgorzaty Remlein, psycholog, o psychologicznych i społecznych aspektach niekontrolowanego lub nadmiernego jedzenia. Okazuje się, że w walce z nadwagą wielką rolę do spełnienia ma pomoc psychoterapeutyczna.

Ponadto polecam artykuł firmy Budvar Centrum, cenionego producenta stolarki otworowej. Przedstawia ona innowacyjny system drzwi unosząco-przesuwanych T-Slide, patent unikatowy na skalę światową.

Warto przeanalizować również artykuł Ewy Manthey, agent nieruchomości Międzynarodowego Biura Nieruchomości REMAX Experts o zaletach i wadach nieruchomości z rynku pierwotnego i wtórnego. Dzięki głębszemu przeanalizowaniu plusów i minusów obydwu rodzajów nieruchomości jeszcze przed zakupem, unikniemy niemiłych niespodzianek, mając pewność o dobrze podjętej decyzji.

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

Agnieszka Juskowiak

Wszelkie zapytania i sprawy proszę kierować pod nr telefonu:

505-528-144 lub na e-mail: biuro@fachowcywmiescie.pl.

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

POLECAMY:
KAWY
HERBATY
KOKTAJLE
SMOOTHIESY
CZEKOLADY
DESERY
NAPOJE
DANIA KUCHENNE

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

Caffe & Crema
caffè

INPRO-BUD Poznań
Kompleksowa Realizacja Inwestycji Budowlanych

Adam Świdewski
tel./fax (61) 822-13-52
tel. kom.: 601 370 892
adam.swidewski@inpro-bud.pl
www.inpro-bud.pl

- budowa, naprawa, wzmocnienie obiektów inżynierskich
- budowa domów, obiektów mieszkalnych i niemieskalnych
- układanie kostki brukowej
- elewacje zewnętrzne
- posadzki, tynki wewnętrzne
- odwodnienia, izolacje przeciw wodne, iniekcje
- kanalizacja budowa, przyłącza
- cięcie, wiercenie w żelbetonie

SALON PIELĘGNACJI DLA ZWIERZĄT
HODOWNIA KOTÓW I MAINE COON
MAMY WOLNE KOCIĘTA!

570 888 574

Psi Styl
SALON GROOMERSKI

strzyżenie • kąpiele • czyszczenie uszu
czesanie • obcinanie pazurków

RÓWNIŻ DUŻE PSY!

793 206 415
ul. Chojnicka 78 Kiekrz www.salonpsistyl.pl

www.asamicattery.pl

ROLETY
zewnętrzne materiałowe plisy, żaluzje zasłony rzymskie wentylatory 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
- ▶ władza rodzicielska, adopcja, alimenty
- ▶ spadki - nabycie, zachowek, testamenty
- ▶ darowizna, odwołanie, egzekucja
- ▶ odszkodowania, odwołania, ZUS i inne

20 LAT
Kancelaria
601 999 570

BIURO RACHUNKOWE
www.PodatkoweZacisze.pl

POZNAŃ, ul. MŁAWSKA 11
Tel: +48 500 276 004

Rok założenia 1992
Świadectwo Kwalifikacyjne Ministra Finansów

Polskie przepisy są skomplikowane, a zmurą podatników jest ich interpretacja.
Nie jesteście Państwo sami, jesteśmy my i możemy pomóc.
Liczymy dla Ciebie
Ty możesz liczyć na nas

ZAKŁAD KOMINIARSKI
Mistrz kominiarski - Jerzy Sapor

czyszczenie przewodów kominowych opinie, wskazania przewodów do C.O. - gazowych przeglądów rocznych (Dz.U. Nr 74, art. 62)

Dopiewo, ul. Młyńska 40a
☎ 504 44 72 77, 61 8 148 286

USŁUGI PODNOŚNIKIEM KOSZOWYM
WYCINANIE I PRZYCINANIE DRZEW I KRZEWÓW

tel. 608 443 604
tel. 606 270 353

ZAPRASZAMY

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

www.kopia.poznan.pl
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

SERWIS KAS FISKALNYCH
ŁUKASZ WIERZEJEWSKI

tel. 604 171 640
kasa@fiskalna.net.pl

ul. Sokoła 6a, Poznań

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

ALARMEX
automatyka do bram
bramy garażowe
systemy alarmowe
domofony
rolety zewnętrzne

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

RESTAURACJA SUSHI MAIKO

lunche sushi obiady catering
dowozy tel. 600 337 640

SUCHY LAS
OBORNICKA 88

Gdy myślenie o jedzeniu staje się problemem

Jedzenie to najbardziej fizjologiczna czynność człowieka, tak samo naturalna i konieczna jak oddychanie. Współczesnemu człowiekowi jedzenie nęca coraz więcej problemów i dlatego coraz więcej osób szuka pomocy w związku z niekontrolowanym lub nadmiernym jedzeniem. Problemy z jedzeniem stały się chorobą, która wymaga leczenia i częstokroć też psychoterapii ze względu na bardzo niszczące dla organizmu skutki tego zaburzenia. Nadwaga lub otyłość mogą mieć wiele przyczyn. Często są przykrywką dla problemów, z którymi nie wiadomo jak sobie poradzić. Borykając się z problemem otyłości, pomimo stosowania najnowszych, coraz „cudowniejszych” diet, po jakimś czasie poddaje się godząc się z porażką. Wiele osób ustawicznie liczy kalorie, ciągle jest na „jakiejś” diecie, codziennie waży się uzależniając od wskazówki na wadze swojej nastrój. W konsekwencji je to, czego tak naprawdę nie lubi opierając się kulinarnym przyjemnościami i całymi tygodniami przechodzi katongi, wszystko po to, żeby zgubić kilogramy. Często niestety nie przynosi to oczekiwanego efektu, bo kiedy osoby te skończą dietę i zaczynają jeść normalnie, bardzo szybko osiągają poprzednią lub jeszcze większą masę ciała. Jeżeli zadziałamy objawowo na otyłość, nie likwidując jednocześnie jej przyczyny, prawie zawsze pojawi się tzw. efekt jo-jo. Jeśli nie wiemy, co powoduje nasze problemy to walczymy na oślep. Trzeba pamiętać, że z każdą nieudaną próbą odchudzenia maleją nasze szanse na sukces. Z jednej strony osłabiamy organizm (spowalniamy metabolizm, powodujemy braki na poziomie mikro i makroelementów), z drugiej - tracimy motywację, która potrzebna jest, aby wytrwać w drodze do szlankowej sylwetki.

Psychologiczne i społeczne funkcje jedzenia, czyli co nas łączy z jedzeniem

Jedzenie w życiu człowieka pełni wiele różnych funkcji. Nie jest to tylko zaspokajanie głodu fizjologicznego, bo wokół spożywania posiłków koncentruje się wiele naszych zachowań w obrębie naszej codziennej kultury: jemy, żeby celebrować bycie razem, świętujemy jedząc czy ciesząc się jedząc. Nie ma w tym nic złego, dopóki nie tracimy nad tym kontroli. I tak zamiast rozwiązywać problemy dnia codziennego, to je zajadamy, zamiast wyrażać uczucia, objadamy się w nadziei słodyczkami i niejednokrotnie świętowanie zamieniamy w niekontrolowane obżarstwo. Odbieramy sobie też przyjemność, gdy w jedzeniu widzimy wroga i w obawie przed kilogramami próbujemy sprowadzić je do wymiaru fizjologii, ignorując cały kulturowy aspekt. Najczęściej osoby będące na diecie właśnie w ten sposób myślą o jedzeniu. Klienci trafiający do mojego gabinetu, którzy chcieli schudnąć, najczęściej zyskiwali dodatkowe kilogramy poddając się przeogromnej kontroli i ograniczeniom, co powodowało w końcu „rzucanie się na jedzenie”, żeby sprawić sobie po tygodniach katorżniczej walki przyjemność. I tutaj sprawdza się zasada złotego środka - jedzenie dla przyjemności i świętowanie, bez objadania

się i trawienia kontroli. Możliwe jest to wtedy, kiedy jesteśmy świadomi siebie, swoich potrzeb i emocji, które jedzeniu towarzyszą.

Od czego zacząć odchudzanie?

Najpierw powinna nastąpić diagnoza problemu, w której uwzględnia się czynniki biomedyczne (choroby, przyjmowane leki, dziedziczenie itp.), środowiskowe (nawyki żywieniowe, styl życia, aktywność fizyczną, wsparcie bliskich) oraz psychologiczne (poczucie własnej wartości, sposoby radzenia sobie ze stresem i emocjami oraz umiejętność samokontroli). Dopiero, kiedy będziemy wiedzieć, gdzie leży problem, możemy zabrać się za jego rozwiązywanie. W jednym przypadku najpierw będzie musiał wkroczyć lekarz endokrynolog, jeśli są to zaburzenia układu hormonalnego, w innym pomoże dietetyk z planem zmiany dotychczasowych złych nawyków żywieniowych.

Problemy odżywiania najczęściej maskują inne problemy, bowiem najczęściej u podłoża objadania się leżą problemy inne niż słabość do słodyczy. Najczęściej są to problemy z emocjami w szczególności z niekonstruktywnym wyrażaniem złości, a także wstydem, poczuciem winy czy z nieradzeniem sobie z przeżywanym stresem.



Nadwaga a nasze geny

Gdy mamy otyłych rodziców czy dziadków, to osoba jest bardziej narażona na problem otyłości niż osoby, które takiego „spadku” nie odziedziczyły. Jednak nie jest to czynnik determinujący. W procesie chudnięcia warto, żeby w naszym myśleniu pojawiło się: „Nie muszę być otyła tak jak moja mama/tata o ile nie będę mieć nawyków żywieniowych i stylu życia jak on/a”. Specjaliści, którzy konsultują klientów trafiających do mojego gabinetu potwierdzają pogląd, że poza sytuacjami wyjątkowymi problem zbędnych kilogramów, to problem złych zwyczajów żywieniowych. W spadku dostaje się przede wszystkim owe nawyki. Jeśli przejęliśmy te zwyczaje od naszych rodziców, jako dorośli będą najprawdopodobniej nam towarzyszyć. To dotyczy zarówno kulinarnych przyzwyczajzeń, jak i czynników wpływających na jedzenie, na przykład radzenia sobie w ten sposób ze stresem.

Pomoc psychoterapeutyczna w procesie chudnięcia

Każdemu klientowi w procesie chudnięcia pomaga się inaczej, ponieważ każdy człowiek i historia jego życia jest inna. Zawsze zaczynam od jej poznania i dopiero wówczas wspólnie z klientem

zastanawiamy się na rozwiązywaniu, jakich problemów powinniśmy się najpierw skupić zanim zaczniemy zajmować się problemem związanym z „jedzeniem”. Na problem otyłości trzeba patrzeć holistycznie, dlatego współpracuję z dietetykiem oraz trenerem personalnym. Chudnięcie musi odbywać się na trzech równoległych poziomach. Klient z dietetykiem ustala dietę, ćwiczy z trenerem, który dobiera dla niego indywidualny trening. Kolejna sfera, o której już wcześniej wspomniałam to sfera dotycząca psychiki i przeżywania emocji. Używając metafory można powiedzieć, że kiedy ktoś kompulsywnie objada się, to znaczy, że jest głodny jakichś uczuć. Zazwyczaj chodzi o niezaspokojone potrzeby z dzieciństwa: miłości, bliskości, poczucia bezpieczeństwa oraz opieki rodziców. Pustka emocjonalna wypełniana jest np. słodyczkami, a rytuały związane z jedzeniem często mają nieświadomie zagłuszać samotność i smutek.

Psychoterapia dzieje się poza gabinetem

Podstawowym elementem w procesie psychoterapii osób z nadwagą jest zmiana myślenia i poprawa poczucia własnej wartości i nie uzależniania go od kilogramów. Myślenia o sobie, swoich możliwościach, o swoim ciele, o tym, co to znaczy sukces (w przypadku odchudzania), o tym, czym jest dla nas jedzenie, czym w końcu powinno być „bycie na diecie”. Niezbędna jest zmiana tych myślowych schematów, ponieważ to od nich się wszystko zaczyna. Problem z wytrwaniem i z osiągnięciem celu też przecież ma swój początek i koniec w myśleniu. Motywacja jest wytworem naszych myśli. To nie odrębny byt, tylko część nas, na którą tylko my mamy wpływ. Bardzo często w naszym myśleniu popełniamy błędy, które zamiast nas motywować demotywują, uzależniając nas od celu i nie pozwalając nam na dawanie sobie prawa do błędów. Warto pamiętać, że im więcej stosujemy diet odchudzających, w szczególności takich, w których nakładamy na siebie liczne ograniczenia, tym motywacja staje się słabsza. Nabycie nowych nawyków, aby mogło dojść do pozytywnej przemiany wewnętrznej jest procesem długotrwałym, dlatego psychoterapia może czasem trwać kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt miesięcy. Czas trwania terapii jest sprawą bardzo indywidualną, zależy od wielu czynników, które zgłasza osoba trafiająca do gabinetu i jej motywacji do zmiany. Aby skutecznie schudnąć potrzebne są zmiany nie tylko w diecie i aktywności fizycznej, lecz także w nastawieniu wobec procesu odchudzania. Właśnie to odpowiednie nastawienie i akceptacja siebie są najważniejszymi składnikami w drodze do upragnionej wagi.

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

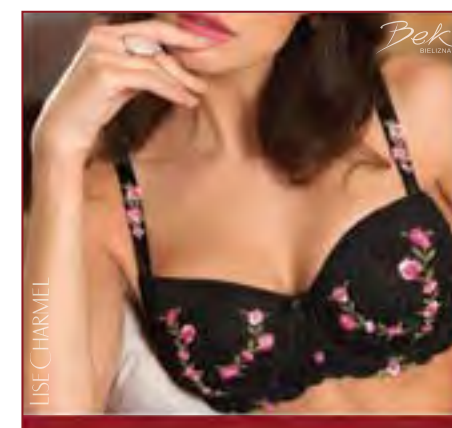
**KURCZAK Z ROŻNĄ
WARZ Z DANINAMI KUCHINI DOMOWEJ**

• Kurczak z rożną
• 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 377 (obok stacji kolejowej) Sklep
Dawnej ul. Drzewyńska 206



Największy wybór
BIELIZNY
Damskiej i Męskiej

J.H. DĄBROWSKIEGO 50, 517 568 298
POZNAŃ - RYNEK JEŻYCKI
BIELIZNA@SKLEPBK.PL WWW.SKLEPBK.PL

BRUDNA ROBOTA
Aleksander Zaporowski

506 122 506

MYCIE
dachów,
elewacji,
kostki brukowej

BRUKARSTWO
www.brudna-robota.pl

NOWY ROK, NOWE POSTANOWIENIA.
ZACZNIJ SWOJĄ ZDROWĄ PRZYGODE I CIESZ SIĘ WYMARZONĄ SYLWETKĄ!
OD DŁUŻSZEGO CZASU ZASTANAWIASZ SIĘ
NAD PRZEJŚCIEM NA ZDROWĄ, PEŁNOWARTOŚCIOWĄ DIETĘ,
KTÓRA POZWOLI CI ZACHOWAĆ SZCZUPEŁĄ SYLWETKĘ I DOBRE SAMOPÓCZUCIE?
COOKING CATERING DIETETYCZNY JEST WŁAŚNIE DLA CIEBIE!

COOKING

COOKING catering został stworzony z myślą o wszystkich tych, którzy chcą przejść na zdrowy styl odżywiania, zrzucić zbędne kilogramy (bez monottonnych diet odchudzających) lub jeść odpowiednio zbilansowane posiłki, by uzyskać lepsze efekty w pracy nad swoją formą i ciałem.

Zgłaszając się do nas, klient otrzyma wybraną przez siebie dietę (standardowa, bezglutenowa, bez laktozy, wegetariańska, wegańska, sportowa, paleo, dla kobiet w ciąży i matek karmiących).

Zestaw składa się z 5 zdrowych, pełnowartościowych posiłków:
śniadanie, II śniadanie, obiad, podwieczorek oraz kolacja.

Warto dodać, iż każdy z jadłospisów jest opracowywany przez naszych dietetyków.

TEL. 512 614 512
WWW.COOKINGCATERING.COM.PL KONTAKT@COOKINGCATERING.COM.PL

Berpo

W ofercie m.in.:

Hot Wheels, Barbie, Fisher-Price, Schleich, Playmobil, LEGO, Nerf, Littlest Pet Shop, Trefl, Hagen

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

NA SPRZEDAŻ SUCHY LAS 512 427 857
osiedle: zamknięte / strzeżone www.imperialhouse.pl

Imperial House

Powierzchnia 136 m² / 5 pokoi, Działka 300 m²
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

Rynek pierwotny czy wtórny?

Garść istotnych kwestii przy wyborze mieszkania.

Wahasz się z decyzją jakie mieszkanie kupić? Masz do wyboru: nowe lub z „drugiej ręki”. Na co się zdecydować, by później nie żałować? Zdania są tu bardzo podzielone bowiem wszystko zależy od Twoich potrzeb, zasobności portfela oraz celu, dla którego nabywasz nieruchomości. Tanie, szybko, dobrze? Niestety tak się nie da. Jeśli ma być szybko i dobrze to z pewnością nie będzie tanio. Zaś tanio i szybko najczęściej wiąże się z przykrymi rozczarowaniami i nierzadko z późniejszymi dodatkowymi kosztami. Nad czym należy się zastanowić zanim podejmiemy ostateczną decyzję o kupnie?

Poniżej przedstawię zalety oraz wady nieruchomości z rynku pierwotnego i wtórnego, których należy mieć świadomość przed podjęciem decyzji. Sam zobacz, na jakie kompromisy możesz pójść, a czego koniecznie chciałbyś uniknąć.

Zalety rynku pierwotnego

„Wymarzony dom” - masz możliwość ingerowania w układ mieszkania jeszcze na etapie budowy inwestycji, zaś o wykończeniu decydujesz sam wedle własnego pomysłu, gustu i potrzeb. Niższe koszty użytkowania – budynki są nowe, zatem nie wymagają dużych nakładów na fundusz remontowy, co daje znaczne oszczędności przez pierwszych kilka lat od nabycia nieruchomości. Korzystne zniżki- możliwość skorzystania z dopłaty w ramach programów rządowych oraz z upustów od dewelopera, a także zwolnienie z płatności podatku PCC. Jesteś pierwszym właścicielem, w związku z tym wszelkich formalności możesz dokonać bezpośrednio u dewelopera, a przy tym masz pewność, że cena nieruchomości nie spadnie tak szybko.

Wady rynku pierwotnego

Dłuższy czas oczekiwania na dom/mieszkanie nierzadko związany z opóźnieniami w realizacji inwestycji. Niedociągnięcia techniczne nowo wybudowanej nieruchomości skutkujące w uszkodzeniach ścian, drzwi, okien czy elewacji. Dodatkowe koszty związane z wykończeniem oraz wyposażeniem surowej nieruchomości, co wiąże się również z wydłużeniem okresu między kupnem a faktycznym wprowadzeniem się do mieszkania. Infrastruktura pod znakiem zapytania- początkowo łatwy dostęp do udogodnień

takich jak sklepy, szkoły czy komunikacja miejska może być utrudniony, a przy tym nie wiesz, jak będzie wyglądać zagospodarowanie terenu Twojej okolicy za parę lat

Plusy rynku wtórnego

Możliwość negocjacji ceny- sprzedającemu zależy na dokonaniu transakcji, a jego oferta najprawdopodobniej nie jest jedyną w okolicy, dzięki czemu możesz wytargować korzystniejsze dla siebie warunki. Szybkość transakcji- o ile sprawnie uporamy się z wszystkimi formalnościami, już po kilku dniach możemy stać się nowymi właścicielami nieruchomości bez miesięcznego oczekiwania na powstanie inwestycji, jak przypadku rynku pierwotnego. Łatwa ocena stanu nieruchomości oraz zagospodarowania terenu- wiesz, w jakim stanie znajduje się budynek oraz jak wygląda najbliższa okolica. Gotowe do wprowadzenia- jeśli zależy nam na szybkiej przeprowadzce do nowego lokum, do nieruchomości z rynku wtórnego będziemy mogli wnieść walizki praktycznie od razu po zamknięciu transakcji

Minusy rynku wtórnego

Spadająca wartość nieruchomości- zależnie od wieku oraz jakości wykonania budynku, z każdym rokiem może on tracić na wartości. Konieczność remontu- stan mieszkań używanych jest bardzo różny, zatem aby doprowadzić mieszkanie do pożądanego stanu będziemy musieli zainwestować w to nasz czas i pieniądze. Wysokie koszty użytkowania związane z funduszem remontowym zawartym w czynszu (ocieplanie i malowanie budynku, wymiana instalacji itd.)

Szereg formalności- urzędy, notariusz, bank i inne instytucje będą wyłącznie na naszej głowie zanim szczęśliwie staniemy się właścicielami nieruchomości

Jak widać powyżej, jednoznaczna odpowiedź na pytanie „rynek wtórny czy pierwotny?” nie istnieje. Decydując się na rynek wtórny zazwyczaj mamy pewność lepiej rozwiniętej infrastruktury, dostępu do komunikacji miejskiej, szkół czy sklepów. Z kolei jeśli zakupimy od dewelopera nieruchomość na uboczu miasta licząc na zieleń i spokój, za kilka lat może się okazać, iż nasz blok czy dom z każdej strony zostanie otoczony lasem nowych inwestycji. Mieszkanie z „drugiej ręki” to możliwość negocjacji ceny, zaś nowe inwestycje to szansa na skorzystanie z dostępnych ulg. Ponadto, o ile deweloper może nas zwołać ciągłymi zmianami daty ukończenia inwestycji, o tyle przy nieruchomościach „z drugiej ręki” po czasie może okazać się, że wymagany jest większy remont niż przewidywaliśmy, a zatem będziemy zmuszeni zainwestować kolejne pieniądze. Podsumowując, zanim podejmiesz decyzję, koniecznie określ, jakie są Twoje wymagania, możliwości oraz ile czasu chcesz i możesz poświęcić, aby w pełni móc cieszyć się nowym mieszkaniem lub domem. Zarówno rynek pierwotny jak i wtórny mają swoje wady i zalety. Dzięki głębszemu zastanowieniu się nad plusami i minusami obydwu rodzaju nieruchomości jeszcze przed zakupem, unikniemy niemiłych niespodzianek, mając pewność dobrze podjętej decyzji.

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



Przeprowadzę Cię przez sprawdzony proces sprzedaży dostosowany do Twoich potrzeb dzięki temu zyskasz czas i pieniądze.

Ewa Manthey
Agent nieruchomości
Międzynarodowego Biura Remax

Zadzwoń 668 166 636

U nas protezy w ramach NFZ bez kolejki **ZAPRASZAMY!**

PORADNIA STOMATOLOGICZNA „HAPPY DENT”

PRZYJĘCIA PRYWATNE

- IMPLANTY
- CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA
- NOWOCZESNA, ESTETYCZNA PROTETYKA (LICÓWKI, INLAYE, KORONY PEŁNOCERAMICZNE, KORONY BRUX - DLA BRUKSISTÓW)
- RTG, PANORAMA
- POGOTOWIE STOMATOLOGICZNE 24 h / 7 DNI

PRZYJĘCIA W RAMACH NFZ

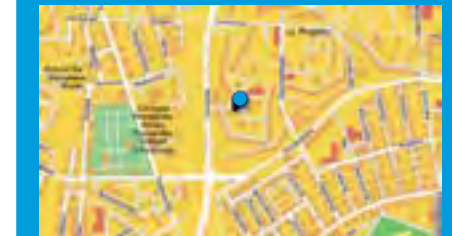
HAPPY DENT SUCHY LAS
62-002 Suchy Las, tel. 61 652 12 26
Nowy Rynek 4 tel. 601 536 430

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
(wyjazd 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



Szeroki zakres usług:

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

ul. Grunwaldzka 50
tel. 601 886 019

Studio Figura Suchy Las

Beauty Shaper

Pogromca centymetrów i cellulitu

pakiet 8 zabiegów - liposukcja kawitacyjna + endermologia - 1064 zł zamiast 1900 zł

Endermologia z Falą RF i IR + vaccum mechaniczne

twarz - lifting skóry twarzy, spłycenie zmarszczek, redukcja obrzęków i cieni pod oczami

6 zabiegów - 390 zł zamiast 600 zł

Dla stałych klientek 5 % rabatu !!!

www.studiofigura.com.pl 537 906 563

ul. Diamentowa 5, 62-002 Suchy Las Godziny otwarcia: 09:00 - 20:00



GABINET DOBREGO MASAŻU

695 616 713
Przeźmierowo, ul. Wysogotowska 65

PORADNIA DIETETYKI USŁUGI BEZPŁATNE
Poznań, ul. Dojazd 34 (w szpitalu MSWiA)

Zakres usług bezpłatnych:
poradnictwo dietetyczne • diety prozdrowotne
dietoterapia • analiza składu masy ciała
odchudzanie • badania antropometryczne
specj. przeciwnowotworowa
badania grupowe ze sponsoringiem (w firmach, ośrodkach czasowych itp.)
wizyty domowe - mobilna dietetyka

rejestracja tel. 501 347 315

gabinet 111 wtorki 16.00 - 18.00
wizyty domowe pon.-pt. 10.00 - 18.00

Poradnia Dietetyczna
mgr Agnieszka Tomaszewska
Dietetyk kliniczny

poradnictwo żywieniowe i dietoterapia

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

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

salon urody

frizersko-kosmetyczny
ZATRUDNIMY FRYZJERA I POMOC FRYZJERSKĄ

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

tworzenie i prowadzenie profili społecznościowych
strony internetowe i sklepy, platformy hurtowe B2B
doradztwo w zakresie e-commerce
kampanie reklamowe AdWords
copywriting

www.kjmedia.pl
+48 788 75 73 03 **KJ MEDIA**

STOMATOLOGIA BAKOWSCY

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

ROL-PAT
PRZEŚLONY OKIENNE

DLA NAS TO PESTKA!

OFERUJE SPRZEDAŻ, MONTAŻ I SERWIS:

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

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

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

ROBPOL

OFERUJEMY:
DRZWI WEWNĘTRZNE
DRZWI ZEWNĘTRZNE
PANELE CLASSEN
POMIAR I MONTAŻ

OBUDOWA FUTRYNY METALOWEJ

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

ALGRUD
Usługi ogrodnicze

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

Tel. 512 003 652

CUK UBEZPIECZENIA

Największy wybór ubezpieczeń w Przeźmierowie

- OC I AC
- życie
- domy
- podróże
- mieszkania
- rolne

Przeźmierowo, ul. Rynekowa 57 1.613 07 07 35 www.cuk.pl

KAMIENIARSTWO

- Tanie nagrobki granitowe już od 1500zł
- Do 3 lat gwarancji!
- Parapety, schody, blaty kuchenne w cenie już od 350zł/m2

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

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

PŁYTKARZ
łazienki, kuchnie, podłogi

CERTYFIKATY Sopro

660-070-232

SKRACANIE WYCINANIE DRZEW

511 284 420

TRANSPORT CIĘŻAROWY HDS
ZMECH. ROBOTY ZIEMNE
ROZBIÓRKA KARCZOWANIE DRZEW

601 57 35 53

www.dachyzblachy.net E-mail: info@dachyzblachy.net
663 030 063 • 601 737 900

DORADZTWO • WYCENA • PRODUKCJA • MONTAŻ
• OPINIE - OCENY TECHNICZNE DACHÓW •
PRZEGLĄDY OKRESOWE - KONSERWACYJNE - SERWIS

SKŁADY POLSKIEGO WĘGLA

- MIAŁ
- MIAŁOGROSZEK
- WĘGIEL KOSTKA
- ORZECH
- EKOGRΟΣZEK
- PELLET

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

DAR-TECH F.H.U.

tel. 728 531 885
dartech.serwis@wp.pl

Autoryzowany Serwis Urzędów Grzewczych

VIESMANN

USŁUGI REMONTOWE

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

tel. 515 550 833 - SPEC

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

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

Sprzedaż
podłóg drewnianych parkietów i schodów

Cyklinowanie, renowacja podłóg i schodów
Sprzedaż materiałów ściernych i chemii
Wynajem: cykliniarki, osuszacza

www.buko-podlogi.pl tel. 605-462-568
sklep@buko-podlogi.pl tel. 500-878-719

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

MEBLOFORM INDECO®
wygodne mieszkanie

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

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

ROLETY • ŻALUZJE • PLISY • ZASŁONY

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

OSŁONY ZEWNĘTRZNE
rolety zewnętrzne
moskitiery

moniverti
www.moniverti.pl

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

System T-Slide

drzwi przesuwne do pełnego komfortu



Najnowocześniejsze rozwiązania architektoniczne mają za zadanie pokonywać kolejne bariery. Innowacyjny system drzwi balkonowych T-Slide sprawia, że projektowanie przestrzeni wkracza na zupełnie nowy poziom, sprawiając, że granica pomiędzy wnętrzem domu, a ogrodem staje się niemalże niewidoczna. Ich minimalistyczny design, cicha praca oraz wysokie parametry techniczne pozwalają osiągnąć idealny balans pomiędzy estetyką a komfortem.

Innowacyjny system drzwi unoszących przesuwanych T-Slide to patent unikatowy na skalę światową. Łożyskowy system prowadzenia skrzydeł, wózki jezdne Compact i amortyzacja Soft Close pozwalają poprawić akustykę domu, nie tylko poprzez tłumienie dźwięków z zewnątrz, ale również za sprawą bardzo cichej i lekkiej pracy mechanizmu. System T-Slide to nowy wymiar minimalizmu oraz całkowita likwidacja barier, osiągnięta dzięki zastosowaniu niskiego progu oraz autorskiego systemu produkcji Titanum Technology. Niewidoczne prowadnice, szyny i zaczepy sprawiają, że drzwi balkonowe idealnie wtapiają się w aranżację wnętrza. Drzwi balkonowe w systemie T-Slide to także oszczędność przestrzeni oraz możliwość dowolnego zagospodarowania

całej powierzchni tarasu. Do niewątpliwych atutów tego rozwiązania należy również duża odporność na działanie czynników atmosferycznych oraz szczelność na poziomie okien PVC, gwarantująca znakomitą izolację



cyjność tak termiczną (1-1,5 W/m²K), jak i akustyczną (Rw = 27 dB). Za wysokie parametry techniczne odpowiada między innymi próg EcoPass z 10 komorowym profilem, wzmocnionym od wewnątrz aluminium. Z kolei szeroka gama kolorystyczna, obejmująca zarówno okleiny do złudzenia przypominające najpopularniejsze gatunki drewna, jak i jednolite odcienie, pozwala na harmonijne dopasowanie ram do stylu, w jakim zaprojektowany został budynek i jego wnętrze.

Informacje o firmie:

Budvar Centrum należy do grona cenionych producentów stolarki otworowej. Firma, która powstała w 1992 roku jako mały punkt dystrybucji w Zduńskiej Woli, dziś dysponuje jedną z najnowocześniejszych i najbardziej zautomatyzowanych fabryk okien w Polsce. W szerokim portfolio produktowym znaleźć można okna z PVC, drewna oraz aluminium. Cechują się one nowoczesnym designem, który podkreślany jest przez różnorodność profili, bogatą gamę kolorystyczną oraz dodatkowe elementy dekoracyjne. Jedną z najważniejszych cech jest innowacyjność wyrażana poprzez mnogość otrzymanych certyfikatów oraz atestów, jak m.in. certyfikat na brak ołowiu świadczący o braku domieszek tego pierwiastka, kadmu oraz innych związków metali ciężkich. Poza innowacyjnymi produktami, które odpowiadają na potrzeby najbardziej wymagających inwestorów, firma oferuje również profesjonalne doradztwo, fachowy montaż oraz serwis. Produkty Budvar Centrum dostępne są na rynku rodzimym jak i w Szwajcarii, Francji, Niemczech, Włoszech oraz w Belgii.

Więcej informacji:
www.budvarcentrum.pl

A TY?
Ile wydajesz na paliwo do swojego auta?

Zaoszczędź nawet 50%
tel. 609 801 801
nasza reklama na str. 15

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

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

- Remonty i naprawy dachów
- Adaptacja strychów
- Remonty mieszkań

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

HYDRAULIK
AWARIE-REMONTY-NOWE

INSTALACJE
wod-kan, c.o., gaz

KOTŁOWNIE
modernizacje

NAPRAWY

PRZEGLĄDY
kirek55@gmail.com

TEL. 790 80 80 30

INSTALACJE
WOD-KAN-CO-GAZ
SERWIS KOTŁÓW
GAZOWYCH

Atrakcyjne ceny!
tel. 501-590-143

Automatyczna Pralnia

- dywanów
- wykładzin
- chodników

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

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

Pranie na telefon - 61 662 8 662

ul. Polna 40 Pn - Pt • 7⁰⁰ - 19⁰⁰
tel. 604 460 820 Soboty • 8⁰⁰ - 14⁰⁰
ab@asap.com.pl Dla Klientów z tą reklamą 10% rabatu na czyszczenie i pranie odzieży

HIL - GAZ
SKŁAD
WĘGLA

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

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

62-081 Baranowo, ul. Budowlanych 5 **GODZINY OTWARCIA pn.-sob. 8:00-16:00**

Czyszczenie mebli tapicerowanych i dywanów

Metoda Aktywnej Piany

- nowoczesna metoda czyszczenia

Czas schnięcia

Innowacyjna metoda Aktywnej Piany pozwala na skuteczne wyczyszczenie sofy, kanapy 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



jak np. wełna dzięki czemu również takie powierzchnie można tą metodą skutecznie wyczyścić. Czyszczenie dywanu wełnianego przy użyciu odkurzacza piorącego może skończyć się trwałym uszkodzeniem materiału.



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



poznanSprzatanie.com

Zaskaszył Polskie na profesjonalne sprzątnięcie.

OPLĄTY ZA PARKOWANIE

Chciałbym przedstawić znaczące orzeczenie Naczelnego Sądu Administracyjnego wydane w sprawie opłat za parkowanie w strefie płatnego parkowania. Przypomnę, że orzecznictwo w tej kwestii było dwójakie. Jedni orzekali naliczanie opłat za postój na każdym miejscu w obrębie SPP, czyli np. na chodnikach, trawnikach itp. W myśl tego poglądu, już samo zaparkowanie pojazdu w obrębie SPP wyznaczonej jedynie znakami pionowymi (znak D-44 „strefa płatnego parkowania”) wiązało się z koniecznością uiszczenia opłat z parkowaniem w ramach SPP, ale na miejscach wyznaczonych, tzn. oznaczonych miejscami parkingowymi, oprócz znaku D-44, musiało być wyznaczone przez znak poziomy – linię P-19. NSA w składzie

7 sędziów podjął uchwałę, w której uznał, że opłaty za parkowanie pojazdu w obrębie strefy płatnego parkowania mogą być pobierane wyłącznie za postój w miejscach wyznaczonych, a więc wyznaczonych za pomocą linii P-19 w obrębie strefy płatnego parkowania, wyznaczonej znakami D-44. Tym samym, NSA zakończył długoletni spór dotyczący naliczania opłat za parkowanie w SPP ale poza miejscami wyznaczonymi. Właściele pojazdów, którzy ponieśli opłaty za parkowanie w obrębie SPP, jednakże nie w miejscach wyznaczonych, mogą zwrócić się do władzowych gmin w celu zwrotu opłat. Muszą jednak udokumentować, że w postój miał miejsce poza miejscami wyznaczonymi. W tym celu mogą posłużyć się wszelkimi dowodami, a przede wszystkim – dokumentacją fotograficzną.



MARCIN SIERADZKI
KANCELARIA RADCY
PRAWNEGO

www.msieradzki.pl
tel. 728-592-008

Miliony na Wielkopolskie Centrum Zdrowia Dziecka

Ponad 100 milionów zł dofinansowania dostanie projekt budowy Wielkopolskiego Centrum Zdrowia Dziecka wraz z wyposażeniem. Placówka będzie największym szpitalem pediatrycznym w Poznaniu.

Nowy szpital będzie miał ponad 30 tysięcy metrów kwadratowych, zmieści się w nim ponad 2 tysiące pomieszczeń. Najmłodszy pacjent będą leczeni w pojedynczych salach, każda z nich wyposażona zostanie w łazienkę oraz miejsce dla rodzica.

W Centrum stworzony zostanie Szpitalny Oddział Ratunkowy (SOR) - lokalizacja pozwoli na korzystanie z ławdowiska Lotniczego Pogotowia Ratunkowego przy Szpitalu Wojewódzkim, Przy SOR-ze zaplanowano też miejsca zabiegowe, gdzie mali pacjenci będą mogli otrzymać natychmiastową pomoc chirurgów.

O szpitalu dziecięcym w Poznaniu mówiło się od lat, ale dopiero podczas obecnej kadencji prezydent miasta, Jacek Jaśkowiak, zawarł porozumienie z władzami województwa. Miasto przekazało pod

budowę szpitala działkę w rejonie ulic Dojazd - Adama Wrzóska - Wincentego Witosa. W zamian za to zarząd województwa przekazał Poznaniowi udział w nieruchomości przy ul. Szwajcarskiej.

W piątek, 15 grudnia, Ministerstwo Rozwoju ogłosiło, że projekt otrzyma 101,38 mln zł dofinansowania. Wielkopolskie Centrum Zdrowia Dziecka ma przejąć część działalności Specjalistycznego Zespołu Opieki Zdrowotnej nad Matką i Dzieckiem w Poznaniu oraz Ośrodka Rehabilitacyjnego dla Dzieci w Kiekrzu. Centrum będzie świadczyć usługi medyczne w zakresie hospitalizacji oraz specjalistycznej opieki ambulatoryjnej o profilach: pediatrycznym oraz rehabilitacyjnym.

Alicja Wesołowska/biuro prasowe



Gabinety Medyczne novina

ul. Nowina 12A, 60-589 Poznań

terapia indywidualna

masaż

fizykoterapia

zajęcia grupowe

bezpłatne konsultacje

info@gabinety-novina.pl

www.gabinety-novina.pl

tel. 61 84 11 100, 665 505 606

Pani od Angielskiego
PROFESJONALNE JĘZYKOWE INSTRUKTORE
NAJLEPSZE ZAJĘCIA JEZYKOWE DLA TWOJEGO DZIECKA
CZESTELNIE - PRZYJAŹNIE - SKUTECZNIE

JEZYK
POLSKI
ANGielski
FRANCUSKI
NIEMIECKI
Włoski
hiszpański

PLANUJĄC PRZYSZŁOŚĆ DZIECKA
WYBÓR JEZYKA
WYBÓR METODY
WYBÓR MIEJSCA

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!

USŁUGI ELEKTRYCZNE

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

WOJCIECH BUTOWSKI

tel. 693-162-698

SERWIS OPON

OPONY NOWE I BIEŻNIKOWANE
WYMIANA Z LETNICH NA ZIMOWE
PRZECHOWALNIA OPON
POMPOWANIE KÓŁ AZOTEM
OPONY CAŁOROCZNE

KLIMATYZACJA

NAPEŁNIANIE ODGRZYBIANIE

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

ZIMOWE ABC KAŻDEGO KIEROWCY

Zamarznięty zamek samochodowy to problem znany niemal każdego kierowcy. Jedni próbują się ratować rozgrzaniem klucza, inni dmuchaniem, a kolejni przykładają dłoń do wkładki zamka. Ktokolwiek spośród nich wybierze, nie należy zapominać o ważnym spotkaniu, czy też o randce, wiec wiedzieć kiedy jeszcze może się przydać odmrażacz?

Drzwi:

Aby mieć pewność, że uda nam się otworzyć drzwi, dobrze jest mieć pod ręką mały odmrażacz. No właśnie, najważniejsze jest to, by znajdował się on pod ręką - w kieszeni kurtki, lub ewentualnie w domu, wtedy będziemy mogli po niego wrócić. Wielu kierowców z przyzwyczajenia umieszcza go w bagażniku bądź schowku. W takim przypadku zda się na niewiele. Na rynku dostępne są miniaturowe wersje, które w żaden sposób nie będą nam przeszkadzać na co dzień, a w razie wypadku uratują nam skórę. Zamarzł zamek mój kolego? Nic się nie bój! Użyj Gerwazego! Wystarczy przycisnąć do zamka i psiknąć. Efektem jest szybko odmrożony zamek. Dodatkowym atutem tego środka jest smarowanie i ochrona zamka przed korozją, a także posiada specjalną końcówkę zapewniając precyzyjną aplikację do zamka.

Szyby:

Drugi najpopularniejszy typ odmrażaczy, to ten przeznaczony do odmrażania szyb, lusterek i reflektorów. Pozwala nam na to, by błyskawicznie pozbyć się tafli lodu. Tradycyjne rozmrażanie przedniej szyby za pomocą ciepłego powietrza z wentylatora to proces dosyć długi i żmudny. Musimy poczekać, aż silnik wytworzy odpowiednią temperaturę, a może to trwać nawet kilka minut. Potem i tak musimy jeszcze przetrzeć wszystko skrobaczką, gdyż efekt nie jest zbyt duży. Dla kierowców, którzy nie lubią czekać jest inny sposób - użycie odmrażacza. Odmrażacz do szyb firmy Wurth szybko i skutecznie usuwa lód i szron nawet z najbardziej zmrożonych szyb samochodu. Jedną z najbardziej interesujących korzyści to uniknięcie uciążliwego zeskrobywania lodu z szyb, oczyszczone one są w bardzo krótkim czasie, nie uszkadzając lakieru, gumy i tworzyw sztucznych, nie zawiera alkoholu metylowego, ma przyjemny cytrusowy zapach.

Kolejnym częstym widokiem na naszych drogach są zaparowane szyby samochodowe. Problem nasila się szczególnie jesienią i zimą, dotyczy w większości starszych samochodów. Dla kierowcy nieustannie parujące szyby to spory problem i znaczące utrudnienie. Nie tylko w dużym stopniu pogarsza widoczność, a tym samym bezpieczeństwo jazdy, ale również negatywnie wpływa na komfort jazdy nawet na krótkich dystansach. Przecieranie powierzchni szyb ściereczką czy włączanie maksymalnego nawiewu to jedynie doraźne środki. Jak poradzić sobie z problemem parujących szyb? Najprostszym sposobem są środki chemiczne np. RainX Anti-fog preparat do zapobiegania zaporowaniu szyb i lusterek. Wysoce wydajny zabezpieczający szybę i lusterką wewnątrz samochodu przed zaporowaniem. Nie stosować na plastiki oraz lakierowane i powlekane powierzchnie. Sposób użycia jest równie prosty: należy namoczyć preparatem mikrofibrę lub miękką, czystą, niepylącą ściereczkę i kulistymi ruchami rozprowadzić równomiernie na wewnętrznej części szyby. Poczekać do wyschnięcia. Następnie wytrzeć powierzchnię do sucha czystą ściereczką.



Dla wszystkich klientów, którzy przyjdą do naszego sklepu stacjonarnego z egzemplarzem tego artykułu jest 5% rabatu na wyżej wymieniony towar.

Pozdrawiam,
Leszek Stachowiak

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

Sprzedawca profesjonalnej
chemii technicznej

biuro@chemik24.pl
+48 601 278 872

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

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

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

AUTO TAPICER

NAPRAWA FOTELI po wystrzale poduszki AIRBAG
NAPRAWA DESEK ROZDZIELCZYCH
WYMIANA TAPICERKI

KOMPLEKSOWA PRZERÓBKA FOTELI NA PODGRZEWANE

604 263 011
Przeźmierowo, ul. Rynkowa 117

Kategoria "B" tel. 888 530 558

OSK „ZAWODOWIEC”
ul. Czarnkowska 35

WYBIERAJ SPRAWDZONĄ
JAKOŚĆ SZKOLENIA

BIP. URZĄD MIEJSKI W POZNANIU

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

AKUMULATORY I PROSTOWNIKI
DARMOWY MONTAŻ I DIAGNOSTYKA

DOSTAWCY PRĄDU

UL. RYNKOWA 1
62-081 PRZEŹMIEROWO
PN. - PT. 9-17 SOBOTA 9-14
TEL: 790 390 299

UL. MAŁE GARBARY 1
61-756 POZNAŃ
PN. - PT. 8-19 SOBOTA 9-14
TEL: 506 164 933

www.prostowniki-akumulatory.pl

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

WYMIANA OPON
WYWAŻANIE KÓŁ Z TESTEM DROGOWYM

SPRZEDAŻ OPON NOWYCH I UŻYWANYCH
Zaawansowana analiza geometryczna koła
Optymalizacja odchylenia od wagi

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

Fachowcy w Mieście
Miesięcznik zachodniego Poznania
nakład: 14.000 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

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 2,09 spalanie auta 11ltr/100km

Największa firma w regionie!

Przyznane nam certyfikaty

W Poznaniu - ul. Coimarska 2b,
01-040 30 74, 603 601 301

STAG

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



UNIVERSUM

- USŁUGI POGRZEBOWE •
- PRZEWOZY • KREMACJA •
- WIENCE • WYPŁATA ZUS •

tel. 19 504, 61 853 19 43 • fax 61 852 93 20

Biuro Usług Pogrzebowych • ul. Woźna 15a • 61-777 Poznań
 Oferujemy kompleksową pomoc przez całą dobę

www.universum-poznan.com.pl

AUTO-SZYBY VARIA
 SPRZEDAŻ - MONTAŻ

Tel. 602 693 657
 Ul. Dąbrowskiego 129

www.szybysamochodowepoznan.pl

TANIE DREWNO OPAŁOWE

130 zł/1,3mp.
sucha sosna
 PATRZ NA ZDJĘCIE



Do zamówienia - rozpałka **GRATIS**

TEL. 796 606 103 / DOSTAWA GRATIS!

PRZEPROWADZKI WIELKOPOLSKA.pl

Przeprowadzki:
 domów i mieszkań
 pomieszczeń biurowych
 firm oraz instytucji
 przewóz mebli
 urządzeń ogrodowych
 AGD i RTV
 sprzętu biurowego

już od 60PLN/H

691 884 945

biuro@przeprowadzkiwielkopolska.pl

WYBUDOWAŁEŚ DOM

NIE MASZ POZWOLEŃ NA UŻYTKOWANIE

MNOŻĄ SIĘ URZĘDNICZE PROBLEMY

ZADZWOŃ!

PROFESJONALNA OBSŁUGA INWESTYCJI

TEL: 668 142 857

AS Liceum dla dorosłych
 www.loas.pl

Oferujemy niskie czesne!

Liceum dla Dorosłych (zaoczne - 3 lata)
 Policealne Studium AS

Zapraszamy
 669 669 620 ul. św. Jerzego 6/10

KOSSAKA www.kossaka.pl

do Liceum ogólnokształcącego
 o profilu matematyczno-geograficznym
 z rozszerzoną nauką języka angielskiego

Zapraszamy
 603 409 643 ul. Słowackiego 58/60

CHIRURGIA SZCZĘKOWA 84
 Wojska Polskiego

TEL. 530 781 005 STOMATOLOGIA



PRZYCHODNIA STOMATOLOGICZNA

Poznań-Smochowice
 ul. Ornecka 8
 tel. 61 849-95-90

www.dentysta-rodzinny.pl

- ✓ Protetyka
- ✓ Inplanty
- ✓ Mikroskop
- ✓ Znieczulenie komputerowe THE WAND

